

MBOCKY

DÉCEMBRE 2023

LES HOMMES
NOIRS
ET LE
ROMANTISME
INEXISTANT

—
QUATRE
MONUMENTS
AFRICAINS
MÉCONNUS
—

FEMMES
AFRICAINES
ET CHEVEUX
CRÉPUS:
UN POIDS
POUR PLUS D'UNE...

CÉLÉBRITÉ
ET HUMILITÉ:
FRANCIS
NGANO,
UN EXEMPLE À SUIVRE

DÉVELOPPER
L'ESTIME
DE SOI CHEZ NOS
ENFANTS

MME MARIE
ABENA

CEO de *Abena*
Dolls & Wear



WWW.MBOCKY.NET

The
STUDIO
DOUALA



*Femme africaine reveilles-toi et prends
conciante de ton potentiel. Soit toi-même.*

Marie Abena

CEO ABENA ENTREPRISES

CONTENTS

03

EDITORIAL

06

MME MARIE ABENA

11

SOMMES-NOUS CONDAMNÉS À TOUT RÉCOMMENCER À ZÉRO?

13

COMMENT DÉVELOPPER L'ESTIME DE SOI DE TON ENFANT

17

QUATRE MONUMENTS AFRICAINS NON CONNUS PAR 99,99 % DE LA POPULATION

21

TES AISSELLES SENTENT MAUVAIS ? TROIS ASTUCES POUR SUPPRIMER CETTE ODEUR

23

Pourquoi les Africaines n'acceptent pas leurs cheveux crépus ?

27

TA DÉCORATION TE REND TRISTE. VOICI POURQUOI

31

LES HOMMES NOIRS ET LE ROMANTISME INEXISTANT

33

FRANCIS NGANNOU

37

FUNMILAYO RANSOME-KUTI : LA LIONNE DE LISABI

Mbucky Team:

Carine Ngo Mboky

Pulcherie Ngo Nlengui

Simon Yawo Mawuto

Domique Ekwe

Facebook: Mbucky Francais

Tiktok: Mbucky Magazine

Youtube: Mbucky Magazine

Whatsapp: +49176 84442793

Email: mbockymagazine@gmail.com

Website: www.mbocky.net



EDITO

Chers lecteurs,

C'est toujours un réel plaisir pour nous de partager avec vous un bout de l'actualité féminine africaine au travers de sujets aussi divers que variés, destinés à bousculer à chaque fois notre égo et à pousser notre réflexion un peu plus au-delà des conventions socioculturelles que nous adoptons sans grand questionnement. Après une longue période de trêve propice à la redynamisation de notre plateforme de partage, nous saisissons l'occasion de crépuscule de l'an 2023 pour vous revenir et pour prendre avec vous l'envol de la nouvelle année dont l'aube annonce déjà les lieux colorés. Pour ce tout premier numéro marquant notre reprise, nous vous proposons, aimables et estimés lecteurs, de nous pencher sur nous-même en tant que personne, et de dresser le bilan de l'appréciation que nous nous portons.

Nous nous contentons très souvent de regards extérieurs qui nous édifient trop peu et laissent plutôt place à une représentation caricaturale que nous avons de nous-même, et qui nous pousse vers la conquête d'une pseudo-personnalité, laquelle nous conduit à vivre dans une peau très différente de la nôtre. Or, pour devenir une meilleure version de nous-même, il nous est crucial de nous connaître et mieux, de nous accepter tel que nous sommes. Bien entendu, s'accepter suppose de bien se connaître au préalable, de pouvoir s'identifier dans notre véritable nature, celle qui se définit par nos propres émotions, nos croyances, nos habitudes, nos qualités et aussi nos défauts. Ce dernier aspect (nos défauts) est d'autant plus important toujours garder à l'esprit que nous sommes tous faillibles et donc loin d'être parfaits.

En clair, avant de demander à être aimé des autres, il est important pour nous de nous aimer nous-même, tel que nous sommes, avec nos qualités et nos défauts, en supportant notre corps et notre vie sans en faire des poids destructeurs, mais plutôt des atouts, des sources de motivation pour nous dépasser et parvenir à nous réaliser en revalorisant chaque jour un peu plus notre personne, et non en la fuyant pour nous réfugier sous des apparences qui nous éloignent de la réalité, notre réalité, celle qui nous veut prêt à nous assumer, à nous féliciter, à reconnaître nos talents, mais aussi à avouer nos ignorances parce que nous sommes tous faits de cet ensemble qui forge notre personnalité, notre nature.

Agréable lecture et heureuses fêtes de fin d'année à vous, de la part de toute l'équipe l'équipe **Mbucky Magazine** !

Audy Wear vous offre la possibilité de rester tout près de vos proches malgré la distance.

Offrez des écharpes afro à vos proches qui sont loin de vous.

Montrez leur que vous les aimez et que vous pensez à eux malgré la distance qui vous sépare.

Transmettez leur de l'amour et de l'affection à travers des écharpes qui réchauffent

Commandez dès maintenant sur www.audywear.com

Livraison mondiale



**Quand votre présence
réchauffe...**
Même en votre absence



Abena Dolls

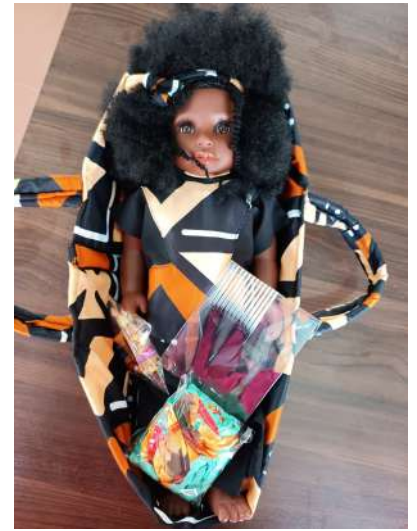
Des poupées noires, métisses et albinos, vendues entre 10 000 et 15 000 francs cfa (entre 15 et 22 euros), pour que « les petites filles ne renient plus leur culture ».

Tel: Whatsapp: +237 697 33 77 17

Email: abenadollsinternational@gmail.com

Facebook: Marie Abena

Livraison: Mondiale



Abena Wear

Votre marque de vêtements et accessoires de mode africaine pour femme

Tel: Whatsapp: +237 697 33 77 17

Email: epouseabena@gmail.com

Facebook: Abena Wear

Livraison: Mondiale



Marie Abena la mère des poupées africaines

Marie Abena est une jeune entrepreneuse camerounaise de 36 ans. Maman de 5 enfants . Elle a décidé de créer sa marque de poupées africaines made in Cameroun, Abena Dolls, en 2017 . Elle est dévouée à la cause de la valorisation d'une Afrique fière de ses origines. Son idée de conception des poupées africaines de race noire et des poupées albinos est une véritable révolution qu'elle doit à sa détermination à inculquer aux enfants africains l'amour de leurs cheveux crépus, de la peau noire, métissée ou albinos. Abena Dolls , Abena Wear, Abena Care une initiative à saluer et à promouvoir.



Interview:

1. Comment arrivez-vous à concilier vos rôles d'épouse, mère et entrepreneure ?

Tout reside dans la discipline et de l'organisation en fonction des urgences. L'auto-discipline est la clé de mon succès. Ma journée commence à 4h du matin et elle finit 23h. J'enfile toutes mes casquettes avec fierté.

2. Quels sont les défis auxquels Abena Dolls et Abena Wear font face au quotidien ?

La demande est tellement grande , que je rencontre les problèmes de livraison. Mais par la grâce de Dieu, j'ai réussi à trouver des solutions à ces défis. Abena Dolls a 5 ans d'âge, Abena Care 3 ans d'âge et Abena Care 1 ans.

3. Quel est, selon vous, le secret pour arriver à s'accepter tel qu'on est , avec ses qualités et ses manquements ?

La plus belle femme est celle qui sait exploiter ses qualités et ne se laisse pas décourager par ses défauts. Bref je suis Africaine, Belle et je m'assume. Parce que je n'ai pas besoin de travestir mon originalité ou de porter les identités culturelles des autres car je préfère être authentique et j'aime ce que je suis. J'aimerais tant vous exprimer combien c'est important sur le plan du développement personnel mais aussi très beau de s'accepter telle qu'on est , telle qu'on a été créé.

4. Seriez-vous prête à accompagner ceux ou celles qui souhaiteraient créer les cousines de vos poupées en leur faisant profiter de votre expertise dans le domaine?

Oui je le fais depuis et je le souhaite même d'ailleurs. C'est une fierté pour moi de le faire. Il s'agit de démocratiser la poupée noire mondialement.

5. Recevez-vous des commandes à l'international ? Si oui, comment parvenez-vous à les gérer ?

Oui je reçois des commandes internationales. Grâce aux réseaux sociaux , les frontières sont inexistantes.

6. Quel message avez-vous pour la jeune femme africaine en général?

Femme africaine, arrêtes de vouloir ressembler aux autres. Prends conscience de ton potentiel!

La **box**

pour **BIEN GÉRER**

ses **FINANCES**

et diversifier ses *Revenus*



CONTENU

- ★ **Comment structurer ses finances ?**
- ★ **5 habitudes financières que j'aurais aimé connaître avant.**
- ★ **Les questions à se poser avant de dépenser son salaire.**
- ★ **Les règles avant de prendre un crédit**
- ★ **Les 4 niveaux d'intelligence dans l'utilisation de l'argent**
- ★ **Les 5 erreurs financières à éviter.**
- ★ **Comment démarrer une activité sans argent pour améliorer ses revenus ?**

Disponible sur COMMANDE !

Méthodes **PRATIQUES**



Infoline

(+352) 691 885 450



+ 300

Utilisateurs

Passez à l'Action !

SOMMES-NOUS CONDAMNÉS À TOUT RECOMMENCER À ZÉRO ?

- Si nos grands commerçants avaient écrit des livres sur l'art de vendre, on aurait eu l'état de l'art sur comment vendre efficacement aujourd'hui.
- Si nos promoteurs de grandes quincailleries avaient écrit des livres sur l'art de faire les affaires, on aurait eu l'état de l'art sur comment faire les affaires aujourd'hui.
- Si nos Industriels avaient écrit des livres sur le monde de l'industrie, on aurait eu l'état de l'art sur la création d'une industrie aujourd'hui.
- Si nos Millionnaires avaient écrit des livres sur l'art de bien gérer ses finances personnelles, on aurait eu l'état de l'art sur comment bien exploiter son argent aujourd'hui.

L'état de l'art est TROP IMPORTANT pour pérenniser la croissance financière d'une famille, d'une communauté et d'une nation entière.

Aujourd'hui on est condamné à tout recommencer à zéro, comme si nous étions la première génération à travailler, à gagner de l'argent, à avoir un salaire ou à entreprendre.

Aujourd'hui on est condamné à mal utiliser notre argent, parceque les personnes qui savaient bien gérer leurs finances et diversifier leurs revenus n'ont rien partagé.

Va t'on nous aussi entreprendre et laisser un vide derrière nous ?

Va t'on nous aussi partir sans laisser un patrimoine intellectuel durable ?

Va t'on nous aussi payer le prix le plus chère pour nous développer sur le plan financier, construire des bâtiments, bien gérer notre argent, diversifier nos revenus, et laisser nos cadets recommencer à zéro ?

NON !

Excellent dimanche,

Dr. Gael CHEWE

#JeSuisMonBudget

Aujourd'hui si vous avez une compétence, aussi insignifiante soit elle à vos yeux, sachez qu'elle a une valeur inestimable aux yeux de ceux qui ont des revenus 10 fois inférieur au votre. Elle a également une valeur aux yeux de ceux qui gagnent beaucoup plus, mais ne savent pas en tirer un profit durable. Prenez donc la peine de rendre vos compétences transférables en les mettant sur des supports physiques (Livre) ou numériques (cloud, support USB, CD, etc).

Ces contenus seront des accélérateurs pour des millions d'utilisateurs déterminés à réussir et prêt à payer le prix.

Voilà pourquoi nous avons centralisé tous les contenus du Programme JeSuisMonBudget dans la BOX FINANCES PERSONNELLES.

A travers des vidéos et Podcasts éducatifs, nous parlons de comment structurer ses finances personnelles, l'éducation au crédit, comment développer une discipline personnelle dans la gestion, et comment planifier sa croissance financière.

En supplément exclusif, vous trouvez en podcast mon premier livre sur << Comment diversifier ses revenus en partant de RIEN, retour d'expérience du Dr. Gael CHEWE. >>

Vous retrouvez également l'intégralité de notre première conférence éducative sur les finances personnelles, avec l'excellente phase instructive des questions réponse qui a duré plus d'une heure de temps.

Après bientôt 12 mois de discipline et d'exigence dans le partage des contenus instructifs sur les finances, j'ai pensé qu'il fallait rendre tout ce contenu accessible au plus grand nombre de personnes.

C'est ainsi qu'est née la BOX DES FINANCES PERSONNELLES !

Il vous reste à Passer à l'action, commander votre BOX, et devenir beaucoup plus serein en matière d'argent.



© COMICI

Comment développer l'estime de soi de ton enfant

Isolement social, dépression, échec scolaire, ...

Pour les enfants en mal d'estime de soi, la vie n'est pas une expérience dont on se délecte. Oh que non. Chaque jour, à chaque minute, ils ont la sensation de marcher pieds nus sur du verre brisé.

Pour la mère que tu es, ça fait mal. Très mal.

Avant même que ton bébé ne pousse son premier cri, tu savais qu'il était un prince ou une princesse. Si seulement il pouvait discerner sa couronne malgré le brouillard qui l'entoure...

Chère lady, dans cet article, je te donne trois clés pour aider ton enfant à développer son estime de soi. Mais avant, peut-être faut-il encore savoir de quoi il s'agit.



Qu'est-ce que l'estime de soi

Posséder de l'estime de soi, c'est avoir une bonne image de sa personne.

C'est savoir que tu es "assez". Assez bien pour être dans cette classe. Assez bien pour recevoir des compliments sincères. Assez bien pour être aimé en retour.

Selon le Dr. Dario Cvencek, dès cinq ans, l'enfant a déjà une estime de soi (source : *Journal of Experimental Psychology*). En fonction de son expérience de vie, cette dernière peut être négative ou positive.

Sans surprise, un enfant constamment rabroué, critiqué, pointé du doigt, sera mal dans sa peau. À l'inverse, celui entouré d'amour deviendra un véritable rayon de soleil.

Mais ça, tu le sais sans doute déjà.

Si tu lis cet article, c'est que malgré tes efforts, ton enfant ne se sent pas à la hauteur. Heureusement, il est possible de renverser la roue.





Trois stratégies imparables pour renforcer l'estime de soi d'un enfant

1. Aime-le inconditionnellement

Oui, je sais : c'est déjà le cas.

Cependant, par inadvertance, il se peut que tu peines à le lui faire comprendre.

Par exemple, un enfant boudé/ignoré par son parent quand il commet une erreur verra son estime de soi baisser. Alors oui, il a commis un acte qui t'énerve. Toutefois, le mettre de côté lacère son cœur avec une force que tu n'imagines pas.

Pour un enfant, il n'y a rien de pire que d'avoir l'impression de devoir "gagner" l'amour ou l'attention de ses parents.

Mets un stop aux bouderies, aux mots dévalorisants et aux scènes de ménage.

2. Confie-lui des missions

Pour avoir une bonne estime de soi, il faut surmonter des obstacles.

La maman poule que tu es n'a sans doute pas envie de l'entendre mais surprotéger son enfant n'est pas idéal.

Un enfant qui ne fait rien par lui-même développera la croyance qu'il en est incapable. Chaque jour, confie-lui des tâches adaptées à son âge. Mettre les plats sur la table, nouer ses lacets, choisir les vêtements qu'il va porter, ... Des actes anodins mais qui lui permettent de s'ancrer dans le moment.

Au fur et à mesure qu'il s'émancipe, donne-lui plus de responsabilités. L'objectif est qu'il se sente utile, capable d'apporter sa pierre à l'édifice.



3. Aide-le à mieux se connaître

Si tu es née avant les années 2000, tu as sans doute joué au portrait chinois. Mais si, rappelle-toi. Il s'agissait de te décrire en répondant aux phrases :

- Si j'étais un animal, je serais...
- Si j'étais une fleur, je serais...
- Si j'étais un endroit, je serais...
- Si j'étais un héros, je serais...
- Si j'étais un film, je serais...
- Si j'étais une musique, je serais...

Et ainsi de suite.

Pratiques cet exercice avec ton enfant.

Très souvent, faible estime de soi et non connaissance de soi sont intrinsèquement liées. En termes simples : ton enfant ne s'apprécie pas car il ne se connaît pas.

Erving Polster, un psychologue de renom, a très justement dit : "Nul ne peut échapper au fait d'être intéressant". Il est temps que ton enfant ait conscience de ses singularités.

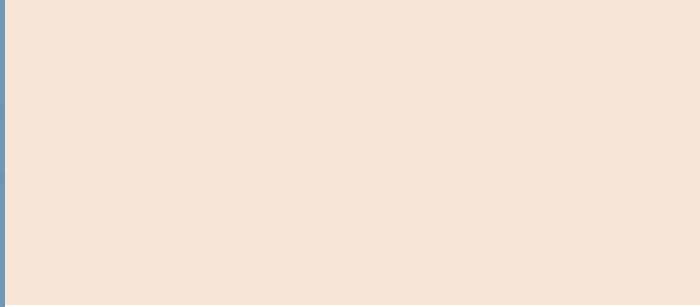
Outre le portrait chinois, demande-lui de lister ses points forts, à savoir ce qu'il aime faire, ce qu'il sait faire et les personnes qui l'apprécient.

Après ces exercices, un grand sourire se dessinera sur son visage et ne le quittera plus jamais.





Adubea Jensen



info@adubeajensen.com
Tel & Whatsapp : +233206358788
www.adubeajensen.com



Quatre monuments africains non connus par 99,99 % de la population

Tu es une reine.

Et ce n'est pas par hasard.

Dans tes veines coule le même sang que celui des premiers Hommes.

Plus intéressant encore : du fait de tes origines africaines, tu as hérité d'une culture riche, opulente et colorée. Mansa Musa, Akhenaton, Zingha, ... Les souverains africains ont façonné l'histoire de ce monde.

Seulement, entre la mondialisation et la prédominance de la transmission orale, certaines de leurs œuvres sont tombées dans l'oubli. C'est notamment le cas des quatre monuments africains présentés dans cet article.

99,99 % de la population n'a même pas conscience de leur existence. Et cela inclut les habitants des pays où sont logées ces merveilles.



1. Lalibela

Souvent considérée comme la huitième merveille du monde, Lalibela est une ville perdue dans la région désertique d'Amhara, en Éthiopie.

Comme tous les trésors, Lalibela ne peut être découverte qu'après une quête digne de ce nom. Mais pour ceux qui sont disposés à parcourir les 645 km la séparant d'Addis Ababa, le jeu en vaut largement la chandelle.

Bâtie au 12^e siècle par le roi Gebre Mesqel Lalibela, la cité comporte 11 églises taillées dans la roche. Majestueuses, ces dernières imposent le respect, faisant de Lalibela la Nouvelle Jérusalem d'Éthiopie.



2. Tiébélé

Il y a des lieux qui ne s'oublient pas. Qui, une fois visités, restent à jamais gravés dans votre esprit.

Sans l'ombre d'un doute, le village burkinabé de Tiébélé en fait partie.

Visiter Tiébélé, c'est retourner au 16^e siècle, quand les Kassena et les Gourounsis régnaient sur les lieux. C'est se rendre à une époque où les vies des résidents se dessinaient sur les murs des bâtiments.

Tiebélé est un enchevêtrement de maisons traditionnelles aux façades recouvertes de motifs géométriques.

Et ce n'est pas tout... Juste en posant les yeux sur une résidence, tu sauras qui y vit.

Ainsi, avec leurs silhouettes rondes, les cases Draas sont réservées aux hommes célibataires. Pour les couples âgés et les petits-enfants, les architectes ont érigé un bâtiment en forme de huit, la case Dinian.

Fouler le sol de Tiébélé, c'est plonger la tête la première dans l'ère bénie des Kassena. En auras-tu le courage ?

3. Fasîl Ghebbi

Décidément, l'Éthiopie a beaucoup à offrir sur le plan culturel.

Tout comme Lalibela, Fasil Ghebbi est situé dans la région d'Amhara, en Éthiopie.

Bâtie au 17^e siècle sous les ordres de l'empereur Fasilides, cette forteresse est le reflet de la mixité culturelle de jadis. Inspiration hindoue, courbes sculpturales arabes, silhouette baroque, ... Aussi bien le bâtiment principal que les annexes embrassent d'autres arts de vivre.

Tu ne seras pas surprise d'apprendre que Fasil Ghebbi est classée au Patrimoine mondial de l'Unesco depuis 1979.

L'espace d'une journée ou d'une demi-journée, marches dans les pas des anciens rois éthiopiens.

Caresse le sable accumulé sur les murs du château de Fasilides ou de l'impératrice Mentewab. Foule le sol chaud de la chancellerie, de la salle de banquet ou des écuries. Connecte-toi au Divin dans l'une des trois églises de Fasil Ghebbi.

Une excursion à Fasil Ghebbi te permet d'avoir bien plus que de belles photos. C'est une porte grande ouverte sur l'amélioration de ton Toi. Fonce !



4. La Grande Mosquée de Djenné

Construite en 1907, la Grande Mosquée de Djenné est le plus grand édifice en terre crue.

Oui, ... Ces 3025 mètres carrés sont uniquement faits en Doro (terre crue). Capable d'accueillir jusqu'à 1 000 personnes, la Grande Mosquée de Djenné est un vrai bijou architectural. Et le plus surprenant, c'est qu'elle a été bâtie en seulement un an.

Classée au Patrimoine mondial de l'Unesco depuis 1988, elle reflète à la perfection le style architectural soudano-sahélien. En parallèle, certains choix des bâtisseurs reflètent la forte influence des croyances islamiques.

Géante de terre crue, la Grande Mosquée de Djenné captive tous ceux qui la regardent. Face à elle, même les plus sceptiques plongent en état de grâce. Peut-être serait-il temps d'y planifier un voyage...



Maquillée, coiffée et habillée par Touch by Rhim Gabon

Whatsapp: +2410767222

Telefon: +24177767222

Tes aisselles sentent mauvais ? Trois astuces pour supprimer cette odeur

Dès que tu transpires un tant soit peu, tes aisselles dégagent une odeur forte. Même si c'est un processus 100 % naturel, cela te gêne. Découvre trois méthodes radicales pour te débarrasser d'une transpiration odorante.



1. Le citron

Achète un citron, de préférence bio.

À l'aide d'un couteau, découpes-en une lamelle relativement fine. Places cette dernière sous tes aisselles durant 15 minutes.

Grâce aux propriétés antibactériennes du citron, les microbes responsables des gaz sont éliminés. Attention cependant : le jus de citron étant abrasif et thermo sensibilisant, fais-le uniquement le soir et maximum deux fois par semaine.

2. Le vinaigre de cidre

Dans un pulvérisateur, mets de l'eau, du jus de citron et un peu de vinaigre de cidre. Secoue bien pour que tous les composés se mélangent.

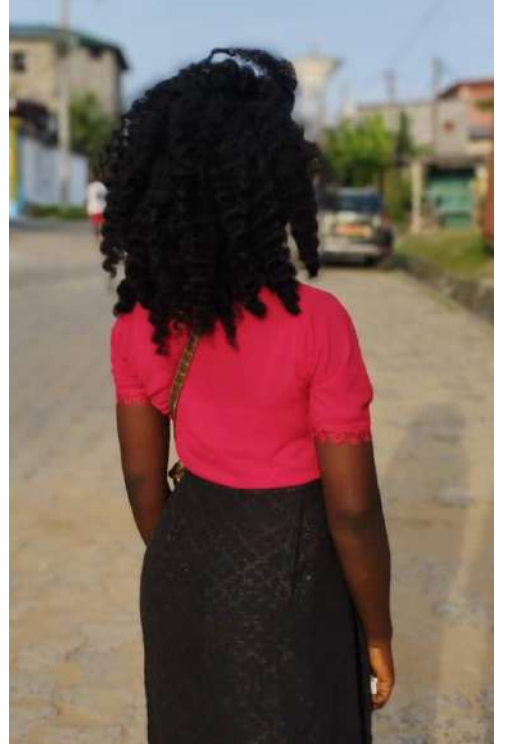
Deux fois par semaine, pulvérise ce mélange sur tes aisselles. Là encore, l'application doit uniquement être faite en soirée.

3. Le bicarbonate de soude

Pour finir, il reste un incontournable des recettes maisons : le bicarbonate de soude.

Une fois par semaine, mélanges du bicarbonate avec un peu d'eau. Étales-en une couche assez épaisse sur tes aisselles et attends 15 minutes. Simple et efficace.





Tel & Whatsapp: +237653125572
Facebook: Gewha Cosmetiques
Livraison mondiale à travers DHL

Pourquoi les Africaines n'acceptent pas leurs cheveux crépus ?

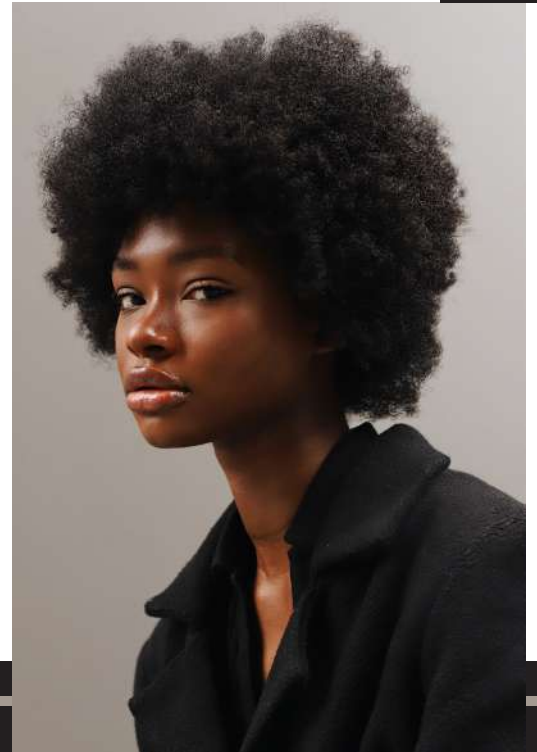
Ouh, l'article d'aujourd'hui va faire du bruit.

Je le sais. Je le sens. Et mon petit doigt me dit que toi aussi.

Aujourd'hui, nous allons parler de la relation complexe que les femmes Africaines entretiennent avec leurs chevelures. Comment, en quelques décennies, cet atout de séduction est-il devenu un sujet de moqueries ?

Car oui, je le dis d'entrée de jeu : pour moi, les Africaines n'acceptent pas leurs cheveux crépus.

Pourquoi ? Les études conduites m'ont permis d'identifier trois facteurs essentiels.



Pourquoi les Africaines n'acceptent pas leurs cheveux crépus ?

Je te lance un défi.

Pousses la porte de n'importe quel salon de coiffure. Avances vers une femme en train de se faire défriser les cheveux. Et demande-lui les raisons qui la motivent.

Neuf fois sur dix, elle répondra "mes cheveux naturels sont difficiles à coiffer".

Cassant, douloureux, sec, ... le cheveu afro est affublé de nombreux noms d'oiseaux. Et aucun qui ne soit de bon augure.

Au fil du temps, il a gagné la réputation d'être difficile et peu plaisant. Mais attends... Peut-être faudrait-il changer de perspective. Et si le problème n'était pas la nature du cheveu mais les soins qui lui étaient prodigués ?

Jusqu'au début des années 90, les cosmétiques vendus en grande surface et dédiés à l'entretien du cheveu afro se comptaient sur les doigts. Très souvent, il fallait se rabattre sur des huiles végétales ou des recettes traditionnelles transmises oralement.

C'est donc naturellement que 8 femmes noires sur 10 se rabattaient sur des produits capillaires destinés aux caucasiennes. Sauf qu'alors que le cheveu afro est sec, celui européen est gras. Il faut hydrater le premier et retirer l'excédent de sébum du second.

Que penses-tu qu'il se passe si tu te laves fréquemment les cheveux avec un shampoing asséchant ? Tes cheveux déjà fragiles deviennent plus secs, rêches et cassants.

Le son de cloche est le même pour les crèmes capillaires, les après-shampoings, etc.

Utiliser le mauvais produit ou avoir une routine inadaptée abîme irrémédiablement les cheveux.

Après des décennies à altérer leurs cheveux, les femmes noires ont intégré la pensée selon laquelle les cheveux naturels sont pénibles. Il n'en est rien. Il faut juste trouver les produits qui respectent sa nature et les coiffures qui lui rendent hommage.



Mythe n°2 : le cheveu naturel n'est pas beau

Héritage colonial quand tu nous tiens !

Ce préjugé découle directement de la maltraitance dont ont été victimes les peuples noirs. Et ce n'est pas moi qui le dis. L'UNESCO a officiellement reconnu le défrisage comme étant une conséquence de la traite négrière (source : unesdoc.unesco.org).

Durant la colonisation, les blancs étaient supérieurs, les noirs inférieurs.

Tout ce qui rappelait les traits caucasiens étaient donc positifs et mis en avant.

C'est pourquoi les esclaves de maison étaient généralement des noirs au teint clair tandis que ceux à la peau foncée étaient envoyés dans les champs.

Progressivement, le physique européen est devenu la norme de beauté. Avoir les cheveux lisses équivalait donc à gagner des points de charisme.

À titre de rappel, la première fois qu'un mannequin noir a défilé pour un créateur haute-couture, c'était en 1978 (source : lofficier.be). C'est dire à quel point le mal est ancré dans la société.

Défrisages excessifs, perruques, extensions capillaires, ... Consciemment ou inconsciemment, encore aujourd'hui, de nombreuses femmes se plient à ce diktat.



Mythe n°3 : le cheveu afro n'est pas pro

En 2023, aux États-Unis, Dove finance une étude sur la place du cheveu en milieu professionnel. Quand les résultats sont publiés par le Harvard Business Review, c'est un véritable séisme (source : hbr.org).

Face aux micros des enquêteurs, 2 990 femmes se sont confiées. Et Dieu, elles en avaient gros sur le cœur.

- Une femme noire sur cinq a été renvoyée à la maison à cause de ses cheveux.
- Un quart des femmes noires pensent qu'un job leur a déjà été refusé à cause de leurs coiffures.
- Le cheveu afro a 2,5 plus de chances d'être perçu comme "inapproprié au milieu professionnel".

Que dire de plus ? Ces chiffres sont sans équivoque.

Est-ce que les femmes Africaines ou Afro-descendantes n'acceptent pas leurs cheveux crépus ? Oui. Et malheureusement, elles sont loin d'être les seules.

Mbucky Team



COCOSWEET, c'est des vêtements que vous pourrez porter pour des cérémonies traditionnelles, pour le boulot et même pour aller à la plage...

www.cocosweet.com

Tel: +225 0709 5165 59

Facebook: Cocosweet



25% OFF
ON EVERYTHING

BLACK
FRIDAY

www.hairtrinity.shop

A black promotional banner for Black Friday. It features three gold balloons on the left and right sides. The text '25% OFF ON EVERYTHING' is in white, and 'BLACK FRIDAY' is in large white and gold letters. The website 'www.hairtrinity.shop' is at the bottom. Gold wavy lines frame the text.



TA DÉCORATION TE REND TRISTE. VOICI POURQUOI.

Le moral dans les chaussettes ? La sensation de ne pas être à ta place ? Au risque de te surprendre, il se pourrait que le coupable soit ta décoration d'intérieur.



Un esprit sain dans une maison saine

Au moment où tu poses le pied dans une maison en désordre, tu perds ta clarté d'esprit.

Fais l'expérience.

Quand tu es déprimée, tu as tendance à laisser s'accumuler les objets par-ci, par là. Et parce que tu vis dans un espace en désordre, tu es encore plus démoralisée. Un vrai cercle vicieux...

Au-delà de l'aspect esthétique, la décoration d'intérieur est aussi fonctionnelle.

Un espace bien aménagé est un lieu où l'on se déplace aisément, avec fluidité et où le regard trouve naturellement l'objet de ton désir. En foi de quoi, une maison bien rangée t'aide à te sentir bien dans tes baskets.





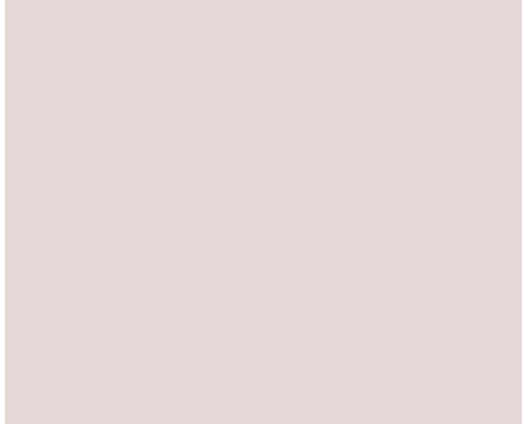
Des couleurs qui donnent la pêche

De nombreuses études ont prouvé que les couleurs impactent ton état d'esprit.

Portes une robe rouge et tu te sentiras immédiatement plus sexy. Entre dans une pièce blanche et c'est comme si l'air devient plus pur. Plonge tes yeux dans du bleu et tes songes prennent vie.

Les couleurs sont des leviers qui activent des émotions tapies en toi. Fais-en bon usage au moment d'aménager les lieux.

Mbucky Team



Boutique de Bijoux et accessoires
inspiration africaine

Facebook: Eth'nyk
Email: aethnyk@gmail.com

LES HOMMES NOIRS ET LE ROMANTISME INEXISTANT

C'est quoi le problème ?

Pourquoi nous ne sommes remplis que des « Martin Acero », et un peu moins de « Angel Salvador » ? Pourquoi y a-t-il plus de « dragueurs d'un soir » et moins de véritables hommes avec grand H ? Pourquoi les hommes noirs restent plongés dans la barbarie, malgré le fait que les choses changent ?

Nous ne leur demandons pas de nous acheter des bouquets de fleurs – même si ça fait toujours plaisir. Mais plutôt qu'ils fassent un peu d'efforts pour nous surprendre positivement.

L'amour s'entretient comme une fleur. Mais parfois, il faut se rendre à l'évidence. Les hommes noirs ne croient pas tellement à l'amour par le romantisme.



Comment le faire changer rapidement ?

À cette question, il n'y a pas vraiment de réponse certaine. Mes sœurs, nous ne voulons pas vous bercer d'illusions. Il faut être réaliste.

Changer un homme accro au football et à la bière... Pour en faire un homme romantique qui prends soin de vous... Ça ne se fait pas du jour au lendemain.

Toutefois, vous pouvez utiliser des méthodes plus douces et moins brusques. Premièrement lui faire baisser sa garde et par la suite, lui montrer exactement comment il doit se comporter.

- Exploitez ses moments de faiblesse pour lui faire part de ce que vous attendez de lui : Après un bon repas, ou bien dans vos moments d'intimité, ne perdez pas un seul instant pour lui parler réellement et sincèrement. Dites-lui de quoi vous avez réellement besoin, et la façon dont il doit s'y prendre pour vous l'offrir.
- Faites-lui plaisir et dites-lui ce que vous voulez : Vous le connaissez mieux que personne. Il est important de le plonger dans une ambiance où il se sent bien, où il est reconnaissant de vous avoir à ses côtés. Une fois qu'il est pris au piège, éduquez-le. Dites-lui comment il doit s'y prendre pour vous faire plaisir.

Partez de zéro... vous en ferez un héros

Pour l'instant, suivez-le à la trace. Tenez-le par la main et apprenez-lui les bases du romantisme. Vous verrez qu'à la fin, le reste se fera tout seul.

Ne croisez pas les bras en espérant qu'il change par magie. Changez-le avec le temps. Vous allez finir par apprécier ce qu'il devient et vous verrez que l'homme noir, n'est pas qu'une affaire de football et de bière. Croyez-moi, ça marche !

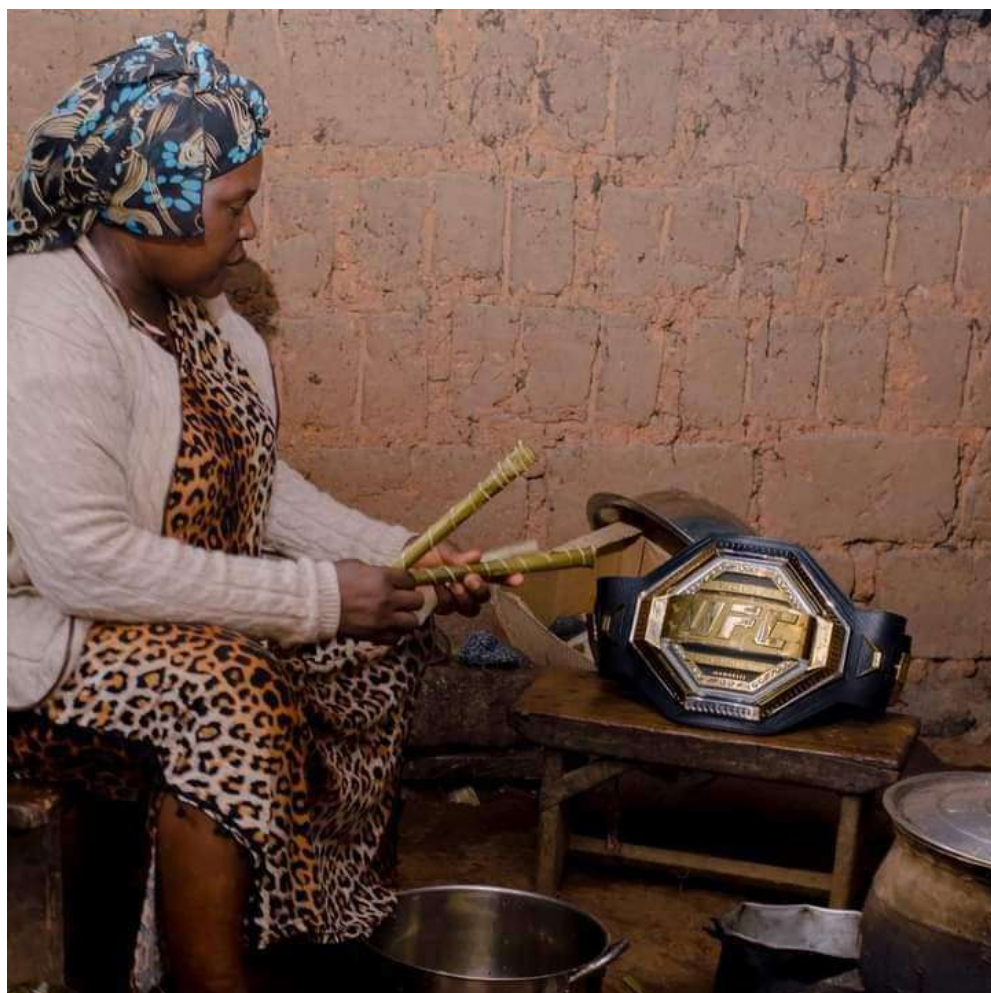


Enda veut dire “vas-y !” en swahili, la langue locale. Le design des chaussures est conçu pour l’Afrique et se fait en collaboration avec des athlètes kenyans.

Site web : <https://www.endasportswear.com/>
Mail : hello@endarunning.com



Francis Ngannou, Carrière : Combats, Record, Statistiques, Titres





Francis Ngannou est une grande star dans le monde des arts martiaux. Ce n'est pas seulement à cause de ses performances dans la cage, mais aussi à cause de son histoire, qui a fait de lui l'un des poids lourds MMA les plus redoutés.

À l'âge de 26 ans, Ngannou a poursuivi son rêve initial de devenir boxeur, mais son chemin a été semé d'embûches. Le Camerounais s'est retrouvé dans une prison espagnole alors qu'il se rendait à Paris après avoir quitté son pays d'origine. Arrivé dans la capitale française, Ngannou s'est retrouvé sans abri pendant un certain temps.

Cependant, après avoir rejoint la tristement célèbre MMA Factory, Ngannou s'est épanoui et est rapidement devenu l'une des plus grandes stars des arts martiaux mixtes, ce qui lui a permis de se hisser au sommet de la division des poids lourds de l'UFC.

Suite à ses succès, il reste et demeure d'une humilité sans pareil. Un exemple à suivre.

Mbucky Team





Mbucky Design interior

Sublimez votre espace de vie grâce à une visualisation 3D.

Whatsapp: +49 1768444 2793





FUNMILAYO RANSOME-KUTI : LA LIONNE DE LISABI

C'est le 25 octobre 1900 à Abeokuta, Nigeria, que Funmilayo Ransome-Kuti pousse son premier cri.

Née d'un roi et d'une couturière, la jeune femme bénéficie d'une éducation de haut-vol. Après de brillantes études au lycée d'Abeokuta et à Cheshire, en Angleterre, elle devient enseignante à Abeokuta.

Le 20 janvier 1925, elle dit oui au Révérend Israel Oludotun Ransome-Kuti. En 30 ans de mariage, le couple aura quatre enfants dont le roi de l'Afrobeat, Fela Kuti.

Désormais mère au foyer, Funmilayo s'engage corps et âme dans les luttes politiques.

En 1932, elle fonde ce qui deviendra l'Union des femmes d'Abeokuta.

Comptant plus de 20 000 membres, le syndicat dispense des cours d'alphabétisation aux commerçantes et promeut le droit des femmes, notamment le droit de femmes.



En 1947, après qu'elle ait tenu tête à un officier britannique, Funmilayo obtient le surnom de Lionne de Lisabi.

En 1949, elle exerce tellement de pression sur le gouvernement en place que le roi Alake Ademola II abdique temporairement. Le problème ? Les femmes de la tribu étaient soumises à une fiscalité arbitraire et oppressante. Hors de question que Funmilayo ferme les yeux.

Première femme à conduire une voiture à Abeokuta, membre du Conseil national du Nigéria et du Parti Camerounais, Funmilayo sera assassinée en 1978 par le gouvernement nigérian.

En dépit des préjugés, Funmilayo n'a jamais laissé qui que ce soit écraser ses valeurs. Intègre, elle a lutté pour la justice, et ça, même quand l'inégalité était la norme. Une belle leçon de conduite !

JUNE 2021 EDITION, NR. 21, GERMANY

MBOCKY

HOW TO BANNISH HOMOSEXUALITY FROM OUR CHILDREN'S HEADS?

HOW DO OUR MORNING STATEMENTS KEEP US MOTIVATED ALL DAY LONG

THE EFFECTS OF CORONA ON OUR **MENTAL HEALTH**

SHE'S IN A KNOW IT, BUT I STILL STAY.

Miss. **Ngintedem**
Real Estate Advisor in Germany

APRIL 2021 EDITION, NR. 19, GERMANY

MBOCKY

MENOOSHA MUZIKI
AND HER AIRS ABOUT HAIR SCRAPBOOK

AstraZeneca: What vaccines should know...

WHY DO BLACK WOMEN HATE THEIR HAIR

TIPS FOR ACHIEVING QUALITY EDUCATION FOR AN ONLY CHILD

JULIET 2020, N° 10, ALLEMAGNE

MBOCKY

PERDRE DU TEMPS OU METTRE SON TEMPS A PROFIT

IL ME TABASSE, MAIS JE L'AIME

LIBIDO ACTIVE, C'EST BON POUR LA SANTE

LE GENIE DE MADAME JOYCE FOY AVEC GLAM BOUTIQUE

EDITION FEBRUARY 2021, NO. 17, GERMANY

MBOCKY

CLARIS ANGAFOR
AUTHOR OF BOOK «GRIEF TO GRIT»

BLACK MEN AND NONEXISTENT ROMANCE

IS THE VACCINE THE SOLUTION TO CORONA?

IMPOSSIBLE IT JUST A WORD

890 YEAR-OLD MEDICAL SECRET UNHEARD!

EDITION: JANVIER 2021, NR. 16, ALLEMAGNE

MBOCKY

5 vraies façons de gagner de l'argent sur Instagram

5 CONSEILS POUR AMELIORER VOTRE SANTE MENTALE

MELANIE avec Kaizeea Artz (ILE MAURICE)

COVID est-il pire que la Première Guerre mondiale?

JE DOIS RESTER AVEC LUI, OU IL ME TUERA

NOV 2020, N° 11, ALLEMAGNE

MBOCKY

COVID19: LA VIE REPRENDRAIT TIMIDEMENT SON COURS.

NE LES ECOUTE PAS!

IL ME TUERAIT SI JE LE QUITTE, QUE FAIRE?

BIEN S'HYDRATER: C'EST VITAL!

LE GENIE DE MADAME SYLVIE NGOUE AVEC CLUB KIZOMBA 237

Version N°1 Octobre - Novembre 2019

MBOCKY

on dévoile tout

INFORMATIONS SUR LES MEILLEURS PRODUITS ET SERVICES DU CAMEROUN

COMMENT RETROUVER L'HARMONIE SEXUELLE LORSQUE NOTRE PARTENAIRE S'ÉLOIGNE?

A CACHE-CACHE AVEC SOI-MÊME: QUAND L'ACTIVITE CONTREDIT LA PENSEE

FEMMES CAMEROUNAISES INSPIRANTES

Pourquoi je suis en couple AVEC MON SÉRIÉUX ?

SEPTEMBER 2020, N°13, GERMANY

MBOCKY

NAMIBIA SAID NO TO GERMANY

Mrs. AMANDA ETINGE WITH AFRICAN MOBILE FOODSTORE

12 MARKETING-SALES TIPS

OVERCOME FATIGUE WITH NATURAL PRODUCTS

MY SALARY BELONGS TO MY HUSBAND...

EDITION: OCTOBRE 2020, N° 14, GERMANY

MBOCKY

BACK TO SCHOOL CORONA STYLE

I DON'T LOVE HIM, BUT I MARRIED HIM

CERVICAL SCREENING

6 HABITS THAT KEEP YOU BROKE

MS. FADNA DIAWARA, DESIGNER OF THE AFRICAN SMARTPHONE KUNFABO

NOVEMBRE 2019

MBOCKY

ON DEVOILE TOUT!

Cheveux Crépus, enfin une solution!

Pédophilie, problèmes psychiques ou diaboliques?

SECRETS DES FEMMES CAMEROUNAISES ENTREPRENEURES

IMMIGRATION TRAVAILER EN ALLEMAGNE CLE MAIN

L'homme = bébé géant.

ALLEMAGNE, JUIN 2020, NR. 9

MBOCKY

LA POLYGAMIE EST-ELLE UNE SOLUTION POUR L'INFÉLICITÉ?

COMMENT PRENDRE SOIN DE SON INTIMITÉ?

LE GENIE DE MME PAMELA TAKAMI AVEC L'YVY BOX

LE POUVOIR DE L'OBJECTIF

EDITION: ALLEMAGNE DÉCEMBRE 2020, NR. 15

MBOCKY

CLIN D'ŒIL SUR LE MONDE: NOËL AVEC CORONA EST-CE POSSIBLE?

EDITION SPECIALE: Le Parcours de 14 DAMES puissantes et inspirantes

INTERVIEW Ornella Eboko: Fondatrice de FRIKAKIDZ TV

MON HISTOIRE: Il m'a quitté car je suis stérile

ETAT D'ESPÉRANCE: ÉQUILIBREZ VOTRE CERVEAU À SE CONCENTRER

JUNE 2021 EDITION, NR. 21, GERMANY

MBOCKY

HOW TO BANNISH HOMOSEXUALITY FROM OUR CHILDREN'S HEADS?

HOW DO OUR MORNING STATEMENTS KEEP US MOTIVATED ALL DAY LONG

THE EFFECTS OF CORONA ON OUR **MENTAL HEALTH**

SHE'S IN A KNOW IT, BUT I STILL STAY.

Miss. **Ngintedem**
Real Estate Advisor in Germany

SPECIAL EDITION NOVEMBER 2022

MBOCKY

L'ÉQUIPE DES CARDIOLOGUES EN PLACE

LE DJAMBO N'AME PAS LA PANIQUE

CAMEROUN PAYS DE LA NON-CAMARÉRIE

SI ON NE GAGNE PAS, ON ÉCRIV L'HISTOIRE

LES LIONS INCOMPTABLES AU QATAR

NGO MBOCK LINE SUPPORTRICE

IMPOSSIBLE N'EST PAS CAMEROUNAIS

DECEMBRE 2019 N°3

MBOCKY

LE GENIE DE LA FEMME AFRICAINE AVEC BINKU

EDITION: NOVEMBRE NR. 14, ALLEMAGNE

MBOCKY

CHINE - ETATS UNIS: LE MONDE EN DANGER...

JE N'ACCOCHE QUE DES FILLES, MON MARI VOUDRAIT AVOIR UN GARÇON, QUE FAIRE?

ANTA KATOUSHA AVEC KATOUSHAIR

LE CERCLE VICIEUX DES RÉGIMES

PENSER ET DEVENIR RICHE EN 12 ÉTAPES