

PROVINCES

provinces.union@sonapresse.com

Port-Gentil: conférence sur les arthroses

Jean-Paulin ALLOGO
Port-Gentil/Gabon

UNE conférence sur le thème " Les arthroses, comment s'en débarrasser définitivement " a été animée récemment au service provincial de la famille.

Organisée et coordonnée par deux femmes leaders de Longrich à Port-Gentil, Odette Moussavou et Cécile Abeme Ella, cette rencontre qui a drainé du monde était animée par Dr Fabien Mba Ondo, médecin généraliste, assisté d'Edwige Mbengué du Cameroun, qui fait dans la thérapie cantie. Selon Dr Fabien Mba Ondo, l'arthrose est due à la mauvaise alimentation. C'est une destruction du cartilage osseux et d'autres composants de l'articulation, tel le changement du liquide synovial ou de son absence, provoquant ainsi le frottement des deux os du genou.

Aussi a-t-il informé l'auditoire sur les bonnes habitudes à adopter pour se mettre à l'abri. " Boire de l'eau chaude citronnée au lever, et un verre d'eau chaude le soir au coucher. Éviter de l'eau ou jdu us glacé, toutes fritures, viande, farine et le cube Maggi ", a-t-il conseillé. Il a également énoncé les bons comportements alimentaires à adopter. " Manger 5 fruits par jour. Au besoin faire une salade de fruits composée de banane douce, mandarine, pomme, pastèque, papaye, orange... matin et soir. Et des légumes, sans oublier de prendre du citron qui est un produit alcalin et non acide ", a-t-il égrainé.

Mais aussi se débarrasser de l'excédent de poids par l'exercice physique et le régime alimentaire. Éviter les comprimés amaigrissants, l'obésité qui cause l'arthrose, l'hypertension artérielle, l'accident vasculaire cérébral (AVC), les convulsions, la mort.



Photo: Jean Paulin Allogho
Vue de l'assistance.

PETITES ANNONCES

IMMOBILIER

17973 — Vend villa 3chs, clôturée à Angondjé Sherko 35M. 062 09 96 21

cher emploi. Tel 077 49 96 61

17916 — Tog Cuis cher empl.077 04 76 45/066 95 38 17

EMPLOI OFFRE

17868 — Couple sans enfant, cherche personne pour tenir une maison à la sablière (cuisine et ménage). Expérience exigée, références appréciées. Tels : 066 40 10 27/077 02 21 39

17949 — Jeune dame cherche emploi ménagère 3X/semaine. 074 98 43 07

17950 — Jeune dame cherche emploi ménagère logée-nourrie. 066 87 71 28

EMPLOI DEMANDE

17863 — cuisinier pâtissier cher-

17953 — Dame Togolaise cherche emploi ménagère.Tél: 077 67 84 41

17979 — Gabonaise cher empl ménagère logée&nourrie, nou-nou simple. 062 75 70 44

AVIS

TRACTAFRIC GABON

La société TRACTAFRIC GABON porte à la connaissance de son aimable clientèle de la fermeture de son magasin de PIÈCES DE RECHANGES pour cause d'inventaire, du 17/10/2022 au 23/10/2022.

Afin d'éviter tout désagrément, TRACTAFRIC GABON invite tous ses clients à prendre les dispositions nécessaires pour anticiper leur besoin.

TRACTAFRIC GABON remercie sa clientèle de sa bonne compréhension et du respect des termes du présent communiqué. 17920

Agence Nationale de l'Aviation Civile

L'Agence Nationale de l'Aviation Civile recrute pour la Délégation provinciale de l'Ogooué-Maritime :
Une (01) Assistante de direction

NIVEAU DE FORMATION :

Etre titulaire d'un diplôme de niveau Bac+2 minimum (BTS/DUT en secrétariat de Direction / Assistanat de Direction)

EXPERIENCE PROFESSIONNELLE REQUISE :

Minimum deux (02) ans d'expérience dans un poste similaire.

Les candidates doivent être de nationalité gabonaise et résider à Port-Gentil. Les dossiers de candidature comprenant CN I, CV, lettre de motivation, copies de diplômes certifiées conformes, attestations de formation /certificats de travail, Casier judiciaire sont à déposer à la Délégation provinciale de l'ANAC de l'Ogooué-Maritime sise à l'ancien aérogare de l'aéroport de Port-Gentil (en référence l'offre parue dans le quotidien). Clôture de réception des dossiers : 22 octobre 2022. 17931

MARQUE MOOV AFRICA - GABON TELECOM

La marque MOOV AFRICA - GABON TELECOM convie son aimable clientèle ayant au moins deux (2) factures impayées au 30 septembre 2022, au titre des prestations Fixe-Internet et Mobile, à bien vouloir régulariser leur situation dans ses Agences Commerciales avant le 17 octobre 2022. Passé ce délai, La marque MOOV AFRICA - GABON TELECOM se réserve le droit de procéder à la résiliation de nos prestations.

Aussi, pour éviter tous déplacements, nous vous invitons à régler vos factures via Moov Money. Recharger votre compte dans le point de recharge agréé le plus proche de chez vous.

La marque MOOV AFRICA - Gabon Telecom remercie sa clientèle de sa bonne compréhension et du respect des termes du présent communiqué.

LA DIRECTION.

17801

Passez votre PETITE ANNONCE Depuis chez vous



Envoyez vos textes et /ou photos par Whatsapp au 077 91 87 07 ou par mail : pa-lbv@sonapresse.com, et recevez un devis pour parution.

Règlements par Airtel Money et Moov Money en semaine de 8h à 16h, dimanche et les jours fériés de 12h à 15h.

Code commerce : UNION

AVIS DE DÉCÈS



LES CLANS : Dibûre-Simbu - Bagambu -Mussanda

Les descendants des feus Mathias MBOUMBA Michel NDONGOU MBOUTSOU;

Mesdames charlotte DINGUELI Di MOULOUBI et Ambroisine MOUSSAVOU;

Messieurs Zéphirin RAYITA, Benoit Jacquard MOUGOLA et Sébastien NZOUMBA NGONDY, leurs frères,

sœurs, enfants et petits-enfants, ont la profonde douleur d'annoncer aux parents, alliés, amis et connaissances, le décès de leur fille, sœur, mère et grand-mère CECILE MILEBOU «Mame dine», survenu à Libreville le 07/10/2022, dans sa 92ème année.

Le programme des obsèques fera l'objet d'un communiqué ultérieur. 17921



Les clans ASSONO, ADJENA, AVANDJI, EMONDO N' ANDIMBA, AVANGE, AVOGO N'ABOULIA, AGENDJE et Alliés ;

Les Enfants OZENGA Y'OGOULA Y'OZENGA, ILOUGOU GN'OGOULA Y'OZENGA, IYINI GN'OGOULA Y'OZENGA, leurs fils

et petits-fils, ont la profonde douleur d'annoncer aux parents, amis et connaissances de Libreville, Port-

Gentil, Omboué et Ntchonga, le décès de leur Neveu, frère et Oncle, MANDI Laurent, survenu le 2 Octobre 2022 à Libreville des suites d'un accident de la circulation.

Le programme des obsèques fera l'objet d'un communiqué ultérieur. 17930



Les clans Dibambe Kadi, Fumu Tsi Mbatsi, Mubande, Mombi, Budjale et les familles Nzambe Douvelou, Moulombe Nzale ont la profonde

douleur d'annoncer aux parents, amis et connaissances de Mouila, Lambaréné, Port-Gentil et Libreville

le décès de leur fils, oncle et neveu FOUBOU DOUVELOU Jean, Ancien

Conseiller d'Ambassade, Ancien Conseiller Spécial à la Présidence de

la République, survenu le 10/10/22 à l'Hôpital d'Instruction des Armées d'Akanda des suites d'une affection médicale. Le programme des obsèques fera l'objet d'un communiqué ultérieur. 17936



Les clans ETSITSABA, EBEGBI, EBIFIL et YEFA

M. NGOME BITEGHE Pierre Alain et familles ont la profonde douleur

d'annoncer aux parents, amis et connaissances le décès de leur épouse et belle-fille, Mme NGOME BITEGHE

Martine née MIKOLO MOUGOLA, survenu le 09 octobre 2022.

Le programme des obsèques est arrêté comme suit :

- Vendredi 14 octobre 2022 : 14h30 : Sortie du corps de GABOSEP;

15h : Messe en l'Eglise Saint Michel de NKEMBO, Veillée au domicile d'Avéa I;

- Samedi 15 octobre 2022 : 10h : Inhumation au cimetière de Mindoubé. 17942

Monsieur André NZIGOU et Madame, enfants et famille



Ont la profonde douleur d'annoncer aux parents, amis et familles alliées, le décès survenu à Libreville, de leur fils, frère, neveu et petit-fils Arnaud Sylvere MOUSSAVOU.

Le programme des obsèques fera l'objet d'une communication ultérieure. 17962

CHAMBRE NATIONALE DES HUISSIERS DE JUSTICE DU GABON



La Chambre Nationale des Huissiers de Justice du Gabon a le regret d'annoncer le décès de Maître Rosine Mélanie MAKAYA, Huissier de Justice près les Juridictions de Libreville, survenu le 22 septembre 2022.

La cérémonie officielle des hommages du Corps Judiciaire à l'illustre disparue aura lieu au Palais de Justice de Libreville, le vendredi 14 octobre 2022

de 10h00 à 11h00mn. 17977