

# NUTRITION ET LETTRE DES JEUX

Jeux de la Francophonie, Kinshasa 2023, 28 juillet au 6 août.



## GASTRONOMIE ÉQUILBRÉE, DIVERSIFIÉE ET INTERNATIONALE

Qu'y aura-t-il au menu pour les artistes et sportifs qui participeront aux [Jeux de la Francophonie](#) à Kinshasa ? Gastronomie locale, internationale, diététique et énergétique respectant les normes de haut niveau seront proposées.

- **Des repas sains et équilibrés**

Des menus variés, équilibrés et aux normes d'hygiène sont prévus. Les menus proposés sont élaborés avec des diététiciens afin de répondre aux besoins nutritionnels et énergétiques.

Catherine Naulleau, experte en nutrition, dotée de 15 ans d'expérience, est missionnée par le Comité International des Jeux de la Francophonie (CIJF) pour apporter un appui/conseil sur le volet nutrition.

- **Une gastronomie ouverte sur le monde**

C'est une cuisine locale et internationale qui sera proposée à Kinshasa. A l'image de l'événement, c'est une cuisine ouverte sur le monde que les participants pourront tester.

- **Des repas sur-mesure**

Les compétitions et entraînements prenant du temps aux artistes et sportifs, des paniers repas seront disponibles lorsqu'ils ne pourront pas manger sur le Village des Jeux. De plus, les menus prendront en compte les habitudes alimentaires des candidats qu'elles soient culturelles ou religieuses.



## LETTRE D'INFORMATION DES JEUX DE LA FRANCOPHONIE

N° 6 - Juin 2023

### 3000 jeunes artistes et sportifs seront en compétition cet été à Kinshasa !

Zeina MINA, Directrice du CIJF, invitée du Press Club de France. Dans le cadre de ses entretiens, le Press Club de France accueille Zeina MINA Directrice du Comité International de la Francophonie. Zeina Mina nous parle des prochains Jeux de la Francophonie qui se déroulent à Kinshasa du 28 juillet au 6 août 2023, qu'elle a préparés avec des équipes basées à Paris et dans la capitale de la RDC . Elle évoque d'une part les défis, les opportunités pour les compétiteurs et le rayonnement de cet évènement pour le sport et la culture francophones.

Retrouvez l'intégralité de la lettre d'information [ICI](#).



## RAPPEL : ACCRÉDITATIONS

Les demandes d'accréditations sont désormais ouvertes aux médias.

[Demandez votre accréditation](#)

[Guide d'accréditation téléchargeable](#)



## AGENDA CIJF

### 9 - 10 juin

Pré-visite des délégations à Kinshasa.

### 8 - 12 juin

Formation des agents de contrôle antidopage.

### 28 juin

Date limite pour les inscriptions nominatives définitives en sport et finalisation des inscriptions nominatives des artistes sélectionnés.

### 30 juin

Date limite de réalisation des minimas (athlétisme et athlétisme handisport).



## UN ÉVÉNEMENT D'ENVERGURE INTERNATIONALE

Les IXes Jeux de la Francophonie se dérouleront en République Démocratique du Congo, à Kinshasa durant 10 jours du **28 juillet au 6 août 2023**.

Quand la jeunesse, les arts et le sport se retrouvent tous les 4 ans sur une même scène et témoignent de la solidarité francophone, cela donne « les Jeux de la Francophonie ».

Plus de 40 délégations sont attendues, avec des participants âgés de 18 à 35 ans comptant ainsi plus de 1500 jeunes, artistes et sportifs, issus des Etats et gouvernements membres de l'Organisation internationale de la Francophonie (OIF).



**PROGRAMMATION OFFICIELLE**

**11 concours culturels**  
chanson, contes et conteurs, danse de création, littérature (nouvelle), photographie, peinture, sculpture/installation, hip-hop (danse), marionnettes géantes, jonglerie avec ballon, création numérique

**9 compétitions sportives**  
athlétisme, lutte libre et lutte africaine, basket-ball féminin, football masculin, judo, tennis de table, handisport (athlétisme), cyclisme sur route (en animation)

**Des cérémonies**  
(ouverture, clôture et gala des lauréats) officielles et festives retransmises en direct sur des chaînes internationales

**De multiples animations périphériques**

Toutes les informations ICI

Les visuels des années précédentes ICI



JEUX DE LA  
FRANCOPHONIE  
JEUNESSE, ARTS ET SPORTS



RD CONGO  
KINSHASA 2023  
IX<sup>ES</sup> JEUX DE LA FRANCOPHONIE

#### CONTACT CIJF

**Nathalie HENEMAN-MEJEAN**  
Comité international des Jeux de la Francophonie  
Responsable Communication et Marketing  
[www.jeux.francophonie.org/medias](http://www.jeux.francophonie.org/medias)

#### 3D MEDIA

**Xavier Kadio**  
[xavierkadio@gmail.com](mailto:xavierkadio@gmail.com)

#### CONTACT MEDIA

**Elodie BONNIN**  
Agence BernasCOM  
Directrice Communication  
[elodie.bonnin@bernascom.com](mailto:elodie.bonnin@bernascom.com)  
Mob. +33 6 82 27 87 42  
[www.bernascom.com](http://www.bernascom.com)

#### MÉDIAS NATIONAUX

**Ententes CNJF :**  
[patricia.panzu@kinshasa2022.org](mailto:patricia.panzu@kinshasa2022.org)

#### Relations Médias :

[teddy.gile@kinshasa2022.org](mailto:teddy.gile@kinshasa2022.org)