



**MEDIA
EXPERT**

AGENCE DE PRESSE ET DE COMMUNICATION

Communiquons différemment

GAZA

Plus de 1700 membres du personnel
médical tués et 330 arrêtés
depuis octobre 2023 P.13

64^e anniversaire de la Fête de l'Indépendance

De nouveaux acquis pour l'Algérie dans sa démarche de transformation numérique



Pages 2&3



**Logim EXPO**
Le Salon du logement et de l'immobilier

1^{ER}
RENDEZ-VOUS DE L'IMMOBILIER
EN ÉTÉ

 **15 AU 19**
JUILLET

 **CCO ORAN**
LE MÉRIDEN

+213 770 31 94 14
WWW.LOGIMEXPO.COM

ORGANISÉ PAR

 **ULTIMATE
STATION**

 **bomedia**

**MEDIA EXPERT
COMMUNICATION
L.T.D**

SARL Media Expert PRO
Rédaction: 23 Lot Issat Idir Local N°3 Bir El Djir Oran
Web: www.mediaexpert-dz.net
Mail: admin@mediaexpert-dz.net

Media Expert
Mardi 7 Juillet 2026
Quotidien National Economique
N° 2291 - Prix 30 DA



Transports

Installation de M. Ali Kessaci, dans ses nouvelles fonctions de DG de la SNTF

M. Ali Kessaci a été installé dans ses nouvelles fonctions de Directeur général de la Société nationale des transports ferroviaires (SNTF), indique un communiqué du ministère de l'Intérieur, des Collectivités locales et des Transports.

"En application des instructions du ministre de l'Intérieur, des Collectivités locales et des Transports, M. Saïd Sayoud, le secrétaire général (SG) du ministère a présidé, samedi 4 juillet 2026, la cérémonie d'installation de M. Ali Kessaci, dans ses nouvelles fonctions de Directeur général de la Société nationale des transports ferroviaires (SNTF)", lit-on dans le communiqué.

La cérémonie d'installation s'est déroulée en présence de l'inspecteur général du ministère, du directeur général de la Mobilité et de la Logistique, du directeur général de l'administration générale et de la directrice de la réglementation et des Affaires juridiques, ainsi que des cadres centraux et des PDG des filiales de la SNTF, conclut le communiqué.

L'Algérie prendra part à la Foire internationale de Damas du 26 août au 4 septembre

L'Algérie prendra part à la 63e édition de la Foire internationale de Damas, prévue du 26 août au 4 septembre prochains à la Cité des foires de Damas (Syrie), a indiqué un communiqué du ministère du Commerce extérieur et de la Promotion des exportations.

Cette foire figure parmi les événements économiques et commerciaux multisectoriels phares, couvrant divers domaines, à l'instar de la construction, de l'agroalimentaire, de la technologie, de l'énergie, et de l'industrie, toutes branches confondues, précise-t-on de même source.

Elle vise à offrir un espace propice au renforcement des partenariats stratégiques entre les entreprises internationales et leurs homologues locales, de manière à appuyer les efforts de reconstruction et à contribuer à la promotion du développement économique dans différents secteurs. Dans son communiqué, le ministère invite les opérateurs économiques souhaitant prendre part à cet événement à s'inscrire via le lien dédié à cet effet sur son site web.

Initiative éducative "Summer Camp 2026" au profit des enfants de la diaspora séjournant en Algérie

Une initiative éducative, culturelle et de loisirs a été lancée au profit des enfants de la communauté nationale établie à l'étranger qui séjournent en Algérie à l'occasion des vacances estivales, en vue de renforcer leur lien avec leur patrie d'origine et de consolider leur identité nationale et culturelle, indique samedi un communiqué conjoint du ministère des Affaires étrangères, de la Communauté nationale à l'étranger et des Affaires africaines, du ministère de l'Education nationale, et du ministère de la Jeunesse.

L'initiative éducative "Summer Camp 2026" s'adresse aux enfants âgés de 8 à 16 ans et se déroulera pendant les mois de juillet et d'août dans les wilayas de Chlef, Béjaïa, Biskra, Tlemcen, Tiaret, Alger, Jijel, Sétif, Skikda, Annaba, El Bayadh, El Oued, Khenchela et Aïn Témouchent, à travers trois sessions pédagogiques", précise la même source. A travers des classes d'enseignement complétées par des activités pédagogiques, culturelles et de loisirs, cette initiative "vise à renforcer les liens des enfants de la communauté avec leur patrie d'origine, à consolider leur identité nationale et culturelle et à promouvoir les différentes composantes de leur patrimoine linguistique, historique, culturel et religieux". Dans ce cadre, le ministère des Affaires étrangères invite les familles de la communauté nationale résidant à l'étranger à inscrire leurs enfants afin de leur permettre de vivre une expérience éducative et culturelle enrichissante en Algérie, conclut le communiqué.

ONPO

Ouverture des candidatures et des inscriptions pour l'organisation de la prochaine saison du Hadj

L'Office national du pèlerinage et de la omra (ONPO) a annoncé dans un communiqué, l'ouverture, à partir de lundi, des candidatures et des inscriptions à l'ensemble des agences de tourisme et de voyages souhaitant organiser la saison du Hadj 1448H/2027.

Les agences souhaitant organiser la prochaine saison du Hadj pourront "s'inscrire et retirer le cahier des charges relatif à cette opération à partir du 6 juillet 2026, via le portail algérien du Hadj: <https://bawabetelhadj.dz> et le site officiel de l'ONPO: <https://onpo.dz>", précise le communiqué. Par ailleurs, "les dossiers de candidature devront être déposés au siège de l'office à Alger à partir du 7 juillet".

"La date limite de réception des dossiers de candidature est fixée au 13 juillet 2026 à 12h00", selon la même source.

La numérisation doit s'accompagner d'un système statistique d'une très grande précision



Le président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, a souligné lors d'une visite de travail et d'inspection dans la wilaya d'Alger, que l'Algérie était effectivement entrée dans l'ère de la numérisation et que celle-ci devait s'accompagner d'un système statistique d'une très grande précision, à même de disposer des indicateurs économiques nécessaires à la prise de décision et d'écarter définitivement toute donnée approximative. Lors d'un exposé présenté à l'occasion de l'inauguration, à Mohammadia, du Centre national algérien des services numériques, dans le cadre de la célébration du 64e anniversaire de la Fête de l'Indépendance et du Recouvrement de la souveraineté nationale, le président de la République a précisé que la numérisation "doit être accompagnée d'un système statistique d'une très grande précision", car "sans statistiques, nous ne pouvons pas aller loin".

Il a insisté sur l'impératif de disposer des différentes données économiques, notamment celles relatives à la consommation, aux importations et à la production, lesquelles doivent reposer sur des chiffres exacts et non sur des données approximatives.

Le président de la République a, à cet égard, souligné que "le progrès et la croissance économiques ne sauraient se réaliser sans la numérisation", ajoutant que l'Algérie était "officiellement" entrée dans l'ère de la numérisation, laquelle permettrait, a-t-il dit, de faciliter le quotidien du citoyen, particulièrement grâce à la dématérialisation de nombreuses transactions et procédures, notamment administratives.

Entre autres objectifs, la numérisation vise à contribuer à la protection du pays à travers des mécanismes de contrôle sécuritaire et économique, mais aussi à "barrer la route aux pratiques du passé, telles que la falsification, la fourniture d'informations erronées et autres", a-t-il souligné.

Lors de cette inauguration, le président de la République a suivi un exposé sur les différentes structures du Centre national algérien des services

numériques, conçues conformément aux normes internationales les plus récentes en matière de construction, de sécurité et de flexibilité opérationnelle des centres de données. Ce Data Center repose sur un mode d'exploitation technologique moderne garantissant une surveillance continue, un fonctionnement efficace, en sus du maintien de la disponibilité de l'infrastructure de cloud computing des installations de données.

Par ailleurs, concernant le nouveau siège du ministère de l'Habitat, de l'Urbanisme, de la Ville et de l'Aménagement du territoire, inauguré dans la commune de Dely Ibrahim au cours de cette visite, le président de la République s'est félicité de ce nouvel édifice réalisé dans "un délai très court".

Il a souligné que le ministère dispose désormais des moyens lui permettant de travailler davantage et d'accomplir de nouvelles réalisations dans le domaine de l'urbanisme et de la construction en Algérie, à travers la réalisation de millions de logements.

Après avoir adressé ses félicitations pour cet acquis dont a été doté le ministère, le président de la République a affirmé que les réalisations accomplies par le secteur "honorent l'Algérie ainsi que le secteur lui-même".

Après avoir inauguré le nouveau siège, le président de la République a visité certaines de ses structures, notamment la terrasse surplombant le site.

Le Président a également chargé le ministre de l'Habitat, de l'Urbanisme, de la Ville et de l'Aménagement du territoire de transmettre ses salutations et ses encouragements à l'ensemble des cadres et travailleurs du secteur.

DES RÉSULTATS POSITIFS ENREGISTRÉS À TOUS LES NIVEAUX

Le président de la République a tenu à saluer le rôle du secteur de l'Habitat qui contribue "dans une large mesure" à l'édification de la société.

Il a également mis en avant les résultats positifs réalisés par l'Algérie dans

les domaines économique, social et politique ainsi qu'en matière d'aménagement du territoire, à travers tout le pays. Lors de la pose de la première pierre du projet de réalisation de l'Institut algérien de thérapie cellulaire et génique à Rahmania, le président de la République a insisté sur la nécessité d'achever ce projet dans les délais impartis, soit 16 mois. Il a mis en exergue l'importance de cette spécialité qui sera développée au sein de cet établissement de santé, lequel sera doté de services de traitement, de recherche et de formation dans les domaines de la médecine régénérative et des biotechnologies.

Concernant l'Etablissement hospitalier spécialisé en cardiologie et chirurgie cardiaque pédiatrique inauguré à Mahelma, au cours de cette visite, le président de la République a mis en avant l'importance de ce centre, qui permettra de prodiguer les soins nécessaires aux enfants dès leur naissance, soulignant que l'Algérie a franchi de grands pas dans ce domaine.

Il a, à ce titre, affirmé que l'Algérie franchira, grâce à ces projets de santé, une nouvelle étape en matière de prise en charge sanitaire des citoyens, saluant, par là même, les efforts déployés par l'ensemble des cadres.

Le président de la République a, en outre, remercié l'ensemble des scientifiques algériens établis à l'étranger pour leur contribution au processus de développement national. Il a salué, tout particulièrement, les scientifiques dans les domaines spatial et médical, ainsi que tous les scientifiques algériens ayant contribué et participé récemment au lancement du Haut conseil de la communauté scientifique nationale à l'étranger.

Après avoir procédé à la pose de la première pierre du projet de réalisation d'une salle de grands spectacles à Ouled Fayet, d'une capacité de 10.000 places, le président de la République a souligné que cette structure culturelle sera de niveau international, précisant que d'autres projets similaires seront réalisés ultérieurement au niveau des grandes villes du pays. APS

De nouveaux acquis pour l'Algérie dans sa démarche de transformation numérique



Avec le lancement du Système national d'information agricole, l'Algérie aura franchi une nouvelle étape qualitative dans sa transformation numérique, dans le cadre d'une vision globale reflétant la volonté de consacrer l'efficacité dans la gestion de tous les secteurs, et ce à la veille de la mise en service du portail numérique national comme guichet unique des services publics, ce qui donnera une nouvelle dimension à la numérisation dans le pays.

La mise en service de ce nouveau système dans le secteur agricole, conçu par de jeunes compétences algériennes, reflète l'importance centrale qu'occupe désormais la numérisation dans les différents secteurs d'activité, dont l'agriculture en tant que secteur stratégique. Il constitue ainsi un nouvel acquis pour l'Algérie dans le cadre de son orientation vers la mise en place d'un écosystème d'économie numérique.

Le système d'information agricole annoncé lundi dernier vise à fournir des données fiables et actualisées afin de renforcer la gouvernance et d'appuyer la prise de décision aux niveaux central et local dans un secteur important, dans le cadre de la mise en œuvre du plan d'action du secteur agricole pour l'année 2026.

Ce système, dont la mise en service s'effectuera par étapes, comprend la collecte des données relatives aux différentes fonctions et activités liées à l'activité agricole, leur gestion et leur sécurisation. Il permet aussi à l'administration d'actualiser ces données à partir de leur collecte, leur traitement et leur analyse, jusqu'à leur exploitation.

Ce dispositif numérique comprend également un tableau de bord central destiné aux responsables centraux ainsi que des interfaces d'exécution dédiées aux directions des services agricoles et aux subdivisions. Sa première version est consacrée au suivi de la campagne de moisson-battage, permettant la saisie et l'analyse des données quotidiennes relatives au déroulement de la campagne ainsi que le traitement des problèmes constatés sur le terrain. Parmi les mesures prises pour moderniser le secteur figurent la plateforme numérique d'inscription et de suivi du

déroulement de l'opération de vente des moutons importés pour l'Aïd El Adha de cette année, ainsi que la création récente d'une page sur le site du ministère de l'Agriculture permettant au citoyen de consulter, en toute transparence, les autorisations et agréments accordés par le ministère aux opérateurs économiques, notamment dans le domaine de l'importation.

L'Algérie a œuvré, particulièrement au cours des deux dernières années, à s'orienter résolument vers la réalisation d'une transformation numérique globale, en application des instructions du président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, dans le cadre d'une vision stratégique à l'horizon 2030, traduisant la volonté de l'Etat de consacrer la transparence et l'efficacité dans la gestion de l'ensemble des secteurs.

Le président de la République avait souligné, à plusieurs reprises, l'importance vitale de la numérisation, estimant que sa généralisation "est devenue une nécessité incontournable" et que "l'intégration de tous les secteurs dans ce processus n'est plus une option", exprimant son rejet de tous les arguments pouvant être avancés pour justifier le retard dans l'intégration à cette démarche.

UNE NOUVELLE TRANSFORMATION TECHNOLOGIQUE À L'HORIZON

Le président de la République avait insisté sur le fait que "l'Algérie est parvenue à un niveau très avancé dans la numérisation des informations et des données dans tous les secteurs", soulignant que "la mise en service effective du portail de la numérisation vise à améliorer la gestion, réduire les dépenses et assurer l'efficacité dans l'administration des affaires de l'Etat et du citoyen, dont la vie sera facilitée de plus en plus, renforçant ainsi le bien-être". Le processus de transformation numérique en Algérie a connu des évolutions rapides et profondes au cours des dernières années, notamment avec la création du Haut-commissariat à la numérisation, chargé de piloter les projets de numérisation sectoriels ainsi que les projets stratégiques, d'en assurer le suivi et l'évaluation, afin de garantir l'accès à des informations ins-

tantanées et précises dans les différents domaines.

Le Haut-commissariat a supervisé l'élaboration de la stratégie nationale de transformation numérique 2025-2030, comprenant plusieurs axes relatifs aux infrastructures de base, notamment les réseaux de communication de haute qualité et les centres de données, ainsi qu'aux ressources humaines, à la recherche et au développement, à la gouvernance numérique et à l'économie numérique.

Dans ce cadre, les différents secteurs ont organisé des réunions et des rencontres de travail avec le Haut-commissariat afin de rapprocher les points de vue et de renforcer la coordination et la coopération entre eux en vue de généraliser ce processus vital et important et d'insuffler une nouvelle dynamique aux performances.

Parmi les projets numériques importants supervisés par le Haut-commissariat figure la plateforme numérique nationale "Dzair Digital Services", qui sera lancée prochainement après plusieurs phases d'expérimentation ayant concerné plusieurs secteurs, dans le but de fournir une "destination numérique unifiée" permettant d'accéder aux différents services publics nationaux à travers une plateforme unique, au lieu de multiples plateformes sectorielles.

Ce portail devrait contribuer au renforcement du processus de numérisation dans le pays en permettant aux citoyens d'accéder aux services publics les plus sollicités de manière unifiée, simple, rapide et sécurisée, à travers une interface interactive avancée permettant d'effectuer à distance les différentes démarches administratives, y compris l'obtention des documents officiels et le suivi des demandes de services.

La plateforme consacrera une nouvelle transformation économique et technologique en Algérie à travers la concrétisation de la qualité du contenu numérique et la facilité d'accès aux services, renforçant ainsi la confiance numérique et améliorant l'efficacité du service public. Ce portail traduit également l'engagement de l'Algérie à développer une administration publique moderne, plus performante, plus transparente et accessible à tous. APS

Opep+

L'Algérie et six autres pays décident d'augmenter leur production de 188.000 b/j dès août prochain

L'Algérie et six autres pays de l'Opep+ ont décidé, d'une nouvelle hausse collective de leur production de l'ordre de 188.000 barils de pétrole par jour (b/j) à compter du mois d'août prochain, tout en réaffirmant leur engagement à adopter une approche prudente afin de préserver la stabilité du marché. Cette décision a été prise lors d'une réunion ministérielle, tenue par visioconférence, regroupant les sept pays de l'Opep+ (Organisation des pays exportateurs de pétrole et leurs alliés non membres) ayant appliqué des réductions volontaires de production, à savoir l'Algérie, l'Arabie saoudite, l'Irak, le Kazakhstan, le Koweït, Oman et la Russie.

A l'issue de cette réunion, à laquelle a pris part le ministre d'Etat, ministre des Hydrocarbures, Mohamed Arkab, "les sept pays sont convenus de procéder, à compter du mois d'août 2026, à un ajustement collectif de leur production, par une augmentation globale de 188.000 barils par jour, dans le cadre de la reprise progressive des ajustements volontaires supplémentaires annoncés en avril 2023", a indiqué le ministère des Hydrocarbures dans un communiqué. En vertu de cette décision, le niveau de production requis pour l'Algérie sera relevé de 6.000 barils par jour, pour atteindre 1,001 million

de barils par jour à compter du mois d'août prochain, précise la même source.

De son côté, l'Opep a indiqué, dans un communiqué publié sur son site web, que les ajustements volontaires supplémentaires pourraient être réintroduits, en partie ou en totalité, de manière progressive, en fonction de l'évolution des conditions du marché.

"Les sept pays continueront de suivre et d'évaluer de près les conditions du marché, dans le cadre de leurs efforts continus visant à soutenir sa stabilité", a indiqué l'organisation soulignant "l'importance d'adopter une approche prudente et de conserver toute la flexibilité nécessaire pour augmenter, suspendre ou inverser le processus de suppression progressive des ajustements volontaires de la production". L'Opep a également réaffirmé, dans son communiqué, l'engagement collectif des sept pays à assurer une conformité totale à la Déclaration de coopération, ainsi qu'à compenser intégralement tout volume de surproduction enregistré. Les sept pays poursuivront la tenue de réunions mensuelles afin d'évaluer les conditions du marché, les niveaux de conformité et les mécanismes de compensation, ajoute le communiqué, qui précise que leur prochaine réunion est prévue le 2 août prochain.

Les réalisations accomplies dans le secteur de l'habitat reflètent la forte volonté du président de la République de placer le droit au logement en tête des priorités



Les réalisations importantes accomplies dans le secteur de l'habitat reflètent clairement la forte volonté du président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, de placer le droit du citoyen au logement en tête des priorités, a affirmé le ministre de l'Habitat, de l'Urbanisme, de la Ville et de l'Aménagement du territoire, M. Mohamed Tarek Belaribi.

Dans une allocution prononcée à l'occasion de l'inauguration, par le président de la République, du nouveau pôle urbain "le défunt moudjahid Ahmed-Taleb-El Ibrahim", dans la commune de Rahmania (Ouest d'Alger), le ministre a souligné que, grâce aux orientations éclairées du président de la République, le secteur de l'habitat et de l'urbanisme a enregistré, au cours des dernières années, "des réalisations importantes gravées dans l'histoire de l'Algérie indépendante". "Plus de 2,1 millions de logements ont été distribués depuis 2020", a-t-il fait savoir.

Ce chiffre traduit clairement "la

forte volonté du président de la République, qui a placé le droit du citoyen au logement en tête des priorités", a précisé M. Belaribi, ajoutant que ces réalisations "demeureront gravées dans l'histoire comme le témoignage d'un projet à la fois humain et civilisationnel par excellence, porté par le président de la République, consistant à bâtir une Algérie nouvelle, victorieuse et ouverte à tous ses enfants". Après avoir souligné que les projets réalisés dans le secteur du logement revêtent un caractère stratégique, car étant étroitement liés à la dignité et à la stabilité du citoyen, M. Belaribi a indiqué que la vision actuelle consiste à "ériger de nouveaux pôles urbains et des villes intégrées, dotées de l'ensemble des structures et services, afin d'offrir un meilleur cadre de vie". Cette approche, a-t-il dit, est "mise en œuvre grâce aux compétences, aux ressources humaines et aux moyens 100% algériens, conformément à la vision clairvoyante du président de la République". APS

M. Sifi Ghrieb préside la 3e session du Conseil national de la mécanisation agricole



Conformément aux orientations du président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, le Premier ministre, M. Sifi Ghrieb, a présidé, la réunion de la 3e session du Conseil national de la mécanisation agricole, consacrée au suivi de la mise en œuvre des décisions prises lors de sa 2e session, dans le cadre du développement et de la modernisation de la mécanisation agricole dans notre pays, indique un communiqué des services du Premier ministre.

La réunion a permis de suivre les interventions et les propositions des agriculteurs et des opérateurs activant dans cette filière et de constater l'impact positif de la mise à disposition de différents types d'équipements agricoles et de la mobilisation des moyens de stockage réceptionnés cette saison, qui ont permis d'enregistrer, à ce jour, d'importantes quantités de céréales produites et collectées, précise le communiqué.

Cette réunion intervient à la lumière des premiers résultats très positifs de la campagne de moisson-battage de cette année, qui enregistre une production abondante ayant nécessité une mobilisation sans précédent des moyens logistiques et la conjugaison des efforts des différents acteurs, secteurs et institutions de l'Etat, ajoute la même source.

La réunion a également porté sur les aspirations des agriculteurs en matière de renouvellement et de modernisation du matériel agricole, afin d'améliorer et de hisser le

rendement de la production nationale de céréales, contribuant ainsi au renforcement de la politique de sécurité alimentaire du pays.

A ce titre, conformément aux instructions du président de la République, le Premier ministre a donné des orientations pour que soient prises les mesures nécessaires en vue de la distribution de moissonneuses-batteuses selon une approche scientifique étudiée et des critères techniques tenant compte du plan de récolte propre à chaque wilaya, tout en veillant à assurer les services de maintenance nécessaires à une exploitation optimale de ces équipements, en vue de parachever cette campagne dans les meilleures conditions.

Il a également donné des orientations concernant les préparatifs de la prochaine campagne, en insistant sur le renforcement des capacités de production de ces équipements par les entreprises nationales, avec la possibilité de conclure des partenariats avec des entreprises internationales de premier plan dans ce domaine, afin de répondre aux besoins exprimés par les agriculteurs conformément aux spécifications techniques requises, tout en assurant un taux maximal d'intégration nationale.

Il a, par ailleurs, été question des aspects financiers liés à cette opération, l'accent ayant été mis sur le rôle du Trésor public et des banques dans le développement et la modernisation des moyens de production destinés au secteur agricole, conclut le communiqué.

PAMO 2026

Sadaoui félicite l'équipe de l'éducation nationale sacrée championne d'Afrique

Le ministre de l'Éducation nationale, M. Mohammed Seghir Sadaoui, a félicité, les membres de l'équipe de l'éducation nationale participant aux Olympiades panafricaines des mathématiques (PAMO 2026), après avoir remporté la première place africaine, ainsi que la consécration de l'élève Alaa Yahia, sacrée "Reine africaine des mathématiques". Dans son message de félicitations, M. Sadaoui a adressé "ses plus chaleureuses félicitations et ses plus sincères sentiments de fierté aux membres de l'équipe algérienne ayant pris part aux PAMO 2026, organisées en République de Côte d'Ivoire du 26 juin au 4 juillet 2026, pour avoir réalisé un exploit historique en hissant l'Algérie à la première place africaine grâce à la moisson de neuf (9) médailles et à l'obtention de deux (2) scores parfaits, auxquels s'ajoute le sacre de l'élève Alaa Yahia de Reine africaine des mathématiques".

Dans ce même contexte, le ministre a salué les élèves distingués : Abolghasemi Kian, médaillé d'or avec un score parfait, Si Ahmed Abderrahmane, également médaillé d'or avec un score parfait, Tebib Mohamed Ikbal, médaillé d'or, Alaa Yahia, médaillée d'or, également sacrée d'une médaille d'or dans la catégorie féminine et du titre de Reine africaine des mathématiques, Benyounes Fairouz, médaillée d'argent et médaillée d'or dans la catégorie féminine, ainsi que Harnane Layane, médaillée d'argent et médaillée d'argent dans la catégorie féminine.

Le ministre a souligné que ce sacre constitue "une preuve de l'excellence de l'école algérienne et de sa capacité à former des compétences scientifiques prometteuses, aptes à représenter dignement l'Algérie et à hisser haut ses couleurs dans les compétitions scientifiques continentales et internationales".

64e anniversaire de l'indépendance

Inauguration et lancement de nombreux projets dans les wilayas de l'est du pays

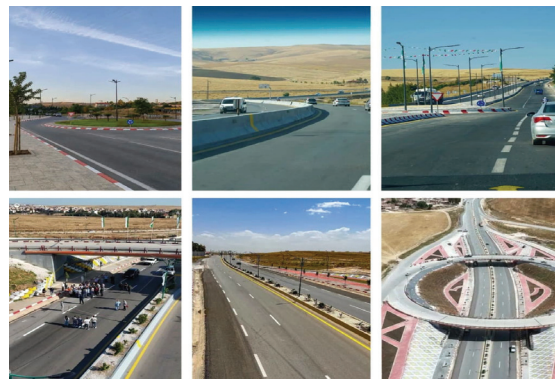
Les cérémonies célébrant le 64e anniversaire de l'indépendance et du recouvrement de la souveraineté nationale se sont poursuivies dans les wilayas de l'est du pays avec l'inauguration, la mise en service et le lancement de nombreux projets. A Constantine, après une cérémonie de recueillement à la mémoire des martyrs, le wali de Constantine, Abdelkhalak Sayouda, accompagné du secrétaire général du ministère des Sports, Fouad Makhoul, ainsi que des autorités locales civiles, sécuritaires, militaires et de la famille révolutionnaire, a procédé à l'inauguration de deux structures sportives, en l'occurrence le stade Hassan-Bourtel à la cité Daksi-Abdeslam et une piscine de proximité dans la commune d'El Khroub.

A cette occasion, le secrétaire général du ministère des Sports a déclaré que "le plus beau cadeau que l'on puisse offrir à la jeunesse et aux sportifs, pour fêter le recouvrement de la souveraineté nationale, est de mettre à leur disposition des installations sportives modernes répondant aux normes en vigueur dans le domaine du sport".

M. Makhoul a affirmé, dans ce contexte, avoir "constaté, au cours de sa visite dans la wilaya de Constantine, un grand sérieux dans la gestion des installations sportives", avant de rappeler "l'importance capitale que le président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, accorde au développement de la pratique sportive par, notamment, la mise à disposition d'installations modernes".

Le même responsable a souligné "la nécessité pour les gestionnaires de ces équipements sportifs de veiller à leur entretien, à leur maintenance afin d'en garantir la pérennité".

Dans la wilaya de Khenchela, deux centres de stockage de céréales ayant nécessité un investissement public de



430 millions de dinars pour une capacité d'emménagement totale de 100.000 quintaux, ont été mis en service dans les communes de Babar et de Remila, selon le directeur des équipements publics, Abdelouahab Boudib.

A Ouled Djellal, le wali, Abderrahmane Dehimi, a supervisé le lancement de plusieurs projets de développement, dont un ensemble de 180 logements sociaux locatifs au chef-lieu de wilaya et à Sidi Khaled, et donné le coup d'envoi officiel de la 1ère tranche des travaux de doublement du chemin de wilaya (CW) n° 60 à Sidi Khaled, et des travaux de protection de la ville d'Ouled Djellal contre les inondations.

Dans la wilaya de Mila, ce ne sont pas moins de 1.726 logements qui ont été distribués à leurs bénéficiaires, soit 514 unités publiques locatives, 704 logements promotionnels aidés (LPA), 138 logements promotionnels libres, en plus de la remise de 370 aides à l'habitat rural.

Le 64e anniversaire de l'indépendance a été marqué, dans la wilaya de Sétif, par la pose de la première pierre

d'une brigade territoriale de la Gendarmerie nationale, au nouveau pôle urbain de Tinar, d'une école primaire dans la commune d'Ouled Saber, du service de cardiologie (bloc opératoire et service d'hospitalisation) au centre hospitalo-universitaire (CHU) de Sétif. Des membres de la famille révolutionnaire, ainsi que le Pr Fayçal Kharfi, lauréat du Prix du président de la République au chercheur innovant, et plusieurs fonctionnaires admis à la retraite ont également été honorés à l'occasion de cette date anniversaire.

Au chef-lieu de la wilaya de Tébessa, le wali, Ahmed Belhaddad a donné le coup d'envoi des travaux de réalisation de 100 logements et posé la première pierre d'un lycée de 1.000 places, doté d'un réfectoire de 300 repas/jour, devant être construit en remplacement du lycée Cheikh-Matrouh. Des activités similaires ont été organisées dans le reste des wilayas de l'est du pays à l'occasion du 64e anniversaire de l'indépendance, donnant lieu, notamment, à la distribution d'importants quotas de logements relevant des différentes formules d'habitat.APS

Lancement et inauguration de projets de développement dans l'ouest et le sud-ouest du pays



Des projets de développement ont été inaugurés, et des logements et d'importantes aides distribués dans plusieurs wilayas de l'ouest et du sud-ouest du pays, à l'occasion du 64e anniversaire de la Fête de l'Indépendance et du Recouvrement de la souveraineté nationale.

Dans ce cadre, le wali de Sidi Bel-Abbes, Kamel Hadji, a présidé la distribution de 2.324 logements et aides de différentes formules.

Il a également procédé à la pose de la première pierre de 135 logements promotionnels aidés (LPA), ainsi qu'à l'inauguration du service de néphrologie et du laboratoire central du Centre

hospitalo-universitaire "Abdelkader Hassani".

Dans la wilaya de Mostaganem, 1.875 logements ont été attribués, en plus de 3.989 décisions d'octroi d'aides à l'habitat rural.

La wilaya de Relizane a, pour sa part, bénéficié de la distribution d'un total de 3.857 logements et aides à l'habitat rural, sous la supervision du wali Kamel Berkane.

A Oran, les infrastructures sportives se sont renforcées avec l'inauguration d'un complexe sportif réalisé dans le cadre d'un investissement privé, situé dans le quartier El Barki.

Ce complexe comprend, notamment,

deux piscines semi-olympiques, ainsi que des salles dédiées à différentes disciplines sportives, dotées d'équipements modernes.

Dans l'extrême Sud-Ouest et les nouvelles wilayas, le wali délégué d'El Abiodh Sidi Cheikh, Mouden Abderrabi, a lancé plusieurs projets de proximité, portant notamment sur l'aménagement des trottoirs et le raccordement à l'électricité dans plusieurs quartiers. Il a également présidé la cérémonie de baptême de la maison de jeunes au nom du moudjahid défunt Benkamou Cheikh Bendjilali.

Dans la wilaya de Bechar, le wali Ahmed Benyoucef a inauguré une polyclinique, un réservoir d'eau d'une capacité de 25.000 mètres cubes, et a lancé le projet de réalisation de 500 logements publics locatifs (LPL).

Il a également supervisé la modernisation du service des urgences de l'hôpital "Tourabi Boujemâa".

Les festivités dans ces wilayas ont débuté par des recueils dans les carrés des martyrs, en présence des autorités locales et de la famille révolutionnaire. A cette occasion, le drapeau national a été hissé et la Fatih a été récitée à la mémoire des valeureux martyrs, en hommage à leurs sacrifices pour le recouvrement de la souveraineté nationale.

64e anniversaire de la Fête de l'Indépendance

Ouverture à Alger du 7e Festival national des jeunes talents en arts lyriques



Le 7e Festival national des jeunes talents en arts lyriques s'est ouvert à Alger avec un spectacle musical mettant en vedette des jeunes chanteurs, parmi les lauréats des éditions précédentes de ce concours annuel dédié à la découverte de nouveaux talents. Accueilli à la Promenade des Sablettes (Hussein-Dey) dans le cadre des festivités célébrant le 64e anniversaire de la fête de l'Indépendance et de la Jeunesse, le spectacle a été animé par une pléiade de jeunes artistes qui se sont succédé sur la scène avec un répertoire varié mettant en valeur le riche patrimoine musical algérien dans ses différents styles et genres. Donnant le coup d'envoi officiel de cette 7ème édition, le directeur de la Jeunesse, des Sports et des loisirs de la wilaya d'Alger, M. Mohamed Amine Saad, a souligné dans son allocution, que cet événement musical coïncidait avec le 64e anniversaire de l'indépendance, est un "véritable incubateur de jeunes talents" en arts lyriques. Pour sa 7e édition, le festival réunit, a-t-il précisé, "63 jeunes talents issus de 36 wilayas, en lice pour les trois premières places de ce concours annuel. Relevant l'importance de cette manifestation dans la promotion du patrimoine musical algérien et la découverte de nouveaux talents, le même responsable a indiqué que le festival inclut un programme de formation pour les participants, en plus des présentations sur scène au niveau des espaces publics et salles de spectacles de la capitale. Accompagnés sur scène par un orchestre dirigé par Mohamed Mehanak, 8 jeunes lauréats des précédentes éditions ont interprété, tour à tour, des chansons -pour la plupart des reprises- exécutées dans différents styles et rythmes, illustrant ainsi la

diversité et la richesse de l'héritage musical algérien. Ouvrant le bal de cette soirée inaugurale, la jeune chanteuse Fani Talbi, a brillamment repris "Aye-ma sber u ttru" (Ne pleure pas ma chère maman), un chef-d'œuvre de l'artiste et Moudjahid Farid Ali (1919-1981), qui dénonce le colonialisme français. Idir Gourari a revisité, pour sa part, des titres de la musique algérienne, notamment "Chehillet Laayani", "Djazaïr Machaa'Alah" et "war-han el bahia", avant que le jeune Ramy Ait Belkacem, lui succède sur scène pour interpréter "houbek riwaya". Revisitant l'Ahellil, un genre poétique et musical emblématique du Gourara dans le sud-ouest algérien, classé patrimoine culturel immatériel mondial par l'Unesco, Houda Ghounoumat a repris avec succès "Goumari", rendue devant un public conquis.

En hommage au moudjahid et artiste Akli Yahyatène, un des piliers et doyens de la chanson algérienne d'expression kabyle, Meriem Akouchi a repris avec brio "Tamurt-iw tamurt idurar", redonnant une seconde vie à cette chanson qui célèbre l'attachement à la patrie.

Organisé par la Direction de la Jeunesse, des Sports et des Loisirs de la Wilaya d'Alger, le 7e Festival national des jeunes talents en arts lyriques se poursuit jusqu'au 15 juillet avec des prestations des candidats devant un jury de professionnels qui distinguera les lauréats lors d'une cérémonie de clôture prévue à Alger.

2e Festival international du court métrage de Timimoun

Plus de 3000 films inscrits



Le Commissariat du 2e Festival international du court métrage de Timimoun, prévu en novembre prochain, a annoncé la réception de plus de 3000 films représentant plusieurs pays, indique un communiqué des organisateurs publié dimanche.

"3265 films de plusieurs pays ont été enregistrés répartis dans les catégories des courts métrages de fiction, courts documentaires et courts métrages d'animation", a précisé le Commissariat, ajoutant que la sélection des films retenus pour la compétition de ce deuxième Festival, sera rendue publique "ultérieurement".

Ces chiffres témoignent, ajoute le communiqué, de la "diversité des productions en compétition ainsi que de la confiance accordée au Festival par les réalisateurs, producteurs et professionnels du cinéma du monde entier", qui le considèrent comme "une plateforme internationale prometteuse favorisant les échanges créatifs, le dialogue interculturel et la promotion du court métrage sous toutes ses formes".

Le palmarès de la compétition officielle comprend le "Gourara d'or du meilleur court métrage de fiction", le "Gourara d'or du meilleur court documentaire" et le "Gourara d'or du meilleur film d'animation", le "Prix des ciné-clubs" et les récompenses des meilleurs : scénario, réalisation, interprétation masculine et féminine, ainsi que le Prix Tinerkouk du meilleur film africain. Placée sous le patronage du ministère de la Culture et des Arts, la première édition du Festival international du court métrage de Timimoun s'était tenue en novembre dernier avec la participation de 62 films représentant 31 pays, dont le Sénégal en qualité d'invité d'honneur.

Le communiqué conclut que le Festival international du court métrage de Timimoun poursuit son affirmation en tant que rendez-vous cinématographique international reliant les cultures du monde depuis le cœur du Sahara, tout en renforçant la place de l'Algérie comme "destination de création cinématographique et d'échanges culturels".

REPUBLIQUE ALGEROENNE DEMOCRATIQUE ET POPULAIRE
 MINISTRE DE L'ENSEIGNEMENT SUPERIEUR ET DE LA RECHERCHE SCIENTIFIQUE
 UNIVERSITE IBRAHIM EL KHALOUF DE TIARET
 Site Web : www.univ-tiaret.dz
 N° : 78/TiareT/14/000
 NIF : 41280200140058
 VICE RECTORAT DU DEVELOPPEMENT, DE LA PROSPECTIVE ET DE L'ORIENTATION
AVIS D'APPEL D'OFFRE NATIONAL OUVERT AVEC EXIGENCE DE CAPACITES MINIMALES
N° : 09 /UIKT/2026

L'Université Ibn Khaldoun de Tiaret lance un avis d'appel d'offre national ouvert avec exigence de capacités minimales de l'opération :
« Acquisition d'équipements pour le centre de simulation en médecine à l'Université de Tiaret. (1^{re} Tranche) ».

L01.01	Matériels de simulation clinique haute-fidélité pour l'enseignement des soins infirmiers et des gestes techniques médicaux (adultes et pédiatriques)
L01.02	Simulateurs haute-fidélité destinés aux soins d'urgence et à l'enseignement de la réanimation cardio-pulmonaire
L01.03	Matériels de simulation médicale avancée pour l'apprentissage des gestes techniques, des examens cliniques spécialisés, des soins obstétricaux et pédiatriques, des techniques de péronction et d'intubation, et l'interprétation électrocardiographique.
L01.04	Plateformes et simulateurs avancés pour la formation aux gestes endoscopiques, laparoscopiques immergés (VR), échographiques (cardiaque, abdominale, fœtal), obstétricaux (materno-fœtaux avec physiologie automatique) et aux soins du nouveau-né haute-fidélité

Le présent avis d'appel d'offre national ouvert avec exigence de capacités minimales est destiné à tous les opérateurs économiques publics ou privés, physique ou morale ayant des capacités suivantes :

- Capacités professionnelles :** Les soumissionnaires doivent exercer l'activité de Fabricant, Importateur et revendeur en gros ou détail, disposant d'un registre de commerce électronique principale ou secondaire dont les immatriculations correspondant à l'activité commerciale demandée pour chaque lot et ayant une certification d'homologation avec le ministère de la santé.
- Capacités techniques :** Avoir déjà exécuté au moins une opération de même nature à ce projet, justifiée par une attestation de bonne exécution délivrée par le service d'ouvrage public.
- Capacités financières :** Avoir des capacités financières susceptibles de lui permettre une prise en charge du projet soit un chiffrage d'au moins 100 millions de Dinars Algériens (100 millions) précédant l'acte matériel de lancement de l'appel d'offre défini comme suit CAM 2 à 10 000 000,00 DA

Vues par les services des Impôts.

Le service contractant peut vérifier de leurs capacités par tout moyen légal, auprès d'autres services

Contractants, des administrations, organismes chargés d'une mission de service public et des banques

Le soumissionnaire peut soumissionner pour un ou plusieurs lots, il peut être retenu pour le cahier des charges après avis du Monsieur Le Recteur de l'Université de Tiaret

Les soumissionnaires intéressés par le présent avis peuvent retirer le cahier des charges auprès du Monsieur Le Recteur de l'Université de Tiaret site : Rectorat (3^{ème} étage) en face de la place ALN route d'Alger contre le paiement d'une somme de 2000 DA en espèces.

Les documents exigés en cours de validité, seront présentés comme suit :

L'enveloppe (E1) « Dossier de candidature » contient :

- 1- Une déclaration de candidature, le modèle joint au cahier des charges, remplie signée et datée.
- 2- Une déclaration de prohibition pour les entreprises, le modèle joint au cahier des charges, remplie signée et datée
- 3- Le statut de l'entreprise pour les personnes morales
- 4- Copie de registre de commerce électronique
- 5- Les documents relatifs au pouvoir habilitant les personnes à engager l'entreprise
- 6- Les documents permettant d'évaluer les capacités des candidatures (capacités professionnelles, capacités financières et capacités techniques)

L'enveloppe (E2) « Offre technique » contient :

- 1- La déclaration à soumettre, remplie signée et datée.
- 2- Le cahier des charges signé et daté portant à la dernière page, la mention manuscrite et le « et accepté »
- 3- Une mémoire technique justifiant, rempli signée et datée.
- 4- L'engagement du délai d'exécution justifié par un planning signé par le soumissionnaire.
- 5- Les fiches techniques anonymes
- 6- L'engagement pour garantie des équipements remplie signée et datée
- 7- L'engagement pour service après-vente des équipements remplie signée et datée
- 8- code secret pour les fiches techniques

L'enveloppe (E3) « Offre financière » contient :

- 1- La lettre de soumission, remplie signée et datée.
- 2- Le horaire des prix unitaires (RUP), remplie signée et datée.
- 3- Le détail quantitatif et estimatif (DQE), remplie signée et datée.

Les enveloppes relatives aux offres de candidature (E1), les enveloppes (E2) et offres financières (E3) seront contenues dans un pli anonyme (E4), sans aucune inscription ou marque permettant l'identification du soumissionnaire, portons seulement la mention suivante :

« A l'ouvrage par la commission d'ouverture des plis et d'évaluation des offres »

Avis d'appel d'offre national ouvert avec exigence de capacités minimale N°: 09 /UIKT/2026

« Acquisition d'équipements pour le centre de simulation en médecine à l'Université de Tiaret. (1^{re} Tranche) ».

Le délai limite accordé aux soumissionnaires pour la préparation de leurs offres est fixé à (21) jours à partir de la date de la première parution du présent avis dans les journaux nationaux ou le ROMOP ou la presse électronique. Le dépôt des offres se fera au dernier jour et de la durée du présent avis de (08h00) à (13h00) au niveau du Vice Recteur du Développement, de la Prospective et de l'Orientation Sene étage de l'Université Ibn Khaldoun de Tiaret, en face de la place ALN route d'Alger. Les soumissionnaires sont cordialement invités à assister à la séance d'ouverture des plis qui aura lieu le même jour à (13h00) et au même lieu du dépôt des offres. Les offres incomplètes ou non conformes à la spécifications des cahiers des charges sont considérées comme nulles et rejetées par la commission compétente. Les offres sont valables pour un délai maximum de cent (111) jours de date de première ouverture de ce présent avis.

REPUBLIQUE ALGERIENNE DEMOCRATIQUE ET POPULAIRE

-WILAYA D'EL BAYADH
-DAIRA DE BOUGTOB
-COMMUNE DE BOUGTOB
- NIF/098432105064720

AVIS D'APPEL D'OFFRES NATIONALE OUVERTE
AVEC EXIGENCES DE CAPACITES MINIMALE POUR LA TROISIEME FOIS
APRES AVOIR PROUVE SON INUTILITE N° : 02 / 2026

Le président de l'assemblée populaire communale de Bougtob lance un avis d'appel d'offres national Ouverte avec exigence de capacités minimales pour réaliser les projets suivants :

Lot N°04 : Réalisation de L' Aménagement Urbain Rue Benchkor Mohammed

Les entreprises ayant les condition d'éligibilité suivantes : une qualification et classification en cours de validité **catégorie minimale 04 ou plus activité principale en Travaux Publics pour les Lots N° 02 et 04** .

- Une attestation de bonne exécution pour des travaux similaires délivrés par un maître d'ouvrage Publics

- Bilan fiscal (Moyen chiffre d'affaires pour les trois dernières années).avec un montant supérieur ou égal à 20 000 000DA pour les Lots N°02et 04

intéressés par le présent avis d'appel d'offres peuvent tirer le cahier des charges à partir de la date de première parution de présent avis dans les quotidiens nationaux ou BOMOP. Après de service comptabilité de l'APC contre paiement 7000.00 DA.

Les offres doivent être accompagnées des copies des documents conformes et en cours de validité :

- 1- **Le dossier de candidature :**
 - Attestation Solvabilité Bancaire + RIB
 - Déclaration de prohibé – déclaration de candidature-remplis, signé-paraphé et daté
 - Extrait de Rôle après ou Echeancier valide moins de 3 mois mais – NIF numéro d'identification fiscale
 - Reçu quittance retrait cahier d'charges .
 - Registre de commerce portant l'activité demandé
 - Attestations mise à jour CNAS-CASNOS-CACOBAT actualisés et valides
 - Déclaration annuelle des salaires DAS ou attestations d'affiliation valides
 - Cartes grises avec assurances-contrat de location – factures justifiées par PV huisier justice valides
 - Statut particulier ou protocole d'accord (sociétés par actions).
 - Attestations de dépôt des comptes sociaux pour sociétés délivrés par CNRC.
 - Bilan fiscal (chiffre d'affaires pour les trois dernières années).
- 2- **Offre technique :**
 - Mémoire technique justificatif (remplis-signé-paraphé-daté)
 - Déclaration à souscrire (remplis-signé-paraphé-daté)
 - Cahier des charges dument paraphés portant mention (LU et Accepté)
- 3- **Offre financière**
 - Lettre de souscription (remplis-signé et paraphés)
 - Bordereaux des prix unitaires dument remplis-signé-paraphé et daté
 - Devis quantitatif et estimatif dument remplis et signé

(Les prix unitaires en lettres et chiffres doivent être claires et lisible et ne contient pas des surcharges)

Le dossier de candidature et les offres technique y financières doivent être remises dans 3 enveloppes séparées et introduites dans une enveloppe extérieure fermée cachetée anonyme et ne comprendre que la mention

A Monsieur le P / APC de Bougtob

* A ne pas ouvrir que par la commission d'ouverture et évaluation des offres *

Avis d'appel d'offres nationale ouverte avec exigences de capacités minimale pour la troisième fois
Après avoir prouvé son inutilité N° : 02 / 2026

Intitulé du Projet Lot N°04 : Réalisation de L' Aménagement Urbain Rue Benchkor Mohammed

- La durée de préparation des offres est fixée à 15 jours à compter de la 1ere annonce et publication du présent avis.
- Et déposé auprès du secrétariat. Le dernier jour de la durée de préparation des offres **Avant 14h00 de Soir**.
- Si ce jour coïncide avec un jour férié ou repos légal – le dépôt des offres est prorogé jusqu'au jour ouvrable suivant.
- L'ouverture des plis sera effectuée le dernier jour à **14h00 de Soir** en séance publique au siège de l'APC.
- Le soumissionnaire peut soumissionner pour un lot ou plusieurs lots mais ne peut prétendre qu'un seul lot dans le même avis d'appel d'offre.
- Les soumissionnaires restent engagés par leurs offres pendant une durée fixée au cahier des charges.
- Cet avis est considéré comme invitation pour participer à la séance d'ouverture des plis.

Le Président de l'APC

Fermeté de la peau : tous nos conseils pour éviter le relâchement cutané

L'âge et les bouleversements hormonaux sont souvent à l'origine de la perte d'élasticité de la peau. Les volumes s'affaissent et l'épiderme perd de son tonus. Pas de panique, ce n'est pas une fatalité ! Découvrez quelques petites astuces pour réactiver l'élasticité et la fermeté de la peau et limiter les effets du temps.

Des actifs qui boostent l'élastine et le collagène naturels de la peau

Ne vous contentez plus d'une simple crème hydratante. Si vous constatez un certain relâchement de votre peau, boostez-là à l'aide de produits composés d'actifs favorisant la fermeté et l'élasticité de la peau. Tout comme notre organisme, notre peau a besoin de vitamines de jour comme de nuit. Si les vitamines A et C sont

de très bons antioxydants, les soins fermeté riches en actifs tels que la fraction pure de graines de lin, l'extrait d'aneth ou encore la niacinamide ont un effet optimal sur l'élastine et la production de collagène. En effet, leur pouvoir raffermissant et redensifiant apportent toute l'élasticité dont la peau a besoin.

Une bonne hydratation

On ne le répètera jamais assez : l'hydratation est la clef d'une belle peau. Une à deux fois par semaine, on complète sa routine beauté avec l'application d'un masque enrichi en actifs hydratants et anti-âge. Veillez également à vous hydrater de l'intérieur et boire au moins 1,5 litre d'eau par jour.

Tonifier sa silhouette

Outre les huiles et crèmes raffermissantes que l'on appli-

que sur l'ensemble du corps en massages circulaires pour raviver l'élasticité de la peau, on mise sur le sport ! Le bon rythme ? Environ trois fois par semaine de façon régulière pour voir les résultats sur la cellulite. Vous pouvez également pratiquer la gymnastique faciale pour raffermir naturellement la peau du visage.

Pratiquer l'automassage

Rien de mieux pour stimuler les cellules de votre peau et chasser les tensions ! Au-delà de vous procurer une sensation de bien-être, l'automassage réduit les raideurs et aide à retendre les tissus de l'épiderme. Pour le visage, équipez-vous d'un rouleau de jade ou d'un Gua Sha en quartz rose. En effet, les massages avec les pierres fines et cristaux luttent contre le vieillissement cutané et apportent de l'éclat au teint.

Adopter

une alimentation saine

Exit la junkfood, cap sur les aliments brûlent graisses et riches en protéines pour maintenir vos muscles en forme. Œufs, poissons gras (saumon, thon...), viande maigre (poulet, dinde...) et fruits et légumes vous aideront à renforcer votre tonicité. /maxi-mag.fr/



«Il efface les pores comme par enchantement» : ce soin blur lisse la peau, floute les imperfections et unifie le teint

(excellent sur beauté test)

Pores visibles, irrégularités de texture et teint brouillé résistent souvent aux soins quotidiens. Ce soin blur hybride propose une solution immédiate pour flouter les imperfections et unifier le visage dès la première application.

Un soin blur pour lisser le grain de peau et flouter les imperfections

Les pores visibles et les irrégularités de texture trahissent souvent une peau fatiguée ou déséquilibrée. Ces imperfections captent la lumière de manière inégale et donnent au teint un aspect terne ou brouillé. Le fond de teint seul ne suffit pas à masquer ces reliefs : il peut même accentuer les pores di-

latés en s'accumulant dans les creux. Pour obtenir un rendu homogène, la peau nécessite une étape préparatrice capable de flouter optiquement ce que les soins ne corrigent pas.

Skin Trainer CC Blur : la correction optique et l'éclat diffus signés Kiko

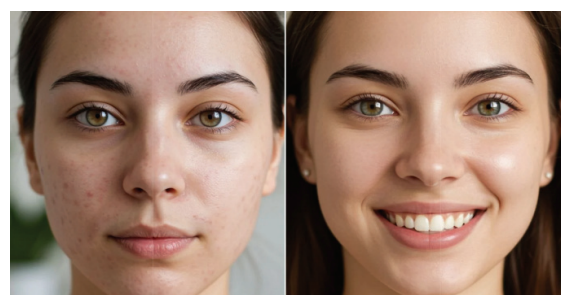
Les poudres de silice et le polymère de méthacrylate de méthyle constituent le cœur flouteur de la formule. Ces micro-sphères optiques combinent visuellement les pores et les ridules en diffusant la lumière de manière uniforme. L'effet soft focus estompe instantanément les irrégularités de surface et crée une illusion de peau parfaitement uni-

forme. Le grain de peau paraît affiné, les imperfections s'effacent sans ajout de matière visible.

Pores effacés, teint unifié, fini velouté : le verdict des utilisatrices sur Beauté Test

Noté 4/5 pour plus de 217 avis, le Skin Trainer CC Blur est d'abord salué pour son effet flouteur immédiat. "Il fait son job à 100% concernant le lissage du grain de peau, il efface les pores comme par enchantement." Une autre confirme : "Floute bien les pores, dure longtemps, il en faut peu."

L'efficacité sur les irrégularités séduit : "Affine le grain de peau en trompe l'œil, idéal pour les pores un peu dilatés." La texture veloutée fait l'unanimité. "La texture mousse super agréable, très peu de produit suffit, il s'étale super bien." D'autres décrivent : "Très agréable à étaler, pénètre comme par magie et laisse la peau incroyablement douce." Le rendu final convainc : "Effet peau de pêche visible et surtout naturel." /beaute-test.com/



Sac à dos homme : bien le choisir pour allier style, confort et vraie praticité



On ne choisit plus un sac à dos homme comme avant. Ce n'est plus juste un accessoire pratique pour transporter ses affaires. Aujourd'hui, il accompagne le quotidien, complète une tenue et reflète même un certain mode de vie.

Quels critères essentiels pour choisir un sac à dos homme stylé et pratique ?

Avant tout, posez-vous une question simple : à quoi va vraiment servir votre sac ? Un sac à dos pour ordinateur n'aura pas les mêmes exigences qu'un sac de voyage ou qu'un modèle pour les déplacements quotidiens.

Comment associer un sac à dos à son look au quotidien ?

C'est souvent là que tout se joue. Un sac à dos homme peut soit sublimer une tenue, soit complètement la casser. Pour un style professionnel, difficile de se tromper avec un sac à dos en cuir. Noir ou marron, il passe partout et apporte tout de suite une allure plus soignée. Il fonctionne aussi bien avec un manteau qu'un costume.

Quels matériaux privilégier pour un sac à dos durable et élégant ?

Le choix de la matière est souvent sous-estimé, alors qu'il impacte directement la durée de vie du sac. Le cuir de vachette reste une référence. Solide, élégant, il vieillit bien et gagne même en caractère avec le temps. C'est un investissement, mais souvent rentable sur la durée.

Le confort, un point à ne pas négliger

On s'en rend compte trop tard : un sac peut être beau, mais pénible à porter. Les bretelles réglables sont indispensables pour adapter

le sac à votre morphologie. Des sangles bien pensées permettent de mieux répartir le poids, surtout si vous transportez un ordinateur ou des objets lourds.

Comment entretenir son sac à dos pour le garder longtemps ?

Un bon sac à dos homme peut durer des années, à condition d'en prendre un minimum soin. Pour le cuir, un nettoyage régulier avec un produit adapté permet d'éviter qu'il ne sèche ou se fissure. Une crème nourrissante de temps en temps suffit largement.

Quel sac à dos homme choisir pour le travail ?

Un sac à dos pour ordinateur avec compartiment renforcé reste le meilleur choix. Privilégiez un design sobre, surtout si vous travaillez dans un environnement formel.

Peut-on porter un sac à dos avec une tenue habillée ?

Oui, à condition de choisir un modèle en cuir ou au design minimaliste. Les finitions font toute la différence.

Quelle est la meilleure matière pour un usage quotidien ?

Le polyester et le nylon sont parfaits pour un usage intensif. Le cuir convient mieux si vous privilégiez l'esthétique.

Comment éviter qu'un sac s'abîme trop vite ?

Ne le surchargez pas et nettoyez-le régulièrement. Ce sont deux réflexes simples, mais efficaces.

Un choix simple quand on connaît les bons repères

Choisir un sac à dos homme, ce n'est pas si compliqué quand on sait quoi regarder. L'idée, ce n'est pas de trouver le sac parfait en théorie, mais celui qui correspond vraiment à votre quotidien. /nrmagazine.com/

Comment choisir le collier parfait en fonction de votre style personnel ?

S'offrir un collier n'est pas toujours une tâche facile. Pourtant, l'accessoire parfait est celui qui reflète la personnalité, s'adapte à l'âge de l'individu et complète harmonieusement le style adopté. Que ce soit pour un look bohème, professionnel ou romantique, la morphologie et la forme du visage jouent un rôle majeur dans la sélection du bijou idéal. L'association de la couleur et de la longueur du collier avec la tenue et l'occasion est aussi primordiale pour parfaire l'esthétique.

Découvrir son style personnel pour le choix du collier parfait

Déterminer son style personnel aide grandement lorsqu'il s'agit de choisir le collier idéal. Certaines personnes ont un penchant pour l'élégance naturelle des bijoux bohèmes, d'autres préfèrent la sophistication contemporaine des modèles professionnels, tandis que certains se sentent plus à l'aise avec les ornements délicats d'un style romantique. La beauté du choix réside dans la diversité des options disponibles, permettant à chacun de trouver le collier par-



fait qui reflète sa personnalité.

Identifier son style : bohème, professionnel, romantique ou autre

La première étape pour choisir le collier idéal consiste à identifier son style. Une femme au style bohème préférera sans doute un collier aux accents ethniques ou naturels, tandis qu'une femme au style professionnel optera pour un design minimaliste et élégant. Un style romantique, quant à lui, se mariera parfaitement avec un collier orné de perles ou de pendentifs délicats.

Choisir un collier qui reflète sa personnalité

Le choix du collier doit refléter la personnalité et l'âge de

son porteur. Un design audacieux et coloré peut être parfait pour une personnalité extravertie et dynamique, tandis qu'un design simple et discret conviendra mieux à une personnalité réservée et introvertie.

Sélectionner un collier adapté à son âge

Le choix du collier peut également être influencé par l'âge. Les jeunes peuvent préférer des colliers plus ludiques et colorés, alors que les femmes plus âgées peuvent opter pour des designs plus classiques et élégants. Il est possible d'approfondir le sujet en consultant des sources fiables pour obtenir des conseils d'experts sur

le choix du collier parfait en fonction de son style personnel.

Le rôle de la morphologie et de la forme du visage dans la sélection du collier

Dans l'univers des bijoux, le choix d'un collier ne se fait pas au hasard. La morphologie, la forme du visage, sont des éléments déterminants pour choisir la longueur idéale. Plusieurs styles de colliers existent : colliers longs, colliers courts, ras du cou, et chacun a ses propres spécificités. Pour un visage rond, certains types de colliers seront plus flatteurs que d'autres. De même, pour un visage en forme de cœur ou de rectangle, les recommandations diffèrent.

Associer la couleur et la longueur du collier avec sa tenue et son occasion

Dans le choix d'un collier, la couleur et la longueur jouent un rôle primordial. Ainsi, pour une tenue décontractée, il existe des astuces pour bien associer ces deux éléments. Par exemple, un collier de longueur moyenne est souvent idéal : ni trop long, ni trop court, il donne un aspect soigné et décontracté à la fois. / webonnet.fr/

4 façons pour la poule de montrer son affection !

Les poules sont devenues de vrais animaux de compagnie, des membres de la famille parfois autant appréciés qu'un chien ou qu'un chat. Mais elles ont des comportements bien spécifiques, que nous ne parvenons pas toujours à comprendre. Par exemple, la poule est capable de s'attacher à son éleveur ou à son élève, mais elle aura une façon bien à elle de le montrer. Alors comment savoir si vos poules vous aiment ?

Une spécificité de la poule à prendre en compte

Pour comprendre nos chères emplumées, il est d'abord essentiel de prendre en compte une information capitale les concernant : ce sont des proies. Elles sont en effet au menu de nombreux prédateurs, qu'ils soient aériens (rapaces) ou terrestres (renards, fouines, etc.).

Elle parle beaucoup

Les poules sont de grandes bavardes. Elles utilisent de nombreuses vocalises pour communiquer entre elles. Quand elle est proche de son éleveur, la poule va donc conserver ce comportement naturel et parler régulièrement, pour consolider le lien.

Elle grimpe sur vous

C'est le niveau 3 de la confiance accordée par la poule : quand elle est assez proche de son éleveur, elle n'hésite pas à lui grimper dessus. Sur les pieds, sur les bras, sur les épaules, ou même sur la tête... Elle aime prendre de la hauteur, mais c'est surtout une grande marque de confiance : elle sait qu'elle n'a rien à craindre et profite de cette relation agréable.

Elle fait ou demande des grattouilles

Commençons par un petit rappel qui semble évident : les poules sont des oiseaux. Ce ne sont pas des mammifères, donc certains gestes qui nous paraissent naturels, comme les caresses, ne vont pas l'être pour elles. Chez le chat et le chien par exemple, le toilettage maternel est bien souvent la première expérience tactile. / lemagdesanimaux.ouest-france.fr/

Évitez ces 8 erreurs courantes lors du nettoyage de votre moteur !

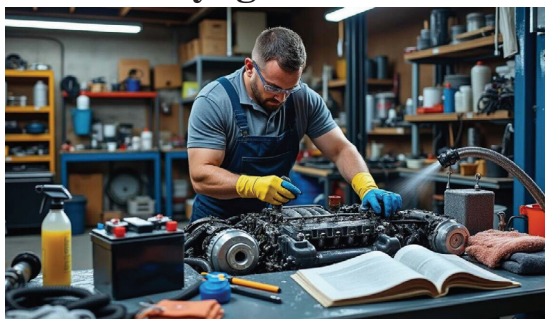
Le moteur d'une voiture, cœur battant du véhicule, mérite une attention particulière au-delà des simples révisions mécaniques. Nettoyer ce compartiment n'est pas une simple affaire d'apparence : il s'agit de préserver l'intégrité technique et la longévité du bloc moteur.

Préserver l'électronique : l'importance de sceller les parties sensibles du moteur

Avant toute immersion dans un nettoyage, il est impératif de protéger soigneusement les éléments vulnérables de votre moteur. Alternateur, ECU, batterie, boîte à fusibles, ainsi que l'arrivée d'air, sont autant de fragilités exposées à l'humidité qui menacent leur fonctionnement. L'introduction d'eau dans l'admission peut engendrer un choc hydraulique, tandis que l'eau pénétrant dans les circuits électriques risque de provoquer des courts-circuits dévastateurs.

Les risques d'un nettoyage sans protection adéquate

Une légère négligence, et le moteur pâtit d'impacts immédiats et différés. La corrosion commence souvent dans l'ombre, s'introduisant insidieuse-



ment par une arrivée d'eau non contrôlée. Des composants tels que l'ECU, véritable cerveau électronique, n'apprécient guère ces assauts liquides et peuvent indiquer la fin de vie prématurée après un seul contact. Placer de tels éléments sous une protection efficace s'inscrit dans la sagesse mécanique moderne.

La tentation du jet haute pression : une puissance à manier avec rigueur

Le jet haute pression, souvent incarné par des appareils comme le Kärcher, promet efficacité et rapidité. Cependant, sa puissance est à double tranchant. Un lavage trop rapproché ou non maîtrisé peut briser câbles, bornes et con-

nexions électriques du moteur, provoquant des dysfonctionnements majeurs.

Produit de nettoyage : l'équilibre entre efficacité et respect des matériaux

Un nettoyage mécanique exige des produits adaptés à la nature des salissures et aux matériaux. Abandonnez l'idée d'un simple shampoing auto sur le moteur. Seuls des dégraissants ou nettoyeurs spécifiques, tels que ceux développés par Meguiar's ou GS27, assurent l'efficacité contre la crasse tenace sans attaquer les composés plastiques et caoutchouc.

Le soin des matériaux annexes

Les éléments en caoutchouc

sous le capot exigent un traitement à la hauteur de leurs fonctions d'étanchéité. Des applications ciblées avec des produits comme Armor All prolongent leur élasticité et leur résistance, tandis qu'un séchage méticuleux achève de préserver les composants.

Le séchage : phase cruciale souvent délaissée

Après le bain, vient le temps du séchage. Cette étape conditionne l'absence de dysfonctionnement post-nettoyage. Un moteur humide, malgré des protections, reste sujet à des catastrophes électriques.

Entretien la fréquence du nettoyage pour un moteur pérenne

Un moteur exposé aux éléments extérieurs, particulièrement si la voiture stationne à l'air libre, voit son encrassement accéléré. Feuilles, poussières, aiguilles de pin s'amassent au fil des semaines, compromettant les performances.

Valeur ajoutée d'un entretien professionnel

Confier cette tâche délicate à un expert garantit un bilan à la fois esthétique et technique. / nrmagazine.com/

Le Batch cooking, de nombreux avantages, mais également quelques inconvénients

Vous rêvez de gagner du temps en cuisine grâce au batch cooking ? Attention, cette méthode n'est pas aussi idyllique qu'il n'y paraît ! Découvrez pourquoi j'ai vite rendu mon tablier.

Inconvénient n° 1 : une préparation longue et fatigante

Lorsque je préparais mes repas à l'avance, je me retrouvais cantonnée dans la cuisine chaque dimanche durant deux ou trois heures non-stop... En effet, le batch cooking demande beaucoup de temps en amont. Il faut d'abord planifier les repas pour toute la semaine et parfois l'imagination manque.

Inconvénient n° 2 : peu de place pour



L'improvisation !

Le batch cooking, c'est top pour l'organisation, mais, adieu l'improvisation qui est souvent synonyme de gaspillage alimentaire. En effet, pour l'éviter, vous devez absolument manger ce qui a été prévu, sans possibilité de changer d'avis selon vos envies du moment.

Inconvénient n° 3 : des saveurs pas toujours au top !

On ne va pas se leurrer, du riz cantonnais maison, ou des tagliatelles carbonara congelées n'ont pas la même saveur que lorsque c'est cuisiné « à la minute » ! Et, tous les aliments ne supportent pas bien la conservation au réfrigérateur ou au congélateur. En effet, certains plats réchauffés deviennent

fade ou changent de texture (pâtes trop molles, légumes ramollis, riz collant...).

Inconvénient n° 4 : une organisation en cuisine parfois compliquée

Le batch cooking nécessite des achats supplémentaires (contenants, appareils culinaires de temps en temps) et cela peut représenter un coût élevé. En effet, il faut pouvoir stocker toutes les préparations dans des boîtes adéquates ! De plus, cela prend une place inimaginable dans le réfrigérateur et/ou congélateur, ce qui peut vite devenir un problème dans une petite cuisine.

Inconvénient n° 5 : une technique pas si économique que cela

Je me suis rapidement rendu compte que sous couvert d'économies, le batch cooking revenait presque plus cher que la cuisine classique. Pourquoi ? Eh bien le batch cooking peut aussi entraîner certains coûts supplémentaires : L'achat de nombreux contenants hermétiques (en verre de préférence pour éviter le plastique)./ neozone.org/

Petit Grassois partage un tuto pour fabriquer une bougie anti-moustique très efficace

Vous avez bien envie de tester l'astuce de la bougie pour repousser les moustiques ? Ça tombe bien le petit grassois à un tutoriel pour vous.

Rappel : importance de l'utilisation d'une bougie anti-moustique

On vous le disait déjà dans cet article, un moyen de chasser les moustiques est d'utiliser des bougies contenant des huiles essentielles répulsives comme la citronnelle. En diffusant son parfum, elle crée une sorte de barrière olfactive détestée par les moustiques. Le mode d'emploi : Disposez les bougies dans des zones stratégiques (à l'abri du vent). Allumez la bougie quelques minutes avant de vous installer, le temps de diffuser son parfum. Taillez toujours la mèche à chaque nou-

velle utilisation pour éviter l'enfumage. Bien sûr, vous devez prendre quelques précautions, comme le fait de ne jamais laisser une bougie allumée sans surveillance et évitez le contact de la cire avec la peau au risque de l'irriter. Les bougies à base d'huiles essentielles sont aussi fortement déconseillées aux femmes enceintes.

Quels sont les ingrédients pour la fabrication d'une bougie anti-moustique ?

Pour que votre bougie prenne forme, il faut choisir les bons ingrédients et matériaux aussi. Ainsi, pour ce tutoriel, vous aurez besoin de : 240 g de cire de soja pour bougies coulées 30 g de cire de riz pour une combustion prolongée Colorant liquide jaune miel

(quantité selon votre préférence)

30 g de fragrance citronnelle pour éloigner les moustiques Une mèche pour bougie Bois croisillons

Un contenant en céramique pour une touche artisanale Papier absorbant pour vérifier la coloration.

La recette pas à pas de Catherine

Commencez par faire fondre une quantité de cire de riz et de soja au bain-marie adapté à votre contenant. Ensuite, remuez le mélange pour obtenir une texture homogène. Prochaine étape, la coloration. Dans le tuto, Catherine a opté pour un colorant jaune miel spécialement pour bougie, mais vous pouvez tout à fait utiliser une couleur de votre choix. Ajoutez le colorant jusqu'à obtention de la teinte désirée dans la cire fondue à 70°C. Ajoutez la fragrance citronnelle, géraniole ou menthe poivrée qui ont toutes un effet répulsif sur les moustiques. Par la suite, versez délicatement l'ensemble dans le contenant final pour éviter les irrégularités tout en prenant le soin de placer la mèche au centre./ neozone.org/



Quel sol choisir autour de la piscine ?



Question parfois épineuse, le choix du sol autour de la piscine a un impact sur le rendu visuel du bassin mais aussi sur son usage au quotidien. Selon les envies et le style souhaité, il existe plusieurs possibilités avec des matériaux comme le bois ou la pierre, mais aussi des graviers ou du végétal.

Les règles d'or afin de choisir le bon revêtement autour de la piscine

Avant même de se pencher sur les différents types de sols possibles, il est conseillé de prendre un peu de recul et de regarder l'aménagement de la piscine dans sa globalité.

Créer un style à part pour la piscine

Selon sa proximité avec la maison et les souhaits de chacun, la piscine peut être connectée ou non à l'habitation. Le choix du sol est à affiner d'après l'atmosphère attendue autour du bassin, semblable ou différente. "La piscine peut avoir sa propre identité, son caractère, rappelle le paysagiste. La proximité de la maison entre aussi en jeu, elle a un impact plus ou moins fort."

Veiller à marquer des points de rupture et faire des transitions

Au lieu de considérer le sol autour de la piscine à travers une seule matière, il est intéressant de mixer les revêtements avec intelligence. "Marquer des points de rupture entre les espaces, c'est éviter le côté mono-matière sur une vaste surface et le rendu assez impersonnel, explique Guylain Jossand.

Équilibrer les matières

Si l'esprit mono-matière n'est pas conseillé, il est important de trouver un juste milieu, sans multiplier les revête-

ments. À l'image de l'aménagement intérieur, mieux vaut éviter de s'éparpiller avec plus de trois ou quatre matériaux au risque de détourner l'attention ou, au contraire, d'attirer l'oeil vers une zone indésirable.

Fractionner les espaces autour de la piscine en jouant avec plusieurs sols

Loin de se contenter d'être une simple plage, les abords de la piscine représentent désormais plusieurs lieux de vie possibles. Dans un premier temps, un espace plage avec des transats est installé le plus souvent à l'ouest afin de bénéficier du soleil couchant, un moment privilégié autour de la piscine.

Les différents types de sol possibles autour d'une piscine

Le bois signe un sol naturel et tendance

Matière de prédilection autour de la piscine, le bois a de nombreux atouts mais présente aussi quelques contraintes, à anticiper avant achat.

"Le bois est sensible aux tâches et sa durabilité varie selon sa qualité, résume Renaud Junker de POINT.P.

La pierre naturelle, un sol durable autour de la piscine

Parmi les solutions les plus courantes, la pierre naturelle a aussi le vent en poupe pour créer un sol autour de la piscine. Elle a l'avantage de présenter un aspect brut tout en gardant une certaine originalité, un esprit artisanal.

Des margelles assorties peuvent également compléter le décor. C'est une matière résistante qui demande juste un traitement hydrofuge pour les tâches et la mousse, à effectuer lors de la pose puis tous les deux ans maximum./ cotemaison.fr/

Boissons aux électrolytes : entre bénéfices et risques

Nutripure, Hydratis, Waterdrop... sous forme de pastilles, poudres ou boissons, les préparations aux électrolytes ont le vent en poupe sur les réseaux sociaux et dans les rayons des magasins généralistes ou spécialisés. Mais, que contiennent exactement ces boissons enrichies en électrolytes. Que devons-nous savoir sur les avantages et les risques associés à ces boissons ?

Une brève description des électrolytes

Les électrolytes sont des minéraux essentiels qui sont chargés électriquement (positivement ou négativement) lorsqu'ils sont dissous dans un liquide, comme dans l'eau, dans le sang ou dans la sueur. Leurs principales missions dans l'organisme ? Réguler l'équilibre acido-basique (niveau de pH

dans le corps) et l'équilibre hydrique. Autres rôles indispensables : assurer la fonction nerveuse et musculaire. On retrouve comme principaux électrolytes : Le sodium : régule les volumes de liquide dans les différentes parties de l'organisme et la pression sanguine ; Le potassium : essentiel pour la fonction musculaire et nerveuse ; Le calcium : indispensable pour les os, les dents et la contraction des muscles ; Le magnésium : il joue un rôle dans plus de 300 réactions enzymatiques ; il est lié au fonctionnement normal des nerfs et muscles, des os et dents. Le chlore : aide à maintenir l'équilibre des fluides et la pression sanguine, il fonctionne de pair avec le sodium.

Les bénéfices des boissons aux électrolytes



Les prébiotiques, un rempart contre les kilos

Les personnes qui consomment le plus de prébiotiques sont mieux protégées du surpoids. Une nouvelle étude parue dans l'American Journal of Clinical Nutrition rapporte que les personnes qui consomment le plus de prébiotiques, fructanes et galacto-oligosaccharides, ont un risque plus faible d'être en surpoids après 10 ans de suivi que les personnes qui en consomment le moins. Les prébiotiques sont des fibres aux caractéristiques particulières. Les prébiotiques sont des constituants des fibres non digestibles qui permettent des changements spécifiques dans la composition et l'activité de

la microflore intestinale ce qui confère des avantages sur le bien-être et la santé de l'hôte. Les prébiotiques sont classés en deux groupes suivant leur structure chimique : les fructanes (inuline et fructo-oligosaccharides) et les galacto-oligosaccharides (GOS). « Ces prébiotiques présents dans différents fruits, légumes et céréales complètes augmentent la croissance intestinale des bactéries bénéfiques pour la santé humaine et peuvent réduire la présence dans l'intestin de bactéries pathogènes » disent les auteurs de l'article. Parmi les effets bénéfiques des prébiotiques, on peut citer une amélioration de la

Si l'équilibre électrolytique est altéré modérément, une personne peut ne développer aucun symptôme. Cependant, les symptômes les plus observés fréquemment sont une sensation de faiblesse ou fatigue et des crampes ou contractions musculaires. Dans les cas plus graves, la personne peut ressentir un état de confusion et un rythme cardiaque irrégulier.

Quelles sont les précautions à prendre ?

Un apport trop élevé de sodium peut être problématique pour les personnes souffrant d'hypertension artérielle ou de maladies cardiaques et rénales. Un excès de ce minéral peut aussi entraîner une rétention d'eau et une augmentation de la pression artérielle. De plus, un excès de potassium ou magnésium peut aussi être dangereux pour la santé. Autre recommandation : de nombreuses boissons aux électrolytes contiennent des sucres ajoutés, Conséquences : augmentation de la glycémie et prise de poids si la consommation est trop importante. Les versions « light » ou sans sucre existent, mais il faut vérifier leurs compositions. /sante-sur-le-net.com/

fonction barrière intestinale, la prévention de la diarrhée associée à la prise d'antibiotiques, des modifications favorables du métabolisme des lipides mais aussi des bénéfices sur le contrôle de la glycémie, sur la perte de poids et la satiété. « L'obésité est une maladie multifactorielle mais la consommation d'aliments et de nutriments spécifiques peut jouer un rôle important » écrivent les auteurs.

« De plus en plus d'études suggèrent que les fibres alimentaires ayant des propriétés prébiotiques ont un rôle dans la modulation de l'expression des gènes et dans le métabolisme, notamment en provoquant des modifications de la composition et de l'activité du microbiote intestinal ». Plusieurs études ont en effet montré qu'une altération du microbiote intestinal est associée notamment à l'obésité et aux troubles métaboliques. Le rôle bénéfique des prébiotiques sur l'obésité a été essentiellement rapporté dans des études sur les animaux mais quelques essais cliniques viennent appuyer cette hypothèse. /lanutrition.fr/



Jeûne intermittent : une piste pour protéger le cerveau des effets du stress chronique ?



Quand le stress devient chronique, le cerveau n'est pas épargné : mémoire moins efficace, émotions plus difficiles à réguler, fatigue psychique... Une étude suggère qu'un simple changement du rythme alimentaire — le jeûne intermittent — pourrait limiter certains de ces dommages notamment sur la myéline, cette enveloppe qui permet aux neurones de communiquer efficacement. Face à un stress qui s'installe dans la durée, la recherche explore de nouvelles façons d'aider le cerveau à retrouver sa capacité d'adaptation.

Quand le stress chronique fragilise les connexions du cerveau

Dans une société où les sollicitations ne cessent jamais vraiment, le stress chronique est devenu un véritable enjeu de santé publique. Au-delà du ressenti psychologique, les scientifiques cherchent depuis plusieurs années à comprendre ce qu'il provoque dans le cerveau. La nouvelle étude menée par une équipe japonaise et chinoise, publiée dans la revue Translational Psychiatry en 2026, s'intéresse à un mécanisme particulièrement sensible : la myéline. Cette substance riche en lipides forme une gaine protectrice autour des fibres nerveuses, un peu comme l'isolant autour d'un câble électrique. Elle permet aux messages nerveux de circuler rapidement et efficacement.

Le rythme des repas agirait-il sur le cerveau grâce à l'intestin ?

Derrière cette observation, une question centrale apparaît : comment une modification des horaires de repas peut-elle

influencer la structure même du cerveau ? L'une des pistes explorées concerne le microbiote intestinal, cet ensemble de milliards de bactéries qui vivent dans notre système digestif et qui participent à de nombreuses fonctions biologiques. Depuis plusieurs années, les chercheurs étudient l'axe intestin-cerveau : une communication permanente entre le tube digestif et le système nerveux.

Une promesse pour les patients... mais pas encore une solution miracle

Ces résultats ouvrent une perspective intéressante : et si le moment où nous mangeons pouvait influencer notre capacité à résister aux effets du stress ? Pour autant, les chercheurs restent prudents. Cette étude a été réalisée chez la souris, dans un contexte expérimental précis, avec seulement 14 jours de stress chronique. Elle ne permet pas encore d'affirmer qu'un protocole de jeûne intermittent protégerait de la même manière le cerveau humain. La réponse au jeûne dépend aussi de nombreux facteurs : l'âge, l'état de santé, les habitudes alimentaires, le sommeil ou encore les antécédents médicaux. Le jeûne intermittent ne doit donc pas être considéré comme un traitement contre le stress ou la dépression. Mais cette recherche apporte une pièce supplémentaire à un puzzle scientifique en pleine évolution. Elle rappelle que le cerveau n'est pas un organe isolé : il dialogue en permanence avec le reste du corps, notamment avec l'intestin. /doctissimo.fr/

Le Tanah Gajah : une villa-hôtel de luxe au cœur des rizières d'Ubud (Bali)

Cet établissement d'exception dépasse tout ce que j'ai pu voir à Bali. Bien plus qu'un hôtel de luxe, il s'agit d'un ensemble de villas balinaises nichées dans les rizières, où l'art, la spiritualité et le raffinement se mêlent harmonieusement.

L'histoire d'une villa pas comme les autres

Avant de devenir un hôtel, le Tanah Gajah fut la résidence familiale de l'architecte et collectionneur Hendra Hadiprana, l'une des figures les plus respectées du monde de l'art en Indonésie. Il y a près de trente ans, il fit construire ce sanctuaire de cinq hectares, composé de villas privées au style balinaise pur, disséminées au

milieu des rizières.

Une villa de rêve au milieu des rizières

Caché parmi les collines verdoyantes d'Ubud, le Tanah Gajah semble hors du temps. Depuis les allées, la vue s'étend sur des rizières à perte de vue, ponctuées de statues et d'autels fleuris. Notre villa privée était immense, avec un bain balinaise et un jardin clos pour se relaxer à l'abri des regards. Tout y est pensé avec soin : les matériaux nobles, les toits de chaume, le mobilier en bois sculpté, les étoffes soyeuses...

Un service d'exception et des attentions sur mesure

Le service est tout simplement

irréprochable. Chaque villa dispose de son butler personnel, un majordome attentif qui veille au moindre détail. Notre butler, Hendra, nous a même proposé une visite guidée des environs, ponctuée d'anecdotes sur la culture locale.

Quand la nuit tombe, la magie opère

À la tombée du jour, les jardins s'illuminent de centaines de bougies, créant une atmosphère presque mystique. Les reflets dans les bassins, les ombres des statues et les lanternes dansantes composent un tableau d'une beauté rare.

Où se situe la villa Tanah Gajah ?

Le Tanah Gajah se trouve à Ubud, au cœur des terres balinaises, à environ 4 kilomètres du centre-ville et 40 kilomètres de l'aéroport de Denpasar (comptez 1h15 de route selon la circulation). Nichée dans la région de Gianyar, cette villa-hôtel d'exception est entourée de rizières verdoyantes et de villages d'artisans, là où Bali révèle sa culture la plus authentique. / globe-trotting.com/



Aux beaux jours en Autriche De Vienne aux Alpes en famille

Vienne est une ville tellement plaisante qu'on ne saurait aller en Autriche sans s'y arrêter. Aux beaux jours, parcs, jardins, collines alentour, berges du Danube invitent à la promenade et aux galopades. Le spritz et les limonades étanchent la soif de façon délicieuse. Les musées, qui font d'excellents refuges contre l'ardeur du soleil, s'attirent les faveurs des enfants eux-mêmes. Et ils y découvrent des tas de choses auxquelles ils ne s'attendaient pas. De toutes les façons, Vienne vous facilite la vie de famille. Ensuite, direction les Alpes. Ciel bleu, sommets où s'attache un peu de blanc et vert intense sur les pentes, cours d'eau écumeux. L'air doux et parfumé de la

belle saison enveloppant le tout. À Patergassen, en Carinthie, et à Alpbach, au Tyrol, la nature se montre spectaculaire. Chaussures, vélos électriques, voiture vous conduisent dans des coins splendides, qui laisseront des souvenirs glorieux.

Votre voyage

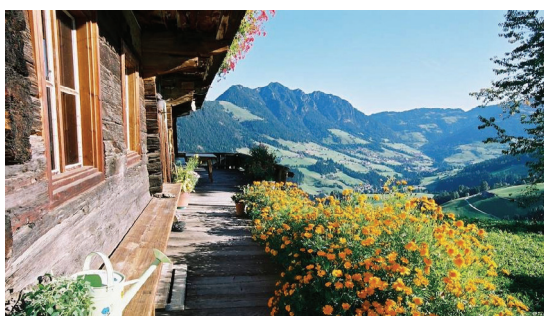
En dehors de l'avion aux deux bouts, qui pourrait aussi être remplacé par des acheminements en train (ou même avec votre propre véhicule), le voyage s'effectue en voiture de location.

Celle-ci vous assurant la liberté et le rayon d'action qui conviennent. Conduire en Autriche ne pose bien sûr aucun problème particulier : de bonnes chaussées et une ré-

glementation tout à fait similaire à celle que vous pratiquez chez vous. Les liaisons ne sont jamais très longues ; les paysages traversés dédommagent en outre petits et grands des moments passés ceinturés. Un appartement viennois et deux beaux chalets alpins vous accueillent au fur et à mesure de votre avancée. Partout, vous bénéficiez d'une complète autonomie : logements parfaitement équipés, bien placés, intimes.

En Autriche, les enfants vont aimer...

La roue du Prater - le délicieux Gugelhupf - les bicornes des cavaliers de l'Ecole espagnole - l'odeur des géraniums quand on les arrose - les chalets en Carinthie, un peu comme celui des trois ours de Boucle d'Or - grimper aux arbres - le petit déjeuner, avec des tas de pâtisseries - nager dans les lacs - le parfum des sapins - les chevreuils, ou les chamois, peut-être - demander à tes parents pourquoi monsieur Schrödinger, enterré à Alpbach, a eu le prix Nobel de physique en 1933... / voyageursdumonde.fr/ / voyageursdumonde.fr/



Itinéraire pour un long week-end en Auvergne



Prairies verdoyantes et paysages volcaniques figurent au programme d'un long week-end dans le parc naturel régional des volcans d'Auvergne. Voici un itinéraire clé en main pour découvrir la région : à vous les formidables randonnées et les plats reconstituants.

Vulcania

Pour une belle entrée en matière, commencez par ce parcours d'attractions pédagogique et ludique, à 15 km à l'ouest de Clermont-Ferrand. Imaginé par deux géologues français, il propose notamment le Réveil des géants d'Auvergne, un film en 3D décrivant des éruptions avec force explosions et geysers, et la Cité des enfants, aux activités conçues pour les trois à sept ans.

Puy de Dôme

Dominant le paysage alentour, le cône volcanique du puy de Dôme (1 464 m) était un emblème auvergnat bien avant que les Gallo-Romains n'y érigent un temple à Mercure, au Ier siècle. Accédez au sommet via le chemin des Muletiers (45 minutes le long d'une ancienne voie romaine), ou à bord du Panoramique des Dômes, un train électrique à crémaillère. La vue renversante embrasse le reste de la chaîne des Puys, un ensemble de cônes volcaniques éteints s'étendant sur plus de 40 km.

Orcival

Nichée dans un cadre verdoyant et traversée d'une rivière, Orcival est bâtie autour d'une magnifique basilique romane, qui abrite l'une des plus célèbres Vierges noires d'Auvergne. Vénérée toute l'année, cette statue est portée en procession le 15 août. La commune s'anime également le samedi matin, lorsqu'un marché coloré investit la place principale. En été, à 2 km au nord, visitez les jardins du château

de Cordès, dessinés en 1965 par Le Nôtre (à qui l'on doit également les jardins de Versailles).

Col de Guéry

Flanqué du lac le plus élevé d'Auvergne, ce col se prête aux activités de plein air. Une boucle de 7 km s'achève par une vue splendide sur la source de la Dordogne, tandis que les eaux glacées du lac de Guéry (1 250 m) regorgent de truites et de perches. Procurez-vous un permis de pêche (7€/jour) à l'auberge du Lac de Guéry, au bord de l'eau.

Le Mont-Dore

Entourée de pics escarpés, cette station thermale historique se révèle une excellente base pour explorer le parc naturel régional des Volcans d'Auvergne environnant. Un téléphérique (aller/aller-retour 6,90/9,10€ ; 9h-12h10 et 13h30-17h mi-avr à fin sept) achemine les randonneurs jusqu'au pied du puy de Sancy (1 885 m), le plus haut volcan de France. En ville, un funiculaire (rue René-Cassin ; aller/aller-retour 3,90/5,20€ ; 10h-12h10 et 14h-17h40 mi-mai à fin sept) des années 1890, lent et délicieusement rétro, se hisse jusqu'au plateau du Salon du Capucin, d'où partent des sentiers bien balisés.

Saint-Nectaire

La minuscule commune de Saint-Nectaire est réputée pour son église romane du XIIe siècle, posée dans un stupéfiant cadre montagneux. Le fromage qui porte son nom et qui en fait l'une des capitales auvergnates du fromage est l'autre gloire locale. Depuis Saint-Nectaire-le-Haut, remontez la D150 sur 3 km jusqu'à La Ferme Bellonte, qui propose des démonstrations gratuites de traite et de fabrication de fromage deux fois par jour, plus des visites des grottes où le saint-nectaire est affiné, de l'autre côté de la rue. / lonelyplanet.fr/

SOPK : définition, symptômes et traitements

Les kystes aux ovaires, ou ovaires polykystiques, sont un trouble fréquent chez les femmes. L'un des symptômes principaux est la faiblesse ou l'absence totale d'ovulation. Quelles menaces fait peser ce problème sur la fertilité ? Quel est le traitement de ce syndrome, surtout si l'on a un projet de grossesse ? Les réponses à vos questions.

Syndrome des ovaires polykystiques (SOPK) : c'est quoi ?

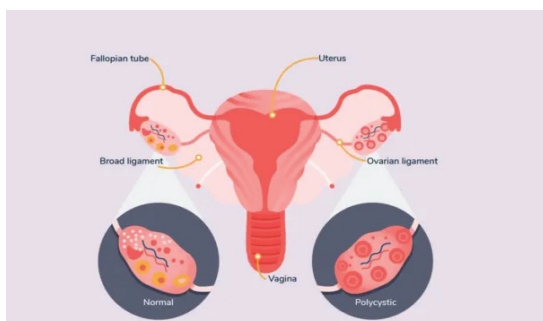
Le saviez-vous ? Le syndrome des ovaires polykystiques (SOPK) n'est pas un problème de kystes. En fait, il s'agit de petits follicules qui se forment au niveau des ovaires en nombre trop important.

Paradoxalement, peu d'entre eux arrivent à maturation et cela entraîne souvent des troubles du cycle.

Ovaires

micropolykystiques : C'est quoi ? Quelle différence avec le SOPK ?

Il n'y a pas de différence entre les termes « ovaires polykystiques » (OPK) et « ovaires micropolykystiques »



(OMP) : Syndrome des ovaires polykystiques (SOPK), dystrophie ovarienne ou syndrome des ovaires micropolykystiques... Ces termes désignent la même pathologie.

Quelles sont les causes du SOPK ?

Les causes de ce syndrome ne sont pas clairement identifiées. La première hypothèse est liée aux hormones, régulées par le système hypothalamo-hypophysaire. En cas de SOPK, la sécrétion de LH (hormone lutéinisante) est anormalement élevée. Or, une sécrétion trop importante de LH empêche de déclencher l'ovulation. Selon les chercheurs de l'Inserm, en

parallèle, les ovaires sécrètent une trop grande quantité d'hormones mâles, provoquant ainsi les symptômes tels que l'apparition de poils sur des zones normalement glabres chez la femme (hirsutisme).

Certains facteurs de risque seraient également impliqués, notamment des facteurs environnementaux et épigénétiques. Par exemple, certains perturbateurs endocriniens pourraient jouer un rôle dans l'élévation du risque de souffrir d'un SOPK, sans qu'aucune preuve n'ait encore été établie à ce jour.

Du côté de l'épigénétique, plusieurs prédispositions au syndrome ont d'ores et déjà été

identifiées.

Toutefois, la génétique et les antécédents familiaux ne seraient en cause que dans moins de 10 % des cas de SOPK.

Traitements symptomatiques du SOPK

Certains traitement permettent d'améliorer les symptômes présentés par chaque femme atteinte de cette maladie hormonale.

Par exemple, si vous êtes gênée par l'acné, la chute des cheveux ou la croissance excessive de poils, le traitement de première intention est la pilule contraceptive oestro-progestative pour rétablir l'équilibre hormonal (à condition bien sûr qu'il n'y a pas de désir d'enfant). En effet, la progestérone contenue dans la pilule permet d'inhiber la sécrétion de LH.

Des médicaments spécifiques contre le taux d'hormones mâles peuvent aussi être proposés par le médecin.

N'oublions pas qu'un mode de vie sain couplé à des exercices physiques ne peut qu'améliorer notre état de santé général au fil du temps.

/doctissimo.fr/

L'examen préconceptionnel : un check up indispensable avant la grossesse

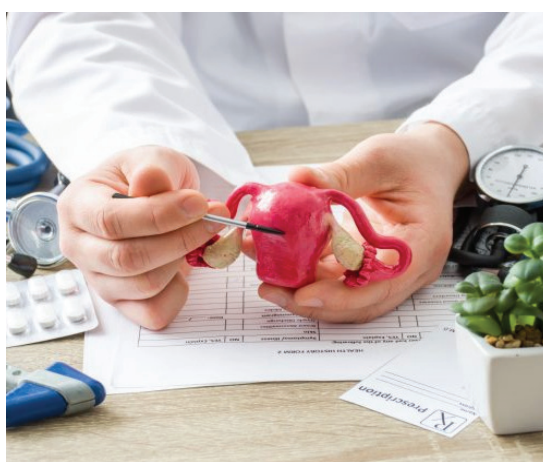
Dans une tribune publiée sur le site du Figaro, publiée en octobre 2020, des professionnels - médecins et responsables d'associations - ont publié une tribune visant à généraliser l'examen pré-conceptionnel afin d'éviter, notamment, les anomalies du tube neural grâce à la prise de vitamine B9 (folates). Dès le désir d'enfant, il est vivement recommandé de consulter son médecin traitant ou son gynécologue.

Un bilan médical complet

La consultation préconceptionnelle est l'occasion de pointer un surpoids, une intoxication tabagique. Et de prendre les mesures qui s'imposent pour protéger l'enfant à venir.

Le médecin prend la pression artérielle, écoute le cœur, s'assure de l'intégrité du réseau veineux. Il prescrit un certain nombre d'examens complémentaires : il vérifie ainsi que vous avez déjà eu la toxoplasmose et la rubéole - deux infections qui peuvent être dangereuses pour le fœtus - et que vous êtes donc immunisée.

Si ce n'est pas le cas, vous devez être vaccinée contre la rubéole trois mois avant le début



de la conception. Pour la toxoplasmose, si vous n'avez jamais rencontré le parasite responsable, votre médecin vous donnera les conseils pour l'éviter. Durant votre grossesse, une prise de sang tous les mois permettra de vérifier que vous ne l'avez pas contractée. Si c'était le cas, vous seriez immédiatement traitée par des antibiotiques.

En fonction de vos réponses à ces questions sur votre histoire médicale personnelle et familiale, votre médecin demandera un dépistage (sur un échantillon de sang toujours

de l'hépatite B et/ou C, du virus du Sida. Il contrôlera également la présence ou non d'albumine (un marqueur du bon fonctionnement du rein) et de sucre (témoin d'un diabète) dans les urines.

Une prescription de folates

En ce qui concerne les compléments nutritionnels avant la conception, selon les recommandations officielles des autorités de santé, seule la supplémentation en folates (vitamine B9) doit être systématique : cette vitamine est indispensable à la fermeture du tube

neural, cerveau et moelle épinière en devenir. La vitamine B9 permet en effet de faire baisser de 72% les risques de malformations du tube neural, comme la spina bifida, selon une étude publiée dans la revue The Lancet en 1991. La période de prise des folates est strictement encadrée, de 1 mois avant la conception jusqu'à trois mois de gestation. Pour les autres micronutriments, et en particulier le fer, la prescription est en fonction des apports et de l'analyse de sang éventuelle.

Quelques précautions à prendre

Enfin, les crises de cystite ou les poussées d'herpès, si vous y êtes régulièrement sujette, doivent être jugulées tout au long de la grossesse, le plus rapidement possible, respectivement par un antiseptique urinaire ou un traitement local, que le médecin pourra prescrire à l'avance, lors de cette première consultation.

Dernière précaution, une visite préconceptionnelle chez le dentiste est indispensable pour soigner de possibles caries, nids de microbes susceptibles d'atteindre le fœtus via la circulation sanguine.

/doctissimo.fr/

Grippe : symptômes, durée d'incubation, vaccin et traitements

Chaque année, l'épidémie de grippe entraîne des symptômes gênants chez des millions de personnes en France, mais également des complications importantes chez plusieurs milliers d'entre eux.

Symptômes de l'état grippal (ou syndrome grippal)

Les symptômes du syndrome grippal sont souvent passagers et d'intensité modérée. Les responsables de ces "fausses gripes" sont des virus respiratoires syncytial (VRS), les virus para-influenza, les adénovirus, les rhinovirus, les entérovirus, les coronavirus...

Une fièvre intense (autour de 39°C);

Une fatigue intense (asthénie);

Des maux de tête (céphalées);

Des courbatures (douleurs musculaires et articulaires diffuses);

Des frissons ;

Parfois une toux et une congestion nasale...

Loin d'être aussi anodins que ses homologues, le virus de la grippe reste en France une des premières causes de mortalité infectieuse. Il est responsable chaque année de plusieurs milliers de décès.

Comment se transmet la grippe ?

La transmission de la grippe se fait par des sécrétions respiratoires : la toux, les postillons, les éternuements mais aussi par contact avec une personne infectée ou des objets touchés et contaminés (poignée de porte...).

Chez des sujets non fragilisés, le rétablissement est complet après une à deux semaines. Chez les sujets ayant un système immunitaire affaibli, la guérison peut prendre plus de temps. Dans ce cas de figure, il convient de limiter les contacts familiaux.

Les traitements de la grippe

Rester au lit ;

Boire beaucoup ;

Dégager le nez ;

Soigner la fièvre.

/doctissimo.fr/

REPUBLIQUE ALGERIENNE DEMOCRATIQUE ET POPULAIRE
WILAYA D'EL BAYADH
DIRECTION DE L'ADMINISTRATION LOCALE
NIF : 098432015003244

Avis D'appel D'offres National Ouvert Avec Exigence De Capacités Minimales
N°/2026

La wilaya d'El Bayadh direction de l'administration locale. Lance un avis d'appel d'offres ouvert avec exigence de capacités minimale pour :

Objet : ACQUISITION DES MATÉRIELS D'INTERVENTION ET DE MAINTENANCE POUR LES TRAVAUX PUBLIC:

LOT N°01 : Acquisition chasse-neige avec équipements 12 Tonnes

LOT N°02 : Acquisition D'un chargeur sur pneus 04 m³.

LOT N°03: Acquisition D'un-Rétro chargeur 4*4.

LOT N°04 : Acquisition D'un Tracteur Routier 6*4 Avec Remorque Porte Engins 60 Tonnes.

Les Entreprise intéressée par le présent avis peuvent retirer Le cahiers de charge, Les soumissionnaires intéressés ou leurs représentants dûment désignés par leurs soins, doivent présenter un reçu de paiement de 10.000 DA au niveau du trésor de la wilaya pour retirer le présent cahier des charges, auprès du Bureau des Marchés de la Direction de l'administration locale de la Wilaya d'El Bayadh, sise à : Cité siège DE LA WILAYA D'El Bayadh. (Tél n°: 049-61-42-19) à partir de la date de publication de l'avis d'appel d'offre dans les quotidiens nationaux ou le BOMOP

Condition de participation

Peuvent participer à l'appel d'offres faisant l'objet du présent cahier des charges, les fournisseurs ayant l'article dans le registre commerce (concessionnaires, distributeurs, fabricant, revendeur) ,disposant d'un agrément définitif délivré par les services concernés du Ministère chargés.

Ayant présenté au moins une (01) attestation de bonne exécution délivrée par les services contractants publics.(Les ABE doivent être similaires à l'objet de la soumission)

Les soumissionnaires ayant un chiffre d'affaire moyen égal ou supérieur à :

- 21.600.000,00 DA pour lot 01 - 10.400.000,00 DA pour lot 02

- 5.000.000,00 DA pour lot 03 - 16.000.000,00 DA pour lot 04

pour les 03 trois dernières années, justifiés par les bilans financiers, visé par les services de impôts.

Contenu du dossier d'appel d'offres

1-dossiers de candidature

- la déclaration de candidature dûment remplie et signée
- la déclaration de probité dûment remplie et signée.
- Les statuts pour les sociétés ou protocole d'accord pour les groupements.
- Les documents relatifs aux pouvoirs habilitant les personnes à engager l'entreprise.
- pièces fiscales et parafiscales (CNAS- CASNOS, NIF extrait de rôle moins de 03 mois apuré ou échéancier).
- Copie de registre de commerce électronique pour ces codes d'activité.
- l'agrément définitif délivré par les services concernés du Ministère chargés.
- Attestation de dépôt des comptes sociaux pour les sociétés de droit algérien délivrées par le CNRC année concerne
- tout document permettant d'évaluer les capacités des candidats, des soumissionnaires.
- *-Capacités financières : moyens financiers justifiés par les bilans des 03 trois dernières années.
- Références professionnelles et attestation de bonne exécution (Attestation de bonne exécution délivrée par les différentes maitres d'ouvrage.
- Fiche technique des engins
- Engagement de délai d'exécution
- Engagement de délai de garantie
- Engagement de service après-vente

2-Offre Technique :

- une déclaration à souscrire selon le modèle ci-joint cacheté et signé.
- le présent cahier des charges portant à la dernière page, la mention manuscrite « lu et accepté »
- mémoire technique justificatif (annexe)

3-Offre Financière :

- Lettre de soumission dûment remplie et signée.
 - Bordereau des prix unitaires dûment rempli et signé (les prix unitaires doivent être clairs et lisibles et ne contiennent pas des surcharges).
 - Le devis quantitatif et estimatif dûment rempli et signé. (les chiffres doivent être clairs et lisibles et ne contiennent pas des surcharges).
- Les offres doivent être déposées à la wilaya d'el Bayadh la direction de l'administration locale
- *- Le retrait des cahiers de charge se fera à partir de La première parution du présent avis dans les quotidiens nationaux ou le BOMOP
 - *- La durés de préparation des offres est fixé à QUINZE (15) Jours dès la première parution dans les le BOMOP ou les quotidiens nationaux.
 - *-la date de dépôt des offres et fixé le jour correspondant au dernier jour de la préparation des offres avant 14 heures 00 mn.
 - *- L'ouverture des plis,dossiers de candidature et technique et financier sera effectuée le même jour à 14H 00 en séance public, au siège de la wilaya d'El Bayadh Direction de l'Administration Locale.

L'enveloppe extérieure devra être anonyme et portera la mention :

A Monsieur le wali de la wilaya d'el bayadh représenté par Mme La Directrice de l'administration locale.
Avis Appel D'offres National Ouvert Avec Exigence De Capacités Minimales N°/2026
"à ne pas ouvrir que par la commission d'ouverture des plis et d'évaluation des offres"
Objet :

ACQUISITION DES MATÉRIELS D'INTERVENTION ET DE MAINTENANCE POUR LES TRAVAUX PUBLIC:

LOT N°01 : Acquisition chasse-neige avec équipements 12 Tonnes

LOT N°02 : Acquisition D'un chargeur sur pneus 04 m³.

LOT N°03: Acquisition D'un-Rétro chargeur 4*4.

LOT N°04 : Acquisition D'un Tracteur Routier 6*4 Avec Remorque Porte Engins 60 Tonnes.

L' enveloppe extérieure contiendra trois (03) enveloppes Intérieures séparés l'une portant la mention * offre de candidature * offres technique* l'autre offres financière
Les soumissionnaires resteront engagés par leurs offres pendant une durée de TROIS (03)MOIS à compter de la date de dépôt des offres

DIRECTEUR

REPUBLIQUE ALGERIENNE DEMOCRATIQUE ET POPULAIRE
WILAYA DE SIDI BEL ABBES
DIRECTION DE LA JEUNESSE ET SPORTS
AVIS D'APPEL D'OFFRES NATIONAL OUVERT AVEC EXIGENCE
DES CAPACITES MINIMALES
NIF 0990220150357330

Le Responsable D'action Le Directeur de la Jeunesse et des de la wilaya de Sidi Bel Abbes lance un Avis d'Appel d'Offre national Ouvert avec exigences de capacités minimales :

**PROJET : ACQUISITION ET FOURNITURE DU SYSTEME DE DESHUMIDIFICATION
AU NIVEAU DES PISCINES**

Les entreprises qualifiées et intéressées par le présent avis, peuvent soumissionner et retirer le cahier des charges auprès de la direction de la Jeunesse et des sports de la wilaya de Sidi Bel Abbes Boulevard De La Macta Sidi Bel Abbés
La durée de préparation des offres est fixée à 15 jours à compter de la première parution de cet avis sur les quotidiens nationaux et le BOMOP.

Condition D'éligibilité :

1-Pour que leur offre soit recevable, les soumissionnaires doivent apporter la preuve qu'ils disposent d'un chiffre d'affaire moyenne des 03 dernières années (2023/2024/2025) supérieure ou égale à (23 000 000.00 DA) Visé par les services des impôts et plus une copie de déclaration des impôts C20 actualisé.

- Copie de registre de commerce électronique.

2- Une Attestation de Bonne Exécution délivrées par des différents maitres d'ouvrages publics Travaux de même nature (Equipment piscine).

3-Le certificat de qualification et de classification catégorie (03) et plus activité principale bâtiment ou hydraulique.

A /LE DOSSIER DE CANDIDATURE COMPRENDRA :

- Le certificat de qualification et de classification catégorie 3 et plus activité principale en bâtiment ou hydraulique .
- Copie conforme de registre de commerce électronique légalisée par le CRNC territorialement compétant.
- Une déclaration de candidature (selon modèle ci-joint) remplie, signée et datée et cacheté par le soumissionnaire
- Une déclaration de probité (selon modèle ci-joint) remplie, signée et daté et cacheté par le soumissionnaire
- Les statuts pour les sociétés.
- Fiche technique des matériels.
- Les documents relatifs aux pouvoirs habilitant les personnes à engager l'entreprise.
- Relevé d'identification bancaire (RIB).
- Tout document permettant d'évaluer les capacités des candidats et des soumissionnaires :
- Capacités professionnelles :
- Extrait de rôles apuré doit être visée par le service des impôts ou avec échéancier de paiement, datant de moins de (03) mois, et Attestation de mise à jour CNAS, CASNOS, CACOBAT en cours de validation
- Carte d'immatriculation fiscale.
- Références professionnelle : Une Attestation de Bonne Exécution délivrés par des différents maitres d'ouvrages publics.
- Les moyens matériels à mobiliser pour le projet appuyé de toutes pièces justificatives :
- Matériel roulant : Catre grise avec assurance propre à l'entreprise en cours de validité Valable pour la date d'ouverture.
- Matériel non roulant : PV d'huissier de justice ou rapport d'expertise établie pour l'année de soumission.
- Attestation des comptes sociaux (2024) pour EURL ou SARL.
- Copie des bilans fiscaux de 03 dernières années (2023/2024/2025) Visé par les services des impôts et plus une copie de déclaration des Impôts C20 actualisé.

b- OFFRE TECHNIQUE :

- L'offre technique doit contenir ce qui suit :
- La déclaration à souscrire selon modèle joint en annexe remplie, signée, cachetée et Datée.
- Une mémoire technique justificatif doit être remplir par tous les informations qui permettant d'évaluer le projet (Liste nominative des moyens humains d'encadrement et les ouvriers, la liste des moyens matériels et le délai de réalisation selon le modèle joint en annexe)
- Signée et cacheté par le soumissionnaire en application des dispositions de l'article 78 du présent décret.
- Le présent Cahier des charges remplie, signée, cachetée et datée portant à la dernière page, « La mention manuscrite lu et accepté » (Sans Indication sur le montant de la Soumission).

c- OFFRE FINANCIERE :

- L'offre financière doit contenir ce qui suit :
- Lettre de Soumission selon modèle joint en annexe remplie, signée, cachetée et daté.
- Le bordereau des prix unitaires (BPU) rempli, signé, daté et cacheté par le Soumissionnaire
- Le Devis quantitatif estimatif (DQE) par lot rempli, signé, daté et cacheté par le Soumissionnaire
- Planning prévisionnel d'exécution des travaux.
- Le soumissionnaire doit examiner attentivement toutes les instructions, conditions et spécifications contenues dans le dossier d'appel d'offres. Le non-respect de ces conditions peut entraîner le rejet de l'offre.
- o Le Dossier de Candidature, les offres techniques, et financières, doivent être contenues dans Trois (03) enveloppes et ne comportent que les mentions suivantes :

Enveloppe N°01 : « Dossier de Candidature »

Enveloppe N°02 : « Offre Technique »

Enveloppe N°03 : « Offre Financière »

- o Les Trois offres doivent être contenues dans une seule enveloppe anonyme qui ne portera que la mention suivante :

A /
MONSIEUR LE DIRECTEUR DE LA DIRECTION DE LA JEUNESSE ET DES SPORTS
DE LA WILAYA DE SIDI BEL ABBES

**PROJET : ACQUISITION ET FOURNITURE DU SYSTEME DE DESHUMIDIFICATION
AU NIVEAU DES PISCINES**

« A N'OUVRIR QUE PAR LA COMMISSION D'OUVERTURE DES PLS ET D'EVALUATION DES OFFRES »

- Les offres seront déposées au niveau de la Direction de la Jeunesse et des Sports de la Wilaya de Sidi Bel Abbes Boulevard de la Macta Sidi Bel Abbes
- Le Jour et l'heure limités de dépôt des offres est fixé à 15 jours à compter de la première parution de cet avis sur les quotidiens nationaux.
- L'heure limitée de clôture du dépôt des offres à 12 :00 Heures.
- L'ouverture des plis est prévue en séance publique et se tiendra le dernier jour de la durée de préparation des offres à 14 heures
- o Si ce jour coïncide avec un jour férié ou un jour de repôt légal la durée de préparation des offres est prorogée jusqu'au jour ouvrable suivant.
- o Les soumissionnaires peuvent soumissionner en plusieurs lots mais ne seront retenue que pour un lot.
- o Les offres resteront valides pendant une période de 105 jours à partir de la date limitée de dépôt des offres

Ghaza

Plus de 1700 membres du personnel médical
tués et 330 arrêtés depuis octobre 2023



Plus de 1.700 membres du personnel médical ont été tués dans la bande de Gaza et plus de 330 autres ont été arrêtés à la suite de l'agression sioniste qui se poursuit contre l'enclave occupée depuis le 7 octobre 2023, ont révélé des sources sanitaires palestiniennes. Dans une déclaration à des médias palestiniens, le directeur du complexe médical Al-Shifa, Dr Mohammed Abou Salmiya, a indiqué que le nombre de décès dus à l'effondrement du système de santé dépasse désormais celui des personnes tuées directement par les bombardements sionistes. Il a précisé qu'environ 1.500 patients sont décédés en attendant l'autorisation de quitter Gaza pour recevoir des soins à l'étranger, tandis que 88 autres restent détenus dans les prisons de l'occupation. Selon lui, les conséquences du génocide s'aggravent chaque jour et les décès liés au manque de soins et à l'effondrement du système de santé se multiplient, qualifiant la situation de "catastrophe humanitaire sans précédent". Abou Salmiya a rappelé que le com-

plexe médical Al-Shifa, le plus grand hôpital de la bande de Ghaza, a été l'une des principales cibles des forces sionistes. Celui-ci a subi, a-t-il dit, d'importantes destructions et perdu l'essentiel de ses capacités de fonctionnement après avoir été pris d'assaut à deux reprises, en décembre 2023 et en mars 2024. Le même responsable a ajouté que la bande de Ghaza compte actuellement plus de 173.000 blessés, dont des milliers nécessitent des années de traitement et de rééducation, ainsi qu'environ 6.000 amputés et plus de 2.000 personnes souffrant d'une paralysie totale. Concernant les évacuations sanitaires, il a indiqué que plus de 22.000 malades ont besoin d'être soignés à l'extérieur de Ghaza, alors que seulement une trentaine de patients sont autorisés à quitter le territoire lors des ouvertures irrégulières du poste-frontière de Rafah, un chiffre jugé largement insuffisant. Les hôpitaux souffrent également d'une grave pénurie de médicaments et de matériel médical, avec plus de 50 % des médicaments essentiels et plus

de 70 % des fournitures médicales qui sont indisponibles. Le directeur du Complexe a également dénoncé le maintien de l'interdiction d'introduire des équipements médicaux essentiels. Selon lui, il n'existe plus un seul appareil d'IRM en fonctionnement dans la bande de Ghaza, tandis que les appareils de radiologie, de scanner et les équipements de dépistage précoce, notamment du cancer du sein, ne peuvent pas être acheminés. Dans le même sillage, Abou Salmiya a souligné que les conditions sanitaires dans les camps de déplacés sont inhumaines, avec une recrudescence des maladies de la peau et des infections intestinales chez les enfants, en raison de la pollution de l'eau et de la malnutrition. Il a, à ce propos, lancé un appel à la communauté internationale afin d'obtenir un véritable cessez-le-feu, l'ouverture des points de passage, l'entrée des médicaments, des consommables et des équipements médicaux, ainsi que l'évacuation des patients nécessitant des soins spécialisés.

Sahara Occidental

L'ELDH déplore l'absence d'un mécanisme international
permanent de surveillance des droits humains

L'Association européenne des avocats pour la démocratie et les droits de l'homme dans le monde (ELDH) a déploré l'absence d'un mécanisme international permanent de surveillance des droits humains au Sahara occidental, soulignant que le mandat actuel de la MINURSO, limité à la supervision du cessez-le-feu, ne permet pas d'assurer une documentation indépendante des violations alléguées ni une protection suffisante des populations sahraouies vivant sous occupation marocaine. Dans un rapport intitulé "Sahara occidental, 50 ans sous occupation", fruit d'une mission internationale d'établissement des faits menée en 2026, l'association affirme que "cette lacune crée un vide en matière de protection et complice considérablement le travail de documentation des organisations internationales et des observateurs indépendants". Rappelant que la Mission des Nations unies pour l'organisation d'un référendum au Sahara occidental (MINURSO) créée en 1991 pour superviser le cessez-le-feu et préparer un référendum

d'autodétermination, n'a jamais organisé cette consultation, l'ELDH soutient que cette situation de "blocage politique prolongé" s'accompagne depuis plusieurs décennies d'allégations récurrentes de violations des droits humains affectant la population sahraouie. Le document dresse, en effet, un état des lieux des allégations de violations des droits humains au Sahara occidental occupé et met en lumière les obstacles persistants à une surveillance internationale indépendante du territoire. Les enquêteurs se sont notamment penchés sur les cas de détention arbitraire, les poursuites à caractère politique, les atteintes au droit à un procès équitable, les allégations de torture et de mauvais traitements, ainsi que les restrictions aux libertés d'expression, d'association et de réunion. Le rapport de cette mission qui a réuni plusieurs juristes, universitaires et défenseurs des droits humains européens, examine également des questions plus structurelles telles que

les discriminations alléguées, les évolutions démographiques du territoire, le pillage des ressources naturelles par le Maroc et la situation spécifique des défenseurs sahraouis des droits humains, des journalistes, des avocats, des femmes, des enfants et des familles de victimes. Les informations présentées dans le rapport reposent principalement sur une série d'entretiens réalisés en ligne entre février et mars 2026. Mais, pour des raisons de sécurité, l'identité des personnes interrogées n'est pas dévoilée dans ce document. Ce document s'appuie sur des témoignages recueillis auprès de victimes, d'anciens détenus, de familles de disparus, d'avocats, de journalistes, de militants des droits humains et d'organisations de la société civile sahraouie. Les auteurs du rapport relèvent d'ailleurs des difficultés d'accès au Sahara occidental, des contraintes sécuritaires et administratives, ainsi que l'impossibilité d'effectuer des entretiens en personne dans les zones sous contrôle marocain.

Aggression sioniste contre Ghaza

Le bilan s'alourdit à 73.098 martyrs et 173.571 blessés



L'agression génocidaire sioniste contre la bande de Ghaza a fait 73.098 martyrs et 173.571 blessés, en majorité des femmes et des enfants, depuis le 7 octobre 2023, selon un nouveau bilan communiqué lundi par les autorités sanitaires palestiniennes. Les corps de cinq martyrs ainsi que sept blessés ont été transférés vers les hôpitaux de Ghaza au cours des dernières 48 heures, a indiqué la même source, notant que de nombreuses victimes se trouvent encore sous les décombres. Depuis l'entrée en vigueur du cessez-le-feu, le 11 octobre dernier, 1.072 Palestiniens sont tombés en martyrs et 3.463 autres ont été blessés, tandis que les corps de 799 martyrs ont été récupérés, selon les autorités sanitaires.

Une manifestation dans la capitale allemande
en soutien à la Palestine

Un grand nombre de participants se sont rassemblés samedi soir, dans la capitale allemande, Berlin, pour soutenir la cause palestinienne avant de se mettre en marche vers le centre-ville pour protester contre l'agression et les attaques de l'occupation sioniste sur Ghaza. Les manifestants ont condamné le génocide commis par l'entité sioniste à Ghaza, le meurtre de travailleurs de la santé et la saisie de terres palestiniennes, a rapporté l'Agence de presse palestinienne Wafa. Les manifestants scandaient des slogans tels que "Stop à l'occupation", "Israël tue des enfants", "Liberté pour Ghaza", "Nous voulons justice" et "Ce n'est pas une guerre, c'est un génocide". Les participants ont également brandi des drapeaux palestiniens et des photos de travailleurs de la santé tués par l'entité sioniste en Palestine, ainsi que des banderoles sur lesquelles on pouvait lire "Liberté pour le Dr Abu Safiya", "262 journalistes martyrs" et "Liberté pour la Palestine". L'agression génocidaire sioniste contre la bande de Ghaza a fait 73.090 martyrs et 173.553 blessés, en majorité des femmes et des enfants, depuis le 7 octobre 2023, selon un nouveau bilan communiqué samedi par les autorités sanitaires palestiniennes.

Conseil des droits de l'Homme

L'Algérie appelle à défendre la souveraineté et
l'intégrité territoriale du Soudan

L'Algérie a appelé, vendredi, par la voix de son représentant permanent auprès de l'ONU à Genève, Idris Latreche, à défendre la souveraineté et l'intégrité territoriale du Soudan et à soutenir un processus politique exclusivement soudanais, tout en exhortant la communauté internationale à condamner tous les acteurs externes alimentant le conflit dans ce pays. "Pour l'Algérie, aujourd'hui est le jour de réaffirmer les impératifs fondamentaux qui doivent guider tout effort sincère en faveur de la paix au Soudan", a déclaré M. Latreche lors d'un débat urgent sur le Soudan au Conseil des droits de l'Homme à Genève. Dans ce contexte, le diplomate a appelé à "défendre la souveraineté, l'unité nationale et l'intégrité territoriale du Soudan, tout en rejetant toute tentative de démembrer le pays et ses institutions". M. Latreche a, en outre, exhorté la communauté internationale à condamner "tous ceux qui continuent, de l'extérieur, à alimenter la violence, à aggraver les souffrances et à saper toute perspective de paix" dans ce pays. Il a appelé, par ailleurs, à "œuvrer en faveur d'un processus politique dirigé par les Soudanais et appartenant aux Soudanais, qui rassemble tous les enfants du Soudan pour tracer leur propre avenir, à travers le dialogue, l'unité et la réconciliation". Le diplomate a souligné que le débat au Conseil des droits de l'Homme sur la situation dans la ville d'El-Obeid, capitale de l'Etat du Kordofan-Nord, qui fait face à une catastrophe humanitaire, "nous rappelle de manière frappante notre échec collectif à prévenir ce qui est devenu aujourd'hui la plus grande tragédie humanitaire au monde". Il nous rappelle également, a-t-il poursuivi, "notre échec collectif à protéger les victimes au Soudan, à préserver leur pays des interférences externes massives et à privilégier le dialogue plutôt que la confrontation, la médiation plutôt que l'ingérence, et la réconciliation plutôt que la division".

Dans le monde un 7 Juillet

- 2017 : En Allemagne, début du Sommet du G20 qui se tient à Hambourg.
- 2012 : Une crue éclair, en Russie, provoque la mort d'au moins 171 personnes, dans la région de Krasnodar.
- 2008 : Tennis victoire de l'espagnol Rafael Nadal en 6-4, 6-4, 6-7, 6-7, 9-7) en finale de Wimbledon contre Roger Federer.
- 2007 : Tour de France, prologue à Londres, vainqueur le Suisse Fabian Cancellara.
- 2005 : Trois bombes explosent à Londres presque simultanément dans trois rames de métro vers 8h 50 puis une quatrième une heure après dans un bus, faisant 56 morts - dont les kamikazes et 700 blessés de 11 nationalités différentes.
- 1998 : Sortie en salle du film "Scream2".
- 1995 : La navette Atlantis revient sur terre "100e vol habité"
- 1990 : Bernard Tapie prend le contrôle de Adidas.
- 1985 : A 17 ans le champion Allemand Boris Becker devient le plus jeune joueur à remporter le tournoi de Wimbledon.
- 1982 : Le Conseil des ministres décide la création d'une 4e chaîne de télévision.
- 1981 : Légalisation du divorce en Espagne.
- 1981 : Strasbourg est choisie comme siège des sessions plénières du Parlement européen.
- 1974 : Abaissement à 18 ans de l'âge de la majorité en France.
- 1971 : Inauguration du pont de Noirmoutier.
- 1968 : Lors du Grand Prix de France de Formule 1, Jo Schlesser se tue.
- 1967 : Début de la guerre du Biafra.
- 1964 : Terrible avalanche dans le massif du Mont Blanc. Treize professeurs et aspirants guides de l'Ensa, ainsi que le champion du monde de slalom, le Chamoniard Charles Bozon, trouvent la mort à l'Aiguille Verte.
- 1959 : Mariage du roi Albert des Belges et de la reine Paola.
- 1951 : Début aux USA de la télévision couleur.
- 1941 : Beyrouth est occupé par les troupes de la France Libre et les forces britanniques/isere-annuaire.com/

Le saviez-vous?

Le véhicule avec le kilométrage le plus élevé !



Un kilométrage élevé témoigne d'un véhicule bien construit et bien entretenu. Bien que la plupart des gens semblent changer leur voiture toutes les quelques années, on sait que certains entretiennent leur véhicule usagé pendant une longue période. Dans de rares cas, quelques propriétaires de véhicules et surtout les camionneurs sur longs parcours peuvent cumuler plus d'un million de kilomètres sur un seul véhicule, ce qui équivaut à faire le tour de la Terre (périmètre équatorial) en conduisant. À une vitesse de 90 km/h, il vous faudrait plus de deux ans de conduite continue pour parcourir cette distance. Mais qu'en est-il de la voiture avec le kilométrage le plus élevé ? Le 18 septembre 2013, aux États-Unis, Irvin Gordon a inscrit son quatre millionième kilomètre sur l'odomètre de sa Volvo 1800S de l'année 1966 alors qu'il conduisait près du village de Girdwood, au sud d'Anchorage, en Alaska. Au 1er mai 2014, il avait parcouru 4 890 992 kilomètres. Avec ce chiffre, le conducteur totalise l'équivalent de près de 120 tours de la Terre. L'homme a acheté sa voiture le 30 juin 1966 pour 4 150 dollars à 25 ans, et a déclaré qu'il la vendrait s'il obtenait un dollar par kilomètre. Mais une demande de carte grise pour une voiture avec un kilométrage aussi élevé sera vraiment compliquée à traiter. lesavezvous.net/

REPUBLIQUE ALGERIENNE DEMOCRATIQUE ET POPULAIRE
WILAYA DE SIDI BEL ABBES
DIRECTION DE L'EDUCATION
RUE MENAÛ BOULANOUAR-101 BEL ABBES
NUMERO D'IDENTIFICATION FISCALE: 097422019060321

AVIS D'APPEL D'OFFRE OUVERT N°03/26
Avec exigence de capacités minimales

Le wali de la wilaya de sidi bel abbès, représenté par le directeur de l'éducation de la wilaya de sidi bel abbès, lance un **AVIS D'APPEL D'OFFRES OUVERT** pour renouvellement des **EQUIPEMENTS SCOLAIRE ET SES COMPOSANT AU PROFIT DES ETABLISSEMENTS CYCLE MOYEN.**

Réparti en 03 lots séparés :

Lot n°1 : Mobilier scolaire et de bureau - Lot n°2 : Matériel informatique et reprographie - Lot n°3 : Matériel de climatisation et incendie.

Les entreprises intéressées par le présent avis, peuvent soumissionner et retirer les cahiers des charges auprès du siège de la direction de l'éducation de la wilaya de sidi bel abbès (service : programmation et suivi).

- Condition de candidature contient
- un registre de commerce (fabriquant, groupement commercial, grossiste et importateur et distributeur)

références professionnelle de même nature pour chaque lot (11 attestations de bonne exécution pour chaque lot) délivrées et signées par les maîtres d'ouvrage publics et un chiffre d'affaire des 03 dernières années pour chaque lot

Lot 01 >= à 7 886 666.66 DA - Lot 02 >= à 6 700 000 DA - Lot 03 >= à 4 643 333 DA

Le dossier de candidature contient :

- Une déclaration de candidature dûment renseignée, datée, visée, et cachetée
- La déclaration de probité dûment renseignée, datée, visée, et cachetée selon modèle joint
- Copie de l'attestation de dépôt des comptes sociaux de l'année 2025
- Le numéro d'identification fiscale (NIF) pour les soumissionnaires nationaux et les soumissionnaires étrangers ayant déjà travaillé en Algérie.
- Copie de l'extrait du casier judiciaire du soumissionnaire valide à sa date d'ouverture.
- Attestation d'activité.
- Une copie du registre de commerce électronique.
- Copies des bilans financiers des trois (03) dernières années visés par le fisc + C20
- Liste des moyens de transport à mettre dans le cadre de cette présente opération avec pièces justificatives (photocopies des cartes grises et des assurances valides au nom du fournisseur)
- Une Attestations de bonne exécution signées par un maître d'ouvrage public pour prestations de même nature pour chaque lot
- Statut de l'entreprise s'il y a lieu.

Les références bancaires un chiffre d'affaire des 03 dernières années pour chaque lot.

- Copies des attestations fiscales et d'organismes de sécurité valides (CNAS, CASNOS, extrait de rôles apurés ou avec échéancier).
- Une déclaration annuelle des salaires exercés 2024 annuel ou trimestriel 2025
- Le maître d'ouvrage doit certifier que l'attributaire ne doit pas être mentionné sur la liste des fraudeurs en collaboration avec la direction du commerce et la direction des impôts.

FFRE TECHNIQUE :

- La déclaration à soucrire (signature et cachet) selon le modèle joint.
 - Le présent cahier des charges paraphé par le soumissionnaire annexé de ses spécifications techniques
 - Date et lieu de signature du cahier des charges
- 2 OFFRE FINANCIERE**
- 1- la soumission renseignée et visée selon modèle joint
 - 2- le bordereau des prix unitaires dûment signé par le soumissionnaire
 - 3- le devis quantitatif et estimatif dûment signé par le soumissionnaire
 - 4- le planning de livraison
- Les offres techniques et financières doivent être contenues dans trois (03) enveloppes ne comportant que les mentions suivantes :
- Enveloppe n°01 : « OFFRE DE CANDIDATURE »
- Enveloppe n°02 : « OFFRE TECHNIQUE »
- Enveloppe n°03 : « OFFRE FINANCIERE »

Les deux offres doivent être contenues dans une seule enveloppe anonyme qui ne portera que la mention suivante :

« A N° PAS OUVRIR » - EQUIPEMENTS SCOLAIRE ET SES COMPOSANT AU PROFIT DES ETABLISSEMENTS CYCLE MOYEN.

Les offres seront déposées à la direction de l'éducation de sidi bel abbès, service : programmation et suivi.

La date-limite de dépôt des offres est fixée à 12 heures au dixième (10ème) jour, à partir de la première parution du présent avis dans différents journaux nationaux et ce jour coïncide avec un jour férié ou un jour de repos légal ; la durée de préparation des offres est prolongée jusqu'au jour ouvrable suivant. Les soumissionnaires resteront engagés par leurs offres pendant une durée de 90 jours ; à compter de la date de clôture du présent avis. L'ouverture des plis est prévue à 14 heures le jour correspondant à la date-limite du dépôt des offres au siège de la direction de l'éducation. Les soumissionnaires sont cordialement invités à y assister.

LE DIRECTEUR DE L'EDUCATION

ANEP N°2631010500 07/07/2026 MEDIA EXPERT

REPUBLIQUE ALGERIENNE DEMOCRATIQUE ET POPULAIRE
DIRECTION DE LA JEUNESSE ET DES SPORTS DE LA WILAYA DE BENI ABBES
IDENTIFICATION FISCALE N° : 41802900008385

AVIS DE CONCOURS NATIONAL RESREINT AVEC EXIGENCE DE CAPACITES
MINIMALES N°.....DJIS/2026

Ministre De La Jeunesse Et Des Sports représenté par monsieur le Directeur de la jeunesse et des sports de la Wilaya de Beni Abbes lance un avis de concours national d'architecture restreint avec exigence de capacités minimale portant sur :

Etude et suivi pour la Réalisation d'une Maison de Jeunes à KERZAZ.

Ne sont éligibles au présent avis de consultation que les architectes et bureaux d'études nationaux ou groupement de bureaux d'études, inscrits dans le tableau national de l'ordre des architectes et en possession d'un agrément en cours de validité, justifiant des capacités techniques, professionnelles et financières suivantes :

A. Capacités professionnelles :

- Pour les candidats seuls :
 - Un agrément en cours de validité pour les architectes agréés.
 - Le statut pour les sociétés civiles professionnelles d'architectes agréés SCP.
 - Statut de l'entreprise publique économique (EPE) ou d'un décret de création d'un côté et l'extrait du registre de commerce portant le code architecture (607009)

- Pour les candidats en groupements :
 - Un protocole d'accord, reliant les membres du groupement.

Capacités financières : Pour les candidats seuls :

Avoir cumulé un chiffre d'affaire Moyen de 1.200.000,00 DA ou plus En prenant en compte les trois meilleurs chiffres d'affaires des cinq dernières années (2020, 2021, 2022, 2023, 2024) et justifier le cumul de chiffre d'affaire par l'attestation C20

A. Capacités techniques :

C.1/ Références professionnelles :

Avoir assuré la maîtrise d'œuvre étude ou suivi ou étude et suivi, d'un projet de catégorie «B» ou deux projets «A» durant 10 ans dernière années.

N.B : les références professionnelles sont à justifier par des attestations de bonne exécution étude ou suivi ou étude et suivi similaire délivrées par les maîtres d'ouvrage publics.

C.2/ Moyens humains :

Disposant d'un minimum de personnel nécessaire pour le bon fonctionnement du bureau soit :

- Un chef de projet architecte ayant une expérience minimale de trois (03) ans.
- Ingénieur au Master en génie civil ayant une expérience minimale de deux (02) ans.
- Un Métreur vérificateur.
- Un Topographe.

Les Moyens humains doivent être justifiés soit par :

Une attestation individuelle d'affiliation CNAS valide + diplôme + CV

L'expérience est calculée sur la base des attestations ou certificat de travail justifiant les périodes de travail de chaque élément justifié par attestation CNAS.

NB : seul l'expérience supérieure à celle exigée dans le dossier de candidature sera prise en considération lors de l'évaluation des offres techniques.

Dans le cas d'un groupement il sera tenu compte du cumul des capacités techniques entre les membres du groupement

Le groupement dans son ensemble doit avoir cumulé un chiffre d'affaire Moyen de 1.200.000,00 DA ou plus En prenant en compte les trois meilleurs chiffres d'affaires des cinq dernières années (2020, 2021, 2022, 2023, 2024) et justifier le cumul de chiffre d'affaire par l'attestation C20

En calcul de la manière suivante : Chaque membre du groupement se verra calculer cumulés un chiffre d'affaire Moyen de 1.200.000,00 DA ou plus En

prenant en compte les trois meilleurs chiffres d'affaires des cinq dernières années (2020, 2021, 2022, 2023, 2024) Tous les résultats des membres du

groupement seront additionnés et divisés par le nombre du membre pour obtenir le chiffre d'affaires du groupement. Le groupement doit être

impérativement solidaire.

Les candidats intéressés par le présent avis de concours peuvent retirer les cahiers des charges auprès de la DIRECTION DE LA JEUNESSE ET DES SPORTS DE LA WILAYA DE BENI ABBES sis El Mostakbel à Beni Abbes.

La date de dépôt des offres doit être retirée par le soumissionnaire ou son représentant dûment désigné, dans le cas de groupement, le cahier de charge doit être retiré par le mandataire ou son représentant dûment désigné.

Les candidats procèdent uniquement au dépôt des offres de candidature :

Le pli de dossier de candidature doit être inséré dans une enveloppe fermée anonyme ne comportant que les mentions suivantes :

A Monsieur de la direction de la jeunesse et des sports de la Wilaya de Beni Abbes

AVIS DE CONCOURS NATIONAL RESREINT AVEC EXIGENCE DE CAPACITES MINIMALES

N°.....DJIS/2026

Etude et suivi pour la Réalisation d'une Maison de Jeunes à KERZAZ.

« A n'ouvrir que par la commission d'ouverture des plis et d'évaluation des offres »

La durée de préparation des offres est à Dix (10) jours à compter de la date de la première parution du présent avis de concours dans le BOMOP ou l'un des quotidiens nationaux et et presse électronique diffusés.

La date de dépôt des offres est fixée au dernier jour de la durée de préparation des offres à 11h00, cette date est reportée au premier jour ouvrable, dans le cas où le jour du dépôt des offres coïncide avec un jour férié ou un jour de repos légal.

Les soumissionnaires sont invités à assister à la séance d'ouverture des plis de candidature à une seule séance publique, qui se fera le jour correspondant au dernier jour de la durée de préparation des offres à 11h15 au siège de la DIRECTION DE LA JEUNESSE ET DES SPORTS DE LA WILAYA DE BENI ABBES. Si ce jour coïncide avec un jour férié ou un jour de repos légal, l'ouverture des plis sera reportée au jour ouvrable suivant à la même heure 10h15.

LE DIRECTEUR

ANEP N°2631010525 07/07/2026 MEDIA EXPERT

Aliment corriger	Canons	Nébulosité	Article	Prénom masculin
Aboiement	Ria	Champion	Commune française	Maquilla
Exagèrai				Voie
Vieux		Etre imaginaire		En haut du museau
		Cieux		
Instrument			Partie de la journée	Certain
Métal mou			Personnage de Shakespeare	
	Commune de France		Risquas	
	Volée			
Une païe quand elle est belle				Colorer
Peu élevée			Détester	
			Langue	
Pronom personnel		Religieuse		Précis
Animaux		Note		
		Gaz		A la mode
		La première		Terre isolée
Commune française			Sable mouvant	
Pâturage			Cité légendaire	
		Couleur		
Elans vitaux			Légu- mineuses	

MEDIA EXPERT

Edité par SARL
«MEDIA EXPERT PRO»
au capital de 100 000 DA
Gérante:
Mme Chelouah Nabila
admin@mediaexpert-dz.net
admin@mediaexpert.dz
journalmediaexpert@gmail.com

Direction - Administration - Rédaction:
23 Lot Issat Idir Local N°3
Bir El Djir Oran
Tél/Fax: 040 51 22 75 / 0659 659 940
3000 exemplaire
Impression Ouest SIO
Zone industrielle d'Es-Sénia Oran
Directrice de Publication:
Mme GAOUAR née Chelouah Nabila

Diffusion: EURL MPS
EL BAHIA EL DJADIDA
Les manuscrits, photographies
ou tout autre document et
illustration adressés ou remis au
journal ne seront pas rendus et
ne feront objet d'aucune
réclamation

« Pour votre Publicité s'adresser à : l'Entreprise Nationale
de communication, d'Édition et de Publicité »
Agence ANEP 01, Avenue Pasteur - Alger.
Téléphone : 020.05.20.91 / 020.05.10.42
Fax : 020.05.11.48 / 020.05.13.45
020.05.13.77
E-mail : agence.regie@anep.com.dz
programmation.regie@anep.com.dz
agence.oran@anep.com.dz
agence.annaba@anep.com.dz
agence.ouargla@anep.com.dz
agence.constantine@anep.com.dz

BATIWEST 23^e édition
SALON INTERNATIONAL DU BÂTIMENT
الصالون الدولي للبناء
العقار، الصناعة السياميك

تَقْدِيرٌ وَعِزٌّ

DU 15 AU 19 NOVEMBRE 2026
CENTRE DE CONVENTIONS ORAN

Mobile: 213 (0)5 58.19.40.31
213 (0) 6 64.46.03.38
Contact électronique
E-mail: batiwest.oran25@gmail.com - contact@batiwest.net

WWW.BATIWEST.NET

Le village Méditerranéen de la Dégustation

مهرجان وهران الباهية لتذوق أطعمة الشوارع
20-27 جويلية 2026
القرية المتوسطية - بلقايد وهران

2^e Oran El Bahia food festival

Organisateurs:
CABO
الجمعية الوطنية للتجار والحرفيين
National Association of Traders and Craftsmen

Partenaire Media
MEDIA EXPERT

le village mediterraneen de la degustation
behichef@gmail.com
0771 67 11 05 / 0969 39 93 13

الصالون الدولي للاستثمار الفلاحي والتكنولوجيا
AGRI TECH EXPO

Salon international de l'investissement agricole et de la technologie

13-14-15 Octobre 2026
Sheraton Annaba
عناني شيراطون

QR code

Organisé par **incop**
www.incoevent.com

+213 (0) 23 187 720 / +213 (0) 26 071 703 / +213 (0) 861 818 818 / +213 (0) 670 87 08 34736
info@agritechexpo.com / contact@agritechexpo.com

معرض وهران مستوجلادي
من 28 جويلية الى 01 اوت 2026
RÉSERVER VOTRE STAND ET PROFITEZ DE NOS OFFRES !
قصر المعارض مدينة جديدة. وهران

PHARMEX 10
CENTRE DE CONVENTIONS ORAN

22 23 24 OCTOBRE 2026

sous le thème :
"L'Intelligence Artificielle
Centrée Patient Au Service Du Pharmacien"

ORGANISÉ PAR : **PHARMEX CONSULTING**

EN PARTENARIAT AVEC :
C.N.O.P., ANPHA, MEDIA EXPERT, Pharm'Net

الجمعية الجزائرية للمحاربة ضد العنف ضد المرأة
وزارة التضامن الوطني والأسرة وشؤون المرأة

الرقم الأخضر للتبليغ عن العنف ضد المرأة
10 26

social media icons

DON DE SANG

heart and blood drop icon

8^{ème} ÉDITION
Le rendez-vous incontournable des professionnels et passionnés du chocolat et du café.

DU 27 AU 30 JANVIER 2027
CENTRE DES CONVENTIONS D'ORAN

SALON INTERNATIONAL DU CHOCOLAT & DU CAFÉ
INSPIRER • DÉCOUVRIR • PARTAGER

PROFESSIONNELS, MARQUES, CONCOURS, ANIMATIONS, NETWORKING