



**MEDIA
EXPERT**

AGENCE DE PRESSE ET DE COMMUNICATION

Communiquons différemment

RENTREE UNIVERSITAIRE 2026-2027
Lancement des inscriptions
des nouveaux bacheliers
à partir du 15 juillet P.3

SÉCURITÉ ALIMENTAIRE

Des technologies intelligentes au service de l'agriculture algérienne P.3



Le village
Méditerranéen
de la Dégustation

20-27
JUILLET
2026

مهرجان وهران الباهية
لتذوق أطعمة الشوارع

2^e Oran
El Bahia food
festival



Partenaire Media



le village méditerranéen de la dégustation
behichef@gmail.com
0771 67 11 05 / 0669 39 93 13

**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
Jeudi 9 Juillet 2026
Quotidien National Economique
N° 2293 - Prix 30 DA



Algérie-Inde

Des perspectives prometteuses pour le renforcement de la coopération économique

Les relations économiques entre l'Algérie et l'Inde reposent sur un partenariat solide et mutuellement bénéfique, appelé à se développer davantage grâce aux nombreuses opportunités de coopération offertes dans plusieurs secteurs stratégiques. C'est ce qu'a affirmé l'ambassadrice de l'Inde en Algérie, Swati Vijay Kulkarni, lors d'une conférence de presse consacrée aux relations économiques entre les deux pays.

La diplomate a souligné que l'Algérie et l'Inde partagent une vision commune fondée sur le renforcement de la coopération Sud-Sud, qu'elle a qualifiée de moteur essentiel d'un développement durable, inclusif et équitable. Mme Kulkarni a également mis en avant les nombreux atouts dont disposent les deux pays, notamment une population jeune, un fort esprit entrepreneurial et des ressources humaines qualifiées. Selon elle, cette complémentarité constitue un socle favorable à l'élargissement du partenariat économique et à l'intensification des échanges bilatéraux. Abordant les perspectives de coopération, l'ambassadrice a annoncé que l'ouverture, prévue à la fin du mois d'octobre 2026, d'une liaison aérienne directe d'Air Algérie entre Alger et New Delhi devrait donner un nouvel élan aux échanges commerciaux, aux investissements ainsi qu'aux contacts entre les deux peuples, tout en créant de nouvelles opportunités de partenariat. Elle a, en outre, mis en avant le potentiel de coopération dans plusieurs domaines stratégiques, notamment les composants automobiles, l'agro-industrie, l'industrie pharmaceutique, les dispositifs médicaux, le textile ainsi que les industries manufacturières à forte valeur ajoutée, autant de secteurs appelés à renforcer davantage les relations économiques entre l'Algérie et l'Inde. A.B.

Sonatrach livre sa première cargaison de GNL à destination de l'Allemagne



Le groupe Sonatrach a annoncé dans un communiqué, la livraison de sa première cargaison de gaz naturel liquéfié (GNL) à destination de l'Allemagne. Cette livraison, qui s'inscrit dans le cadre de la stratégie de diversification des exportations gazières de la compagnie, a été réalisée en date du 2 juillet en cours au niveau du terminal de regazéification flottant Wilhelmshaven 1, a précisé la même source.

Elle a été chargée au niveau du complexe de liquéfaction de GL22 à Bethioua (Oran) et acheminée à bord du méthanier Tessala, propriété du groupe pétrolier public, a ajouté le communiqué. Pour la compagnie nationale, cette livraison confirme "la capacité de Sonatrach à saisir les opportunités offertes par les évolutions du marché international du gaz naturel, tout en renforçant la valorisation de ses ressources sur des marchés stratégiques à fort potentiel". Cette livraison témoigne également de "la flexibilité commerciale du groupe et de son engagement à consolider sa présence sur les principaux marchés énergétiques internationaux", selon le communiqué ajoutant qu'à travers cette opération, Sonatrach entend "poursuivre le développement de ses exportations vers ce marché".

Le groupe vise, aussi, à consolider "sa position de fournisseur clé et sa contribution au renforcement de la sécurité des approvisionnements énergétiques de l'Europe", a-t-on encore souligné de même source.

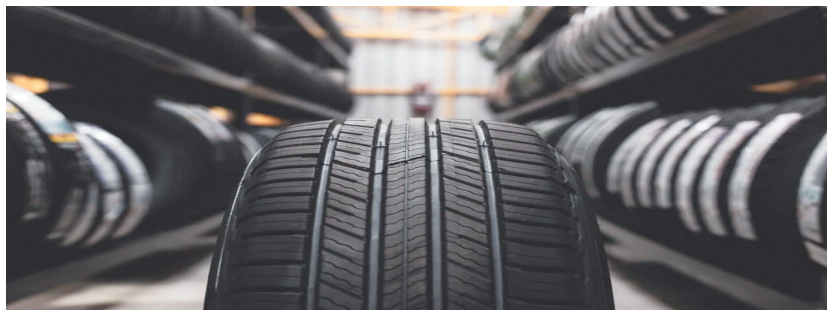
M. Djellaoui préside les travaux de l'AG du groupe GITRA

Le ministre des Travaux publics et des Infrastructures de base, M. Abdelkader Djellaoui, a présidé les travaux de l'Assemblée générale ordinaire du Groupe d'infrastructures des travaux routiers et ouvrages d'art (GITRA), consacrée à l'approbation des comptes sociaux du groupe au titre de l'exercice 2025, indique un communiqué du ministère. La réunion, tenue en présence des représentants du ministère des finances, et de l'industrie ainsi que des commissaires aux comptes, a également porté sur l'examen des résultats réalisés durant la précédente période, et sur l'évaluation des indicateurs de performance financière et technique du groupe et de ses filiales, à la lumière des objectifs fixés, ajoute le communiqué.

A cette occasion, le ministre a souligné la nécessité d'améliorer les performances du groupe et d'optimiser l'utilisation des moyens disponibles, tout en veillant au strict respect des délais de réalisation et des normes de qualité, à même de renforcer sa contribution à la concrétisation des projets du secteur et de répondre aux exigences du développement socioéconomique. Le groupe GITRA compte 18 filiales actives dans les domaines de la réalisation de routes, d'ouvrage d'art, de travaux d'aménagement et de raccordement aux différents réseaux, outre l'aménagement d'espaces verts, devenant l'un des principaux groupes nationaux actifs dans la réalisation des infrastructures et le soutien à l'économie nationale, conclut le communiqué.

Naftal

13 opérateurs étrangers retenus pour l'importation de 3,5 millions de pneus



Le président-directeur général de la Société nationale de commercialisation et de distribution de produits pétroliers (Naftal), Djamel Cherdoud, a annoncé la sélection de 13 opérateurs étrangers chargés d'approvisionner le marché national en 3,5 millions de pneus à partir du mois de septembre prochain. Cette opération s'inscrit dans le cadre du deuxième appel d'offres international lancé par l'entreprise, selon un communiqué de Naftal.

Cette annonce a été faite à l'occasion d'une réunion de coordination coprésidée par M. Cherdoud et le vice-président-directeur général du groupe Iris, Djamel Guidoum.

La rencontre a réuni les responsables des deux entreprises ainsi que les représentants des syndicats des chauffeurs de taxi et des transporteurs de voyageurs et de marchandises. Cette réunion visait à faire le point sur la mise en œuvre des conventions conclues entre les différentes parties, à examiner les préoccupations des professionnels du transport et à renforcer les mécanismes de concertation afin d'améliorer les prestations qui leur sont destinées.

À cette occasion, le PDG de Naftal a expliqué que l'importation de ces 3,5 millions de pneus permettra de répondre à la forte demande nationale et de mettre un terme aux tensions enregistrées sur le marché.

Il a également annoncé un important renforcement du réseau de distribu-

tion grâce à l'ouverture de 220 nouveaux points de retrait répartis à travers les différentes wilayas. Destinés aux clients ayant effectué leurs achats via la plateforme numérique « e-mahata.naftal.dz », ces nouveaux centres porteront la capacité quotidienne de distribution à près de 6.000 pneus, en complément des centres déjà agréés. Cette mesure vise à rapprocher le service des citoyens et à améliorer la fluidité de l'approvisionnement sur l'ensemble du territoire national.

M. Cherdoud a souligné que cette rencontre constitue une étape importante dans l'évaluation du partenariat établi entre Naftal et les organisations professionnelles du secteur des transports. Il a affirmé que les réunions périodiques témoignent de la volonté de l'entreprise de maintenir un dialogue permanent et constructif avec ses partenaires afin de mieux répondre à leurs attentes.

Le responsable a également insisté sur l'importance stratégique de la coopération entre Naftal et le groupe Iris, saluant la contribution de ce dernier à l'approvisionnement du marché national en pneumatiques. Les deux partenaires ont convenu de renforcer cette collaboration à travers la création d'un groupe de travail conjoint chargé du suivi des accords, de la coordination des actions et de la proposition de solutions destinées à consolider le partenariat public-privé et à assurer une meilleure régulation du marché.

De son côté, le vice-PDG du groupe

Iris, Djamel Guidoum, a réaffirmé l'engagement de son entreprise à augmenter les quantités de pneus destinées à Naftal au profit des professionnels du transport et des chauffeurs de taxi, afin de satisfaire une demande en constante progression. Il a également assuré que la coopération entre les deux entreprises se poursuivra pour lutter contre la spéculation et les pratiques commerciales illicites, tout en garantissant un approvisionnement transparent et régulier du marché national. Les représentants des syndicats professionnels ont, pour leur part, salué la qualité de la coopération avec Naftal. Le secrétaire général du Syndicat national des chauffeurs de taxi, Sid Ali Ait El-Hocine, a notamment indiqué que l'entreprise avait satisfait plus de 4.000 demandes de pneumatiques au cours des trois derniers mois. Une appréciation partagée par le président de l'Union nationale des transporteurs, Mohamed Bilal.

Enfin, les participants ont procédé à une évaluation du bilan de la coopération entre les différentes parties et examiné les préoccupations ainsi que les propositions formulées par les représentants des professionnels. Ils ont souligné la nécessité de poursuivre les rencontres de concertation afin d'améliorer les services destinés aux acteurs du secteur des transports, dans le cadre d'une démarche fondée sur le dialogue, la confiance et la responsabilité partagée. M.Gaouar

Commerce extérieur

Reziz présente les mécanismes de la plateforme numérique dédiée à l'importation



Le ministre du Commerce extérieur et de la Promotion des exportations, Kamel Reziz, a présidé un atelier consacré à la présentation des mécanismes de fonctionnement de la plateforme numérique dédiée au programme prévisionnel d'importation, ainsi qu'aux modalités d'accès au « couloir vert » réservé aux entreprises

publiques bénéficiant d'autorisations spéciales pour la validation de leurs programmes d'équipement et de fonctionnement, indique un communiqué du ministère.

Dans son allocution d'ouverture, le ministre a souligné que la numérisation des procédures d'importation s'inscrit dans la stratégie de l'État vi-

sant à renforcer la transparence, à simplifier les démarches administratives et à améliorer l'efficacité de la gestion des opérations d'importation. Cette démarche permettra, selon lui, d'accélérer le traitement des dossiers tout en orientant les importations vers les besoins des activités de production. M. Reziz a, en outre, appelé les entreprises publiques à s'approprier les nouveaux outils numériques mis à leur disposition et à tirer pleinement profit du dispositif du « couloir vert », entré en vigueur le 1er juillet, afin de faciliter et d'accélérer la validation de leurs programmes prévisionnels.

L'atelier a donné lieu à plusieurs présentations techniques détaillant le fonctionnement de la plateforme numérique, les services qu'elle offre ainsi que les procédures d'accès au « couloir vert ». Une séance d'échanges a également permis aux représentants des entreprises publiques d'exprimer leurs préoccupations et de poser leurs questions, dans le but d'assurer une mise en œuvre optimale de ce nouveau dispositif numérique. A.B.

Sécurité alimentaire

Des technologies intelligentes au service de l'agriculture algérienne



Les experts et professionnels du secteur agricole ont souligné l'importance de généraliser l'agriculture de précision afin d'améliorer les rendements, d'optimiser l'utilisation des ressources et des intrants et de réduire les pertes dans les exploitations agricoles, lors d'une journée technique consacrée au machinisme agricole. Organisée par l'École nationale supérieure d'agronomie (ENSA) sous le thème « Le machinisme agricole en Algérie : état des lieux, défis de modernisation et perspectives technologiques », cette rencontre a permis de mettre en lumière les avantages de l'agriculture de précision, une approche fondée sur l'exploitation des technologies numériques telles que les drones, les systèmes de géolocalisation (GPS), la télédétection et l'intelligence artificielle. Les intervenants ont expliqué que ces technologies permettent d'analyser

avec précision les données des parcelles agricoles et d'adapter les apports en eau, en engrais et en produits phytosanitaires aux besoins réels des cultures. Une gestion plus ciblée qui contribue à limiter le gaspillage, à réduire les coûts de production et à accroître la productivité. Le professeur Lyes Boudhar, chef du département de l'agriculture intelligente à l'ENSA, a plaidé pour une généralisation de cette approche afin d'améliorer la gestion des ressources naturelles, d'augmenter les rendements agricoles et de renforcer la sécurité alimentaire. Il a également souligné que les start-up spécialisées dans les technologies agricoles investissent de plus en plus dans ces solutions innovantes pour accompagner la modernisation du secteur et favoriser l'émergence de nouveaux métiers. De son côté, l'expert Ramdane Mansouri a estimé que le machinisme agricole représente aujourd'hui un in-

vestissement stratégique pour l'avenir de l'agriculture algérienne. Selon lui, cette modernisation doit s'appuyer sur une industrie nationale performante de fabrication d'équipements, des ressources humaines qualifiées ainsi que des services de maintenance efficaces afin de renforcer la compétitivité du secteur et de consolider la sécurité alimentaire.

Il a également insisté sur la nécessité d'adopter une vision prospective permettant de développer le parc national de matériels agricoles, de promouvoir une industrie locale compétitive, de renforcer la formation des opérateurs et d'assurer une meilleure disponibilité des pièces de rechange.

Pour sa part, le directeur commercial et marketing de la société Agrodribe, filiale du groupe public Agrodri, Mohamed Tahar Sadki, a annoncé que l'entreprise, créée en mars dernier, a acquis 331 moissonneuses-batteuses, dont une centaine sont déjà réceptionnées et mises en service. Il a également fait savoir que l'acquisition de 1.850 charrues et d'autres équipements agricoles est en cours, dans le but de les mettre à la disposition des agriculteurs sous forme de location.

Le directeur de l'ENSA, Tarik Hartani, a, quant à lui, souligné l'importance des rencontres scientifiques et techniques consacrées au développement de l'agriculture. Il a estimé que ces échanges constituent un cadre privilégié pour formuler des propositions concrètes en faveur de la modernisation du secteur, notamment à travers l'intégration des nouvelles technologies et le renforcement de la formation dans les différentes spécialités agricoles. A.B.

Sidi Bel-Abbes

Organisation de la 8ème édition de la Journée internationale de la consommation du quinoa



L'Institut des sciences agronomiques de l'Université "Djillali Liabes" de Sidi Bel-Abbes a accueilli les activités de la 8ème édition de la Journée internationale de la consommation du quinoa.

A cette occasion, les participants ont mis en avant l'importance de la contribution de ce produit à la diversification de la production agricole et alimentaire, compte tenu de sa capacité d'adaptation aux conditions climatiques et de ses potentialités de développement dans plusieurs régions.

Des experts et des responsables des secteurs de l'Agriculture, du Développement rural et de la Pêche, ainsi que de l'Enseignement supérieur et de la Recherche scientifique, ont souligné à l'unanimité la nécessité de renforcer la coopération scientifique, d'échanger les expertises techniques et d'élargir les programmes de recherche et d'innovation, afin d'assurer l'accompagnement des investisseurs et des agriculteurs dans le domaine de la culture du quinoa en Algérie.

Le wali de Sidi Bel-Abbes, Kamel Hadji, présidant l'ouverture de cette manifestation scientifique organisée sous le thème "Le quinoa : un système agricole et alimentaire prometteur en Algérie", en présence de l'ambassadeur de la République du Pérou en Algérie, Jorge Eduardo Wurst Calle, a réaffirmé l'importance d'encourager la recherche scientifique, de valoriser les cultures stratégiques et de promouvoir la production nationale selon une approche scientifique innovante et durable, en phase avec les changements climatiques.

Il a également souligné que l'accueil de cet événement par la wilaya reflète son statut de pôle universitaire et de recherche dans le domaine des sciences agronomiques. De son côté, l'ambassadeur de la République du Pérou en Algérie a mis en relief l'importance de l'échange d'expertises techniques avec l'Algérie, afin de soutenir les efforts de développement de la filière du quinoa et d'étendre sa culture.

Par ailleurs, la directrice de l'Institut des sciences agronomiques de l'université "Djillali Liabes", Amina Khaldi, a indiqué que l'institut met ses capacités scientifiques et ses laboratoires au service des agriculteurs et des investisseurs, soulignant que la priorité réside dans le transfert des résultats de la recherche scientifique vers les champs et dans l'accompagnement des producteurs pour augmenter le rendement et développer les in-

dustries transformatrices liées à cette filière. Dans le même contexte, la directrice de l'Institut technique de développement de l'agronomie saharienne (ITDAS), Halima Khaled, a affirmé que les efforts se concentrent actuellement sur l'accompagnement technique des agriculteurs pour généraliser la culture du quinoa, au vu de sa grande capacité à s'adapter aux conditions climatiques des zones arides et sahariennes.

L'AMBASSADEUR DU PÉROU EN ALGÉRIE SALUE LA RÉUSSITE DE L'IMPLANTATION DE LA CULTURE DU QUINOA

L'ambassadeur de la République du Pérou en Algérie, Jorge Eduardo Wurst Calle, a salué la réussite de l'Institut des sciences agronomiques de l'Université Djillali Liabes de Sidi Bel-Abbes dans l'implantation de la culture du quinoa et son adaptation aux conditions climatiques locales. Il a également appelé à renforcer la coopération agricole entre les deux pays.

Dans une déclaration à la presse, à l'issue d'une visite effectuée à l'Institut à l'occasion de la 8e édition de la Journée mondiale de la consommation du quinoa, organisée sous le patronage du ministre de l'Agriculture, du Développement rural et de la Pêche et sous la supervision du wali de la wilaya de Sidi Bel-Abbes, le diplomate a souligné que cette réalisation scientifique "reflète les compétences des chercheurs algériens et ouvre de larges perspectives pour le renforcement de la coopération bilatérale dans les domaines de la recherche scientifique".

Au cours de sa visite des laboratoires de l'Institut et des parcelles expérimentales, l'ambassadeur a ajouté que les résultats obtenus dans le domaine de la culture du quinoa en Algérie constituent "une expérience pionnière", soulignant que les chercheurs algériens ont réussi à adapter cette culture, originaire de la région de la cordillère des Andes au Pérou, aux conditions environnementales locales.

Il a estimé que cette réussite scientifique constitue "une base solide" pour l'établissement de futurs partenariats entre les institutions de recherche des deux pays.

Ces partenariats pourraient porter sur l'échange d'expertises, la formation ainsi que la promotion des investissements dans les industries de transformation liées au quinoa, un produit à forte valeur nutritionnelle et économique. APS

Vers l'interconnexion de tous les systèmes hydrauliques à l'échelle nationale

Le ministre de l'Hydraulique, LouÛnes Bouzegza, a souligné que la vision prospective de son département ministériel consiste à interconnecter l'ensemble des systèmes hydrauliques à l'échelle nationale afin d'assurer la durabilité des ressources en eau et de les préserver pour les générations futures.

M. Bouzegza a indiqué, lors de sa visite de travail dans la wilaya de Djelfa, que "l'Algérie est parvenue, grâce à l'importance accordée par le président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, au secteur de l'hydraulique, à assurer un équilibre hydrique dans l'ensemble des wilayas du pays". Il a ajouté que cette situation favorable permet de "concrétiser une vision prospective visant à interconnecter l'ensemble des systèmes hydrauliques, notamment les barrages, les forages et les stations de dessalement de l'eau de mer, afin de garantir la pérennité de cette ressource".

Le ministre a indiqué que les efforts des pouvoirs publics dans ce secteur stratégique se traduisent par les programmes des grands transferts hydriques, notamment les projets Sud-Sud et Sud-Hauts plateaux, dont bénéficiera la wilaya de Djelfa, outre les 19 stations de dessalement d'eau de mer assurant actuellement 3,6 millions de m³ d'eau/jour, au profit des wilayas côtières ainsi que de certaines wilayas de l'intérieur.

Il a aussi souligné que son département a consacré, dans le cadre de cette vision prospective, des investissements "énormes" à la réalisation de



stations de déminéralisation dans les wilayas du Grand Sud, notamment dans les régions de Tin Zaouatine, In Salah, Tamanrasset et Tindouf.

Après avoir assisté à un exposé sur le secteur de l'hydraulique dans la wilaya de Djelfa, le ministre a affirmé que le programme de rattrapage, doté d'une enveloppe de 13 milliards de DA pour la réalisation de 20 opérations, a permis une amélioration progressive de l'alimentation en eau potable (AEP) de la wilaya.

M. Bouzegza a entamé sa visite par une inspection des travaux de réalisation d'une station d'épuration des eaux dans la commune d'El-Birine, un projet dont la réception est prévue avant le dernier trimestre de l'année en cours. Un réservoir d'eau d'une capacité de 1.000 m³ a été également inauguré dans cette commune.

Dans la commune de Sidi Bayzid (à l'est de la wilaya), il a procédé à la mise en service de trois forages pro-

fonds destinés à renforcer l'AEP du chef-lieu de la wilaya. Ces ouvrages permettront d'assurer un débit supplémentaire de 60 litres par seconde. Le ministre a également inauguré trois autres forages profonds dans la commune de Messaad, réalisés dans le cadre du programme sectoriel d'urgence. Au niveau du champ captant de Zekkar, il a donné le coup d'envoi des travaux de forage de trois nouveaux puits profonds, qui alimenteront les infrastructures de stockage de la ville de Djelfa.

Le ministre de l'Hydraulique poursuit sa visite d'inspection en se rendant dans la commune de Medjbara, où il procédera à la mise en service de trois forages dans la région d'El Maâla, qui contribueront à renforcer les capacités d'alimentation en eau de la partie-Est de la ville de Djelfa.

Il y mettra également en service un réservoir d'eau d'une capacité de 10.000 m³ à la cité El Foshia.

Le Groupe Sidal renforce son partenariat avec les établissements universitaires pour soutenir la recherche scientifique et l'innovation

Le Groupe Sidal a signé, les 6 et 7 juillet courant, deux conventions-cadres de partenariat et de coopération avec l'Université de Tipasa et l'École nationale supérieure vétérinaire (ENSV), en vue de renforcer la coopération dans les domaines de la recherche scientifique, du développement et de l'innovation, a indiqué un communiqué du groupe.

Ces deux conventions ont été signées par le directeur général du groupe Sidal, le professeur Mourad Belkhef, le recteur de l'Université de Tipasa, le professeur Mohamed Hadidi, et la directrice de l'ENSV, Mme Sonia Bessalem, précise la même source.

Elles visent à concrétiser des projets de recherche communs, à échanger les expertises et les compétences, et à encadrer et former

les étudiants et les chercheurs, ainsi qu'à organiser des colloques, des ateliers et des activités scientifiques, notamment dans les domaines de l'industrie pharmaceutique, de la médecine vétérinaire et des biotechnologies.

Les rencontres ayant réuni les responsables du groupe Sidal avec des enseignants et des chercheurs des deux établissements ont été l'occasion d'examiner les perspectives de coopération et les moyens de développer des projets communs dans les domaines de la recherche scientifique, de l'innovation et de la formation, de manière à renforcer le partenariat entre l'université et l'entreprise économique et à contribuer au développement des compétences nationales, conclut le communiqué. APS

Coordination nécessaire entre acteurs économiques et académiques pour bâtir un écosystème de start-up efficace



Le président du Comité national de coordination de l'innovation et des incubateurs d'entreprises au sein du ministère de l'enseignement supérieur et de la recherche scientifique, le Pr Ahmed Mir, a appelé à une coordination entre acteurs économiques et académiques pour bâtir un écosystème de start-up efficace.

S'exprimant lors de la cérémonie de sortie de la 10e promotion d'ingénieurs d'Etat à l'école nationale polytechnique, relevant de l'université Salah-Boubnider (Constantine3), le même responsable, également conseiller du ministre de l'enseignement supérieur et de la recherche scientifique, a précisé que l'implication de grands groupes économiques et industriels, est "nécessaire pour que les start-ups puissent tester leurs solutions innovantes et s'intégrer dans le tissu industriel national".

Au total, 160 ingénieurs d'Etat, sont sortis, mardi, de l'Ecole nationale polytechnique Malek-Bennabi à l'issue de la saison universitaire 2025-2026, a précisé à l'APS, le directeur de cette école, M. Djamel Hamana.

Cette promotion est composée, a détaillé le même responsable, de 25 nouveaux diplômés spécialisés en génie énergétique, 23 en électronique, 22 en automatique, 21 en génie de l'environnement, 20 en construction mécanique, 17 en

génie des matériaux, photovoltaïque et énergie solaire et 16 en génie pharmaceutique.

Dans une allocution prononcée à cette occasion, le Pr Hamana a évoqué les axes majeurs de la formation et de l'enseignement scientifique dispensés par les enseignants hautement qualifiés de cette école, avant d'appeler les diplômés à relever les défis de la modernisation avec détermination et professionnalisme, à se mettre au diapason du développement technologique et à actualiser les acquis scientifiques au service des exigences du marché de l'emploi.

Cette promotion incarne "la vision prospective des autorités supérieures visant à former des compétences capables d'être au diapason des mutations technologiques et scientifiques et de bâtir l'économie de la connaissance, a ajouté le même responsable qui a souligné la nécessité de consolider la relation entre la recherche scientifique et académique et le secteur économique, afin de transformer le savoir en valeur ajoutée et stimuler l'innovation.

A noter que l'Ecole nationale polytechnique Malek-Bennabi, ouverte en 2014 sous la tutelle du ministère de l'enseignement supérieur et de la recherche scientifique, a vu la sortie, entre 2017 et 2026, de 10 promotions fortes de 940 diplômés. APS

Rentrée universitaire 2026-2027

Les inscriptions des nouveaux bacheliers débuteront le 15 juillet

Le ministre de l'Enseignement supérieur et de la Recherche scientifique, Kamel Baddari, a annoncé le lancement, à partir du 15 juillet prochain, de l'opération d'inscription et d'orientation des nouveaux bacheliers de la session 2026, en prévision de la rentrée universitaire 2026-2027.

Lors d'une conférence de presse consacrée à la présentation de la circulaire ministérielle n°01 relative à l'orientation et à l'inscription des titulaires du baccalauréat, le ministre a indiqué que ce document a été entièrement numérisé afin d'assurer une orientation plus intelligente et personnalisée des étudiants à travers une plateforme interactive dédiée.

M. Baddari a précisé que l'ensemble des démarches liées aux inscriptions universitaires, aux procédures pédagogiques ainsi qu'aux services universitaires seront réalisées exclusivement en ligne à partir du 15 juillet, via des plateformes numériques accessibles sur ordinateur et smartphone, sans nécessité de déplacement.

Il a également annoncé le lancement d'une application permettant aux nouveaux bacheliers de calculer leur « moyenne pondérée », un élément essentiel dans le processus d'orientation selon les critères établis.

Parmi les principales nouveautés de cette rentrée figure l'amélioration du système d'orientation numérique. Le nombre de choix proposés aux nouveaux bacheliers passe ainsi de 10 à 12 vœux, tandis qu'un grand modèle de langage basé sur l'intelligence artificielle sera intégré à la plateforme afin d'apporter des réponses aux interrogations des étudiants en permanence.

Des techniques d'analyse et d'exploitation des données seront également utilisées pour optimiser les opérations d'orientation.

De nouvelles formations adaptées aux métiers d'avenir

Dans le cadre de l'adaptation des formations universitaires aux évolutions technologiques et économiques, 13 nouvelles spécialités liées aux métiers du futur seront ouvertes. Parmi elles



figurent une formation d'ingénieur d'Etat en intelligence artificielle, destinée à contribuer à la formation de 30.000 spécialistes à l'horizon 2030, ainsi que des masters en technologies quantiques, en interopérabilité des systèmes d'information et en mécanique des systèmes spatiaux.

En coordination avec le ministère de la Santé, de nouvelles formations seront également proposées dans les domaines médicaux et paramédicaux, notamment une licence en santé et hygiène bucco-dentaires ainsi que des masters en conseil génétique, en intelligence artificielle médicale, en bio-informatique médicale et en addictologie.

Le secteur de la pharmacie connaîtra également une extension avec l'ouverture d'une filière à l'Université de Saïda, tandis qu'un master en anesthésie sera habilité et qu'un diplôme de post-graduation spécialisée (DPGS) en médecine de précision sera créé.

Renforcement de l'identité nationale et ouverture internationale

La prochaine rentrée universitaire verra aussi le lancement de nouvelles formations visant à renforcer l'identité nationale, notamment une spécialité en sciences de l'information et de la communication en langue amazighe, option audiovisuel.

Parallèlement, six nouvelles offres de formation seront adoptées dans le cadre des accords de jumelage et des partenariats internationaux, afin de renforcer la dimension internationale de l'université algérienne.

Parmi les autres mesures annoncées figurent l'inscription de 35.000 nouveaux étudiants dans les Ecoles normales supérieures (ENS) sous contrat de travail direct, l'intégration du module « Lean Start-up » dans les programmes de formation, ainsi que la transformation de sept annexes de médecine en facultés, portant à 21 le nombre total de facultés de médecine.

Le ministre a également annoncé la généralisation de l'enseignement des modules « Histoire de l'Algérie » et « Citoyenneté et nationalisme » à l'ensemble des domaines de formation, ainsi que l'intégration des établissements d'enseignement supérieur relevant du ministère de la Culture et des Arts dans le système d'information numérique Progress.

Une année universitaire marquée par plusieurs avancées

Revenant sur le bilan de l'année universitaire écoulée, Kamel Baddari a rappelé plusieurs réalisations, notamment la mise en place en ligne du Cadre national de certification et de qualification (CNC).

Il a également souligné la sortie de la première promotion d'étudiants ayant effectué l'intégralité de leur cursus universitaire selon le principe du « zéro papier », une première dans l'histoire de l'université algérienne, ainsi que la sortie des premières promotions de l'Ecole nationale supérieure de mathématiques et de l'Ecole nationale supérieure d'intelligence artificielle. M.Gaouar

« Summer Camp 2026 »

Ouverture des inscriptions au profit des enfants de la diaspora algérienne

Le ministère de l'Éducation nationale a annoncé l'ouverture des inscriptions directes au programme estival « Summer Camp 2026 », destiné aux enfants de la communauté nationale établie à l'étranger actuellement en séjour en Algérie.

Dans un communiqué, le ministère précise que les inscriptions sont ouvertes à partir de mercredi au niveau des établissements scolaires retenus pour accueillir les participants dans plusieurs wilayas du pays. Cette opération concerne notamment les enfants qui n'ont pas pu s'inscrire via la plateforme numérique mise en place par le ministère des Affaires étrangères, de la Communauté nationale à l'étranger et des Affaires africaines.

La première session de ce programme débutera le 19 juillet 2026, indique la même source.

À travers cette initiative, l'État ambitionne de renforcer les liens entre les enfants de la diaspora et leur pays

d'origine, en consolidant leur attachement à leur identité nationale et à leur patrimoine culturel. Le programme propose un cadre éducatif combinant apprentissage, découverte et loisirs, tout en favorisant les échanges et le partage d'expériences entre les jeunes participants issus de différents horizons.

Destiné aux enfants âgés de 8 à 16 ans, le « Summer Camp 2026 » prévoit un programme riche comprenant des activités éducatives, culturelles, scientifiques et récréatives adaptées aux besoins et aux centres d'intérêt des différentes tranches d'âge. Ces activités visent à développer leurs compétences, encourager leur créativité et valoriser leurs talents dans un environnement sécurisé et stimulant.

Le ministère de l'Éducation nationale invite les parents souhaitant inscrire leurs enfants à se rapprocher directement des établissements scolaires concernés, répartis dans plusieurs wilayas, notamment Alger, Chlef, Biskra, Béjaïa, Tlemcen, Tiaret, Jijel, Sétif, Skikda, Annaba, El Bayadh, El Oued, Khenchela et Aïn Témouchent.

Les structures retenues pour accueillir les participants sont le Lycée des Mathématiques Mohand-Mokkhi à Kouba (Alger), le lycée Ben Sahli Hassan à Ténès (Chlef), le lycée Mekki Menni à Biskra, le lycée Chouhada Mokrane à Béjaïa, le CEM Chahid Sebbagh Ben Abdellah à Abou Tachfine (Tlemcen), le lycée Abderrahmane Ibn Rostom à Tiaret, le lycée Tebbal Abdelhafid à Jijel, le lycée Bourahla Hocine à El Baz (Sétif), le lycée Chahid Lekehal Salah à Filfila (Skikda), le CEM Babou Mohamed Cherif à Annaba, le lycée Al Hassan Ibn Ali Haytham à El Bayadh, le lycée Sandid Mohamed Mounib à Kouinine (El Oued), le lycée Segni Sadek à Khenchela et le CEM Bouaregba Mohamed à Aïn Témouchent.

68e session des Assemblées de l'OMPI

Bendouda réaffirme l'engagement de l'Algérie à protéger la propriété intellectuelle

La ministre de la Culture et des Arts, Malika Bendouda a souligné, lors de la séance d'ouverture de la 68e session des Assemblées des Etats membres de l'Organisation mondiale de la propriété intellectuelle (OMPI), tenue à Genève (Suisse), l'engagement indéfectible de l'Algérie à faire de la propriété intellectuelle un instrument efficace de réalisation du développement et de la prospérité ainsi qu'un véritable levier de l'économie de la connaissance, indique un communiqué du ministère de la Culture et des Arts. L'Algérie "place la protection de la propriété intellectuelle au cœur de sa stratégie de construction de l'économie de la connaissance", a déclaré la ministre, indiquant que "l'accompagnement du créateur et la préservation de ses droits constituent la pierre angulaire à même de transformer la beauté, de valeur abstraite, en projets concrets à impact sur le développement, permettant aux jeunes d'investir dans leurs talents et de les convertir en actifs économiques durables". "Dans le cadre de cette orientation et sous le haut patronage du président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, le ministère de la Culture et des Arts poursuit ses efforts soutenus en vue de développer un environnement propice à l'investissement culturel", ajoute la première responsable du secteur.

Dans ce cadre, Mme Bendouda a passé en revue les initiatives lancées par son département, particulièrement le projet "Moubadar Art", en tant qu'incubateur et accompagnateur de projets créatifs émergents, ainsi que le Prix du président de la République pour les jeunes créateurs "Ali-Maâchi", devenu un rendez-vous annuel célébrant les talents algériens.

Au plan régional, la ministre a réitéré "le rôle central que joue l'Algérie en tant que pôle de référence dans la formation des cadres des pays africains et arabes frères envoyés par l'Organisation", considérant que cela "illustre le rôle pionnier de l'expérience algérienne et traduit l'aspiration à l'édification d'un système continental et arabe intégré appuyant les industries créatives et préservant le patrimoine culturel commun". Dans une allocution prononcée au nom du groupe arabe, la ministre a salué les efforts que déploient les pays arabes pour renforcer le système de la propriété intellectuelle dans la région arabe et appuyer la créativité et l'innovation, soulignant que le groupe "s'est félicité des progrès réalisés par l'Organisation au cours de l'année écoulée, tant au niveau des performances financières que de la mise en œuvre des programmes".

La 11e édition du Grand Prix El Hachemi Guerouabi du 14 au 17 juillet à Alger

La 11e édition du Grand Prix El Hachemi Guerouabi se tiendra du 14 au 17 juillet au Palais de la Culture Moufdi- Zakaria à Alger, a annoncé l'Association culturelle du nom du regretté maître de la musique chaâbie.

L'édition 2026 revêt une "grande importance symbolique" puisqu'elle coïncide avec le 20e anniversaire de la disparition de l'icône de la chanson populaire, Cheikh El Hachemi Guerouabi (1938-2006)", selon l'association qui précise que cet événement artistique constitue "une plateforme privilégiée de préservation et de transmission de la musique chaâbie" avec l'ambition constante de préserver, sauvegarder et promouvoir la richesse du patrimoine musical algérien". Organisé sous l'égide des ministères de la Culture et des Arts et de la Jeunesse, cet événement propose un concours national destiné à découvrir et promouvoir de jeunes talents de la nouvelle scène du chaâbi.

Cette édition mettra en lumière des jeunes talents prometteurs, dont les prestations seront évaluées par un jury, composé de spécialistes et de personnalités académiques reconnues dans la musique chaabi. Parallèlement au concours, des concerts mettant en vedette notamment des lauréats du Prix El Hachemi Guerouabi sont au programme de cet événement dédié à la mémoire de l'un des figures du chaâbi. Créé en 2014, le Grand Prix El Hachemi -Guerouabi, du nom du regretté maître de la musique chaâbie, disparu le 17 juillet 2006, vise à découvrir et promouvoir les jeunes talents de la nouvelle scène du genre.



Les multi-bénéfices des huiles de beauté

Elles offrent mille et un bénéfices beauté pour le visage, le corps et les cheveux. On vous aide à faire le choix, avec les conseils de Didier Thévenin, directeur formation internationale chez Melvita.

Les huiles s'invitent dans tous les domaines de la cosmétique et il devient nécessaire de décoder les différentes appellations pour en faire un bon usage.

Une huile « végétale » est, par exemple, obtenue par pression à froid d'une partie de la plante (souvent le noyau ou les pépins riches en lipides), ou par macération.

Une huile essentielle correspond à un concentré liquide des composés volatils de la plante, obtenus par distillation à la vapeur. Si c'est une huile sèche, une huile végétale a d'abord été

estérifiée par réaction chimique afin d'obtenir une base galénique non grasse et inerte, à laquelle sont ajoutés des actifs. Votre huile est minérale? Elle est alors issue du raffinage de produits pétrochimiques et combine aussi des actifs ajoutés : légère, sans effets de brillance, très couvrante voire occlusive, maintenant ainsi l'hydratation de la peau.

Des huiles sur mesure pour le visage

D'une nature proche de notre sébum naturel, l'huile est en osmose avec la peau, que celle-ci soit sèche pour la nourrir, ou bien grasse pour la traiter sans l'étouffer. Si elle est réellement végétale, sans conservateur en dehors d'un soupçon de tocophérol (vitamine E) assurant sa stabilité, sans ingrédients de synthèse ni

d'huile minérale associée, c'est mieux pour la peau à moyen terme.

Elles traitent au cas par cas

Quand la peau devient moins souple, moins confortable au tournant de la cinquantaine, rien de tel que l'huile de bourrache très nourrissante, seule ou en dominante dans une formule composée.

Elle peut même remplacer de temps en temps la crème de jour, en l'appliquant, par exemple, en alternance un jour sur deux. Contre les signes de vieillissement, on adopte plutôt l'huile d'argan, connue depuis la nuit des temps par les peuples de l'Atlas marocain.

Les cocktails renforcés

Les laboratoires ont su croiser les bénéfices des différentes huiles, par exemple en associant des acides aminés anti-âge ou de l'huile essentielle d'immortelle à l'huile d'argan. D'ailleurs, on peut faire soi-même son mélange, à condition de respecter les proportions et il faut compter une dose d'huile végétale pour assurer une application sur le visage, pour 2 gouttes d'huile essentielle maximum. /maxi-mag.fr/



**«Mon visage ne colle plus depuis que j'ai changé de solaire» :
ce fluide 50+ de pharmacie sèche en 3 secondes et ne laisse aucune trace
(excellent sur beauté test)**

Protéger les peaux sensibles du soleil impose souvent de supporter un fini gras et collant toute la journée. Ce fluide de pharmacie mise sur une pénétration record pour se faire oublier dès l'application.

L'enjeu

de la photoprotection haute performance pour les peaux fragiles

La protection solaire moderne ne se limite plus à la simple application d'un filtre en surface, elle doit s'intégrer de manière imperceptible dans une routine de soin quotidienne.

Pour les épidermes mixtes à

gras, la difficulté réside dans la recherche d'une galénique capable de conjuguer une sécurité maximale contre les UVA et UVB avec une absorption immédiate.

L'innovation repose désormais sur des textures capables de se faire oublier dès l'application, tout en assurant une stabilité des défenses cutanées face aux agressions répétées du rayonnement solaire en milieu urbain ou balnéaire.

Le complexe Barriestolide et l'innovation filtrante Protect d'A-Derma

Au cœur de la formule, l'huile de plantules d'avoine Rhealba et l'actif breveté Barriestolide® constituent le pilier protecteur de ce soin.

L'huile de jeune pousse d'avoine apaise l'épiderme tout en favorisant sa réparation, tandis que l'actif breveté renforce spécifiquement la barrière lipidique cutanée, souvent fragilisée par l'exposition au soleil. Ce duo végétal permet de sécuriser les défenses cellulaires et de maintenir l'intégrité de la peau face aux agressions environnementales.

Adopter les bons réflexes pour préserver son capital soleil au quotidien

La protection de la peau ne repose pas uniquement sur l'application d'un soin, mais sur un ensemble d'habitudes simples qui limitent l'impact des rayons. Le rayonnement ultraviolet est présent même par temps couvert ou derrière une vitre, ce qui nécessite une vigilance constante lors des activités en extérieur. /beaute-test.com/



Quand les montres racontent mieux l'histoire que les dialogues au cinéma



Un colonel britannique solitaire ouvre sa montre-gousset au milieu du désert, et découvre le portrait de la femme qu'il aime. Nous sommes en 1932, dans le train de Shanghai Express, et une marque horlogère américaine vient de révolutionner sans le savoir le langage visuel du cinéma.

Quatre-vingt-treize ans plus tard, cette même marque a conquis Hollywood au point d'apparaître dans plus de 500 productions.

Hamilton n'a pas seulement vendu des montres aux studios : elle a offert aux réalisateurs un nouveau vocabulaire narratif.

À retenir

Depuis 1932, les montres Hamilton jouent un rôle central dans la narration cinématographique, dépassant leur fonction d'accessoire pour devenir des éléments d'intrigue à part entière.

De la Ventura portée par Elvis Presley dans *Sous le ciel bleu de Hawaï* aux créations sur mesure pour Christopher Nolan, Hamilton incarne l'authenticité historique et l'innovation futuriste.

L'horlogerie comme grammaire émotionnelle

Les montres au cinéma ne mesurent pas que le temps qui passe.

Elles incarnent ce qu'un personnage refuse de dire à voix haute.

James Bond ne serait qu'un agent parmi d'autres sans sa Rolex Submariner qui traduit son élégance mortelle.

Le Dr Strange manipule littéralement le temps à travers l'Eye of Agamotto, transformant une montre en artefact mystique.

Ces objets portés au poignet révèlent instantanément le statut social, les aspirations ou les failles psychologiques d'un protagoniste.

Christopher Nolan et

L'obsession du détail temporel

Le réalisateur britannique entretient avec Hamilton une relation qui dépasse le simple placement de produit. Pour *Interstellar* en 2014, Nolan ne voulait pas une montre existante : il exigeait un objet qui deviendrait le cœur émotionnel du film.

La "Murph" créée spécialement pour Joseph Cooper et sa fille n'est pas un gadget : c'est le lien physique entre un père astronaute et son enfant restée sur Terre, le vecteur d'un message transmis à travers les dimensions.

La Ventura ou comment devenir iconique en une scène

Lancée en 1957 comme première montre électrique à pile au monde, la Ventura aurait pu rester une prouesse technique confidentielle.

Son design triangulaire avant-gardiste signé Richard Arbib provoquait autant de fascination que de perplexité.

Tout bascule quatre ans plus tard quand Elvis Presley, déjà superstar planétaire du rock and roll, décide de porter son modèle personnel en or blanc dans *Sous le ciel bleu de Hawaï*.

L'authenticité militaire comme signature visuelle

Bien avant de séduire Hollywood, Hamilton équipait réellement l'armée américaine depuis la Première Guerre mondiale.

Cette légitimité historique n'est pas anecdotique : elle permet aux films de guerre et d'action d'atteindre un niveau de crédibilité que les marques purement civiles ne peuvent offrir.

Quand les démineurs de *Les Hommes-grenouilles* portent des Hamilton Frogman en 1951, les vétérans dans les salles reconnaissent instantanément l'équipement qu'ils ont porté. /nrmagazine.com/

3 conseils pour sensibiliser ses enfants à la protection animale !

Préserver au maximum la terre sur laquelle nous vivons est essentiel pour assurer l'avenir de l'humanité et offrir à nos enfants des conditions de vie décentes. Cela passe forcément par une sensibilisation au vivant, à toutes les autres espèces avec lesquelles nous cohabitons. Voyons donc comment familiariser facilement les enfants et leur apprendre à vivre en harmonie avec les autres espèces.

Adopter un animal de compagnie

C'est l'un des premiers moyens permettant de sensibiliser l'enfant à la cause animale : cohabiter avec l'un d'eux. Grandir auprès d'animaux a d'ailleurs de multiples avantages pour les plus jeunes : stimulations mentales, développement des liens sociaux et des moyens de communication, impact positif sur le système immunitaire, activités physiques favorisées, etc. Mais en vivant avec un animal de compagnie, peu importe sa nature (chats, chiens, poules, lapins, cochons d'Inde, chevaux...), l'enfant apprend aussi deux éléments fondamentaux : la responsabilisation et le respect. Il comprendra ainsi qu'il est im-



portant de prendre soin de l'autre, en prenant en considération ses besoins spécifiques, mais aussi son tempérament unique. C'est un bon moyen d'apprendre globalement à mieux comprendre toutes les espèces animales et à développer son empathie.

Choisir des activités ludiques sur la thématique animale

Des programmes de sensibilisation à la cause animale sont petit à petit mis en place dans les écoles, mais ils restent encore trop peu généralisés et limités à certaines tranches d'âge. Pour pallier ce manque, certaines associations ont créé des supports explicatifs juste-

ment dédiés aux enfants. C'est le cas de la L214, qui propose aux élèves à partir du CE1 des livrets d'informations sur les animaux et sur les émotions qu'ils peuvent ressentir, tout en listant les actions qui peuvent être mises en place facilement pour les protéger. Il est rédigé dans un langage simple, parfaitement accessible aux plus jeunes. Bien sûr, il existe aussi de nombreux livres pour enfants, récents ou plus anciens, qui permettent de les sensibiliser à la cause animale : les BD "Yakari", "L'encyclopédie des animaux" de Gallimard Jeunesse, "L'enfant qui parlait aux animaux" de Roald Dahl, "Je respecte les animaux" d'Estelle

Courty, etc.

Prévoir des séances d'observations dans la nature

La réalité du terrain est souvent la meilleure enseignante. La vue d'un lion majestueux ou d'une orque impressionnante sur un écran est intéressante. Mais familiariser l'enfant également avec les différentes espèces auprès desquelles il cohabite, souvent sans même le savoir, est essentiel.

Cela va du plus petit insecte à l'oiseau des jardins ou aux mammifères de nos forêts, en passant par le lézard, le ver de terre ou encore l'escargot. Pour s'y confronter, de simples sessions d'observation au jardin ou lors de promenades dans la nature (en forêt, à la montagne, à la plage, dans des parcs) suffisent. Pour aller plus loin, il est possible de prévoir des moments prolongés, par exemple en faisant du camping (dans des zones autorisées) : découvrir les sons des animaux nocturnes est une expérience fascinante. Ces observations peuvent ensuite faire l'objet d'un journal écrit, illustré, fait de collages, etc./
lemagdesanimaux.ouest-france.fr/

Acheter les livres Harry Potter : investissement littéraire intelligent pour vos enfants

Acheter les livres Harry Potter en 2026 n'a rien d'une décision nostalgique. C'est un pari gagnant sur la formation intellectuelle et émotionnelle d'un jeune lecteur. Vingt-huit ans après sa première publication en France, la saga de J.K. Rowling demeure le seul univers littéraire capable de transformer un enfant réticent à la lecture en dévot de pavés de 700 pages. Mais cette réussite cache une architecture narrative bien plus sophistiquée qu'il n'y paraît.

Une saga qui grandit avec son lecteur

L'ingéniosité de J.K. Rowling ne réside pas uniquement dans son univers magique. Elle a conçu une œuvre évolutive qui s'ajuste au développement psychologique de son public. Le premier tome présente des phrases courtes, une syntaxe simple, parfaite pour les lecteurs débutants. À mesure que Harry vieillit, la complexité linguistique augmente, les thèmes s'assombrissent, les dilemmes moraux se multiplient.

Les véritables apprentissages cachés derrière la magie

Derrière les sorts et les créatures fantastiques, Harry Potter aborde des problématiques sociétales réelles avec une finesse rare dans la littérature jeunesse. La discrimination à travers la pureté du sang sorcier questionne le racisme et les idéologies totalitaires.

L'impact mesurable sur la génération Potter

Les chiffres parlent d'eux-mêmes. Plus de 522 millions d'exemplaires vendus dans le monde, dont 40 millions rien qu'en France. Mais au-delà des statistiques commerciales, Harry Potter a transformé le paysage éditorial français. La saga a propulsé la littérature young adult au premier plan, créant un espace pour des œuvres comme Hunger Games ou Percy Jackson./
nrmagazine.com/

Comment faire estimer ses objets rapidement ?

Que vous êtes revendeur d'objets d'occasion ou d'objets de valeurs, antiquaire ou que vous préparez un videgrenier, sachez qu'estimer le prix de vos biens ainsi que vos antiques n'est certainement pas une mince affaire. En effet, ce choix peut être un véritable casse-tête. Pour cause, si vous mettez le prix moins onéreux, les acheteurs vont sûrement penser que vos objets sont défectueux, abîmés même non originaux. En revanche, un prix trop élevé peut faciliter la dissuasion en termes de potentiels acheteurs. Pour faire court, l'idéal serait de vendre vos biens au bon prix.

Faire appel à un commissaire-priseur pour estimer facilement vos objets

Vous souhaitez estimer facilement vos biens en toute sérénité?? Recourir à un commissaire-priseur reste sans aucun doute la meilleure solution. En effet, ce professionnel saura vous guider dans différentes pistes afin de déterminer rapidement la rareté de vos biens valoureux ainsi que la valeur de la pièce que vous vendez, autrement dit, l'intérêt de la pièce sur le marché. Quelles que soient



vos questions à propos de l'estimation de vos objets d'occasion ou anciens, cet expert ne vous décevra pas et saura vous aider en cas de doute. Aussi, le commissaire-priseur vous conseillera-t-il sur le juste prix à vos biens. En outre, pour faire appel à un commissaire-priseur, plusieurs options s'offrent à vous. Vous pouvez choisir un commissaire-priseur en ligne pour établir un devis, d'ailleurs, cette solution est très plébiscitée en ce moment, aussi bien par les revendeurs que les antiquaires. Également, il vous est possible de prendre directement un rendez-vous avec cet expert afin d'estimer la valeur exacte de vos objets valoureux. Cette deuxième option s'avère judicieuse étant donné que le commissaire peut voir l'objet en question. Bien

évidemment, cette personne déplacera chez vous pour estimer des objets de gros volumes. Pour de plus amples informations, cliquez ici sur le site de vendre aux enchères.

Les sites de revente en ligne pour estimer ses objets

Vous désirez revendre des objets vintage ou des biens de la vie au quotidien?? Dans ce cas, tournez-vous sans hésiter vers les sites de revente en ligne. Pour ce faire, vous devez établir une étude de marché sur des sites spécialisés et le tour est joué.

Ces sites sont en mesure d'estimer la valeur de vos objets tout en vous donnant une fourchette de prix. De ce fait, vous n'aurez pas de difficulté à trouver votre bonheur même pour les objets anciens comme

les bijoux anciens et les éventuelles œuvres d'art. À noter que l'authenticité et d'autres paramètres sont pris en compte avant l'estimation de vos biens. En ce qui concerne les objets communs, à savoir les lampes, les vaisselles et les objets conçus spécialement pour la décoration, ces sites vous proposent une indication pour vous y retrouver.

Les brocantes en ligne : une aide essentielle pour estimer ses objets d'occasion

Les brocantes en ligne connaissent un certain regain ces dernières années. Pour cause, le vintage a le vent en poupe et les sites de brocantes disponibles en ligne ne manquent pas de nouveautés en ce terme.

Qui plus est, vous pouvez établir facilement les prix de vos objets en vous inspirant de prix accessibles sur ces sites. De nombreuses plateformes sont désormais envisageables pour vous donner un coup de pouce. Quels que soient vos objets d'occasion, les brocantes en ligne restent votre meilleur allié pour adapter les prix selon vos attentes et ce, grâce à une vision plus clairement de la concurrence./
webonnet.fr/

Les bracelets anti-moustiques sont-ils réellement efficaces ou juste gadget ?

Chaque été, c'est la même ritournelle : on ressort les chapeaux, la citronnade... et les armes de défense contre les moustiques ! Parmi elles, un petit accessoire connaît un succès fulgurant : le bracelet anti-moustiques. Pratique, inodore, sans contact direct avec la peau... il a tout pour plaire. Mais, est-il réellement efficace ? Pas si sûr. Une étude relayée dans l'émission « Capital » diffusée sur M6 le dimanche 29 juin 2025 remet sérieusement en question leur utilité réelle.

Un principe de fonctionnement séduisant sur le papier
Les bracelets anti-moustiques ont envahi les rayons depuis

plusieurs années, surfant sur la vague du « naturel » et du « zéro contrainte ». Portés au poignet ou à la cheville, ils sont censés diffuser en continu des substances répulsives (souvent de la citronnelle, du géranio ou de l'eucalyptus citronné), pour faire fuir les moustiques sans avoir besoin de se tartiner de spray. Mieux : certains modèles promettent une protection allant jusqu'à 10 jours, ou même une zone de couverture autour de vous, comme si vous marchiez avec un champ de force invisible.

Des tests en laboratoire pas toujours représentatifs

Dans un reportage de M6 dif-

fusé le 29 juin 2025, un expert a testé plusieurs modèles populaires vendus en pharmacie et en ligne. Verdict : aucun ne permettait une protection fiable, contrairement aux répulsifs classiques appliqués directement sur la peau. Une fois le bracelet mis au poignet, les moustiques piquaient sans difficulté le bras porteur, allant jusqu'à se poser directement sur le bracelet ! Et, ce n'est pas une surprise.

Le marketing des bracelets anti-moustiques : un peu trop beau pour être vrai
À en croire les promesses des fabricants, ces bracelets sont résistants à l'eau, durables pendant plusieurs jours, sans danger pour les enfants, et capables de repousser tous types de moustiques, même les tigres. En réalité, la plupart des affirmations ne sont pas validées scientifiquement. Le problème, c'est qu'ils donnent un faux sentiment de sécurité, surtout dans les zones à risque (DOM-TOM, voyages tropicaux, régions infestées de moustiques tigres)./ neozone.org/neozone.org/



Faut-il boire chaud ou froid en cas de canicule ? La réponse est totalement contrintuitive

Transpiration excessive, maux de tête, fatigue, vertiges, coups de chaleur, la palette de symptômes habituels en période de canicule qui sont des signaux flagrants d'une déshydratation. Pour ne pas en arriver là, on sait tous plus ou moins ce qu'il faut faire : rester bien hydraté. Pas seulement pour étancher la soif, mais aussi pour maintenir le fonctionnement optimal du corps et éviter le risque ultime : les coups de chaleur capable d'entraîner un décès. Alors que boit-on, boissons chaudes ou froides, de l'eau ou du thé ? On a cherché les bonnes réponses et les bonnes pratiques pour vous.

Effets de boire du chaud

ou du froid sur le corps
Quand il fait chaud, l'organisme est en surchauffe et croyez-le, la température des boissons que vous consommez a un impact direct sur la régulation de la température corporelle. L'un des premiers réflexes après un moment en extérieur, surtout après une activité physique est de boire froid, très froid. Habitude contre-intuitive, car si sur le coup, elle fait du bien en bouche, elle peut créer un choc thermique. En effet, l'organisme aura tendance à augmenter davantage sa température plutôt que de l'abaisser.

Au fait, quelles boissons sont conseillées par canicule ?

Je le sais et vous le savez aussi,

l'eau est la principale boisson recommandée. L'ANSES conseille d'en boire 1,5 litres par jour au minimum, mais si la quantité est importante, la température l'est tout autant. Donc, on privilégiera une eau tempérée. Mais pour varier les plaisirs, on peut tout de même se permettre quelques boissons comme : Les eaux aromatisées (citron, concombre, menthe, gingembre), Les smoothies ou jus de fruits pour le plein de vitamines en s'hydratant L'eau de coco (directement dans son contenant naturel) Le lait, une option hydratante et nutritive. Des infusions et du thé pour une digestion au top.

Y a-t-il des boissons déconseillées ?

Ce n'est pas pour vous imposer des apéros fades, mais vos boissons stars sont dans la liste. Eh oui, les boissons qui vous font plus de mal que de bien en été sont la bière, le vin, les cocktails et les sodas. Ici, on ne parle pas de teneur mais de l'effet déshydratant pendant les périodes où une bonne hydratation est essentielle./ neozone.org/



6 idées futées pour transformer sa maison sans se ruiner



Idées brico, petits travaux, astuces d'aménagement ou de déco... Il en faut parfois peu pour redonner de l'allure à sa maison. Un coup de pinceau bien placé, une nouvelle poignée sur une porte oubliée, quelques planches pour créer une étagère sur mesure, et l'ambiance change du tout au tout. Loin des grands chantiers ou des budgets démesurés, on vous propose ici des transformations futées, accessibles à tous, à faire en un week-end (ou moins !). Le secret ? Miser sur l'impact visuel, la praticité et le plaisir de faire soi-même.

Poser un intissé imprimé sur les murs de la maison

Carrément tendance, le papier peint est un must have dans la déco de nos intérieurs. Idéal pour relouer une chambre ou un salon en quelques heures, l'intissé est une tapisserie super simple à poser : fini les lés dégoulinants de colle qui n'adhèrent pas aux murs. Choisissez un motif coloré ou un imprimé graphique qui va dynamiser n'importe quelle ambiance.

Installer des étagères chez soi

Système de rangement ultra-pratique, les étagères ont également un fort potentiel déco. Dans la cuisine, elles nous obligent à trier la vaisselle et à organiser les produits alimentaires. Dans le salon, elles supportent les accessoires déco et les plantes d'intérieur. Poser une étagère ne demande que quelques vis, un niveau, un peu de dextérité et pourtant elle métamorphose l'ambiance d'une pièce.

Redonner un coup de jeune aux meubles de jardin

Avec les rayons du soleil et les intempéries, les salons de

jardin ont tendance à perdre de leur couleur. Pas de panique, le mobilier outdoor peut se rénover. Il existe de nombreuses lasures et peintures prêtes à l'emploi adaptées à la rénovation de ces meubles d'extérieur. Conservez les nuances du bois avec une lasure et relookez les tables en PVC avec une couche de peinture.

Rénover les meubles de cuisine Ikea en deux temps, trois mouvements

Au bout de quelques années, la cuisine Ikea commence à faire grise mine. Nul besoin de changer les meubles ou le plan de travail, ce qui risquerait d'être onéreux, il suffit de changer ses façades pour lui redonner vie. Avec une variété de couleurs et de finitions au choix, la cuisine se personnalise à l'infini.

Relooker les murs avec un parement

Envie de changer le style de la chambre à coucher ou du coin salon ?

Optez pour les parements muraux. Si poncer, appliquer une sous-couche et repeindre les cloisons vous paraît trop fastidieux, le parement va vous étonner par sa simplicité. Imitation pierre, briques ou encore schiste, les parements muraux garantissent une pose facile et un résultat convaincant.

Changer le meuble et la vasque de salle de bains

Un meuble de famille, une armoire chinée, une étagère sur pieds... les possibilités sont vastes pour installer un nouveau meuble de salle de bains. Le mobilier vieilli apporte du cachet à l'espace et insufflé une ambiance rétro. Avec une vasque moderne, le meuble de salle de bains devient une pièce maîtresse de la pièce d'eau./ cotemaison.fr/

Ginseng : que dit réellement la science sur ses effets contre la fatigue et le stress ?

Dans un contexte où la fatigue chronique, le stress et la perte d'énergie font partie du quotidien, le ginseng s'impose comme l'une des plantes les plus citées lorsqu'il est question de vitalité. Mais derrière ce terme générique se cachent des réalités très différentes, souvent mal comprises. De quoi parle-t-on exactement lorsque l'on évoque le ginseng ? Et que peut-on réellement en attendre face à la fatigue et au stress ? Réponses avec Anne-Laure Germond, praticienne en médecine traditionnelle chinoise (MTC).

Trois grandes racines, trois approches de l'énergie

Cette confusion est fréquente, car des racines très différentes sont souvent regroupées sous le même nom.

« Chaque racine a sa propre personnalité et sa manière singulière de soutenir l'énergie vitale », souligne la praticienne. Les véritables ginsengs, issus du genre *Panax* (*Panax ginseng*, *Panax quinquefolius*, *Panax notoginseng*), appartiennent à la famille des Araliacées.

Ils sont réputés pour restaurer la vitalité en profondeur et soutenir l'organisme lors de fatigues importantes ou de convalescence.

Fatigue et stress : des effets variables selon les profils



Dans la tradition chinoise, le ginseng est associé à la capacité de l'organisme à résister au stress, qu'il soit physique ou psychologique. Il est considéré comme un soutien lorsque l'énergie vitale est affaiblie, notamment en cas de fatigue chronique ou après une maladie.

Ce que l'on peut attendre... et les limites à connaître

Si ces racines sont largement utilisées, elles ne doivent pas être perçues comme des solutions miracles. « L'énergie est un art de l'équilibre. La vraie vitalité n'est pas une montée brutale, mais un ancrage durable », rappelle Anne-Laure Germond.

Le ginseng asiatique, en particulier, peut être inadapté chez certaines personnes. En cas d'insomnie, d'hypertension artérielle ou de nervosité importante, il peut accentuer les symptômes s'il est mal utilisé. Des interactions sont également possibles avec certains médicaments, notamment les traitements hypoglycémisants ou anticoagulants. /sante-sur-le-net.com/

Pr Eric Westman :

"Si vous grossissez quand vous mangez du pain, vous êtes probablement sensible aux glucides"

Le Pr Eric Westman est co-auteur du Nouveau Régime Atkins, un régime pauvre en glucides qui est aussi le plus suivi au monde et le plus testé dans des études cliniques.

Avant Le Nouveau Régime Atkins, il ya eu dans les années 1970 le régime Atkins

Pr Westman. Dans ma pratique, la plupart des gens ne savent pas ce qu'est vraiment le régime Atkins. Je pense que la perception du public américain, c'est qu'Atkins se résume à des steaks et du bacon. Cette image erronée a deux origines : certains médias, qui adorent la polémique, et les milieux

végétariens. Mais en réalité on peut varier les sources de protéines – poissons, volaille, œufs, laitages, soja et légumineuses. La seconde perception erronée est qu'il n'y aurait pas de légumes dans Atkins, que c'est un régime sans glucides.

Votre livre parle de «légumes fondamentaux». C'est une notion qui ne figurait pas dans le premier livre du Dr Atkins, publié en 1972.

Dans le livre d'origine, ces légumes n'avaient pas de nom, et les gens pensaient qu'il s'agissait d'un régime sans légumes. Mais les légumes ont toujours été là. La restriction

en glucides était au minimum de 20 grammes par jour.

Le régime original restreignait fortement les glucides pour que le corps se trouve en cétose.

Est-ce toujours le cas dans le nouveau Atkins ?

La cétose est toujours présente dans la première phase, mais elle est limitée. Le régime à l'époque avait pour but de vous faire maigrir, pas de vous proposer un mode de vie sain que vous pouvez suivre pendant des mois et des années. Beaucoup de gens démarraient Atkins, puis ils restaient dans les phases d'induction.

Comment savoir si on est intolérant ou sensible aux glucides ?

Le plus simple, c'est de voir comment votre poids évolue. Si vous grossissez dès que vous mangez du pain, des pâtes, des gâteaux, du sucre, du soda, des jus de fruits... vous êtes probablement sensible aux glucides. Certains ont des fringales quand ils mangent des glucides. /lanutrition.fr/



Ces collations protéinées aident à stabiliser la glycémie



Entre deux repas, un simple biscuit peut faire grimper la glycémie beaucoup plus vite qu'on ne l'imagine. Ces 14 encas riches en protéines aident à éviter les pics de sucre sanguin et à mieux tenir jusqu'au repas suivant, à condition de les choisir judicieusement et de les consommer au bon moment. Quand on surveille sa glycémie, le petit creux de l'après-midi peut vite devenir source d'inquiétude. Craquelins sucrés, barres chocolatées ou biscuits font souvent grimper la glycémie en flèche... avant que la faim ne revienne peu après. Pourtant, plusieurs ressources éducatives francophones rappellent qu'une collation riche en protéines et en fibres permet de ralentir l'absorption du glucose et d'atténuer ce fameux pic glycémique. Miser sur des encas protéinés aide donc à calmer la faim plus longtemps tout en maintenant une glycémie plus stable au fil de la journée.

Comment les collations protéinées agissent sur la glycémie

Les glucides présents dans un biscuit ou un jus de fruits passent rapidement dans le sang, ce qui provoque une montée rapide de la glycémie. À l'inverse, lorsqu'une collation contient des protéines comme du yaourt grec ou du fromage cottage ainsi que des fibres issues des fruits rouges, des légumineuses ou des légumes croquants, la digestion ralentit. Des documents canadiens expliquent que cette association aide à limiter la hausse du sucre sanguin après les repas et prolonge la sensation de satiété. Chez les personnes atteintes de diabète de type 2 ou de prédiabète, remplacer les snacks sucrés par des collations protéinées peut ainsi aider à lisser les variations de glycémie entre les repas.

Les collations riches en protéines inspirées d'EatingWell

Pour les envies sucrées, les laitages riches en protéines constituent une excellente base. Parmi les idées proposées : le parfait au yaourt grec, banane et beurre de cacahuète, le bol de fromage cottage aux fruits rouges, le yaourt grec aux myrtilles, celui aux fraises ou encore le mélange yaourt grec, fruits et noix. Les trempettes sucrées au fromage cottage ainsi que les bouchées coco-noix de cajou façon petit-déjeuner offrent aussi une option plus gourmande, parfaite pour les matins pressés ou le goûter. Côté salé, plusieurs tartinades riches en protéines se préparent en quelques minutes. On retrouve notamment une trempette inspirée du poulet "Marry Me" aux haricots blancs, une salade de thon aux cornichons, une trempette César au yaourt grec, un dip fumé aux haricots noirs ou encore une sauce tahini-yaourt à accompagner de crudités.

Intégrer ces collations protéinées dans vos journées

Ces collations sont particulièrement utiles lorsque la faim se fait vraiment sentir : en milieu de matinée, au goûter lorsque le dîner est tardif, ou avant une activité physique afin de limiter le risque d'hypoglycémie.

Certains guides destinés aux personnes diabétiques recommandent de viser entre 7 et 10 g de protéines par encas, avec un apport en fibres et peu de sucres ajoutés. Lire les étiquettes et surveiller sa glycémie avant puis deux heures après avoir testé une nouvelle collation peut aussi aider à mieux comprendre la réaction de son organisme. /doctissimo.fr/

Alajuela au Costa Rica : que faire et où dormir près de San José

Lorsque vous arrivez au Costa Rica, vous atterrissez presque toujours à l'aéroport international Juan Santamaria. Officiellement situé à San José, il se trouve en réalité dans la ville voisine d'Alajuela. La ville se situe à moins de 10 minutes de route de l'aéroport, ce qui en fait l'un des endroits les plus pratiques pour passer votre première nuit dans le pays.

Où se situe Alajuela au Costa Rica ?

Alajuela est la deuxième ville du Costa Rica, située dans la vallée centrale, à seulement quelques kilomètres de San José. C'est une position très pratique lorsque vous arrivez dans le pays. Depuis l'aé-

port, vous rejoignez la plupart des hôtels d'Alajuela en moins de 10 minutes, alors que rejoindre le centre de San José peut facilement prendre 25 à 45 minutes selon le trafic.

Où loger à Alajuela ?

Pour notre première étape au Costa Rica, nous avons choisi La Rosa de America, une adresse que je recommande sans hésiter. L'hôtel se situe à environ 20 minutes de l'aéroport, dans un environnement très calme. Après un vol long courrier, l'endroit est parfait pour se poser.

Que faire et que voir à Alajuela ?

Il faut être clair : Alajuela ne se visite pas pour son centre historique. La ville est agréa-

ble mais relativement simple. Le centre se découvre rapidement autour du parc principal et l'essentiel de l'intérêt se trouve dans les excursions autour de la ville. En pratique, une journée suffit largement pour découvrir Alajuela en elle-même et deux jours si vous souhaitez visiter le volcan Poás avant de partir en road trip.

Le volcan Poás

Le volcan Poás est l'excursion la plus populaire depuis Alajuela au Costa Rica. Le volcan culmine à 2 700 mètres d'altitude et possède un immense cratère d'environ un kilomètre de diamètre. Au fond se trouve un lac acide aux couleurs vert émeraude.

Le sanctuaire animalier Rescate Wildlife Rescue Center

À environ 15 minutes d'Alajuela, le Rescate Wildlife Rescue Center est l'un des centres de sauvetage animalier les plus connus du Costa Rica. Beaucoup de voyageurs le connaissent encore sous son ancien nom Zoo Ave./globe-trotting.com/



Cartes postales caribéennes Après Saint-Martin, retraite au calme sur Tortola

Moitié française, moitié hollandaise, Saint-Martin est 100% étonnante. Les discussions s'y égrènent en français, anglais, créoles – guadeloupéen, martiniquais, haïtien. L'île est un melting-pot cosmopolite où tout le monde semble se plaisir.

Le soleil tout au long de l'année, les plages de sable blanc et la mer turquoise achèvent de rendre terriblement hospitalier ce petit morceau de terre flottant dans la mer des Caraïbes. Vous y passez la première partie du voyage, introduction réjouissante à la culture caribéenne. Ou tout du moins, l'une de ses déclinaisons. Un

saut de puce en avion suffit ensuite pour rejoindre les Îles Vierges Britanniques, un peu plus au nord. On s'installe au nord-ouest de Tortola, plus grande île de l'archipel qui jouit cependant d'une vraie tranquillité lorsque l'on s'éloigne de la capitale, Road Town.

On vit ici à un nouveau tempo, encore plus indolent, la nature imposant son rythme avec douceur.

Se lever avec le soleil, rejoindre la plage pour un premier bain, se régaler de fruits frais et partir à l'assaut de la Sage Mountain et de son parc national.

Vos refuges choisis

À Saint-Martin - Votre pied-à-terre ne compte que quelques chambres, préservant l'intimité de chacun. La vôtre est une suite deluxe dotée de sa propre cuisine et d'une vue imprenable sur la mer.

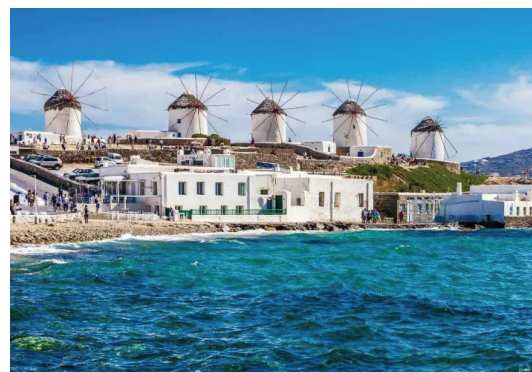
Couleurs pimpantes, bois rouge de Guyane, matériaux nobles, béton ciré éclatant, les intérieurs sont remarquables, d'autant plus que tous les meubles ont été confectionnés sur place. De la terrasse, on surplombe la baie. Il ne reste plus qu'à se glisser dans le hamac ou dans les fauteuils en teck pour admirer le panorama. Plus tard, un kayak ou un bateau vous emmènera vers l'îlot Pinel.

Votre voyage

Nul besoin de prendre la mer pour rejoindre les Îles Vierges, ce voyage l'illustre à merveille. Au départ de Saint-Martin – que l'on rallie via un vol direct – on rejoint facilement par les airs Tortola grâce à l'aéroport de Beef Island. De là, on se trouve à moins d'une heure de route de l'hôtel, pourtant à l'autre bout de l'île. voyageursdumonde.fr/



7 choses incontournables à faire à Mykonos, en Grèce



Même si vous avez sans doute vu d'innombrables photos et vidéos sur les réseaux sociaux montrant des bars et des clubs de plage animés, Mykonos a bien plus à offrir que sa vie nocturne aussi réputée soit-elle. Le jour venu, cette île des Cyclades dévoile un tout autre visage. Plus d'une vingtaine de plages s'égrènent le long de ses côtes. Que vous souhaitiez vous détendre au soleil, cocktail à la main, ou pratiquer des activités nautiques, vous y trouverez votre bonheur.

Découvrir Hora, la capitale de Mykonos

Hora, la ville principale de Mykonos souvent appelée Mykonos-Ville est le point de départ idéal pour découvrir l'île. Entièrement piétonne, elle offre l'image d'un port grec vivant et animé. En pleine saison, ses ruelles étroites sont très fréquentées : on y circule difficilement entre boutiques de luxe, petites échoppes, cafés animés et restaurants élégants.

Visiter l'église Panagia Paraportiani

Malgré un nom assez banal « Notre-Dame de la porte latérale » Panagia Paraportiani compte parmi les édifices les plus remarquables de Mykonos. Cet ensemble unique se compose de cinq chapelles imbriquées, réunies sous une même structure aux formes irrégulières, entièrement blanchie à la chaux.

Admirer le coucher de soleil depuis les moulins à vent de Mykonos

Véritables stars d'innombrables selfies, les sept moulins à vent qui surplombent silencieusement le port de Hora sont les emblèmes de l'île. Montez à pied la petite colline sur laquelle ils se dressent et observez les ferries arriver avec leur lot de va-

canciers. La vue panoramique depuis ce point de vue est à couper le souffle et offre un cadre idéal pour des photos inoubliables. Restez dans les parages pour profiter de l'un des plus beaux couchers de soleil de l'île.

Découvrir l'art contemporain à la Rarity Gallery

Située à l'entrée de la vieille ville de Hora, la Rarity Gallery est installée dans une élégante bâtisse. Cette petite galerie propose des expositions temporaires consacrées à l'art contemporain, mêlant peinture, photographie et design.

Se détendre sur la plage de Paraga

À seulement quelques minutes de Hora, la plage de Paraga est idéale pour passer une journée au bord de l'eau. On y trouve plusieurs clubs de plage qui proposent restauration, boissons, transats et activités nautiques.

Plonger dans l'histoire maritime au Musée maritime de la mer Égée

Les Grecs naviguent en mer depuis des millénaires, et ce petit musée, situé juste au sud du centre animé de Hora, permet de remonter le fil de cette longue histoire maritime.

Faire la fête jusqu'au bout de la nuit à Paradise Beach

Première de la succession de plages de la côte sud, Paradise est l'endroit idéal pour profiter de tout ce qui fait la renommée de Mykonos : du sable fin et doré, des eaux limpides, des tavernes accueillantes et des discothèques prêtes à satisfaire presque tous les caprices. Son ambiance animée en fait un lieu incontournable pour ceux qui souhaitent découvrir la vie nocturne emblématique de l'île. lonelyplanet.fr/

Pemphigus : symptômes, diagnostic et traitement

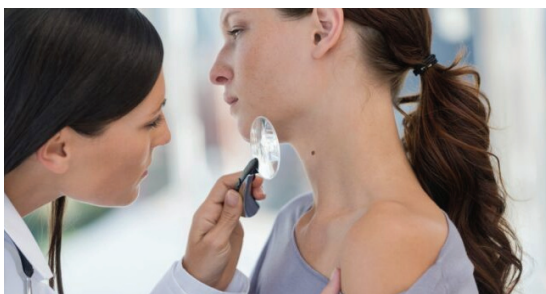
Le pemphigus est une maladie auto-immune rare de la peau, liée à une perte d'adhérence des cellules de l'épiderme. Elle survient plutôt chez l'adulte entre 40 et 60 ans.

Qu'est-ce qu'un pemphigus ?

Un pemphigus est une maladie bulleuse auto-immune extrêmement rare qui est due à une perte d'adhérence des cellules de la surface de la peau, explique le Dr Julie Bouteiller. "On en recense entre 1 et 2 nouveaux cas par million d'habitants chaque année". Il existe plusieurs sortes de pemphigus, dont les deux principales sont le pemphigus vulgaire ou profond qui touche à la fois la peau et les muqueuses, et le pemphigus superficiel ou foliacé qui n'affecte que la peau.

Quelles sont les causes d'un pemphigus ?

Comme toutes les maladies auto-immunes, le pemphigus est dû à un dérèglement du système immunitaire qui, dans ce cas précis, attaque la peau et les muqueuses. Les auto-anticorps que produit, par réaction et par erreur, notre système immuni-



taire, s'attaquent à des protéines responsables de l'adhésion des cellules de la peau et/ou des muqueuses entre elles et entraînent leur décollement. Ces cellules vont se détacher les unes des autres et des bulles ou des érosions (sur les muqueuses) vont apparaître.

Quels sont les symptômes d'un pemphigus ?

Le pemphigus vulgaire ou profond est de loin le plus fréquent puisqu'il représente 75 % des cas ; il entraîne soit des lésions au niveau des muqueuses (on parle de pemphigus vulgaire muqueux), soit au niveau des muqueuses et de la peau (pemphigus vulgaire muco-cutané). "Dans le cas du Pemphigus Vulgaire muqueux,

toutes les muqueuses, notamment buccales, nasales, oculaires, œsophagiennes, anales et génitales peuvent être touchées. Elles présentent des bulles très fines qui éclatent rapidement et laissent place à des érosions au niveau des muqueuses, rendant l'alimentation difficile, et des croûtes au niveau du nez", décrit le Dr Bouteiller.

Comment pose-t-on le diagnostic d'un pemphigus ?

Du fait de sa faible prévalence, rares sont les médecins généralistes qui ont déjà vu un patient atteint de pemphigus. Résultat, le diagnostic de cette maladie de peau est souvent posé avec retard. Les lésions

buccales sont souvent confondues avec des aphtes, du muguet ou encore une gingivite. Lorsqu'elles forment des croûtes, les cloques qui apparaissent à la surface de la peau peuvent, quant à elles, être prises pour un eczéma ou un psoriasis qui auraient été grattés... C'est généralement un dermatologue ou un stomatologue qui portent le diagnostic de pemphigus.

Comment traiter un pemphigus ?

Les personnes souffrant d'un pemphigus doivent être adressées par leur médecin généraliste à un dermatologue dans un centre de compétence.

En France, il existe un centre de référence des maladies bulleuses constitué d'un site coordonnateur (Rouen), de 3 sites constitutifs (Bobigny, Limoges, Reims), et de 22 centres de compétences répartis sur l'ensemble du territoire. Il n'existe pas de traitement spécifique capable de guérir le pemphigus, mais il est possible d'obtenir des rémissions et de contrôler cette maladie, souligne le Dr Bouteiller./doctissimo.fr/

En vacances, attention au syndrome du voyageur !

Si les voyages forment la jeunesse, ils peuvent aussi faire perdre pied. Chaque année, des touristes sont confrontés à un sentiment étrange lors de leurs vacances : un mal-être, voire bien pire ! Pourtant leur séjour se déroule normalement... Syndrome de Paris, de Jérusalem, de l'Inde... certaines destinations sont plus susceptibles de troubler les touristes. Zoom sur ces drôles de syndromes du voyageur et sur leurs symptômes.

Les principaux syndromes du voyageur Le syndrome de Stendhal

"Le touriste est bien souvent de la même culture que le pays visité", explique le médecin. "Ce n'est donc pas la différence culturelle qui crée le trouble. C'est plutôt le choc affectif que représente l'excès de beauté, et qui va déclencher une sensation de mal-être." C'est le cas de villes comme Florence, Venise... Plus la personne sera sensible à la beauté artistique, plus elle aura de connaissances en art et en histoire, plus elle sera à même d'en comprendre les subtilités.

Le syndrome de l'Inde "Il est assez proche du syndrome de Jérusalem", précise le professeur. "Le mal-être naît chez des personnes qui ne découvrent pas le mysticisme indien espéré. Ils se retrouvent en plus confrontés à la violence et à la pauvreté de l'Inde.

Le syndrome de Paris Alors que les autres syndromes cités peuvent se retrouver dans d'autres villes, le syndrome de Paris est lui totalement exclusif et réservé à la capitale française. Il concerne tout particulièrement les Japonais en visite dans cette ville.

Syndrome du voyageur : les signes que vous êtes atteint "Sur le plan de l'expression des troubles, ces différents syndromes se manifestent tous de la même manière", affirme le Pr Bouchaud./doctissimo.fr/

Les ronflements favorisent-ils les maux de tête ?

Les facteurs favorisant les maux de têtes sont nombreux. Parmi eux, le ronflement est à prendre en compte selon une étude. Tour de la question avec Doctissimo. Le ronflement, avec ou sans pause respiratoire, est source d'insomnie, de fatigue et représente déjà une bonne raison en soi pour consulter. Sans compter qu'il semble jouer également un rôle dans les maux de tête chroniques.

Maux de tête : les migraines et les céphalées de tension

Selon l'Inserm, la migraine toucherait 15 à 18 % des femmes et 6 % des hommes en France. La céphalée de tension, plus répandue que la migraine, affecterait quant à elle 20 à 40 % des adultes. Selon une étude sur la migraine publiée dans la revue *Neurology* 1 en juillet 2002, 10585 patients représentatifs de la population générale, âgés de 15 ans et plus, avaient été interrogés sur leurs problèmes de santé en général, dont la migraine et ses répercussions. Les 1 486 personnes souffrant de migraine se sont vues proposer des questionnaires spécifiques, dont les résultats ont été récemment repris dans la revue *Pain* : les maux de tête chroniques dits quotidiens, qui surviennent en



fait au moins 15 jours par mois, toucheraient 3 % des migraineux, soit environ 1,8 million de personnes.

Les causes des maux de tête

Ces maux de tête peuvent être dus à une migraine sévère, mais aussi aux céphalées de tension, aux douleurs consécutives à un accident, à un abus de médicaments, etc. Ces maux de tête quasi-permanents, bien plus handicapants qu'une migraine épisodique, nécessitent une consommation importante de médicaments et affectent, on s'en doute, considérablement la qualité de vie. Un nouvel élément, récemment mis en évidence, pourrait

permettre de mieux les comprendre et les soigner.

Le ronflement : une cause de maux de tête ?

On connaissait déjà le rôle du ronflement avec pauses respiratoires (apnées du sommeil) dans l'insomnie, la fatigue chronique et certains troubles cardiovasculaires (hypertension artérielle, insuffisance cardiaque). Une nouvelle étude, publiée en avril dans la revue *Neurology* en 2003 montre qu'il est également associé aux maux de tête chroniques quotidiens. Deux groupes de patients ont été interrogés : 206 patients ayant des douleurs au moins 15 jours par mois, 500 patients avec des migraines

occasionnelles. 24 % des personnes souffrant de maux de tête chroniques ont déclaré ronfler "en permanence", contre seulement 14 % des migraineux occasionnels. La différence persiste en ajustant ces résultats en fonction des facteurs favorisant le ronflement (surpoids, etc.).

Le ronflement déclenche la migraine ou est-ce l'inverse ?

Cette étude nécessite cependant une confirmation, par exemple en quantifiant le ronflement et les pauses respiratoires des migraineux chroniques par des enregistrements du sommeil. De plus, il est possible que ce soit le mal de tête qui provoque le ronflement, et non l'inverse, auquel cas un traitement plus efficace des céphalées pourrait améliorer la qualité du sommeil... Quoiqu'il en soit, pour vous qui souffrez de maux de tête en permanence, si votre conjoint(e) se plaint du bruit que vous faites en dormant ou s'étonne que vous fassiez des pauses respiratoires durant la nuit, n'hésitez pas à en parler à votre médecin ! Un traitement adapté pourrait non seulement vous permettre de retrouver du tonus mais également soulager vos maux de tête.../doctissimo.fr/

ChoCaf

SALON INTERNATIONAL
DU CHOCOLAT & DU CAFÉ

INSPIRER • DÉCOUVRIR • PARTAGER

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

PROFESSIONNELS | MARQUES | CONCOURS | ANIMATIONS | NETWORKING

Dix-huit mois dans les prisons israéliennes... et les manifestations se poursuivent à Londres pour réclamer la libération d'Abu Safiya



Des manifestants palestiniens et britanniques, solidaires de la cause palestinienne, se rassemblent devant la résidence du Premier ministre britannique à Londres, scandant des slogans exigeant la libération immédiate du médecin palestinien Hossam Abu Safieh. Cette manifestation s'inscrit dans la continuité des mouvements actifs de soutien aux droits des Palestiniens dans la capitale britannique.

Les manifestants soulignent que le Dr Abu Safiya, directeur de l'hôpital Kamal Adwan, est devenu une figure emblématique pour les prisonniers palestiniens, après avoir été arrêté à l'intérieur même de l'hôpital où il exerçait ses fonctions.

Les manifestants avertissent que sa santé s'est considérablement détériorée, selon son avocat, après un an et demi d'isolement, de refus de soins médicaux et de mauvais traitements infligés par ses geôliers israéliens.

Violation des droits des prisonniers

Le correspondant d'Al Jazeera, Asadullah al-Sawi, présent au cœur des manifestations, a indiqué que les protestataires considèrent l'arrestation d'Abu Safiya sans inculpation comme une violation flagrante de ses droits et de ceux de milliers de prisonniers palestiniens détenus dans les prisons israéliennes. Les manifestants ont également souligné que le maintien de cette situation constitue un affront aux valeurs humaines et au droit international, d'autant plus qu'Abu Safiya dir-

geait le seul hôpital pour enfants en activité dans la bande de Gaza au moment de son arrestation.

Dans le même contexte, les manifestants ont brandi des banderoles exigeant des sanctions contre Israël, l'arrêt des exportations d'armes vers ce pays et la libération immédiate du médecin palestinien détenu.

Ils ont également scandé des slogans contre l'occupation et le régime d'apartheid, appelant à la liberté pour la Palestine et pour tous les prisonniers palestiniens dans les prisons israéliennes, dans une scène qui reflète la colère publique croissante face à ce qu'ils décrivent comme des violations systématiques.

Pour appuyer ce point, les manifestants soulignent que le gouvernement britannique n'a jusqu'à présent adopté qu'une position symbolique. Le ministre britannique des Affaires étrangères chargé du Moyen-Orient a tweeté, via la plateforme « X », que le gouvernement avait soulevé la question des mauvais traitements infligés au Dr Abu Safiya auprès des autorités israéliennes.

La position officielle britannique Par ailleurs, le correspondant d'Al Jazeera souligne que la position officielle britannique ne semble pas ferme actuellement, le Premier ministre Keir Starmer ayant annoncé son intention de démissionner.

Les observateurs estiment que la faiblesse politique actuelle du gouvernement rend difficile toute mesure décisive à l'égard d'Israël, tandis qu'Al-

Sawy souligne que le mouvement actif en Grande-Bretagne en faveur des droits des Palestiniens ne sera pas le dernier tant qu'Abu Safiya restera en détention.

L'avocat du Dr Abu Safiya Nasser Odeh a déclaré hier que les autorités d'occupation israéliennes avaient transféré son client en isolement cellulaire, soulignant que son état de santé était gravement menacé après qu'il ait subi des blessures à la tête et au visage qui lui causaient des difficultés respiratoires, à la suite d'une « agression systématique et brutale » dont il est victime quotidiennement dans les prisons israéliennes.

Awda a expliqué, lors d'une interview sur Al Jazeera, qu'il avait pu rendre visite à Abu Safiya il y a deux jours, où le médecin a été amené dans le parloir avec les mains et les pieds liés et qu'il montrait des signes évidents de difficulté à marcher et à se déplacer.

Au cours de leur conversation, le médecin a exprimé ses craintes sincères que cette visite ne se répète pas, indiquant que les pratiques des autorités israéliennes visaient à lui nuire délibérément, ce qui, selon l'évaluation de l'avocat, suggère une décision préméditée de l'éliminer et de l'exécuter à l'intérieur du centre de détention.

De son côté, le Conseil des droits de l'homme de l'ONU a qualifié lundi d'arbitraire l'arrestation par Israël du Dr Abu Safiya à Gaza et a demandé sa libération immédiate, tandis que les organisations de défense des droits de l'homme ont averti que sa vie était en danger imminent.

Le Groupe de travail des Nations Unies sur la détention arbitraire a confirmé dans un rapport que les actions d'Israël violent plusieurs articles de la Déclaration universelle des droits de l'homme, ainsi que le Pacte international relatif aux droits civils et politiques. En revanche, l'administration pénitentiaire israélienne a démenti les informations faisant état de mauvais traitements infligés à Abu Safiya et à d'autres médecins en prison, et la Cour suprême israélienne avait précédemment refusé de commenter les recours déposés en vue de sa libération.

Source : Al Jazeera

L'arbitrage a-t-il privé l'Égypte d'une victoire historique contre l'Argentine ? Et qu'a déclaré Abou Trika ?

L'enthousiasme suscité par le match historique d'Atlanta entre l'Argentine et l'Égypte ne s'est pas limité aux cinq buts et à la remontée spectaculaire du tenant du titre, mais s'est étendu aux décisions arbitrales cruciales qui ont déclenché une vive controverse sur la scène sportive égyptienne et internationale, et ont soulevé des questions sur l'impartialité de l'arbitrage et l'intégrité de l'application de la technologie d'assistance vidéo à l'arbitrage (VAR).

Cette discussion porte sur deux incidents cruciaux qui ont complètement changé le cours du match. Le premier fut l'annulation du but de Mustafa « Zico » à la 58e minute, et le second, l'attribution du but victorieux à l'Argentine malgré une faute commise sur Mohamed Salah juste avant le but, faute que l'arbitre n'a ni remarquée ni visionnée, contrairement au but de Zico.

Nous allons maintenant examiner en détail l'analyse arbitrale des deux cas selon les Lois du Jeu édictées par l'International Football Association Board (IFAB), comme suit :

But refusé à Zico après intervention de la VAR

Zico a marqué un but à la 58e minute suite à une superbe action menée par Haitham Hassan et une passe magistrale pour Mohamed Salah. Cependant, l'arbitre a annulé le but après consultation de la VAR pour une faute sur Marwan Attia. À première vue, il s'agissait d'un simple contact, mais les ralentis ont montré qu'Attia avait marché sur le pied de l'Argentin, ce qui méritait effectivement une faute.

Le but victorieux de l'Argentine et l'ignorance d'une faute flagrante contre Salah

Enzo Fernandez a inscrit le but victorieux de l'Argentine à la 90+3e minute, mais le ralenti vidéo a montré un choc violent et une chute de Mohamed Salah suite à un tacle de la défense argentine en début d'action. Pourtant, l'arbitre a laissé le jeu se poursuivre et la VAR n'est pas intervenue, contrairement à ce qui s'était passé pour le but de Zico, malgré la faute flagrante et le penalty potentiel. Cette décision a provoqué la colère de l'équipe nationale égyptienne et de son staff technique. Dans ce cas précis, l'arbitre aurait au moins dû revoir l'action, d'autant plus qu'Hamdi Fathi avait également été retenu par un défenseur argentin dans la surface de réparation juste avant le but.

La vérité est qu'il y a eu une obstruction manifeste de Julian Alvarez avec son pied droit sur le pied gauche de Salah, ce qui a fait tomber ce dernier au sol, et le ballon a rebondi dans l'attaque qui s'est terminée par le but victorieux.

Dans ce cas, la responsabilité principale incombe à l'arbitre sur le terrain, mais l'arbitre assistant vidéo (VAR) aurait dû attirer l'attention de l'arbitre sur l'infraction, et s'il n'était pas convaincu, il aurait dû être appelé à visionner la situation sur l'écran.

Le mépris de l'arbitre pour la faute, voire son refus de revoir l'action à l'aide de la vidéo, a suscité la colère des supporters égyptiens et arabes, qui se sont sentis amers face à cette situation qui leur apparaissait comme un « deux poids, deux mesures », puisque le but égyptien avait été examiné à la loupe pour être annulé, tandis que le but argentin avait été validé malgré une faute flagrante.

Abu Trika confirme qu'il y a eu une violation contre Salah

L'ancien international égyptien Mohamed Aboutrika a confirmé que le troisième but de l'Argentine était invalide et a déclaré lors de son analyse du match sur la chaîne "BeIN Sports" que Salah avait subi une faute flagrante.

Cela a également été confirmé en studio par l'ancien joueur vedette argentin Claudio Lopez, qui a déclaré : « L'arbitre aurait dû recourir à la vidéo et Salah méritait une faute. » Al Jazeera



Des experts de l'ONU exhortent Israël à libérer immédiatement le Dr Hossam Abu Safieh

Quatre experts indépendants de l'ONU ont appelé mardi Israël à libérer immédiatement le médecin palestinien Hossam Abu Safieh, directeur de l'hôpital Kamal Adwan dans le nord de Gaza, soulignant que sa détention prolongée sans inculpation ni procès constitue une détention arbitraire.

Dans un communiqué, les experts ont fait référence à des informations selon lesquelles Abou Safiya aurait subi des « tortures graves et continues » et des blessures susceptibles de mettre sa vie en danger, et ont demandé qu'il bénéficie de soins médicaux immédiats et appropriés.

Ils ont déclaré que la détention d'Abu Safiya sans inculpation ni procès reflète le ciblage systématique des travailleurs de la santé palestiniens, accusant Tel Aviv de continuer à détruire le système de santé dans la bande de Gaza. Les experts désignés par le Con-

seil des droits de l'homme de l'ONU ont confirmé avoir déjà exprimé leurs préoccupations concernant la loi sur les « combattants illégaux » sur laquelle Israël fonde sa détention de Palestiniens, soulignant la nécessité de libérer Abou Safiya et d'assurer sa sécurité. Les experts ont ajouté que la guerre israélienne contre Gaza « a transformé la pratique de la médecine en un crime et a fait des professionnels de la santé des cibles de harcèlement, d'intimidation, d'arrestation, de torture et de meurtre ».

Parmi les signataires de la déclaration figure Francesca Albanese, rapporteuse spéciale des Nations Unies sur la situation des droits de l'homme dans les territoires palestiniens occupés, qui accuse Israël de commettre un génocide dans la bande de Gaza.

Les forces israéliennes ont arrêté Abou Safiya en décembre 2024 lors d'un raid sur l'hôpital Kamal Adwan, affirmant

qu'il était utilisé par le Mouvement de résistance islamique (Hamas), une allégation démentie par les autorités sanitaires de Gaza.

Nasser Odeh, l'avocat du médecin palestinien Hossam Abu Safieh, a confirmé que les autorités d'occupation israéliennes avaient transféré son client en isolement cellulaire, notant que son état de santé était devenu extrêmement dangereux en raison de blessures à la tête et au visage qui lui causaient des difficultés respiratoires, dues à une « agression systématique et brutale » qu'il subit quotidiennement dans les prisons israéliennes.

Awda a expliqué – dans une interview accordée à Al Jazeera – qu'il avait pu rendre visite à Abu Safiya il y a quelques jours, où le médecin avait été amené au parloir les mains et les pieds liés, et qu'il montrait des signes évidents de difficulté à marcher et à se déplacer.

Dans le monde un 9 Juillet

- 2018 : Signature entre l'Erythrée et l'Éthiopie d'une (déclaration conjointe de paix et d'amitiés) après vingt ans d'état de guerre.
- 2014 : Brésil : demi-finale de la Coupe du Monde de football, l'Argentine bat le Pays-Bas (0-0). Tirs au but (4-2).
- 2006 : Tennis, Roger Federer remporte le tournoi de Wimbledon pour la quatrième fois.
- 2006 : Crash d'un Airbus A310 de la compagnie russe Sibir à l'atterrissage sur l'aéroport d'Irkoutsk (Sibérie), 140 morts, 58 blessés sur 192 passagers.
- 2006 : Pour la première fois, l'Inde tire un missile à capacité nucléaire d'une portée de 4 000 kilomètres, il s'est abîmé dans la baie du Bengale.
- 2006 : Football - l'Italie devient championne du monde en battant la France aux tirs au but. Sortie de Zinedine Zidane à la 110e minute sur carton rouge "un coup de tête qui coûte cher".
- 2001 : Football - Zidane quitte le club de l'Juventus de Turin pour le Real de Madrid.
- 2000 : Le tennisman américain Pete Sampras remporte pour la septième fois les Internationaux d'Angleterre à Wimbledon.
- 1996 : Alain Carignon se constitue prisonnier après qu'un mandat d'arrêt eut été lancé pour l'exécution d'une peine de 5 ans de prison, dont 4 fermes, rendue par un arrêt de la cour d'appel de Lyon.
- 1991 : Après 32 ans de suspension, l'Afrique du Sud est réintégrée dans le mouvement olympique.
- 1986 : Explosion d'une bombe dans une annexe de la Préfecture de police de Paris (1 mort, 22 blessés).
- 1982 : Crash d'un avion de la Panam à la Nouvelle Orléans "Louisiane" (152 morts).
- 1981 : Début des émeutes de banlieue dans le quartier des Minguettes de Vénissieux.
- 1960 : Un décret autorise le péage sur les autoroutes français.
- 1955 : (Roch around the clock) chanson de Bill Haley et des Comets, parvient à la première place du hit-parade américain, sinant ainsi officiellement l'acte de naissance du rock.
- 1877 : Début du premier tournoi de Wimbledon.
- 1816 : Indépendance de l'Argentine. /isere-annuaire.com/

Theodor Mommsen est couronné en 1902 par le prix Nobel de littérature

Theodor Mommsen, de son nom complet Christian Matthias Theodor Mommsen, né le 30 novembre 1817 à Garding et mort le 1er novembre 1903 à Charlottenburg, est un historien prussien et le plus influent spécialiste de la Rome antique du XIX^e siècle. Il est l'auteur d'une monumentale Histoire romaine et d'un Corpus Inscriptionum Latinarum encore actualisé et mis à jour. Cette œuvre immense et exceptionnelle est couronnée en 1902 par le prix Nobel de littérature. Né à Garding (duché de Schleswig), fils de pasteur, Mommsen est né sujet danois germanophone, mais s'est toujours reconnu allemand d'origine et de cœur. Mommsen a cinq frères et sœurs dont August né en 1821 et Tycho né en 1819. Il étudie de 1831 à 1838 à Altona, puis à l'université de Kiel, où il se spécialise à la fois en histoire, droit et philologie. Brillant élève, Mommsen obtient une bourse qui lui permet

de voyager en France et en Italie, dernier pays où s'affirment son goût et son habileté à déchiffrer les inscriptions antiques. Il travaille d'arrache-pied de 1845 à 1850 sur les dialectes de l'Italie méridionale (marse, osque, messapien, etc.), ce qui fait déjà de lui un érudit de grande envergure. Il complète ses travaux à la faveur d'une correspondance suivie avec Gabriele Lannelli. Il fait un voyage en France et en Italie (1844-1847) pour travailler à la recherche épigraphique, puis s'engage dans la politique, soutenant les idées nouvelles dans un journal local alors qu'il enseigne le droit à Leipzig en 1848. Révoqué peu après à cause de ses opinions libérales, Mommsen enseigne quelque temps à Zurich (1852), puis à Breslau (1854), et enfin à Berlin (1858), où il est chargé de l'histoire en 1861. Secrétaire à l'Académie prussienne de 1874 à 1895, il est mis à la tête du projet d'un mo-



numental Corpus Inscriptionum Latinarum. il fait de celui-ci la base, encore valable aujourd'hui, de toute recherche épigraphique. Chercheur hors pair, capable de maîtriser de multiples domaines, il fonde par ses travaux et son enseignement une école historique qui dépasse les frontières allemandes. Reçu par Napoléon III aux palais des Tuileries, il est une sommité reconnue de l'histoire antique, non seulement par l'empereur, qui prépare son Histoire de Jules César (1865), mais aussi par les savants qui épaulent le monarque dans cette entreprise, dont Victor Duruy, alors ministre de l'Instruction publique. /fr.wikipedia.org/

Le saviez-vous?

99% des Finlandais prennent un sauna au moins une fois par semaine !



Le sauna, connu pour ces vertus sur le corps humaine, est pratiqué dans toute la Finlande depuis des milliers d'années. Aujourd'hui, la Finlande compte 5,5 millions d'habitants et 3,3 millions de saunas. En Finlande, le mode de vie a tendance à tourner autour du sauna. On le trouve dans les maisons, les bureaux, les centres sportifs, les usines, les hôtels et même dans les mines. Selon les statistiques, 99% des Finlandais en prennent au moins un par semaine. /lesavezvous.net/

Journée de la destruction des armes légères



La Journée internationale de la destruction des armes légères a été lancée par les Nations Unies en 2001. Détruire les armes partout dans le monde. A l'occasion de la Journée internationale de la destruction des armes légères, des victimes de la violence par les armes procèdent à la destruction d'armes aux quatre coins de la planète. Ces actions locales interviennent après la publication par les organisateurs de la campagne pour le contrôle des armes – Oxfam, Amnesty International et Réseau d'action international sur les armes légères (RAIAL) – de statistiques révélant l'existence d'une arme pour dix habitants dans le monde. En moyenne, 800 000 sont détruites chaque année, mais les armes non réglementées restent un problème majeur : pour chaque arme détruite, dix sont produites. Lorsqu'elles tombent entre de mauvaises

maines, les armes sont responsables de centaines de milliers de morts, et de bien plus encore de blessés chaque année. Les armes non réglementées sont utilisées dans des crimes perpétrés partout dans le monde : homicides, déplacements forcés, viols et actes de torture. "La Journée internationale de la destruction des armes légères est l'occasion pour tout un chacun de prendre des initiatives visant à attaquer de front le problème des armes. Or, étant donné que pour chaque arme détruite, dix sont produites, les efforts déployés par le citoyen lambda sont minés par le refus d'agir des gouvernements : pour chaque pas en avant, on recule de dix. Tant qu'on n'aura pas créé un traité international sur le commerce des armes, les initiatives locales seront toujours sabotées par l'inaction des autorités et les armes continueront de tomber entre de mauvaises mains." /journée-mondiale.com/

	ELLE DONNE LE PAYS D'ORIGINE	CHRISTIA- NISER	MAQUILLA	PUBLIC	NON RELIGIEUX	ÉVITE UN BLOCAGE	L'ÉTERNEL MASCULIN	CHEMIN	PENDENT CHEZ LE BOUCHER
D'UN PAYS D'ASIE									
QUE L'ON PEUT EXPOSER									
GÎTE À LA NOIX							AXE DE LA TERRE		
							ALIMENTA		
BANDIT DONNEUR						DEVANT L'ÉLUE			
						TRACE			
MANGEUR D'HOMMES					ENSUITE				
					VÊTEMENT ÉCOSSAIS				
SUPPRIMÉ									RETIRAIT
ARTICLE ÉTRANGER			DICTATEUR CUBAIN						
			BIEN ITALIEN						
LATITUDE								PORTEUR DE CHARGE	
CITÉ NIPPONE				GRAND SOLITAIRE					
				LE TITANE EN CHIMIE					
FIT UN ESSAI						PERSONNEL FAMILIER			
FORT FATIGANT									



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

*Un été,
un logement!*

+213 770 31 94 14

WWW.LOGIMEXPO.COM



ORGANISÉ PAR

