



**MEDIA
EXPERT**

AGENCE DE PRESSE ET DE COMMUNICATION

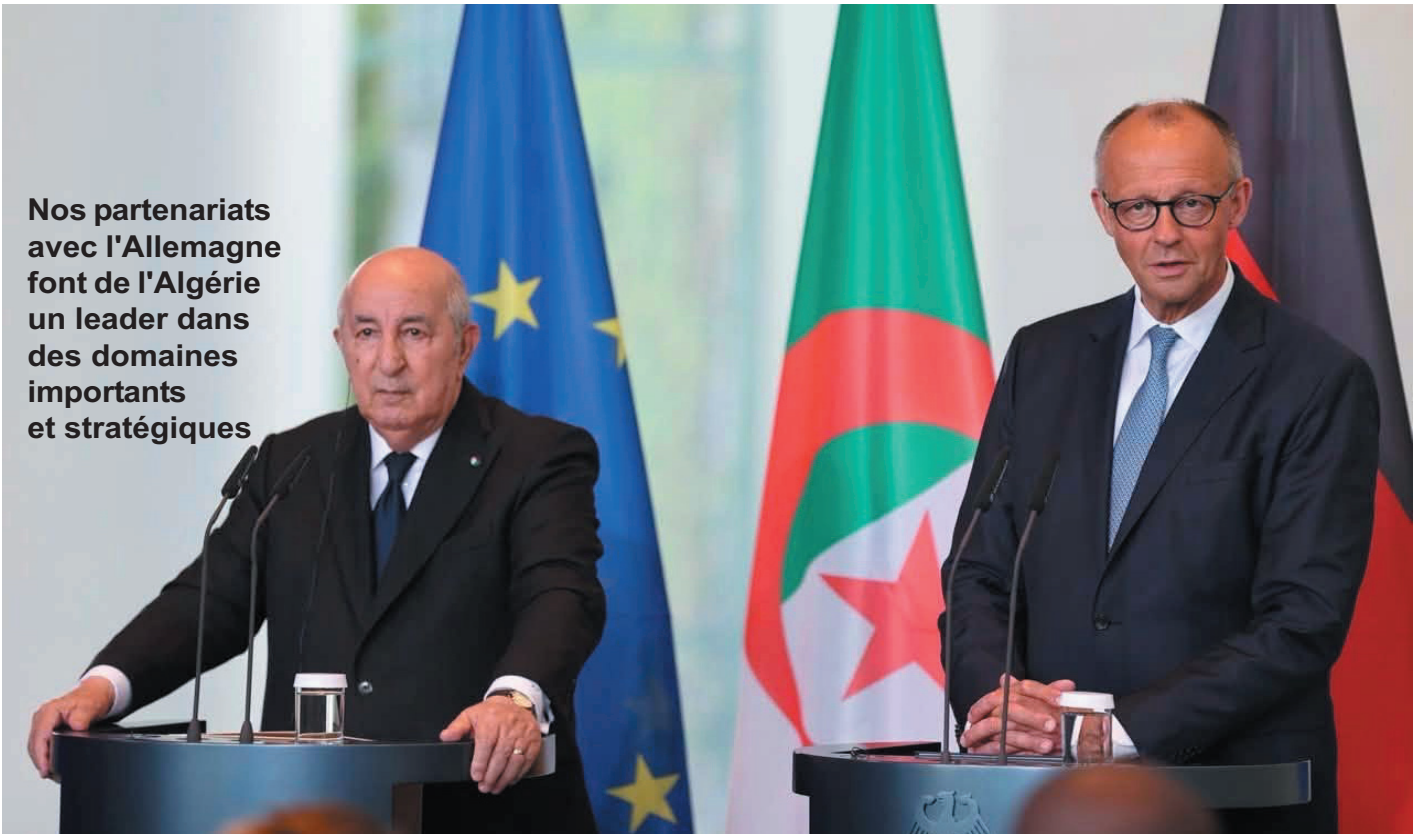
Communiquons différemment

Le CPA accompagne avec succès
l'introduction en Bourse
de CRAPC EXPERTISE SPA P.3

ALGÉRIE–ALLEMAGNE

Un agenda stratégique pour hisser le partenariat bilatéral à un nouveau palier P.2

Nos partenariats
avec l'Allemagne
font de l'Algérie
un leader dans
des domaines
importants
et stratégiques





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

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

 **15 AU 19**
JUILLET

 **CCO ORAN**
LE MÉRIDEN

+213 770 31 94 14
WWW.LOGIMEXPO.COM

ORGANISÉ PAR
 **ULTIMATE**
STATION

 **bomedia**

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

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

Media Expert
Samedi 18 Juillet 2026
Quotidien National Economique
N° 2300 - Prix 30 DA



MEDIA EXPERT

ALGÉRIE-ALLEMAGNE

Président de la République
Les relations avec l'Allemagne
vont de mieux en mieux

Le président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, a affirmé, jeudi depuis Berlin, que les relations entre l'Algérie et la République fédérale d'Allemagne étaient solides et vont de mieux en mieux.

Lors d'une conférence de presse conjointe avec le chancelier de la République fédérale d'Allemagne, M. Friedrich Merz, le président de la République a indiqué que les relations algéro-allemandes, établies au lendemain de l'indépendance en 1962, étaient "solides et excellentes, n'ayant jamais été entachées par aucun différend, et vont de mieux en mieux", ajoutant que les relations avec l'Allemagne figuraient parmi "les meilleures relations de coopération qu'entretient l'Algérie actuellement".

"Aujourd'hui, l'Algérie poursuit son développement et aspire à s'ouvrir à de nouveaux domaines, à l'instar du développement de la production de médicaments très spécialisés, en tirant profit de l'expérience allemande très avancée dans ce domaine", a précisé le président de la République, rappelant avoir récemment présidé la cérémonie de pose de la première pierre du projet de réalisation de l'Institut algérien de thérapie cellulaire et génique.

A une question concernant le journaliste français condamné, le président de la République a déclaré : "Par respect pour la justice algérienne, je ne répondrai à cette question qu'en Algérie. Or, je ne suis pas en Algérie, et par conséquent, je n'y répondrai pas".

L'Algérie, un fournisseur fiable
de gaz pour l'Europe

Le président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, a souligné, jeudi depuis Berlin, que l'Algérie était un fournisseur fiable de gaz pour l'Europe, mettant en avant l'intérêt de l'Allemagne pour l'approvisionnement en gaz algérien.

Lors d'une conférence de presse conjointe avec le chancelier de la République fédérale d'Allemagne, M. Friedrich Merz, le président de la République a précisé que le niveau de coopération entre l'Algérie et l'Allemagne "englobe aujourd'hui de nombreux domaines d'intérêt commun et reflète une transformation qualitative dans le domaine économique".

"Pour la première fois peut-être, nos amis allemands évoquent l'approvisionnement de l'Allemagne en gaz et nous, en tant que fournisseur de l'Europe, sommes considérés comme un fournisseur fiable qui ne se dérobe jamais à ses engagements", a déclaré le président de la République.

Le président de la République a également souligné que sa visite officielle en Allemagne "est venue renforcer certains aspects des relations économiques, sécuritaires et politiques avec l'Allemagne amie, qui verra prochainement le lancement d'un nouveau corridor d'hydrogène, auquel viendront peut-être s'ajouter les énergies renouvelables, notamment l'électricité et autres", se félicitant de cette décision.

Il a évoqué, à cette occasion, les "grands projets" réalisés en Algérie par des sociétés allemandes, dont le nombre connaît "une hausse annuelle, notamment à la faveur de l'adoption du guichet unique visant à faciliter l'investissement".

A ce propos, le président de la République a fait état de "près de 900 millions de dollars soumis au niveau du guichet unique par des sociétés allemandes souhaitant investir".

Pour ce qui est de la coopération sécuritaire, le président de la République a indiqué que cette question avait été "abordée en détail", soulignant, à cet égard, que "tout se passe bien avec l'Allemagne".

Un agenda stratégique pour approfondir
la coopération dans les divers domaines

La deuxième journée de la visite officielle du président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, en Allemagne, a été couronnée par l'adoption d'un agenda stratégique de partenariat, reflétant la profondeur des liens historiques et la volonté commune des deux pays d'approfondir la coopération bilatérale dans divers domaines.

A cette occasion, les deux pays ont adopté une déclaration conjointe sur un agenda stratégique de partenariat bilatéral, soulignant l'importance du dialogue, de la compréhension mutuelle et de la coopération face aux défis mondiaux, tout en poursuivant le renforcement de la coopération dans les domaines politique, diplomatique, économique, commercial et énergétique.

Plusieurs accords ont également été signés entre des entreprises algériennes et allemandes. Les deux parties ont enregistré avec satisfaction la tendance haussière des échanges commerciaux bilatéraux, exprimant leur volonté de promouvoir les relations dans les domaines commerciaux et d'investissement au service de leurs économies respectives.

A cet égard, l'importance stratégique du partenariat énergétique bilatéral à long terme a été mise en exergue, de même que la coopération pour le développement dans le secteur de l'énergie. L'accent a été, aussi, mis sur la portée stratégique du projet de "Corridor Sud de l'Hydrogène", classé comme projet "Passerelle mondiale" et "Route énergétique européenne".

Les deux pays ont convenu de réactiver la Commission économique mixte algéro-allemande et de créer un Conseil d'affaires bilatéral, qui constituera une plateforme de dialogue et de mise en réseau entre les communautés d'affaires d'Algérie et d'Allemagne, en parallèle avec les missions et activités coordonnées par la Chambre algéro-allemande de commerce et d'industrie (AHK Algérie), le Conseil du renou-

veau économique algérien (CREA) et la Chambre algérienne de commerce et d'industrie (CACI).

Par ailleurs, les deux parties ont convenu d'explorer les opportunités de projets de recherche communs, ainsi que la coopération dans le domaine des technologies émergentes et des écosystèmes d'innovation.

Elles se sont également félicitées du dialogue en cours sur les questions de sécurité régionale et internationale, incluant la coopération en matière de défense, de lutte contre le terrorisme, de cybersécurité et de lutte contre la désinformation, tout en saluant la qualité de la coopération dans les domaines de la migration, du rapatriement, de la réadmission et de la réintégration.

Dans le même contexte, les deux pays ont signé une Déclaration commune d'intention de coopération en matière de réduction des émissions de méthane dans le secteur des hydrocarbures (pétrole et gaz).

Au cours de cette visite, le président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, s'est entretenu en tête-à-tête avec son homologue allemand, M. Frank-Walter Steinmeier, qui lui a réservé un accueil officiel à la Villa "Borsig" à Berlin. Ces entretiens ont été élargis, par la suite, aux membres des délégations des deux pays.

Le président de la République a également eu des entretiens élargis avec le Chancelier allemand, M. Friedrich Merz.

Lors d'une conférence de presse conjointe avec le Chancelier allemand, le président de la République a indiqué que les relations algéro-allemandes, établies au lendemain de l'indépendance en 1962, étaient "solides et excellentes, n'ayant jamais été entachées par aucun différend, et vont de mieux en mieux", ajoutant que les relations avec l'Allemagne figuraient parmi "les meilleures relations de coopération qu'entretient l'Algérie actuellement". Il a souligné que l'Algérie demeure un fournisseur de gaz fiable pour l'Eu-

rope et a mis en avant l'intérêt de l'Allemagne pour l'approvisionnement en gaz algérien.

Il a précisé que sa visite officielle "vise à renforcer certains aspects des relations économiques, sécuritaires et politiques avec l'Allemagne amie, qui verra prochainement le lancement d'un nouveau corridor pour l'hydrogène, potentiellement suivi par d'autres énergies renouvelables comme l'électricité".

De son côté, le Chancelier allemand a souligné l'intérêt de son pays pour le développement de ses relations économiques avec l'Algérie, ainsi que sa volonté d'ouvrir une nouvelle page dans ce domaine.

Après avoir salué les relations historiques entre les deux pays ainsi que leur intérêt commun concernant la stabilité de la région, il a mis en avant la volonté des deux pays de renforcer les échanges bilatéraux et la coopération dans les domaines de l'énergie et des matières premières.

Il convient de rappeler que le président de la République avait rencontré, mercredi soir à Berlin, des membres de la communauté nationale établie en Allemagne, lors de laquelle il a écouté leurs préoccupations et aspirations, répondant à l'ensemble de leurs interrogations.

Il a, à cette occasion, donné des instructions au gouvernement afin de prendre en charge les préoccupations des membres de la communauté et de les accompagner dans leurs projets.

En marge de cette rencontre, les représentants de la communauté nationale vivant en Allemagne ont salué "le grand développement" réalisé par l'Algérie sous la conduite éclairée du président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, ayant permis la réalisation de projets stratégiques d'envergure et contribué au "retour en force de l'Algérie sur la scène internationale et le renforcement de ses relations avec plusieurs pays frères et amis, dont la République fédérale d'Allemagne". APS

ALGÉRIE-ALLEMAGNE

Déclaration conjointe sur un agenda stratégique de partenariat bilatéral

A l'occasion de la visite officielle qu'effectue le président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, en République fédérale d'Allemagne, une déclaration conjointe sur un agenda stratégique de partenariat bilatéral entre la République Algérienne démocratique et populaire et la République fédérale d'Allemagne, a été publiée, dont voici la traduction APS du texte intégral : "La République algérienne démocratique et populaire et la République fédérale d'Allemagne reconnaissent le caractère séculaire et privilégié de leurs relations, et réaffirment leur volonté mutuelle d'approfondir leur partenariat et leur coopération bilatérale dans divers domaines.

Les deux parties soulignent l'importance du dialogue, de la compréhension mutuelle et de la coopération pour faire face aux défis mondiaux. A cet égard, elles réaffirment leur engagement en faveur du multilatéralisme, au sein duquel l'ONU joue un rôle central, ainsi qu'en faveur d'un ordre mondial fondé sur le droit international, notamment le respect de la souveraineté, de l'indépendance et de l'intégrité territoriale de chaque Etat, ainsi que la protection des droits de l'Homme et des principes humanitaires.

Les deux parties rappellent également le cadre défini par l'Accord d'association entre l'Union européenne et l'Algérie, ainsi que par la Charte de l'UE pour la Méditerranée, qui constitue le fondement de leurs relations bilatérales.

Les deux parties se félicitent de l'adoption de cette déclaration conjointe portant sur un agenda stratégique pour leur partenariat bilatéral, en tant que jalon majeur illustrant la profondeur de leurs relations et leur ambition commune pour l'avenir, de même qu'elles saluent les accords signés entre les entreprises algériennes et allemandes lors de cette visite.

Les deux parties entendent poursuivre l'approfondissement de leurs domaines de coopération, qui comprennent, sans s'y limiter, les volets suivants :

1- Coopération politique et diplomatique :

Les deux parties conviennent d'établir :

- un dialogue politique régulier et des consultations globales traitant des relations bilatérales, des questions régionales et internationales, de la migration et de la sécurité,

- des consultations politiques régulières de haut niveau entre les ministères des Affaires étrangères des deux pays ainsi qu'entre les points focaux concernés au sein des ministères et des agences gouvernementales, de même qu'entre les deux instituts diplomatiques et les deux ambassades des deux pays,

- des dialogues thématiques sur des sujets spécifiques.

Les deux parties expriment leur satisfaction quant aux résultats des discussions entre leurs dirigeants le 16 juillet 2026.

2- Coopération économique, commerciale et énergétique :

Les deux parties ont passé en revue l'état des relations commerciales bilatérales et se sont félicitées de la tendance générale à la hausse de leurs échanges commerciaux.

L'Allemagne demeure l'un des principaux partenaires et fournisseurs européens de l'Algérie, notamment dans les domaines des machines industrielles, des équipements électriques, des véhicules, ainsi que des produits chimiques et pharmaceutiques.

Les deux parties expriment leur volonté de renforcer les relations commerciales et les investissements bilatéraux dans l'intérêt de leurs économies respectives, notamment à travers l'amélioration du climat des affaires dans les deux pays. Elles réaffirment également leur engagement envers les normes internationales en matière de gouvernance des investissements, en particulier la transparence, la non-discrimination et la primauté du droit.

Les deux parties ont souligné l'importance stratégique de leur partenariat énergétique bilatéral à long terme, ainsi que de leur coopération bilatérale en matière de développement dans le secteur de l'énergie, notamment dans le sillage des efforts de diversification de l'Allemagne et du rôle de l'Algérie en tant que fournisseur fiable, ainsi que de sa stratégie de développement du secteur de l'énergie renouvelable.

Les deux parties ont souligné l'importance stratégique du projet du Corridor sud de l'hydrogène (SouthH2), classé en tant que projet "Global Gateway" et "route européenne de l'énergie", qui établit un lien durable et à long terme entre les deux pays.

Dans le cadre de la diversification des partenaires commerciaux, l'augmentation des approvisionnements en gaz sert l'intérêt des deux parties. Les deux parties aspirent aussi à la tenue de la prochaine réunion ministérielle consacrée audit projet. Les deux parties ont affirmé leur volonté de débattre de la coopération future dans les domaines de l'énergie, de la transition énergétique, des infrastructures, du secteur technologique ainsi que des transports, de la santé, de la pharmacie, des minerais essentiels, de l'agriculture et de l'industrie.

Les deux parties attendent avec intérêt la tenue du Forum économique bilatéral prévu le 17 juillet 2026. Elles conviennent également d'activer la Commission économique mixte algéro-allemande et de créer un Conseil d'affaires bilatéral constituant une plateforme de dialogue et de mise en réseau entre les milieux d'affaires algérien et allemand, parallèlement aux missions et activités coordonnées avec la Chambre algéro-allemande de commerce en Algérie, le Conseil du renouveau économique algérien (CREA) et la Chambre algérienne de commerce et d'industrie (CACI).

3- Développement durable et renforcement des capacités :

Les deux parties se félicitent des

projets en cours de réalisation dans les secteurs stratégiques d'intérêt commun, ainsi que de la coopération en matière des techniques de conversion de l'électricité en produits énergétiques et industriels verts.

Concernant la future coopération financière, les deux parties entendent intensifier le dialogue autour des moyens et des mécanismes permettant de poursuivre l'appui à la diversification énergétique. Elles sont convenues de renforcer leur coopération en matière de réduction des émissions du gaz de méthane, outre l'intensification de leur collaboration en matière de protection de l'environnement et du climat.

4- Culture, éducation, langue et échanges entre les deux peuples :

Les deux parties ont salué les partenariats académiques, la coopération dans la recherche, les programmes de bourses d'études, les activités d'échanges culturels, ainsi que les programmes en cours qui contribuent au renforcement de la compréhension mutuelle. Dans ce cadre, les deux parties se félicitent de l'Accord algéro-allemand relatif à la coopération culturelle et scientifique.

5- Sciences, technologies et innovation :

Les deux parties conviennent d'explorer les opportunités de réalisation de projets de recherche conjoints, ainsi que de coopérer dans le domaine des technologies émergentes et des écosystèmes de l'innovation. Elles réaffirment également leur intérêt pour la promotion des partenariats dans les domaines industriels et technologiques d'intérêt commun, à l'instar des secteurs de la mécanique, des équipements de construction, des transports, de la pétrochimie, des industries énergétiques, ainsi que de l'industrie pharmaceutique.

6- Sécurité régionale, migration et coopération en matière de défense :

Les deux parties se félicitent du dialogue en cours sur les questions de sécurité régionale et mondiale, y compris la coopération en matière de défense, de lutte contre le terrorisme, de cybersécurité et de lutte contre la désinformation.

Elles ont salué la qualité de leur coopération dans les domaines de la migration, de l'éloignement, de la réadmission et de la réintégration, ainsi que les échanges bilatéraux réguliers sur ces questions.

Les deux parties ont souligné leur engagement à poursuivre leur bonne coopération dans le cadre du Protocole algéro-allemand relatif à l'identification et à l'admission, signé le 14 février 1997, ainsi qu'à le développer, le cas échéant.

La présente déclaration conjointe a été adoptée à l'occasion de la visite officielle du président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, à Berlin le 16 juillet 2026 et de sa réunion avec le Chancelier fédéral, M. Friedrich Merz. La présente déclaration conjointe entrera en vigueur à compter de cette date". APS

Nos partenariats avec l'Allemagne font de l'Algérie un leader dans des domaines importants et stratégiques



Le président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, a indiqué, à Berlin, que nos partenariats avec la République fédérale d'Allemagne font de l'Algérie un pays leader dans des domaines importants et stratégiques.

Lors de sa rencontre mercredi soir avec les membres de la communauté nationale établie en République fédérale d'Allemagne, dans le cadre de la visite officielle qu'il effectue dans ce pays à l'invitation de son ami le président allemand, M. Frank-Walter Steinmeier, le président de la République a déclaré que "l'Allemagne est un grand ami de l'Algérie, et nous avons conclu avec l'Allemagne des accords, afin d'être leader, à ses côtés, dans la

production de l'hydrogène vert, du gaz et de l'hélium, l'industrie automobile, la mécanique et d'autres domaines".

"L'Algérie a conclu plusieurs accords avec l'Allemagne, depuis l'Indépendance. Nous avons travaillé ensemble, et nous sommes toujours satisfaits du travail accompli par les Allemands, qui sont très sérieux et sincères avec nous", a-t-il ajouté. Par ailleurs, le président de la République a annoncé "l'ouverture prochaine d'une nouvelle ligne aérienne Alger-Berlin", rappelant, à ce propos, que "plusieurs nouveaux avions ont été acquis afin de renforcer la flotte du transport aérien et d'accompagner l'extension du réseau des dessertes internationales".

Le président de la République rencontre des membres de la communauté algérienne établie en Allemagne

Le président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, a rencontré, mercredi soir à Berlin, des membres de la communauté nationale établie en République fédérale d'Allemagne, dans le cadre de la visite officielle qu'il effectue dans ce pays, à l'invitation de son ami, son excellence le président allemand, M. Frank-Walter Steinmeier.

Lors de cette rencontre, le président de la République a écouté les différentes préoccupations et aspirations des membres de la communauté nationale résidant dans ce pays ami, avant d'apporter des réponses à leurs interrogations.

Le président de la République a instruit le Gouvernement de prendre en charge les préoccupations de la communauté nationale et d'accompagner leurs projets.

Le président de la République était arrivé plus tôt dans la journée à Berlin, pour une visite officielle de deux jours en Allemagne.

Cette visite vient renforcer les liens d'amitié historiques et de partenariat entre les deux pays, et consacrer la volonté commune des deux dirigeants d'insuffler un nouvel élan aux relations de coopération bilatérale et de les élargir à des horizons plus vastes.

Incendie de l'établissement de l'enfance assistée de Mohammadia

Le président de la République réitère ses condoléances

Le président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, a réitéré, jeudi après-midi depuis Berlin, ses condoléances suite à l'incendie qui s'est déclaré, jeudi à l'aube, dans l'établissement de l'enfance assistée de Mohammadia à Alger, faisant plusieurs victimes.

Le président de la République a entamé son intervention, lors de la conférence de presse conjointe avec le chancelier de la République fédérale d'Allemagne, M. Friedrich Merz, en réitérant ses condoléances suite à l'incendie qui s'est déclaré, jeudi à l'aube, dans l'établissement de l'enfance assistée de Mohammadia à Alger, faisant plusieurs victimes.

Sécurité des installations électriques

La Direction du logement et la Direction de distribution de l'électricité et du gaz d'Es Sénia lancent un appel à la vigilance



Dans le cadre de la préservation de la sécurité des citoyens et de la protection des biens, la Direction du logement de la wilaya d'Oran et la Direction de distribution de l'électricité et du gaz d'Es Sénia ont publié un communiqué conjoint appelant l'ensemble des résidents des logements collectifs et des immeubles à s'abstenir de toute intervention sur les compteurs électriques, les câbles ou les équipements électriques.

Les deux directions rappellent que toute manipulation non autorisée de ces installations constitue un acte illégal susceptible de provoquer des courts-circuits, des décharges électriques ou des incendies, mettant ainsi en danger la vie des habitants et causant d'importants dégâts matériels. Elles soulignent que ces comportements représentent un risque réel pour la sécurité des personnes et des biens, d'où la nécessité de respecter strictement les règles en vigueur. Le communiqué insiste également sur le fait que toute atteinte aux compteurs ou aux réseaux électriques est passible de poursuites conformément à la législation en

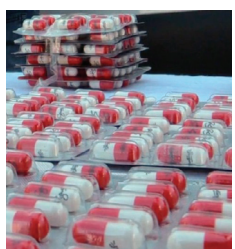
vigueur. Les auteurs de tels actes s'exposent à des sanctions, les installations concernées relevant exclusivement des services habilités à intervenir sur ce type d'équipements.

Les deux institutions invitent les citoyens à faire preuve de responsabilité en évitant de s'approcher ou de manipuler les compteurs et les câbles électriques, quelles que soient les circonstances. Elles rappellent que toute intervention technique doit être effectuée uniquement par les agents qualifiés de la société de distribution de l'électricité et du gaz.

Enfin, la Direction du logement et la Direction de distribution de l'électricité et du gaz d'Es Sénia appellent les habitants à signaler tout comportement suspect ou toute tentative de manipulation des installations électriques afin de prévenir les accidents et de garantir la sécurité de tous. Elles réaffirment que la protection des équipements collectifs est une responsabilité partagée qui nécessite la vigilance et la coopération de chacun pour préserver un cadre de vie sûr et éviter des incidents aux conséquences parfois dramatiques. RL

Les Douanes algériennes déjouent deux tentatives de trafic de plus de 30.000 comprimés psychotropes à Sétif et Oran

Les services des Douanes algériennes poursuivent leur lutte contre le trafic de stupéfiants et de substances psychotropes. Dans le cadre des opérations de contrôle menées sur le terrain, les brigades opérationnelles ont réussi, lors de deux interventions distinctes, à mettre en échec deux tentatives de contrebande portant sur un total de 30.280 comprimés psychotropes. La première opération a été menée par les éléments de la brigade polyvalente de M'Sila, relevant de l'Inspection divisionnaire des Douanes de Bordj Bou Arréridj, en coordination avec des unités de l'Armée nationale populaire relevant du secteur opérationnel militaire de M'Sila (1re Région militaire).



Cette intervention a permis la saisie de 22.380 comprimés de Prégabaline 300 mg, soigneusement dissimulés dans des cavités aménagées à l'intérieur d'un véhicule utilitaire. Les agents ont également procédé à la saisie du moyen de transport utilisé ainsi qu'à l'interpellation des personnes impliquées, qui ont été présentées devant les autorités judiciaires compétentes.

La seconde opération a été réalisée par la brigade mobile relevant de l'Inspection divisionnaire des Douanes d'Oran Extérieur, en coordination avec un détachement de l'Armée nationale populaire. Les douaniers ont saisi 7.900 comprimés d'ecstasy, ainsi qu'un véhicule de tourisme ayant servi au transport de la marchandise. Trois individus ont été arrêtés puis présentés devant le procureur de la République près le tribunal de Fellaouacine afin de poursuivre les procédures judiciaires. À travers ces deux opérations, les Douanes algériennes réaffirment leur engagement dans la lutte contre les réseaux de trafic de drogues et de substances psychotropes.

Ces résultats illustrent également l'efficacité de la coordination entre les différents corps de sécurité, notamment les Douanes et l'Armée nationale populaire, dans la protection du territoire national et la préservation de la santé et de la sécurité publiques. RL

Le CPA accompagne avec succès l'introduction en Bourse de CRAPC EXPERTISE SPA

Le Crédit Populaire d'Algérie (CPA) a annoncé le succès de l'opération d'augmentation du capital social de CRAPC EXPERTISE SPA par appel public à l'épargne, une étape qui marque une nouvelle avancée dans le développement du marché financier algérien. En qualité d'Intermédiaire en Opérations de Bourse (IOB) et chef de file de cette opération, le CPA a accompagné l'entreprise tout au long du processus, mettant à profit son expertise afin d'assurer le bon déroulement de l'ensemble des étapes, depuis la préparation de la souscription jusqu'à l'introduction de la société à la Bourse.

La période de souscription aux nouvelles actions, ouverte du 14 au 30 juin 2026, s'est achevée avec succès, concrétisant ainsi une opération stratégique destinée à renforcer les capacités financières de CRAPC EXPERTISE SPA et à soutenir son développement. À travers cette opération, le Crédit Populaire d'Algérie réaffirme son engagement en faveur du financement de l'économie nationale et du développement du marché des capitaux. La



banque souligne son rôle dans l'accompagnement des entreprises algériennes en leur offrant des solutions adaptées pour concrétiser leurs projets de croissance et favoriser leur accès au financement par le marché. Le CPA a également adressé ses félicitations à CRAPC EXPERTISE SPA

pour cette nouvelle étape de son évolution, tout en exprimant sa gratitude à l'ensemble des partenaires ayant contribué à la réussite de cette opération, qui constitue un signal positif pour la dynamique de la place financière algérienne et pour le développement des mécanismes de financement des entreprises. RL

Le Département de Science Aéronautique renforce sa formation pratique grâce à deux drones conçus par ses étudiants

Le Département de Science Aéronautique de l'USTO franchit une nouvelle étape dans le renforcement de la formation pratique de ses étudiants avec la mise à disposition de deux supports pédagogiques « Ready to Fly », baptisés Kechef et Cheikh Bouamama. Cette initiative, portée par le laboratoire LASP, vise à enrichir les enseignements appliqués et à offrir aux futurs ingénieurs une meilleure compréhension des systèmes aéronautiques à travers des équipements développés localement. Ces deux drones représentent l'aboutissement du travail réalisé par la première promotion d'ingénieurs diplômée en juin 2025. Entièrement conçus et fabriqués par les étudiants, ils illustrent une démar-

che de conception intégrée mobilisant plusieurs disciplines de l'ingénierie aéronautique, notamment l'aérodynamique, le calcul des structures, l'interaction fluide-structure (FSI), la propulsion, l'électronique embarquée ainsi que les systèmes de commande de vol autonome. Au-delà de leur dimension technologique, ces réalisations témoignent du niveau de compétence acquis par les étudiants tout au long de leur cursus. Elles traduisent également l'efficacité de l'approche pédagogique adoptée par le Département de Science Aéronautique, fondée sur le principe « apprendre par la conception et l'expérimentation », qui place les étudiants au cœur de projets concrets leur permettant de développer des com-

pétences techniques et scientifiques directement applicables.

Le laboratoire LASP entend poursuivre cette dynamique en élargissant progressivement la collection de prototypes destinés à la formation. Dès l'année prochaine, de nouveaux drones et d'autres réalisations technologiques viendront enrichir les espaces d'exposition du département. Cette démarche a pour objectif de valoriser les projets innovants des étudiants, d'accroître la visibilité du Département de Science Aéronautique auprès des futurs candidats et de consolider ses liens avec les partenaires académiques, scientifiques et industriels, tout en mettant en avant l'excellence de la formation dispensée. RL

ASL Airlines France renforce son offre entre l'Algérie pour la rentrée et l'automne

ASL Airlines France poursuit le développement de son offre commerciale sur le marché algérien en annonçant une série de nouvelles mesures destinées à faciliter les déplacements entre l'Algérie et la France. La compagnie a officiellement lancé son programme de vols pour les vacances d'automne, tout en dévoilant de nouveaux avantages pour les voyageurs au tarif Flex ainsi qu'une offre spécialement conçue pour les étudiants.

Les réservations pour les vols de la saison automnale sont désormais ouvertes, permettant aux passagers d'organiser leurs déplacements durant les vacances d'automne, prévues du 17 octobre au 2 novembre, ou de prolonger leur séjour estival. En réservant à l'avance, les voyageurs bénéficient d'un plus large choix de dates et de vols. La compagnie rappelle que son programme estival comprend plus de 50 vols hebdomadaires entre l'Algérie et la France, dont 37 au départ d'Alger vers les deux aéroports parisiens ainsi que plusieurs grandes villes françaises.

Parmi les nouveautés annoncées figure l'intégration gratuite de l'accès priori-

taire au tarif Flex. Les passagers voyageant avec cette formule profiteront d'un traitement prioritaire dès leur arrivée à l'aéroport, avec un enregistrement plus rapide, un embarquement prioritaire et une livraison accélérée des bagages à destination, offrant ainsi un parcours plus fluide et un gain de temps appréciable.

La compagnie met également l'accent sur les besoins des étudiants algériens préparant leur rentrée universitaire en France. Les voyageurs âgés de 17 à 29 ans, titulaires d'un visa d'études, pourront bénéficier d'un tarif préférentiel sur les vols au départ de l'Algérie jusqu'au 24 octobre 2026. Cette offre comprend une réduction de 10 % sur le tarif adulte, une franchise bagages portée à 59 kg, répartie entre deux bagages en soute de 23 kg chacun, un bagage cabine de 10 kg et un accessoire cabine de 3 kg, ainsi qu'une modification gratuite du billet jusqu'à trois heures avant le départ, sous réserve des conditions applicables. À cette occasion, Bruno Besnehard, directeur commercial d'ASL Airlines France, a souligné que ces nouvelles offres traduisent la volonté de la com-



pagne d'améliorer continuellement l'expérience de ses passagers en proposant des services adaptés à leurs besoins, tout en maintenant une politique tarifaire accessible. Présente sur le marché algérien depuis 2017, ASL Airlines France s'est progressivement imposée comme l'un des principaux transporteurs reliant l'Algérie à la France.

La compagnie dessert aujourd'hui le plus grand nombre d'aéroports algériens parmi les compagnies françaises et s'appuie sur un vaste réseau de distribution, en partenariat avec Soleil Voyages et de nombreuses agences de voyages à travers le pays. RL

La communauté algérienne en Allemagne salue le développement réalisé par l'Algérie sous la conduite éclairée du président de la République



Les représentants de la communauté algérienne établie en Allemagne ont salué, mercredi soir à Berlin, "le grand développement" réalisé par l'Algérie sous la conduite éclairée du président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, ayant permis la réalisation de projets stratégiques d'envergure et le retour en force de l'Algérie sur la scène internationale. En marge de leur rencontre avec le président de la République, à l'occasion de la visite officielle qu'il effectue en République fédérale d'Allemagne, à l'invitation de son ami, son excellence le président allemand, M. Frank-Walter Steinmeier, les représentants de la communauté algérienne établie dans ce pays ont exprimé, dans des déclarations à l'APS, leur grande satisfaction pour le développement et les réalisations stratégiques d'envergure accomplis par l'Algérie ces dernières années, grâce à "la conduite sage et éclairée du président de la République dans la gestion des affaires du pays", ayant contribué au "retour en force de l'Algérie sur la scène internationale et le renforcement de ses relations avec plusieurs pays frères et amis, dont la République fédérale d'Allemagne, au mieux des intérêts communs" des deux peuples amis. Dans ce cadre, M. Mecheri Abdallah a salué "la conduite éclairée du président de la République dans la gestion des affaires du pays, qui a permis la réalisation de grands acquis stratégiques à travers l'ensemble du territoire national", exprimant sa reconnaissance pour "l'intérêt particulier" accordé par le président de la République à la com-

munauté nationale établie à l'étranger et pour son attachement à "l'associer aux questions liées aux affaires du pays et à son avenir". De son côté, l'artiste Hamid Baroudi a déclaré : "Je suis fier de tous les acquis réalisés par l'Algérie au cours des dernières années grâce à la politique menée par le président de la République, qui est un homme de dialogue fédérateur, dont le seul souci est de développer le pays et de garantir le bien-être du peuple. Tel est le message des martyrs de la glorieuse Révolution de libération, auquel Monsieur le président de la République fait référence à chaque occasion". M. Baroudi a également souligné que la rencontre ayant réuni le président de la République avec la communauté algérienne résidant en Allemagne "a été empreinte de franchise et de grande ouverture d'esprit", et nous a donné le sentiment, a-t-il dit, que le président de la République est comme "un père sage qui veut le bien pour l'ensemble du peuple algérien, sans exception, dans l'intérêt du pays". Pour sa part, M. Bekratchi Abderrahmane, médecin résident en Allemagne, s'est arrêté sur l'encouragement par le président de la République de l'ensemble des compétences algériennes résidant à l'étranger, afin de renforcer les ponts de communication avec la mère patrie, de transmettre leurs expériences et d'échanger leurs expertises. Dans le même sillage, son collègue M. Nazim Chebli a salué "le grand soutien" que le président de la République accorde aux compétences algériennes résidant à l'étranger, mettant en avant les progrès réalisés par l'Algérie dans le secteur de la santé, notamment les nouvelles infrastructures réalisées selon les normes internationales les plus modernes. A ce titre, M. Abdelrahim Chenouf, de l'Association des médecins algériens en Allemagne, a souligné "le soutien des autorités algériennes" à cette association, réaffirmant "la disponibilité des médecins algériens résidant en Allemagne à transmettre leurs expertises, leurs expériences et les nouvelles connaissances". Mme Marouani Samah, cheffe de projets en Allemagne, a, quant à elle, considéré que "l'attachement du président de la République à rencontrer la communauté nationale lors de chacun de ses déplacements à l'étranger" reflète "l'intérêt que porte l'Etat algérien à ses ressortissants établis à l'étranger". Et de souligner que cette visite "ouvrira de nouvelles perspectives de coopération et de partenariat fiable entre l'Algérie et l'Allemagne". Pour sa part, M. Ali Mahdjoub Aribi a déclaré que "les réalisations majeures accomplies par l'Algérie sous la conduite du président de la République profitent à l'ensemble du peuple algérien, à l'intérieur du pays comme à l'étranger", et ce, "dans le respect de la Déclaration du 1er Novembre 1954 et en application des principes d'égalité sociale et d'égalité des chances entre tous les Algériens". De son côté, Mme Samira Benidir, experte économique, a affirmé que "la communauté algérienne établie en Allemagne adhère pleinement aux efforts du président de la République pour hisser l'Algérie au rang des pays développés", saluant "les résultats économiques enregistrés par l'Algérie ces dernières années grâce aux réformes mises en œuvre par le président de la République". Par ailleurs, un nombre important de membres de la communauté algérienne ayant pris part à cette rencontre ont salué "la dynamique qu'a connue la diplomatie algérienne sous la conduite du président de la République et son retour en force sur la scène internationale" au cours des dernières années.

Forum politique de haut niveau sur le développement durable

À l'ONU, l'Algérie met en avant ses start-up comme levier d'innovation pour une sécurité hydrique durable. À l'occasion du Forum politique de haut niveau sur le développement durable 2026, tenu à New York, l'Algérie a organisé un événement parallèle à la suite de la présentation de son deuxième Rapport national volontaire sur la mise en œuvre de l'Agenda 2030 des Nations Unies. Cette initiative s'inscrit dans le cadre du mécanisme international de suivi et d'évaluation des Objectifs de développement durable (ODD), a indiqué le ministère des Affaires étrangères dans un communiqué. Placée sous le thème « Le rôle central des start-up dans le renforcement de l'innovation et des alliances pour une sécurité hydrique durable », la rencontre a réuni plusieurs hauts responsa-

bles internationaux, parmi lesquels le secrétaire général du ministère des Affaires étrangères, Lounès Magramane, le président du Conseil économique et social des Nations Unies (ECOSOC), Lok Bahadur Thapa, la vice-présidente de la Commission de l'Union africaine, Selma Haddadi, ainsi que le secrétaire général adjoint de l'ONU et directeur régional du Programme des Nations unies pour le développement (PNUD) pour les États arabes, Abdallah Al Dardari. Les échanges ont également bénéficié des interventions de l'économiste en chef de l'Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO), Maximo Torero, et de la coordonnatrice résidente du système des Nations Unies en Algérie, Savina Claudia Ammassari. Les participants ont débattu des solutions technologiques innovantes et des opportunités offertes par l'intel-

ligence artificielle pour relever les défis liés à la sécurité hydrique, en cohérence avec les Objectifs de développement durable 6, 9 et 17. Les discussions ont également permis de mettre en lumière les programmes phares portés par Algeria Venture ainsi que la Conférence africaine des start-up, considérés comme des moteurs de l'innovation et de la coopération régionale. Selon le ministère des Affaires étrangères, l'expérience algérienne a suscité un vif intérêt et a été saluée par les représentants des organisations onusiennes et des pays participants. Elle a été présentée comme un modèle pionnier en matière de valorisation des compétences des jeunes, de promotion de l'innovation entrepreneuriale et de renforcement de la coopération Sud-Sud au service de la réalisation des Objectifs de développement durable. M. Gaouar

Le chancelier allemand présente ses condoléances à l'Algérie suite à l'incendie survenu à l'Etablissement de l'enfance assistée de Mohammadia

Le chancelier de la République fédérale d'Allemagne, M. Friedrich Merz, a présenté, jeudi à Berlin, ses sincères condoléances au président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, ainsi qu'à l'Algérie, suite à l'incendie qui s'est déclaré dans



l'Etablissement de l'enfance assistée de Mohammadia à Alger, faisant plusieurs victimes. Lors d'une conférence de presse conjointe avec le président de la République, le chancelier allemand a déclaré : "Nous avons appris avec regret l'incendie survenu dans un Etablissement de l'enfance assistée à Alger. Je tiens à vous adresser, Monsieur le Président de la République, mes plus sincères condoléances".

Conseil de la nation Clôture de la session parlementaire (2025-2026)

Le Conseil de la nation a clôturé, jeudi, sa session parlementaire ordinaire (2025-2026), lors d'une séance plénière, présidée par le président du Conseil, M. Azouz Nasri. La séance, qui s'est déroulée en présence du Premier ministre, M. Sifi Ghrieb, ainsi que des membres du gouvernement, a débuté par l'observation d'une minute de silence et le recueillement à la mémoire des enfants victimes de l'incendie qui s'est déclaré à l'aube, au niveau de l'Etablissement de l'enfance assistée de la commune de Mohammadia (Alger). Dans son allocution à cette occasion, M. Nasri a indiqué que "le citoyen demeurera la finalité première de l'action législative et de contrôle et au cœur de toutes les initiatives et réformes entreprises par les institutions de l'Etat", précisant que les lois "ne sont pas promulguées pour restreindre les libertés et les droits, mais visent au contraire à élargir leur marge". Le contrôle parlementaire "n'a d'autre objectif que de garantir la bonne mise en œuvre des politiques publiques et de consacrer les principes de transparence, d'efficacité et de reddition des comptes", a-t-il ajouté. Par ailleurs, le président du Conseil de la nation a rappelé que "la souveraineté recouvrée par l'Algérie au prix du sang des martyrs est aujourd'hui préservée grâce à la solidité des institutions et à la conscience des citoyens", rappelant, à ce propos, que "l'élection, au-delà de son caractère de concrétisation du droit du peuple algérien à choisir ses représentants au Parlement, constitue un renouvellement de l'engagement envers le message de Novembre afin que l'Algérie demeure souveraine dans ses décisions et forte de ses institutions". Il s'est également félicité du climat "serein et civilisé" qui a marqué le déroulement des élections législatives organisées le 2 juillet dernier, saluant les efforts consentis par les ministères, les instances concernées ainsi que l'ensemble des corps de sécurité ayant veillé au bon déroulement de ce rendez-vous électoral.

M. Nasri est enfin revenu sur les principales étapes ayant marqué la session parlementaire écoulée, évoquant notamment le discours prononcé par le président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, devant les deux chambres du Parlement à la fin du mois de décembre dernier, un discours qui s'est distingué, a-t-il dit, par "la clarté de sa vision et sa capacité à conjuguer réalisme politique et ambition réformatrice". Parmi les étapes marquantes de cette législature figure également l'adoption de 14 projets de loi et textes législatifs, notamment la loi criminalisant le colonialisme français en Algérie et l'adoption de l'amendement constitutionnel visant à "renforcer l'harmonie entre les textes, actualiser les mécanismes constitutionnels et promouvoir la performance des institutions", poursuit le président du Conseil de la nation. M. Nasri a également évoqué les principales réalisations accomplies par l'Algérie durant cette période, citant notamment son retrait de la liste grise du Groupe d'action financière (GAFI), ce qui constitue "une victoire diplomatique et économique pour l'Algérie nouvelle et victorieuse", reflétant sa place grandissante dans les fora internationaux et traduisant la qualité des réformes profondes qu'elle a engagées pour "construire une économie fondée sur la transparence et l'efficacité". Sur le plan diplomatique, M. Nasri a salué les acquis obtenus par l'Algérie qui lui ont permis de "consacrer sa position en tant que référence dans la défense de la paix et de la sécurité et le soutien aux causes justes, en premier lieu les causes palestinienne et sahraouie", saluant dans ce cadre la désignation du Représentant permanent de l'Algérie auprès des Nations unies, M. Amar Bendjama, à la présidence du Conseil économique et social (ECOSOC) de cette même organisation. Il a également tenu à saluer l'effort soutenu des membres de l'Assemblée populaire nationale (APN) et de son ancien président, M. Brahim Boughali, durant la dernière législature, se félicitant de l'élection du membre du Conseil de la nation, M. Fateh Boutbig, à la présidence du Parlement panafricain (PAP) pour le mandat (2026-2029). Au terme de son allocution, M. Nasri a insisté sur l'importance de "poursuivre la mobilisation de toutes les énergies nationales et l'unification des efforts autour du projet national ambitieux initié par le président de la République, qui fera de l'Algérie une puissance économique émergente et un Etat influent aux niveaux régional et international".

Mon programme beauté de la rentrée

Plus douce, plus lisse, plus lumineuse : trois objectifs pour une peau embellie après l'été. Suivez la bonne stratégie.

JE GOMME POUR RETROUVER UN TEINT NET

Exposée aux UV, au vent, au sel ou au chlore, la couche cornée de la peau s'est épaissie pour se protéger naturellement des agressions extérieures. Mais ce bouclier efficace n'est pas sans inconvénient : les actifs des produits de beauté pénètrent moins bien, le teint est moins lumineux et, en cas d'obstruction des pores, les boutons sont plus nombreux.

J'HYDRATE POUR REGONFLER ET LISSER

La peau plisse en surface et blanchit par endroits sur les pommettes ou le front : c'est

un signe de déshydratation superficielle dont les effets sont heureusement réversibles. Une chance, à condition de redoubler d'attention, matin et soir.

JE TRAITE POUR NORMALISER UNE PEAU PLUS GRASSE

Le soleil a logiquement asséché la peau, mais celle-ci peut paradoxalement devenir plus grasse chez certaines personnes, après une période de surexposition aux UV.

Il s'agit là d'un mécanisme de défense. La sécrétion de sébum devient alors excessive, se dérègle, et il est important de traiter.

J'ASSAINIS POUR COMBATTRE LES BOUTONS PERSISTANTS

Plus de boutons après le soleil de l'été, c'est un classique, surtout en cas de production excessive de sébum.

La couche cornée, épaissie sous l'effet des UV, fait l'effet d'un couvercle avec un effet retard. Les impuretés ont alors du mal à se libérer avec le renouvellement cellulaire, et les boutons se multiplient.

JE CORRIGE POUR ESTOMPER LES TACHES SUR L'ÉPIDERME

Sous l'action des UV, la sécrétion de mélanine a pu augmenter par endroits, et des taches brunes sont apparues, non seulement sur le visage, mais aussi sur le décolleté ou le dos des mains.

Et celles que vous aviez déjà ont aussi pu se renforcer. / maxi-mag.fr/



«Je garde mon bronzage d'été jusqu'à l'automne» : ce lait après soleil intensifie et prolonge le hâle durablement (excellent sur beauté test)

L'exposition au soleil entraîne souvent un dessèchement qui accélère la perte du hâle. Ce lait après-soleil a été conçu pour maintenir l'hydratation et préserver la luminosité de la peau bronzée. Après une exposition prolongée au soleil, la peau met en place un mécanisme de défense qui, paradoxalement, peut précipiter la fin du bronzage.

Le dessèchement cutané s'installe, le film protecteur de l'épiderme s'affaiblit, et la peau commence à peler par endroits.

Peau qui pèle et bronzage qui s'efface : le réflexe pour préserver son hâle d'été

Le bronzage n'est pas une co-

loration permanente, mais une protection temporaire située dans les couches superficielles de l'épiderme.

La peau se renouvelle naturellement toutes les quatre à six semaines, éliminant les cellules mortes et, avec elles, les pigments de mélanine accumulés. Ce processus est accéléré par la déshydratation post-exposition, qui fragilise la cohésion des cellules.

Lait Après-Soleil Prolongateur : l'alliance apaisante et sublimatrice de Nivea Sun

La formule s'articule autour de l'acide glycyrrhétinique, un extrait de racine de réglisse.

Cet actif possède une double action : il aide à apaiser les sensations d'échauffement et les rougeurs qui suivent l'exposition au soleil, tout en soutenant la production naturelle de mélanine.

En agissant sur le processus de pigmentation, il contribue à maintenir l'intensité et l'uniformité du bronzage, sans avoir recours à des agents autobronzants.

Parfum et soleil : le mélange qui peut laisser des marques sur la peau

Certaines substances chimiques, même naturelles, peuvent rendre la peau anormalement sensible aux rayons ultraviolets. Ce phénomène, appelé photosensibilisation, se déclenche lorsque ces molécules, appliquées sur la peau, absorbent l'énergie des UV et provoquent une réaction cutanée imprévue. Les parfums, les huiles essentielles, notamment d'agrumes, ou même certains médicaments sont les principaux responsables de ces réactions qui n'ont rien à voir avec un coup de soleil classique. / beaute-test.com/



Tache de sirop : guide complet pour éliminer les marques collantes



Les taches de sirop peuvent être particulièrement tenaces et difficiles à éliminer, surtout lorsqu'elles ont eu le temps de sécher. Qu'il s'agisse de sirop de fruits, de menthe ou même de sirop pour la toux, ces marques sucrées et collantes laissent souvent des traces colorées sur les vêtements et autres surfaces. Dans cet article approfondi, nous allons explorer toutes les astuces et méthodes efficaces pour venir à bout de ces taches gênantes, quels que soient le type de tissu ou le support concerné.

Comprendre la nature des taches de sirop

Avant de s'attaquer au nettoyage proprement dit, il est important de bien comprendre la composition et les caractéristiques des taches de sirop : Composition sucrée : Les sirops contiennent une forte concentration en sucre, ce qui les rend collants et difficiles à éliminer une fois secs.

Colorants : La plupart des sirops contiennent des colorants naturels ou artificiels qui peuvent tacher durablement les tissus.

Consistance visqueuse : La texture épaisse du sirop favorise son imprégnation dans les fibres. Sensibilité à la chaleur : Le sucre a tendance à caraméliser avec la chaleur, ce qui peut fixer davantage la tache.

Agir rapidement : la clé du succès

La rapidité d'action est cruciale lorsqu'on est confronté à une tache de sirop fraîche. Voici les gestes à adopter immédiatement :

1. Absorber l'excédent Utilisez un papier absorbant ou un chiffon propre pour éponger délicatement la tache, sans frotter. L'objectif

est de retirer le maximum de sirop avant qu'il ne pénètre davantage dans les fibres.

2. Rincer à l'eau froide Passez la zone tachée sous un filet d'eau froide. L'eau froide permet de diluer le sirop sans le fixer. Évitez l'eau chaude qui pourrait au contraire cuire le sucre et rendre la tache plus tenace.

3. Appliquer une solution détergente douce

Préparez une solution d'eau tiède additionnée de quelques gouttes de liquide vaisselle ou de lessive liquide. Tamponnez délicatement la tache avec cette solution pour commencer à dissoudre le sirop.

Techniques de nettoyage selon le type de tissu

Le choix de la méthode de nettoyage dépend grandement de la nature du tissu taché. Voici un guide détaillé pour les principaux types de textiles : Coton et fibres synthétiques. Ces tissus résistants supportent bien la plupart des traitements :

Savon de Marseille : Frottez délicatement un pain de savon de Marseille humidifié sur la tache. Vinaigre blanc : Diluez du vinaigre blanc dans de l'eau tiède (1 volume de vinaigre pour 2 volumes d'eau) et tamponnez la tache. Eau oxygénée : Sur les tissus blancs uniquement, appliquez de l'eau oxygénée à 10 volumes, laissez agir 5 minutes puis rincez.

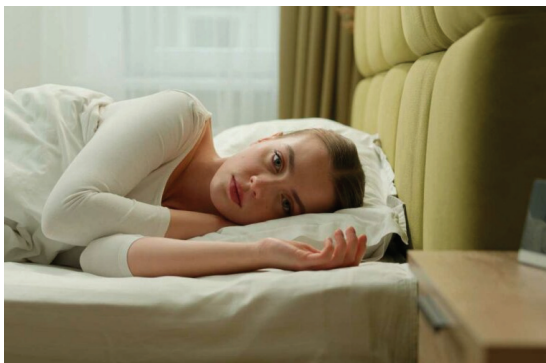
Soie et tissus délicats Ces matières fragiles nécessitent des soins particuliers : Eau gazeuse : Tamponnez la tache avec de l'eau gazeuse, les bulles aident à décoller le sirop. Glycérine : Appliquez de la glycérine tiède sur la tache, laissez agir 15 minutes puis rincez à l'eau tiède. / nrmagazine.com/

Cette routine avant de dormir révèle un QI supérieur à la moyenne (HPI), selon ce chercheur

Selon une étude scientifique, certaines personnes dotées d'un QI élevé auraient une routine nocturne bien particulière... Et croyez-moi, je m'y reconnais un peu trop ! Je l'avoue sans honte : je ne sais pas m'arrêter. Mon cerveau carbure à l'idée dès le petit matin, et ne coupe jamais le moteur le soir venu. Une fois sous la couette, pendant que d'autres comptent les moutons, moi, je compte les projets à boucler, les articles à écrire, les événements à organiser... et les idées qui fusent plus vite que mes paupières ne tombent. En tombant sur cette étude publiée dans la revue *Médecine du Sommeil* (ScienceDirect), j'ai compris que ce cerveau toujours en ébullition n'était pas si rare.

Dormir ? Oui, mais après avoir refait le monde

Selon la psychologue Arielle Adda, citée par *Le Figaro Étudiant*, les personnes à haut potentiel ont une appétence pour la réflexion tardive. Pendant que d'autres lisent ou méditent, elles repassent leur journée, rejouent leurs dialogues ratés, et planifient déjà demain. Tiens, ça ne vous rappelle personne ?



C'est précisément ma routine : je consulte mon agenda depuis mon lit, j'anticipe mes réunions, je visualise mes projets de rénovation, et même les prochaines idées pour toutes sortes d'événements me trottent dans la tête. Mon mari me dit souvent : « tu ne sais pas te poser ! », et il n'a pas tort. Pour ma part, dormir, c'est presque une perte de temps. Une étude, menée par Anne Guignard-Perret et Olivier Revol, a montré que les enfants HPI ont des cycles de sommeil plus courts et plus nombreux que les autres. Leur cerveau travaille plus vite, et plus longtemps. Vous imaginez ce que ça donne

à l'âge adulte ? Un cocktail d'idées, de fatigue et de rêves surréalistes ! D'ailleurs, selon la chercheuse, le QI serait corrélé positivement au pourcentage de sommeil paradoxal. Pas étonnant que mon cerveau tienne sa propre réunion nocturne tous les soirs...

Ce qu'il faut retenir des cerveaux en surchauffe
Les personnes à haut potentiel (HPI) présentent souvent une activité mentale accrue avant le sommeil. Leur sommeil paradoxal est plus long, ce qui favorise la mémoire et la créativité. Ce phénomène est décrit dans une étude scientifique détaillée ici. Selon les experts,

leur cerveau trie, analyse et rêve intensément, parfois jusqu'à l'épuisement. La lecture, les étirements ou la respiration peuvent aider à canaliser ce trop-plein mental avant de dormir. D'ailleurs, comme nous vous en parlions dans cet article sur les surdoués et leurs traits de personnalité communs, les HPI partagent souvent cette même tendance : penser trop, tout le temps.

Entre hyperactivité mentale et quête d'apaisement

Ce qui me rassure un peu, c'est que je ne suis pas seule à avoir ce cerveau capricieux. Beaucoup de « zèbres », comme on les appelle parfois, vivent avec cette agitation permanente. Et si ce bouillonnement intellectuel peut être un atout dans la journée, il devient vite un fardeau la nuit. Alors oui, je devrais probablement essayer la lecture apaisante avant de dormir, comme le recommande la psychologue. Mais soyons honnêtes : mon livre de chevet finit souvent par servir de support à mon agenda, que je rouvre dès que j'ai une idée à noter. / neozone.org/

Un simple geste à intégrer cet été pour garantir une récolte généreuse de courgettes jusqu'à l'automne

Cette année encore, la course à la courgette bat son plein dans les potagers urbains et ruraux. Mais qui n'a jamais pesté devant des plants qui s'essouffent dès le mois d'août, alors qu'on rêve de récoltes échevelées jusqu'à l'automne ? Une poignée de jardiniers avertis détiennent le secret d'une récolte XXL, et il ne tient qu'à... un coup de ciseaux bien placé ! En adoptant, dès les premières chaleurs de l'été, le geste ancestral de la taille des feuilles.

Le geste simple qui change tout : la taille régulière des feuilles pour une récolte de courgettes inépuisable

Oubliez la symphonie du feuillage en mode forêt vierge ! L'astuce la plus redoutable pour des courgettes en pleine forme, c'est de rogner régulièrement les feuilles indésirables. Imaginez la scène ? : votre plant respire, il laisse mieux passer la lumière et on dit adieu aux coins humides adorés des maladies !

Comment tailler vos courgettes pour une moisson record cet été et à l'automne ?

Pas besoin d'avoir le diplôme de MacGyver du potager pour réussir la taille ? : équipez-vous simplement de gants, d'un sécateur désinfecté et d'un regard affûté. Privilégiez la coupe des feuilles : Jaunies, avec des taches ou moches.

Qui traînent sur la terre ou cachent les jeunes fruits. À la base, plus anciennes, prêtes à céder leur place.

Bien plus qu'un coup de sécateur ? : le secret d'une synchronisation parfaite pour l'été et l'automne

Le rythme de la taille, c'est un peu comme celui d'un bon DJ ? : toutes les deux semaines, ni trop ni trop peu ? ! En juillet, contentez-vous de 2 ou 3 feuilles par plant ; à l'apogée de l'été, montez en puissance avec jusqu'à 5 ou 6 feuilles selon la vigueur de la plante.

Conseils d'un vétérinaire pour que deux chats ou deux chiens deviennent amis !

Accueillir un nouvel animal dans un foyer où un compagnon à quatre pattes vit déjà peut être un vrai challenge ! Les propriétaires espèrent souvent que leurs animaux s'entendent rapidement, voire deviennent complices. Mais la réalité est parfois différente : qu'il s'agisse de chats ou de chiens, la cohabitation repose sur des règles de communication précises, un environnement adapté et un accompagnement surtout au début. En tant que vétérinaire, voici mes conseils pour que deux chiens ou deux chats apprennent à vivre ensemble dans la sérénité, et peut-être même à devenir amis !

Comprendre les différences comportementales entre chiens et chats

Avant de se lancer dans des conseils sur la cohabitation, il est fondamental de comprendre les besoins et les comportements propres à chaque espèce. Les chats : des animaux très territoriaux. Les chats sont des animaux solitaires et territoriaux. Ils n'apprécient que rarement l'arrivée d'un autre congénère dans leur espace sans



préparation. Même s'ils peuvent cohabiter, voire s'apprécier avec le temps, leur processus d'acceptation est souvent lent. Chaque modification de leur routine ou de leur environnement peut être perçue comme une menace. Il faut aussi noter que certains chats, en particulier ceux qui n'ont pas été bien socialisés durant leurs premières semaines de vie, peuvent éprouver de grandes difficultés à tolérer la présence d'un autre chat. Les chiens : des animaux sociaux mais hiérarchiques. Les chiens, à l'inverse, sont des animaux sociaux. Dans un groupe, ils établissent une hiérarchie claire. L'arrivée d'un autre chien va donc nécessairement impliquer une redéfinition de cette hiérarchie : qui aura ac-

cès en premier à la nourriture, qui dormira à tel endroit, qui jouera avec tel jouet. Si les rôles ne sont pas bien définis ou si les tempéraments sont incompatibles, des conflits peuvent apparaître.

Avant l'introduction : bien préparer le terrain

L'arrivée d'un nouvel animal doit être anticipée. Une bonne préparation en amont permet d'éviter certaines complications. Pour les chats : séparer, sécuriser, rassurer. Avant même de présenter les deux chats, il est essentiel de créer deux espaces de vie distincts. Le nouveau venu doit pouvoir s'adapter tranquillement à son nouvel environnement, sans pression. Préparez une pièce spécifique avec tout ce dont il a besoin : litière, nourriture, eau,

griffoir, cachettes. Ne laissez pas les deux chats se rencontrer dès le premier jour. Commencez par un échange d'odeurs : frottez un linge sur chaque chat, puis placez-le dans la pièce de l'autre. Ensuite, laissez-les explorer les espaces respectifs de l'autre, mais sans se croiser. Le but est que chacun s'habitue à l'odeur de l'autre et associe progressivement cette odeur à des expériences positives (jeu, repas, câlins).

Pour les chiens : gestion des rencontres et du territoire. Les chiens peuvent plus facilement se rencontrer dès les premiers jours, mais cela doit se faire dans des conditions précises : Organisez une première rencontre dans un lieu neutre : un parc, un chemin de promenade, un grand jardin. Évitez le domicile du chien résident pour éviter les comportements territoriaux. Les deux chiens doivent être tenus en laisse, mais avec une certaine liberté de mouvement. Observez leur langage corporel : queue haute ou basse, oreilles dressées ou plaquées, grognements ou invitations au jeu. / lemagdesanimaux.ouest-france.fr/

Est-ce que les feuilles de figuier sont comestibles ? Peut-on les manger ?

Dans le jardin de ma mère, ces grandes feuilles étoilées ne servent pas qu'à faire joli : elles soignent, parfument, et même... se cuisinent ! Découvrez leurs usages insoupçonnés.

Un parfum envoûtant... mais qu'on ne mange pas

Oui, vous avez bien lu : on utilise la feuille de figuier sans la manger. On l'infuse, on l'enroule, on l'intègre dans des crèmes, des huiles ou des papillottes. Son goût ? Un subtil mélange de noix de coco verte, de vanille discrète et d'herbe fraîche. Un peu comme si un champ de lavande s'était roulé dans du lait d'amande... C'est

Manon Fleury, dans cet article paru dans le journal Le Monde, cheffe parisienne, qui en parle le mieux : pour elle, c'est un « aromate qu'on goûte sans le mâcher ». Découverte lors d'un été passé à cuisiner en Grèce, la feuille de figuier est vite devenue sa signature. En version pannacotta, chicken rice ou poisson grillé, elle fait danser les papilles de ses clients.

Toxique ou magique ? Les précautions à connaître

Derrière ce parfum enchanter, quelques précautions s'imposent. La sève contenue dans les tiges et les pétioles du figuier (le petit bout qui relie la

feuille à la branche) contient des furocoumarines, des molécules phytotoxiques. Autrement dit, si vous manipulez votre figuier en plein soleil, bras nus et transpirants, vous risquez une jolie réaction cutanée...

De la cuisine à la cosmétique : la feuille aux mille usages

Au-delà des casseroles, la feuille de figuier s'est aussi invitée dans nos salles de bains ! On l'utilise en décoction pour apaiser la peau, soulager les digestions capricieuses ou parfumer des huiles de massage. À la maison, vous pouvez sécher les feuilles au four à basse température (50°C, porte entrouverte), puis les infuser dans de l'huile d'olive ou de la crème pour les transformer en potion magique maison. Et, si vous êtes en manque d'inspiration, sachez qu'il existe un livre très complet : « la feuille de figuier, 10 façons de la préparer », répertoriant ses vertus médicinales, recettes et astuces du quotidien ! Et vous, avez-vous déjà cuisiné avec des feuilles de figuier sans même le savoir ? / neozone.org/



La Terre de diatomée, l'arme ultime et naturelle contre les puces, tiques et insectes rampants

Inoffensive pour les humains et les animaux, la terre de diatomée est une solution redoutable contre les insectes. Voici comment l'utiliser simplement et naturellement.

Une poudre précieuse aux propriétés redoutables

La terre de diatomée est un allié 100 % naturel pour qui veut en finir avec les nuisibles sans jouer au petit chimiste. Composée des squelettes siliceux des diatomées, elle est extrêmement abrasive pour les insectes tout en restant douce pour nos compagnons à quatre pattes et pour nous aussi, à condition de ne pas la respirer à pleins poumons. Capable d'absorber jusqu'à 2,5 fois son poids en eau, elle déshydrate

les insectes en quelques heures. Appliquée dans une pаниère à chien ou autour des plinthes, elle agit comme une petite armée invisible contre les puces, tiques, punaises de lit, blattes ou fourmis.

Comment utiliser la terre de diatomée efficacement ?

Disponible en flacon applicateur ou en seau de différents formats, la terre de diatomée est très simple à utiliser. Son bec doseur permet de cibler facilement les coins préférés des petites bêtes. On saupoudre généreusement les zones infestées (panières, plinthes, dessous de meubles) et on laisse agir une dizaine de jours. Ensuite, un bon coup d'aspirateur pour éliminer les dé-

pouilles. On renouvelle ainsi l'opération quinze jours plus tard pour être sûr de neutraliser les jeunes insectes éclos.

Utilisations principales de la terre de diatomée

Éliminer puces et tiques des paniers, corbeilles et litières. Protéger les sols contre les insectes rampants (fourmis, blattes, punaises de lit). Assainir les poulaillers contre les poux rouges.

Diminuer les odeurs dans les litières de chats et petits animaux.

Précaution : porter un masque sur grande surface pour éviter les inhalations

Pourquoi choisir la terre de diatomée ? En plus d'être inoffensive pour l'homme et les animaux (quand on suit quelques règles de bon sens), la terre de diatomée est ultra-efficace jusqu'à huit semaines. Elle agit par contact, sans laisser de résidu toxique, ce qui en fait une alternative sûre et écologique aux insecticides chimiques. Un produit qui combine respect de la santé, efficacité redoutable et simplicité d'usage... / neozone.org/



Appareils électroménagers énergivores : lesquels consomment le plus ?



Branchés en continu, utilisés au quotidien et soumis à un usage intensif, certains appareils électroménagers restent parmi les plus énergivores du foyer, malgré les progrès techniques. Focus sur les trois équipements les plus consommateurs, les critères à examiner avant achat et les bons réflexes à adopter.

Pourquoi le réfrigérateur combiné est-il l'appareil le plus énergivore dans la maison ?

Au cœur de la cuisine, le réfrigérateur est un appareil ultra sollicité (avec une moyenne de 346 kWh/an, source ADEME, mars 2025). Céline Lebrun de Fournier/Mobalpa nous explique pourquoi il consomme tant : "Branché 24 heures sur 24, il produit un froid négatif dans la partie congélation et un froid positif dans la partie réfrigération et nous le manipulons quotidiennement. La partie réfrigération est généralement la partie la plus sollicitée par des ouvertures et fermetures fréquentes qui perturbent le niveau de température.

Le sèche-linge, deuxième appareil électroménager à la consommation élevée

Autre appareil électroménager important dans la maison avec 301 kWh/an (source ADEME, mars 2025), le sèche-linge doit produire de la chaleur de façon intensive et continue pendant tout le cycle. Comparé à un temps de séchage naturel, il est plébiscité pour un délai court mais intense.

Afin de le choisir au mieux, il est nécessaire de se référer

à sa classe énergétique.

Dans le top 3, le lave-vaisselle est devenu un indispensable qui consomme beaucoup

Avec environ 280 cycles par an (soit 5 fois par semaine pour une famille moyenne de 4 personnes), le lave-vaisselle consomme en moyenne 192 kWh/an (source ADEME, mars 2025). Afin de bien laver la vaisselle et d'être efficace, il a besoin de chauffer l'eau à température élevée, ce qui entraîne une importante consommation en électricité. Comme les autres appareils électroménagers de la maison, il doit être choisi selon les besoins du foyer (de 9 à 17 couverts, par exemple) et au plus près de la classe énergétique A.

Les gestes simples à adopter pour éviter une consommation inutile

Du réfrigérateur au lave-vaisselle en passant par les plaques de cuisson ou le four, il existe de nombreuses astuces faciles à mettre en pratique afin de réduire sa facture et son impact climatique. Alexandre Dutel souligne le fait que même un appareil performant peut consommer inutilement, si son usage n'est pas optimisé.

Il préconise de se laisser guider par les technologies qui rendent les économies d'énergie intuitives et automatiques, avec un effort moindre. Par exemple, laver son linge à 30 degrés plutôt qu'à 40 degrés permet d'économiser 30% d'énergie (dans la gamme Electrolux, les programmes les plus responsables sont indiqués directement sur la machine). / cotemaison.fr/

5 minutes de marche toutes les 30 minutes : la nouvelle ordonnance santé de l'Anses

Passer plus d'un tiers de la journée assis, cela peut paraître fou mais c'est pourtant la réalité de plus d'un tiers des adultes français. Au travail ou à la maison, devant un ordinateur ou une télévision, la sédentarité ne cesse de gagner du terrain dans notre quotidien sans qu'on n'en soit forcément conscient. Or, la sédentarité représente un véritable danger pour la santé. Au point que l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (Anses), préconise désormais de recourir à des ruptures régulières de la position assise. Zoom sur ses nouvelles recommandations.

Sédentarité : un véritable danger pour la santé des Français !

C'est aujourd'hui bien connu et démontré, la sédentarité représente un véritable danger pour la santé des Français. Elle augmente par exemple le risque de survenue de certaines maladies chroniques comme le diabète de type 2, l'obésité, les maladies cardiovasculaires, de certaines maladies respiratoires et de certains cancers.

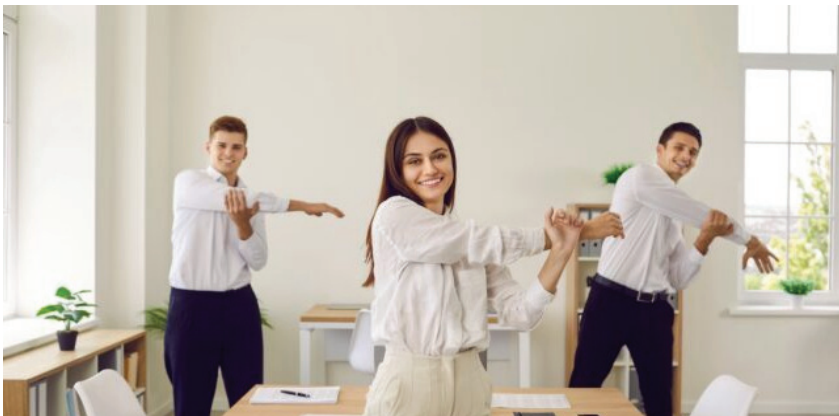
Les effets bénéfiques de 5 minutes de marche

Pour mener à bien son expertise, l'Agence a réalisé une revue systématique de plus de 75 études scientifiques. Ces

études traitaient des bénéfices pour la santé de différentes activités de rupture de sédentarité telles que se lever, marcher, monter les escaliers etc.

De la nécessité d'une vie quotidienne plus active

Cette analyse a donc conduit les experts de l'Anses à revoir leurs précédentes recommandations. Ils préconisent désormais des ruptures régulières de sédentarité toutes les 30 minutes (au lieu de toutes les 90 à 120 minutes précédemment) et dans tous les environnements (professionnel, scolaire etc.). L'objectif étant d'intégrer ces pratiques dans les activités quotidiennes. /sante-sur-le-net.com/



Une calorie d'aliments transformés coûte moins cher qu'une calorie de fruits et légumes

Manger sain et équilibré revient plus cher que manger des aliments industriels, mais on pourrait y arriver avec 3,50 euros par jour. Les inégalités sociales existent aussi dans le domaine alimentaire. D'après des chercheurs français qui publient dans Nutrition Reviews un article sur le lien entre le prix des aliments et les inégalités sociales, manger gras et sucré coûterait moins cher qu'une alimentation équilibrée. On sait depuis longtemps que les personnes provenant de milieux défavorisés

ont généralement plus de risques d'avoir une alimentation qui ne respecte pas les recommandations, avec une moindre consommation de fruits et légumes et des apports plus élevés en céréales raffinées (pain blanc, pâtes...).

Ce phénomène a souvent été attribué à l'influence de l'éducation, plutôt qu'au coût des aliments. Ici, des chercheurs de l'unité mixte de recherche Nutrition, Obésité et Risque Thrombotique (Inra – Inserm – Aix-Marseille Université), en collaboration avec le Centre de

nutrition en santé publique et l'Université de Washington, ont étudié l'impact des prix sur les choix alimentaires. Pour cela, ils ont examiné l'ensemble des études qui portaient sur le lien entre les prix des aliments, la qualité nutritionnelle et le statut socio-économique. Ils ont exprimé les coûts des aliments en €/calorie. Les chercheurs ont observé que que les aliments riches en vitamines, fer, calcium et fibres étaient plus coûteux que les aliments plus énergétiques gras ou sucrés. Le faible coût de produits comme les chips, les sucreries, les pâtes, est dû à leur facilité de stockage, de transport, et à leur longue conservation. Globalement, une alimentation équilibrée coûte plus cher mais, d'après l'Inserm, il semble possible d'arriver à manger équilibré avec un budget de 3,5 • par jour et par personne. Lire : En se détournant des aliments industriels, les consommateurs font chuter les profits des multinationales. /lanutrition.fr/

Cholestérol : ce petit-déjeuner "sain" peut faire grimper votre LDL sans que vous le sachiez



Il a tout du petit-déjeuner équilibré... pourtant, certains ingrédients de ce repas faussement healthy peuvent faire exploser votre taux de mauvais cholestérol sans le moindre signe d'alerte. Comme beaucoup de Français, vous pensez bien commencer votre journée avec un bol de céréales "healthy", un lait végétal et un jus de fruits. Sur le papier, ce petit-déjeuner coche en effet toutes les cases d'un repas équilibré : peu de matières grasses, des céréales complètes, des graines ou des fruits secs... Pourtant, certains de ces produits peuvent faire grimper votre taux de mauvais cholestérol, alerte Julie Boët, diététicienne-nutritionniste.

Les céréales : pas si bénéfiques pour votre cholestérol

Au petit-déjeuner, de nombreux Français pensent faire le bon choix en optant pour des céréales dites "healthy". Pourtant, elles renferment souvent des ingrédients transformés susceptibles de nuire à la santé cardiovasculaire. "Le principal problème vient des céréales industrielles présentées comme saines. Derrière des emballages mettant en avant les fibres, les vitamines ou la faible teneur en matières grasses, de nombreuses références sont en réalité ultra-transformées et riches en sucres cachés.

Le granola industriel : une bombe de sucres et de graisses

N'en déplaise aux adeptes du mode de vie "healthy", le granola industriel est probablement l'un des pires exemples. En quelques années, il s'est

imposé comme le symbole du petit-déjeuner sain. Pourtant, sa composition est loin d'être équilibrée. "Souvent perçu comme un produit naturel et énergétique, il est pourtant enrichi en huiles raffinées et en sucres afin d'obtenir une texture croustillante. Certaines recettes contiennent même autant de sucre qu'un dessert. Résultat : la glycémie grimpe rapidement après le petit-déjeuner, favorisant ensuite le stockage des graisses et les déséquilibres métaboliques", souligne l'experte.

Le jus de fruits, une fausse bonne idée

Autre erreur fréquente au petit-déjeuner : accompagner son bol de céréales d'un jus de fruits. "Même sans sucres ajoutés, ces boissons restent très concentrées en sucres rapides et plus pauvres en fibres qu'un fruit entier. Cette surcharge en glucides dès le matin peut favoriser l'augmentation du cholestérol et l'inflammation", prévient la spécialiste. Même les jus "100 % pur jus" demeurent très riches en sucres.

Repenser son premier repas de la journée

Au final, le plus trompeur reste sans doute le marketing nutritionnel qui entoure ces aliments. On pense bien manger dès le réveil et faire le plein de fibres et de vitamines, alors que l'on nuit parfois à sa santé. « "Riche en fibres", "source de céréales complètes", "sans huile de palme"... Toutes ces mentions rassurent les consommateurs, alors que la qualité nutritionnelle globale reste médiocre », déplore Julie Boët. /doctissimo.fr/



L'Odeleite, la Rivière du Dragon Bleu au Portugal

C'est au Portugal, dans la municipalité de Castro Marim, à quelque 300 km de Lisbonne, que coule l'Odeleite. Cette rivière de l'Algarve est communément appelée Rivière du Dragon Bleu en raison de ses reflets et de son incroyablement forme reptilienne lorsqu'on la voit du ciel.

À savoir sur l'Odeleite

La Ribeira de Odeleite est un affluent du fleuve Guadiana qui prend sa source dans la Serra do Caldeirão.

La ville de Castro Marim est située dans la région portugaise d'Algarve. Un barrage construit sur la rivière de l'Odeleite a modifié la forme du courant d'eau pour le transformer en dragon bleu. C'est une photographie aérienne de Steve Ri-

chards (ci-dessous) qui a révélé le phénomène ! La sublime photographie de Steve Richards crée parfaitement l'illusion d'un immense dragon avec le reflet des nuages qui donne du relief. Un paysage insolite que vous pourrez observer si vous avez la chance de survoler la région. La "Rivière du Dragon bleu" (dragão azul en portugais) évoque le symbole chinois du même nom, et nombreux sont ceux qui y voient un symbole mystique.

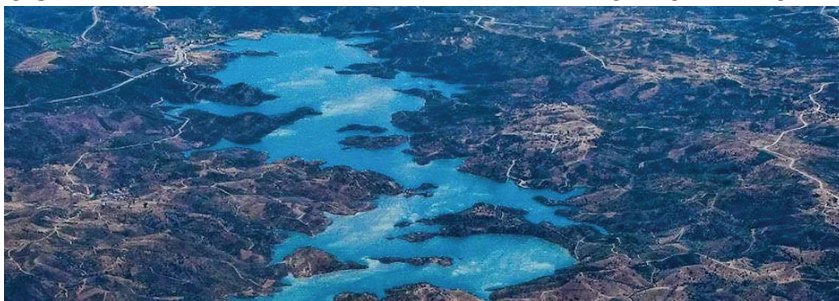
Dans le taoïsme, les dragons sont considérés comme bienveillants et apportent le bonheur et la prospérité. L'image de la photographie de la rivière a ainsi fait un énorme buzz en Chine.

Où se situe l'Odeleite au Portugal ?

L'Odeleite se situe à l'extrême sud-est du Portugal, à 70 km de la ville de Faro, soit un peu moins d'une heure de route.

Visiter le village d'Odeleite

Depuis que le fleuve a été rebaptisé ainsi, le petit village d'Odeleite attire les visiteurs. Il faut dire que ce coin paisible, fait de maisons blanches aux toits orange, ne manque pas de charme ! Le village portugais d'Odeleite possède des points d'intérêt comme une petite église qui date du 16ème siècle mais aussi quelques vestiges archéologiques romains et de nombreux moulins, caractéristiques de cette région de l'Algarve. globe-trotting.com/



A la croisée des cultures Un long week-end à Oran

Selon Ibn Khaldoun, Oran était the land of opportunity au XIVe siècle. On y trouvait plus que ce qu'on apportait. C'est encore la même chose aujourd'hui : Oran donne plus. On ne la comparera pas à Alger. C'est un autre port. Elle a en elle-même ses clés et ses raisons, et fournit généreusement à l'Algérie ses créations. Le raï, par exemple, dont Belkacem Bouteldja a réalisé la synthèse dans les cafés populaires d'El Hamri. Synthèse est bien dans l'esprit oranais d'ailleurs, dont le gaspacho pourrait donner l'image : une idée espagnole adaptée aux conditions de

l'Aïdour et de la baie, qui réunissent plusieurs viandes, plusieurs épices, plusieurs légumes en un plat. Un art donc de faire de l'unité avec du divers sans verser dans le relativisme. En affirmant une personnalité.

Votre hôtel à Oran

A deux pas de la place d'Armes / 1er novembre, à quelques enjambées de plus du port, c'est l'un des fleurons hôteliers de la ville. Edifié en 1920, il a été restauré avec soin. Au-dessus de la marquise, la haute façade blanche de toit ardoise évoque un Paris grisé de Méditerranée. A l'intérieur, un impeccable classicisme que rehaussent les toi-

les du peintre Etienne Nasr ad Dine Dinnet : l'orientalisme réapproprié. Les chambres sont bien équipées, douillettes. Elles ont un fini cossu. Deux restaurants - une table gastronomique et une brasserie - régaleront. Le bar est feutré comme un club anglais. Et le salon de thé invite à un afternoon tea à l'oranaise. Le pôle bien-être réunit tradition algérienne et internationale. Les installations - hammam, sauna, salles de soin, salle de gym - sont tout à fait à même de rendre au voyageur tout le tonus dont il a besoin pour faire honneur à la Radieuse.

Déjà prévu au programme

Oran like a friend - Tous ceux qui la connaissent vous le diront : Oran est un ville à vivre. Comme toutes les villes ? Pas tout à fait, certaines tiennent plus à une atmosphère qu'à un décor. Oran a certes un patrimoine de valeur, mais il serait moins beau sans l'art de vivre oranais. Alors, rendez-vous avec quelqu'un qui y est comme un poisson dans l'eau et parle français. voyageursdumonde.fr/



Best of Europe 2026 : la Dordogne en 4ème position



Connue pour ses magnifiques châteaux, son art rupestre et ses paysages verdoyants, la Dordogne jouit également d'un riche patrimoine culinaire. Découvrir sa gastronomie est un excellent moyen d'aborder la campagne française. Truffes et noix, bon vin, fruits et légumes frais : les trésors gastronomiques de la région se déclinent à l'infini. Si vous aimez les couleurs, l'animation et les odeurs des marchés français, la Dordogne sera pour vous un vrai paradis.

Au cœur des marchés

Sur les places pavées et le long des ruelles sinueuses du Périgord (l'autre nom de la Dordogne), les producteurs locaux installent leurs étals chargés de cèpes, de châtaignes, de terrines et confits de canard, de foie gras, de noix et même de truffes noires. Flânez parmi les fromages odorants, les pots de miel crémeux et les monceaux d'asperges, de fraises et autres produits de saison.

Tables d'exception

La Dordogne mérite un savoir-faire culinaire digne de ses savoureux produits. Rien d'étonnant à ce que la région compte d'excellentes adresses, notamment plusieurs restaurants étoilés comme Le Vieux Logis, où le chef Vincent Arnould élabore une cuisine périgourdine des plus raffinées.

Au pays des truffes

La Dordogne a beau être réputée pour sa gastronomie, pour certains connaisseurs, rien n'égale la truffe noire (tuber melanosporum), souvent surnommée "diamant noir" ou "perle noire" du Périgord.

La saison de la truffe s'étend principalement de décembre à février. On en trouve alors partout au menu

ainsi que sur les marchés aux truffes, notamment à Périgueux (marchés au gras), à Brantôme (le vendredi matin) et à Sarlat-la-Canéda (le samedi matin).

Que faire en Dordogne une fois rassasié ? Des châteaux chargés d'histoire

Les forteresses millénaires de la région trônent dans un décor pittoresque. Le Château de Beynac et le Château de Castelnau semblent ainsi se toiser, perchés de part et d'autre des eaux vert émeraude de la Dordogne. Non loin, le château des Milandes, majestueuse demeure de la célèbre artiste de music-hall Joséphine Baker, est ouvert aux visiteurs.

Art rupestre dans la vallée de la Vézère

Dans le nord de la Dordogne, la Vézère serpente paisiblement le long de prairies verdoyantes, à travers une minuscule vallée où se dressent des falaises calcaires percées de dizaines de cavernes. À l'intérieur se cachent des sites préhistoriques très bien conservés, connus dans le monde entier. Réalisées pour la plupart entre 15000 et 10000 av. J.-C., les incroyables peintures, gravures et sculptures rupestres qu'elles renferment constituent la plus importante concentration de vestiges de l'âge de pierre d'Europe.

Croisière sur les rivières de Dordogne

Pour profiter des magnifiques paysages périgourdins, embarquez sur une gabarre traditionnelle, bateau en bois à fond plat utilisé localement pour le transport de marchandises. D'avril à octobre, des gabarres voguent entre Bergerac, Brantôme, Beaulieu-sur-Dordogne et La Roque-Gageac. lonelyplanet.fr/

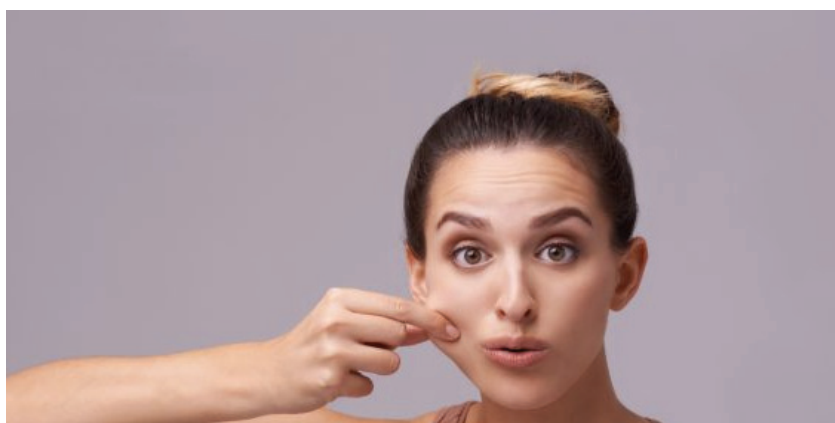
“Cicatrice”, le dernier défi TikTok et dangereux de nos ados

Une nouvelle tendance consistant à se pincer soi-même le visage jusqu’à l’apparition de cicatrices émerge sur Tik Tok et semble faire de plus en plus d’adeptes chez les adolescents. La pratique n’est pourtant pas sans risques. Vigilance si votre ado vous apparaît le visage rempli de marques rouges : le dernier défi TikTok en date, comme le rapporte Le Parisien est un jeu nommé “cicatrice” qui consiste à se pincer très fortement la joue, la pommette ou autre endroit visible du visage pour y faire naître une marque ou un bleu. Des marques qui peuvent durer plusieurs jours.

Des cicatrices pour s’inventer une histoire ou s’embler “stylé”

Sur les réseaux nombreux sont désormais les adolescents qui ont fait l’expérience de cette mutilation superficielle, et témoignent, visage balafré face à l’écran : “J’ai fait ça la semaine dernière.

Au début, ça fait un peu mal et ça gonfle. Ensuite, la douleur passe, heureusement. J’ai quand même gardé la marque pendant



quatre jours” évoque Selma, une élève de quatrième dans un collège parisien. “Ma prof m’a convoqué pour savoir si j’étais battu chez moi” relate un autre internaute, qui s’étonne que son lycée ait voulu lui prendre rendez-vous chez un psychologue.

De fait, la raison de cette tendance est bien souvent, elle aussi, superficielle : raconter une histoire, se monter dur ou pour certains “stylés” et bien sûr, récolter un maximum de vues en ligne. Au prix de sa peau.

Mais le risque d’un angiome stellaire indélébile

Ceux qui trouvent la démarche tendance ne savent pas qu’ils s’exposent à un risque. Pour Marie Jourdan, dermatologue faisant partie de notre comité d’experts Doctissimo et contactée par le Parisien, le “jeu”, pourrait bien provoquer des dysfonctionnements de la microcirculation sanguine et des dégâts physiques irréversibles : “À vouloir se marquer la joue de manière transitoire, le danger pour ces jeunes est

de se faire un angiome stellaire qui persiste, donc de garder des séquelles esthétiques”.

Des angiomes qui, s’ils perdurent, devront être effacés au laser pour au minimum une centaine d’euros par séance, non remboursés par la Sécurité sociale.

Si le caractère dangereux du challenge ne fait plus de doute, le réseau chinois s’est toutefois exprimé ce lundi, et refuse pour l’heure d’interdire les vidéos de ce type, les cicatrices provoquées ne faisant pas partie de ses critères d’automutilation.

Des petits boutons après un effort ou un coup de chaud... et si c’était une allergie à la transpiration ?

Il fait chaud et votre peau se couvre de petites éruptions désagréables ? Aussi étrange que cela puisse paraître, vous pourriez être allergique... à votre propre transpiration. Le Dr Gerald Kierzek nous éclaire sur cette réaction souvent méconnue. La transpiration des autres peut parfois nous être inconfortable. Et pourtant. C’est bien la vôtre qui peut présenter un risque. On parle même d’allergie à certains cas. Voici à quoi cela ressemble.

Des papules qui apparaissent sous le coup de chaud

“Oui, on peut être allergique à la transpiration ! Et ça n’a rien à voir avec l’odeur” rétablit le Dr Gerald Kierzek, directeur médical de Doctissimo. “Cela s’appelle l’urticaire cholinergique, une forme d’urticaire déclenchée par la chaleur corporelle, souvent due à la transpiration.”

Comment réduire la réaction allergique ?

Vous vous reconnaissez dans ce descriptif ? Certaines mesures permettent d’atténuer les effets, ou l’apparition des boutons. Rafraîchir la peau (douche tiède, ventilateur) ; Porter des vêtements amples et respirants (coton, lin) ; Prendre un antihistaminique (sur avis médical).

“En revanche, il est important d’éviter les douches trop chaudes et les activités intenses en pleine chaleur” complète le médecin.

Une consultation pour venir à bout du problème

Enfin, si vous souffrez d’allergie à la transpiration, une consultation chez un spécialiste s’impose pour vivre à nouveau normalement. “Un dermatologue ou un allergologue pourra confirmer le diagnostic (grâce à un test à l’exercice ou l’injection d’acétylcholine) et proposer un traitement adapté”. Celui-ci se compose d’antileucotriènes ou de omalizumab en cas de résistance aux antihistami-

Comment protéger son bébé pendant la canicule ? Les conseils d’un pédiatre pour éviter les coups de chaleur

Face aux fortes chaleurs, les bébés sont particulièrement exposés aux risques de déshydratation et de coup de chaleur. Un pédiatre rappelle les gestes à adopter pour traverser un épisode de canicule en toute sécurité. La chaleur peut rapidement devenir un véritable danger pour les tout-petits. Pendant un épisode de canicule, les bébés figurent parmi les personnes les plus fragiles, leur organisme ayant encore du mal à réguler sa température. Dans un extrait vidéo publiée sur Instagram par Les Maternelles XXL, le pédiatre Jules Fougère a rappelé les réflexes essentiels pour protéger les nourrissons lorsque le mercure s’envole.

Comment protéger un bébé pendant une canicule ?

La première règle consiste à éviter toute exposition directe au soleil pendant les heures les plus chaudes, entre 11 heures et 16 heures. Si une sortie est inévitable, le pédiatre rappelle qu’il faut “ne pas exposer les enfants en plein soleil, surtout avant un an”. Les nourrissons sont particulièrement vulnérables à l’hyperthermie, leur corps ne parvenant pas encore à maintenir



efficacement une température stable. Même à l’ombre, quelques précautions restent indispensables.

À partir de l’âge d’un an, une crème solaire SPF 50+ est recommandée. Jules Fougère conseille également de “porter des chapeaux à bord large”. Les vêtements légers, amples et de couleur claire permettent aussi de mieux supporter la chaleur.

Hydratation et signes d’alerte à surveiller

Pendant une canicule, l’hydratation devient une priorité. Le pédiatre recommande de “faire

boire un enfant régulièrement”. Pour un bébé allaité, cela passe par des tétées plus fréquentes.

Lorsqu’il est nourri au biberon, il est conseillé de proposer régulièrement de l’eau en complément du lait afin de limiter les risques de déshydratation. Rougeurs inhabituelles, apathie, maux de tête, douleurs au ventre ou vomissements doivent immédiatement attirer l’attention. Ces symptômes peuvent annoncer un coup de chaleur.

Que faire en cas de coup de chaleur chez un nourrisson ?

Face à ces signes, Jules Fougère recommande d’agir rapidement. Le plus important, c’est sûrement l’environnement : “On se met au frais, à l’ombre, avec un peu de ventilation”.

Des linges frais appliqués sur le visage peuvent également contribuer à faire baisser la température corporelle.

Le pédiatre insiste aussi sur un réflexe indispensable : “hydrater” l’enfant dès que possible. Si son état ne s’améliore pas rapidement ou que les symptômes s’intensifient, il faut appeler le 15 ou se rendre sans attendre aux urgences./doctissimo.fr/

Festival international du court métrage de Timimoun Lancement de la compétition «Yamina Chouikh» dédiée aux films réalisés sur smartphone

Le Festival international du court métrage de Timimoun a annoncé le lancement de la compétition «Yamina Chouikh», un concours consacré aux films réalisés à l'aide d'un téléphone mobile. Cette initiative rend hommage à la cinéaste algérienne disparue en 2022 et vise à encourager l'émergence de nouveaux talents dans le domaine de la création audiovisuelle, indique un communiqué du commissariat du Festival.

Destinée aux jeunes cinéastes de la wilaya de Timimoun âgés de moins de 35 ans, cette compétition est ouverte aux œuvres de fiction, documentaires, films expérimentaux et d'animation. Les productions devront être intégralement tournées avec un smartphone et ne pas dépasser une durée de cinq minutes.

Les participants sont autorisés à recourir à des logiciels de montage ainsi qu'à différents moyens de postproduction, à condition que l'ensemble des images ait été capté à l'aide d'un téléphone mobile. Les films devront également présenter une qualité d'image et de son suffisante pour une projection sur grand écran et

avoir été réalisés au cours de l'année 2026.

À travers cette compétition, les organisateurs souhaitent saluer le parcours et l'apport de Yamina Chouikh au cinéma algérien, tout en perpétuant son héritage artistique auprès des nouvelles générations.

Cette initiative s'inscrit dans la stratégie du Festival visant à faire du cinéma une activité culturelle permanente tout au long de l'année. Elle s'appuie notamment sur l'organisation de résidences de création, de master class et de formations destinées aux jeunes talents de la région de Timimoun.

À l'issue de la sélection, une commission spécialisée retiendra les meilleures réalisations, qui seront projetées lors de séances spéciales au Théâtre de verdure de Timimoun.

Les auteurs des films sélectionnés bénéficieront également d'un atelier de développement de scénarios animé par des professionnels du secteur.

Les candidatures sont à transmettre par courrier électronique à internationalfilmFestivaltimim@gmail.com au plus tard le 30 septembre 2026.

Festival international du court métrage de Timimoun Lancement de la compétition «Yamina Chouikh» dédiée aux films réalisés sur smartphone

Le Festival international du court métrage de Timimoun a annoncé le lancement de la compétition «Yamina Chouikh», un concours consacré aux films réalisés à l'aide d'un téléphone mobile. Cette initiative rend hommage à la cinéaste algérienne disparue en 2022 et vise à encourager l'émergence de nouveaux talents dans le domaine de la création audiovisuelle, indique un communiqué du commissariat du Festival.

Destinée aux jeunes cinéastes de la wilaya de Timimoun âgés de moins de 35 ans, cette compétition est ouverte aux œuvres de fiction, documentaires, films expérimentaux et d'animation. Les productions devront être intégralement tournées avec un smartphone et ne pas dépasser une durée de cinq minutes. Les participants sont autorisés à recourir à des logiciels de montage ainsi qu'à différents moyens de postproduction, à condition que l'ensemble des images ait été capté à l'aide d'un téléphone mobile. Les films devront également présenter une qualité d'image et de son suffisante pour une projection sur

grand écran et avoir été réalisés au cours de l'année 2026.

À travers cette compétition, les organisateurs souhaitent saluer le parcours et l'apport de Yamina Chouikh au cinéma algérien, tout en perpétuant son héritage artistique auprès des nouvelles générations. Cette initiative s'inscrit dans la stratégie du Festival visant à faire du cinéma une activité culturelle permanente tout au long de l'année. Elle s'appuie notamment sur l'organisation de résidences de création, de master class et de formations destinées aux jeunes talents de la région de Timimoun.

À l'issue de la sélection, une commission spécialisée retiendra les meilleures réalisations, qui seront projetées lors de séances spéciales au Théâtre de verdure de Timimoun.

Les auteurs des films sélectionnés bénéficieront également d'un atelier de développement de scénarios animé par des professionnels du secteur.

Les candidatures sont à transmettre par courrier électronique à internationalfilmFestivaltimim@gmail.com au plus tard le 30 septembre 2026.

L'artiste El Ghazi n'est plus

L'artiste El Ghazi est décédé jeudi à l'âge de 84 ans, a-t-on appris auprès de ses proches. Né en 1942, le défunt comptait parmi les voix algériennes ayant contribué au renouveau de la chanson moderne et sentimentale. Elève de cheikh Sadek El Bedjaoui, l'une des figures emblématiques de la musique andalouse en Algérie, le défunt a été révélé dès les années 1950. Il s'est notamment illustré au début des années 1970 avec sa célèbre chanson "Mahla Del Aâchia". Il est également connu pour plusieurs autres titres dont "Achteh Achteh Ataouss", "Ya bent el Djar" et "El Vavou". El Ghazi a su imposer sa place sur la scène artistique algérienne et enrichir le patrimoine musical national de sa voix douce et suave. En 2023, il avait été honoré au Théâtre national algérien (TNA) Mahieddine-Bachtarzi à Alger, en reconnaissance de sa carrière artistique de plus de 60 ans.

La 8e édition du Festival national du costume traditionnel algérien du 20 au 23 juillet



Plus de 40 artisans et concepteurs représentant 20 wilayas prendront part à la 8e édition du Festival national du costume algérien, prévu à Alger du 20 au 23 juillet, sous le thème: "De la djebba à la blousa: des conceptions créatives pour une identité authentique", a annoncé mardi à Alger, la commissaire du Festival.

Lors d'une conférence de presse au Centre des arts et de la culture du Palais des Rais (Bastion 23) qui abritera cet événement culturel, Mme Faiza Riache a indiqué que le Festival "vise à mettre en exergue la place du costume traditionnel algérien, en tant que l'une des composantes de l'identité nationale", tout en valorisant les métiers de l'artisanat et en encourageant la créativité inspirée du patrimoine.

Sur le choix du thème de cette édition, Mme Riache a affirmé que "la djebba et la blousa constituent des tenues du quotidien qui ont accompagné la

femme algérienne dans différentes étapes de sa vie", dans les moments de joie comme dans les périodes de deuil, lors des cérémonies officielles comme dans la vie quotidienne simple". Elle a précisé que le Festival "ne se limite pas à ces deux pièces vestimentaires, mais englobe l'ensemble des costumes traditionnels à travers le pays, à même de refléter la richesse de la diversité géographique et culturelle de l'Algérie".

Selon la commissaire du Festival, le programme de cette édition s'articule autour de quatre principaux axes, dont un volet académique consacré à la documentation de l'histoire de la djebba et de la blousa, ainsi qu'à l'étude du costume algérien avec tous ses accessoires.

Le deuxième axe concerne les designers et les artisans. Cette édition enregistre "une participation record", l'ouverture des inscriptions en ligne ayant permis

de drainer "plus de 40 artisans et concepteurs issus de 20 wilayas", outre "la participation de membres de la communauté algérienne établie à l'étranger aux expositions, aux ateliers et au défilé inaugural".

Les organisateurs ont également prévu un volet consacré à la formation, comprenant des ateliers pratiques spécialisés dans les techniques de broderie et de couture traditionnelles.

Le programme comprend des conférences consacrées à la blousa, au cours desquelles la lumière sera projetée sur l'histoire de ce costume féminin de l'ouest algérien, ainsi que les efforts consentis en vue de l'inscrire sur la Liste du patrimoine culturel immatériel de l'Unesco. Des rencontres porteront également sur la sécurité culturelle et le rôle de la société civile dans la préservation du patrimoine culturel immatériel algérien. APS

Distinction à Alger, des lauréats de la 4e Edition des "Cadets de la Culture"

Une cérémonie de remise des distinctions aux lauréats de la 4ème édition du "Prix des Cadets de la Culture", a été présidée, mercredi soir à Alger, par la ministre de la Culture et des Arts, Malika Bendouda, dans une ambiance empreinte de convivialité. Accueillie au Jardin du Palais de la Culture Moufidi-Zakaria, la cérémonie de distinctions de ce "4e Prix des Cadets de la Culture", dédiée à la mémoire de l'écrivain et romancier Abdelhamid Benhedouga (1925-1996), a été organisée sous le patronage du Premier ministre, M. Sifi Ghrieb, à l'occasion de la Journée nationale de l'Enfant, célébrée le 15 juillet de chaque année.

Accompagnée des ministres de la Communication, Zoheir Bouamama et de la Formation et de l'Enseignement professionnels, Nacima Arhab, Mme Bendouda a rappelé dans son allocution d'ouverture, que ce Prix s'inscrivait dans le cadre de l'"engagement de son département à suivre les jeunes générations sur le plan culturel, en mettant à leur disposition des espaces propices à l'expression, à la créativité et à la découverte des talents".

Cette initiative, poursuit la ministre, vise également à "renforcer le lien des enfants avec les différentes formes d'expression artistique" ainsi qu'avec

"le patrimoine culturel national", contribuant ainsi à "ancrer la culture dans le quotidien des générations montantes et à consolider leur attachement à l'identité nationale".

Cette manifestation met également en lumière, a ajouté la ministre, l'"un des plus beaux visages de l'Algérie: celui qui se reflète dans le regard de ses enfants, dans leurs rêves et leurs aspirations".

C'est lors de cet instant précieux que l'enfant "découvre que le monde s'ouvre à lui, riche de possibilités, de savoir et de création", avant de rappeler que "la prise en charge des jeunes talents relevait d'une responsabilité civilisationnelle".

La ministre de la Culture et des Arts et ses deux collègues au gouvernement ont ensuite procédé à la distinction de deux catégories de lauréats issus de toutes les régions d'Algérie: "Enfants créateurs" et "Jeunes créateurs" dans chacune des catégories: "Littérature" (dans ses volets, prose et poésie), "Musique et Interprétation" et les "Arts plastiques".

Par ailleurs, les lauréats du programme "7/7 ma Culture", ont également été distingués, parmi eux, Manar Benmestoura de Tiaret, dont les performances exceptionnelles ont vaincu l'intelligence artificielle en Russie et un groupe de six jeunes participants

de différentes villes d'Algérie, qui ont récemment arraché le grand prix mondial de l'Intelligence artificielle à Jakarta (Indonésie).

Les distinctions ont été alternées par les interventions de l'orchestre de variétés algériennes de l'Association "Ahl El Fen", dirigé par Mme Nesrine Bourahla, à travers des pièces qui ont rappelé la richesse et la diversité du patrimoine musical algérien, dont l'opérette "Ana El Djazaïr" rendue par une vingtaine d'instrumentistes dans de belles tenues traditionnelles, parmi eux Hani et Chaker Bourahla, respectivement à la guitare et à la narration.

Auparavant et après l'ouverture de la soirée avec l'Hymne national algérien rendu par la Jeune Fanfare de la Wilaya d'Alger, le président du Jury, M. Lyamine Bentoumi a donné lecture au compte rendu rédigé avec ses membres, dont la comédienne Rym Takoucht et Yazid Belabbès (Cheb Yazid).

Parmi les recommandations émises par le jury, la réorganisation des catégories d'âge des jeunes participants, avec notamment deux groupes de 6 à 12 ans et de 12 à 17 ans, assurer un suivi rigoureux aux jeunes lauréats et la création d'une nouvelle catégorie se rapportant au domaine "numérique".

Le Conseil palestinien met en garde contre des projets sionistes visant à modifier le statut de la mosquée Al-Aqsa



Le président du Conseil national palestinien, Rouhi Fattouh, a mis en garde contre les projets sionistes visant à imposer de nouvelles réalités religieuses et politiques à la mosquée Al-Aqsa ainsi qu'aux autres lieux saints musulmans et chrétiens d'El Qods-Est occupée.

Dans un communiqué publié jeudi et relayé par l'Agence de presse palestinienne Wafa, Fattouh a dénoncé les appels lancés par des hauts responsables de l'entité sioniste à modifier le statut historique et juridique en vigueur sur l'Esplanade des Mosquées.

Selon lui, les propositions consistant

à interdire aux Palestiniens l'accès à Al-Aqsa tant que les colons sionistes ne seraient pas autorisés à y pratiquer des rites religieux, constituent un aveu explicite de la volonté de l'entité sioniste de remettre en cause la tutelle hachémite ainsi que le cadre juridique et historique régissant les lieux saints. Le responsable palestinien a estimé que ces démarches contreviennent au droit international humanitaire, aux Conventions de Genève et aux résolutions des Nations unies, les qualifiant d'éléments d'un projet visant à modifier l'identité religieuse et culturelle d'El Qods occupée.

Il a également affirmé que les développements à la mosquée Al-Aqsa s'inscrivent dans une politique plus large qui touche également, a-t-il dit, la mosquée Ibrahimi à El Khalil, évoquant les restrictions imposées à l'appel à la prière, les limitations d'accès des fidèles et les tentatives de renforcer le contrôle sioniste sur le site.

Ces mesures témoigneraient d'un plan systématique visant les lieux saints musulmans et cherchant à imposer un nouveau fait accompli en violation de la liberté de culte et du droit international". Fattouh a jugé l'entité sioniste pleinement responsable des conséquences de cette politique sur toute la région. Le président du Conseil national palestinien a enfin appelé la communauté internationale, l'administration américaine, les Nations unies, l'UNESCO ainsi que les Etats garants du respect du droit international à intervenir sans délai pour empêcher ces projets, assurer la protection internationale des lieux saints musulmans et chrétiens et contraindre l'entité sioniste, en sa qualité de puissance occupante, à respecter le statu quo historique et juridique à d'El Qods occupée, avertissant que la poursuite de ces politiques pourrait avoir de graves répercussions sur la sécurité et la stabilité régionale et internationale.

Agression sioniste contre Ghaza Le bilan s'alourdit à 73.250 martyrs et 173.751 blessés



L'agression génocidaire sioniste contre la bande de Ghaza a fait 73.250 martyrs et 173.751 blessés, en majorité des femmes et des enfants, depuis le 7 octobre 2023, selon un nouveau bilan communiqué jeudi par les autorités sanitaires palestiniennes.

Les corps de 4 martyrs ainsi que 28 blessés ont été transférés vers les hôpitaux de Ghaza au cours des dernières 24 heures, a indiqué la même source, notant que de nombreuses victimes se trouvent encore sous les décombres.

Depuis l'entrée en vigueur du cessez-le-feu, le 10 octobre dernier, 1.127 Palestiniens sont tombés en martyrs et 3.643 autres ont été blessés, tandis que les corps de 800 martyrs ont été récupérés, selon les autorités sanitaires.

Ghaza

La recherche de corps sous les décombres confrontée à de grandes difficultés

Neuf mois après l'entrée en vigueur du cessez-le-feu dans la bande de Ghaza, les équipes de la défense civile et des volontaires locaux poursuivent leur recherche des corps de martyrs palestiniens ensevelis sous les décombres des bâtiments détruits par les bombardements sionistes lors de l'agression génocidaire contre l'enclave palestinienne. Le temps qui passe, le manque criant d'engins lourds et la présence de munitions non explosées compliquent davantage les opérations de recherche et d'extraction, ont expliqué à ONU Info plusieurs personnes engagées dans cette mission.

"On pensait que ce bâtiment abritait les dépouilles de 44 victimes", a déclaré Asaad Shreim, membre d'une équipe locale.

"Jusqu'à présent, nous n'avons pu en retrouver que 13, alors que les habitants et les équipes de la défense civile avaient pu en extraire le plus grand nombre dans les heures suivant le bombardement", a-t-il ajouté. Selon les Nations unies, l'enlèvement des millions de tonnes de gravats est fortement ralenti par les restrictions sionistes sur l'entrée d'engins lourds, auxquelles s'ajoute le danger représenté par les munitions non explosées enfouies sous les décombres.

Le manque d'équipements, de carburant et les conditions de sécurité durant les premiers mois du conflit ont empêché de nombreuses familles de récupérer rapidement les corps de leurs proches.

Ramez Nabhan, qui participe à cette tâche, a affirmé qu'il n'y avait ni équipement pour extraire les corps, ni carburant ou ressources nécessaires, et les conditions de sécurité ne permettaient pas aux équipes de secours d'intervenir.

"Nous avons attendu longtemps et, aujourd'hui, nous faisons face à une nouvelle épreuve : récupérer les dépouilles puis les inhumer", a-t-il déploré.

Avec le temps, l'identification des dépouilles devient plus difficile en raison de leur décomposition et des capacités limitées en médecine légale et en analyses ADN, prolongeant l'attente de milliers de familles.

Selon le dernier rapport conjoint de l'ONU et de ses partenaires sur l'évaluation des dommages et des besoins, publié en avril 2026, l'agression sioniste a fait plus de 73.000 martyrs palestiniens et plus de 173.000 blessés.

Les Nations unies estiment que des milliers de personnes sont toujours portées disparues. Beaucoup seraient encore ensevelies sous les décombres, alors que les recherches se poursuivent dans un territoire largement détruit.

Une ONG espagnole met en garde contre la "détérioration grave" de l'état de santé du prisonnier politique sahraoui Naâma Asfari

L'ONG espagnole de solidarité avec le peuple sahraoui, CEAS-Sahara, exige la "libération immédiate" du prisonnier politique sahraoui, Naâma Asfari et met en garde contre la "détérioration grave" de son état de santé. Affirmant que la vie du prisonnier politique sahraoui est "gravement menacée", l'ONG exige une réponse immédiate des autorités marocaines et de la communauté internationale afin d'éviter une "issue irréversible".

"L'état de santé alarmant de Naâma Asfari heurte directement la conscience de la communauté internationale. Il est intolérable de rester silencieux face à cette atteinte qui met sa vie en danger imminent et bafoue les valeurs les plus fondamentales de justice et de dignité humaine", a déclaré la présidente de CEAS-Sahara, Maite Isla, citée dans un communiqué.

Asfari, défenseur des droits de l'homme sahraoui détenu arbitrairement depuis

2010, est vice-président du Comité pour le respect des libertés et des droits humains au Sahara occidental.

Le 8 juin, il a entamé une nouvelle grève de la faim pour dénoncer sa détention par l'occupant marocain.

Il est condamné à 30 ans de prison par un tribunal militaire, avec d'autres militants, arrêtés durant le démantèlement du camp de Gdeim Izik, dans lequel des milliers de Sahraouis protestaient contre les discriminations sociales et économiques exercées par l'occupation marocaine.

En 2023, le Groupe de travail de l'ONU sur la détention arbitraire a recommandé au Maroc sa libération ainsi que celle de ses 18 autres compagnons du groupe Gdeim Izik. Cette recommandation est restée sans effet.

L'ONG espagnole exige des autorités marocaines de garantir "immédiatement" à Naâma Asfari l'accès aux soins médicaux spécialisés dont il a besoin

en raison de la détérioration de son état de santé causée par sa grève de la faim.

Elle souligne que "la protection des droits fondamentaux des prisonniers politiques ne saurait être soumise à des intérêts politiques ou diplomatiques et appelle à une action urgente pour garantir leur intégrité physique". CEAS-Sahara exige la "libération immédiate et inconditionnelle" de Naâma Asfari et de tous les prisonniers politiques sahraouis, rappelant que divers organes des Nations unies ont dénoncé les violations de leurs droits durant leur détention dans les geôles marocaines.

L'ONG souligne également la nécessité pour les Nations unies de promouvoir le respect de leur mandat concernant le Sahara occidental en organisant le référendum sur l'autodétermination du peuple sahraoui. APS

La Ligue arabe dénonce les déclarations sionistes sur la création de colonies à Ghaza

La Ligue des Etats arabes a exprimé son "entière désapprobation" suite aux récentes déclarations d'un responsable sioniste faisant état d'intentions de créer des colonies dans le nord de la bande de Ghaza occupée.

Dans un communiqué publié mardi, le Secrétaire général de la Ligue arabe, Nabil Fahmy, a souligné que ces propos révèlent les ambitions réelles de l'entité sioniste de "réoccuper tout ou plusieurs parties du territoire".

"Une intention qui contrevient de manière flagrante au plan de paix proposé l'an dernier, ainsi qu'à la résolution 2803 du Conseil de sécurité des Nations unies, adoptée en novembre 2025", a-



t-il dit. A ce titre, le SG de la Ligue a appelé la communauté internationale et le Conseil de sécurité à "faire face à ces orientations d'extrême droite qui cherchent à pérenniser l'occupation", précisant que "le gouvernement d'occupation est désormais totalement sous l'influence des colons".

Ces nouveaux projets de colonisation

dans plusieurs zones palestiniennes suscitent un vif mécontentement chez les Palestiniens. Ils constituent une partie de la politique d'occupation visant à imposer une nouvelle réalité sur le terrain par l'expansion de sa présence illégale, sapant ainsi les perspectives de création d'un Etat palestinien indépendant.



Dans le monde un 18 Juillet

- 2016 : l'UNESCO inscrit au Patrimoine mondial 17 œuvres architecturales de Le Corbusier.
- 2014 : Un Boeing 777 de Malaysia Airlines s'est écrasé dans l'est de l'Ukraine, près de la frontière russe dans une zone contrôlée par les séparatistes pro-russes, avec 298 personnes à son bord. Selon les services de renseignement américains, il aurait été abattu par un missile sol-air, de provenance encore inconnue.
- 2009 : Indonésie double attentat à Jakarta, deux hôtels de luxe ciblés le "Ritz Carlton et le Marriot" faisant 9 morts et 40 blessés.
- 2008 : Religion, le pape Benoît XVI arrive à Sydney pour les Journées Mondiales de la Jeunesse. A bord d'un luxueux bateau, il a traversé la baie de Sydney.
- 2008 : La ministre de la santé Roselyne Bachelot lance une vaste campagne de communication pour lutter contre la consommation d'alcool chez les moins de 25 ans.
- 2007 : Libye la plus haute instance judiciaire du pays a rendu sa décision : les infirmières et le médecin bulgares, accusés depuis huit ans d'avoir délibérément inoculé le virus du sida à des enfants, commue leur peine en prison à vie.
- 2006 : Une tempête tropicale en Chine au sud du pays fait au moins 178 morts et 138 disparus.
- 2006 : Mariage de la chanteuse Avril Lavigne star pop canadienne avec le chanteur du groupe rock canadien Sum 41, Deryck Whibley.
- 2005 : Espagne, dans la province de Guadalajara, un incendie détruit 12 000 hectares de végétation. Onze pompiers trouvent la mort en tentant de l'éteindre.
- 1998 : L'équipe Festina est exclue du Tour de France pour dopage.
- 1998 : Création à Rome de la Cour Pénale Internationale (CPI).
- 1996 : Paul Touvier, 81 ans, condamné pour crimes contre l'humanité le 20 avril 1994, décède à la prison de Fresnes. (né le 3 avril 1915).
- 1996 : Un Boeing 747 de la TWA qui avait décollé de l'aéroport JFK à New York explose en plein vol au-dessus de l'Atlantique bilan 230 morts.
- 1987 : A Pékin, une bombe explose devant la mausolée de Mao Tsé Toung./isere-annuaire.com/

Le prix Nobel de médecine décerné aux Américains David Julius et Ardem Patapoutian

Les deux chercheurs ont été récompensés, lundi, pour leurs découvertes sur les récepteurs de température et le toucher. Le prix Nobel de médecine ouvre, lundi 4 octobre, la saison 2021 des célébres récompenses. Pour le 120^e anniversaire des prix, les Américains David Julius et Ardem Patapoutian ont été récompensés pour leurs découvertes sur la façon dont le système nerveux ressent la température et le toucher. Leurs « découvertes révolutionnaires » ont « permis de comprendre comment la chaleur, le froid et la force mécanique peuvent être à l'origine des impulsions nerveuses qui nous permettent de percevoir et de nous adapter au monde », a commenté le jury Nobel à Stockholm. David Julius, 65 ans, professeur à l'université de Californie à Los Angeles (UCLA), a utilisé la capsacine, un composant actif du piment qui provoque une sensation de brûlure, pour identifier un

capteur dans les terminaisons nerveuses de la peau qui réagit à la chaleur. Ardem Patapoutian, 54 ans, professeur à l'institut de recherche Scripps en Californie, a, lui, utilisé des cellules sensibles à la pression pour découvrir une nouvelle classe de capteurs qui répondent aux stimuli mécaniques dans la peau et les organes internes. « En science, souvent, on prend pour acquises des choses qui sont très intéressantes », a affirmé le plus jeune des deux lauréats à la Fondation Nobel. Ces capteurs, « on savait qu'ils existaient, on savait qu'ils faisaient quelque chose de très différent de la plupart des autres cellules qui communiquent entre elles chimiquement. Mais la réponse était difficile à donner », selon Ardem Patapoutian. « J'ai cru que c'était un canular » « Ce sont tous les deux des chercheurs incroyables qui ont ouvert les



portes de la sensation sensorielle d'une manière totalement unique », a loué Thomas Perlmann, chef du comité Nobel pour la médecine, devant les journalistes. Au cours de la nuit sur la côte ouest des Etats-Unis, la Fondation Nobel est parvenue avec difficulté à joindre les deux lauréats par téléphone, a-t-il expliqué. Elle a diffusé une photo familiale d'Ardem Patapoutian dans son lit, félicité par son fils. Ce prix a déjoué les pronostics des experts, même si David Julius figurait depuis 2014 dans la longue liste des nobélisables scientifiques tenue par l'organisme Clarivate./fr.wikipedia.org/

Le saviez-vous?

La femme la plus maigre du monde !



Après des années de régime intensif, Valeria Levitin, originaire de la Russie, est devenue la femme la plus maigre du monde. En effet, cette elle ne pèse que 25 kilos, moins de la moitié de ce que son poids aurait dû être à la normale. Ce qui est encore plus inquiétant, c'est que Valeria reçoit toujours des messages de femmes désireuses de lui ressembler. Selon la femme de 44 ans, ces dernières la considèrent comme une sorte d'inspiration. En conséquence, elle a pris la décision courageuse de parler de son état et de faire campagne contre l'anorexie, elle dit qu'elle refuse d'enseigner aux jeunes filles comment mourir. Valeria, qui a développé son trouble de l'alimentation à l'adolescence, a choisi de parler de la manière dont cette maladie a ruiné sa vie. Elle dit qu'elle veut partager son histoire pour éviter que d'autres personnes ne soient victimes du même sort./lesaviezvous.net/

Journée mondiale de la justice internationale



Le 18 juillet 1998, le statut de la Cour Pénale internationale était adopté à Rome. C'est pour marquer cet anniversaire fondateur que la journée du 18 a été décrétée "Journée de la Justice Internationale".

La Cour Pénale Internationale Il s'agit en fait de la première cour pénale permanente créée pour combattre l'impunité des auteurs des crimes les plus graves qui touchent la communauté internationale. Elle est une organisation internationale indépendante, qui n'appartient pas au système des Nations Unies ni, bien entendu, à aucun état. Elle siège est à La Haye, aux Pays Bas. Son inspiration est déjà ancienne et correspond avec la découverte des génocides, crimes de guerre et crimes contre l'humanité perpétrés tout au long du XX^e siècle. Les premiers procès, comme Nuremberg (1945) et Tokyo (1946) ont jugé des auteurs de crimes de guerre, de crimes de guerre et con-

tre l'humanité commis pendant la seconde guerre mondiale. C'est ensuite dans les années 90, juste après la fin de la guerre froide, que des tribunaux internationaux se sont réunis pour juger des crimes de même nature comme pour l'ex-Yougoslavie ou encore le Rwanda.

Refus de l'impunité. Le refus de l'impunité, généralement partagé dans toute la communauté internationale faisait son oeuvre... Malheureusement, ces tribunaux n'étaient créés que pour une période et un conflit précis. La nécessité d'une cour pénale indépendante et permanente est devenue une évidence et a fini par s'imposer. Le 17 juillet 1998, c'était chose faite et 120 États ont adopté le Statut de Rome, qui a posé les bases juridiques de la création de la CPI. Le Statut de Rome est entré en vigueur 4 ans plus tard, le 1^{er} juillet 2002, après sa ratification par 60 pays./journee-mondiale.com/

PRÊT A ENTRER EN ACTIVITÉ	COURT ET LARGE	DÉFAUT DE LOGICIEL	DIFFICILE À COLLER	À COURT D'ÉNERGIE	ÉTOFFE À CARREAUX	EXPRIME LE DOUTE	MOITIÉ DU PÈRE
POILLEMENT	CHOYÉ EN CAMPAGNE	PRÊTRE CELTE	DE BONNS FILONS		ÉLÉMENT DE TEST	ATTAQUER LA VALEUR	
					INCARCÉRER		
DONNER DE L'AMPEUR				GONFLEMENT ANORMAL			
FRISÉ ET SERRÉ				APPAREILS DE GYMNASTIQUE			
			ASSORTIR LES TONS				GRÉSILLER DANS LA CHEMINÉE
			MAL TOURNÉ				
FINESSE DES SENS				POSTE DE DIRECTION			
HEURES À RÉCUPÉRER				POISSON DE FRITURE			
		RESPECTER LA MESURE			ENTENDRE		ASCENDANT EXERCÉ
		PAROLES AVANCÉES			DÉVOIR À SOIE		
PRÉPARER UNE TEINTURE				CUIR		PIÈCE DE POULIE	
PERROQUET DE VOLIÈRE				RÉCUPÉRÉ		TENU POUR JOUER	
		ÉDUIQUER SÈVÈREMENT				FORME DE POUVOIR	
		CRIER D'UNE VOIX AIGUE				OUVRAGE DE DÉFENSE	
FAIRE BISQUER				RAPPORT D'ACTIVITÉ			
L'ÊTRE ANONYME				EMPLOI PRÉCAIRE			
			MISE EN QUATRE		JEU DE HASARD		
			BAPTISMAUX À L'ÉGLISE		MIS DE NIVEAU		
REFRAIN D'ARÈNES	PARFUM DE RAËLLA			OUVRIR LA BOUCHE			
	FAIT DES DETTES			HOMME DES BOIS			
		MONTRER DU DOIGT				OPÉRATION SÉLECTIVE	
		LIEU DE DÉTENTE				OISEAU ÉCHASSIER	
POINT D'ORIGINE	SIGNE D'INFÉRIORITÉ			STUPÉFAIT			TRAVAIL DE LAPIDAIRE
	DIRE HAUT ET FORT (S)			AVANCER			
			FAIT CONNAÎTRE				
			MAGISTRAT MUNICIPAL				
HOMME DE COMPAGNIE		RÉPÉTER LA LEÇON				DE MÊME NIVEAU	POSSESSIF
FEMELLE DE LA PORCHERIE		NON BLANCHI					
		VERRE DE BIÈRE			ORGANE EN ORBITE		
		TRES COURT			AFFLUENT DU RHÔNE		
CONSIGNER SUR LE REGISTRE				BANDE DE CUIR			
EAU QUI JAILLIT						MÉTAL BIEN COUPÉ	
	BAS RÉGIME						
REFUSER LE JUGE DÉSIGNÉ				PRENDRE DU VOLUME			

MEDIA EXPERT

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

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

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

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

Le village
Méditerranéen
de la Dégustation



- EXPOSITION
- VENTE
- DEGUSTATION
- COOK SHOW
- CONCOURS MEILLEUR CHEF
- ANIMATIONS
- SPECTACLES
- TOMBOLA

Partenaire Media



2

Oran
El Bahia
food
festival

Organisateurs:



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



معرض وهران
مستوجلا دي

من 28 جويلية الى 01 اوت 2026

RÉSERVER VOTRE STAND ET PROFITEZ DE NOS OFFRES !

قصر المعارض
مدينة جديدة. وهران



تشاد
ضيف الشرف



الصالون الدولي للاستثمار
الفلاحي والتكنولوجيا
Le Salon International de
l'Investissement Agricole et de la Technologie



4^{ème} édition

13/14/15
OCTOBRE 2026
SHERATON ANNABA

طول مبتكرة
من أجل إنتاج
فلاحي وحيواني مستدام



التعاون
الإعلامي
AGRI
Agriculture
MEDIA
ScanEvent