



**MEDIA
EXPERT**

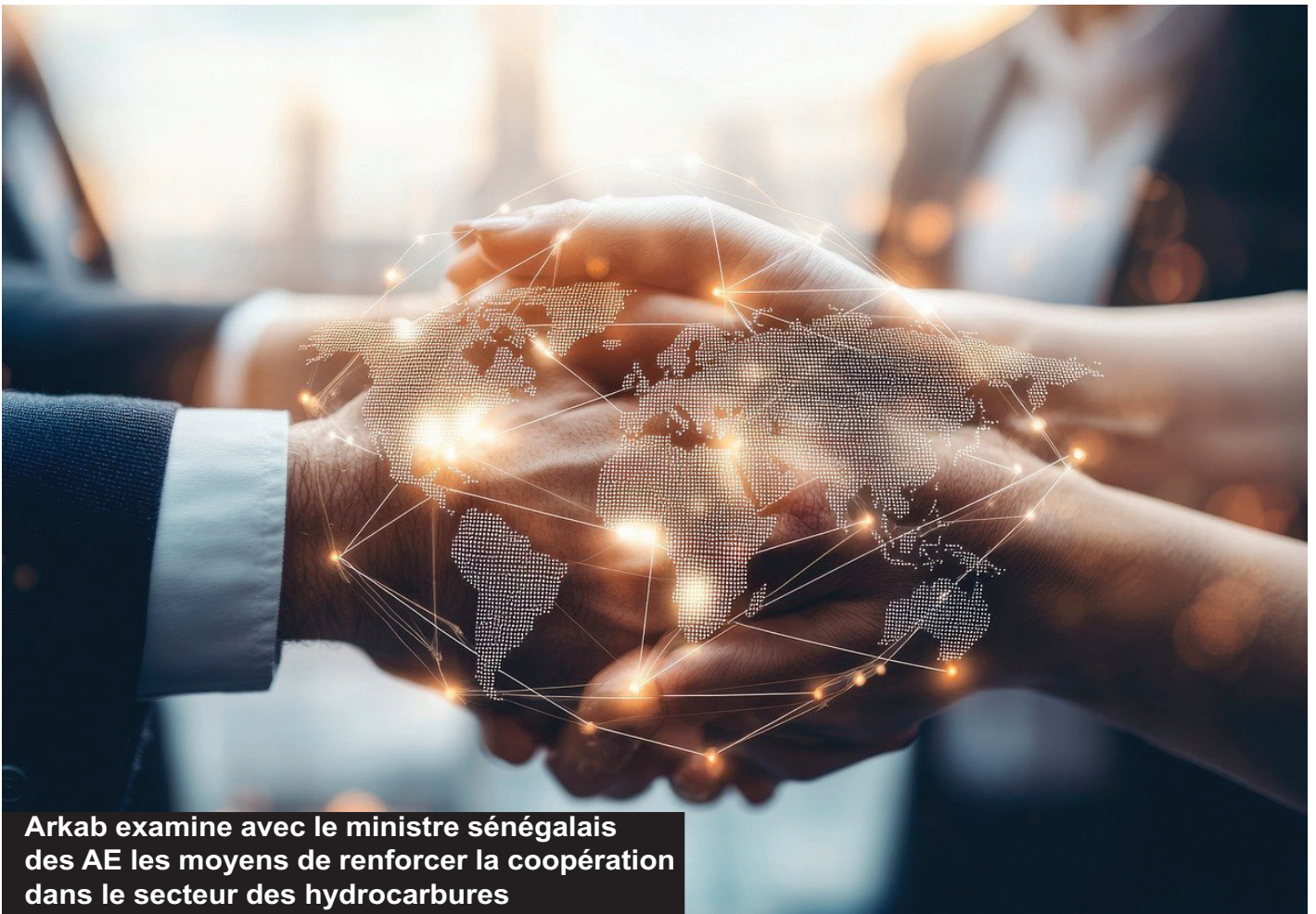
AGENCE DE PRESSE ET DE COMMUNICATION

Communiquons différemment

Baddari se réunit avec l'expert algérien Mourad Bouzit pour lancer le projet de réalisation de prototypes de robots industrialisables P.2

ALGÉRIE-SÉNÉGAL

Un partenariat au service de l'unité et du développement de l'Afrique P.2&3



Arkab examine avec le ministre sénégalais des AE les moyens de renforcer la coopération dans le secteur des hydrocarbures

FOIRE D'ORAN
Production Nationale
من المنتج إلى المستهلك

معرض وهران
منتوج لادي
قصر المعارض، المدينة الجديدة
Palais des Expositions, M'dina J'dida.

من 28
جويلية
إلى 1 أوت
2026

SPONSORS



PARTENAIRE



PARTENAIRES MEDIAS



ORGANISATEUR



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

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

Media Expert
Mardi 28 Juillet 2026
Quotidien National Economique
N° 2309 - Prix 30 DA



Sifi Ghrieb reçoit le ministre sénégalais de l'Intégration africaine et des Affaires étrangères

Le Premier ministre, M. Sifi Ghrieb, a reçu au Palais du Gouvernement, le ministre de l'Intégration africaine, des Affaires étrangères et des Sénégalais de l'extérieur de la République du Sénégal, pays frère, M. Cheikh Niang, qui effectue une visite officielle en Algérie, indique un communiqué des services du Premier ministre. Les entretiens ont porté sur "l'état et les perspectives des relations entre les deux pays, les deux parties ayant souligné la nécessité de les hisser à des niveaux supérieurs, notamment à travers l'activation des mécanismes de coopération bilatérale, à leur tête la Commission mixte algéro-sénégalaise et le Conseil d'affaires algéro-sénégalais", précise la même source. A cette occasion, les deux parties ont échangé les vues sur les questions internationales et régionales

d'intérêt commun.

A ce propos, "le chef de la diplomatie sénégalaise a salué le rôle central que joue l'Algérie en faveur de la paix et de la stabilité en Afrique, notamment au Sahel".

Les deux parties ont en outre souligné "l'importance de renforcer l'intégration continentale, qui bénéficie d'un intérêt particulier de la part des hautes autorités des deux pays".

Dans ce contexte, le Premier ministre a mis en avant "la dynamique imprimée par le président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, aux relations entre l'Algérie et son espace africain, tant sur le plan bilatéral que multilatéral, dans le cadre d'une vision fondée sur la coopération et la solidarité au service du développement commun et du renforcement de l'intégration économique". APS

Assemblée populaire nationale

Réunion pour arrêter l'ordre du jour de la séance d'ouverture de la 10e législature

Le bureau provisoire de l'Assemblée populaire nationale (APN) a tenu une réunion pour arrêter l'ordre du jour de la séance d'ouverture de la 10e législature et débattre des procédures de formation de la Commission de validation de la qualité de membre, indique un communiqué de la chambre basse du Parlement. La réunion, présidée par le plus âgé des candidats élus, assisté des plus jeunes candidats élus, s'est déroulée en présence des représentants des partis politiques et du représentant des indépendants vainqueurs aux dernières législatives, "remplissant la condition de constitution de groupes parlementaires", précise la même source. Cette réunion a été tenue pour arrêter "l'ordre du jour de la séance d'ouverture de la 10e législature et de débattre des procédures de formation de la Commission de validation de la qualité de membre", conclut le communiqué.

Baddari se réunit avec l'expert algérien Mourad Bouzit pour lancer le projet de réalisation de prototypes de robots industrialisables

Le ministre de l'Enseignement supérieur et de la Recherche scientifique, M. Kamel Baddari, s'est réuni avec le chercheur et expert algérien, Mourad Bouzit, professeur à l'université de Qingdao (Chine), dans le but de lancer un projet portant sur la conception et la réalisation de prototypes finalisés de robots industrialisables, indique un communiqué du ministère. Il s'agit de "la conception et de la réalisation de prototypes finalisés d'un chien robotisé à quatre et à six pattes, d'un robot humanoïde ainsi que d'un robot intelligent de livraison, et ce avec la participation des étudiants de l'Ecole nationale supérieure de mathématiques (NHSM), de l'Ecole nationale supérieure de l'intelligence artificielle (ENSIA), de l'Ecole nationale supérieure des systèmes autonomes (ENSSA) du pôle scientifique et technologique chahid Abdelhafid Ihaddaden, ainsi que du Centre de recherche pour le développement des technologies avancées (CDTA)", précise le communiqué.

Feux de forêt

Extinction de 34 incendies sur les 56 enregistrés

Les unités de la Protection civile sont parvenues à éteindre 34 incendies sur les 56 enregistrés à travers plusieurs wilayas du pays jusqu'à 20h00 ce dimanche, selon un bilan de la Protection civile.

Dans son dernier point de situation relatif aux incendies de forêts, de maquis, de broussailles, les récoltes et les oasis, la Protection civile a précisé que 18 autres incendies ont été maîtrisés et placés sous surveillance, tandis que quatre foyers demeurent actifs.

Ces incendies sont localisés dans les wilayas de Béjaïa (1), Skikda (2) et El Tarf (1), où les opérations d'extinction se poursuivent avec l'appui des différents corps et moyens mobilisés.

A Béjaïa, les équipes de la Protection civile poursuivent leurs efforts pour maîtriser un incendie de forêt dans la région de Tazeroult, commune de Tizi N'Berber. Dans la wilaya de Skikda, les interventions se poursuivent également pour venir à bout d'un incendie de forêt dans la région de Taghouza-Ouled Yahia, ainsi que d'un second foyer dans les massifs forestiers des régions d'Ikroun, Lemnaqech et Oued Boussaleh, relevant de la commune de Kanoua.

Relations algéro-sénégalaises Azouz Nasri et Cheikh Niang plaident pour un partenariat renforcé

Le président du Conseil de la nation, M. Azouz Nasri, a reçu le ministre sénégalais de l'Intégration africaine, des Affaires étrangères et des Sénégalais de l'extérieur, M. Cheikh Niang, en visite officielle en Algérie à la tête d'une importante délégation, indique un communiqué du Conseil de la nation.

Au cours de cette rencontre, M. Nasri a mis en avant la profondeur des relations historiques et fraternelles qui unissent l'Algérie et le Sénégal. Il a rappelé que ces liens reposent sur un engagement commun en faveur des mouvements de libération africains ainsi que sur des valeurs partagées de solidarité et d'intégration du continent.

Le président du Conseil de la nation a souligné que l'Algérie, sous l'impulsion du président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, accorde une attention particulière au renforcement de ses relations avec le Sénégal, considéré comme un partenaire stratégique en Afrique.

Il a appelé à tirer parti de la volonté politique des dirigeants des deux pays afin de hisser la coopération bilatérale à un niveau supérieur dans plusieurs secteurs, au bénéfice des deux peuples.

De son côté, le chef de la diplomatie sénégalaise a réaffirmé l'estime de son pays pour les relations d'amitié et de coopération avec l'Algérie. Il a salué le rôle majeur joué par l'Algérie dans la promotion de la paix, de la stabilité, du développement et de l'intégration en Afrique, sous la conduite du prési-



dent Abdelmadjid Tebboune.

M. Cheikh Niang a également estimé que l'Algérie occupe une position de premier plan sur le continent et constitue un modèle pour de nombreux États, aussi bien sur les plans politique, économique que parlementaire. Il a, par ailleurs, mis en avant la convergence de vues entre Alger et Dakar sur les principales questions régionales et internationales, réaffirmant le soutien du Sénégal aux initiatives portées par l'Algérie dans les différentes instances internationales.

Les deux responsables ont insisté sur la nécessité de renforcer l'intégration africaine, de promouvoir les principes de bon voisinage, de respecter la souveraineté et l'intégrité territoriale des États et de privilégier le dialogue ainsi que les solutions pacifiques pour le règlement des différends, conformément à la Charte des Nations unies et à l'Acte constitutif de l'Union africaine.

À cette occasion, M. Nasri a réaffirmé

la position constante de l'Algérie en faveur des causes justes, notamment la cause palestinienne. Il a rappelé le soutien de l'Algérie au droit du peuple palestinien à établir un État indépendant avec El-Qods Echarif pour capitale, tout en condamnant les récentes décisions adoptées par le Parlement de l'entité sioniste occupante, qualifiées de violations du droit international et des résolutions de la légalité internationale.

Au terme de l'entretien, les deux parties ont convenu de renforcer la concertation et la coordination entre les délégations parlementaires algériennes et sénégalaises au sein des organisations parlementaires régionales, africaines et internationales.

Cet engagement vise à harmoniser les positions sur les dossiers d'intérêt commun, à défendre les intérêts du continent africain et à promouvoir une action parlementaire multilatérale au service de la paix, de la sécurité et du développement durable. M.Gaouar

Algérie-Oman

Benmouloud et une délégation omanaise explorent de nouvelles perspectives de coopération numérique



La ministre, Haut-commissaire à la Numérisation, Mme Meriem Benmouloud, a reçu le sous-secrétaire au ministère des Transports, des Communications et des Technologies de l'information du Sultanat d'Oman, M. Ali Ben Amur Al Shidhani, accompagné d'une délégation, pour examiner les moyens de renforcer la coopération bilatérale dans le domaine de la transformation numérique et de lancer des projets communs.

Au cours de cette rencontre, Mme Benmouloud a présenté les principaux axes de la stratégie nationale de transformation numérique, mettant en lumière les avancées réalisées par l'Algérie en matière d'infrastructures numériques, de services dématérialisés, d'identité numérique et de centres de données.

La ministre a souligné les progrès accomplis dans les secteurs de la transformation numérique, des télécommu-

nications et de l'administration électronique, considérés comme des leviers essentiels du développement durable. Elle a également réaffirmé la volonté de l'Algérie de développer des partenariats porteurs, favorisant les investissements, le partage d'expertises et la réalisation de projets innovants dans les domaines des services intelligents, de l'innovation technologique et du renforcement des compétences humaines.

Mme Benmouloud a indiqué que des discussions étaient en cours afin d'identifier des mécanismes concrets de coopération, notamment dans l'accélération de la numérisation des services publics, le développement des infrastructures de télécommunications et l'exploitation des technologies de l'intelligence artificielle. Elle s'est dite convaincue que ces échanges déboucheront prochainement sur des accords concrets traduisant la volonté

commune des deux pays.

De son côté, M. Ali Ben Amur Al Shidhani a présenté la stratégie du Sultanat d'Oman en matière d'économie numérique, fondée sur une complémentarité entre les institutions chargées de l'élaboration des politiques publiques, les autorités de régulation et les organismes d'investissement relevant de l'Autorité d'investissement d'Oman.

Le responsable omanais a, par ailleurs, exprimé la disponibilité de son pays à développer des partenariats souples et diversifiés, aussi bien entre les institutions publiques qu'entre les entreprises des deux pays. Il a mis l'accent sur plusieurs domaines prioritaires, notamment l'intelligence artificielle, les centres de données, les solutions de gestion des ressources, les technologies financières (FinTech) et les sciences spatiales.

Cette visite s'inscrit dans le cadre de la dynamique impulsée par le président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, et le Sultan d'Oman, Sa Majesté Haitham Ben Tariq, en vue de consolider le partenariat stratégique entre les deux pays. Elle fait suite aux orientations arrêtées lors de la visite effectuée en Algérie, en mai dernier, par le ministre omanais des Transports, des Communications et des Technologies de l'information, M. Saeed Bin Hamoud Al Maawali, et traduit la volonté commune d'intensifier la coopération dans les secteurs du numérique et de l'innovation A.B.

Hydraulique

Bouzegza inspecte les infrastructures hydrauliques destinées à la zone industrielle de Toumiat



Le ministre de l'Hydraulique, M. Lounès Bouzegza, a effectué une visite d'inspection dans la wilaya de Béchar afin d'évaluer l'état d'avancement des projets hydrauliques destinés à alimenter la zone industrielle de Toumiat, appelée à accueillir plusieurs investissements stratégiques, notamment le complexe de transformation et de valorisation du minerai de fer de Gara Djebilet (Tindouf). Il s'est également enquis des projets visant à renforcer l'alimentation en eau potable de la wilaya.

Au deuxième jour de sa visite de travail, le ministre s'est rendu sur le site de la zone industrielle de Toumiat, où il a suivi un exposé détaillé sur le projet d'alimentation en eau potable et industriel.

Cette infrastructure constitue un élément clé de l'accompagnement des grands projets économiques en cours de réalisation dans la région.

Selon les responsables du secteur, le dispositif repose sur la mobilisation de plusieurs ressources hydriques. Il prévoit notamment le transfert des eaux épurées issues de la station de traitement des eaux usées de Béchar vers la zone industrielle sur une distance de 60 kilomètres afin de couvrir les besoins en eau industrielle. Le pro-

jet comprend également l'exploitation de la nappe de Toumiat grâce à la réalisation de dix forages.

Le programme englobe, en outre, la construction d'un réservoir d'une capacité de 5.000 m³, le raccordement des forages aux infrastructures de stockage, leur électrification ainsi que le renforcement de l'approvisionnement par le système de transfert des eaux de Guetrani. L'objectif est de garantir une alimentation continue en eau au profit de la zone industrielle et de l'usine de transformation du minerai de fer de Gara Djebilet.

À cette occasion, M. Bouzegza a exhorté les responsables du secteur à mobiliser tous les moyens nécessaires afin d'achever les travaux dans les délais fixés et de garantir la disponibilité de la ressource hydrique indispensable au fonctionnement de ces projets industriels structurants.

Auparavant, le ministre avait inspecté la station de pompage n°3 de la commune de Béni Ounif, où il a pris connaissance du fonctionnement du système de transfert d'eau potable à partir du champ captant de Guetrani. Il a souligné que la wilaya de Béchar a enregistré, ces dernières années, une nette amélioration de sa situation hydrique grâce à la mise en service de

projets structurants, notamment les systèmes de transfert de Boussir et de Guetrani.

Ces réalisations ont permis de résorber le déficit en eau qui affectait auparavant la région, tout en générant un excédent de production, contribuant ainsi à améliorer durablement le service public de distribution d'eau potable.

Le ministre a rappelé que le système de transfert de Boussir (1), d'une capacité de 30.000 m³ par jour, est entré en service durant l'été 2022, tandis que celui de Guetrani, capable d'assurer un débit de 80.000 m³ par jour, est opérationnel depuis avril 2025. Il a également indiqué que sept réservoirs, représentant une capacité globale de stockage de 155.000 m³, ont été réalisés dans le cadre du renforcement des infrastructures hydrauliques de la wilaya.

Enfin, M. Bouzegza a insisté sur la nécessité de poursuivre la modernisation de la gestion des ouvrages hydrauliques à travers la généralisation des systèmes de télégestion et de contrôle à distance. Cette démarche vise à améliorer les performances des installations, optimiser la gestion des ressources en eau et garantir la continuité du service public. M.Gaouar

Energie nucléaire

Adjal reçoit une délégation de la société argentine "INVAP"

Le ministre de l'Energie et des Energies renouvelables, Mourad Adjal, a reçu une délégation de la société argentine "INVAP", spécialisée dans les technologies avancées de l'énergie nucléaire à usage médical, conduite par le Directeur général de la société, Dario Guissi, indique un communiqué du ministère.

Lors de cette rencontre, tenue au siège du ministère en présence de hauts cadres du secteur, M. Adjal a mis en avant "les bonnes relations" unissant l'Algérie et l'Argentine dans les domaines de l'énergie et des énergies renouvelables, notamment à travers "le partenariat réussi" établi depuis 40 ans entre le Commissariat à l'énergie atomique (COMENA) et la société argentine, lequel a permis le lancement de plusieurs projets d'infrastructures dans le domaine de l'énergie nucléaire destinée à usage médical. Parmi les projets lancés dans ce domaine, le ministre a notamment évoqué celui de la réalisation, à Draria (Alger), d'une unité de production de radio-isotopes uti-

lisés comme traceurs en imagerie médicale ou comme substances employées en radiothérapie pour cibler et détruire les cellules cancéreuses. Dans ce contexte, M. Adjal a souligné l'importance d'élargir la coopération entre les deux pays, à travers le COMENA et la société "INVAP", afin de tirer parti de l'expertise argentine dans le développement de la production de radio-isotopes, en vue de leur fabrication locale en Algérie à l'avenir. Le ministre a également insisté sur la nécessité d'accélérer le rythme des travaux de réalisation de l'unité de Draria et de respecter les délais de réalisation, tout en assurant un suivi périodique du projet.

De son côté, le Directeur général de la société argentine s'est félicité du succès de la coopération entre l'Algérie et l'Argentine dans le domaine de l'usage médical de l'énergie nucléaire, saluant les propositions formulées par le ministre et les perspectives de coopération future, notamment en ce qui concerne la production de radio-isotopes, conclut le communiqué.

Impôts

Lancement du paiement électronique à distance des droits et taxes



La Direction générale des impôts (DGI) a annoncé le lancement du service de paiement électronique via le portail de télédéclaration et de télépaiement "Jibayatic", permettant aux contribuables de s'acquitter en ligne des droits et taxes dus, dans le cadre de la poursuite de la modernisation de l'administration fiscale et de l'amélioration de la qualité du service public. La DGI précise dans un communiqué que ce nouveau service est destiné à l'ensemble des contribuables, quel que soit leur régime fiscal, expliquant qu'ils peuvent désormais effectuer leurs paiements à l'aide de la carte interbancaire (CIB), de la carte Edahabia, ou par virement bancaire via la Banque nationale d'Algérie (BNA), le Crédit populaire d'Algérie (CPA), la Banque de développement local (BDL), la Banque de l'agriculture et du développement rural (BADR) et la Banque extérieure d'Algérie (BEA). La DGI invite les contribuables qui ne disposent pas encore de leurs identifiants d'accès au portail "Jibayatic", à savoir le nom d'utilisateur et le mot de passe, à se rapprocher dans les meilleurs délais

des services fiscaux compétents (inspections des impôts, centres des impôts ou centres de proximité des impôts) afin de les obtenir. Elle souligne que ces identifiants sont indispensables pour accéder à l'espace personnel du portail "Jibayatic" et bénéficier des différents services numériques disponibles, notamment l'accomplissement des obligations fiscales en toute simplicité, en toute sécurité et sans avoir à se déplacer vers les services fiscaux. La DGI invite également les contribuables, en particulier ceux concernés par des échéances fiscales proches, à recourir davantage aux procédures numériques à distance, qui offrent plusieurs avantages, notamment un gain de temps, un accès aux services 24 H/24 et 7 jours/7, une meilleure sécurisation des opérations, ainsi qu'une réduction des déplacements et des délais d'attente. La DGI réaffirme enfin son engagement à accompagner les contribuables dans l'utilisation des services numériques, en mobilisant l'ensemble de ses services fiscaux pour leur fournir l'assistance et l'accompagnement nécessaires lors de l'utilisation du portail "Jibayatic".

Algérie-Sénégal

Arkab et Cheikh Niang veulent donner un nouvel élan à la coopération énergétique

Le ministre d'État, ministre de l'Énergie, des Mines et des Énergies renouvelables, M. Mohamed Arkab, a reçu le ministre sénégalais de l'Intégration africaine, des Affaires étrangères et des Sénégalais de l'extérieur, M. Cheikh Niang, pour examiner les perspectives de renforcement de la coopération bilatérale dans le secteur des hydrocarbures et consolider le partenariat entre Sonatrach et la compagnie nationale sénégalaise des hydrocarbures, Petrosen.

La rencontre, tenue au siège du ministère en présence des ambassadeurs des deux pays, du président-directeur général de Sonatrach, M. Nour Eddine Daoudi, ainsi que de responsables des deux délégations, a permis de faire le point sur l'état de la coopération énergétique et d'explorer de nouvelles opportunités de partenariat dans l'ensemble de la chaîne de valeur de l'industrie pétrolière et gazière.

À cette occasion, les deux parties ont réaffirmé la profondeur des relations de fraternité qui unissent l'Algérie et le Sénégal, tout en exprimant leur volonté commune de hisser cette coopération au rang d'un partenariat économique et stratégique durable. Les discussions ont porté sur le développe-

ment de la coopération dans les domaines de l'exploration et de la production des hydrocarbures, du développement des gisements, du raffinage ainsi que de la pétrochimie. Les deux ministres ont également insisté sur l'importance de mettre pleinement en œuvre le memorandum d'entente conclu entre Sonatrach et Petrosen afin d'ouvrir de nouvelles perspectives d'investissement et de favoriser le partage d'expertises.

Les échanges ont, par ailleurs, mis en avant les possibilités pour le Sénégal de tirer profit du savoir-faire algérien dans le développement de son industrie pétrolière et gazière, notamment à la lumière des importantes découvertes d'hydrocarbures enregistrées ces dernières années. Les deux responsables ont également évoqué le renforcement de la coopération dans les domaines de la formation et du transfert de compétences entre l'Institut algérien du pétrole (IAP) et son homologue sénégalais. Les opportunités de partenariat dans les industries pétrochimiques, le transport et la commercialisation des hydrocarbures ont également été au cœur des discussions. Les deux parties ont, en outre, examiné les possibilités d'échange d'ex-

périences dans les domaines de la réglementation, de la gouvernance, de la gestion des données pétrolières, de la sécurité industrielle et de la protection de l'environnement. M. Arkab a rappelé que l'Algérie, conformément aux orientations du président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, accorde une importance stratégique au renforcement de la coopération intra-africaine et au développement des partenariats Sud-Sud, en particulier dans le secteur énergétique. Il a souligné la nécessité d'intensifier la coordination entre les institutions spécialisées des deux pays et de consolider leur action commune au sein de l'Organisation des producteurs de pétrole africains (APPO), afin de contribuer à la sécurité énergétique du continent, d'encourager le transfert de technologies et de renforcer les capacités africaines. De son côté, M. Cheikh Niang a salué l'expérience acquise par l'Algérie dans le domaine des hydrocarbures et l'expertise reconnue du groupe Sonatrach. Il a exprimé la volonté du Sénégal de s'inspirer du modèle algérien et d'élargir la coopération avec l'Algérie à l'ensemble des activités de l'industrie pétrolière et gazière, dans l'intérêt mutuel des deux pays.

Djezzy réalise une hausse de 8,7 % de son chiffre d'affaire au premier semestre 2026

L'opérateur de téléphonie mobile, Djezzy a annoncé dans un communiqué, une progression de son chiffre d'affaires au premier semestre 2026, avec une hausse de 8,7 % par rapport à la même période en 2025, confirmant, ainsi, la dynamique de croissance de l'entreprise.

"Au cours des six premiers mois de l'année 2026, Djezzy a réalisé un chiffre d'affaires de 62,2 milliards de dinars, en hausse de 8,7 % par rapport à la même période en 2025, alors que la base clients a également progressé pour atteindre 18,1 millions d'abonnés à fin juin 2026, soit une croissance de 4,2 % sur un an", précise la même source. Sur le plan financier, "l'EBITDA s'est établi à 26,7 milliards de dinars, en progression de 6,6 % par rapport à la même pé-

riode en 2025, tandis que la marge EBITDA est demeurée au-dessus de 40 %", confirmant "la bonne maîtrise opérationnelle de l'entreprise", ajoute le communiqué.

Cette évolution confirme, selon la même source, la dynamique de croissance de l'entreprise, portée par l'évolution de ses principaux indicateurs financiers et opérationnels. elle traduit "la confiance des clients et la pertinence des offres proposées", souligne l'opérateur. Concernant ces résultats, le Directeur général de Djezzy, M. Boumediene Senouci, a fait savoir qu'ils s'inscrivent dans "la trajectoire définie par la feuille de route annuelle et témoignent de la progression de la performance de l'entreprise, ainsi que de la confiance renouvelée de ses actionnaires et de ses clients".

Lancement de la deuxième édition du Salon "Oran El Bahia de l'Alimentation"

La deuxième édition du Salon "Oran El Bahia de l'Alimentation" a été inaugurée à Oran. Cette manifestation réunit plus de 50 exposants autour de la gastronomie, de la dégustation, du divertissement et de la promotion des produits alimentaires.

Organisé au Village méditerranéen par l'Association nationale des commerçants et artisans, sous le patronage du wali d'Oran, Ibrahim Ouchène, et en coordination avec la Direction du tourisme et de l'artisanat, l'événement est placé sous le slogan "Une seule ville mille saveurs".

Les visiteurs pourront profiter d'un programme riche et varié comprenant des séances de dégustation de spécialités culinaires, des concours de cuisine réunissant amateurs et professionnels, ainsi que des démonstrations en direct animées par des chefs, qui mettront en avant leur savoir-faire et leurs techniques de préparation. Les organisateurs ont également prévu un large éventail d'animations destinées aux familles et aux enfants, faisant de ce salon un espace de découverte et de loisirs. L'événement offre aussi l'occasion

de valoriser la richesse du patrimoine gastronomique algérien et la diversité des recettes traditionnelles et contemporaines des différentes régions du pays.

Cette deuxième édition, qui se poursuivra jusqu'au 1er août prochain, verra la participation de nombreux acteurs du secteur de l'alimentation, parmi lesquels des producteurs, des professionnels et des passionnés de cuisine. L'objectif est de créer un espace d'échange, de promouvoir les produits et services liés au secteur et de favoriser les rencontres entre les différents intervenants.

L'organisation de ce salon s'inscrit dans le cadre de l'animation de la saison estivale à Oran et de la consolidation de son attractivité en tant que destination touristique et culturelle. A travers ce type de manifestations, la ville met en valeur son patrimoine local en association culture, gastronomie et divertissement. Pendant une semaine, le Salon "Oran El Bahia de l'Alimentation" promet ainsi de devenir un rendez-vous incontournable pour les amateurs de saveurs et de découvertes culinaires au Village méditerranéen.

Transformation numérique

Une délégation omanaise en visite de travail en Algérie pour renforcer la coopération bilatérale

Une délégation de haut niveau du Sultanat d'Oman, est arrivée à Alger, pour une visite de travail de quatre jours, dans le cadre du renforcement de la coopération en matière de transformation numérique, entre le Haut-commissariat à la numérisation et le ministère omanais des Transports et des Technologies de l'Information et de la Communication, indique un communiqué du Haut-commissariat. Cette visite intervient "en concrétisation de l'accord conclu entre la ministre, Haut-commissaire à la numérisation, Mme Meriem Benmouloud, et le ministre omanais des Transports et des Technologies de l'Information et de la Communication, lors de la visite qu'il a effectuée en Algérie du 3 au 6 mai 2026". Au programme de la première journée de la visite, figure une présentation des principaux projets et programmes supervisés par le Haut-commissariat à la numérisation, notamment la Stratégie nationale de transformation numérique, l'infrastructure numérique, et le Centre national algérien des services numériques, à même de mettre en avant l'expérience algérienne dans ce domaine et d'ouvrir de nouvelles perspectives pour l'échange d'expériences et d'expertises.

De leur côté, les membres de la délégation omanaise ont salué les progrès réalisés par l'Algérie dans le domaine de la transformation numérique, tout en affichant leur intérêt pour l'exploration des opportunités d'investissement, l'élargissement des perspectives de coopération et l'établissement de partenariats stratégiques contribuant à l'accélération du rythme de la transformation numérique et au partage de connaissances entre les deux pays, selon la même source.

« AZ MALL GRAND MOSTA » ouvre ses portes Mostaganem se dote d'un nouveau pôle commercial et de loisirs



Mostaganem franchit une nouvelle étape dans son développement économique et touristique avec l'ouverture de « AZ MALL GRAND MOSTA », présenté comme le plus grand centre commercial d'Algérie. Avec un investissement dépassant les 8 milliards de DA, cette nouvelle infrastructure ambitieuse de transformer les habitudes de consommation et de loisirs dans la région, tout en donnant un nouvel élan à l'activité économique locale.

Fruit d'un investissement privé d'envergure, ce projet, enregistré et agréé par l'Agence algérienne de promotion de l'investissement (AAPI), témoigne de l'attractivité grandissante du climat des affaires en Algérie et de la place de plus en plus importante accordée au secteur des services dans la diversification de l'économie nationale.

S'étendant sur une superficie de plus de 6 hectares, le centre commercial se présente comme un véritable espace de vie, mêlant commerce, détente, restauration et divertissement. Il est conçu pour accueillir plus de 20.000 visiteurs par jour, offrant ainsi aux

habitants de Mostaganem et des wilayas voisines un lieu moderne répondant aux nouvelles attentes des familles et des consommateurs.

Avec plus de 200 locaux commerciaux, regroupant des marques nationales et internationales, AZ MALL GRAND MOSTA propose une large palette d'activités. Le complexe abrite également plusieurs espaces de loisirs, dont une cité de jeux, des salles de cinéma, des espaces sportifs ainsi que le premier circuit couvert de karting (Indoor Karting) en Algérie, une attraction qui devrait séduire particulièrement les jeunes et les amateurs de sensations fortes.

Le centre mise également sur la découverte et la convivialité à travers ses restaurants, ses cafés modernes et ses espaces consacrés à la promotion de la gastronomie algérienne et internationale. Une école privée de formation spécialisée vient compléter cette offre, faisant du site un lieu tourné vers l'apprentissage et le développement des compétences.

Au-delà de son aspect commercial, cette réalisation porte une véritable

dimension économique et sociale. Elle devrait permettre la création d'environ 1.500 emplois directs, en plus de nombreux postes indirects, tout en stimulant un réseau d'activités liées au commerce, aux services, à la logistique et aux prestations associées.

Pour Mostaganem, cette ouverture représente également une opportunité de renforcer son attractivité touristique. En attirant des visiteurs venus de différentes régions du pays, le centre commercial pourrait contribuer à dynamiser l'hôtellerie, la restauration et les autres activités liées au tourisme, consolidant ainsi la vocation de la wilaya comme destination de loisirs et de shopping.

À travers « AZ MALL GRAND MOSTA », Mostaganem se dote d'un équipement moderne qui dépasse la simple fonction commerciale pour devenir un nouvel espace de rencontres, d'échanges et de divertissement. Un projet qui illustre la montée en puissance des investissements structurants capables de créer de la valeur, de l'emploi et de nouvelles perspectives de développement local. M.G.

Rentrée scolaire et industrie

La SAFEX prépare un mois de septembre riche en événements à Alger

Le Palais des expositions des Pins maritimes à Alger s'apprête à accueillir un programme dense de manifestations économiques et commerciales durant le mois de septembre. Parmi les rendez-vous phares figure la 4e édition de la Foire de la rentrée scolaire « Lemsid », prévue du 17 au 27 septembre prochain, organisée par la société Algeria Exhibitions, filiale du Groupe SAFEX.

Devenue un rendez-vous incontournable pour les familles algériennes à l'approche de la rentrée scolaire, cette manifestation réunira plusieurs opérateurs économiques spécialisés dans les fournitures scolaires et de bureau, les livres, la formation ainsi que différents secteurs liés aux besoins des élèves et des établissements éducatifs. La foire accueillera également des exposants activant dans l'habillement, les produits alimentaires et divers services destinés aux familles. À travers cet événement, les organisateurs ambitionnent de proposer un espace commercial intégré permettant aux visiteurs d'acquiescer les produits nécessaires à la rentrée scolaire dans de meilleures conditions, avec une offre diversifiée et des prix compétitifs.

Au-delà de son rôle commercial, la manifestation vise à contribuer à la réduction des dépenses liées à la ren-

trée scolaire, à encourager la concurrence entre les opérateurs économiques et à améliorer la qualité des produits et services proposés aux familles algériennes.

Parallèlement à la Foire « Lemsid », le Palais des expositions accueillera la première édition du Salon international de la fonderie et de la métallurgie « FONDRITECH EXPO », du 21 au 24 septembre. Ce nouvel événement professionnel ambitionne de devenir une plateforme d'échanges réunissant les différents acteurs de la chaîne de valeur industrielle, allant des producteurs de matières premières aux fabricants d'équipements, en passant par les entreprises de sous-traitance, les laboratoires de contrôle qualité, les centres de recherche et les fournisseurs de solutions technologiques.

Organisé dans le cadre du soutien à la dynamique industrielle nationale, ce salon vise à accompagner les entreprises algériennes dans leurs efforts de modernisation, d'innovation et d'amélioration de leur compétitivité. Il constitue également un espace privilégié pour favoriser les partenariats, encourager l'investissement et promouvoir le produit national sur les marchés internationaux.

La SAFEX a rappelé que les inscriptions pour participer aux deux évé-

nements restent ouvertes à travers sa plateforme électronique dédiée.

Le programme du mois de septembre au Palais des expositions sera également marqué par plusieurs autres rendez-vous spécialisés, confirmant le rôle de cet espace comme un véritable carrefour économique et professionnel. Parmi ces manifestations figurent notamment le Salon africain de l'apiculture et du miel « Africa Bee Expo », prévu du 3 au 6 septembre, le Salon international des équipements, technologies et services de l'eau « SIEE-Pollutec », du 14 au 16 septembre, ainsi que le Salon international des façades, fenêtres et portes « SIFFP », du 20 au 23 septembre.

Le public et les professionnels pourront également découvrir le Salon international du chocolat et de la gourmandise « Chocorium », du 23 au 26 septembre, ainsi que le Salon international du tourisme médical et de l'investissement dans les établissements de santé « Clinvest Expo », prévu du 24 au 26 septembre.

À travers cette programmation variée, la SAFEX confirme sa vocation d'accompagner les secteurs économiques nationaux et de créer des espaces favorisant les échanges commerciaux, l'innovation et les opportunités de partenariat.

Les premières Journées nationales du Court métrage, "Ayam Short Film" s'ouvrent à Alger



Les premières Journées nationales du Court métrage, "Ayam Short Film", prévues du 25 au 29 juillet, ont été ouvertes à Alger, en présence de plusieurs comédiens et réalisateurs professionnels, ainsi que de nombreux jeunes cinéastes en herbe. Accueillies à la Cinémathèque d'Alger, ces journées dédiées au court métrage ont été organisées sous le parrainage de la ministre de la Culture et des Arts, Mme Malika Bendouda, par le Centre algérien de la cinématographie (CAC), en collaboration avec le Centre algérien de développement du cinéma (CADC) et le groupe "Seventh Art Club".

Ouvertes aux courts métrages de fiction, documentaires et d'animation, ces journées verront la projection d'une "trentaine de films, retenus par la commission de sélection sur plus d'une centaine de propositions", selon le directeur de la Cinémathèque d'Alger, Adel Mekhalfia. M. Mekhalfia a été relayé par Said Mehdaoui et Badra Hafiane, entre autres réalisateurs et organisateurs de cet événement, ainsi que par de jeunes cinéastes en devenir, qui ont rappelé en substance que les jeunes talents dont les travaux ont été retenus pour cette première édition "ont été formés, il y a deux ans, à la Cinémathèque d'Alger". Réitérant la nécessité d'offrir périodiquement à ces jeunes l'"opportunité de présenter leurs travaux", les organisateurs ont mis en avant l'"importance de ces rencontres" qui, ont-ils dit, "créent le rapprochement" avec les professionnels du 7e Art et permettent l'"émergence de nouvelles synergies". Après l'ouverture officielle de l'événement "Ayam Short Film", en présence également du directeur du CADC, M. Zineddine Arkab, les courts métrages, "Boualem a tout en-

tendu" de Aziz Boukrouni et Khaled Bounab, "Between" d'Illias Boukhemoucha, "Yaqin" d'Abderrahim Safir, "Lettre sans adresse", de Nabil Lahmar, "Zahra" de Brahim Dendane et "Damu-Ki" de Youcef Benghanem, ont ouvert le cycle de projections de cette première édition.

Etant convié à cette manifestation, le public aura à apprécier les contenus d'une moyenne de six courts métrages par jour de plusieurs régions d'Algérie et pourra assister, en marge de ces projections aux interventions d'universitaires et praticiens du septième Art, lors de conférences autour de différentes thématiques en lien avec l'univers du court métrage. Ainsi, et parmi les sujets qui seront abordés lors de ces conférences, "la critique cinématographique", "la numérisation des archives", "le rôle des ciné-clubs" et l'"impact de l'intelligence artificielle sur le métier d'affichiste".

Des hommages aux regrettés cinéastes, Anis Djaad et Arezki Larbi sont également au programme de cette première édition, marquée par l'"échange direct et l'interaction entre amoureux du 7e Art" a fait encore remarquer le cinéaste, Said Mehdaoui.

Auparavant, une minute de silence a été observée par l'ensemble des présents, en hommage au regretté grand réalisateur, Lamine Merbah, décédé vendredi à l'âge de 80 ans.

Les organisateurs ont ensuite rappelé la nécessité de "donner plus de visibilité au court métrage", mettant en valeur son "importance dans le paysage cinématographique et culturel".

Tizi-Ouzou

Report de la fête du bijou d'Ath Yenni

La 20e édition de la traditionnelle fête du bijou d'Ath Yenni, au sud de Tizi-Ouzou, prévue du 30 juillet courant au 18 août est reportée à une date ultérieure, ont annoncé, hier, les organisateurs de cette manifestation. "Suite aux incendies ayant touché certaines régions du pays, la Fête du Bijou d'Ath Yenni, initialement prévue du 30 juillet courant au 8 août prochain, a été reportée à une date ultérieure", a indiqué un communiqué du Comité communal des Fêtes d'Ath-Yenni. La décision, a-t-on expliqué, a été prise en concertation avec les autorités locales et les artisans participants à cette manifestation qui sera reprogrammée à une date ultérieure.

Événement annuel majeur de la vie culturelle locale, la fête du bijou d'Ath Yenni, instauré en 1995, regroupe à chacune de ses éditions des artisans bijoutiers de différentes régions du pays qui viennent exposer leur savoir faire. Elle constitue, également, une opportunité commerciale et économique pour la localité.

Cinéma

Inauguration à Alger du nouveau siège du CNC

Le nouveau siège du Centre national du cinéma (CNC) a été inauguré à Alger par la ministre de la Culture et des Arts, Malika Bendouda, en présence d'artistes et professionnels du cinéma, a indiqué le ministère dans un communiqué.

Situé dans la commune d'Hydra, le nouveau siège a été réalisé dans le cadre des "efforts de modernisation de l'administration publique et d'amélioration des services aux professionnels du cinéma, afin de suivre la dynamique du secteur".

Le nouveau siège du CNC comporte un guichet unique, baptisé du nom du regretté réalisateur Lamine Merbah, en hommage à sa contribution majeure au cinéma algérien, et qui regroupe différents services dédiés aux activités cinématographiques, précise le communiqué.

Le guichet se charge de recevoir et de traiter les demandes d'autorisation d'exploitation cinématographique et de visas culturels, ainsi que les demandes de licences relatives aux activités de production, selon le texte.

A cette occasion, la ministre a souligné que "le développement de l'industrie cinématographique demeure une responsabilité collective, exigeant les efforts concertés de tous les acteurs du secteur".

Elle a annoncé, dans ce contexte, la tenue prochaine d'une réunion consultative avec les professionnels pour évoquer leurs préoccupations, dans une démarche visant "la promotion et le développement de l'industrie cinématographique nationale".

La gelée royale, un remède en or !

Grâce à sa composition exceptionnelle, ce nectar des abeilles hautement nutritif renferme une multitude de propriétés bénéfiques. Un remède naturel très précieux pour notre organisme fatigué.

Qu'est-ce que la gelée royale ?

C'est la nourriture de toutes les larves de la colonie des abeilles ouvrières les premiers jours de leur vie. Mais c'est surtout la nourriture exclusive de la reine tout au long de son existence, et qui la ferait vivre 40 fois plus longtemps que les autres abeilles. Belle performance !

Quelle est sa composition ?

Les 60 à 70 % d'eau sont complétés par des acides aminés, des sucres, des acides gras, une

grande variété de vitamines (du groupe B notamment), minéraux, oligo-éléments (fer, phosphore, calcium). C'est une composition naturelle de nutriments essentiels !

Quels sont ses bienfaits ?

La gelée royale offre une multitude de bienfaits à l'organisme

Elle comble les carences, renforce les défenses immunitaires, apporte de l'énergie, de la vitalité, du tonus, et aide ainsi à lutter contre la fatigue physique ou nerveuse; en usage externe, elle a une action contre le vieillissement de la peau et qui renforce les cheveux et les ongles. On la retrouve dans des cosmétiques.

Quand faire une cure ?

Elle peut être démarrée à tout moment de l'année. Mais l'automne et la sortie de l'hiver sont particulièrement indiqués pour soutenir l'organisme par une cure de trois semaines à un mois. En période de convalescence, de surmenage ou de déprime, il est conseillé d'opter pour une cure de deux semaines par mois pendant toute la période concernée par cette fatigue de l'organisme.

Comment la choisir ?

La gelée royale se vend sous forme fraîche, à l'état brut et doit être conservée au réfrigérateur. Elle existe aussi sous forme d'ampoules, de dosettes à boire, de gélules. Vous pouvez vous fournir directement chez l'apiculteur ou l'acheter dans le commerce.

Comment l'utiliser ?

La gelée royale "pure et fraîche" doit impérativement être emballée dans des pots de verre placés dans un emballage en carton afin de la protéger de la lumière. Il est nécessaire de lire attentivement les étiquettes pour vous assurer de sa provenance, car il n'est pas rare que des produits d'importation décongelés tentent de tromper le client. /maximag.fr/



«Je n'ai plus peur du soleil pour mes cicatrices» : ce baume 50+ de pharmacie répare l'épiderme et bloque les rayons uv (excellent sur beauté test)

Lorsqu'elle est fragilisée, la peau perd sa fonction de bouclier et devient extrêmement vulnérable à son environnement. La protéger du soleil durant cette phase de reconstruction est un geste essentiel pour éviter l'apparition de marques définitives et assurer une régénération optimale.

L'hyperpigmentation post-inflammatoire, l'ennemi silencieux de la cicatrisation

Lorsque la peau subit un traumatisme, elle déclenche une réponse inflammatoire qui fait partie du processus de guérison. Cette inflammation stimule les mélanocytes, les cellules

responsables de la production de mélanine, le pigment naturel de la peau.

Si cette zone est ensuite exposée aux rayons UV, ces mélanocytes suractivés produisent un excès de mélanine, menant à l'apparition d'une marque brune ou rouge bien après la guérison de la plaie initiale.

Cicoplast Baume B5+ SPF 50 : le complexe réparateur et protecteur de la Roche-Posay

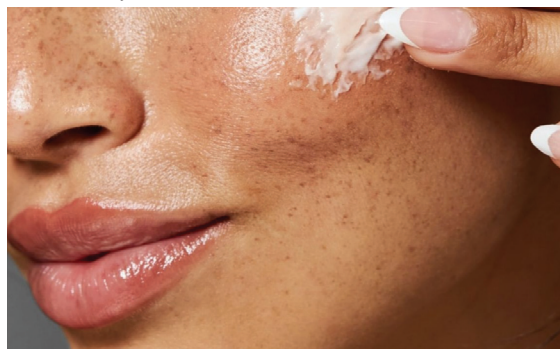
Le cœur du soin repose sur une association de panthénol et de madécassoside. Le panthénol, précurseur de la vitamine B5, est essentiel à

l'énergie cellulaire et participe activement à la régénération des tissus tout en calmant les sensations d'inconfort et les démangeaisons. Le madécassoside, actif purifié issu de la Centella Asiatica, régule le processus inflammatoire et favorise la synthèse d'un collagène de qualité, assurant ainsi une cicatrice plus esthétique et souple.

L'influence de la lumière visible sur le vieillissement et la pigmentation de la peau

Au-delà des rayons UVA et UVB bien connus, la recherche scientifique s'intéresse de plus en plus à l'impact de la lumière visible, notamment la lumière bleue, sur la peau.

Émise par le soleil mais aussi par nos écrans, cette lumière à haute énergie est capable de pénétrer plus profondément dans la peau que les ultraviolets, jusqu'à atteindre le derme. Elle y génère un stress oxydatif important qui endommage les structures cellulaires comme le collagène et l'élastine, accélérant ce qu'on appelle le vieillissement digital. /beaute-test.com/



Faire de l'ordre dans son sac à main : l'art d'une organisation parfaite



Le sac à main est bien plus qu'un simple accessoire de mode. C'est un compagnon fidèle qui nous accompagne au quotidien, abritant tous nos essentiels. Pourtant, combien d'entre nous ont déjà perdu de précieuses minutes à fouiller frénétiquement au fond de leur sac à la recherche d'un objet important ? Un sac à main mal organisé peut rapidement devenir une source de stress et de frustration.

Pourquoi organiser son sac à main est crucial

Avant de plonger dans les méthodes pratiques d'organisation, il est important de comprendre les avantages d'un sac à main bien rangé : Gain de temps : Fini les minutes perdues à chercher vos clés ou votre rouge à lèvres. Réduction du stress : Un sac organisé apporte un sentiment de contrôle et de sérénité. Meilleure préservation des objets : Vos affaires seront moins susceptibles d'être endommagées ou perdues. Aspect esthétique : Un sac bien rangé garde sa forme et son allure plus longtemps. Hygiène améliorée : Moins de risques d'accumulation de déchets et de saletés.

Les étapes essentielles pour organiser son sac à main

1. Le grand déballeage : vider intégralement son sac

La première étape cruciale consiste à vider entièrement le contenu de votre sac. Cette action peut sembler intimidante, surtout si vous n'avez pas fait le tri depuis longtemps, mais elle est absolument nécessaire. Étapez tous les objets sur une surface plane et propre. Vous serez probablement surpris

par la quantité d'items accumulés au fil du temps.

2. Trier et catégoriser : la méthode des 3 tas

Une fois tous vos objets étalés, il est temps de procéder au tri. Utilisez la méthode des 3 tas : À garder : Les objets essentiels que vous utilisez régulièrement.

À jeter : Tickets de caisse périmés, emballages vides, objets cassés, etc.

À ranger ailleurs : Objets qui n'ont pas leur place dans votre sac quotidien.

Cette étape est cruciale pour alléger votre sac et ne garder que l'essentiel.

3. Nettoyer l'intérieur du sac

Profitez de ce moment pour nettoyer l'intérieur de votre sac. Utilisez un chiffon légèrement humide pour éliminer la poussière et les miettes. Pour les sacs en cuir, utilisez un produit spécifique pour préserver le matériau.

4. Organiser par catégories

Regroupez vos objets par catégories logiques. Par exemple : Produits de beauté, Matériel d'écriture, Documents importants, Appareils électroniques et accessoires, Articles d'hygiène.

5. Investir dans des accessoires d'organisation

Pour maintenir l'ordre, il peut être judicieux d'investir dans des accessoires spécifiques : Petites pochettes ou trousses, Organisateurs de sac, Portecartes, Étuis à lunettes, Porte-clés pratiques.

6. Adopter le système de rotation

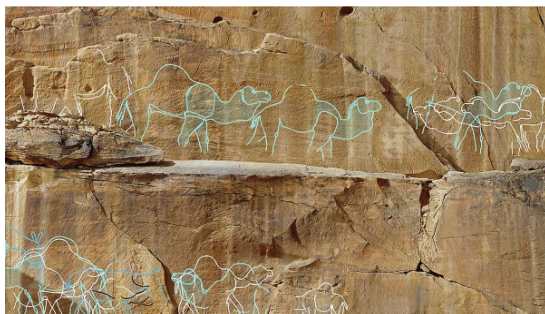
Certains objets ne sont pas nécessaires quotidiennement. Adoptez un système de rotation en fonction de vos activités et besoins du moment. /nrmagazine.com/

Ce « panneau de signalisation » préhistorique guidait les hommes vers l'eau il y a 12000 ans

Dans le cadre du projet Green Arabia, une équipe internationale d'archéologues a découvert 60 panneaux surdimensionnés gravés sur des parois rocheuses dans le sud du désert de Nafud, en Arabie saoudite. Ils estiment que ces gravures ont été réalisées durant la période où le Dernier Maximum Glaciaire (DMG) hyperaride cédait la place à un climat plus hospitalier (entre 12 800 et 11 400 ans). Alors que la plupart des gravures connues jusqu'ici étaient dissimulées dans des crevasses, celles découvertes par ces archéologues ont été gravées sur d'imposantes falaises, certaines atteignant jusqu'à 39 mètres de haut. Servaient-elles de balises visuelles pour guider les hommes vers des sources d'eau essentielles?

60 panneaux d'art rupestre et 176 gravures découverts

Les archéologues indiquent que ces panneaux d'art rupestre ont été découverts dans le Jebel Arnaan, le Jebel Mleiha et le Jebel Misma, trois zones jusqu'alors inexplorées. Ils ont recensé 60 panneaux et 176 gravures représentant principale-



ment des chameaux, des bouquetins, des équidés, des gazelles et des aurochs. 130 d'entre elles sont des figures grandeur nature et naturalistes, dont certaines mesurent jusqu'à 3 m de long et plus de 2 m de haut. Hormis les fresques d'animaux, les archéologues ont également identifié deux empreintes de pas de chameau, 15 représentations naturalistes à plus petite échelle, 19 figures humaines, quatre visages et six gravures partielles non identifiées.

Des gravures faisant office de « panneaux de signalisation »

Les archéologues pensent que ces fresques ont autrefois fait office de « panneaux routiers

», indiquant les points d'accès à l'eau et les voies de déplacement accessibles pendant la transition Pléistocène-Holocène. Une sorte de panneau de signalisation préhistorique qui guidait les anciens habitants vers les rares points d'eau du désert. D'après eux, ces gravures auraient été réalisées en « picotant » minutieusement la surface rocheuse avec des outils en pierre cunéiformes et, pour les rendre plus visibles, on aurait utilisé des pigments. L'équipe de recherche affirme avoir récupéré des fragments de pigment rouges et un crayon de peinture verte à base de minéral de cuivre sous l'un des sites. Pour les archéologues, ces « marqueurs visuels des

sources d'eau » auraient été essentiels à la survie de ces premiers humains lors de leurs aventures dans le désert.

Témoignages de présence, d'accès et d'identité culturelle

Le Dr Maria Guagnin du Max Planck Institute of Geoanthropology soutient que ces panneaux ne sont pas seulement de l'art rupestre, mais probablement des témoignages de présence, d'accès et d'identité culturelle. Selon elle, ils reflètent la manière dont des populations du désert ont forgé leur propre culture et ont surmonté les obstacles liés à la vie dans un environnement rude et pauvre en eau. « Cette forme unique d'expression symbolique relève d'une identité culturelle distincte, adaptée à la vie dans un environnement aride et difficile », déclare, de son côté, le Dr Faisal Al-Jibreen de la Commission du patrimoine d'Arabie saoudite. Pour information, des artefacts ont été découverts à proximité des panneaux, entre autres, des pointes de pierre, des perles de dentalium et, comme susmentionné, des pigments./neozone.org/

Faire cohabiter plusieurs animaux de compagnie : 5 règles à respecter !

Lorsqu'on aime, on ne compte pas ! Si cet adage est vrai, la cohabitation entre plusieurs animaux de compagnie peut vite tourner au désastre, qu'il soit ou non de la même espèce. Espace, âges, tempérament de l'animal déjà présent et de celui qui va rejoindre votre foyer peuvent concourir à la bonne ou la mauvaise entente de vos petits protégés. Pour que chacun s'adapte et que tout se passe aux mieux, voici les 5 règles à respecter pour faire cohabiter plusieurs animaux de compagnie.

Préférez des espèces susceptibles de s'entendre

Si chien et chat peuvent parfaitement s'entendre, il peut s'avérer plus difficile de faire cohabiter un chat ou un chien avec des rongeurs ou un lapin. Les instincts de prédation de nos petits compagnons peuvent vite tourner au désastre même entre canidé et félin.

1 - La comptabilité entre des espèces différentes

Alors que certains chiens ne feraient pas de mal à une mouche, d'autres conservent un fort instinct de prédation. Si cela ne pose que peu de problèmes en-



tre chiens, adopter une autre espèce peut se révéler problématique. Assurez-vous tout d'abord que votre chat ou votre chien déjà présent se montre suffisamment sociable et pas trop excité à la vue d'un souris, ou d'un animal plus petit que lui.

2 - Le tempérament de l'animal

Prendre un chiot ou un chaton lorsque l'animal présent est âgé est susceptible de générer du stress pour chacun de vos amis de quatre pattes. Un chat sociable, mais peu joueur pourra mal supporter l'arrivée du chaton ou du chiot plein de vie. De même un chien sénior pourra se montrer agressif avec un jeune compagnon trop entreprenant.

Des zones sécurisées pour chacun

3 - L'espace disponible pour chacun de vos compagnons

Chaque animal de compagnie, en fonction de son espèce, va demander des espaces différents et suffisants. Adopter un second grand chien dans un petit appartement n'est pas forcément une bonne idée même si votre premier protégé s'ennuie. Pour les félins, la situation peut devenir plus problématique et nuire à leur entente future et à leur santé. L'animal, s'il n'est pas territorial, a besoin d'avoir son propre espace.

4 - Des zones d'interaction sécurisées

Adopter chat et chien nécessite de mettre en place des espaces communs où ils pourront interagir et une ou plusieurs zones sécurisées. Les

premiers jours de l'adoption, un espace sécurisé permettra à l'animal de s'habituer aux bruits et odeurs du foyer. Une barrière pour enfant va limiter les espaces auxquels les animaux peuvent accéder et participer à construire leur future entente. Pour certains animaux comme les furets, les lapins et les rats, la cage seule ne suffit pas.

5 - L'art des présentations

La première rencontre entre vos animaux de compagnie va bien souvent déterminer la suite de leur relation.

Comment favoriser une relation harmonieuse entre deux chats ou un chat et un chien dès l'adoption ?

Chacun doit pouvoir s'habituer progressivement à l'odeur et la présence de l'autre, il est préférable de confiner le nouveau venu dans une pièce de l'habitation. De même, si vous possédez un chien et envisagez d'adopter un chaton ou un chat adulte, confinez le félin dans une pièce où il trouvera tout le nécessaire pour se nourrir, jouer, dormir et faire ses besoins. Rendez régulièrement visite à votre nouveau compagnon./lemagdesanimaux.fr/fr/

Découvrez une variété de carotte adaptée aux sols secs, produisant des racines sucrées sans besoin d'arrosage

Face à la montée des sécheresses estivales, la quête de Carottes Bio capables d'allier gourmandise et robustesse mobilise les jardiniers avertis comme les amateurs du Jardin Durable. Imaginez cultiver une racine dodue et orange, croquante à souhait, dans un coin de Verger Sec sans qu'une goutte d'eau ne soit versée : la carotte 'Oxheart' en est le secret bien gardé ! Plus besoin de scruter la météo ou de courir à l'arrosoir.

Carotte Oxheart : la star du potager sec et savoureux

Dans la famille des Carottes Sauvages et racines mythiques, l'Oxheart a bâti sa réputation par sa capacité à prospérer là où beaucoup dépérissent. Son secret ? Un système racinaire musclé, capable d'aller piocher l'humidité jusque dans les abysses du sol. Résultat : une racine dodue, de 10 à 15 centimètres de long mais jusqu'à 8 centimètres de diamètre, orange éclatant, à la chair dense et croquante.

Un trésor nutritionnel bio à portée de main

La carotte Oxheart ne contentera pas que vos papilles ! Son orange intense annonce une richesse folle en bêta-carotène, indispensable pour une vue d'aigle (et un teint resplendissant). En bonus, elle concentre ses sucres naturels à mesure que la terre se fait avare en eau : chaque bouchée ravira petits et grands adeptes de carottes fondantes avec bœuf ou de simples salades croquantes.

Les clés pour cultiver la carotte Oxheart en sol sec comme un pro

Le secret d'un potager écoresponsable ? Miser sur les bons outils et des gestes précis. Avec un Semoir Écologique et une terre bien préparée, vous transformerez une parcelle assoiffée en royaume de la carotte dodue. Les Fermiers d'Innovation misent sur : un sol ameubli en profondeur, une dose maligne de compost, et du paillage malin pour garder la fraîcheur./nrmagazine.com/

Quels sont les inconvénients des tonnelles de jardin ?

Depuis une dizaine d'années, j'ai choisi la « tonnelle » démontable pour nous procurer un coin d'ombre sur notre terrasse. Et, je dois reconnaître que son utilité est indéniable, notamment sur une terrasse sans ombre, située plein sud. Le midi, les températures peuvent être insupportables et nous ne pouvions pas profiter de notre terrasse. Un parasol ?

Qu'appelle-t-on une tonnelle de jardin (pliante ou pas) ?

Une tonnelle de jardin, c'est un peu comme un immense parasol ou un store : elle offre un abri contre le soleil, parfois la pluie, et sert souvent de coin repas, d'espace détente ou même de mini salle de réception. Il en existe trois grandes familles : Les tonnelles flexibles, aussi appelées tonnelles

pliantes, souvent utilisées pour les marchés ou les barbecues improvisés.

Inconvénient n° 1 : la prise au vent

Même les tonnelles dites « robustes » ont une fâcheuse tendance à se transformer en cerf-volant géant dès qu'Éole s'énervé. Les modèles pliants sont les plus vulnérables : un coup de vent mal placé, et vous voilà en train de courir après votre structure dans le jardin du voisin. Pour les tentes de fêtes ou tonnelles permanentes, des ancrages solides sont indispensables... et pas toujours inclus dans le prix.

Inconvénient n° 2 : l'installation pas si simple

Si la promesse d'un montage en « 5 minutes chrono » vous semble trop belle, vous avez probablement raison. Entre les

barres à emboîter, la toile à tendre et les fixations à visser, certaines tonnelles réclament du temps et surtout beaucoup de patience.

Inconvénient n° 3 : la durée de vie des matériaux

Les tonnelles bon marché ont un gros défaut : elles n'aiment ni le soleil prolongé, ni la pluie, ni le moindre choc. Toile qui se déchire, armature qui rouille, pieds qui se tordent : au bout d'une ou deux saisons, il faut parfois tout changer.

Inconvénient n° 4 : un entretien à ne pas négliger

Et non, une tonnelle n'est pas un « je la pose et j'oublie ». Il faut régulièrement nettoyer la toile, éviter les moisissures, graisser les mécanismes si elle est pliante, vérifier les fixations après chaque gros coup de vent...

Des inconvénients... mais également des avantages !

Heureusement, les tonnelles ont aussi de bons côtés. Elles créent un coin ombragé agréable, transforment un simple repas en plein air en véritable moment de détente, et apportent une vraie touche d'élégance à un jardin. neozone.org/



Des guêpes (trichogrammes) pour lutter naturellement contre les mites alimentaires

Vous avez déjà vu ces petits papillons marron virevolter dans votre cuisine, comme s'ils avaient élu domicile entre vos paquets de riz et de farine ? Félicitations, vous êtes l'heureux propriétaire d'une colonie de mites alimentaires ! Mais, avant de sortir le napalm ou de passer vos placards à la javel, il existe une solution 100 % naturelle, discrète et efficace : les trichogrammes.

Un tueur silencieux... et microscopique

Le trichogramme, c'est une micro-guêpe (0,5 mm !) totalement inoffensive pour vous, vos enfants, votre chat et

même votre carrelage. Mais, pour les œufs de la mite alimentaire (*Plodia interpunctella*, pour les intimes), c'est une autre histoire. Car cette mini-guêpe a un super-pouvoir : elle pond ses œufs à l'intérieur de ceux de la mite, empêchant ainsi toute future invasion de larves gloutonnes. On dit qu'elle est oophage ! Résultat ? Plus d'œufs, plus de larves, plus de papillons qui font de la voltige au-dessus du paquet de farine.

Mode d'emploi : simplicité maximale

Vous n'aurez pas besoin d'enfiler une combinaison d'apiculteur. Les trichogrammes sont

vendus sous forme de diffuseurs (cartes ou capsules) à placer directement dans vos placards ou dans les endroits infestés. On en trouve facilement en jardinerie ou sur des sites spécialisés en biocontrôle.

Voici ce qu'il faut savoir avant de se lancer :

Il faut agir dès les premiers signes d'infestation, ou en prévention à certaines périodes (printemps/été).

Un cycle complet de traitement dure environ 9 à 12 semaines, avec une recharge de trichogrammes toutes les trois semaines.

Pendant ce temps, vous ne verrez rien : ils bossent en silence, pendant que vous continuez à faire des cookies.

Et vous, qu'en pensez-vous ?

Alors, prêt à accueillir chez vous une armée invisible pour protéger votre riz et vos noisettes ? Les trichogrammes contre les mites alimentaires, c'est une solution naturelle, discrète, que je testerai sous peu. neozone.org/



7 points clés pour l'aménagement d'une cuisine



Dès les prémices d'un projet, certains éléments sont incontournables pour l'aménagement de sa cuisine. Des points à surveiller pour s'assurer d'avoir une pièce fonctionnelle, pratique à vivre au quotidien mais aussi esthétique. Préserver la circulation dans la pièce, installer une ventilation ou penser à un emplacement intelligent de l'électroménager d'après le triangle d'activité, autant de choses auxquelles penser avec soin en amont.

1. Des gestes simples au quotidien avec un aménagement personnalisé

Dès les prémices de la conception de la cuisine, le respect du triangle d'activité qui relie le lieu de préparation-cuisson, le lavage et le stockage est la base de l'aménagement. Ce triangle est un point de départ essentiel pour élaborer le plan de la cuisine.

2. Veiller à avoir une bonne ventilation dans la cuisine

Pièce ouverte ou fermée, la cuisine demande une bonne aération pour un aménagement sain.

Au-dessus des plaques de cuisson, une hotte permet de filtrer les mauvaises odeurs et de préserver l'air au sein de la cuisine.

Le plus souvent, une ou plusieurs fenêtres sont aussi gage de bien-être tout en offrant la possibilité d'aérer la pièce de temps en temps et de bénéficier de lumière naturelle.

3. Préserver la circulation dans la cuisine

Dans une cuisine imaginée comme une pièce à vivre, c'est un plaisir de recevoir et d'être entre amis pendant la préparation d'un bon repas. Loin de se contenter d'être un lieu technique, la cuisine devient aussi une pièce où l'on vit à plusieurs, en toute convivialité.

4. Un aménagement

en U pour les petits espaces

Avec la capacité de gagner de la place tout en permettant un aménagement optimal, la cuisine en U est à privilégier dans les petites superficies. Elle laisse aussi la possibilité d'un coin repas pour un café ou repas sur le pouce. Le petit truc en plus : décupler la luminosité pour renforcer une impression d'espace grâce à des meubles de cuisine blanc brillant.

5. Limiter le nombre de pas à faire pour un aménagement de cuisine malin

Dans une recherche de confort, l'agencement de la pièce est à envisager en limitant les allées et venues inutiles. Par exemple, le réfrigérateur doit être à proximité de la zone de cuisson ou de l'évier pour laver les aliments, le lave-vaisselle proche de l'évier et des rangements dédiés à la vaisselle.

6. Un aménagement de cuisine parfait grâce à de bonnes mesures

À la conception du projet, les mesures de la cuisine sont importantes à prendre au millimètre près et avec rigueur. Les dimensions de la pièce elle-même, les dimensions et l'emplacement des fenêtres, des portes, les obstacles éventuels, mais aussi des informations techniques comme les évacuations d'eau, les arrivées de gaz et électriques, l'emplacement de la hotte et les tuyauteries.

7. Différents points lumineux dans une cuisine bien aménagée

Comme toute pièce à vivre, la cuisine demande d'avoir plusieurs sources de lumière pour être agréable mais aussi éviter les zones d'ombre. Près des endroits stratégiques comme l'espace de préparation, des spots renforcent la luminosité et permettent d'avoir une visibilité pour cuisiner. cotemaison.fr/

Aliments ultra-transformés : des effets néfastes au-delà de l'apport calorique

Céréales, nuggets, biscuits, sodas, desserts lactés, plats préparés de tous types... les aliments ultra-transformés représentent en moyenne un tiers de nos apports caloriques quotidiens. Fin août, une étude inédite met en évidence que ces aliments nuisent à la santé, et ceci indépendamment des calories qu'ils apportent.

Qu'est-ce qu'un aliment ultra-transformé ?

Un aliment ultra-transformé ou AUT se caractérise par une liste d'ingrédients comportant au moins une substance elle-même ultra-transformée. Cette ou ces substances sont

obtenues par synthèse ou procédés (physiques, chimiques ou biologiques) appliqués à des matières premières naturelles. Ces molécules peuvent être des additifs référencés, mais aussi des sucres hydrolysés, des matières grasses hydrogénées ou bien des protéines isolées.

Les procédés technologiques sont variés : hydrogénation, soufflage ou encore cuisson-extrusion.

Les risques sur la santé au-delà des calories

Plus l'aliment est transformé plus il est hyperglycémiant (survenue d'un pic de taux de glucose dans le sang), moins il

est satiétogène (sensation de ne plus avoir faim) et plus son profil nutritionnel est dégradé. Un régime riche en produits ultra-transformés entraîne de toute évidence une surconsommation de calories comparativement à un régime alimentaire intégrant des produits peu transformés ou bruts.

Comment éviter de consommer des aliments ultra-transformés ?

Les connaissances sont encore partielles sur l'impact des produits ultra-transformés sur notre santé et des recherches sont en cours pour caractériser plus précisément l'effet des différentes substances seules ou en association.

Des travaux suggèrent notamment que ces aliments pourraient aussi augmenter le risque de cancers, de maladie de Crohn ou même de symptômes dépressifs. Les instances sanitaires conseillent de réduire au maximum la consommation de ces produits en se tournant, dès que possible, vers les produits bruts et le « fait maison ».

sante-sur-le-net.com/



Mangez des fibres, vous perdrez du poids (et ce n'est pas tout) !

Il suffit de 30 grammes de fibres par jour pour perdre du poids, faire baisser la pression artérielle et le sucre sanguin. Une nouvelle étude parue dans *Annals of Internal Medicine* rapporte que, chez des patients diagnostiqués avec un syndrome métabolique, le simple fait d'adopter un régime riche en fibres procure des bénéfices pour la santé – perte de poids, diminution de la tension artérielle, diminution du taux de sucre dans le sang – tout en étant plus facile à suivre qu'un régime nécessitant de multiples modifications des habitudes alimentaires. Les fibres alimentaires sont des molécules de polysaccharides qui ne peuvent pas être digérées par les enzymes digestives. Elles pro-

viennent des fruits et légumes frais et secs, ou de céréales complètes. N'étant pas assimilées par l'organisme, elles n'apportent aucune valeur nutritionnelle mais elles permettent de prolonger la sensation de satiété et accélèrent le transit. Dans cette étude, les chercheurs ont comparé un régime avec une seule recommandation – augmenter l'apport en fibres – et un régime plus complexe issu des recommandations de l'American Heart Association. Ils ont émis l'hypothèse que le régime riche en fibres serait plus facile à suivre et donc peut-être plus efficace. « Pour les personnes qui éprouvent des difficultés à suivre des recommandations complexes, un régime alimentaire

simple à suivre avec un seul message – augmenter votre apport en fibres – peut constituer la voie à suivre », dit le Dr. Yunsheng Ma, auteur de l'étude. Cette étude concerne 240 participants avec un syndrome métabolique et a risqué de développer un diabète de type 2, auxquels les chercheurs ont demandé de changer leur régime alimentaire pendant une année. La moitié des participants a adopté le régime riche en fibres : ils devaient consommer au moins 30 grammes par jour de fibres à partir de leur alimentation (fruits, légumes, céréales complètes). Aucune autre recommandation ne leur a été donnée. « Les aliments riches en fibres offrent de nombreux autres avantages, ils sont riches en vitamines et autres nutriments essentiels », dit le Dr Ma. L'autre moitié des participants a suivi les recommandations alimentaires – plus nombreuses – de l'American Heart Association (AHA) : manger plus de fruits et légumes, limiter la consommation de sucre et de sel, choisir des protéines maigres, limiter la consommation d'alcool et équilibrer l'apport entre protéines, glucides et lipides. lanutrition.fr/



Perte de poids :

L'ordre dans lequel vous mangez pourrait tout changer, ce que dit la science



Une étude menée par des chercheurs de l'université de Stanford suggère que consommer des fibres ou des protéines "avant" les glucides dans un repas permettrait d'éviter les pics de glycémie responsables de vos fringales... et de mieux contrôler son poids. Une bonne idée ? Voici ce qu'en pense notre experte.

Les glucides devraient arriver en dernier dans le repas

Les chercheurs ont suivi 55 participants, dont la moitié étaient prédiabétiques. Tous ont consommé un même plat riche en glucides (du riz) à plusieurs reprises, mais dans des conditions différentes : dix minutes avant le plat principal, ils recevaient soit des fibres, soit des protéines (blancs d'œufs), soit des graisses (crème fraîche). Un ordre qui a donné plusieurs résultats : Les fibres et les protéines ingérées avant ont permis de réduire significativement le pic glycémique postprandial ; Quant aux graisses, elles n'ont pas diminué l'ampleur du pic, mais l'ont retardé.

Une glycémie plus stable, un poids mieux maîtrisé ?

Ce phénomène n'est pas anodin. En effet, de fortes variations de glycémie sont connues pour favoriser la fatigue, les fringales (et une main plus lourde sur les portions), voire l'augmentation du stockage des graisses. À long terme, ces variations de glycémie peuvent mener à une résistance à l'insuline et à un risque accru de diabète de type 2. "Une glycémie plus stable contribue à une meilleure gestion du poids et à une meilleure santé métabolique", confirme en effet Julie Boët, diététicienne-nutritionniste. "Mais l'étude comporte aussi des li-

mites importantes. Dans l'estomac, tout finit par se mélanger avant d'arriver dans les intestins, où les nutriments sont réellement absorbés", nous apprend-elle.

Attention à l'effet pervers sur l'alimentation

Notre experte l'admet, l'ordre des aliments n'est pas totalement sans effet. "La digestion commence dès la mastication. Les fibres et protéines consommées en premier peuvent ralentir la vidange gastrique et l'absorption des glucides, modérant ainsi la réponse glycémique." Mais Julie Boët nous met en garde contre une interprétation trop rigide de ces résultats : "Dans la vraie vie, faire attention à l'ordre des nutriments risque de créer de nouvelles règles alimentaires anxieuses. Sur le long terme, cela peut altérer notre rapport à la nourriture et favoriser des troubles du comportement alimentaire (TCA)."

Un outil parmi d'autres, sans se crispier dessus

Enfin, Julie Boët rappelle que de nombreux facteurs influencent aussi la régulation de la glycémie : l'activité physique, le sommeil, la gestion du stress ou encore l'hydratation ont également une grande importance et sont plus sains. "L'ordre des aliments peut être un levier intéressant, mais ce n'est ni une solution miracle, ni une priorité absolue", assure-t-elle. Comme souvent en nutrition, c'est l'équilibre d'ensemble et la régularité qui comptent. Avant de bouleverser vos habitudes à table et l'ordre de vos plats pour perdre du poids, écoutez aussi votre corps. Et évitez de transformer votre dîner en casse-tête chronologique ! doctissimo.fr/

Les meilleurs hôtels des Cinque Terre : charme, luxe, vue mer et belles adresses

Les Cinque Terre séduisent immédiatement par leurs villages colorés accrochés à la falaise, entre mer et vignobles en terrasses. Mais une fois sur place, vous réalisez vite que toutes les adresses ne se valent pas, et que le choix de l'hôtel influence fortement votre expérience.

Pourquoi certains hôtels sont vraiment exceptionnels aux Cinque Terre

Tous les hébergements des Cinque Terre ne procurent pas la même sensation. Ce qui fait la différence ici tient à trois éléments très concrets.

La vue

Certaines chambres donnent directement sur la mer, parfois

sans vis-à-vis. Ce sont ces adresses qui créent un vrai souvenir.

L'emplacement dans le village

Être au cœur du village permet de profiter des lieux tôt le matin ou en soirée, lorsque la foule disparaît.

L'atmosphère

Terrasse en pierre, façade colorée, petite chambre ouverte sur la mer... Aux Cinque Terre, le charme vient souvent de la simplicité et du cadre.

Les meilleurs hôtels à Vernazza

La Malà à Vernazza

Pourquoi on le recommande : pour sa vue mer spectaculaire, sa terrasse en pierre naturelle

et son ambiance très romantique. C'est une très belle adresse pour dormir dans le cœur historique du village sans sacrifier le confort.

Mada à Vernazza

Pourquoi on le recommande : pour son esprit cocon avec vue, sa terrasse meublée et son confort adapté à un séjour en couple.

L'ensemble est plus contemporain que la moyenne des hébergements du village.

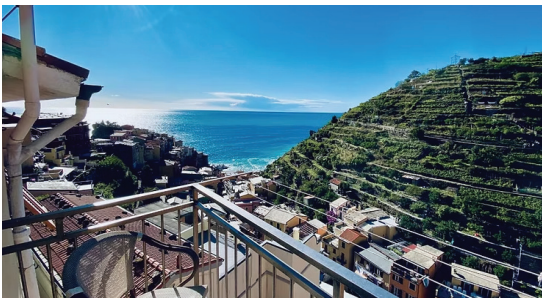
Les meilleurs hôtels à Manarola

La Torretta Lodge à Manarola

Pourquoi on le recommande : pour son vrai positionnement luxe, sa vue sur la mer, la qualité du service et le raffinement général des chambres. C'est l'une des plus belles adresses des Cinque Terre pour une occasion spéciale.

Giovanni Rooms à Manarola

Pourquoi on le recommande : pour sa très belle vue dans certaines chambres, la propreté, la literie confortable et l'accueil de l'hôte./globe-trotting.com/



Zagreb et Dalmatie Road-trip au pays des Croates

La Pannonie, la Dalmatie, ces régions font rêver, mais font aussi partie des complications « balkaniques ». Notre géographie hésite. La première est une grande plaine qui déborde à l'est du cadre croate, la seconde donne sur l'Adriatique. L'essentiel de la Croatie est là, Zagreb en Pannonie et Zadar, Split, Dubrovnik en Dalmatie. Voilà le voyage, dans lequel s'insèrent le parc naturel des lacs de Plitvice et l'île de Korcula. Dans de splendides paysages karstiques, l'influence vénitienne le dispute au rococo autrichien, l'empire romain et Byzance font valoir leurs droits à la mémoire, de vieilles communautés juives aussi, le XXe siècle a laissé des traces. Au bord de la mer, des cités qui ont été rivales de Venise s'essaient au

monde contemporain dans le corset de leurs murailles pluricentennaires, on passe à leur pied en kayak ou en planche à voile. Un peu partout, les ceps de vigne se tiennent en rangs serrés ; ils marquent une solide tradition viticole qui ne manque pas de réjouir le voyageur adepte. La Croatie a partagé notre histoire sans que nous en ayons vraiment conscience et elle nous est étonnamment proche !

Votre voyage

Tout au long de l'itinéraire, vous circulez en automobile sur des chaussées très praticables - et deux ferries vous font passer l'eau. Aucune monotonie, au contraire, des paysages qui se renouvellent sans cesse. Le soir, un hôtel ou un appartement, dont la situation a été évaluée pour

vous permettre de jouir immédiatement de l'étape. Confortable, facile à vivre, un pied dans l'Histoire, l'autre dans les facilités d'aujourd'hui, vous y disposez de l'utile et de l'agréable. Avec cela, bonne table sur place, ou pas loin. Dès qu'on est au bord de la mer, celle-ci se rejoint facilement. Trois rendez-vous à votre agenda. Like a friend à Zagreb d'abord. Il s'agit de découvrir la ville de la façon dont ses habitants la vivent et selon l'ordre de vos curiosités. Votre guide se réservant de vous en dévoiler des aspects inattendus. Le parc des lacs de Plitvice s'explorer aisément à pied, en bateau, en train panoramique même. Quant à la visite privée de Dubrovnik, elle vous conduit vraiment à l'intime de la vieille cité. Expérience culinaire à Split ? Guide naturaliste à Plitvice ? Croisière dans l'archipel des Kornati ? Possible bien sûr, il suffit de nous en parler. Chemin faisant, un désir non prévu, ou un léger contretemps, peut survenir. Pour un tel cas, vous disposez des coordonnées de notre service de conciergerie sur place./voyageursdumonde.fr/



Les 6 plus belles plages d'Albanie



La mer est l'une des grandes motivations d'un voyage en Albanie. Elle offre des plages pour toutes les envies, des eaux cristallines qui ravissent les yeux et le cœur, et une longue saison balnéaire qui comble les désirs de tous les voyageurs, du contemplatif au fêtard ! Découvrez notre sélection des plages les plus paradisiaques d'Albanie.

Plage de Ksamil, la plage la plus connue d'Albanie

Ces photos qui vous ont décidé à prendre un billet pour l'Albanie, elles n'étaient pas trafiquées. Ksamil et ses environs en sont la preuve. Allongé au soleil, on ne peut qu'être ébloui par le tableau des eaux turquoise léchant le sable blanc, avec au large les îles jumelles. Revers de la médaille, les plages du lieu sont souvent bondées. Que cela ne vous dissuade pas pour autant d'y étendre votre serviette, au moins pour le temps d'une baignade.

Plage de Dhërmi, l'autre joyau de la Riviera albanaise

La plage de Dhërmi est l'une des plus renommées de la Riviera albanaise. Elle s'étend sur plusieurs kilomètres, formant une éblouissante bande de galets blancs, baignée par une eau d'un bleu profond. En dehors de la haute saison, la plage est très calme. Même si les mois d'été attirent désormais de nombreux visiteurs, elle est suffisamment vaste pour que chacun puisse trouver un coin tranquille, même au cœur du mois d'août. Les explorateurs découvriront de nombreuses criques et petites baies le long de la côte, notamment la célèbre plage des Drymades.

Plage de Jalë, idéale pour le snorkeling

Avec en toile de fond des collines couvertes d'oliviers, la belle plage de Jalë occupe une superbe baie couverte de

galets. Dépendant de Vuno, un petit village à mi-chemin entre Dhërmi et Himarë, elle s'atteint après une demi-heure de marche ou quelques minutes de voiture sur une route goudronnée.

Plage d'Himara, la perle de la côte ionienne

La ville d'Himarë est une étape incontournable sur la Riviera albanaise. Malgré son développement au cours de la dernière décennie, elle n'a pas perdu son charme, bien que la plage de la ville soit maintenant bondée en été. Pour plus de calme, dirigez-vous à 4 km au sud de la ville vers la plage de Llamani, une large plage de pierres blanches adossée à des collines ondulantes et dont l'eau claire invite à la baignade.

Plage de Livadhi : une bonne option pour les enfants

Beaucoup y vont à pied depuis Himarë, en suivant les indications, pour se rafraîchir ensuite dans la mer cristalline. La plage de Livadhi est l'une des plages les mieux équipées de la Riviera albanaise, avec un grand parking (pourtant plein en août). Longue et large, elle est semée d'établissements qui vous loueront volontiers chaise longue et parasol. Livadhi est une bonne option pour les familles. Si vous cherchez la tranquillité, une succession de petites criques accueillantes (n'y allez pas pieds nus) se cache au nord.

Plage de Gjipe, la plage « secrète » d'Albanie

Accessible uniquement par un sentier de randonnée ou en bateau, la plage de Gjipe est une destination de choix pour les aventuriers. Cette plage isolée est entourée de falaises impressionnantes et offre un cadre naturel époustouflant. Le canyon de Gjipe, situé juste derrière la plage, est également une attraction à ne pas manquer pour les amateurs de randonnée et d'escalade./lonelyplanet.fr/

Mélanomes : les reconnaître et les soigner

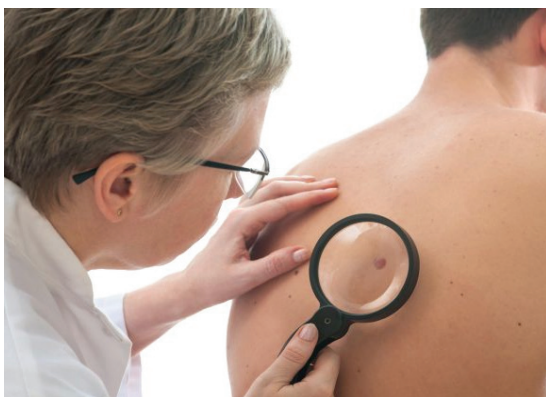
Mélanomes. Le mélanome est une tumeur maligne développée à partir des mélanocytes. Les mélanocytes se trouvent dans la peau, les muqueuses, les yeux, et le système nerveux central. Découvrez les signes, les causes et les traitements possibles.

Mélanome : qu'est-ce que le cancer de la peau ?

Le mélanome est une tumeur maligne développée à partir des mélanocytes. Les mélanocytes se trouvent dans la peau, les muqueuses, les yeux, et le système nerveux central. C'est l'un des cancers les plus agressifs qui soient, mais le traitement à une phase initiale permet de guérir le patient. Aussi, il existe plusieurs formes de mélanomes.

Epidémiologie du mélanome cutané

La fréquence du mélanome est en augmentation rapide depuis plusieurs années. C'est un des cancers les plus communs de l'adulte jeune et un de ceux dont la fréquence augmente le plus dans le monde. Depuis 40 ans, le nombre de mélanomes double tous les 5 ans, celui des autres cancers cutanés tous les



10 ans. Les mélanomes les plus meurtriers ne représentent aujourd'hui que 5% des cancers de la peau mais leur incidence croissante est préoccupante.

Causes et facteurs de risque

On retient : L'exposition brutale des peaux claires au soleil durant l'enfance ; L'existence de nombreux nævi pigmentaires préexistants (grains de beauté).

L'exposition aux UV

Le rôle du phototype est connu. Les individus à phototype clair sont les plus menacés.

Les yeux clairs ou bleus, les cheveux blonds ou roux, le teint clair, la présence d'éphélides (taches de rousseur), la tendance aux coups de soleil, l'impossibilité de bronzer sont des facteurs de risque notable de mélanome (multiplié par 2 ou 3). Les brûlures solaires reçues dans l'enfance et l'adolescence doublent le risque de survenue ultérieure d'un mélanome.

Les nævi pigmentaires

La plupart des mélanomes malins se développent à partir de mélanocytes en peau saine ; il n'y en a que 20 à 40% qui

prennent naissance à partir d'un nævus pigmentaire. Cela signifie qu'enlever l'ensemble des grains de beauté d'un patient ne le prémunirait pas contre la survenue d'un mélanome.

Facteurs héréditaires

Les cas familiaux de mélanomes ont donné lieu à de nombreuses études. Dans le cas des mélanomes héréditaires, on a démontré la transmission autosomique sur le mode dominant par un gène de susceptibilité placé sur le bras court du chromosome 1 près du gène déterminant le groupe rhésus (1p36). Le risque relatif est augmenté de 2,4 quand un membre de la famille a eu un mélanome.

Une récurrence

Un patient ayant déjà présenté un mélanome a plus de risque d'en présenter un autre même si ce risque est chiffré de façon diverse. Le risque relatif serait multiplié par 8,5 et plus encore quand le premier mélanome a été diagnostiqué avant 40 ans. Certaines associations cancéreuses sont fréquentes (en excluant les mélanomes pouvant être secondaires au traitement du cancer initial)./doctissimo.fr/

Allergie aux antibiotiques : quels symptômes et comment réagir ?

L'allergie médicamenteuse est un phénomène rare chez l'enfant mais fréquent chez l'adulte. Parmi les antibiotiques, ce sont les pénicillines qui sont les plus impliquées. Il est important de savoir reconnaître une réaction allergique des autres réactions médicamenteuses, pour éviter des évictions inutiles, pouvant être préjudiciables pour des traitements infectieux ultérieurs. Le docteur Joëlle Birnbaum, allergologue, nous en explique le mécanisme.

Peut-on devenir allergique à un médicament du jour au lendemain ?

Vous connaissez cet antibiotique, l'avez déjà pris à plusieurs reprises au cours de votre vie sans que cela pose le moindre souci et, tout à coup, vous vous mettez à développer une réaction allergique. "C'est une évidence, pour développer une réaction allergique aux antibiotiques comme aux autres médicaments, il faut déjà avoir pris cet antibiotique en général plusieurs fois, voire de manière rapprochée, précise, le docteur Joëlle Birnbaum.

L'allergie aux antibiotiques, possible à tous les âges



L'allergie aux antibiotiques est plus généralement aux médicaments n'est pas héréditaire. De même qu'avoir des allergies respiratoires ou alimentaires ne représentent pas un facteur de risque de développer une allergie à un antibiotique.

Boutons, éruption cutanée, urticaire... Comment savoir si on ne supporte pas un antibiotique ou qu'on y est allergique ?

La réaction allergique à un antibiotique peut entraîner des manifestations immédiates dans les 30 minutes qui suivent l'ingestion ou retardées, apparaissant sous traitement après plusieurs heures ou jours.

Quels sont les 2 symptômes les plus dangereux lors d'une réaction allergique ?

Plusieurs symptômes nécessitent une intervention en urgence après la prise de l'antibiotique : L'œdème de Quincke Des difficultés respiratoires ; Une crise d'asthme importante Une modification de la tension artérielle ; Un choc anaphylactique.

Allergie aux antibiotiques : bien réagir

Dans le cas de réactions allergiques immédiates, on appelle son médecin ou on compose le 15 afin qu'un avis médical détermine la gravité de la situation. "La réaction immédiate est de courte durée, rassure la spécialiste.

Tout va rentrer dans l'ordre sans séquelle avec un traitement adapté dans les heures qui suivent. Si la réaction est uniquement cutanée, un traitement symptomatique et une surveillance à la maison sont

suffisants.

Quel test pour en être sûr ?

Tous les médicaments administrés en même temps peuvent être impliqués dans cette allergie soudaine. "D'autant plus que lorsqu'on est malade, il est très rare de prendre qu'un seul médicament, remarque le médecin. Reste à débusquer le vrai responsable". Direction : sur les conseils de son médecin, le cabinet de l'allergologue qui à l'aide d'un interrogatoire précis et de tests cutanés va tenter de définir si l'antibiotique est bel et bien le responsable de la crise allergique vécue.

Amoxicilline, pénicilline, augmentin, clamoxyl... Comment calmer l'allergie aux antibiotiques ?

Si un antibiotique est finalement mis en lumière comme responsable lors des tests allergologiques, la conduite à tenir sera son éviction ainsi que celle des médicaments de la famille à laquelle il appartient. "Les pénicillines (amoxicilline) appartiennent à la famille des bêta-lactamines comme les céphalosporines (cefepodoxime), prend en exemple Joëlle Birnbaum./doctissimo.fr/

Cette odeur typique chez les personnes âgées a une explication surprenante !

L'odeur typique des personnes âgées n'est pas seulement liée à leur hygiène. Selon un expert, une autre raison permet d'expliquer ce phénomène. Et surprise : un aliment en particulier permettrait de la corriger.

Pourquoi l'hygiène ne suffit-elle plus à masquer l'odeur des personnes âgées ?

Nos odeurs corporelles sont provoquées par la sueur, les bactéries et les cellules mortes présentes sur notre épiderme. Autant d'éléments relativement faciles à neutraliser avec des gestes simples : douche quotidienne, vêtements propres et savon adapté. Mais cette routine devient nettement moins efficace à mesure que notre corps vieillit.

Ce que la science dit sur les causes biologiques et hormonales

En parallèle, le vieillissement affaiblit nos défenses naturelles, notamment les antioxydants de la peau. Avec l'âge, la production de sébum change, les cellules mortes s'accumulent plus longtemps, et le renouvellement cutané ralentit. C'est donc un terrain fertile pour l'oxydation lipidique et l'apparition du fameux 2-nonéol.

Comment réduire cette odeur de l'intérieur ?

Pour contrer cette odeur, l'approche doit être globale. L'objectif étant de réduire l'oxydation des lipides en renforçant la capacité antioxydante du corps. "Une alimentation riche en fruits, légumes et antioxydants est essentielle" conseille le médecin. Et un aliment, en particulier, peut aider : les champignons. Ils sont naturellement riches en ergothionine (un puissant antioxydant) et en spermidine, une molécule qui favorise l'autophagie, ce processus par lequel nos cellules se nettoient et se régénèrent./doctissimo.fr/

Un salaire mirobolant et des contrats valant des millions... Quelle est la fortune de Lamine Jamal ?

Un article de presse a révélé la fortune de la jeune star espagnole Lamine Jamal, le joyau du FC Barcelone, qui a récemment remporté la Coupe du monde 2026 avec son équipe nationale. Jamal (19 ans) est au centre de l'attention de la presse espagnole et internationale non seulement en raison de son talent footballistique et de ses performances techniques sur le terrain, mais aussi pour d'autres raisons, notamment ses activités commerciales et ses contrats de sponsoring à un jeune âge, qui lui ont permis d'amasser une grande fortune.

La richesse de Lamine Jamal

Le site web américain « Celebrity Net Worth », spécialisé dans l'estimation de la fortune des célébrités, des hommes d'affaires, des athlètes et des artistes du monde entier, a déclaré que la fortune de Lamine Jamal est actuellement estimée à 15 millions de dollars.

Compte tenu de son jeune âge et de son talent, on prédit également que Lamine Djamel deviendra l'un des joueurs les mieux payés à l'avenir, peut-être même de toute l'histoire du football.

Lamine Yamal (Espagne) arrive à East Rutherford, dans le New Jersey, près de New York, pour la finale de la Coupe du monde de football opposant l'Espagne à l'Argentine, le dimanche 19 juillet 2026. (Photo AP/Pamela Smith) Lamine Jamal serait lié à d'importants contrats de sponsoring avec des entreprises partenaires (Associated Press).

De son côté, le magazine américain « Hello » a confirmé que les revenus d'Amin Jamal ont connu une hausse sans précédent après la signature de son nouveau contrat avec Barcelone à l'été 2025.

Aux termes de l'ancien contrat, Lamine percevait un salaire annuel de 1,82 million de dollars, qui est passé à 18



millions de dollars avant impôts dans le nouveau contrat de six ans, un montant susceptible d'augmenter progressivement en fonction des primes de performance et des championnats. Ce nouveau salaire place Lamine Jamal à la dixième place du classement du magazine Forbes des footballeurs les mieux payés au monde. Ces chiffres confirment la brillante carrière de Lamine Jamal, au cours de laquelle il a établi de nombreux records, notamment celui d'être le plus jeune joueur à avoir participé officiellement à un match de l'équipe première du FC Barcelone à l'âge de 15 ans, 9 mois et 16 jours, ainsi que celui de plus jeune buteur de l'histoire de l'équipe nationale espagnole et du Championnat d'Europe (Euro), et celui de plus jeune nommé pour le Ballon d'Or à l'âge de 17 ans.

Partenariats commerciaux

Outre son salaire versé par Barcelone, le talent espagnol perçoit des revenus financiers très importants grâce à des contrats de sponsoring et des partenariats avec de grandes entreprises et marques internationales. Le plus important de ces contrats est sans doute celui qu'il a signé avec la société allemande Adidas, qui lui rapporte environ 34 millions de dollars sur une durée de dix ans, en plus

d'autres contrats avec des entreprises, notamment Beats Electronics, affiliée à Apple, Oppo, Powered, Konami et le Fonds des Nations Unies pour l'enfance (UNICEF).

L'origine de Lamine Jamal

Lamine Jamal est né le 13 juillet 2007 dans la région de Mataro, dans le district de Rocafunda, d'un père marocain, Mounir Nasraoui, et d'une mère originaire de Guinée équatoriale nommée Sheila Ibana.

Lamine Jamal est très proche de sa grand-mère Fatima, envers qui il a toujours exprimé son amour et sa reconnaissance. Elle fut la première membre de la famille à s'installer en Espagne en provenance du Maroc.

Concernant le rôle et l'influence de sa grand-mère Fatima dans sa vie, il a déclaré dans une interview précédente : « Elle travaillait trois équipes pour que mon père (Munir) puisse la rejoindre, car il vivait au Maroc. Lorsque ma grand-mère a réuni un peu d'argent, elle a payé une femme pour faire venir mon père et sa tante, qui sont arrivés alors qu'ils avaient trois ans. »

Lamine a admis avoir vécu une longue période de sa vie dans un très petit appartement, où la cuisine et la chambre se trouvaient au même endroit. Source : Presse étrangère

Lamine Djamel et Haaland figurent en tête de la liste des joueurs les plus chers du monde après la Coupe du monde 2026

Transfermarkt, la plateforme leader mondiale de bases de données et d'évaluations de marché des joueurs de football, a publié sa nouvelle mise à jour complète des niveaux de prix des joueurs.

La mise à jour publiée après la conclusion de la Coupe du monde 2026 a révélé des progrès exceptionnels, dévoilant des records sans précédent dans l'histoire du jeu.

Jamal et Haaland sont en tête

L'Espagnol Lamine Djamel et le Norvégien Erling Haaland sont entrés dans l'histoire du sport en devenant les premiers joueurs dont la valeur marchande a dépassé les 200 millions d'euros (environ 216 millions de dollars) selon les estimations du site.

La valeur estimée de chacun d'eux a augmenté de 20 millions d'euros (environ 21,6 millions de dollars) pour atteindre 220 millions d'euros (environ 237,6 millions de dollars), dépassant ainsi le Français Kylian Mbappé, qui est arrivé en troisième position avec une valeur de 200 millions d'euros (environ 216 millions de dollars).

Liste des 10 joueurs les plus chers du monde (Transfermarkt):

- 1- Lamine Jamal (Barcelone) : 220 millions d'euros (environ 237,6 millions de dollars)
- 2- Erling Haaland (Manchester City) : 220 millions d'euros (environ 237,6 millions de dollars)
- 3- Kylian Mbappé (Real Madrid) : 200 millions d'euros (environ 216 millions de dollars)
- 4- Michael Olise (Bayern Munich) : 170 millions d'euros (environ 183,6 millions de dollars)
- 5- Jude Bellingham (Real Madrid) : 160 millions d'euros (environ 172,8 millions de dollars)
- 6- Pedri (Barcelone) : 150 millions d'euros (environ 162 millions de dollars)
- 7- Vinicius Junior (Real Madrid) : 140 millions d'euros (environ 151,2 millions de dollars)
- 8- Khvitcha Kvaratskhelia (Paris Saint-Germain) : 140 millions d'euros (environ 151,2 millions de dollars)
- 9- Vitena (Paris Saint-Germain) : 140 millions d'euros (environ 151,2 millions de dollars)
- 10- Joao Neves (Paris Saint-Germain) : 140 millions d'euros (environ 151,2 millions de dollars).

Lueur catalane

Cette mise à jour reflète directement les performances individuelles et collectives lors du récent tournoi international, le FC Barcelone bénéficiant de la plus grande part des augmentations :

Pau Cobars : Il a remporté le prix du meilleur jeune joueur de la FIFA, ce qui a fait grimper sa valeur marchande à 100 millions d'euros (environ 108 millions de dollars), faisant officiellement de lui le défenseur le plus précieux du monde, à égalité avec le Français William Saliba.

Ferran Torres : Sa valeur a augmenté de 5 millions d'euros (environ 5,4 millions de dollars) pour dépasser les 50 millions d'euros (environ 54 millions de dollars), influencée par son but décisif qui a assuré le titre de champion à l'équipe nationale.

Juan Garcia : Il arrive en tête de la liste des gardiens de but les plus chers du monde, à égalité avec Gianluigi Donnarumma, avec une valeur de 45 millions d'euros (environ 48,6 millions de dollars).

Pedri : Il s'est installé à la sixième place parmi les meilleurs milieux de terrain du monde avec une valeur de 150 millions d'euros (environ 162 millions de dollars), juste derrière Jude Bellingham.

Lamine Jamal : en tête de liste des attaquants et des ailiers, ce qui fait de lui le joueur le plus précieux au monde, toutes positions confondues.

Classement des clubs

Malgré la forte présence de joueurs du FC Barcelone en tête de leurs classements individuels, le club catalan ne figure pas dans la liste des cinq clubs les plus précieux au monde :

- Première place : Manchester City
Deuxième place : Real Madrid.
Troisième place : Paris Saint-Germain.
Quatrième place : Chelsea.
Cinquième place : Arsenal.
Sixième place : Barcelone.

Offres d'été et inflation financière

De nombreux transferts estivaux ont été affectés par ces mises à jour, ce qui s'est reflété sur le marché des transferts :

Julian Alvarez : Sa valeur marchande est passée à 120 millions d'euros (environ 129,6 millions de dollars) contre 100 millions d'euros auparavant (environ 108 millions de dollars) malgré ses performances en baisse dans le tournoi.

Anthony Gordon : Sa valeur est passée de 65 à 80 millions d'euros (environ 70,2 à 86,4 millions de dollars), ce qui correspond au montant réel payé par Barcelone pour l'acquérir malgré les nombreuses critiques de l'époque.

Elliott Anderson : Le joueur dont la valeur a le plus augmenté ; sa valeur est passée de 75 à 110 millions d'euros (environ 81 à 118,8 millions de dollars) après son transfert à Manchester City pour un montant de 135 millions d'euros (environ 145,8 millions de dollars).

Morgan Rogers : Il a également atteint une valeur de 110 millions d'euros (environ 118,8 millions de dollars) après son transfert à Chelsea dans le cadre d'un accord d'une valeur de 138 millions d'euros (environ 149 millions de dollars). Source : Al Jazeera + Presse étrangère

L'équipe nationale algérienne a terminé la compétition à la deuxième place

L'équipe algérienne de judo dans la catégorie junior (hommes-femmes) a pris la deuxième place et remporté la médaille d'argent dans la compétition par équipe mixte du Championnat d'Afrique 2026, qui s'est terminé aujourd'hui, dimanche, après plusieurs jours de compétition.

Ce résultat était identique à celui de la compétition individuelle de samedi, où l'équipe a remporté 14 médailles, dont 3 d'or, 5 d'argent et 6 de bronze, derrière l'équipe égyptienne qui a remporté le titre (6 d'or, 3 d'argent, 4 de bronze).

Les médailles d'or algériennes ont été remportées par Salah Eddine Moudather (moins de 66 kg), Mohamed Cherif Dahmani (plus de 100 kg) et Camelia Ben Youssef (moins de 63 kg).

Le total national a également été augmenté par cinq médailles d'argent remportées par Adel Boussahel (moins de 60 kg), Mohamed Amine Degouah (moins de 66 kg), Abdelhak Fejel (moins de 81 kg), Ahmed Sami Bouyaakoub (moins de 100 kg) et Douaa Ritaj Boudhan (moins de 70 kg).

Six lutteurs se sont contentés de la médaille de bronze, à savoir Mohamed Bilal Ben Khamou (moins de 60 kg),

Abdelhak Oussama Hazil (moins de 73 kg), Imad Mahibel (moins de 90 kg), Mounil Makhlouf (moins de 48 kg), Dounia Berhoual (moins de 63 kg) et Lydia Kachout (moins de 78 kg).

Pour sa part, Rim Asmaa Miloudi (plus de 78 kg) a terminé à la cinquième place, après avoir perdu le match pour la médaille de bronze contre la Camerounaise Mayra Seke Nsango, tandis que le duo Hanane Brahimi et Nourhane Ghazali, qui participaient à la catégorie des moins de 57 kg, ont quitté la compétition dès le tour de qualification, après avoir perdu respectivement contre l'Angolaise Manuela Sebastiao (Groupe 2) et la Camerounaise Marie France Mbele (Groupe 3).

Les compétitions de la catégorie intermédiaire ont été précédées par les compétitions de la catégorie junior, dans lesquelles les deux équipes algériennes (masculine et féminine) ont brillé, notamment dans les compétitions individuelles, après avoir occupé la première place avec un total de 18 médailles, dont 4 d'or, 6 d'argent et 8 de bronze.

L'Algérie s'est hissée en tête du classement, devant l'Égypte, arrivée deuxième avec 3 médailles d'or, 5 d'argent et 6 de bronze, et la Tunisie avec



2 médailles d'or, 1 d'argent et 7 de bronze, tandis que les équipes nationales ont été battues en finale des compétitions par équipes mixtes par l'équipe égyptienne.

Cette édition du Championnat africain de judo a vu la participation de 142 athlètes dans la catégorie junior (79 hommes et 63 femmes représentant 18 pays), ainsi que de 176 lutteurs dans la catégorie intermédiaire (91 hommes et 85 femmes représentant 20 pays).

L'Algérie a participé à cette compétition avec une délégation de 37 athlètes, dont 20 dans la catégorie junior et 17 dans la catégorie intermédiaire.

Dans le monde un 28 Juillet

- 2019 : Le 106e Tour de France cycliste a été remporté par le Colombien Egan Bernal devant son coéquipier Geraint Thomas et Steven Kruijswijk. Maillot à Pois : Romain Bardet - Maillot Vert : Peter Sagan pour la septième fois de sa carrière - Maillot Blanc : Egan Bernal avec ses 22 ans.
- 2010 : Un vote parlementaire interdit les corridas en Catalogne (Espagne) et donne une victoire historique aux opposants à la tauromachie.
- 2005 : L'IRA ordonne la fin de sa campagne armée.
- 2002 : Football, Rivaldo rejoint le Milan-AC pour un contrat de trois ans.
- 1999 : Promulgation de la loi sur la Couverture Maladie Universelle (CMU).
- 1998 : BMW rachète la marque Rolls-Royce.
- 1996 : Découvert de l'homme de "Kennewick" un squelette daté de 9 230 à 9 510 ans, en territoire indien.
- 1993 : Admission au sein de l'ONU de la principauté d'Andorre.
- 1989 : M. Ali Akbar Hachemi Rafsandjani élu président de l'Iran.
- 1976 : Chine - 242 419 personnes tuées lors d'un séisme sur la ville de Tangshan (est de Pékin).
- 1976 : Christian Ranucci, est exécuté à la prison des Baumettes Paris. Condamné à mort pour le meurtre de la petite Marie Dolorès âgée de 8 ans disparue le 3 juin 1974 dans la région de Marseille. Juste avant d'être guillotiné il clame son innocence et demande à ses avocats de le réhabiliter.
- 1952 : Le roi Farouk d'Egypte abdique.
- 1951 : Sortie en salle du dessin animé "Alice au Pays des merveilles".
- 1950 : Crash d'un Lockheed L-049 de la Panair do Brasil à Sao Leopoldo (50 morts).
- 1945 : Accident d'avion à New York, un bombardier de l'US Air Force percute l'Empire State Building faisant 13 morts.
- 1929 : Signature à Genève de la convention sur le traitement des prisonniers de guerre.
- 1902 : naissance de Karl Popper à Vienne (Autriche), philosophe britannique l'un des plus influents philosophes des sciences du XXe siècle.
- 1899 : naissance de Sophie Alice Cocécia dite Alice Cocécia à Sinaia (Roumanie), actrice et chanteuse française d'origine roumaine. Elle fut également directrice de théâtre et metteuse en scène.
- 1887 : naissance de Marcel Duchamp à Blainville (Seine Maritime), peintre français. isere-annuaire.com/

Selma Lagerlöf est la première femme à recevoir le prix Nobel de littérature

Selma Ottilia Lovisa Lagerlöf, née au manoir de Mårbacka dans le Värmland en Suède le 20 novembre 1858 et morte le 16 mars 1940 au même endroit, est une femme de lettres suédoise. Ses œuvres les plus connues sont la Saga de Gösta Berling parue en 1891, et Le Merveilleux Voyage de Nils Holgersson à travers la Suède paru en 1906-1907. En 1909, elle est la première femme à recevoir le prix Nobel de littérature. Selma Lagerlöf est la cinquième enfant du lieutenant Erik Gustaf Lagerlöf et de son épouse Louise Wallroth. Ses parents vivent dans la Värmland et appartiennent à de vieilles familles de cette province, située dans le sud-ouest de la Suède. Une grande partie de ce qu'elle raconte sur cette région de la Suède trouve son origine dans les légendes et récits värmlandais qui ont bercé son enfance. Elle se forme au Högre lärarinneseminariet, institut de formation d'ensei-

gnantes de Stockholm de 1882 à 1885, puis elle travaille comme institutrice à l'école de filles de Landskrona de 1885 à 1895. Le domaine de Mårbacka est vendu en 1887, et quitte les mains de la famille en 1889. La Saga de Gösta Berling est publiée en 1891. Dans cette épopée romantique, elle laisse éclater son imagination naïve et fantastique dans un style rythmé et lyrique. Cette œuvre lui vaut une grande notoriété en Suède. En 1894, elle rencontre l'écrivaine suédoise Sophie Elkan, dont elle tombe profondément amoureuse et qui aura une influence importante sur son œuvre. Les ouvrages de Selma Lagerlöf, qui exaltent l'esprit national suédois, ont été mis en relation avec le Nationalromantik. Elle a également été influencée par Knut Hamsun. Les succès qu'elle remporte avec ses écrits lui permettent de réaliser son rêve de racheter le domaine familial en 1910.



Le Merveilleux Voyage de Nils Holgersson à travers la Suède est également une de ses œuvres majeures, empreinte de poésie, et issue d'une commande du monde de l'enseignement : des enseignants souhaitaient qu'elle écrive un ouvrage constituant une introduction pour les enfants à la géographie du pays. Première femme lauréate du prix Nobel de littérature, en 1909, elle est également la première femme élue à l'Académie suédoise en 1914. En 1918, elle publie un roman pacifiste, Le Banni. fr.wikipedia.org/

Le saviez-vous?

Il y a 23 pays dans le monde qui n'ont pas d'armée !



Même en période de crise économique mondiale et de réduction des budgets nationaux, de nombreux pays s'accrochent à leurs forces militaires. Les dépenses de défense, dans la plupart des États, sont considérées comme une nécessité inévitable pour protéger leurs citoyens. Mais ce n'est pas le cas de 23 pays dans le monde. En effet, ces derniers n'ont pas d'armée, la plupart sont de petites nations dépourvues de capacités militaires parmi elles l'Andorre, le Costa Rica, le Liechtenstein, le Vatican, le Samoa, Nauru, Kiribati et d'autres États insulaires. En outre, 6 pays sans armée permanente maintiennent des forces paramilitaires limitées pour se protéger. Ceux-ci incluent l'Islande, Monaco, Haïti, Vanuatu, le Panama et l'île Maurice. De nombreux pays ont été formés sans armée lors de leur accession à l'indépendance, y compris les États fédérés de Micronésie, Palaos, Samoa et Tuvalu, et n'ont donc pas jugé nécessaire de créer une armée, en raison de leur petite superficie et de l'absence d'ennemis étrangers. D'autres pays ont été complètement démilitarisés. Comme, par exemple, le Costa Rica qui a dissous son armée en 1948 après un conflit interne sanglant. Visitez armees.com pour en savoir plus sur le monde militaire. lesaviezvous.net/

Journée mondiale contre l'hépatite



Cette journée mondiale, voulue par l'OMS, est destinée à faire connaître les différentes formes d'hépatite au grand public et fournir des axes d'action:

- comment reconnaître les hépatites?
- comment l'hépatite se transmet-elle?
- qui est exposé à l'hépatite ?
- quelles sont les différentes méthodes de prévention et de traitement ?

Malgré les ravages provoqués, les différentes hépatites sont en grande partie méconnues, elle ne sont souvent pas diagnostiquées ni traitées. Plus d'un milliard de personnes sont infectées par une hépatite B ou C. La journée contre l'hépatite vient à point nommé nous rappeler l'ampleur du fléau : les risques hépatiques représentent un risque majeur pour la santé dans le monde avec près de 1,4 million de décès enregistrés chaque

année et des centaines de millions de personnes touchées par cette affection chronique.

Hépatite A : 1,4 million de cas d'hépatite A sont enregistrés chaque année.

Hépatite B : 2 milliards de personnes infectées par l'hépatite B

Hépatite C : 150 millions de personnes sont porteuses de l'infection chronique par l'hépatite C.

Des actions de dépistage: Des manifestations dans le but de sensibiliser la population existent dans de nombreux pays et enregistrent des résultats. La France a également eu sa propre journée de dépistage de l'hépatite C, le 16 octobre, supprimée depuis 2013. A contrario, le ministère de la santé canadien a mis un place un mois complet de sensibilisation. Peut-être un exemple à suivre.../journée-mondiale.com/

	ELLE COUPE UN ANGLE	ISOLER DES BRUITS	LE CÉSIIUM	BÉQUILLE	GARDES DU CORPS	ACTION DE LUBRIFIER	PRÉNOM D'HOMME	A TOUCHÉ LE FILET	A INSPIRÉ PHÈDRE
A DEUX TÊTES	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
MIS EN PLACE	▶								
SIGLE PAPAL	▶		HOMME DU MONDE	▶					
			PEINTRE ITALIEN (LE)	▼					
DE LA COLLECTIVITÉ	▶							LIEUX DÉFRICHÉS	
BOÎTE DES ENARQUES	▶			COUVERTE DE MIE	▶			▼	
				UN SACRÉ CHAPEAU	▼				
SUITES DE PERSONNES	▶								MENTION- NÉE
PACTE	▶						SCANDIUM AU LABO	▶	▼
							TEINTÉ EN ROUGE PÂLE		
ATTACHAS	▶					CHAÎNE D'ITALIE	▶	▼	
						COMMUNE RUSSE	▼		
RIVIÈRE DE MUNICH	▶				TRÉPAS	▶			
					RESSENTI À LA FIN	▼			
TRAVAILLEUR SYNDIQUÉ	▶				▼				
TRANCHE DU PASSÉ	▶			NACRÉ	▶				



Le village Méditerranéen de la dégustation

مهرجان وهران الباهية للتذوق
القرية المتوسطية بلقايد - وهران

Oran El Bahia Food Festival

مهرجان وهران الباهية للتذوق

Du 25 Juillet au 01 Août 2026

Village Méditerranéen — Belgaid Oran —

CABO
الجمعية الوطنية للتجار و الحرفيين
National Association of Traders and Craftsmen

MEDIA EXPERT



PHARMEX 10

CENTRE DE CONVENTIONS ORAN

22 23 24 OCTOBRE 2026

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

ORGANISÉ PAR : **PHARMEX CONSULTING**

EN PARTENARIAT AVEC :



تشاد
ضيف الشرف

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

AGRI TECH EXPO

4^{ème} édition

13/14/15 OCTOBRE 2026
SHERATON ANNABA

**حلول مبتكرة
من أجل إنتاج
فلاحي وحيواني مستدام**

AGRITECH 2026
التحدي الوطني

التشريف الإعلامي
ALCA
Agr'Info
MEDIA EXPERT
ScanEvent