



Les Algériens ont donné
la plus belle image
de l'Algérie solidaire
et victorieuse P.2



الصالون الدولي للاستثمار
الفاحي والتكنولوجي
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

AGRITTECH 2026
التحدي الوطني

www.incoevent.com

التكنولوجيا
الزراعية

ALFA ROMEO
AgriVillage
MEDIA
ScanEvent

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 8 Septembre 2026
Quotidien National Economique
N° 2344 - Prix 30 DA



Développement et modernisation d'Alger Rabehi suit l'avancement des projets du Plan Jaune et renforce les mesures préventives

Le ministre, wali de la wilaya d'Alger, Mohamed Abdenour Rabehi, a présidé samedi une réunion consacrée au suivi de l'état d'avancement des projets inscrits dans le cadre du Plan Jaune de la vision stratégique pour le développement et la modernisation de la capitale.

La rencontre a également porté sur plusieurs dossiers liés à l'environnement, à la prévention des incendies de forêt ainsi qu'aux préparatifs en prévision de la saison automnale et des éventuelles intempéries, indique un communiqué des services de la wilaya d'Alger.

Au cours de la réunion, des exposés ont été présentés sur l'avancement des travaux de plusieurs projets de dédoublement et d'aménagement routier. Parmi ces opérations figure notamment le dédoublement du chemin de wilaya (CW) n°233, reliant l'Opéra d'Alger « Boualem Bessaïf » au CW n°133. Les participants ont également examiné l'état d'avancement du projet du CW n°133 reliant la localité de Balouta, à Ouled Fayet, à Souidania, jusqu'à l'entrée de Douéra, ainsi que celui du CW n°142 reliant Souidania à Ouled Fayet, en passant par les Cités Vertes jusqu'à la cité universitaire pour filles n°3. Le projet d'aménagement de la RN36, reliant les communes de Baba Hassen et Ouled Fayet, a également été présenté. La réunion a, par ailleurs, permis de faire le point sur le projet de réalisation de deux pénétrantes autoroutières reliant le complexe olympique Mohamed-Boudiaf à Khraïcia. Ces infrastructures doivent notamment assurer la liaison depuis la pénétrante de Draria vers le quartier des 2.000 logements AADL à Draria et la zone d'Oued Tarfa.

Selon les services de la wilaya, ce projet répond aux attentes exprimées par les habitants de la région et devrait contribuer à fluidifier les déplacements des véhicules depuis et vers l'autoroute desservant le stade du 5-Juillet, ainsi que les différents axes de la capitale. À cette occasion, M. Rabehi a instruit les responsables concernés de poursuivre le déplacement des différents réseaux entravant l'avancement des travaux, tout en accélérant la mise en place de la signalisation directionnelle et l'installation de l'éclairage public. Le wali d'Alger a également insisté sur la nécessité d'accorder une attention particulière à la dimension environnementale des projets et d'améliorer le cadre général dans les zones concernées par les travaux. Dans le même cadre, des orientations ont été données aux walis délégués afin d'effectuer régulièrement des sorties sur le terrain et d'organiser des réunions périodiques en coordination avec les présidents des Assemblées populaires communales (APC) et les différents intervenants, afin d'assurer un suivi rapproché des chantiers. Renforcement de la propreté et prévention des incendies. Le volet environnemental a également occupé une place importante dans les travaux de la réunion. M. Rabehi a appelé à redoubler d'efforts pour améliorer le cadre urbain, éliminer les différents points noirs et récupérer les espaces occupés illégalement. Il a également insisté sur le renforcement des opérations de nettoyage des plages, des espaces de loisirs et des places publiques, afin d'offrir aux citoyens un environnement propre et un cadre de vie décent. Concernant la prévention des feux de forêt, le ministre, wali d'Alger, a souligné l'importance d'intensifier les opérations d'enlèvement des pneus usagés et des différents matériaux inflammables susceptibles de favoriser la propagation des incendies. Préparatifs pour la saison automnale. La réunion a enfin été consacrée aux préparatifs en prévision de la saison automnale et à la prévention des risques liés aux intempéries. Dans ce contexte, M. Rabehi a appelé à poursuivre les mesures préventives engagées par les services de la wilaya depuis juillet dernier, notamment les opérations de nettoyage des avaloirs et des caniveaux. Il a insisté sur la nécessité d'assurer la régularité de ces opérations tout au long de la saison des pluies, afin de renforcer la capacité de la capitale à faire face aux épisodes de fortes précipitations et de limiter les risques d'inondations. M.G.

Opep+

L'Algérie et six autres pays maintiennent leur niveau de production inchangé en octobre



L'Algérie et six autres pays de l'Opep+, disposant de capacités d'ajustement volontaire de leur production, ont convenu de maintenir inchangé leur niveau global de production pour le mois d'octobre, au regard de l'évolution du marché pétrolier international, indique un communiqué du ministère des Hydrocarbures. La décision a été prise lors d'une réunion de coordination tenue par visioconférence, à laquelle a pris part le ministre d'Etat, ministre des Hydrocarbures, Mohamed Arkab, aux côtés des ministres en charge du pétrole de l'Arabie saoudite, de l'Irak, du Kazakhstan, du Koweït, d'Oman et de la Russie. Le quota de production de l'Algérie demeurera ainsi fixé à 1,007 million de barils par jour au titre du mois d'octobre.

Conseil des ministres

Le rail vers Tamanrasset, la réforme pénale et le patrimoine au cœur des décisions

Le président de la République, Abdelmadjid Tebboune, a présidé une réunion du Conseil des ministres au cours de laquelle plusieurs dossiers stratégiques ont été examinés, notamment le développement du réseau ferroviaire, l'exploitation minière, la réforme du Code pénal, la valorisation du patrimoine archéologique et la rentrée scolaire 2026-2027.

LE RAIL JUSQU'À TAMANRASSET À L'HORIZON 2028

Parmi les principaux dossiers abordés figure le projet de ligne ferroviaire devant relier le Nord du pays à Tamanrasset, via Laghouat, Ghardaïa, El Meniaa et In Salah.

Le chef de l'État a qualifié cette liaison stratégique de « priorité absolue », appelant à mobiliser tous les moyens nécessaires afin de respecter les délais de réalisation et de permettre sa mise en service à la fin de 2028.

Présenté comme une réalisation historique, ce projet est appelé à renforcer la connexion entre les régions du Nord et l'extrême Sud du pays, tout en contribuant au développement des échanges et des activités économiques le long de cet important axe territorial.

LE PROJET MINIER VERS ANNABA PROGRESSE

Le Conseil des ministres s'est également penché sur l'état d'avancement de la ligne ferroviaire minière reliant Bled El Hadba à Oued Kebrit et au port d'Annaba.

Le président Tebboune s'est félicité du rythme des travaux et a insisté sur le respect du calendrier prévu, avec pour objectif le lancement de la production en mars 2027. Le suivi du projet de quai minéralier, réalisé dans le cadre de l'extension du port d'Annaba, figurait également à l'ordre du jour.

VERS UN DURCISSEMENT DU CODE PÉNAL

Incendies de forêt

Le président de la République salue la solidarité des Algériens :

« La plus belle image d'une Algérie solidaire et victorieuse »

Le président de la République, Abdelmadjid Tebboune, a salué l'élan de solidarité manifesté par les Algériens, à l'intérieur du pays comme à l'étranger, en faveur des populations touchées par les incendies de forêt. Lors de la réunion du Conseil des ministres qu'il a présidée, le chef de l'État a estimé que cette mobilisation populaire avait offert « la plus belle image de l'Algérie solidaire et victorieuse », soulignant la force de l'unité et de la solidarité du peuple algérien face à l'épreuve, indique un communiqué du Conseil des ministres.

En ouverture de la réunion, et après la présentation par le Premier ministre du bilan des activités du Gouvernement durant la période écoulée, M. Tebboune a souhaité la bienvenue aux nouveaux ministres nommés dans le cadre du récent remaniement gouvernemental, leur adressant ses vœux de réussite dans l'accomplissement de leurs nouvelles missions.

Le président de la République a ensuite tenu à rendre hommage à l'élan de solidarité des Algériens comme à



Sur le volet judiciaire, le président de la République a donné de nouvelles orientations concernant le projet de révision du Code pénal.

Il a demandé que les amendements prévoient l'exécution de la peine de mort à l'encontre des auteurs et commanditaires d'incendies volontaires, ainsi que des ravisseurs de mineurs et des auteurs de sévices commis contre des mineurs.

Cette orientation intervient dans le cadre de l'examen du nouveau projet de Code pénal et devrait être intégrée aux dispositions soumises aux prochaines étapes de la procédure législative.

UNE NOUVELLE AGENCE NATIONALE POUR L'ARCHÉOLOGIE

Le patrimoine culturel a également occupé une place importante dans les travaux du Conseil des ministres. Abdelmadjid Tebboune a souligné la nécessité d'engager une véritable « révolution scientifique » dans le domaine de l'archéologie, particulièrement en matière de fouilles, à travers la création d'une Agence nationale d'archéologie. Cette nouvelle institution aura notamment pour mission de mieux mettre en valeur la profondeur historique et civilisationnelle de l'Algérie, ainsi que la richesse et la diversité de son patrimoine à travers les différentes périodes de son histoire.

Le président de la République a insisté sur la nécessité de valoriser davantage ce patrimoine, dont les racines historiques remontent notamment au Royaume de Numidie. L'agence devrait bénéficier d'une autonomie administrative et financière et être placée sous la tutelle directe de la Présidence de la République.

UNE RENTRÉE SCOLAIRE SOUS LE SIGNE DE LA PERFORMANCE

Enfin, la préparation de la rentrée scolaire 2026-2027 a fait l'objet de plusieurs orientations.

Le président Tebboune a appelé à une meilleure exploitation des acquis enregistrés récemment dans le secteur de l'éducation et à une gestion davantage méthodique des ressources disponibles, afin d'améliorer la qualité et les performances du système éducatif.

Il a également insisté sur la nécessité de tirer pleinement profit de l'expérience accumulée par les ressources humaines du secteur depuis l'indépendance. Autre instruction : maintenir l'école à l'écart des courants idéologiques et des conflits politiques, afin que le débat au sein du secteur reste centré sur les questions pédagogiques. Le chef de l'État a, par ailleurs, demandé que les éventuelles propositions de changement dans le secteur soient examinées exclusivement dans le cadre du Conseil des ministres.

internet, constitue, selon M. Tebboune, « un grand honneur » pour les responsables et les personnels mobilisés dans ces secteurs.

Les indemnités doivent débiter cette semaine.

Sur le volet de la prise en charge des sinistrés, le président de la République a ordonné le lancement, dès cette semaine, du versement des indemnités.

Il a insisté sur la nécessité de préserver les citoyens de toute démarche bureaucratique et de faciliter au maximum les procédures liées à cette opération.

Le ministre de l'Agriculture a, pour sa part, été chargé d'assurer un suivi immédiat et de proximité de l'opération d'indemnisation dans le secteur agricole.

Cette mission concerne notamment les propriétaires de cheptel ayant subi des pertes lors des incendies. Le président de la République a souligné, à ce propos, que le secteur dispose d'un nombre suffisant de têtes de bétail permettant de mener à bien cette opération d'indemnisation. M.Gaouar

Transformation numérique Les Archives nationales plaident pour une cartographie nationale des archives des collectivités locales



Le Directeur général des Archives nationales, Mohamed Bounaama, a souligné la nécessité d'élaborer une cartographie nationale des archives des collectivités locales, estimant qu'un tel outil contribuerait à mieux préserver et valoriser ce patrimoine documentaire, tout en renforçant son rôle dans l'élaboration des stratégies et la prise de décision.

Intervenant à l'ouverture des conférences régionales consacrées à la gestion des documents d'activité et des archives des collectivités locales à l'ère de la transformation numérique, M. Bounaama a insisté sur l'importance de mettre en place cette cartographie afin de préserver le fonds d'archives du secteur et de valoriser le rôle stratégique des archives en tant que source essentielle d'information pour l'élaboration des politiques publiques. Cette démarche devra être accompagnée, selon lui, d'une cartographie nationale des ressources humaines spécialisées et agréées dans le domaine de la gestion des archives et des documents.

Les conférences régionales, dont les travaux ont débuté à Alger, s'inscrivent dans le cadre de la dynamique nationale visant à mettre en place une administration numérique efficace, capable de répondre aux exigences de la bonne gouvernance tout en assurant la protection et la valorisation du patrimoine institutionnel, considéré comme une composante essentielle de la mémoire nationale.

M. Bounaama a expliqué que ces ef-

forts visent notamment à construire un système national intégré de gestion documentaire, appelé à devenir un élément central de la réforme administrative, de la continuité du service public, de la préservation des droits et de l'amélioration du processus de prise de décision.

Vers une harmonisation des procédures

De son côté, le Directeur général de la modernisation, de la documentation et des archives au ministère de l'Intérieur, des Collectivités locales et des Transports, Amar Bouderbala, a relevé que l'organisation de ces rencontres traduit l'engagement du ministère et des Archives nationales à unifier les efforts et accompagner les mutations de l'administration publique.

Il a notamment mis en avant les exigences liées à la mise en œuvre de la stratégie nationale de transformation numérique, qui implique une évolution des méthodes de gestion documentaire ainsi que le renforcement des mécanismes destinés à préserver la mémoire institutionnelle et nationale.

Dans cette perspective, plusieurs outils de référence ont été mis en place afin d'harmoniser les procédures de gestion des documents d'activité et des archives des collectivités locales et de mieux organiser le volume croissant de documents produits ou reçus au niveau des wilayas et des communes. S'agissant du contrôle et du suivi, M. Bouderbala a indiqué qu'un programme d'inspection des services d'archives de 19 wilayas a été établi pour

la période 2025-2026. Cette opération vise à dresser un état des lieux de la gestion des archives et à identifier les mesures nécessaires pour optimiser le fonctionnement de ces services.

La qualification des ressources humaines au cœur de la transformation numérique

Pour sa part, le Directeur général de l'École nationale d'administration (ENA), Abdelmalik Mezhoua, a souligné l'importance des archives, qu'il a qualifiées de « mémoire de l'établissement ».

Il a également relevé que la transformation des documents en données numériques fait émerger de nouveaux enjeux, nécessitant l'adoption de mesures adaptées, notamment en matière de qualification et de formation des ressources humaines chargées de leur gestion.

Trois ateliers consacrés aux principaux enjeux

Les travaux de cette rencontre se poursuivent autour de trois ateliers thématiques. Le premier est consacré aux procédures de gestion des documents d'activité et des archives des collectivités locales. Le deuxième porte sur la structuration de la fonction d'archiviste au niveau des collectivités locales, avec un examen de la situation des ressources humaines spécialisées. Le troisième atelier est consacré à la protection et au traitement des archives historiques antérieures à 1962, un volet particulièrement important pour la préservation de la mémoire historique nationale. M. Gaouar

Adjal préside une réunion consacrée au suivi de l'accélération des projets d'électricité et d'énergie solaire au Niger

Le ministre de l'Energie et des Energies renouvelables, Mourad Adjal, a présidé une réunion de travail consacrée au suivi de nombreux projets énergétiques prioritaires en cours de réalisation au Niger, notamment dans les domaines de l'électricité et de l'énergie solaire, indique un communiqué du ministère. La réunion a porté sur l'état d'avancement des projets programmés dans la ville d'Agadez concernant la réalisation de réseaux de transport et de distribution d'électricité, le renforcement des capacités de production d'énergie électrique grâce à une turbine mobile et la réalisation d'une centrale de production d'énergie solaire, précise le communiqué.

La rencontre a permis de passer en revue les résultats des études relatives aux projets de réhabilitation

et de développement des réseaux de transport et de distribution d'électricité dans la ville de Niamey, qui contribueront à améliorer les performances du réseau et à garantir la fiabilité et la continuité de l'approvisionnement en électricité. Dans ce cadre, le ministre a insisté sur la nécessité de renforcer le suivi technique des projets et d'accélérer leur rythme de réalisation, conformément à l'approche adoptée dans le cadre de la coopération énergétique entre l'Algérie et le Niger.

M. Adjal a souligné que ces projets contribueront au développement des infrastructures énergétiques au Niger et à l'amélioration du service public de l'électricité, renforçant ainsi la coopération bilatérale entre les deux pays dans le domaine de l'énergie.

Intégration de la plateforme du secteur des travaux publics et des infrastructures de base au Portail national des services numériques gouvernementaux



Le Haut-commissariat à la numérisation a annoncé dans un communiqué, l'intégration de la plateforme du secteur des travaux publics et des infrastructures de base au Portail national des services numériques gouvernementaux (Dzair Digital Services), afin de permettre aux opérateurs d'accéder facilement aux services numériques qui leur sont dédiés.

Dans le cadre de "la mise en œuvre des hautes instructions données par le président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, lors de la réunion du Conseil des ministres, tenue le 12 juillet 2026, portant sur l'élargissement de l'offre de services numériques via le Portail national des services numériques gouvernementaux et le renforcement de l'interopérabilité entre les secteurs, le Haut-commissariat à la numérisation annonce, en coopération avec le ministère des Travaux publics et des Infrastructures de base, l'intégration de la plateforme du secteur au Portail national +Dzair Digital Services+, afin de permettre aux opérateurs d'accéder facilement aux services numériques qui leur sont dédiés", a précisé la même source.

Cette opération s'inscrit dans le cadre du "processus de numérisation et des services liés à la qualification et à la classification professionnelles des entreprises, ainsi qu'à l'agrément des bureaux d'études privés", selon le communiqué, qui explique que "les opérateurs concernés peuvent désormais déposer leurs dossiers en ligne via le Portail national et suivre les différentes étapes de leur traitement, sans avoir à se déplacer auprès de l'administration centrale ou des directions des travaux publics des wilayas". Ce service numérique "permet de simplifier les procédures administratives et de réduire les délais de traitement des dossiers, tout en améliorant la qualité des services et en renforçant la transparence et l'efficacité dans la gestion des dossiers, pour un service public de qualité au profit des entreprises de réalisation et des bureaux d'études", ajoute la même source, soulignant que, dans le cadre de la concrétisation du processus de transformation numérique, de nouveaux services seront progressivement intégrés au Portail national des services numériques gouvernementaux.

Proposition de création d'un établissement public chargé de la gestion des archives des collectivités locales

Les participants à la conférence régionale sur la gestion des documents d'activité et des archives des collectivités locales à la lumière de la transformation numérique, tenue à Alger, ont appelé à la création d'un établissement public à caractère administratif chargé de la gestion des archives des wilayas et des communes, placé sous la tutelle du ministère de l'Intérieur, des Collectivités locales et des Transports.

Cette conférence régionale, organisée par la Direction générale des Archives nationales, en coordination avec le ministère de l'Intérieur, des Collectivités locales et des Transports, a été sanctionnée par une série de recommandations, dont la proposition de

création d'un établissement public à caractère administratif placé sous la tutelle du ministère de l'Intérieur, chargé de la gestion des archives des wilayas et des communes. Les recommandations ont également préconisé la création de centres régionaux de conservation des archives, tout en proposant d'orienter vers le Centre national des manuscrits les archives des collectivités locales à caractère historique et revêtant une grande importance.

Les participants à cette rencontre ont aussi appelé à la mise en place d'un cadre opérationnel définissant les modalités de traitement des différentes catégories d'archives, soulignant la nécessité de confier le classement et le traitement des archives historiques à

des experts du domaine, notamment ceux maîtrisant les langues originales dans lesquelles les documents ont été rédigés. Auparavant, les ateliers organisés dans le cadre de cette conférence ont abordé un ensemble de questions liées à la gestion des archives des collectivités locales et à la structuration de la fonction d'archiviste au niveau des collectivités locales, ainsi qu'au traitement des archives historiques de la période antérieure à 1962.

Tenue à l'Ecole nationale d'administration (ENA), cette rencontre est la première d'une série de conférences régionales prévues à Tlemcen, Oran, Annaba, Guelma, Constantine, Djelfa, Ouargla et Béchar, jusqu'au 8 novembre prochain.

EPH Mohamed-Seddik Benyahia de Jijel

Une équipe médicale de l'EHS d'Oran réalise des opérations chirurgicales spécialisées au profit des victimes des incendies

L'équipe médicale spécialisée en chirurgie des brûlés et en chirurgie reconstructrice de l'Etablissement hospitalier spécialisé (EHS) des brûlés Dr Ouahrani Fethi Mustapha d'Oran, arrivée récemment à l'Etablissement public hospitalier (EPH) de Jijel, a entamé, des interventions chirurgicales au profit des victimes des récents incendies. La directrice de l'EPH de Jijel, Sabah Aouabi, a précisé à l'APS que dans le cadre des efforts déployés pour prendre en charge les victimes des incendies survenus récemment dans la wilaya, des interventions chirurgicales sont réalisées, en faveur des personnes souffrant de brûlures. Elle a ajouté que ces opérations sont réalisées par l'équipe médicale spécialisée venue d'Oran en collaboration avec le Dr Maïssa

Gouila, spécialiste en chirurgie plastique reconstructrice à l'EPH Mohamed-Seddik Benyahia de Jijel. Cette action "s'inscrit dans le cadre des efforts déployés en continu pour garantir une prise en charge médicale et chirurgicale spécialisée des blessés à la suite des récents incendies qui ont touché la wilaya de Jijel, et pour traiter les patients en fonction de la nature et du degré des brûlures", selon Mme Aouabi. Pour rappel, deux cliniques mobiles sillonnent les zones touchées par les incendies, en plus de caravanes médicales régulières offrant des consultations, des médicaments et un accompagnement psychologique. L'EPH de Taher avait accueilli hier (samedi) cette délégation médicale qui y a également pris en charge chirurgicale-ment des cas de brûlures.

La remise des décisions d'indemnisation aux sinistrés se poursuit

La remise des décisions d'indemnisation aux citoyens dont les habitations ont été endommagées par les récents incendies se poursuit à travers les wilayas touchées, à l'issue des opérations de recensement et des constats effectués sur le terrain, a indiqué un communiqué du ministère de l'Intérieur, des Collectivités locales et des Transports. Cette opération vient en application des instructions du président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, relatives à l'indemnisation des sinistrés des incendies avant le 15 septembre en cours, et des orientations du ministre de l'Intérieur, des Collectivités locales et des Transports, M. Saïd Sayoud, visant à accélérer la prise en charge des sinistrés et l'octroi des indemnisations décidées. Dans la wilaya de Tizi-Ouzou, les services des daïras concernés au niveau de Boghni, Tizgirt, Ouaguenoun, Bouzeguène et Beni Douala continuent de recevoir les citoyens sinistrés afin de leur remettre les décisions d'indemnisation leur permettant de restaurer les habitations endommagées. Dans la wilaya de Béjaïa, la remise de ces décisions a débuté dans la daïra de Souk El-Ténine au niveau des communes de Melbou, Souk El-Ténine et Tamridjet.

Début de remise des décisions d'indemnisation des habitations touchées par les feux à Bejaia



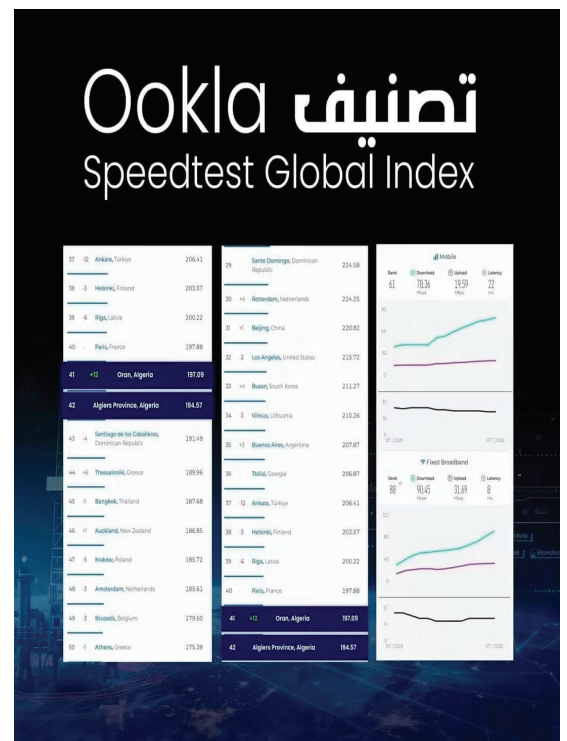
L'opération de remise des décisions d'attribution des indemnisations au profit des propriétaires des habitations touchées par les feux de forêt ayant affecté plusieurs communes de la wilaya de Bejaia, a été entamée a-t-on appris auprès des services de la wilaya. La remise des décisions portant octroi des aides financières concerne les sinistrés des communes de Melbou, Souk El Tenine et Tamridjet, situées à l'est de la wilaya, précisent les mêmes services. L'opération des indemnisations, supervisées par les autorités locales, se poursuit jusqu'à couvrir l'ensemble des sinistrés dans toutes les communes concernées, a-t-on assuré. L'opération s'inscrit dans le cadre de l'application des instructions du Président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, portant le lancement des indemnisations des victimes des feux de forêt avant le 15 septembre en cours, et la mise en oeuvre des orientations du ministre de l'Intérieur, des Collectivités locales et des Transports, Saïd Sayoud, visant à accélérer la concrétisation de cette opération et la prise en charge des sinistrés, indique la même source.

Oran dans le top 50 mondial des meilleures villes en matière de vitesse de l'internet mobile

La ville d'Oran est entrée pour la première fois dans le top 50 mondial en matière de vitesse d'internet mobile, rejoignant ainsi Alger qui l'avait précédée dans ce classement prestigieux, a indiqué un communiqué du ministère de la Poste et des Télécommunications. Citant la dernière mise à jour mensuelle de la plateforme mondiale de mesure de vitesse d'internet "Ookla", le ministère a rapporté "l'entrée de la ville d'Oran, pour la première fois, dans le club des 50 meilleures villes au monde en matière de vitesse d'internet mobile, rejoignant ainsi la capitale, Alger, qui l'avait précédée dans ce classement de haut rang".

L'Algérie devient ainsi "l'un des rares pays à abriter simultanément deux villes dans le top 50, à l'instar du Qatar, de l'Arabie saoudite, des Etats-Unis, de la Chine, de la Corée du Sud, de la Belgique, du Portugal et de la Turquie". La ville d'Oran, précise le communiqué, a réalisé "une performance remarquable en gagnant 12 places d'un coup, pour se hisser au 41e rang mondial avec un indice de vitesse de 197,09 Mbps", tandis qu'Alger "a maintenu sa présence dans le classement en occupant la 42e place mondiale avec un indice de vitesse de 194,57 Mbps, enregistrant un léger recul d'une place par rapport à la mise à jour précédente".

Ainsi, "Alger et Oran figurent, pour la première fois dans l'histoire de ce classement, ensemble parmi les 50 villes les plus rapides au monde dans le domaine de l'internet mobile, une amélioration qui témoigne de la modernisation à grande échelle des infrastructures pour englober d'autres wilayas à travers le territoire national". Selon les données de l'indice mondial



des pays publié par "Ookla", "la vitesse moyenne de téléchargement (Download) sur mobile en Algérie est passée de 40,86 Mbps en juillet 2025 à 78,36 Mbps en juillet 2026, soit une augmentation de près du double (+91 %) en une seule année". Dans le même sillage, le réseau d'internet fixe a également enregistré "une amélioration sensible des performan-

ces au niveau national", la vitesse moyenne de téléchargement de l'internet fixe en Algérie étant passée de 50,85 Mbps en juillet 2025 à 90,45 Mbps en juillet 2026, soit une hausse de plus de 77 % en un an, portée par l'expansion continue du déploiement des réseaux de fibre optique à travers les différentes wilayas du pays", selon la même source.

Benmouloud préside la 5e réunion du groupe de travail chargé de l'élaboration de la carte sociale nationale

La ministre, Haut-commissaire à la numérisation, Meriem Benmouloud a présidé la 5e réunion du groupe de travail chargé d'établir les indicateurs et de déterminer les données qui constitueront la base de la carte sociale nationale, en tant que référence nationale d'appui à la prise de décision publique, indique un communiqué du Haut-Commissariat. "En application des hautes instructions du président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, données lors de la réunion du Conseil des ministres tenue le 21 juin dernier, prévoyant de charger le Haut-Commissariat à la numérisation d'élaborer la carte sociale nationale, Mme Benmouloud a présidé au siège

du Haut-Commissariat, la 5e réunion du groupe de travail chargé d'établir les indicateurs et de déterminer les données qui constitueront la base de la carte sociale nationale, en tant que référence nationale d'appui à la prise de décision publique". Lors de cette réunion qui a été l'occasion "d'évaluer l'état d'avancement de la mise en œuvre du plan de travail, une présentation a été faite sur le système d'information dédié à la carte sociale nationale, dont font partie le référentiel national des aides et le référentiel national de l'individu, en sus du tableau de bord, que le Haut-Commissariat à la numérisation a développé, en coordination avec l'ensem-

ble des secteurs concernés". Cette rencontre a permis de "parachever l'élaboration des prochaines étapes de ce projet, en insistant sur l'accélération de la cadence de travail et le renforcement de la coordination entre les différents secteurs concernés". Le projet de la carte sociale nationale constitue "l'un des projets stratégiques qui permettront au pays de disposer d'une base de données sociales intégrée, contribuant ainsi à appuyer la prise de décision publique, à rationaliser l'orientation du soutien social, à consacrer les principes de justice sociale et à améliorer l'efficacité des politiques publiques au profit du citoyen", conclut le communiqué.

Benmouloud et Abdellatif président une réunion consacrée à la mise en place d'un mécanisme numérique unifié de régulation du marché national

La ministre, Haut-commissaire à la numérisation, Meriem Benmouloud et le ministre du Commerce intérieur et de la Régulation du marché national, Amel Abdellatif, ont présidé une réunion consacrée à la mise en place d'un mécanisme numérique unifié pour la régulation du marché national, dans le processus de gouvernance et d'inclusion numériques, indique un communiqué du Haut-Commissariat. "Sur instructions du Premier ministre, M. Sifi Ghrieb, une réunion de travail a été tenue au siège du Haut-Commissariat, sous la présidence de Mmes Benmouloud et Abdellatif, en présence de cadres des ministères de l'Intérieur, des Collectivités locales et des Transports, de l'Agriculture, du Développement rural et de la Pêche, et du Commerce intérieur et de la Régulation du marché national", précise-t-on de même source. La réunion a été l'occasion de "mettre en place un mécanisme numérique unifié pour la régulation du marché national, dans le processus de gouvernance et d'inclusion numériques,

unifiant le parcours des données entre les différents secteurs intervenant dans le domaine de l'approvisionnement et de la distribution des produits de large consommation". Les deux ministres ont également souligné "la nécessité de renforcer la coordination et d'unifier les efforts, pour mettre en place un système national numérique de suivi de la traçabilité des produits stratégiques et de fournir une vision précise et instantanée à même de contribuer à la prise de décision".

Hackathon national de la jeunesse

Les éliminatoires qualificatives au niveau des wilayas les 19 et 20 septembre



Le ministère de la Jeunesse a annoncé dans un communiqué, l'organisation, les 19 et 20 septembre courant à travers l'ensemble des wilayas du pays, des éliminatoires qualificatives au Hackathon national de la jeunesse dédié au développement de solutions innovantes dans l'action bénévole.

Organisé sous le thème : "Les établissements de jeunesse, des espaces d'innovation et de bénévolat", ce Hackathon s'inscrit dans le cadre de la poursuite de la concrétisation du programme du ministère de la Jeunesse au titre de l'année 2026, notamment dans son volet relatif à la promotion du bénévolat et au renforcement de la participation des jeunes à la vie publique, précise la même source.

Cette initiative intervient au regard de l'importance de l'action bénévole en tant que "valeur sociale ancrée et levier fondamental pour renforcer la citoyenneté, la solidarité et la cohésion sociale et ancrer chez les jeunes la culture de la participation et de la responsabilité", ainsi que de son "rôle dans le soutien aux efforts de développement local et au service de la société et de la patrie".

La compétition est ouverte aux jeunes adhérents des établissements de jeunesse, aux membres des clubs environnementaux, citoyens et solidaires, ainsi qu'aux représentants et adhérents des associations de jeunesse partenaires, afin de "les encourager à présenter des idées, des solutions et des initiatives innovantes et réalisables dans

le domaine de l'action bénévole", tout en "tirant parti de leurs capacités créatives pour la proposition d'initiatives répondant aux besoins de la société", souligne le communiqué. Les équipes participantes concourront autour de plusieurs axes, notamment "le renforcement de l'engagement bénévole des jeunes", "la citoyenneté au service de la société : innover dans les initiatives bénévoles", "la numérisation au service du développement de l'action bénévole" et "le développement et la dynamisation de l'action bénévole au sein des établissements de jeunesse". Dans ce cadre, le ministère a invité l'ensemble des jeunes souhaitant participer à se rapprocher des établissements de jeunesse pour s'inscrire et contribuer par leurs idées et leurs créations au "développement de nouvelles solutions et d'initiatives bénévoles de qualité, reflétant l'esprit de responsabilité et de citoyenneté et répondant aux besoins de la société".

Les wilayas devant abriter les éliminatoires régionales qualificatives à la phase finale du Hackathon national de la jeunesse seront déterminées ultérieurement, conclut le communiqué.

Rentrée scolaire

4e édition de la Foire "Lemsid" du 14 au 26 septembre à Alger

La 4e édition de la Foire de la rentrée scolaire (Lemsid) se tiendra du 14 au 26 septembre au Palais des expositions des Pins maritimes (Alger), avec la participation d'opérateurs économiques et d'acteurs des domaines des fournitures et équipements scolaires et de bureau, a indiqué la Société Algeria Exhibitions, filiale du groupe Safex. Ce rendez-vous annuel réunit, outre les entreprises actives dans le domaine des fournitures et équipements scolaires et de bureau, des exposants spécialisés dans les livres, la formation, l'habillement, les produits alimentaires et les services destinés aux familles et aux établissements éducatifs. Initialement prévue du 17 au 27 septembre, cette Foire a été reprogrammée du 14 au 26 septembre afin de "garantir les meilleures conditions organisationnelles et d'offrir une expérience optimale" aux exposants et aux visiteurs, contribuant ainsi à une meilleure préparation de la rentrée scolaire, précise la même source. Cette manifestation vise à offrir un espace commercial intégré pour l'ex-

position et la commercialisation des produits et services liés à la rentrée scolaire, et à permettre aux consommateurs d'acquérir les fournitures et équipements scolaires et de bureau à des prix compétitifs, ce qui permettra d'alléger les charges de la rentrée scolaire, de renforcer la concurrence et d'améliorer la qualité de l'offre destinée aux familles. Pour rappel, des foires commerciales et des marchés de proximité dédiés à la vente de manuels, d'articles et de fournitures scolaires ont été ouverts samedi à travers les 69 wilayas, en coordination entre les wilais de la République et les services du commerce intérieur et de la régulation du marché, en prévision de la rentrée scolaire prévue le lundi 21 septembre.

Organisés sous le slogan "Ensemble pour une rentrée scolaire réussie", ces espaces connaissent une forte affluence des citoyens et des parents d'élèves venus dans les différents stands pour acquérir des articles scolaires et bénéficier de la diversité des produits proposés et des multiples choix disponibles à des prix abordables.

هل تعلم؟

تطرح أجهزة التكييف الحرارة إلى الخارج، مما يساهم في تفاقم ظاهرة الجزر الحرارية في المناطق الحضرية، ويؤدي إلى حلقة مفرغة من ارتفاع درجات الحرارة.

كلما ارتفعت درجات الحرارة، زاد استخدام أجهزة التكييف... وازدادت حرارة البيئة المحيطة بنا

ADPUE
الوكالة الوطنية لتطوير استخدام الطاقة وترشيد

سونغاز
songaz

سلامة سياقتي... تحمي عائلتي

اتناء العطلة

سوناتراخ
sonatrach

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة الداخلية و الجماعات المحلية و النقل

المنووبة الوطنية للأمن في الطرق
DNRS
المنووبة الوطنية للأمن في الطرق

Delegation Nationale à la Sécurité Routière/DNRS

4 astuces pour prendre soin de ses pieds en hiver

Serrés dans des chaussures et autres bottes, nos pieds méritent un maximum d'attention pour se sentir bien et se faire oublier !

On redouble de soin pour mieux les chouchouter. On s'occupe souvent davantage de ses pieds en été qu'en hiver. Et pourtant, confinés dans des chaussures fermées, parfois desséchés par le port des collants et chaussettes, ils manquent d'air, d'exercice et méritent d'être encore plus câlinés qu'à la belle saison, pour éviter les sensations d'inconfort, mais aussi pour qu'ils restent doux et jeunes.

On lave et on ponce en douceur



Pour l'épiderme des pieds qui se dessèche facilement, on opte pour un savon surgras, c'est-à-dire enrichi de corps gras végétaux tels que l'huile d'amande douce ou le karité. Et après la douche ou le bain, on profite du fait que le pied soit humide pour frotter les zones qui ont tendance à épaissir avec une râpe ou un gant exfoliant : les talons, la voûte plantaire, le dessus de certains orteils.

On coupe ses ongles courts

Cela évite de créer des zones de pression dans les chaussures fermées. Et on prend le temps de bien les limer pour

plus de confort et... éviter de filer les collants. Pensez aussi à dégager délicatement le contour de l'ongle des petites peaux qui s'accumulent sur les côtés et qui finissent aussi par blesser.

Côté vernis ? On l'évite tant qu'on ne renfile pas ses sandales pour laisser les ongles « respirer » et les laisser retrouver leur blancheur naturelle pour l'été prochain.

On hydrate matin et soir

Souvent échauffé par le frottement des collants et des chaussettes, l'épiderme des pieds s'assèche et à tendance à rougir. Pas question par conséquent de faire l'impasse sur les crèmes de soin pour les pieds gorgées d'actifs hydratants, assouplissants et protecteurs.

On les masse 5 minutes par jour

Masser ses pieds détend les 16 articulations, les 107 ligaments et les 20 muscles qui composent le pied. En activant la circulation sanguine, cela réchauffe également les plus frioleuses. /maxi-mag.fr/

«Mon lissage ne gonfle plus dès qu'il y a de l'humidité» : ce démêlant bloque les frisottis et assouplit la fibre

Quand les cheveux gonflent à la moindre trace d'humidité, le lissage du matin ne survit pas jusqu'au déjeuner. Ce soin démêlant gaine la fibre et bloque les frisottis pendant 72 heures pour des longueurs lisses et brillantes en toutes circonstances. Il suffit d'un changement de météo ou d'un passage dans une salle de bain embuée pour que le lissage patiemment réalisé le matin se transforme en crinière incontrôlable. L'humidité s'infiltre dans les écailles ouvertes de la fibre, fait gonfler les longueurs et réveille les frisottis que le sèche-cheveux avait mis vingt minutes à dompter.

L'humidité et la fibre : ce qui se passe réellement quand



un cheveu lisse reframe

Un cheveu fraîchement lissé présente des écailles parfaitement alignées à sa surface, ce qui lui donne cet aspect plat et brillant. Dès que l'air devient humide, les molécules d'eau s'engouffrent entre ces écailles et atteignent le cortex, la partie interne de la fibre.

Le cheveu absorbe alors jusqu'à 30 % de son poids en eau, ce qui modifie sa structure et le force à reprendre sa forme naturelle, qu'elle soit ondulée ou bouclée.

Soin Démêlant Lisse Infini : le complexe aux protéines de soie végétales de John Frieda

Les protéines de soie végétales, obtenues à partir d'un ex-

trait de levure cultivé en laboratoire, se fixent sur les zones abîmées de la cuticule pour combler les brèches et lisser la surface du cheveu. Leur taille moléculaire leur permet de pénétrer à l'intérieur de la fibre pour la nourrir en profondeur, ce qui rend les longueurs plus douces et plus faciles à démêler dès la sortie de la douche. Elles remplacent la soie animale traditionnelle par une alternative durable tout en conservant le même pouvoir gainant et adoucissant.

Le "Glass Hair" ou la tendance des cheveux ultra-lisses et brillants comme un miroir

Depuis plusieurs saisons, les défilés et les réseaux sociaux sont dominés par une esthétique capillaire radicale : des cheveux parfaitement lisses, si brillants qu'ils reflètent la lumière comme une surface de verre. Cette tendance, baptisée "Glass Hair", ne repose pas sur un lissage chimique mais sur un travail minutieux de la cuticule pour obtenir une surface si lisse que la lumière s'y reflète de manière uniforme. L'objectif est d'éliminer le moindre frisottis et la moindre irrégularité pour un rendu impeccable et sophistiqué. /beaute-test.com/

Comment s'habiller pour un anniversaire ?



Une invitation à un anniversaire représente toujours un défi excitant. Choisir la tenue parfaite n'est pas une mince affaire, car elle doit refléter votre style personnel tout en étant adaptée à l'occasion. Voici mes conseils pour vous aider à briller lors de ce jour spécial, quelle que soit la nature de la célébration.

Comprendre le Code Vestimentaire

Avant toute chose, il est essentiel de bien saisir le ton de l'événement. Un anniversaire décontracté entre amis n'implique pas le même niveau d'élégance qu'un dîner formel en famille ou une soirée d'anniversaire chic. Tenez compte du lieu, de l'heure et des personnes présentes pour déterminer le niveau d'exigence vestimentaire approprié.

Anniversaire Décontracté

Pour un anniversaire décontracté, optez pour une tenue confortable et détendue. Un jean bien ajusté associé à un joli haut ou une robe fluide sera parfait. N'ayez pas peur d'exprimer votre personnalité en ajoutant des touches amusantes comme une veste en jean ou des baskets stylées. L'objectif est de rester élégant tout en étant à l'aise pour profiter pleinement de la journée.

Anniversaire Formel

Si l'occasion est plus formelle, pensez à une tenue plus sophistiquée. Une robe élégante ou un ensemble tailleur chic seront de mise. Choisissez des matières nobles comme la soie, le satin ou le cachemire pour une touche de raffinement. N'oubliez pas les accessoires, qui peuvent sublimer votre look, comme une belle paire de chaussures à talons, un sac à main élégant et des bijoux discrets.

Harmonie des Couleurs et Motifs

La palette de couleurs et les motifs que vous choisirez joueront un rôle crucial dans l'impression générale que dégagera votre tenue. Pour un anniversaire, je vous recommande d'opter pour des teintes vives et joyeuses qui reflètent l'esprit festif de l'occasion. Pensez aux tons chauds comme le corail, le fuchsia ou le jaune soleil, ou aux nuances plus douces comme le rose pâle ou le bleu ciel.

Styles Tendance pour un Anniversaire

Chaque saison apporte son lot de nouvelles tendances mode. Voici quelques styles à adopter pour briller lors d'un anniversaire :

La Robe Midi Fluide

La robe midi fluide est une valeur sûre pour une allure féminine et élégante. Choisissez un modèle à imprimé floral ou à couleurs vives pour une touche estivale, ou optez pour une version en satin ou en velours pour une soirée plus chic. Accessoirisez avec des sandales à talons et un petit sac à main pour un look parfait.

Le Pantalon Palazzo

Le pantalon palazzo revient en force cette saison. Large et fluide, il offre à la fois style et confort. Associez-le à un haut plus ajusté ou à un crop top pour une silhouette équilibrée. Ajoutez une paire de talons hauts et quelques bijoux délicats pour une touche de glamour.

La Combinaison Chic

La combinaison est un choix audacieux et tendance pour un anniversaire. Optez pour un modèle en soie ou en satin dans une couleur vibrante pour un effet wow garanti. Accessoirisez avec des sandales à talons et un blazer pour une allure sophistiquée. /nrmagazine.com/

La cendre volcanique serait parfaite pour stocker l'énergie des centrales solaires thermodynamiques

D'après des chercheurs de l'Université de Barcelone, les cendres volcaniques peuvent être utilisées pour stocker l'énergie produite par les centrales solaires thermodynamiques. Elles ont une excellente conductivité thermique, peuvent résister à une température plus élevée que les sels fondus et ne sont pas corrosives.

Une meilleure résistance aux températures élevées

Pour réaliser leur étude, les chercheurs de l'Université de Barcelone ont prélevé des cendres rejetées par le volcan de la Cumbre Vieja à La Palma, dans les îles Canaries. Les cendres ont ensuite été chauffées jusqu'à 750°C et refroidies à 250°C de nombreuses fois (environ 1 000 cycles).

Suite aux tests, ils ont découvert que les cendres volcaniques peuvent efficacement résister à une température de 750°C. Ce qui est d'approximativement 250°C supérieur à la température maximale pouvant être supportée par les sels fondus. Ils ont également remarqué qu'elles ont une excellente conductivité thermique, et sont à la fois physiquement et chimiquement



stables. En effet, d'après les scientifiques qui ont réalisé l'étude, les cendres volcaniques n'ont présenté qu'un gain de masse de 0,54 % suite à l'oxydation qu'elles ont subi durant les tests.

Une solution de stockage qui présente peu d'inconvénients

Hormis leur capacité à résister à de fortes températures et leur côté physiquement et chimiquement stable, les cendres volcaniques ne présentent aucun des inconvénients des sels fondus. Premièrement, el-

les ne changent pas d'état et peuvent toujours être utilisées à de faibles températures. D'autre part, elles ne sont pas corrosives et n'ont donc aucun impact négatif sur la durée de vie des installations. Selon des informations publiées sur le site de Wattco, les sels fondus peuvent se solidifier en dessous de 220°C et devenir corrosifs à partir de 600°C.

En mars 2023, la centrale solaire thermodynamique Noor III, située dans la province de Ouarzazate au Maroc, a subi une fuite au niveau de son ré-

servoir de stockage d'énergie utilisant des sels fondus. Les pertes liées à cette panne ont été évaluées à plus de 43 millions d'euros.

Des matériaux pouvant être associés aux sels fondus

Bien que les cendres puissent être utilisées sans être mélangées à d'autres matériaux, il est possible de les associer aux sels fondus pour réduire les effets corrosifs de ces derniers et les risques de solidification. Par ailleurs, elles peuvent être intégrées dans la construction des récepteurs des centrales solaires thermodynamiques et contribuer à l'optimisation de leur rendement. À noter que les cendres volcaniques sont disponibles en grande quantité dans le monde et constituent des solutions à la fois économiques et faciles à mettre en œuvre pour le stockage de chaleur dans les CSP.

Sur l'île de La Palma, la zone située autour du volcan de la Cumbre Vieja est recouverte par environ 200 millions de mètres cubes de roches magmatiques et de cendres, soit l'équivalent de 80 000 piscines olympiques./ neozone.org/

La domestication du loup : où, quand, comment ?

La domestication du loup, qui a donné naissance à nos chiens domestiques, est l'un des événements les plus importants de l'histoire de l'humanité. Elle s'est produite bien avant l'apparition de l'agriculture et a profondément influencé le développement de la relation entre l'homme et l'animal. Ce processus qui s'avère complexe, même on l'explique très simplement, s'est déroulé sur plusieurs milliers d'années, impliquant à la fois des aspects biologiques et culturels. Cet article vous propose de suivre les grandes étapes de la domestication du loup, depuis ses premières interactions avec les humains jusqu'à nos jours.

Quand et où a commencé la domestication ?

La question de l'origine de la domestication du loup est encore débattue, mais la plupart des études s'accordent à dire qu'elle a commencé entre 15 000 et 30 000 ans, pendant la période du Paléolithique supérieur. Cela signifie que les loups ont été domestiqués bien avant l'invention de l'agriculture, pratique qui a émergé il y a environ 10 000 ans. Les premières



traces de domestication se trouvent en Europe, mais des preuves archéologiques et génétiques indiquent que ce processus pourrait également avoir eu lieu en Asie et au Moyen-Orient. Cette variation géographique suggère que la domestication du loup pourrait avoir eu lieu de manière indépendante à plusieurs endroits.

Comment les loups ont-ils été domestiqués ?

Le processus de domestication du loup n'a probablement pas été le fruit d'un effort conscient des humains, mais plutôt d'un processus graduel et mutuellement bénéfique. Les scientifiques font ainsi des hypothèses. Ils suggèrent que

certains loups, plus tolérants envers les humains et moins agressifs, ont commencé à s'approcher des campements humains pour se nourrir de restes alimentaires. Ces loups, en cherchant de la nourriture facile près des campements humains, auraient évolué progressivement pour devenir plus dociles et moins farouches.

L'évolution biologique du loup vers le chien

La domestication du loup a entraîné des modifications non seulement comportementales mais aussi biologiques. Ces loups domestiqués, devenus peu à peu des chiens, ont évolué pour développer des caractéristiques physiques différentes de leurs ancêtres sauvages. En effet, l'évolution sous la pression humaine a sélectionné certains traits, comme une taille plus petite, un museau plus court et des oreilles tombantes, qui sont aujourd'hui caractéristiques des chiens domestiques.

De la domestication à la diversité des races

De la domestication à la diversité des races

Avec l'essor de l'agriculture, les interactions entre humains et chiens se sont intensifiées. Les chiens ont joué un rôle de plus en plus important dans la vie quotidienne des humains en tant que gardes, assistants de chasseurs, et compagnons. Ce partenariat mutuellement bénéfique a permis aux humains d'utiliser les chiens pour des tâches variées.

Les chiens domestiques aujourd'hui

De nos jours, le chien est devenu le meilleur ami de l'homme, un titre qu'il a acquis grâce à des milliers d'années de coévolution et de domestication. Il existe actuellement plus de 340 races de chiens reconnues à travers le monde par la Fédération Cynologique Internationale./ lemagdesanimaux.ouest-france.fr/

Les granulés de bois (pellets) pour le chauffage sont-ils une menace pour nos forêts ?

Pellets : l'avenir du chauffage écologique ou un danger pour nos forêts ? Alors que la demande de granulés de bois ne cesse de croître, les mégas-usines divisent : coup de pouce pour l'économie circulaire ou coup dur pour la biodiversité ?

Pourquoi les pellets ont le vent en poupe ?

Si vous suivez quelque peu l'actualité, il est impossible que le sujet des pellets vous ait échappé ! Depuis quelques années, ils sont l'objet de toutes les convoitises, et même accusés d'avoir fait l'objet de spéculations de la part des fabricants. Souvenez-vous de 2022, quand la guerre en Ukraine a éclaté, les consommateurs se sont rués sur les stocks, et le sac de 15 kilos se négociait à 12 • contre 4 • en temps normal.

Du côté des anti-méga-usines, quels sont les reproches ?

Pour les manifestants, le risque de surexploitation des forêts est réel si l'on continue d'agrandir ou que l'on construit à tour de bras de nouvelles unités de fabrication. Ainsi, Thibault Evin, manifestant écologiste et porte-parole des manifestants à Guéret, dénonce ces nouvelles infrastructures comme étant de véritables « machines à déforester ». Il estime que les forêts, annoncées comme gérées durablement, subiront, en réalité, des coupes rases et, que des milliers d'hectares d'écosystèmes chaque année.

Et, que répond-on du côté des fabricants

D'un autre côté, les représentants de l'industrie des pellets, comme Eric Vial de l'association Propellet, affirment que les granulés de bois sont composés à 95 % de sciures et autres déchets issus des scieries. Seulement 5 % proviennent directement de l'exploitation forestière. Il explique que les essences, désignées par les militants écologistes, sont très peu utilisées dans la fabrication de pellets./ neozone.org/

J'ai testé l'astuce au bicarbonate pour nettoyer mes paniers d'airfryer... et oui, ça marche vraiment

Graisse incrustée, miettes collées et panier d'airfryer qui fait la tête ? J'ai testé l'astuce au bicarbonate et le résultat m'a franchement surprise.

Des paniers franchement sales, sans tricher

Avant de parler de miracle, autant poser le décor. Mes paniers n'étaient pas « légèrement sales ». Ils étaient utilisés, et clairement en fin de cycle de bonne volonté. Graisse figée dans les grilles, résidus collés dans les angles, traces jaunâtres impossibles à atteindre avec une simple éponge. Sur certaines photos,

on voit même des morceaux coincés dans les ouvertures du fond. Bref, un airfryer qui a bien vécu et qui avait besoin d'autre chose qu'un passage rapide sous l'eau chaude.

L'astuce testée à la lettre: bicarbonate + liquide vaisselle + eau chaude

J'ai suivi exactement l'astuce décrite dans mon article :

Un bon fond de bicarbonate de soude; Quelques gouttes de liquide vaisselle

De l'eau très chaude

Et surtout... du temps.

Le moment satisfaisant : presque pas besoin de frotter

Après le trempage, j'ai sorti les paniers. Et là, clairement, la différence est visible. Sur les photos « après », les grilles sont nettement plus propres, les résidus ont disparu des fentes, et même les zones que je redoutais le plus se nettoient avec une simple éponge, sans forcer. Pas besoin de grattoir métallique, pas besoin d'huile de coude. La graisse ramollie glisse presque toute seule. Bon, j'y ai laissé une éponge grattante, pour la graisse sur les parois !

Ce que je retiens de ce test, sans langue de bois

L'astuce fonctionne vraiment, surtout sur la graisse ancienne. Le bicarbonate fait clairement le gros du travail ; Le temps de trempage est essentiel ; On évite de rayer les grilles et les revêtements ; C'est économique, simple et faisable avec ce qu'on a déjà à la maison.

En revanche, inutile d'espérer un résultat magique en 2 minutes. C'est une astuce de patience, pas de précipitation. Mais franchement, pendant que ça trempe, on peut faire autre chose. neozone.org/



Cette chaussure grandit avec l'enfant et pourrait durer plusieurs années

Et si une simple paire de chaussures pouvait accompagner un enfant pendant plusieurs années tout en améliorant sa santé, son accès à l'école et son avenir ? Les inventions, j'adore vous en parler ! Mais parfois, certaines me touchent plus que d'autres, notamment celles qui touchent les enfants, ou qui répondent à un besoin très concret ! Lorsque l'on découvre The Shoe That Grows, on se dit immédiatement : pourquoi personne n'y avait pensé plus tôt ? Cette invention imaginée par Kenton Lee est née après une rencontre marquante au Kenya.

Une chaussure qui s'adapte à la croissance

des enfants

Le principe est étonnamment simple. Grâce à plusieurs systèmes de réglage, la chaussure peut s'agrandir jusqu'à cinq pointures différentes. Elle s'ajuste en longueur comme en largeur afin d'accompagner la croissance du pied pendant plusieurs années. Ce concept n'est pas sans rappeler certaines innovations déjà présentées sur NeozOne, comme les baskets évolutives Ünos by Sz, même si elles ne s'adressent pas au même public. En effet, la différence est que The Shoe That Grows a été conçue avant tout pour répondre à des besoins humanitaires.

Bien plus qu'une paire

de chaussures

Derrière cette invention se cache en réalité un enjeu beaucoup plus important que le simple confort. Dans certaines zones rurales, marcher pieds nus expose les enfants aux blessures, aux parasites et à diverses maladies transmises par les sols. Une simple paire de chaussures peut donc avoir un impact direct sur la santé, mais aussi sur la scolarité. Un enfant blessé ou malade manquant l'école et voit ses chances de réussite diminuer.

Offrir une paire pour changer un destin ?

L'association Because International propose également un programme de don à retrouver sur ce lien. Chaque don de 10 dollars permet de financer une paire de chaussures évolutives destinée à un enfant au Kenya tout en soutenant les opérations de distribution. L'organisation rappelle que plus de 1,5 milliard de personnes souffrent encore de maladies liées aux sols dans le monde. Depuis 2019, les chaussures sont fabriquées à Mombasa, créant également des emplois locaux. neozone.org/



Une cuisine marbre et bois : 6 façons de l'adopter



Vous rêvez d'une cuisine marbre et bois ? Matériaux élégants et intemporels, la roche calcaire et la matière ligneuse de l'arbre forment un duo incontournable dans la cuisine. La finesse du marbre équilibre l'esprit authentique du bois qui réchauffe la pièce et lui offre de la convivialité. Quand le premier s'installe en plan de travail et en crédence, le second occupe généralement les façades.

Cuisine marbre et bois des détails subtils qui changent tout

La cuisine n'a pas besoin d'être couverte de bois et de marbre pour profiter de l'élégance de ces deux matériaux. Comme sur ce linéaire, jouez plutôt la carte des détails. Le marbre s'installe naturellement sur le plan de travail et la crédence, s'accordant à des meubles blancs dans une continuité. Le bois quant à lui se fait plus discret, s'intégrant dans le renforcement des meubles pour leur offrir de la profondeur.

Le marbre coloré ajoute des nuances à la cuisine bois

La roche calcaire offre de nombreuses nuances naturelles, allant du blanc au noir en passant par des camaïeux de gris, de beige, etc.

Un panel de couleurs et de motifs qui fait du marbre un revêtement unique en cuisine où il insufflé ses tons tantôt profonds, tantôt poudrés. Accordez les sous-tons de l'essence du bois à ceux du marbre, en reprenant des nuances chaudes par exemple.

Le laiton fait le lien entre marbre et bois en cuisine

Afin d'adoucir la transition entre des meubles en bois et un plan de travail en marbre, insérez une troisième matière à la composition. Une baguette de finition en laiton

conserve l'esprit élégant et intemporel du bois et du métal, offrant une touche de lumière supplémentaire. Sa couleur se rapproche de celle de certaines essences de bois, ce qui rend cet ajout discret.

Une touche d'élégance avec du marbre noir dans la cuisine en chêne

Si le marbre blanc est synonyme de pureté et de luminosité, son cousin noir est plus profond, affirmant son caractère. Cette matière noble change de style avec une nouvelle couleur, mais s'accorde toujours au bois. Privilégiez une essence claire afin de ne pas assombrir la roche calcaire et de valoriser le contraste. Les veines blanches sont également plus visibles sur un marbre noir, ce qui offre une certaine profondeur à l'ensemble.

La cuisine en bois foncé s'accorde à un plan de travail en marbre gris clair

Au cœur des tendances, le bois foncé est un choix plein d'élégance. Les essences comme le noyer, le merisier ou même l'ébène font partie des versions les plus sombres, avec des sous-tons plus ou moins chauds.

Accordez-les avec un marbre gris clair. Cette cuisine londonienne opte pour une version très nervurée, ce qui renforce son élégance et son esprit classique, contrastant avec les lignes graphiques des meubles.

Dans la cuisine, le bois adopte un aspect travaillé en façade

Malgré son aspect élégant et authentique, la cuisine en bois peut se révéler rustique si elle adopte un style classique. Au contraire, des façades de cuisine travaillées dans un esprit cannage lui apportent de la légèreté. Le marbre modernise quant à lui l'ensemble. cotemaison.fr/

Faut-il continuer à éplucher ses fruits et légumes ?

Éplucher ses fruits et légumes est un geste presque automatique. Par habitude, par crainte des pesticides ou par souci d'hygiène, beaucoup retirent systématiquement la peau des fruits et légumes. Pourtant, cette pratique est-elle toujours nécessaire ? Permet-elle réellement de réduire les risques sanitaires ? Et que perd-on sur le plan nutritionnel en épluchant ? Voilà ce qu'il faut savoir.

La peau des fruits et légumes : un intérêt nutritionnel réel

La peau des fruits et légumes concentre une part importante de leurs vitamines, minéraux et composés antioxydants, notamment des flavonoïdes. La zone située juste sous la surface est également riche en micronutriments. Un éplu-

chage épais peut entraîner des pertes nutritionnelles significatives, parfois jusqu'à 25 % des nutriments, selon l'aliment et la méthode utilisée.

C'est particulièrement vrai lorsque l'on retire une couche importante au couteau. La peau apporte aussi des fibres insolubles, utiles pour le transit intestinal. Toutefois, chez certaines personnes sensibles, ces fibres peuvent être moins bien tolérées en grande quantité. La peau des fruits et légumes présente donc un intérêt nutritionnel réel. Cependant, une question revient régulièrement : qu'en est-il des résidus de pesticides présents à la surface des végétaux ?

Éplucher les fruits et légumes pour limiter l'exposition aux pesticides

La question des résidus de pesticides est légitime. En Europe, ces résidus sont encadrés par des limites maximales réglementaires, fixées avec des marges de sécurité destinées à protéger le consommateur. Les contrôles montrent que la grande majorité des produits commercialisés respectent ces seuils. Cela ne signifie pas qu'aucune précaution ne soit utile.

Les recommandations avant consommation de fruits et légumes sont : Un lavage soigneux à l'eau potable, sans savon ni désinfectant ; Un brossage pour les surfaces fermes, comme les carottes ou les pommes de terre.

Quand faut-il continuer à éplucher ?

L'épluchage reste recommandé dans certaines situations : En cas de légumes très terreux ou abîmés ; Lorsque les pommes de terre présentent des zones verdies, signe possible d'une augmentation de la solanine, une substance toxique à forte dose ; Chez les personnes ayant une sensibilité digestive importante. Lorsque le lavage ne peut pas être réalisé dans de bonnes conditions. /sante-sur-le-net.com/



L'indice glycémique ou index glycémique

Qu'est-ce que l'index glycémique ? Pourquoi faut-il privilégier les aliments à IG bas ? Quels aliments choisir ?

Qu'est-ce que l'index glycémique ?

Né en 1981, l'index glycémique (ou indice glycémique) a littéralement révolutionné la nutrition. On le doit à deux chercheurs canadiens, David Jenkins et Thomas Wolever.

C'est un nouveau critère de classement des glucides. Oubliez l'ancienne classification en sucres simples/rapides et sucres complexes/lents. Elle n'était que pure théorie.

Comment on calcule l'index glycémique d'un aliment

Disons-le tout net : on ne peut pas calculer nous-même l'IG d'un aliment.

C'est fait en laboratoire. Pour calculer l'index glycémique d'un aliment, on donne à des volontaires 50 g de glucose dilué dans de l'eau : ceci sert de référence (IG = 100).

La glycémie est mesurée toutes les 30 minutes pendant 2 à 3 heures.

Cette opération est renouvelée avec une portion de l'aliment à tester contenant 50 g de glucides.

Comment connaître l'IG d'un aliment ou d'un produit ?

Puisqu'on vient de voir qu'on ne peut pas le calculer soi-même, pour savoir quel est l'IG d'un aliment, il faut utiliser les tables d'IG scientifiques issues de tests en laboratoire, telles celles de la spécialiste mondiale de l'IG, Jennie Brand-Miller.

Ces valeurs (et d'autres) sont reprises dans Le Guide des Index glycémiques.

Tableau des index glycémiques de quelques aliments courants

Voici quelques exemples d'aliments à index glycémique bas, modéré et élevé. Pour rappel : en dessous de 55 on parle d'index glycémique faible ou bas, entre 55 et 70 d'IG modéré et au-dessus de 70 d'IG fort ou élevé.

Quels sont les aliments à index glycémique faible ou bas (IG bas) ?

Pâtes et nouilles al dente, lentilles, pommes, poires, oranges, raisins, yaourt nature, haricots blancs, chocolat noir, fruits (sucre des fruits)... /lanutrition.fr/



Oubliez le skyr : voici 5 collations bien plus riches en protéines selon la diététicienne Alexandra Murcier



Découvrez des collations riches en protéines qui surpassent le skyr, selon les conseils de la diététicienne Alexandra Murcier. Idéal pour diversifier vos encas tout en augmentant votre apport nutritionnel.

Pourquoi miser sur les protéines ?

Les protéines sont des macronutriments essentiels : elles apportent les acides aminés nécessaires à la réparation des tissus, au bon fonctionnement digestif et à de nombreuses fonctions vitales. Elles jouent aussi un rôle clé dans la satiété : une collation riche en protéines aide à stabiliser la glycémie, limite les coups de fatigue et vous cale efficacement entre les repas. "Pour rappel, les recommandations en France sont d'environ 0,83 g de protéines par kilo et par jour, soit 58 g pour une personne de 70 kg. Les besoins augmentent légèrement chez les sportifs et les personnes âgées" souligne l'experte.

Le beurre de cacahuètes

Contrairement aux idées reçues, les protéines ne viennent pas uniquement de la viande ou des produits laitiers. "Le beurre de cacahuètes en est un parfait exemple : deux cuillères à soupe apportent 18 à 20 g de protéines végétales. C'est une excellente option pour rééquilibrer son alimentation et viser un apport de 50 % de protéines végétales au quotidien". À tartiner sur une tranche de pain complet ou accompagné de fruits frais pour un en-cas nutritif et gourmand.

Le cottage cheese

Souvent sous-estimé, le cottage cheese est l'un des fromages les plus riches en protéines, tout en restant modéré en acides gras saturés. "Une

portion de 200 g apporte environ 24 g de protéines, soit plus du double du yaourt grec" assure Alexandra Murcier. C'est un en-cas doux, crémeux et facile à associer avec des fruits, des légumes croquants ou même un filet de miel.

Les œufs

Les œufs sont une source de protéines de très haute qualité, facilement absorbées par l'organisme. Deux à trois œufs apportent 20 à 22 g de protéines, "en plus d'être une excellente source de vitamine D et de choline, deux nutriments rares dans l'alimentation courante" rappelle l'experte. Durs, brouillés ou en omelette roulée, ils constituent un snack simple, économique et nutritif.

Deux tranches de blanc de dinde

La dinde est l'une des viandes les plus maigres et les plus riches en protéines. Une portion d'environ 100 g fournit près de 25 g de protéines avec très peu de graisses saturées. "C'est donc une collation idéale après une séance de sport ou lors d'un besoin de récupération musculaire rapide". En tranches nature ou roulées avec un peu de légumes, c'est pratique et efficace.

La barre protéinée maison

Si vous aimez les collations sucrées, une barre protéinée maison peut être une bonne alternative. Selon la recette (flocons d'avoine, protéines en poudre, noix, beurre d'amande...), elles peuvent contenir entre 15 et 20 g de protéines. "L'avantage du fait maison ? Éviter les édulcorants présents dans de nombreuses versions industrielles, souvent néfastes pour le microbiote, et limiter les coûts". /doctissimo.fr/

El Ojo, une île circulaire intrigante en Argentine

Au cœur du delta du Paraná, dans la province de Buenos Aires en Argentine, se trouve une île mystérieuse unique en son genre. Surnommée El Ojo ("l'œil" en espagnol), cette île présente une forme circulaire presque parfaite et une géographie unique.

La découverte d'El Ojo

Son existence a été révélée au réalisateur Sergio Neuspiller, qui recherchait un lieu de tournage pour un film sur le paranormal. Fasciné par cette découverte, il a même abandonné son projet initial de documentaire pour se concentrer sur l'exploration et l'étude de cette île unique.

Théories et explications

Les scientifiques et les théori-

ciens ont proposé différentes explications concernant la formation d'El Ojo. Certains estiment que sa forme parfaite ne peut être le fruit du hasard, suggérant une origine non naturelle.

Explication scientifique

Selon les scientifiques, l'île en forme d'œil a probablement été formée par un phénomène de cisaillement, à l'instar des blocs de glace circulaires observés ailleurs dans le monde. Les courants d'eau froide peuvent provoquer une friction suffisante pour l'érosion, et il est possible qu'il y ait une source froide sous El Ojo. Une telle source expliquerait les différences de température et de couleur de l'eau autour de

l'île par rapport au reste du delta.

Le rôle de l'eau et de la rotation

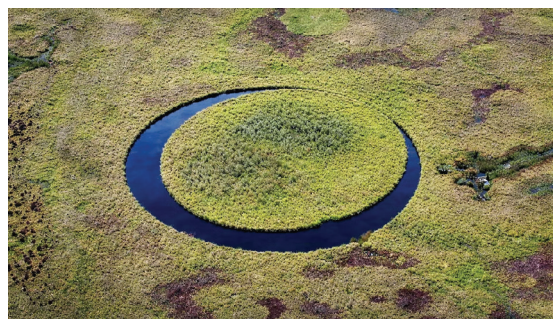
La théorie nommée "théorie du disque de glace" suggère qu'un courant d'eau relativement lent circule sous un côté de l'île flottante, entraînant une torsion naturelle dans une direction spécifique. Cette torsion résulte de l'interaction entre le courant d'eau et l'île elle-même.

L'érosion et la formation circulaire

L'action de rotation de l'île a entraîné une érosion des bords de manière circulaire. Au fil du temps, ce mouvement circulaire a creusé un trou central, conférant ainsi à l'île sa forme caractéristique en "œil". L'érosion continue des bords circulaires est responsable du maintien de cette forme singulière.

Les îles flottantes et les conditions favorables

Les îles flottantes avec une végétation sont relativement rares, tout comme les disques de glace. Cependant, en présence des bonnes conditions, il est possible que ces îles se forment. globe-trotting.com/



24 heures à Vienne

Rétrogradé il y a un siècle de capitale glorieuse d'un vaste empire en capitale d'un seul pays, Vienne n'a rien perdu de sa splendeur. La ville des peintres Gustav Klimt, Egon Schiele et de l'architecte Otto Wagner, se découvre à travers ses musées, ses cafés et ses vignobles.

Boire un chocolat viennois au Café Landtmann

On boit un chocolat viennois dans un grand café délicieusement désuet – hautes boiseries et grands miroirs, lampes qui tamisent une lumière douce – qui fut fréquenté par Freud et Trotsky.

Faire son marché au Naschmarkt

Le grand marché cosmopolite est le lieu de rendez-vous de

la bourgeoisie bohème – ici, on dit « Schicki-Micki » – enfilade de vieux cafés et bars à vins, de restaurants de rue sushi ou falafel ; on y fait emplette de pâtisseries à la cannelle ou de vinaigre au sureau. Et, puisque c'est samedi, on poursuit au marché aux puces, le plus qualitatif d'Europe : on y trouve tout ou presque – avec une grande variété d'objets Mitteleuropa.

Flâner Art nouveau

Jugendstil, c'est l'Art nouveau dans les pays de langue allemande. On va là où tout a commencé, d'abord, au Palais de la Sécession, commandité par la famille Wiggenstein pour signifier à tous que le monde avait changé : en 1897, la Sécession, l'art total, récuse toute hiérarchie entre arts majeurs

et arts mineurs, et se veut mode de vie global.

Déjeuner sous les palmiers

Pour poursuivre Art nouveau, on déjeune au milieu des papillons, au Palmenhof, installé dans la sublime serre Jugendsit, baignée de lumière. Wiener Schnitzel et tarte chaude aux abricots trouvent là un cadre de grand style.

Se cultiver au

Museumsquartier (MQ)

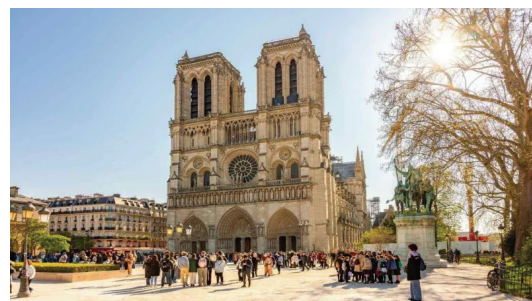
C'est un concentré de culture sur les 60 000m2 des anciennes écuries impériales des Hasbourg – 45 musées dont 2 de tout premier plan, plusieurs salles de spectacles, des salles de cinéma, des centres d'expositions dédiés à la création contemporaine, qui se mêlent aux habitations, aux bars – le tout en zone piétonne.

Se perdre dans les vignobles

On abandonne un moments les musées pour les vignobles Vienne, c'est aussi 700 hectares de vignes intra-muros, une cinquantaine de domaines qui produisent en majorité du blanc de cépage riesling. voyageursdumonde.fr/



9 visites et activités à faire gratuitement à Paris



Avec ses monuments emblématiques, ses musées renommés, ses quartiers historiques et sa vie culturelle trépidante, Paris attire chaque année des millions de visiteurs du monde entier.

1. Visiter gratuitement Notre-Dame-de-Paris

Ornée de gargouilles et de détails gothiques, cette icône parisienne est incontournable. La cathédrale Notre-Dame de Paris est ouverte à toutes et tous, librement et gratuitement, tous les jours de la semaine.

2. S'émerveiller devant la spectaculaire salle Ovale de la BnF

Voici l'un des lieux l'un des lieux les plus spectaculaires à découvrir à Paris sans dépenser un centime. Sur le site Richelieu de la Bibliothèque nationale de France, cette majestueuse salle de lecture achevée en 1932 impressionne par ses dimensions, ses hautes colonnes et son immense verrière.

3. Explorer la Petite Ceinture, l'ancienne voie ferrée de Paris

Avec ses 30 km de voies ferrées désaffectées, la Petite Ceinture offre un visage méconnu de Paris. Construite il y a plus de 150 ans, cette ancienne ligne ferroviaire est peu à peu devenue un véritable corridor de verdure, où vestiges du passé et street art côtoient une faune sauvage qui compte quelques renards.

4. Découvrir les œuvres d'art du Petit Palais

Installé face au Grand Palais, le Petit Palais est l'un des plus beaux musées de Paris, et l'un des rares dont les collections permanentes sont accessibles gratuitement.

5. Admire Paris depuis le Sacré-Cœur de Montmartre

Perchée au sommet de Montmartre, la basilique du Sacré-Cœur offre l'un des

plus beaux panoramas sur Paris. Depuis le parvis, le regard porte sur les toits de la capitale et ses monuments emblématiques. L'accès à la basilique est lui aussi gratuit : à l'intérieur, on découvre notamment l'immense mosaïque qui orne le chœur et la coupole.

6. Flâner dans les plus beaux passages couverts de Paris

Les passages couverts de Paris dévoilent une autre facette de la capitale et racontent une partie de son histoire. Sous leurs verrières se succèdent boutiques originales, librairies anciennes et restaurants.

7. Admire la Tour Eiffel depuis le Champ de Mars

Pur admirer la Tour Eiffel sans dépenser un euro, direction le parc du Champ-de-Mars. Ce vaste espace déroule ses pelouses et ses allées jusqu'à l'École militaire, offrant suffisamment de recul pour embrasser d'un seul regard les 330 m de la Dame de fer.

8. Visiter le musée Bourdelle et son jardin de sculptures

Moins connu qu'Auguste Rodin, dont il fut l'assistant, Antoine Bourdelle compte pourtant parmi les grands sculpteurs du début du XXe siècle. Il enseigna notamment à Alberto Giacometti vers la fin de sa vie et joua un rôle majeur dans le renouvellement de la sculpture au début du XXe siècle.

9. Pique-niquer au canal Saint-Martin

Avec ses passerelles métalliques, ses écluses et ses quais arborés, le canal Saint-Martin offre une agréable parenthèse au cœur du 10e arrondissement. On peut suivre ses berges depuis les environs de la place de la République jusqu'au bassin de la Villette, en regardant passer les bateaux au rythme de l'ouverture des écluses. lonelyplanet.fr/

L'érythème polymorphe : définition, symptômes et traitement

L'érythème polymorphe est une affection aiguë de la peau et des muqueuses avec des lésions caractéristiques en cocarde. Elle atteint le plus souvent l'homme jeune entre 20 et 40 ans. Les causes sont variables et nombreuses. L'évolution est en général favorable.

L'érythème polymorphe, qu'est-ce que c'est ?

C'est une affection aiguë de la peau et des muqueuses avec des lésions caractéristiques en cocarde.

Ces lésions sont arrondies et circulaires, formant trois anneaux autour d'un même centre. C'est une maladie de la peau relativement fréquente puisqu'elle touche 1% des malades consultant en dermatologie. Elle atteint le plus souvent l'homme jeune entre 20 et 40 ans. La maladie est rare avant 3 ans et après 50 ans. L'évolution est en général favorable.

Érythème polymorphe : où sont localisées les lésions cutanées (corps ou visage) ?

Souvent, l'érythème polymorphe se manifeste par des symptô-



mes visibles sur la paume des mains, la plante des pieds, la peau des chevilles, des coudes et des avant-bras. Les zones les plus touchées sont donc l'extrémité des membres. Les lésions peuvent s'étendre au tronc ou atteindre les muqueuses de la bouche et des lèvres (bulles, érosions, exulcérations). Les lésions génitales, urinaires et anales sont moins fréquentes. Les lésions oculaires risquent d'être graves et requièrent une hospitalisation.

Est-ce le syndrome de Stevens Johnson ?
Pendant plusieurs années,

l'érythème polymorphe a été confondu avec le syndrome de Stevens-Johnson. Ce syndrome est une forme d'allergie ou d'hypersensibilité aux médicaments. Toutefois, les études scientifiques ont démontré que cette maladie dermatologique n'était pas déclenchée par un médicament, dans la grande majorité des cas. Le syndrome de Stevens-Johnson est donc une pathologie à part. Le syndrome de Stevens-Johnson peut nécessiter une réanimation dans un service spécialisé.

Quelles sont les causes de l'érythème

polymorphe ?

Quel virus donne des plaques ?

La majorité des cas d'érythème polymorphe est due au virus herpes simplex (HSV), le virus à l'origine de l'herpès.

Quelle pathologie ou maladie auto-immune est associée à l'érythème polymorphe ?

L'érythème polymorphe semble être une réaction immunologique d'hypersensibilité induite par des agents variés : Infection à mycoplasmes (bactéries) ; Mononucléose infectieuse, hépatite virale B, varicelle, zona, grippe, psittacose, oreillons ; Tuberculose, tularémie, yersiniose, streptocoques, pneumocoques ; Mycoses : histoplasmosse, dermatophyte ; Médicaments : anti-inflammatoires non stéroïdiens, sulfamides, pénicillines, œstrogènes, certains antirétroviraux ... ; Toxiques : applications cutanées, inhalation, ingestion ; Agents physiques : soleil, froid, rayons X./doctissimo.fr/

Qu'est-ce qu'une maladie mentale ?

Une maladie mentale, ou trouble mental, se caractérise par une altération importante de la pensée, de l'émotion et/ou du comportement. Près de 50% des adultes souffrent ou souffriront d'une maladie mentale au cours de leur vie. Quelles sont les maladies considérées comme des maladies mentales ? Comment se manifestent-elles ? Comment les diagnostiquer et les traiter ? Où en sommes-nous dans la recherche sur les maladies mentales ?

Doctissimo a interrogé le Pr Pierre-Michel Llorca, professeur de psychiatrie et directeur des soins de la Fondation FondaMental.

Maladie mentale : définition

On dit d'une personne qu'elle est atteinte d'un trouble mental quand elle présente une altération majeure de son état cognitif, de la régulation de ses émotions ou de son comportement. A ces symptômes peuvent également s'ajouter un sentiment de détresse ou des problèmes fonctionnels dans des domaines importants.

Quelles sont les différentes maladies mentales ?

Il existe une classification officielle des troubles mentaux par l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS). Ils sont décrits dans la Onzième Révision de la Classification internationale des maladies (CIM-11). Sont considérés comme des maladies mentales : Les troubles bipolaires ; La schizophrénie ; La dépression ; Les troubles post-traumatiques ; Les troubles anxieux ; Les troubles de l'alimentation ; Les comportements perturbateurs dyssociaux ; Les troubles neurodéveloppementaux.

Les symptômes de la schizophrénie

La schizophrénie peut se manifester par des idées délirantes récurrentes, des hallucinations, une pensée désorganisée, une agitation extrême./doctissimo.fr/

Les effets secondaires des traitements de la maladie de Parkinson

La maladie de Parkinson est une maladie dégénérative du système nerveux central qui se traduit par la triade motrice : lenteur des mouvements (akinésie), rigidité du tronc et des membres et tremblement de repos. Pour réduire les symptômes, il est possible d'administrer des traitements médicamenteux. Ils entraînent souvent des effets secondaires, immédiats, à moyen ou à long terme. Notre spécialiste, le docteur Chantal Hausser-Hauw, neurologue, nous apprend à les reconnaître.

Quels sont les traitements de la maladie de Parkinson ?

Les lésions spécifiques de la maladie de Parkinson concernent surtout les voies dopaminergiques. Il en résulte un déficit en dopamine dans le cerveau et une présence accrue d'acétylcholine. On traite donc les malades avec deux grandes catégories de médicaments antiparkinsoniens, les molécules dopaminergiques et les anticholinergiques.

Pourquoi des effets secondaires ?

Les effets secondaires sont le résultat de l'action globale sur l'organisme des hormones. Les



médicaments dopaminergiques, risquent donc d'être responsable d'effets secondaires divers. "Ils sont multiples, certains prévisibles d'autres non, souligne notre spécialiste. C'est pourquoi il est important de parler à votre médecin de tout nouveau symptôme qui se manifeste dans les jours qui suivent le début de traitement. Lui seul pourra juger de l'arrêt du traitement, de son maintien ou de sa modification". Il existe en effet un temps d'adaptation de l'organisme de quelques jours ou semaines.

Les symptômes qui peuvent survenir au tout début du traitement
Des nausées et vomissements

Ils sont fréquents en début de traitement. Les médicaments dopaminergiques stimulent directement une zone particulière du cerveau responsable des nausées, au niveau du tronc cérébral.

"Les nausées et vomissements peuvent être associés à des diarrhées et des modifications du goût", précise le médecin. Le Motilium (dompéridone : antinauséeux antagoniste périphérique de la dopamine, 10 mg, 2 à 3 fois par jour) ou un autre médicament antinauséeux, permet de supporter les nausées, le temps qu'elles disparaissent spontanément.

De l'hypotension orthostatique

Le patient peut ressentir des étourdissements lorsqu'il passe de la station assise ou couchée, à la station debout. C'est le signe que la tension artérielle ne s'est pas adaptée à la position debout. Lors du passage en position debout, le sang stocké dans les membres inférieurs et la cavité abdominale tarde à retourner au cœur en d'une atteinte des réflexes par la maladie.

De la somnolence

Les zones cérébrales responsables de l'éveil sont atteintes précocement par la maladie, ce qui prédispose tous les malades à de la somnolence diurne. "La lévodopa, les agonistes dopaminergiques et l'apomorphine peuvent être soporifiques ou excitants selon les doses, décrit Chantal Hausser-Hauw. Ce sont habituellement les petites doses (donc en début du traitement) qui entraînent de la somnolence.

Un sommeil perturbé

La dopamine, fréquemment excitante, peut provoquer ou aggraver une insomnie durant les premières semaines d'utilisation se manifestant par une difficulté à l'endormissement, un sommeil fragmenté ou des réveils matinaux./doctissimo.fr/

سوناتراكي
sonatrach

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة الداخلية و الجماعات المحلية و النقل

DN R
المنشورية الوطنية للأمن في الطرق
المنشورية الوطنية للأمن في الطرق

**أثناء العطلة
سلامة سياقتي... تحمي عائلتي**

0 20 40 60 80 100 120 140 160 180 200 220 240

Sonatrach
Délégation Nationale à la Sécurité Routière/DNSR

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة الطاقة والطاقة المتجددة

الحملة الوطنية
لترشيد استهلاك
الطاقة

ترشيد طاقتنا
ضمان مستقبلنا

إطفاء ما
لا نحتاجه

ضبط المكيف
على 25°

تجنب أوقات الذروة
22:00-20:00 / 16:00-13:00

الوكالة الوطنية لتطوير
استخدام الطاقة وترشيدها

ADPUE

سوناتراكي
sonatrach

CAN-2026 des U20 Handball

Algérie - Madagascar (46-15)



La sélection algérienne (U20/Garçons) de handball s'est largement imposée devant son homologue malgache (46-15, mi-temps 22-08), en match disputé dimanche après-midi à Abidjan, pour le compte de la deuxième journée (Groupe B) du Championnat d'Afrique des nations de la catégorie, actuellement en cours en Côte d'Ivoire.

Dans l'autre match du Groupe, l'Angola a dominé la Nigeria (29-25), empochant au passage son deuxième succès en autant de matchs depuis l'entame de la compétition.

Lors de la première journée, disputée samedi, l'Angola avait dominé Madagascar (49-17), alors que la sélection algérienne s'était inclinée (23-16) face à son homologue nigérienne.

Les jeunes "Verts" boucleront cette

phase de poules le mardi 8 septembre courant, en affrontant l'Angola.

Outre le Groupe (B), ce tournoi continental, qui se poursuivra jusqu'au 12 septembre à Abidjan, regroupe trois autres poules. Le Groupe (A), composé de la Côte d'Ivoire, de la Guinée, du Rwanda et du Zimbabwe, ainsi que le Groupe (C), constitué du Bénin, du Kenya, de la Libye et de la Tunisie, et enfin, le Groupe (D), réunissant le Cameroun, le Congo, la RD Congo et l'Egypte.

Suivant la formule de compétition adoptée, les deux premiers de chaque poule se qualifient directement pour les quarts de finale.

Cette 33e édition du Championnat d'Afrique des nations constitue un rendez-vous important pour les jeunes handballeurs algériens, qui ambi-

tionnent de réaliser un parcours à la hauteur de leurs ambitions et décrocher éventuellement une qualification au prochain Mondial de la catégorie.

Résultats du groupe B :

1re journée / Samedi 5 septembre :

Angola - Madagascar 49-17

Algérie - Nigeria 16-23

2e journée / Dimanche 6 septembre :

Madagascar - Algérie 15-46

Nigeria - Angola 29-25

Classement :

	Pts	J
1). Angola	4	2
2). Nigeria	2	2
--). Algérie	2	2
4). Madagascar	0	2

Reste à jouer :

3e et dernière journée (Mardi 8 septembre) :

Algérie - Angola

Nigeria - Madagascar.

Foot/Ligue 1 Mobilis (2e journée)

Report des rencontres JS Kabylie - MC Alger et JS Saoura - USM Khenchela à une date ultérieure

La Ligue de football professionnel (LFP) a annoncé le report à une date ultérieure, des matchs JS Kabylie - MC Alger et JS Saoura - USM Khenchela, comptant pour la deuxième journée du championnat de Ligue 1 Mobilis, saison 2026-2027.

Prévues initialement le mardi 6 octobre à 19h00, les deux rencontres ont finalement été reportées par l'instance dirigeante, en raison de la participation du MC Alger (MCA) et de la JS Saoura (JSS) aux matchs retours du premier tour préliminaire de la Ligue des champions africaine.

Lors du match aller, la JS Saoura, s'est imposée (1-0) face au représentant guinéen, Horoya Conakry, vendredi dernier, au stade Miloud-Hadefi d'Oran.

Le deuxième représentant algérien, le MC Alger, a ramené un nul (0-0) de son déplacement chez l'ASN Nigelec, en match disputé dimanche après-midi au Seyni-Kountché Stadium de Niamey (Niger).

Cette deuxième journée de la Ligue 1, sera ouverte le jeudi 10 septembre par le match ES Ben Aknoun - US Biskra (19h00), suivi de la rencontre USM Alger - JS El Biar (21h00).

Deux rencontres sont programmées vendredi 11 septembre, avec notamment l'affiche CR Belouizdad - ES Sétif (21h00), tandis que le match MC Oran - CR Témouchent aura lieu à 19h00.

Deux rencontres sont également au programme samedi 12 septembre : MB Rouissat - Olympique Akbou (19h00) et CS Constantine - ASO Chlef (21h00).

Programme actualisé de la 2e journée :

Jeudi 10 septembre :

ES Ben Aknoun - US Biskra (19h00)

USM Alger - JS El Biar (21h00)

Vendredi 11 septembre :

MC Oran - CR Témouchent (19h00)

CR Belouizdad - ES Sétif (21h00)

Samedi 12 septembre :

MB Rouissat - Olympique Akbou (19h00)

CS Constantine - ASO Chlef (21h00)

Reportés :

JS Kabylie - MC Alger

JS Saoura - USM Khenchela .



Ligue des champions d'Afrique 1er tour préliminaire

Ligue des champions d'Afrique

Résultats complets du premier tour préliminaire (aller) de la Ligue des champions africaine de football, à l'issue des matchs de disputés vendredi, samedi et dimanche :

Vendredi, 4 septembre :

Swehly SC (Libye) - KVZ FC (Zanzibar) 1-0

AS Port (Djibouti) - Zamalek SC (Egypte) 1-2

JS Saoura (Algérie) - Horoya AC (Guinée) 1-0

Samedi, 5 septembre :

El Merriekh SC Bentiou (Soudan du Sud) - Heegan SC (Somalie) 1-0

Aigle Noir FC (Burundi) - Al Hilal SC (Soudan) 0-2

CFFA (Madagascar) - Lijabatho FC (Lesotho) 2-0

AS Manga Sport (Gabon) - African Stars (Namibie) 3-1

Aiglons FC N'Djamena (Tchad) - Sidaama Buna FC (Ethiopie) 0-0

FC Canchungo (Guinée-Bissau) - Tenguth FC (Sénégal) 0-1

Star Sport Academy (Sierra Leone) - Medina United FC (Gambie) 0-0

Vipers SC (Ouganda) - FC Nouadhibou (Mauritanie) 1-1

FC San Pedro (Côte d'Ivoire) - Rivers United (Nigeria) 1-1

Gaborone United FC (Botswana) - Young Africans SC (Tanzanie) 1-1

Al Merriekh SC (Soudan) - Power Dynamos FC (Zambie) 1-0

Club Africain (Tunisie) - Djoliba AC de Bamako (Mali) 1-0

Dimanche, 6 septembre :

La Cure Waves SC (Maurice) - Orlando Pirates (Afrique du Sud) 0-0

Gor Mahia FC (Kenya) - Pyramids FC (Egypte) 0-2

UD Do Songo (Mozambique) - Atletico Petroleos (Angola) 0-1

Mighty Wanderers (Malawi) - Simba SC (Tanzanie) 0-1

Les Aigles du Congo (RD Congo) - APR FC (Rwanda) 1-0

Scotland FC (Zimbabwe) - Nsingizini Hotspurs (Eswatini) 1-0

Colombe Sportive du Dja et Lobo (Camm) - Stade Malien (Mali) 0-0

Wiliete de Benguela (Angola) - Foresters FC (Seychelles) 4-0

Rangers International FC (Nigeria) - Sobemap FC (Bénin) 1-1

Medeama SC (Ghana) - TP Mazembe (RD Congo) 0-1

ASCK (Togo) - ASEC Mimosas (Côte d'Ivoire) 1-1

ASN Nigelec (Niger) - MC Alger (Algérie) 0-0

MAS de Fès (Maroc) - Rahimo FC (Burkina Faso) 4-1

N.B : les matchs retours auront lieu du 10 au 13 septembre.

Cyclisme / Grand Prix Chantal Biya (26e édition)

Victoire de l'Algérien Hamza Amari en 14h45:48

Le cycliste algérien Hamza Amari a remporté l'édition 2026 du Grand Prix Chantal Biya, à l'issue de la cinquième et dernière étape, disputée dimanche, sur une distance de 178 kilomètres entre Meyomessala et Yaoudé, avec un chrono total de 14h45:48, qui lui rapporté 40 points.

Sur le podium, l'international algérien a devancé le Camerounais Clovis Kamzong Abossolo (même temps/30 pts) et le Suisse Wanja Russenberger (3e, en 14h45:50 / 25 pts).

Cette 5e étape a été remportée par le Français Guillaume Deurweilher, en 3h56:17, devant le Néerlandais Mark Van Kleef et Hamza Amari, respectivement 2e et 3e, mais avec le même temps (3h56:17). La sélection nationale (seniors/messieurs) de cyclisme sur route a brillé de mille feux dans cette prestigieuse compétition, car outre la victoire de Hamza Amari au général, elle a remporté plusieurs autres victoires. Les plus importantes d'entre elles sont probablement celles d'Anes Riyahi

en tant que meilleur grimpeur, et Mohamed Nadjib Assel, qui s'est emparé du maillot vert du meilleur sprinter. Combinée à sa victoire au Grand Prix d'Ongola, disputé quelques jours auparavant au Cameroun, la sélection nationale a totalisé 110 points, se plaçant là encore en tête du classement par équipes.

Hamza Amari est le troisième cycliste algérien à remporter le Grand Prix Chantal Biya, après Azzedine Lagab en 2019 et Hamza Yacine en 2023.

Equipe Nationale Football

Après sa médaille d'or en Méditerranée...

Hamdani doit relever un défi de taille avec les Desert Warriors

Ibrahim Hamdani a pris la direction technique de l'équipe nationale algérienne, renforcé par un staff comprenant Antar Yahia comme adjoint et Moussa Saïb comme manager de l'équipe.

Cette décision intervient après son récent succès avec l'équipe nationale des moins de 21 ans, qui a remporté la médaille d'or aux Jeux méditerranéens de 2026, incitant la Fédération algérienne de football à faire de nouveau confiance aux talents nationaux pour reconstruire l'identité footballistique de l'équipe nationale.

Ibrahim Hamdani se lance dans sa mission nationale, porteur de grands espoirs : redonner à la patrie des « Guerriers du désert » son esprit et son authenticité, fort du soutien populaire et d'une longue histoire qui a toujours prouvé qu'un fils du pays est capable de faire la différence, même dans les moments les plus difficiles.

Miser sur un entraîneur local n'est pas seulement une option imposée, mais

un retour à la philosophie qui a permis les plus grands succès de l'histoire du football algérien. Si l'on se penche sur les archives historiques, on constate que tous les grands championnats continentaux et la plupart des participations significatives à la Coupe du monde portent la marque de talents nationaux qui ont réussi à transformer les énergies individuelles des joueurs en épopées collectives.

Feu Abdelhamid Kermali a inscrit son nom en lettres d'or lorsqu'il a mené l'Algérie à la victoire de son premier titre de l'histoire de la Coupe d'Afrique des Nations en 1990 au « Stade du 5 Juillet », ouvrant la voie à l'affirmation du prestige continental du football algérien. En 2019, Djamel Belmadi a ramené les « Verts » sur le podium continental après une absence de plusieurs décennies, en remportant la Coupe d'Afrique des Nations en Égypte, couronnant sa carrière par une série historique exceptionnelle de 35 matchs consécutifs sans défaite.

L'entraîneur Mohiuddin Khalef a dirigé l'équipe nationale lors de sa première apparition en Coupe du monde en 1982 en Espagne, où elle a réalisé la fameuse victoire historique contre l'Allemagne de l'Ouest (2-1) dans l'une des plus grandes surprises de la Coupe du monde.

Rabah Saâdane a continué à asseoir le football algérien sur la scène mondiale après avoir mené l'équipe à la qualification pour la Coupe du monde du Mexique en 1986, avant de revenir des années plus tard et de répéter l'exploit en emmenant les Verts à la Coupe du monde d'Afrique du Sud en 2010 après le match décisif d'Omdurman ».

Rachid Makhloufi a fait la gloire régionale de l'Algérie en remportant des médailles d'or aux Jeux méditerranéens de 1975 et aux Jeux africains de 1978, tandis que Madjid Bougherra a réalisé un exploit exceptionnel en remportant la Coupe arabe en 2021 au Qatar.

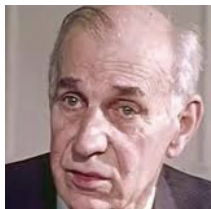
Dans le monde un 08 Septembre

- 2022 : Charles III devient roi, à l'âge de 73 ans, à la suite de la mort de sa mère.
- 2008 : Roger Federer remporte pour la cinquième fois consécutive l'US Open de tennis. Grâce à cette victoire, il devient le seul joueur de l'histoire à avoir remporté cinq fois de suite deux des quatre tournois du Grand Chelem.
- 2007 : Portugal rebondissement dans l'enquête sur la disparition de la fillette britannique disparue le 3 mai à Praia da Luz d'une chambre d'hôtel au Portugal.
- 2002 : Des inondations dans le Midi font 27 morts et 17 disparus. On dénombre cinq morts dans la petite commune d'Aramon (Gard) tout près d'Avignon.
- 2002 : Tennis, Pete Sampras remporte les internationaux des Etats-Unis face à André Agassi.
- 1999 : Sortie en salle du film "Guns 1748".
- 1998 : Arrestation en Normandie de Hans Joachim Klein ressortissant allemand, lieutenant présumé du terroriste Carlos.
- 1997 : Un accident à un passage à niveau entre Bordeaux et Périgueux tue 13 personnes.
- 1986 : Attentat à Paris dans le bureau de poste de l'Hôtel de ville (1 mort et 21 blessés).
- 1986 : Inauguration du câble sous-marin reliant La Seyne sur Mer Singapour via le "Canal de Suez".
- 1978 : "Vendredi noir" de Téhéran: heurts violents entre l'armée et les manifestants font 180 morts, selon un bilan officiel.
- 1966 : Première diffusion de Star Trek sur NBC.
- 1961 : Attentat manqué contre de Gaulle.
- 1946 : Un incendie détruit le village maurienais de Mongelaffrey en Savoie.
- 1946 : Création du Secours catholique.
- 1943 : L'Italie capitule.
- 1943 : Marcel Ravdat découvre la grotte de Lascaux sur la commune de Montignac en Dordogne.
- 1895 : décès de Adam Opel à Rüsselsheim, fondateur de l'entreprise automobile allemande Opel.
- 1760 : Montréal se rend aux Anglais.
- 1157 : naissance de Richard 1er (futur Richard Cœur de Lion)./isere-annuaire.com/

Un Français, le professeur Kastler reçoit le prix Nobel de physique

Le prix Nobel de physique a été décerné ce jeudi par l'Académie suédoise des sciences au physicien français Alfred Kastler. La nouvelle a été annoncée par M. Christian Fouchet au cours du débat sur les crédits scolaires, aux députés, qui ont vivement applaudi. Professeur à la faculté des sciences de Paris, directeur du groupe de spectroscopie hertzienne à l'École normale supérieure, M. Kastler, qui est âgé de soixante-quatre ans, est surtout connu pour ses travaux sur le "pompage optique", dont l'emploi a ultérieurement permis la mise au point des lasers. Il est le premier Français à recevoir cette distinction depuis 1929, date à laquelle le prix Nobel de physique fut attribué à M. Louis de Broglie pour ses travaux sur la mécanique ondulatoire. Depuis cette date, les seuls Français qui aient reçu un prix Nobel de sciences furent Frédéric et Irène Joliot-Curie (chimie, 1935), et André

Lwoff, Jacques Monod et François Jacob (médecine, 1965). Quant au prix Nobel de chimie, il a été décerné peu après au physico-chimiste américain de l'université de Chicago, Robert Sandersen Mulliken. L'attribution du prix Nobel de physique au professeur Kastler ne constitue pas à proprement parler une surprise. Depuis quelques années, en effet, on s'était attaché à souligner dans certains cercles scientifiques et dans les milieux officiels le désappointement que l'on éprouvait à voir le jury de Stockholm détourner son attention d'un physicien dont les travaux sur le pompage optique se sont trouvés directement à l'origine d'une réalisation scientifique d'envergure, celle des lasers, et, sans revêtir peut-être une importance fondamentale, ont apporté une appréciable contribution au développement de nos connaissances en spectroscopie optique. Qui



plus est, les travaux originaux sur les masers et les lasers avaient déjà valu à leurs auteurs, l'Américain Townsend et les Soviétiques Basov et Prokhorov, un prix Nobel de physique en 1964. À la différence de prix Nobel de médecine, qui fut décerné l'année dernière à Lwoff, Monod et Jacob pour des travaux d'une parfaite actualité, la décision que vient de prendre le jury du prix Nobel constitue donc surtout la juste réparation de ce qui pouvait paraître une injustice. Le pompage optique: En effet, c'est en 1950, il y a quelque seize années, que le professeur Kastler a mis au point sa fructueuse méthode du pompage optique./fr.wikipedia.org/

Le saviez-vous?

Les perroquets gris d'Afrique sont assez intelligents pour aider d'autres oiseaux dans le besoin



Les perroquets gris d'Afrique, ou Gris du Gabon (*Psittacus erithacus*), ne sont pas seulement très intelligents, ils ont aussi l'esprit de collaboration et d'entraide avec leurs semblables. En effet, il s'agit de la première espèce d'oiseaux à passer avec succès un test les obligeant à la fois à comprendre quand un autre animal a besoin d'aide, et à lui apporter une assistance. Dans un premier temps, Brucks et son collègue Auguste von Bayern, ont formé les oiseaux un à un : chaque individu a reçu une pile de jetons (de petites rondelles métalliques) et a appris qu'il pouvait les échanger contre de la nourriture en les passant à un intervenant humain (un chercheur), à travers un petit trou dans un écran clair. Un mois plus tard, deux oiseaux ont été séparés l'un de l'autre et du chercheur par des écrans clairs. Un oiseau a reçu un tas de jetons, mais le trou entre lui et le chercheur a été bouché. Le trou de l'autre oiseau, menant au chercheur, était ouvert mais l'oiseau n'avait pas de jetons. Il y avait également un troisième trou dans l'écran, entre les deux oiseaux, leur permettant de se passer des objets. Les perroquets gris d'Afrique ont prouvé à quel point ils sont intelligents et à même de coopérer avec leurs semblables. Anastasia Krashennikova./lesaviezvous.net/

Journée internationale des légumineuses



La journée internationale des légumineuses a lieu chaque 08 Septembre. Ce sont les Nations Unies qui ont fixé la date. On aurait pu vous l'annoncer hier, pour tenir compte du temps du trempage des légumineuses avant la cuisson. On aurait pu. Nous sommes donc en face d'une très officielle journée voulue par les Nations Unies (Résolution A/RES/73/251). On peut désormais tenter de comprendre son intérêt. Pourquoi les légumineuses sont-elles importantes ? La réponse se résume en trois idées : valeur nutritionnelle, sécurité alimentaire, respect de l'environnement. Ces cultures traditionnelles cumulent en effet un ensemble de qualités qui les rendent plus que recommandables pour les consommateurs de tous les continents. Valeur nutritionnelle: Les légumineuses sont riches en nutriments et ont une teneur élevée en protéines, très intéressantes dans les régions où la viande et les produits laitiers sont dif-

ficiles d'accès. Les légumineuses ont une faible teneur en matières grasses et une forte teneur en fibres. En raison de ces qualités, elles sont recommandées par les organismes de santé dans le traitement du diabète et les maladies cardiaques. Les légumineuses ont également montré qu'elles aidaient à lutter contre l'obésité. Sécurité alimentaire: Pour les agriculteurs, les légumineuses représentent une culture importante car elles peuvent être à la fois vendues et consommées sur place, préservant ainsi l'autonomie et la stabilité économique de l'exploitation. Les experts estiment que jusqu'à un tiers des aliments préparés pour la consommation humaine dans le monde se perdent ou sont gaspillés. Or, les légumineuses ont une conservation stable, c'est-à-dire que dans un emballage étanche, elles se conserveront des mois voire des années sans perdre leurs qualités nutritionnelles./journee-mondiale.com/

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

MEDIA EXPERT

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

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

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

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

ETS BEKAKRA EXPO
Organisateur

6^{ème} EDITION

**SALON INTERNATIONAL
SUD AGRO INDUSTRIES**
صالون الجنوب للفلاحة والصناعات الغذائية

أيام: 23-24-25-26 نوفمبر 2026
بولاية أدرار

ETS BEKAKRA EXPO
Organisation Et Présentation Toutes Les Activités Des Salons
Mob: 0773.77.66.34 / 0660.88.80.88 Fax: 032.14.93.44
sudagroindustrie@gmail.com

**SALON INTERNATIONAL
DU BÂTIMENT ET DE L'ARCHITECTURE**

BATIWEST 2026

**EXPOSEZ. RENCONTREZ.
DÉVELOPPEZ.
GRANDISSEZ.**

LE RENDEZ-VOUS INCONTOURNABLE
DES PROFESSIONNELS DU SECTEUR !

**RÉSERVEZ
VOTRE STAND
DÈS MAINTENANT !**
PLACES LIMITÉES
NE MANQUEZ PAS
CETTE OPPORTUNITÉ !

**21 > 25
OCTOBRE 2026**
CENTRE DES CONVENTIONS
(C.C.O) ORAN, ALGÉRIE

LE LIEU OÙ VOTRE ACTIVITÉ
RENCONTRE LES BONNES OPPORTUNITÉS.
SOYEZ AU RENDEZ-VOUS !

CONTACTEZ-NOUS
0664 46 03 38
0558 19 40 31

**SB EVENTS
COM COMPANY**

E-mail :
batiwest.oran25@gmail.com
contact@batiwest.net

SPONSOR GOLD **AMOUDA
CIMENT** Partenaire du Salon Batiwest 2026

SUIVEZ-NOUS
f t in www.batiwest.net

**نكتشف مبكراً...
نرافق أفضل... ونبني
مستقبلاً أجمل!**

**الخطوة الجارية للتضامن
لمسيرة الفواقة**

في إطار تعزيز الوعي والتكفل المبكر، قام أعضاء
الخطوة الجارية للتضامن لمسيرة الفواقة، وبالموازاة مع
إجراء التحقيقات الأسرية، بتنظيم نشاط تحسيسي وتوعوي
حول أهمية الكشف المبكر عن اضطراب طيف التوحد،
وذلك يومي 09 و 12 أوت 2026.

**أهمية الكشف المبكر
عن اضطراب طيف التوحد**

**مؤشرات قد تظهر:
لدى الطفل:**

- ضعف في التواصل
البصري أو السمعي
- صعوبة في التفاعل
الاجتماعي
- سلوكيات متكررة
أو روتينية
- حساسية مفرطة
للمؤثرات الحسية

**الكشف المبكر والتدخل في الوقت المناسب
يشكلان خطوة أساسية نحو تكفل ومراقبة أفضل.**

لأن كل طفل يستحق فرصة أفضل للتطور والتعلم والاندماج...
الكشف المبكر ليس تشخيصاً فقط،
بل هو بداية طريق نحو الفهم، المراقبة والأمل.

مجتمع أكثر احتواءً | **طفل فراق** | **أسرة واعية**

مقا من أجل أسرة واعية، طفل فراق، ومجتمع أكثر احتواءً.

الخطوة الجارية للتضامن | **مسيرة الفواقة** | **اضطراب طيف التوحد** | **الكشف المبكر**
التوعية والنحس | **التكفل والمراقبة** | **كل طفل يستحق الفرصة**

**الصالون الدولي
للشوكولاتة
والتبوة**

**Salon International
DU
Chocolat
ET DU
Café**

**8^{ème} الطبعة
édition**

من 27 إلى 30 جانفي 2027
بمركز المؤتمرات وهران

Du 27 au 30 Janvier 2027
au Centre des Conventions d'Oran

www.chocaf.dz