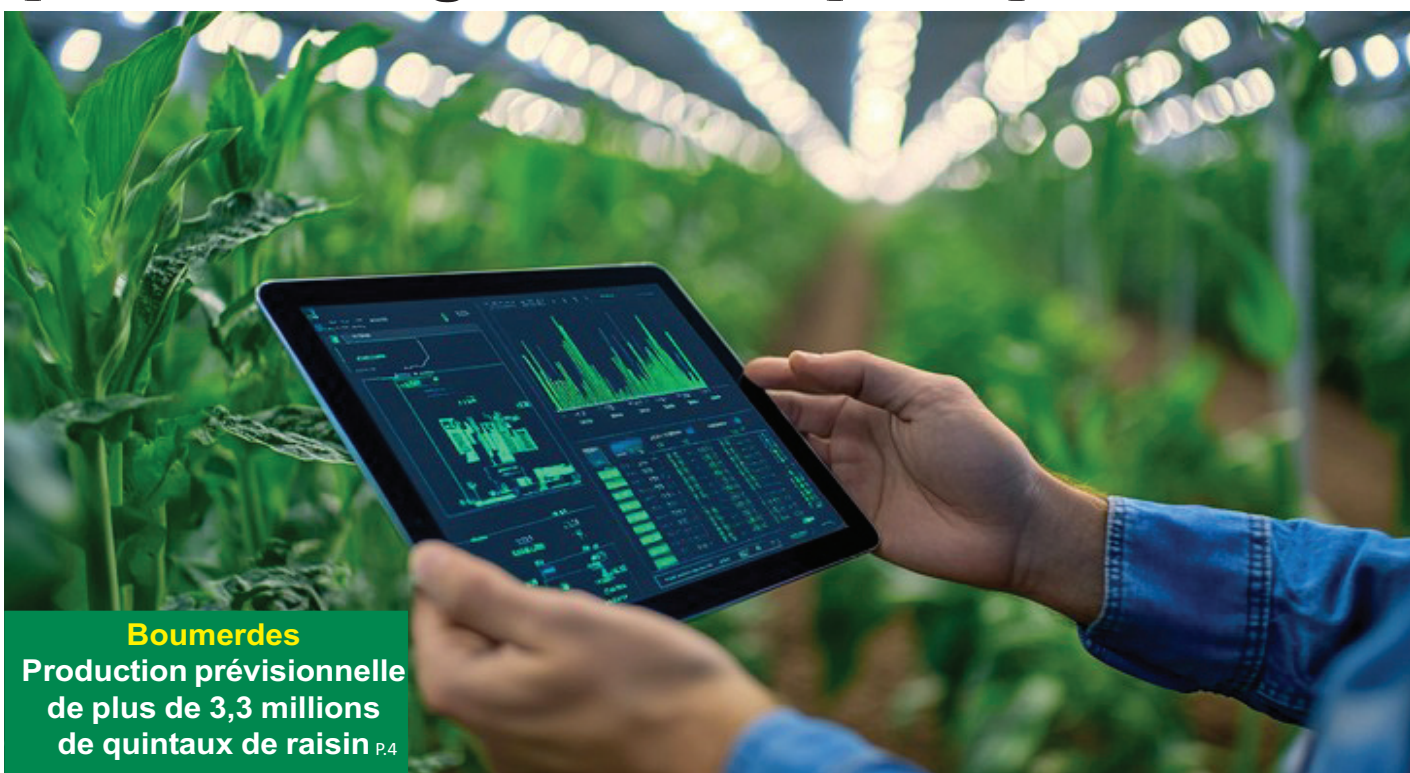


L'Algérie, premier fournisseur
de naphta de la République
de Corée au 1er semestre 2026 P.3

ALGÉRIE-ITALIE

Le pari technologique pour une agriculture plus productive



Boumerdes

Production prévisionnelle
de plus de 3,3 millions
de quintaux de raisin P.4



PHARMEX 10
CENTRE DE CONVENTIONS ORAN

22 23 24 OCTOBRE 2026

sous le theme :

**“L’Intelligence Artificielle
Centrée Patient Au Service Du Pharmacien”**

ORGANISÉ PAR : **PHARMEX CONSULTING**
EN PARTENARIAT AVEC :



**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 15 Septembre 2026
Quotidien National Economique
N° 2350 - Prix 30 DA



Le président de la République reçoit le haut conseiller du président américain pour l'Afrique, les affaires arabes et le Moyen-Orient

Le président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, a reçu le haut conseiller du président américain pour l'Afrique, les affaires arabes et le Moyen-Orient, M. Massad Boulos. Ont assisté à cette audience, du côté algérien, le ministre d'Etat, chargé de l'Inspection générale des services de l'Etat et des Collectivités locales, M. Brahim Merad, le ministre d'Etat, ministre des Affaires étrangères, de la Communauté nationale à l'étranger et des Affaires africaines, M. Ahmed Attaf, et le conseiller auprès du président de la République, chargé des affaires diplomatiques, M. Amar Abba. Du côté américain, étaient présents le chargé d'affaires à l'ambassade des Etats-Unis d'Amérique, M. Mark Shapiro, et la chargée des questions diplomatiques, Mme Sarah Knight, qui accompagnaient le haut conseiller américain.

Visite d'amitié au Mali

Le Premier ministre Sifi Ghrieb arrive à Bamako



Le Premier ministre Sifi Ghrieb est arrivé hier à Bamako pour une visite d'amitié au Mali, marquant une nouvelle dynamique dans les relations bilatérales. Sur instruction du président de la République, Abdelmadjid Tebboune, le Premier ministre, Sifi Ghrieb, est arrivé à Bamako, dans le cadre d'une visite d'amitié en République du Mali, indique un communiqué des services du Premier ministre. Cette visite s'inscrit dans le contexte de la nouvelle dynamique que connaissent les relations bilatérales et concrétise la volonté commune des dirigeants des deux pays de hisser la coopération bilatérale vers des horizons plus larges. À son arrivée à l'aéroport de la capitale Bamako, Ghrieb a été accueilli par le Premier ministre et chef du gouvernement du Mali, Abdoulaye Maïga, aux côtés de plusieurs responsables maliens. Le Premier ministre est accompagné lors de cette visite par le secrétaire général du ministère des Affaires étrangères, Lounès Magramane.

Sayoud préside une rencontre consacrée au suivi de la mise en œuvre des dispositions de la loi organique relative aux partis politiques

Le ministre de l'Intérieur, des Collectivités locales et des Transports, M. Saïd Sayoud, a présidé au Palais du Gouvernement, une réunion consacrée au suivi de la mise en œuvre des dispositions de la loi organique relative aux partis politiques, indique un communiqué du ministère. La réunion s'est déroulée en présence de la ministre déléguée chargée des Collectivités locales, Mme Fouzia Naama, et du conseiller auprès du président de la République, chargé des affaires politiques et des relations avec la jeunesse, la société civile et les partis politiques, M. Mustapha Saïdj. Cette réunion a été consacrée au suivi de "la mise en œuvre des dispositions de la loi organique n° 26-08 relative aux partis politiques, notamment les dispositions de l'article 15 portant création et mise en service de la plateforme numérique dédiée au suivi des partis politiques", précise la même source.

Hadj 1448H

L'ONPO invite les concernés à ouvrir des comptes bancaires et à demander une carte de paiement électronique

L'Office national du pèlerinage et de la omra (ONPO) a invité dans un communiqué, les citoyens concernés par l'accomplissement des rites du hadj au titre de la saison 1448H/2027 à prendre les dispositions nécessaires pour ouvrir un compte bancaire et demander une carte de paiement électronique, en prévision de l'étape de paiement des frais. Les citoyens concernés par l'accomplissement du hadj pour cette saison, ne disposant pas d'un compte courant postal ou bancaire ni d'une carte de paiement électronique, sont invités à "prendre les dispositions nécessaires pour ouvrir un compte et demander la carte, en prévision de l'étape de paiement des frais du pèlerinage", lit-on dans le communiqué.

70e anniversaire de la création de l'UGCAA Conférences historiques et hommages dans plusieurs wilayas de l'Ouest

Plusieurs wilayas de l'Ouest du pays ont marqué le 70e anniversaire de la création de l'Union générale des commerçants et artisans algériens (UGCAA), fondée le 13 septembre 1956, par l'organisation de conférences historiques et scientifiques, ainsi que de cérémonies d'hommage. Ces manifestations ont permis de mettre en lumière le rôle des commerçants et des artisans dans le soutien à la Révolution de libération nationale, mais aussi leur contribution à la construction de l'économie nationale au lendemain de l'indépendance. Elles ont également été l'occasion de souligner la nécessité pour le secteur de s'adapter aux nouvelles mutations économiques, notamment à travers la numérisation, l'innovation et le renforcement de la compétitivité.

À Oran, le bureau de wilaya de l'UGCAA, en coordination avec les directions des Moudjahidine et du Commerce, a organisé une cérémonie au musée du Moudjahid. La rencontre a été consacrée à l'histoire de l'Union, à ses principales étapes et à son rôle dans l'encadrement des commerçants et artisans, la défense de leurs intérêts et le soutien à l'économie nationale. Les participants ont également évoqué la contribution de l'organisation à la consolidation des valeurs de solidarité et de travail collectif. Des communications et témoignages ont ponctué la rencontre, qui s'est achevée par un hommage à plusieurs personnalités et acteurs ayant contribué au parcours de l'Union.

À Mascara, la Maison de la culture «Abi Ras Ennaciri» a accueilli plusieurs activités historiques et scientifiques, ainsi qu'une cérémonie d'hommage en présence des autorités locales.

Une conférence a notamment été consacrée au rôle de l'UGCAA dans le soutien à la Guerre de libération nationale, la mobilisation populaire et l'appui au Front de libération nationale (FLN), à travers notamment la participation aux manifestations et le financement de la Révolution.

Les intervenants ont rappelé que cet engagement s'était poursuivi malgré



les lourdes représailles infligées aux commerçants et artisans par les forces coloniales, notamment les fermetures de commerces, les arrestations, la torture et les assassinats.

Un film documentaire retraçant l'histoire de l'UGCAA a également été projeté. Des moudjahidine membres de l'organisation ainsi que plusieurs de ses partenaires ont, par ailleurs, été honorés.

À cette occasion, le wali de Mascara, Fouad Aïssi, a insisté sur l'importance pour les opérateurs économiques de s'adapter aux mutations que connaît l'économie, à travers l'innovation, la numérisation, l'amélioration de la qualité, le renforcement de la compétitivité et le développement de la formation.

Il a également appelé au strict respect de la législation, à la protection du consommateur et à la préservation de la stabilité du marché, tout en soulignant la nécessité de poursuivre l'accompagnement des opérateurs économiques et de contribuer à la levée des obstacles auxquels ils sont confrontés.

De son côté, le secrétaire de wilaya de l'UGCAA, Mustapha Bousbia, a estimé que cette célébration constituait une marque de reconnaissance envers les sacrifices consentis par les martyrs et les moudjahidine. Elle représente également, selon lui, une opportunité de transmettre aux nouvelles

générations la mémoire de l'Union et de faire connaître sa contribution au soutien de la Révolution et au développement de l'économie nationale.

À Aïn Témouchent, le bureau de wilaya de l'UGCAA a célébré cet anniversaire à travers un programme comprenant plusieurs activités. La manifestation a été inaugurée par une conférence animée par le chercheur en histoire Saïd Mouas, consacrée au rôle des commerçants et artisans durant la Guerre de libération nationale.

L'intervenant a notamment mis en avant leur contribution à la réussite de la grève de huit jours de 1957, organisée en réponse à l'appel du Front de libération nationale.

Le secrétaire de wilaya de l'Union, Farid Miliani, a, pour sa part, appelé les commerçants et artisans à accompagner la nouvelle orientation économique de l'Etat, en particulier par l'intégration de la numérisation dans les activités commerciales et le marketing, tout en veillant à préserver le pouvoir d'achat des citoyens.

Plusieurs anciens commerçants ont été honorés à cette occasion, en reconnaissance de leur parcours et de leur contribution à la vie économique locale.

À Saïda, la bibliothèque principale de lecture publique «Nizar Abdelkrim» a abrité une intervention historique consacrée à la contribution des commerçants et artisans de la wilaya au soutien de la Révolution de libération nationale.

Présentée par le docteur Boubekeur Zaoui, du Centre universitaire «Nour El Bachir» d'El Bayadh, cette conférence a retracé les différentes formes de soutien matériel et logistique apportées par les commerçants et artisans aux moudjahidine.

L'intervenant a ainsi mis en évidence leur rôle dans le renforcement de la résistance du peuple algérien et l'appui à la lutte armée, malgré les risques et les représailles auxquels ils étaient exposés.

Cette initiative a été organisée par la direction des Moudjahidine et des Ayants droit, en coordination avec le bureau de wilaya de l'UGCAA. M.G

À Alger, un hommage au rôle historique des commerçants et artisans

Le rôle historique des commerçants et artisans algériens dans le soutien à la Révolution de libération nationale a été au cœur d'une conférence organisée au Musée national du Moudjahid à Alger, à l'occasion du 70e anniversaire de la création de l'Union générale des commerçants et artisans algériens (UGCAA).

Placée sous le slogan « 70 ans, un engagement renouvelé, une économie qui triomphe », cette rencontre a réuni des moudjahidine, des universitaires, des représentants de l'UGCAA ainsi que plusieurs responsables d'institutions et d'organismes nationaux.

Intervenant à cette occasion, la chargée de la gestion des affaires du Musée national du Moudjahid, Salima Thabet, a mis en avant le rôle central de l'UGCAA durant la Révolution, notamment dans l'organisation et la mobilisation des commerçants et artisans au service de la cause nationale. Pour sa part, le coordonnateur de l'UGCAA de la wilaya d'Alger, Amar Kouider, a rappelé l'ampleur des sa-

crifices consentis par les commerçants algériens durant la lutte pour l'indépendance. Leurs commerces, a-t-il souligné, étaient souvent transformés en véritables espaces de militantisme, servant notamment à approvisionner les moudjahidine en denrées alimentaires, médicaments et autres produits essentiels. Il a également rappelé leur participation active à la grève historique des huit jours, considérée comme l'un des moments forts de la mobilisation populaire durant la Révolution.

Après l'indépendance, les commerçants et artisans ont poursuivi leur engagement en prenant part à la bataille de l'édification nationale et à la reconstruction de l'économie du pays. « Le commerçant algérien demeurera au service de sa patrie, de sa mémoire et de son économie », a affirmé M. Kouider. De son côté, l'enseignant d'histoire à l'Université de Tamanrasset, Abderrahmane Tounsi, a rappelé que la création de l'UGCAA, en 1956, était intervenue au terme d'intenses préparatifs menés par les dirigeants

de la Révolution, soucieux de mettre en place une organisation capable de consolider le lien entre le peuple et la lutte de libération.

L'historien a également souligné l'importance de l'Union dans la structuration, l'encadrement et la mobilisation des commerçants et artisans autour de la cause nationale, contribuant ainsi à renforcer le soutien populaire à la Révolution.

La rencontre a été également marquée par les témoignages de deux moudjahidine, Aïssa Kasmi et Mahmoud Arbadji, qui ont livré des témoignages sur la contribution des commerçants et artisans aux différentes étapes de la lutte pour l'indépendance et le recouvrement de la souveraineté nationale.

À travers cette célébration, l'UGCAA entend ainsi faire vivre la mémoire de ses fondateurs et de ses militants, tout en réaffirmant son engagement à accompagner les mutations de l'économie nationale et à inscrire son action dans les défis actuels.

Travaux publics

Djellaoui ordonne d'accélérer le rythme des travaux d'entretien des autoroutes et de réhabilitation des ouvrages d'art



Le ministre des Travaux publics et des Infrastructures de base, Abdelkader Djellaoui, a donné une série d'instructions et de directives visant à intensifier les interventions sur le terrain et à accélérer le rythme des travaux d'entretien des autoroutes et de réhabilitation des ouvrages d'art, tout en poursuivant le suivi des projets de développement du réseau routier, indique un communiqué du ministère.

Ces instructions ont été données lors d'une réunion de coordination, présidée par le ministre des Travaux publics et des Infrastructures de base, et consacrée au suivi de l'état d'avancement du programme d'entretien et de développement du réseau autoroutier, ainsi qu'à l'examen de la situation des différents projets en cours de réalisation dans le cadre de ce programme, précise la même source.

La réunion s'est déroulée au siège du ministère, en présence de cadres centraux, et du directeur général (DG) de l'Algérienne des autoroutes (ADA),

accompagné des directeurs régionaux et des directeurs de projets, ainsi que des directeurs des Travaux publics des wilayas de Bouira, Sétif, Tizi Ouzou, Mila, Jijel, Médéa, Aïn Defla et Béjaïa. Lors de cette rencontre, un bilan des opérations d'entretien du réseau autoroutier, notamment de l'autoroute Est-Ouest, a été présenté, en sus de la situation des tronçons classés comme points noirs. Il a également été procédé à l'examen de l'état d'avancement du traitement des glissements enregistrés sur certains axes et de la réparation des joints de dilatation des ponts, outre le suivi du programme de développement du réseau autoroutier et de ses pénétantes.

Concernant l'entretien du réseau autoroutier, dont l'autoroute Est-Ouest, un bilan détaillé des différentes opérations d'entretien périodique réalisées jusqu'au 1er septembre 2026 a été présenté. Ces opérations ont porté notamment sur le traitement de la dégradation de la chaussée, le remplacement des joints de chaussée, l'entretien des

ouvrages d'art et la réparation des glissements métalliques, ainsi que le renouvellement de la signalisation et le renforcement des équipements de sécurité.

Au cours de cette réunion, l'état d'avancement des travaux au niveau des tronçons classés comme points noirs a été évoqué, notamment dans les wilayas de Bordj Bou Arreridj, Bouira, Sétif, Mila, Constantine et Skikda, en sus des dispositions relatives au lancement de l'entretien des tronçons de l'autoroute Est-Ouest traversant les wilayas d'Annaba et de Guelma, avec un accent particulier sur la nécessité d'accélérer le rythme des travaux et de prendre en charge les points recensés. La réunion a également porté sur l'état d'avancement de la réparation des joints de dilatation des ponts, notamment dans les wilayas de Boumerdès, Bordj Bou Arreridj, Blida, Bouira, Aïn Defla, Alger et Constantine, ainsi que sur le programme de développement des autoroutes en cours de réalisation. Dans ce sillage, le ministre a insisté sur l'impératif de mobiliser l'ensemble des moyens disponibles afin de parachever les travaux et d'intensifier les efforts pour préserver la sécurité et la pérennité des ouvrages d'art, soulignant l'importance d'un suivi rigoureux des projets et d'une coordination étroite entre les services centraux, ceux de terrain, et les responsables chargés de la réalisation, en vue de lever les obstacles, d'accélérer le rythme des travaux et d'achever les projets en cours dans les délais impartis.

A l'issue de la réunion, M. Djellaoui a donné des instructions à l'effet d'intensifier les interventions sur le terrain, d'accélérer les opérations d'entretien, de traiter les glissements, de réhabiliter les ouvrages d'art et de renforcer les équipements de sécurité, tout en poursuivant le suivi des projets de développement du réseau autoroutier et de ses pénétantes, de manière à garantir la pérennité du réseau, l'amélioration de la qualité du service et le renforcement des conditions de sécurité sur l'ensemble de ses axes. APS

Lancement de l'opération d'indemnisation des aviculteurs sinistrés à Guelma

L'opération d'indemnisation des aviculteurs sinistrés lors des incendies enregistrés dans plusieurs localités de la wilaya de Guelma en juillet passé a démarré dimanche. Dans ce cadre, il a été procédé au niveau du complexe avicole de la commune de Djeballah Khemissi ayant sinistré durant ces incendies en présence des responsables locaux des communes de Djeballah Khemissi et de Béni Mezline, de représentants des services agricoles, de la chambre de l'agriculture et de l'Office national des aliments de bétail (ONAB).

Le directeur des services agricoles, Rachid Rehamnia, a précisé à l'APS à l'occasion que l'opération se poursuivra jusqu'à la distribution des dédommagements à l'ensemble des 18 aviculteurs sinistrés des six communes de Djeballah Khemissi, Béni Mezline, El Fedjoudj, Medjez Amar, Hammam Debagh et Roknia.

L'opération rentre dans le cadre de la poursuite des opérations d'indemnisation des citoyens sinistrés par les récents incendies de forêts en application des instructions du président de la république, M. Abdelmadjid Tebboune, relatives à l'accélération de l'opération de dédommagement des sinistrés avant le 15 septembre courant, a indiqué le même responsable. De leur côté, les aviculteurs bénéficiaires de l'opération ont salué le soutien qui leur a été apporté par les pouvoirs publics durant cette conjoncture difficile et leur prise en charge de l'indemnisation des dégâts subis de sorte à leur permettre de maintenir leur activité dans cette filière.

Distribution de 3500 cartables avec fournitures scolaires au profit des élèves sinistrés par les incendies



Le secteur de la Solidarité nationale a procédé à la remise de 3500 cartables avec fournitures scolaires au profit des élèves sinistrés par les derniers incendies dans la wilaya de Jijel, en prévision de la prochaine rentrée scolaire, indique un communiqué du ministère de la Solidarité nationale, de la Famille et de la Condition de la femme.

"Dans le cadre de la poursuite des opérations de solidarité et de prise en charge des familles touchées par les incendies dans la wilaya de Jijel, et en application des instructions de la ministre de la Solidarité nationale, de la Famille et de la Condition de la femme, Mme Soraya Mouloudji, le secteur de la Solidarité nationale, à travers la Direction de l'action sociale et de la solidarité (DASS), a procédé à la remise de 3500 cartables équipés de différentes fournitures scolaires à la Direction de l'éducation de Jijel, en vue de les distribuer aux élèves concernés, en prévision de la rentrée scolaire et pour garantir le retour des élèves aux bancs de l'école dans de bonnes conditions", a précisé le communiqué. Cette initiative s'inscrit, selon la même source, dans le cadre du programme de prise en charge des sinistrés des incendies, qui "associe soutien matériel et accompagnement psychologique, afin de répondre aux différents besoins des familles, notamment ceux des enfants". Les cellules de proximité de solidarité œuvrent à "assurer des séances d'aide psychologique aux enfants afin qu'ils puissent surmonter les effets du traumatisme, retrouver sécurité et sérénité et pour les préparer psychologiquement au retour à l'école et à la reprise de leurs études dans des conditions stables".

Le recteur de Djamaâ El-Djazaïr participe en Mauritanie aux travaux de la 39e Conférence internationale sur la Sira du Prophète

Le ministre d'Etat, recteur de Djamaâ El-Djazaïr, cheikh Mohamed Maâmoun Al Kacimi Al Hoceini, prendra part, lundi et mardi à Nouakchott (Mauritanie), aux travaux de la 39e Conférence internationale sur la Sira du Prophète, organisée par le Rassemblement culturel islamique en Mauritanie et en Afrique de l'Ouest, indique un communiqué de Djamaâ El-Djazaïr. A son arrivée, dimanche à Nouakchott, le recteur de Djamaâ El-Djazaïr a été accueilli par le ministre mauritanien des Affaires islamiques et de l'Enseignement originel, El Vadi Ould Sidaty Ould Ahmed Louly, l'ambassadeur d'Algérie auprès de la République islamique de Mauritanie, Amine Sid, et le président du Rassemblement culturel islamique en Mauritanie et en Afrique de l'Ouest, cheikh Mohamed El Hafedh Ennahoui. Cette grande manifestation internationale, tenue sous le thème: "La guidance prophétique dans la gestion de la diversité et des divergences, et la consolidation des points communs", verra la participation d'une élite de grands oulémas, cheikhs et prédicateurs du monde islamique.

L'Algérie, premier fournisseur de naphta de la République de Corée au 1er semestre 2026

L'Algérie s'est classée au premier rang des fournisseurs de naphta de la République de Corée au premier semestre 2026, avec une part de plus de 17% des importations du pays, selon des données de l'Association coréenne du commerce international (KITA).

D'après ces données, relayées dans un communiqué de l'ambassade de la République de Corée, l'Algérie a représenté 17,2 % des importations de naphta de la République de Corée au premier semestre 2026.

Aussi, l'Algérie a vu sa part progresser régulièrement, en passant de 12,9 % en 2024 à 15,6 % en 2025, selon la même source.

Le naphta, un produit dérivé des hydrocarbures, constitue une matière première de base de l'industrie pétrochimique sud-coréenne.

La République de Corée a souligné, dans le même communiqué, sa "dis-



ponibilité à soutenir le développement de la coopération économique avec l'Algérie, notamment dans le secteur de l'énergie". Soulignant "l'importance particulière

de la situation géographique de l'Algérie en Méditerranée, elle a rappelé les potentialités de l'Algérie en matière des hydrocarbures, en termes de production et d'exportation.

Sukuk corporate

L'Algérie s'inspire de l'expérience saoudienne



La coopération financière entre l'Algérie et l'Arabie saoudite semble prendre une nouvelle dimension.

En effet, l'Algérie et l'Arabie saoudite explorent de nouvelles pistes de coopération dans le domaine de l'innovation, la finance islamique et les nouvelles technologies financières. Dans le cadre des travaux du Comité du Commerce et de l'Économie du haut Conseil de coordination algéro-saoudien, deux réunions se sont tenues, dimanche, au siège de la Commission d'organisation et de surveillance des Opérations de la Bourse (COSOB), via visioconférence.

Ont pris part à cette réunion plusieurs acteurs du marché financier algérien avec des représentants de l'Autorité saoudienne des marchés des capitaux (CMA). « Cette réunion a permis l'échange d'expertises et d'expériences dans divers domaines liés au développement des marchés financiers », précise le président de la COSOB. Contacté par nos soins, Youcef Bouzenada indique que cette rencontre s'inscrit dans le cadre d'une feuille de route mise en place, au début de l'année en cours, entre la COSOB et son homologue le Capital Market Authority Saoudien laquelle s'étale sur trois axes dont deux sont examinés ce dimanche. « Le premier axe, qui est le plus important, concerne les sukuk corporate. La COSOB travaille déjà sur cette question. Les Saoudiens sont quelque peu en avance par rapport à nous dans ce domaine. Peut-être que la loi de finances pour 2027 apportera des dispositions concernant les sukuk corporate », indique Youcef Bouzenada précisant que cette action sera suivie de la mise en place d'un règlement de la COSOB. « C'est dans cette optique que nous avons identifié cet axe de collaboration avec notre homologue saoudien », ajoute-t-il précisant que les deux parties ont convenu d'organiser des workshops, avec trois séances prévues.

Pour ce qui est du deuxième axe de la coopération, celui-ci s'inscrit dans le cadre de l'innovation et de la technologie financière. « Un workshop a également été consacré à l'échange d'expériences et d'expertises en matière de développement de la fintech dans les marchés financiers. Nous avons présenté l'expérience algérienne en la matière. L'Algérie dispose d'un FinLab, qui travaille notamment avec des sociétés d'assurance et d'autres acteurs du secteur », précise Bouzenada.

Présent à cette réunion, le Directeur Général du FinTech Lab, Algérie Finlab, a mis en avant les actions menées par son entreprise. La partie saoudienne a fait part elle aussi des initiatives lancées dans ce cadre avec la participation de représentants de l'Autorité saoudienne des marchés financiers et du Saoudi FinTech Lab (XLAB). A noter dans ce cadre que l'Algérie a franchi des pas importants en matière de l'innovation financière en introduisant les fintech sur le marché financière et en mettant en place un écosystème favorable à son développement.

D'autres thématiques ont été abordées lors de cette réunion, entre autres le cofinancement. Dans ce cadre, la COSOB a fait une présentation sur le système de financement participatif, suivi d'un échange de points de vue et d'expériences sur les moyens de développer l'innovation et les services financiers.

Pour ce qui est du troisième axe de ladite feuille de route, ce dernier a trait à la supervision des marchés financiers. Selon Bouzenada, ce volet est actuellement en cours d'élaboration. « Nous allons prochainement échanger avec notre homologue saoudien sur cet axe relatif à la supervision des marchés financiers et de la Bourse. Avant la fin de l'année, nous devrions ainsi boucler l'ensemble de la feuille de route », dit-il.

LA COSOB S'ATTÈLE À ÉLARGIR SES PARTENARIATS

Par ailleurs, le président de la COSOB fait savoir que la Commission s'attèle à élargir ses partenariats à l'international indiquant qu'« au cours des deux dernières années, la COSOB a développé sa coopération internationale avec plusieurs homologues. L'année 2025 a été particulièrement riche à cet égard, avec notamment des échanges avec la SFI (Société financière internationale), la Banque mondiale, les autorités homologues notamment du Sultanat d'Oman et la Tunisie ».

L'objectif étant, selon lui, de promouvoir le marché financier et de bénéficier de l'expertise internationale. Il fait savoir, dans le même sillage, que la Cosob a récemment reçu la représentante résidente de la Banque mondiale en Algérie. Outre cela, il annonce enfin, que des programmes de formation et de certification dans le domaine des marchés financiers sont assurés par cette même institution financière.

Algérie-Italie

Le pari technologique pour une agriculture plus productive

Une délégation italienne effectuera les 28 et 29 septembre prochains une visite de travail en Algérie, avec pour objectif de présenter des solutions technologiques destinées à moderniser l'agriculture et d'explorer de nouvelles opportunités de partenariat avec les opérateurs algériens, rapporte l'agence de presse italienne Nova. Cette mission intervient alors que les relations économiques entre Alger et Rome connaissent une dynamique soutenue dans plusieurs secteurs. Dans le domaine agricole, la mécanisation, l'irrigation intelligente et la numérisation constituent désormais des axes majeurs de coopération, avec l'ambition de répondre aux nouveaux défis auxquels fait face le secteur, notamment en matière de productivité, de gestion de l'eau et d'adaptation au changement climatique.

La mission est pilotée par l'Agence italienne du commerce (ITA), en collaboration avec la FederUnacoma, fédération regroupant les fabricants italiens de machines agricoles. L'objectif est de rapprocher l'offre technologique italienne des besoins concrets du marché algérien, aussi bien en matière d'équipements et de mécanisation que de systèmes d'irrigation et de solutions numériques.

L'enjeu est d'autant plus important que l'agriculture occupe une place stratégique dans l'économie algérienne. Elle représente environ 15 % du PIB, tandis que les superficies agricoles exploitables dépassent 8,6 millions d'hectares. Toutefois, selon les données avancées par l'ITA, près de 70 % des activités agricoles reposent encore sur des méthodes traditionnelles, révélant un important potentiel de modernisation.

Pour les partenaires italiens, l'accélération de cette transformation apparaît d'autant plus nécessaire que le secteur doit désormais composer avec les effets du changement climatique et une pression croissante sur les ressources hydriques.

Vers une agriculture plus productive Cette évolution doit toutefois être replacée dans le contexte des efforts engagés par l'Algérie pour renforcer sa sécurité alimentaire et développer ses capacités productives.

L'économiste et ancien député Abdelkader Berriche estime ainsi que l'agriculture nationale a connu une évolution progressive au cours des deux premières années du second mandat du président de la République. Le



secteur, explique-t-il, ne se limite plus à la satisfaction des besoins alimentaires, mais s'inscrit désormais dans une stratégie visant à consolider une base productive liée directement aux enjeux de sécurité nationale.

Parmi les indicateurs mis en avant figure la couverture d'environ 80 % des besoins nationaux en blé dur par la production locale. Cette progression s'est accompagnée d'une extension des superficies agricoles, de la mise en valeur de nouvelles terres et du développement de cultures stratégiques dans le Sud et les Hauts Plateaux.

Selon la même analyse, cette dynamique s'appuie également sur le lancement de plusieurs projets structurants dans les filières des céréales, des légumineuses, du lait et des viandes rouges. L'objectif est notamment de réduire la facture des importations et de renforcer la capacité de l'économie nationale à assurer l'approvisionnement du marché.

Dans ce contexte, la mission italienne apparaît comme une opportunité supplémentaire pour accélérer la modernisation des filières agricoles et favoriser l'introduction de technologies adaptées aux réalités du terrain.

Cinq axes au cœur de la mission La délégation italienne concentrera ses travaux sur plusieurs domaines considérés comme prioritaires : les machines et équipements agricoles, l'élevage, la numérisation, l'irrigation intelligente, les pépinières fruitières et maraîchères ainsi que le stockage.

Il s'agit, en définitive, d'introduire davantage de solutions technologiques tout au long de la chaîne agricole : depuis la préparation et l'exploitation des terres jusqu'à la gestion de l'eau, au suivi des cultures et à la conservation des productions après récolte.

Le programme de la visite prévoit, dans un premier temps, un séminaire réunissant des représentants institutionnels, avant l'organisation de rencontres d'affaires entre entreprises italiennes et algériennes. La deuxième

journée sera consacrée à des visites de terrain dans des exploitations agricoles de la région d'Alger, afin d'identifier au plus près les besoins des producteurs et les solutions technologiques susceptibles d'y répondre.

Une coopération déjà bien engagée Cette mission s'inscrit dans le prolongement d'une coopération agricole déjà active entre les deux pays. En mai 2026, l'Italie avait participé au salon professionnel SIPSA-FILAHÀ à Alger avec 32 exposants, se classant parmi les principales délégations étrangères présentes à cette manifestation, avec un pavillon réunissant 12 entreprises.

La coopération agricole algéro-italienne s'inscrit également dans le cadre plus large du Plan Mattei, stratégie italienne destinée à renforcer les partenariats avec les pays africains et faisant de l'agriculture et de la sécurité alimentaire l'un de ses principaux axes. L'Algérie figure parmi les neuf pays associés à ce programme, qui entend favoriser les investissements productifs, la formation ainsi que le transfert de compétences et de technologies.

Cette coopération trouve enfin une traduction concrète à travers le projet agricole de Timimoun. Le groupe italien « BF » a signé un accord d'un montant de 420 millions de dollars, en partenariat avec le Fonds national algérien d'investissement, pour développer des cultures de blé dur, de lentilles et de pois chiches sur une superficie programmée de 36.000 hectares. Le projet devrait générer plus de 6.700 emplois directs et indirects, renforçant ainsi la dimension économique et productive du partenariat entre les deux pays.

Au-delà des investissements, l'enjeu de la coopération algéro-italienne est désormais de faire de la technologie un véritable levier de transformation de l'agriculture, en combinant productivité, maîtrise des ressources, formation et transfert de savoir-faire. A.B.

Production prévisionnelle de plus de 3,3 millions de quintaux de raisin à Boumerdes

Une production prévisionnelle de plus de 3,3 millions de quintaux de raisin (toutes variétés confondues) est attendue dans la wilaya de Boumerdes au titre de la campagne agricole 2025/2026, a-t-on appris auprès de la Direction de wilaya des services agricoles (DSA).

Les premiers indicateurs de la campagne de récolte en cours, tablent sur un rendement entre 195 et 200 quintaux à l'hectare, a indiqué le directeur du secteur, Ahmed Abdelhafid Sibouker, en marge de la clôture du salon national du raisin ouvert hier samedi.

Le responsable a souligné que Boumerdes, 1ère wilaya productrice de raisin au niveau national, avec une part de plus de 53 % de la production na-

tionale au cours des trois dernières années, a enregistré cette saison une hausse de 7 % des superficies consacrées à la culture du raisin, soit près de 1.200 hectares supplémentaires. La superficie totale cultivée dépasse ainsi 21.000 hectares, dont près de 18.000 hectares productifs.

La récolte, lancée début juillet jusqu'à octobre prochain, concerne 11 variétés. La variété "Sabel" occupe la plus grande surface, avec plus de 10.000 hectares, soit près de 49 % de la superficie globale. Elle est suivie par la "Red Globe", avec près de 4.500 hectares, "Cardinal", avec 4.200 hectares, et "Dattier", avec quelque 500 hectares. Le reste des superficies est réparti entre les autres variétés.

La 2e et dernière journée du Salon national du raisin a également vu la tenue d'une journée d'information sur la transformation agricole, ainsi que sur les mécanismes de soutien à l'exportation et à la compétitivité, animée par plusieurs opérateurs du secteur et suivie d'un débat ouvert.

Organisée par le ministère du Commerce extérieur et de la Promotion des exportations, en coordination avec les différents services concernés de la wilaya, cette manifestation a réuni plus de 50 exposants et producteurs de raisin, ainsi que des représentants de plusieurs banques, compagnies d'assurance, organismes de soutien et opérateurs du secteur, de Boumerdes et d'autres wilayas.

Rencontres cinématographiques de Béjaïa

Carrefour des métiers et de la mémoire du cinéma

Du 26 septembre au 1er octobre 2026, les Rencontres Cinématographiques de Béjaïa (RCB) placent la transmission au cœur de leur 21^e édition.

Au programme : quatre ateliers animés par des professionnels venus de Californie autour de l'actorat, du marketing et de la production, ainsi qu'une formation gratuite à la restauration de films, dispensée par cinq spécialistes. L'affiche a des airs de clin d'œil : "De Hollywood à Tamanrasset — Béjaïa" au film de Mahmoud Zemmouri sorti en 1990. Comme si la ville, en se substituant à ce grand écart géographique imaginaire entre les studios californiens et les confins sahariens, s'imposait elle-même comme la véritable destination de l'événement. Béjaïa accueille deux initiatives complémentaires : l'une tournée vers les métiers du cinéma international, l'autre vers la sauvegarde du patrimoine algérien, qui dessinent, ensemble, une même ambition de transmission.

Doyenne des manifestations cinématographiques indépendantes en Algérie, les RCB ont choisi pour fil conducteur de cette édition "le cinéma d'hier pour éclairer celui d'aujourd'hui", un thème consacré à la filiation et à la transmission entre générations de cinéastes. L'affiche officielle de cette édition, signée Athmane Imloul, rend d'ailleurs hommage à ce dialogue entre les époques : elle reprend une photographie tirée de Yasmina, court-métrage réalisé en 1961 par Djamel Chandlerli et Mohamed Lakhdar-Hamina, futur lauréat de la

Palme d'or à Cannes, tandis que sa typographie s'inspire de la revue Les Deux Écrans, qui a marqué l'histoire de la critique cinématographique algérienne. Dans ce contexte, les RCB Workshops et l'atelier de restauration ne sont pas de simples masterclass : ils incarnent cette idée de passage de relais, entre savoir-faire international et mémoire nationale.

DES PROFESSIONNELS VENUS DE CALIFORNIE

Le dimanche 27 septembre, une série de quatre rendez-vous pratiques est prévue, sous l'intitulé RCB Workshops - On parle métiers. Mike Tankle, Jason R. Moore et Boualem Hassaine y aborderont successivement l'actorat, le marketing du film, la production et les réalités concrètes du métier. Le premier rendez-vous, un workshop d'actorat réservé aux comédiens déjà en activité, sera animé par Boualem Hassaine et Jason R. Moore.

Suivra un workshop consacré au marketing du film, cette fois piloté par Mike Tankle et destiné spécifiquement aux binômes producteurs-réalisateurs, un volet souvent absent des formations locales, alors qu'il conditionne pourtant la vie commerciale d'une œuvre une fois le tournage achevé. Un second atelier d'actorat, animé par les mêmes Boualem Hassaine et Jason R. Moore, s'adressera ensuite à toute personne souhaitant s'initier au jeu devant la caméra, amateurs compris. Le dernier rendez-vous, sans doute le plus attendu par les porteurs de projets, réunira les trois intervenants autour

des réalités de la production : négociation de contrats, financement d'un film, erreurs classiques à éviter dans le milieu du cinéma, et gestion parfois délicate des relations entre producteurs, réalisateurs, acteurs et managers.

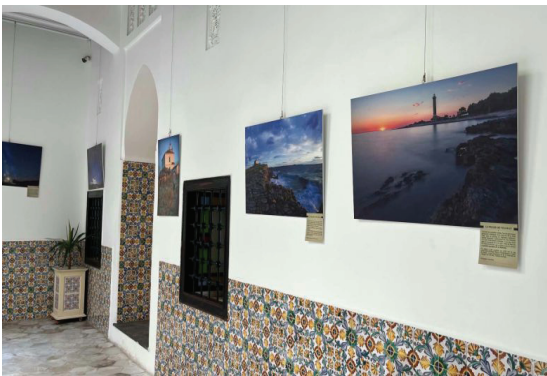
En parallèle, les RCB organisent un atelier de formation gratuit intitulé Initiation à la restauration de films. Cette formation pratique couvrira la restauration de l'image, du son, l'établissement et le travail sur la pellicule elle-même, autant de savoir-faire aujourd'hui rares en Algérie. Cinq professionnels l'encadreront : Nabil Djedouani, Hocine Mellal, Kafya Ouattou, Hamoudi Laggounne et Ossen El Sawaf.

Leur mission, selon les organisateurs, est double : transmettre des compétences techniques encore peu répandues dans le pays, et contribuer directement à la préservation d'un patrimoine cinématographique national dont une partie reste fragilisée par l'usure des supports ou le manque de moyens. Seize places seulement sont ouvertes pour cette formation, un format volontairement resserré destiné à garantir un réel accompagnement entre formateurs et stagiaires plutôt qu'un enseignement de masse.

Les RCB ambitionnent de faire de la ville un carrefour où se croisent le savoir-faire hollywoodien et la sauvegarde du patrimoine national pour affirmer que le cinéma algérien de demain se construira autant par l'ouverture sur les pratiques internationales que par la fidélité à sa propre mémoire.

Photographies de phares croates au Bastion 23

Richesse et beauté d'un patrimoine



Une exposition photographique consacrée aux phares croates, ouverte jusqu'au 26 septembre au Bastion 23, met en lumière un patrimoine maritime partagé.

Des côtes de l'Adriatique aux rivages de la Méditerranée, les phares croates racontent une histoire faite de voyages, de commerce et de rencontres. Cette histoire maritime s'invite au Palais des Raïs (Bastion 23), à travers une exposition photographique qui présente, jusqu'au 26 septembre, une trentaine de clichés consacrés aux phares les plus emblématiques de ce pays. L'exposition invite à découvrir la richesse du patrimoine maritime croate et met en lumière, à travers ces clichés, les liens historiques entre la Croatie et l'Algérie, notamment les échanges commerciaux qui ont façonné la Méditerranée. Du XVI^e au XVIII^e siècle, la République de Raguse, aujourd'hui Dubrovnik, en Croa-

tie, et la Régence d'Alger entretenaient des relations commerciales qui occupaient une place importante dans le vaste réseau d'échanges méditerranéen. Depuis 1458, Raguse était liée à l'Empire ottoman, tout en conservant une grande autonomie. Ses marchands bénéficiaient de certains privilèges commerciaux et pouvaient circuler plus facilement dans les territoires ottomans, notamment en Afrique du Nord.

En effet, l'histoire des phares en Croatie remonte au XIX^e siècle, sous l'Empire austro-hongrois. À cette époque, la mer Adriatique constituait une route commerciale importante, mais ses nombreuses îles et ses récifs rendaient la navigation difficile. Pour protéger les marins, l'empereur François-Joseph I^{er} décide de faire construire une série de grands phares en pierre le long du littoral. Aujourd'hui, la Croatie compte 57 phares sur ses côtes. Certains, isolés au large ou installés sur

des îles, sont devenus des repères incontournables du paysage maritime croate.

C'est cette richesse maritime que l'exposition invite à découvrir. À travers une trentaine de photographies, les visiteurs peuvent admirer des phares, leurs silhouettes, leur architecture et les paysages qui les entourent. Chaque cliché met en lumière un patrimoine construit pour guider les navires, mais qui témoigne aussi de l'histoire, de l'identité et de la vocation maritime du pays.

UN VERNISSAGE PLACÉ SOUS LE SIGNE DES ÉCHANGES CULTURELS

En réunissant ces images dans un lieu chargé d'histoire comme le Bastion 23, l'exposition crée un lien entre deux patrimoines maritimes. Elle offre également un autre regard sur ces édifices, à la fois témoins du passé et éléments toujours présents dans les paysages côtiers.

Le vernissage de l'exposition s'est déroulé en présence de la directrice du Centre des arts et de la culture du Palais des Raïs, Dr Faïza Riachi, et de l'ambassadeur de la République de Croatie en Algérie. La cérémonie a également réuni une représentante du ministère des Affaires étrangères et de la Communauté nationale à l'étranger, et plusieurs ambassadeurs accrédités en Algérie, ainsi que des représentants d'institutions officielles. Organisée par l'ambassade de Croatie en Algérie, l'exposition s'inscrit dans le cadre du renforcement des échanges culturels entre les deux pays.

Aïn Témouchent

Trois groupes de jeunes de l'Ouest algérien qualifiés pour le Festival national de la chanson patriotique

Trois groupes de jeunes représentant les wilayas de Tiaret, Mascara et Tlemcen ont décroché, samedi à Aïn Témouchent, leur qualification pour participer à la 18^e édition du Festival national de la chanson patriotique, prévue à la fin du mois d'octobre prochain dans la wilaya de Béjaïa. Cette distinction a été obtenue à l'issue des éliminatoires régionales réservées aux wilayas de l'Ouest du pays, organisées à la maison de jeunes Attar El Hadi, dans la commune de Béni Saf, avec la participation de neuf wilayas.

Selon le chef du service de la jeunesse à la Direction de la jeunesse et des sports de la wilaya d'Aïn Témouchent, Djamel Eddine Zouaoui, les résultats ont consacré la wilaya de Tiaret à la première place, suivie de Mascara en deuxième position et de Tlemcen en troisième. Ces résultats ont été annoncés par le jury chargé d'évaluer les prestations des participants. Placée sous le slogan "La chanson patriotique, voix de la jeunesse et message d'appartenance", cette manifestation vise à découvrir et à mettre en valeur les jeunes talents dans l'interprétation de chants patriotiques et engagés.

Elle ambitionne également de contribuer à l'ancrage des valeurs citoyennes et au renforcement, auprès des nouvelles générations, de la fierté de l'identité nationale, a-t-on précisé.

Festival international du court-métrage de Timimoun

L'encadrement artistique renforcé

Prévu du 5 au 10 novembre 2026, le Festival international du court-métrage de Timimoun renforce son encadrement artistique pour sa 2^e édition. La 2^e édition du Festival international du film court de Timimoun se tiendra du 5 au 10 novembre 2026, a annoncé, samedi dernier, le commissariat de la manifestation. Dans un communiqué, les organisateurs indiquent que ce rendez-vous culturel entend « poursuivre son engagement en faveur du court-métrage et offrir un espace de rencontre entre cinéastes, jeunes talents et public pour renforcer la place du cinéma dans le paysage culturel du Sud algérien ».

En prévision de l'événement, les organisateurs ont procédé au renforcement de l'encadrement en nommant les réalisateurs Louiza Belamri au poste de directrice artistique, et Shawki Boukef en qualité de directeur créatif, afin de renforcer la ligne artistique de la manifestation et développer son identité créative. Évoquant le profil de la première, le commissariat met en avant un itinéraire riche qui « réunit réalisation, écriture et expérience dans les domaines documentaire et expérimental ».

Originaire de Béjaïa, celle-ci a suivi une formation en théâtre et en cinéma et étudié le droit, avant de s'orienter vers les arts plastiques et la réalisation de documentaires. La cinéaste compte à son actif plusieurs réalisations, à l'instar de SorryMom, M.I.A.O et Clef du sol qui abordent, notamment, des questions liées à l'humain et à la société, à la condition des femmes, à la différence et aux pressions sociales. Ses productions ont été projetées au sein de nombreux festivals en Algérie et à l'étranger, à l'exemple du festival Premiers Plans d'Angers et des Rencontres internationales du documentaire de Montréal, et lors de manifestations en Belgique, en Suisse, au Sénégal et en Égypte. « Son film M.I.A.O a remporté le prix du meilleur scénario dans un festival international au Caire et SorryMom a reçu le prix du jury au Festival cinématographique de Touat », rappelle la même source, qui précise qu'elle travaille actuel-

lement au développement du long-métrage de fiction Battement, du court métrage La Maison et de la série télévisée Fifi.

Le réalisateur Shawki Boukef rejoint la direction créative de la manifestation avec un parcours alliant création graphique et gestion culturelle. « Il apporte à la direction créative une expérience qui couvre plusieurs domaines, de la réalisation de films d'animation à l'écriture scénaristique, en passant par le design visuel, la programmation cinématographique et la gestion d'événements culturels », souligne le communiqué. Titulaire d'un Master 2 en audiovisuel de la Faculté de l'information et de la communication de l'Université d'Annaba, le cinéaste s'est vu décerner, en 2021, le premier prix du président de la République pour les créateurs et jeunes talents « Ali Maâchi ».

Auteur prolifique dans le cinéma d'animation, il a signé sept courts-métrages ayant récolté plus de 80 prix et distinctions lors de festivals en Afrique, en Europe, au Moyen-Orient et en Asie. Fort d'une expérience reconnue dans les jurys, la programmation et la conception d'identités visuelles, « il assure actuellement la responsabilité du département numérique du Festival international du film court de Timimoun et contribue à la gestion de la compétition consacrée aux films d'animation à la sélection et à la programmation ». Cette démarche « traduit également le choix de miser sur des talents algériens présents sur la scène nationale et internationale, et capables de contribuer au développement d'un projet culturel qui prend racine à Timimoun, tout en s'ouvrant à de nouveaux horizons », lit-on. « La manifestation vise à conforter la place du court-métrage comme espace d'expérimentation, de découverte des talents et de création de récits proches de l'humain, tout en créant de véritables occasions de rencontre, de dialogue et de partage d'expériences », conclut le communiqué qui rappelle l'organisation de la compétition « Yamina Chouikh » consacrée aux œuvres réalisées au smartphone.

Comment bien choisir sa crème solaire ?

Les beaux jours sont de retour ! Mais cette année, pas question de prendre un seul coup soleil. L'astuce ? Rester protégé en misant sur une crème solaire adaptée à son type de peau. Pour cela, plusieurs critères entrent en jeu. Découvrez tous nos conseils pour bien choisir sa protection solaire.

Un indice de protection adapté

20, 30, 50... Ces indicateurs mentionnés sur les emballages de vos protections solaires représentent les indices UV, également appelés FPS (Facteur de Protection Solaire) correspondant à la quantité d'UVB à laquelle notre peau est exposée.

Plus concrètement, plus le chiffre est élevé, plus le produit aura une protection haute. On peut par exemple considérer qu'un SPF 20 détient une protection moyenne et l'indice 50, une très haute protection. Dans tous les cas, avant de choisir votre écran, vous devez prendre en compte votre type de peau ainsi que les conditions d'exposition au soleil. Si votre peau est sensible, une crème solaire visage écran 50 sera la plus adaptée.

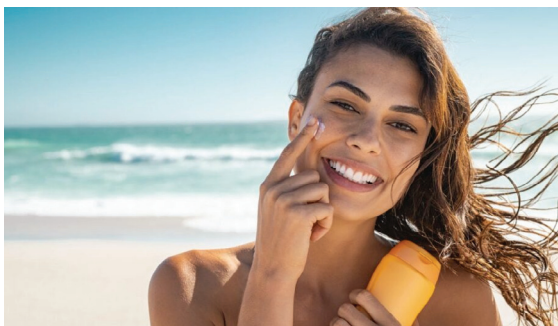
UVA/UVB : quelle différence ?

Les rayons solaires sont composés d'UVA et d'UVB. Ces derniers sont les plus nocifs pour notre peau. En effet, ils

sont responsables de brûlures de l'épiderme, de cloques et également de la majorité des cancers de la peau. Les UVA, quant à eux, traversent les couches profondes du derme responsables des tâches pigmentaires et du vieillissement prématuré de la peau.

Huile, crème, brume solaire : quelle est la meilleure formule ?

Il existe une multitude de produits et textures pour protéger la peau en plein soleil. L'huile solaire est parfaite si vous aimez l'odeur enivrante du monoï et arborer une jolie peau satinée sur la plage. Son avantage ? Elle nourrit efficacement les peaux les plus sèches. Les crèmes et laits solaires sont souvent plus riches et épais. Les nouvelles formules s'étalent très facilement sans laisser de traces blanches et de film collant sur la peau. Les brumes sont parfaites si vous désirez un voile de légèreté. L'avantage ? En plus de son action protectrice, elle apporte un voile de fraîcheur très agréable en plein soleil./maximag.fr/



«Les rides profondes marquaient tout mon visage mature» : ce sérum de pharmacie corrige

10 signes de l'âge

Avec les années, la peau s'affine et perd les lipides essentiels qui garantissent son confort et sa fermeté. Ce sérum concentré aide à revitaliser les tissus fragilisés pour redonner de la souplesse et de l'éclat aux visages fatigués.

Le manque de lipides : le point de bascule des peaux matures

Au fil des décennies, le ralentissement de l'activité cellulaire entraîne une baisse très nette de la production naturelle de sébum et de lipides protecteurs. Ce phénomène ne se traduit pas uniquement par une sensation de peau sèche au réveil, mais fragilise directement la cohésion entre les différentes couches de l'épiderme. Moins

bien protégés contre l'évaporation et les agressions extérieures, les tissus s'affaiblissent plus vite et les marques d'expression finissent par s'imprimer de manière plus visible et persistante.

Global-Repair Advanced Elixir : le complexe d'huiles précieuses et de céramides

des Laboratoires Filorga L'huile d'andiroba s'associe à l'huile de camélia pour recharger la peau en acides gras essentiels, favorisant ainsi la régénération naturelle des tissus affaiblis par le temps. Ce mélange végétal aide à réparer la barrière protectrice du visage tout en lui redonnant immédiatement son élasticité et son

éclat. Les céramides et le squalane végétal viennent cimenter les cellules de surface pour empêcher la déshydratation profonde, redonnant au tissu cutané une texture plus pleine et plus confortable.

Le "skin fasting" ou l'art de mettre sa peau au repos pour stimuler ses défenses

Popularisée par les adeptes d'une beauté plus minimaliste, la pratique de la diète cosmétique consiste à suspendre temporairement l'application de soins pour laisser l'épiderme fonctionner par lui-même. En cessant d'apporter des couches successives de crèmes et d'actifs, l'idée est d'inciter l'organisme à réactiver sa propre production de sébum et à réguler son hydratation naturelle. Cette pause permet souvent d'observer la réelle capacité d'adaptation de la peau lorsqu'elle n'est plus assistée par des produits extérieurs. Cette démarche met en évidence le rôle fondamental de l'équilibre lipidique dans le maintien de la santé cutanée. Lorsque la peau est stimulée pour fabriquer ses propres défenses, elle renforce sa résistance face aux tiraillements et gagne en autonomie./beaute-test.com/



Pellicules : comment s'en débarrasser définitivement ?



Les pellicules, ce fléau capillaire qui touche près d'une personne sur deux, hommes comme femmes... Difficile d'y échapper ! Ces petites peaux mortes blanchâtres qui parsèment les cheveux et les épaules sont non seulement inesthétiques, mais peuvent aussi provoquer des démangeaisons très désagréables.

Comprendre les pellicules : causes, types et conséquences Les causes à l'origine des pellicules

Avant de chercher à éliminer vos pellicules, il est important de comprendre ce qui les provoque. En effet, même avec les meilleurs traitements du monde, si vous ne supprimez pas la cause profonde du problème, les pellicules réapparaîtront inévitablement...

Deux types de pellicules

On distingue classiquement deux types de pellicules, qui ne se traitent pas avec les mêmes produits :

Les pellicules sèches : petites et peu adhérentes, elles se détachent facilement des cheveux.

Assez discrètes, elles s'accompagnent rarement de démangeaisons.

Les pellicules grasses : plus grosses et jaunâtres, elles adhèrent aux cheveux et laissent parfois des traces visibles sur les épaules. Elles démangent souvent et s'accompagnent d'un excès de sébum.

Quelles conséquences sur le cuir chevelu ?

Outre l'aspect inesthétique, la présence de pellicules peut avoir plusieurs conséquences désagréables :

Des démangeaisons, parfois très intenses

De l'irritation et des sensations de brûlure

Une fatigue et une sécheresse du cuir chevelu

Un affinement des cheveux à force de frotter pour éliminer les pellicules

A terme, toutes ces irritations peuvent aussi entraîner une fragilisation du cuir chevelu, le rendant plus sensible aux agressions extérieures. D'où l'importance de traiter le problème à la racine !

Choisir le bon traitement contre les pellicules

Shampoings, lotions, masques... De nombreux produits antipelliculaires sont disponibles en pharmacie ou en grande surface pour vous débarrasser de ce problème capillaire. Mais comment choisir le traitement adapté à votre type de pellicules ?

Les shampoings antipelliculaires

Incontournables, les shampoings antipelliculaires restent le traitement de première intention contre les pellicules. Ils renferment différents actifs aux propriétés **k é r a t o l y t i q u e s**, antimicrobiennes et apaisantes qui vont agir en synergie pour : Éliminer les pellicules existantes

Ralentir la desquamation Assainir et apaiser le cuir chevelu

Prévenir la réapparition des pellicules

Pellicules sèches : préférez les shampoings à base de pyrithione de zinc, d'acide salicylique ou d'extraits de romarin et d'ortie, qui vont réguler la production de sébum.

Lotions, sérums et traitements locaux

En complément de votre shampoing antipelliculaire ou entre deux shampoings, vous pouvez également utiliser un soin capillaire à appliquer en locale sur le cuir chevelu./nrmagazine.com/

L'invention d'une batterie à eau innovante qui contient 2 fois plus d'énergie qu'une pile au lithium

Des scientifiques chinois ont inventé une batterie à eau qui promet une densité énergétique supérieure à celle des batteries au lithium.

Les accumulateurs au lithium dominant aujourd'hui le marché du stockage énergétique. Que ce soit pour alimenter nos appareils électroniques portables, nos véhicules électriques ou encore pour stabiliser le réseau électrique, ces dispositifs font désormais partie intégrante de notre vie quotidienne.

Cependant, dans l'optique de réduire les coûts ainsi que l'impact environnemental des opérations de stockage d'énergie, de nouvelles technologies de batterie sont actuellement en cours de développement dans les quatre coins du monde. En Chine, une avancée remarquable dans ce domaine vient par exemple, d'être réalisée par une équipe de l'Institut de physique chimique de Dalian, qui fait partie de l'Académie chinoise des sciences.

Une batterie plus sûre

La batterie de nouvelle génération, développée par les professeurs Li Xianfeng et Fu Qiang et leurs collaborateurs de l'ins-



titut chinois mentionné ci-dessus, aurait des capacités énergétiques presque deux fois supérieures à celles des accumulateurs au lithium actuels. Qui plus est, l'appareil serait plus sûr. Grâce à l'utilisation de l'eau, il serait moins vulnérable à la chaleur, réduisant ainsi les risques d'incendie et d'explosion.

Concrètement, dans cette nouvelle conception, l'eau est utilisée comme solvant pour l'électrolyte. Il faut savoir qu'auparavant, de nombreuses recherches avaient débouché

sur des batteries à eau fonctionnelles. Cependant, celles-ci présentaient une efficacité énergétique limitée.

Une approche révolutionnaire

Effectivement, à cause de la faible solubilité de leur électrolyte ainsi que de leur tension de sortie limitée, les batteries à base d'eau ont toujours été considérées comme peu efficaces. Mais avec leur technologie révolutionnaire, les scientifiques de l'Institut de physique chimique de Dalian promettent de changer la donne. Pour ce

faire, ils ont opté pour une cathode à transfert multi électrons à base de brome et d'iode. L'électrolyte est quant à lui chargé d'ions iodure (I^-) et d'ions bromure (Br^-).

Des résultats prometteurs

Il s'avère qu'au cours du processus de charge, les ions iodure sont oxydés en iodate (IO_3^-) au niveau de la borne positive. Les protons résultant de cette réaction chimique se déplacent vers la borne négative, agissant comme électrolyte de support. Pendant la décharge, ce processus s'inverse tout simplement. Lors des tests en laboratoire, la batterie aqueuse des chercheurs chinois aurait dépassé les 840 Ah/l en termes de capacité. Elle aurait atteint une densité énergétique maximale de 1 200 Wh/l. Avec de tels résultats, l'équipe avance que l'invention pourrait contribuer à l'essor des véhicules électriques et de l'industrie du stockage d'énergie. De plus, la batterie aurait des coûts comparables à ceux des accumulateurs au lithium. À noter qu'un article relatif à cette percée a été publié dans la revue Nature Energy./neozone.org/

Preuve à l'appui, une étude scientifique réfute la théorie de l'écocide survenu sur l'île de Pâques

Rapa Nui, communément appelée île de Pâques, est considérée depuis longtemps comme un symbole de la surexploitation des ressources naturelles par l'humanité. Cependant, une nouvelle étude remet en cause cette notion. Célèbre pour ses statues monumentales connues sous le nom de moaï, l'île de Pâques fait partie des endroits les plus mystérieux de la planète. Située en Polynésie orientale, dans l'océan Pacifique, elle est rattachée administrativement au Chili malgré les 3 700 km qui séparent les deux terres. La fameuse théorie de l'écocide attribue au peuple autochtone de l'île, les Rapanui, la responsabilité de la destruction massive de celle-ci par la déforestation et l'épuisement des ressources naturelles. Mais il se peut que ce postulat soit faux. Du moins, c'est ce que suggère une étude parue il y a quelques jours dans la revue Nature.

Une théorie populaire

Le best-seller Collapse (2005) de Jared Diamond et le long métrage Rapa Nui – Rébellion in Paradise (1994) de Kevin Reynolds figurent parmi ces



œuvres populaires qui mettent en avant la théorie de l'écocide prétendument commis sur l'île de Pâques. « En quelques siècles seulement, les habitants de l'île de Pâques ont anéanti leur forêt, poussé leurs plantes et leurs animaux à l'extinction et ont vu leur société complexe sombrer dans le chaos et le cannibalisme », a écrit Jared Diamond dans son livre. La nouvelle étude, menée par des scientifiques de l'Université de Copenhague au Danemark et de l'Université de Lausanne en Suisse, s'est appuyée sur des analyses génétiques.

La résilience culturelle comme cause ?

Selon l'article intitulé « Ancient Rapanui genomes reveal resilience and pre-European contact with the Americas », que l'on peut traduire en français par « Les génomes des anciens Rapanui révèlent la résilience et le contact pré-européen avec les Amériques », l'aspect environnemental de l'île est plutôt lié à la résilience culturelle. Il s'avère que la population indigène de Rapa Nui n'était pas suffisamment nombreuse pour entraîner un écocide. Les analyses généti-

ques effectuées par l'équipe suggèrent que l'île comptait autrefois moins de 3 000 habitants qui se sont métissés avec des populations d'origine polynésienne et amérindienne bien avant l'arrivée des Européens.

Un effondrement inattendu ?

La population de l'île aurait connu une expansion phénoménale jusqu'au milieu du 17^e siècle, avant de décroître rapidement. Ce déclin, qui a réduit le nombre d'habitants à un peu plus d'une centaine, serait dû à l'esclavage et aux épidémies apportées par les colons européens. « Ces résultats ne soutiennent pas un effondrement majeur de la population de Rapa Nui après son peuplement initial et avant les années 1800 », affirment les universitaires dans l'étude. Autrement dit, l'effondrement écologique de l'île ne serait pas dû uniquement aux ancêtres des Rapanui.

« Les données suggèrent qu'à une certaine époque, Rapa Nui n'était pas si isolée malgré les milliers de kilomètres qui la séparent des autres îles et des Amériques », expliquent les chercheurs./neozone.org/

La panthère noire existe-t-elle vraiment ?

Même si la plus célèbre est probablement la panthère rose, on parle aussi souvent de la fameuse panthère noire. Ce gros chat au pelage d'ébène et aux yeux jaunes est devenu populaire via le personnage de Bagheera, l'un des amis de Mowgli et Baloo dans le Livre de la Jungle de Rudyard Kipling. Mais existe-t-elle réellement dans la vraie vie ? Drôle de question puisqu'on se rappelle tous en avoir déjà vu au moins dans les zoos... Et pourtant !

Zoom sur la panthère noire

La panthère noire est un félin qui fait partie de la famille des léopards (*Panthera pardus*). On la retrouve généralement dans les forêts tropicales humides en Asie du Sud-Est, ainsi qu'en Inde. C'est d'ailleurs de ce pays que provient Bagheera, la panthère noire protectrice du petit d'homme Mowgli. Étrangement, alors que de nombreux léopards peuplent l'Afrique, les panthères noires, quant à elles, y sont assez rares. On lui prête un cousin éloigné au sud du continent américain, qui n'est autre que le jaguar noir (*P. onca*).

Le milieu de vie des panthères noires

Agile et opportuniste, la panthère noire est capable de grimper aux arbres avec une facilité déconcertante. D'ailleurs, elle apprécie y passer le plus clair de son temps durant la journée. C'est un lieu privilégié pour faire ses siestes et admirer le monde, perchée sur une branche.

Une excellente chasseuse

Les panthères noires descendent de leur arbre la nuit venue pour chasser. Elles préfèrent l'obscurité qui est propice à un camouflage naturel. Comme les léopards, elle vit en solitaire. Sa puissance et sa rapidité en font une chasseuse hors pair. Très discrète et patiente, elle sait passer inaperçue en dépit de sa robe noire. C'est ainsi qu'elle est capable de se tapir sans un bruit dans les herbes hautes et de suivre sa proie des heures durant avant de trouver le meilleur moment pour agir. /lemagdesanimaux.ouest-france.fr/

Peut-on vraiment laisser un spa dehors tout l'hiver sans l'abîmer ?

Les bains à remous sont synonymes de détente, mais que deviennent-ils une fois les premiers froids arrivés ?

Pourquoi l'hiver met votre spa à rude épreuve ?

Un spa installé à l'extérieur est directement exposé au froid, au vent et parfois même à la neige. Et, si l'eau venait à geler dans les canalisations, cela pourrait fissurer les tuyaux et endommager la pompe.

Autant dire que la réparation coûterait bien plus cher qu'une simple couverture isolante. Par ailleurs, le chauffage de l'eau doit doubler d'efforts pour maintenir une température confortable, ce qui peut faire grimper la facture énergétique plus vite qu'un thermomètre plongé dans un sauna. Dans la mesure où le mien est gonflable et de petite taille, j'ai opté pour la vidange intégrale et le rangement jusqu'au printemps. Je n'ai pas envie de maintenir une eau chaude, juste pour faire exploser ma facture d'électricité !

Les dangers d'un spa laissé dehors sans précautions

Si vous décidez de laisser votre spa dehors sans protection particulière, plusieurs risques vous guettent :

Gel des canalisations : l'eau stagnante peut se transformer en glaçon destructeur.

Surconsommation électrique : le chauffage compense la

perte de chaleur, et votre compteur tourne à plein régime. Encombrement des filtres : l'eau moins brassée en hiver favorise l'accumulation d'impuretés. Ces problèmes réduisent la durée de vie de l'appareil et peuvent transformer votre coin détente en véritable gouffre financier.

Comment maintenir l'eau à bonne température ?

La règle d'or est de maintenir une température constante, généralement autour de 35 °C. Cela évite le gel tout en permettant de profiter d'un bain chaud à tout moment. Pour cela, trois alliés incontournables : Le thermostat : vérifiez-le régulièrement pour ajuster les réglages.

La couverture isolante : elle limite les pertes de chaleur et protège des intempéries.

Le mode veille : pratique si vous n'utilisez pas le spa tous les jours, car il réduit la consommation d'énergie sans risquer le gel. Ainsi, même au cœur de l'hiver, il reste possible de plonger dans un spa fumant, sans craindre de retrouver le lendemain un bloc de glace flottant à la place de vos bulles. / neozone.org/



Un bouclier contre les tempêtes solaires, le plan fou des scientifiques pour protéger la Terre

Dans le cadre du projet StormWall, une équipe de chercheurs développe une barrière spatiale destinée à renforcer la protection de la Terre contre les tempêtes solaires. Un concept à la fois fascinant et passionnant !

Un concept pour le moins intéressant

Dans une nouvelle étude publiée dans la revue Space Weather, Brian Walsh, chercheur à l'Université de Boston, aux États-Unis, et ses collaborateurs indiquent avoir imaginé un système artificiel capable de renforcer le bouclier magnétique de notre planète. Leur technologie serait en mesure de repousser les

particules chargées qui accompagnent le vent solaire. Pour comprendre le concept, il faut savoir que les tempêtes géomagnétiques surviennent lors d'un transfert massif d'énergie entre les vents solaires et la magnétosphère.

Des substances alcalines

En s'appuyant sur des simulations informatiques et en analysant des données provenant de satellites en orbite, l'équipe a fait une découverte majeure. Si l'on augmente la densité du plasma dans la magnétosphère, le taux de reconnexion magnétique chute. Résultat ? La violence de la tempête solaire diminue instantanément. Leur

technologie s'inspire justement de ce mécanisme naturel. Concrètement, ils ont imaginé un dispositif dont le principe de fonctionnement rappelle celui d'un airbag automobile. Le plan consiste à déployer une constellation de satellites en orbite géosynchrone.

Fonctionnement

Mais comment fonctionnerait ce bouclier révolutionnaire ? En fait, c'est assez simple : dès que les centres de surveillance captent l'arrivée d'une tempête solaire ultra-violente, des opérateurs au sol déclenchent l'ouverture des vannes à distance. Les composés alcalins libérés dans l'espace s'ioniseraient alors quasi instantanément sous l'effet du rayonnement, se transformant en plasma.

Cela aurait pour effet d'étouffer le phénomène de reconnexion magnétique et d'atténuer ainsi l'impact des particules solaires sur nos infrastructures technologiques. Cerise sur le gâteau, le système pourrait être mis en place avec nos capacités aérospatiales actuelles. / neozone.org/



Aménager une salle de bains dans un studio : Idées lumineuses



Qui dit studio dit néces- sairement optimisation de l'espace, et celle qui concerne la salle de bains peut s'avérer être un véritable défi. Petites, compactes, parfois dénuées d'ouvertures sur l'extérieur, biscornues... Ces pièces essentielles au quotidien demandent une certaine créativité et la maîtrise de quelques aspects techniques afin de parvenir à allier fonctionnalité et esthétique. Ces 30 salles de bains d'architectes conjuguent ces éléments à la perfection, créant ainsi de charmantes petites bulles de bien-être.

Parti pris créatif et audacieux pour cet espace restreint

Cette salle de bains exigüe à l'esprit graphique et nichée sous les combles ose la couleur à travers des joints terre de Sienne, cassant les codes des petits espaces ordinairement sobres.

Épouser chaque angle de la pièce afin d'optimiser cet espace de 2 m2

Le zellige et le terrazzo reflètent la lumière et amènent de la texture dans cette pièce qui ne dépasse pas les 2 m2 et qui jongle avec chaque recoin.

L'ajout d'accessoires, comme ces miroirs en formes libres, accentuent l'effet de profondeur de la pièce.

Délimiter visuellement les pièces d'un studio grâce à la couleur

Séparée par une porte et délimitée visuellement par la couleur, la salle de bains joue avec les matériaux utilisés dans la cuisine, mais également sur un effet de perspective depuis le centre du studio.

Lorsqu'elle est bien optimisée, une petite salle de bains peut abriter de nombreuses

choses sans que l'on se sente à l'étroit

Même dans un espace restreint, la salle de bains peut sembler spacieuse lorsqu'elle est optimisée comme ici, où le linéaire comprend un meuble vasque avec machine à laver et une grande cabine de douche.

Jouer avec les matériaux naturels permet de se créer un vrai petit cocon

Sublimée par la pierre brute, cette salle de bains claire et épurée mise sur un assortiment de blanc et de beige, jouant avec les détails comme les veines sur le carrelage.

Compacte, cette salle de bains profite de la hauteur sous plafond pour paraître plus spacieuse

Le grège, le chêne, le terrazzo et quelques touches de noir habillent cette salle de bains qui profite d'une belle hauteur sous plafond, permettant de découpler son volume.

Graphique et colorée, cette salle de bains authentique affirme sa personnalité au sein même du studio

Qui dit studio dit aussi salle de bains décrochée. Ouverte sur la pièce de vie, cette salle de bains atypique marquée par un bleu klein et des carreaux graphiques vient souligner le volume du studio.

Ingénieuse, la cabine de douche de cette salle de bains oublie totalement les lignes franches

Investir l'angle de la salle de bains en y installant une douche aux contours arrondis est une idée lumineuse pour adoucir et optimiser un petit espace. En parallèle, les matériaux et motifs se mêlent pour lui donner de la profondeur. / cotemaison.fr/

Une alimentation plus saine et durable pour tous d'ici 2030 ?

Le Gouvernement a récemment diffusé la Stratégie nationale pour l'alimentation, la nutrition et le climat (SNANC). Sa particularité ? Elle associe les politiques d'alimentation, de nutrition et de climat dans l'objectif d'améliorer la santé de la population et de renforcer l'indépendance agricole de notre pays tout en réduisant son empreinte environnementale. Zoom sur les contours de cette feuille de route inédite.

Déploiement d'une nouvelle stratégie globale

Sur la base de la loi Climat et Résilience qui associe depuis 2021 les enjeux d'alimentation, de nutrition et du climat, le gouvernement a récemment dif-

fusé la Stratégie nationale pour l'alimentation, la nutrition et le climat (SNANC). L'ambition affichée est claire : transformer notre modèle alimentaire et permettre à tous les Français d'accéder à une alimentation plus saine, plus durable et plus locale d'ici 2030. Ceci afin de mieux protéger la santé de la population et renforcer l'indépendance agricole et alimentaire de notre pays tout en réduisant son empreinte environnementale. Cette nouvelle stratégie s'articule avec les plans nationaux existants et liés à l'alimentation et à la nutrition. Elle reconduit ainsi des repères nutritionnels familiers comme le fameux "cinq fruits et légumes par jour" en les adaptant aux enjeux de santé

et de climat.

Vers une alimentation plus saine pour tous

L'alimentation représente aujourd'hui un réel enjeu de santé publique dans la mesure où les choix alimentaires des individus ont un impact certain sur leur santé. On estime par exemple que 30 % des décès par maladie cardiovasculaire seraient liés à une mauvaise alimentation. Or, tout le monde n'a pas forcément accès à une alimentation de qualité. Preuve en est la précarité alimentaire qui touche 16 % de nos concitoyens.

Vers une alimentation plus durable pour tous

Enfin, vu que l'alimentation compte pour beaucoup dans les émissions de gaz à effet de serre, la SNANC ambitionne d'accélérer la transition écologique du système alimentaire actuel. L'idée est de mieux prendre en compte les enjeux climatiques dans l'ensemble de la chaîne alimentaire. La stratégie prévoit donc d'encourager le développement de pratiques agricoles durables, la relocalisation de certaines productions et exhorte à réduire le gaspillage alimentaire. / sante-sur-le-net.com/



Les bonnes raisons de devenir végétarien

En janvier c'est Veganuary : une initiative qui vous invite à tester le régime vegan (ou végétalien) pendant un mois. Mais quels sont les atouts des régimes végétarien et vegan ?

Bon pour le cœur et contre le cancer

Les bénéfices du végétarisme ont été largement étudiés mais des incertitudes subsistent en raison soit de la taille des échantillons étudiés soit de la spécificité des populations étudiées. Dans un article paru dans la revue Critical Reviews in Food Science and Nutrition, des chercheurs ont fait une analyse de 108 études afin de mieux appréhender les effets

benéfiques sur la santé des régimes végétarien et végétalien. Cette étude parvient à des conclusions fortes en raison du grand nombre d'études analysées.

Bon pour la ligne

Les végétariens sont souvent plus minces que les omnivores, ce qui pourrait pousser les personnes qui cherchent à mincir à opter pour ce régime. D'après une méta-analyse parue dans Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics, le fait de devenir végétarien permet bel et bien de perdre quelques kilos.

Contre le diabète

Le régime occidental riche en produits animaux, céréales, sel,

tel que nous le connaissons induit une charge acide nette pour l'organisme. Or, l'organisme a besoin de respecter un certain équilibre acide-base pour bien fonctionner.

Les fruits et légumes ont un pouvoir basifiant et pourraient compenser l'acidité nocive à l'organisme. L'acidité provoquée par l'alimentation est mesurée grâce à l'indice PRAL, qui permet de dire si un aliment aura plutôt une tendance acidifiante ou alcalinisante pour l'organisme.

Bon pour l'environnement

La motivation écologique est souvent invoquée par les végétariens et vegans pour justifier leur régime. À ce sujet, Léa Lebrun et Fabien Badariotti expliquent dans La meilleure façon de manger végétal, que "la production de produits d'origine animale génère une quantité non négligeable de gaz à effet de serre responsables des dérèglements climatiques actuels. Ainsi, l'élevage contribuerait à lui seul à 14,5-18 % du total des émissions anthropiques de gaz à effet de serre. /lanutrition.fr/



Après un cancer de la prostate, cette habitude alimentaire réduirait les risques de décès selon Harvard



Et si, après un cancer de la prostate, l'un des gestes les plus utiles se trouvait simplement dans l'assiette ? Une vaste étude menée auprès de 4 884 hommes suggère que le choix des graisses consommées après le diagnostic pourrait être associé à une meilleure survie. Après le cancer, une autre bataille commence. Il faut retrouver une vie quotidienne, surveiller sa santé et composer avec les traitements et leurs effets à long terme. Car même lorsque la tumeur est contrôlée, le risque ne disparaît pas complètement : le cœur et d'autres cancers peuvent continuer à menacer la santé.

Après le diagnostic, le cœur devient lui aussi un enjeu

Les chercheurs de Harvard et de l'université McGill ont analysé les données de 4 884 hommes atteints d'un cancer de la prostate non métastatique, suivis pendant une durée médiane de 12,8 ans. Les participants, âgés d'environ 70 ans au diagnostic, renseignaient régulièrement leur alimentation. Sur les 3 040 décès enregistrés pendant le suivi, 803 étaient liés à une maladie cardiovasculaire, 499 à d'autres cancers et 441 au cancer de la prostate.

Graisses saturées : le signal qui interpelle les chercheurs

Les hommes qui consommaient le plus de graisses saturées présentaient un risque de décès toutes causes confondues supérieur de 24 % à celui des hommes qui en consommaient le moins. En chiffres absolus, leur risque estimé de décès à dix ans atteignait 26,4 %, contre 23,4 % dans le groupe consommant le moins de graisses saturées. Soit environ trois décès supplémentaires pour 100 hommes. À l'inverse, les chercheurs ont

observé des associations favorables lorsque certaines graisses étaient remplacées par d'autres. Remplacer environ 10 % des calories provenant des graisses animales par des graisses végétales était associé à une baisse de 16 % du risque de décès. Remplacer 5 % des calories provenant des graisses saturées par des graisses mono-insaturées était associé à une baisse de 20 %.

Le risque cardiovasculaire particulièrement marqué

Le signal est encore plus net lorsqu'il s'agit du cœur. Chez les hommes consommant le plus de graisses saturées, le risque de décès cardiovasculaire était 42 % plus élevé. Plusieurs mécanismes pourraient contribuer à cette association, notamment l'augmentation du cholestérol LDL, l'inflammation chronique et certaines perturbations métaboliques. Les chercheurs soulignent aussi que certains traitements du cancer de la prostate peuvent affecter la santé cardiovasculaire et métabolique.

Pas question de tout supprimer : plutôt changer quelques habitudes

Le message des chercheurs n'est surtout pas celui d'un régime drastique. Il s'agit davantage de remplacer progressivement certaines sources de graisses par d'autres. "Le message à retenir est de privilégier des substitutions simples, en choisissant plus souvent l'huile d'olive, les noix, les graines, les avocats et d'autres aliments végétaux à la place des aliments riches en graisses animales ou saturées", recommande Edward Giovannucci, professeur de nutrition et d'épidémiologie à Harvard. /doctissimo.fr/

La Paz en Bolivie : que faire dans la capitale la plus haute du monde

La Paz, en Bolivie, ne ressemble à aucune autre ville d'Amérique du Sud. On y arrive souvent un peu sonné par l'altitude, puis très vite happé par son relief, ses marchés, ses rues raides, ses téléphériques et cette sensation permanente d'être entouré de montagnes. C'est une ville dense, bruyante, parfois fatigante, mais aussi l'une des plus dépaysantes que j'aie visitées sur le continent.

La Paz, capitale de la Bolivie ou non ?

Beaucoup de voyageurs se posent la même question : La Paz est-elle la capitale de la Bolivie ? Ou bien est-ce la ville de Sucre ? Les deux, mon capitaine ! Sucre est la capitale

officielle et constitutionnelle, ce qui signifie que la Constitution la reconnaît officiellement comme capitale du pays. C'est là que se trouve la Cour suprême de justice. La Paz est la capitale administrative, car c'est dans cette ville que siègent le gouvernement, le palais présidentiel et le parlement. C'est aussi ce qui explique pourquoi il y a souvent un flou quant à son statut de capitale la plus haute du monde. Pourquoi deux capitales pour un pays ? À l'origine, Sucre était l'unique capitale de la Bolivie.

Quelle est l'altitude de La Paz ?

La Paz est située à environ 3 650 mètres d'altitude, ce qui

en fait la capitale administrative la plus haute du monde. L'aéroport international d'El Alto, situé juste au-dessus de la ville, se trouve même à 4 061 mètres d'altitude. À cette hauteur, il est fréquent de ressentir les effets du mal d'altitude : fatigue, essoufflement ou maux de tête. Il est donc recommandé de prévoir une journée calme à l'arrivée.

À quoi vous attendre à La Paz

La Paz est installée dans une cuvette, au cœur des Andes, avec des quartiers qui s'étagent sur les pentes. Dès l'arrivée, ce qui frappe, c'est ce mur de maisons en briques rouges qui grimpe partout. J'ai eu cette impression immédiate d'une ville construite à la verticale, dense, serrée, presque sans pause. Il faut aussi être clair sur ce point : La Paz peut fatiguer. L'altitude se ressent vraiment. Même en étant habitué à voyager, on peut avoir mal à la tête, être essoufflé dans les montées, avancer moins vite que prévu et avoir besoin de ralentir le rythme dès le premier jour. globe-trotting.com/



Balkans Transit Slované, Croatie, Bosnie et Monténégro en famille

Il est généralement admis que la balkanisation n'est pas enviable. Sauf s'il s'agit de voyage. C'est alors, sur une portion de territoire assez étroite, une incroyable multiplication d'atmosphères, de paysages, de styles, de langues, de cultures, de croyances. La garantie de ne pas s'ennuyer et de vivre à haute intensité. Le mot lassitude n'existe pas à l'ouest de la Save. Une région idéale donc pour un road-trip intergénérationnel. Celui-ci démarre à Zagreb. Ensuite, vous allez en Slovanie prendre en tenailles la magnifique parc alpin du Triglav. Bled et Bovec ont droit depuis longtemps aux cartes postales. Ici, le grand air a hérité de l'Autriche-Hongrie

quelque chose d'impérial. Retour en Croatie par l'Istrie, la pointe de l'Europe dans l'Adriatique. Autour de Bale, l'odeur capiteuse de la flore méditerranéenne avec les souvenirs de l'emprise vénitienne. Et le bleu de la mer ! Impériale aussi : Split, le palais changé en ville. L'histoire se fait insistante. La Bosnie écrit un nouveau page de la sienne.

Votre voyage

Trois semaines de voyage, ce n'est pas rien. Il faut à cela un rythme et une logistique sûre. Pour le premier, trois jours par l'étape - ou deux, exceptionnellement un - lui donnent de l'ampleur. Il n'est pas frénétique et permet de s'accorder le temps de profi-

ter des choses, de ne pas se sentir sans cesse sur la route. Les trajets s'amortissent, même si, par les paysages traversés, ils ne sont pas des angles morts de votre voyage. Puisque circulation il y a, notons que, dans une configuration comme la vôtre, la voiture est le meilleur moyen de transport. Elle offre la souplesse et le rayon d'action qui conviennent. Quant aux chaussées, nous ne sommes plus au temps de la Yougoslavie. Il faut aussi être bien reçu et dormir confortablement. Vos hôtels se partagent en chalets, ou assimilables, et maisons de ville anciennes, adaptées. Les aménagements sont contemporains et performants. A Sarajevo, vous posez vos valises dans un authentique hammam.

Toujours, vous vous trouvez raccord avec l'esprit des lieux. Et quelques tables vous surprendront agréablement. Pour un itinéraire comme celui-ci, il nous a paru indispensable d'inscrire à votre carnet de route les activités et visites de base. voyageursdumonde.fr/



Les plus belles plages de Floride



Les palmiers s'inclinent doucement sous la brise, les vagues turquoise viennent mourir sur le sable blanc, et les oiseaux de mer piquent dans l'écume à la recherche de leur repas. Bienvenue en Floride. Avec près de 200 plages, le "Sunshine State" ne manque pas de rivages splendides : la côte du golfe déploie ses eaux calmes et ses plages de sable blanc, tandis que l'Atlantique attire surfeurs et amateurs de sensations fortes. Que vous rêviez de baignades familiales, de chasses aux trésors, de yoga au lever du jour ou d'observer les tortues de mer, vous trouverez votre bonheur.

Le parc national des Dry Tortugas, la plage la plus isolée

Il y a les Keys reliées par une route, et il y a les autres. Les plus belles îles de l'archipel exigent quelques efforts supplémentaires. Les Dry Tortugas sont de celles-ci, seulement accessibles par bateau ou par hydravion. Le Dry Tortugas National Park est le parc national le plus difficile d'accès des États-Unis. Les courageux seront récompensés par la possibilité de faire du snorkeling au milieu d'étonnants récifs coralliens et de se prélasser sur des plages aux eaux cristallines.

Refuge national de faune sauvage de Hobe Sound, la plage la plus paisible

Discrètement niché à l'extrémité nord de Jupiter Island, ce refuge préservé contraste avec les plages voisines bondées. Ici, trois kilomètres de sable quasi déserts invitent à la méditation et aux longues marches au rythme des vagues. Bon à savoir : L'accès à la réserve coûte 4,50 \$ par véhicule et tous les fonds sont consacrés à l'entretien de ce magnifique endroit.

Melbourne Beach, la plus belle plage pour observer les tortues

De mars à octobre, à la lueur de la lune, des tortues marines s'extirpent de l'océan pour enfouir leurs œufs dans le sable. Deux mois plus tard, les nouveau-nés se lancent dans leur périlleux retour vers la mer. Un spectacle inoubliable. Conseil : N'utilisez pas de lampe torche et gardez vos distances pour ne pas les déranger.

Treasure Shores Beach, la plage pour participer à une chasse au trésor

La Treasure Coast (« Côte au trésor ») n'a pas volé son nom : les épaves qui jalonnent ses fonds marins rejettent encore aujourd'hui des objets précieux sur le sable. Si toutes les plages de Hutchinson Island réservent leur lot de trouvailles, la plus fascinante reste Treasure Shores Park, près de Sebastian. À quelques encablures seulement repose l'épave d'un galion espagnol, englouti lors d'un ouragan en 1715 et réputé pour sa cargaison de trésors.

Île de Sanibel, la meilleure plage pour ramasser des coquillages

Surnommée la « capitale mondiale des coquillages », l'île de Sanibel et ses plages notamment Bowman's Beach et Blind Pass Beach abritent près de 400 espèces. Adoptez la « position Sanibel » (marche penchée, dos courbé) pour dénicher buccins, coques épineuses et coquillages jingle.

Haulover Beach, la meilleure plage nudiste grand public

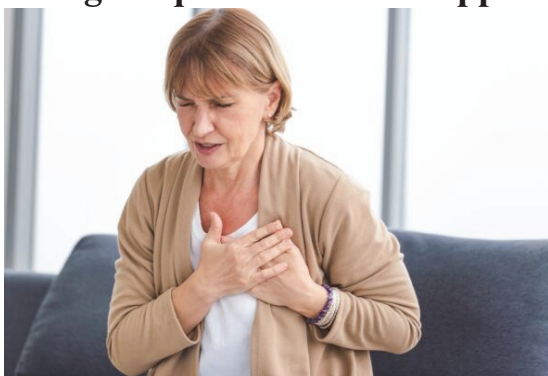
À mi-chemin entre Miami et Fort Lauderdale, Haulover Beach se démarque : ici, inutile de chercher l'isolement habituel des plages naturistes. L'ambiance est décontractée, familiale et ouverte à tous, quel que soit l'âge ou la silhouette. lonelyplanet.fr/

Douleur thoracique : Attention à ces signes qui doivent faire appeler les urgences

Une douleur thoracique brutale peut être le signe d'un infarctus, surtout si elle serre la poitrine ou irradie. En cas de doute, le bon réflexe est simple : appeler les urgences. Dans une vidéo publiée sur Instagram, le Dr Alexandre Mensier, chirurgien viscéral et digestif, rappelle le mécanisme d'un infarctus. Le message essentiel : une douleur thoracique évocatrice impose d'appeler immédiatement le 15 ou le 112, sans attendre de voir si cela passe.

Les signes qui doivent alerter sans attendre

Un infarctus du myocarde survient lorsqu'une artère coronaire se bouche : une partie du muscle cardiaque n'est alors plus correctement oxygénée. Dans la vidéo, le Dr Mensier explique que les artères coronaires peuvent être obstruées, par exemple à cause de plaques d'athérome et d'un caillot, ce qui interrompt l'apport de sang au myocarde. Cette explication aide à comprendre pourquoi le temps compte. Le signe le plus évocateur reste une douleur brutale dans la poitrine, souvent



décrite comme une sensation d'étau derrière le sternum. Elle peut irradier vers le bras gauche ou les deux bras, la mâchoire, le cou, le dos. Mais il ne faut pas attendre que tous les signes soient réunis pour réagir. Les symptômes reconnus qui doivent faire penser à un infarctus incluent notamment :

Une douleur thoracique serrante, inhabituelle, persistante ou très intense ;
Une douleur qui se propage vers un bras, la mâchoire, le dos ou le cou ;
Un essoufflement soudain ou

une difficulté à respirer ;
Des sueurs froides, des nausées, un malaise général ;
Une fatigue inexpliquée, une gêne digestive ou un malaise atypique.

Ce dernier point est important : un infarctus ne se manifeste pas toujours par une douleur spectaculaire. Il peut se présenter de manière moins typique, notamment chez les femmes, les personnes âgées ou les personnes diabétiques. En pratique, le doute suffit pour appeler les secours.

Pourquoi il faut consulter, même en cas

d'hésitation

Face à ces signes, le réflexe n'est pas de se déplacer soi-même ni de demander un avis autour de soi : il faut appeler le 15 ou le 112. Les équipes de régulation médicale évaluent la situation, orientent la prise en charge et déclenchent les secours adaptés. Pour les personnes ayant des difficultés à entendre ou à parler, le 114 permet d'alerter les secours par SMS.

Infarctus, pourquoi chaque minute compte face aux premiers symptômes

Un infarctus peut aussi se compliquer de troubles du rythme et, dans les cas les plus graves, d'un arrêt cardiaque. Mais l'objectif pour le grand public n'est pas d'identifier précisément le mécanisme : il est d'alerter vite. En cas de douleur thoracique en étau, de douleur qui irradie, d'essoufflement soudain, de sueurs froides, de nausées ou de malaise inexpliqué, le bon geste reste le même : composer immédiatement le 15 ou le 112./doctissimo.fr/

Qu'est-ce que la sophrologie Caycédienne ?

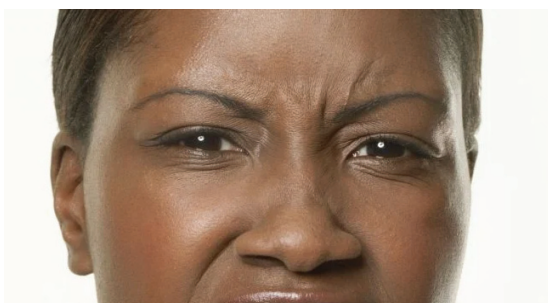
Le bruxisme, qui se manifeste par un grincement ou un serrement des dents, principalement nocturne, concerne environ 10 à 15 % de la population française, mais fait encore l'objet de beaucoup d'interrogations, notamment en ce qui concerne ses causes et origines. Le bruxisme, qui se manifeste par un grincement ou un serrement des dents, principalement nocturne, concerne environ 10 à 15 % de la population française, mais fait encore l'objet de beaucoup d'interrogations, notamment en ce qui concerne ses causes et origines.

Définition : Qu'est-ce que le bruxisme ?

Le bruxisme est un trouble fonctionnel incontrôlé qui provoque le grincement et/ou le serrement des dents. Il s'agit d'une dysfonction temporo-mandibulaire (DTM). On parle aussi de "parafunction", une activité qui s'exerce arbitrairement, sans but, mais qui se sert des éléments même de la fonction. Le bruxisme se manifeste le plus souvent la nuit (bruxisme nocturne) même si le bruxisme diurne existe.

Bruxisme statique et dynamique : qu'est-ce que c'est ?

On distingue deux types de



bruxisme : Le bruxisme statique (ou centré) : il se caractérise par un serrement continu des mâchoires, sans mouvement latéral. La personne contracte fortement les muscles masticateurs en maintenant les dents serrées. Ce type de bruxisme est généralement silencieux mais peut provoquer des douleurs importantes au niveau des tempes et des mâchoires. Le bruxisme dynamique (ou excentré) : il se manifeste par des mouvements de va-et-vient où les dents du haut frottent contre celles du bas, produisant un grincement caractéristique et audible. Ces mouvements peuvent être latéraux ou d'avant en arrière, ce qui provoque une usure plus importante des dents.

À noter que le bruxisme statique est plus fréquent pendant la journée, notamment lors de

périodes de concentration ou de stress, tandis que le bruxisme dynamique survient principalement pendant le sommeil.

Quelles sont les causes du bruxisme ?

Le stress et l'anxiété sont souvent à l'origine du bruxisme. Selon un article du Journal de parodontologie & d'implantologie orale¹, "le bruxisme serait l'expression de l'anxiété, des difficultés rencontrées dans la vie ou encore des frustrations ressenties". D'autres facteurs susceptibles d'être à l'origine du bruxisme ou de le favoriser ont été mis en avant : la consommation d'alcool et de tabac, les problèmes viscéraux, parasitaires, les désordres endocriniens ou encore les troubles neurologiques... Selon l'AAP (Association Américaine de

Psychiatrie), le bruxisme peut être assimilé à un trouble du comportement.

Quel lien entre bruxisme et apnée du sommeil ?

Le bruxisme et l'apnée du sommeil sont deux troubles du sommeil qui présentent des liens étroits, bien que complexes. Voici ce qu'il faut savoir :

Environ 25% des patients souffrant d'apnée obstructive du sommeil présentent également du bruxisme nocturne. Le bruxisme peut survenir dans les 0 à 10 secondes suivant un épisode d'apnée, suggérant un mécanisme de protection naturel. L'apnée du sommeil peut déclencher des contractions musculaires involontaires au niveau de la mâchoire, conduisant au bruxisme. Le bruxisme peut aggraver les symptômes de l'apnée en augmentant les tensions musculaires au niveau de la gorge et du cou. Cette association est plus fréquente chez les hommes, potentiellement en raison d'apnées plus sévères. Si vous souffrez de bruxisme, il est important d'en parler à votre médecin pour évaluer la présence éventuelle d'apnée du sommeil associée, car ces deux conditions nécessitent une prise en charge adaptée./doctissimo.fr/

Moelle épinière : anatomie, rôle, examens, maladies

A ne pas confondre avec la moelle osseuse, la moelle épinière ou moelle spinale constitue la partie inférieure du système nerveux central. Quel est son rôle ? Quelles pathologies peuvent l'affecter ? Quelles sont les conséquences des lésions ? Toutes les réponses avec le docteur Amira El Arbi, neurochirurgien, praticien aux hospices civils de Colmar.

Anatomie de la moelle épinière

Encéphale et tronc cérébral
La moelle épinière ou la moelle spinale est la partie inférieure du système nerveux central, elle fait suite au tronc cérébral. Elle se présente sous la forme d'une tige cylindrique blanchâtre, parcourue par des sillons verticaux. La moelle épinière se rattache à l'encéphale au niveau du tronc cérébral. Elle est protégée par les vertèbres. L'encéphale est le centre de commande du corps.

Où se trouve la moelle épinière ?

Elle est contenue dans le canal rachidien qui résulte de la superposition des vertèbres de la colonne vertébrale, qui mesure environ 70 cm. Elle est plus courte que la colonne vertébrale, étant donné qu'elle s'arrête au niveau de la deuxième vertèbre lombaire.

Schéma de la moelle épinière Quel est son rôle ?

La moelle a une double fonction : elle joue un rôle crucial dans la transmission des informations motrices et sensorielles vers et depuis le cerveau (une fonction de conduction), ainsi que dans les réflexes de coordination (une fonction réflexe). En effet, elle a un rôle de relais entre le cerveau et les nerfs : Elle reçoit les informations en provenance des récepteurs périphériques (douleur, position des membres...). Elle les renvoie vers le cerveau où ces informations seront intégrées ; Elle reçoit également les informations du cerveau (ordre de mouvement...) et les envoie vers les effecteurs (muscles)./doctissimo.fr/

Athlétisme / Ultimate Championship 2026 / Finale du 800 mètres (messieurs)

Victoire de Djamel Sedjati en 1:41.91



Le demi-fondeur algérien Djamel Sedjati a remporté le 800 mètres de la première édition de l'Ultimate Championship, disputé dimanche soir à Budapest (Hongrie), avec un chrono de 1:41.91. L'international algérien a devancé le Canadien Marco Arop (2e en 1:42.28) et le Kenyan Emmanuel Wanyonyi (3e en 1:42.44), au moment où le jeune prodige américain Brandon Miller (1:43.86), le Français Yanis Meziane (1:44.07) et le Belge Eliott Crestan (1:44.09).

Médaillé de bronze aux Jeux olympiques de Paris-2024 et vice-champion du monde à Tokyo-2025, Sedjati chrona de 1:44.23, derrière l'Irlandais Mark English en 1:43.74, l'Italien Francesco Pernici (1:43.80) et le Canadien Marco Arop (1:44.21). Dans la première demi-finale, le champion olympique et du monde en titre, le Kenyan Emmanuel Wanyonyi s'était également classé quatrième, en 1:44.43, derrière l'Américain Brandon Miller (1:43.86), le Français Yanis Meziane (1:44.07) et le Belge Eliott Crestan (1:44.09).

Médaillé de bronze aux Jeux olympiques de Paris-2024 et vice-champion du monde à Tokyo-2025, Sedjati confirme ainsi sa bonne forme du moment, et prend sa revanche par la même occasion sur le champion olympique et du monde en titre. Sedjati était le seul représentant algérien dans cette première édition de l'Ultimate Championship, après le forfait de son compatriote Slimane Moula, qui était également qualifié pour le 800 mètres. Organisée du 11 au 13 septembre à Budapest, la compétition a réuni l'élite de l'athlétisme mondial, dans 28 épreuves différentes, avec une dotation globale de 10 millions de dollars.

Karaté Do/Championnats d'Afrique 2026

L'Algérie décroche la 2e place et se qualifie aux Mondiaux de Hangzhou

La sélection algérienne (messieurs/dames) de Karaté Do a décroché la deuxième place au tableau final des Championnats d'Afrique 2026 (Kata/Kumité), clôturés dimanche après-midi à la Coupole du Complexe Olympique Mohamed Boudiaf (Alger).

Les Verts ont glané un total de 41 médailles : 8 or, 13 argent et 20 bronze, terminant ainsi derrière l'Égypte, vainqueur avec 50 médailles : 30 or, 8 argent et 12 bronze.

Une honorable deuxième place pour la sélection nationale, grâce à laquelle elle assure sa qualification à la prochaine Coupe du monde "par équipes" de la discipline, prévue du 20 au 22 novembre 2026 à Hangzhou (Chine).

Des résultats probants aux yeux du directeur technique national, Samir Slimani, qui s'est dit "globalement satisfait" du parcours réalisé, considérant que ce dernier représente "un signe encourageant" pour l'avenir de la discipline.

Triathlon / Coupe d'Afrique 2026 (Juniors)

Trois médailles pour l'Algérie, dont une en or

Les sélections algériennes (Juniors) de Triathlon ont décroché trois médailles (une or, une argent et une bronze) à la Coupe d'Afrique 2026 de la catégorie, disputée samedi à Monastir (Tunisie).

La médaille d'or a été l'œuvre de Saleha Nardjes Berrached, devant sa compatriote Dalia Aidouni, qui s'était contentée du bronze, au moment où Mohamed Bilal Dehbi avait décroché l'argent chez les garçons.

Berrached s'était imposée avec un chrono de 1:07.21, devant la Tunisienne Aya Dhifallah (1:07.53), et sa compatriote Dalia Aidouni (1:08.25), alors que Dehbi avait réussi un chrono de 56:57, qui l'avait placé à la deuxième place, derrière le Tunisien Mohamed Amine Khemais, vainqueur chez les garçons en 55:39. Les épreuves se sont déroulées sur une distance de 20 kilomètres (vélo), 5 kilomètres (course à pied) et 750 mètres de nage (Sprint). Ouverte également aux catégories des U13, U15 et U17, la compétition s'est déroulée à Skanes, relevant de la région de Monastir.



Un succès qui passe inaperçu...

Combien Chelsea a-t-il vendu pendant le mercato estival ?

Quand on évoque Chelsea sur le marché des transferts, l'image qui vient immédiatement à l'esprit est celle d'un club qui n'hésite pas à débours des dizaines de millions de livres pour acquérir un nouveau joueur, puis à lui offrir un salaire exorbitant et un contrat à long terme.

Ces dernières années, cette image s'est tellement ancrée que l'ancien footballeur égyptien et analyste de beIN SPORTS, Mohamed Aboutrika, surnomme sarcastiquement l'équipe « l'équipe à un milliard de dollars », en référence aux sommes colossales dépensées par le club pour constituer son effectif, notamment en raison de la valeur élevée de ses transferts et des nombreux noms qui ont rejoint ses rangs.

Mais l'autre aspect de la question est moins présent dans les discussions et peut-être plus important d'un point de vue économique : Chelsea n'est pas seulement doué pour les achats, mais possède également l'une des politiques de vente de joueurs les plus actives et efficaces. Derrière les dizaines de transactions réalisées par le club ces dernières années se cache une autre série d'opérations qui ont permis de récupérer une grande partie de l'argent dépensé et de transformer les joueurs dont il n'a plus besoin en une source de revenus continue pour le club.

Le dernier mercato a clairement illustré cette politique, avec 20 départs de joueurs de Chelsea, entre ventes définitives, résiliations de prêts et prêts, dont 10 ventes directes d'une valeur de 445,3 millions d'euros selon le site « Transfermarkt », un chiffre qui reflète l'important volume de mouve-

ments au sein de l'effectif de l'équipe. Au-delà du débat sur la qualité technique de chaque transaction, la valeur économique de ces opérations révèle que le club ne considérerait pas son effectif comme un simple ensemble de joueurs, mais comme des actifs gérables et dont la valeur pouvait être constamment régénérée.

Ce chiffre a permis au club de dégager un excédent d'environ 40 millions d'euros sur le marché des transferts, en ne considérant que la valeur des transferts entrants et sortants. Ce montant s'ajoute aux déductions salariales, ce qui porte l'excédent total de Chelsea à plus de 100 millions d'euros. Ces chiffres offrent une image totalement différente de celle d'un club jusqu'à présent réputé pour ses dépenses somptueuses.

Cette politique prend une importance accrue lorsqu'on la replace dans le contexte de la construction de l'effectif de Chelsea ces dernières années. Le club ne se contente plus de recruter des joueurs confirmés, mais a également signé de nombreux jeunes talents avec des contrats de longue durée, avant de leur laisser la possibilité de progresser, ce que soit au sein de l'équipe première ou par le biais de prêts. Lorsqu'un joueur atteint un niveau permettant sa vente, ou lorsqu'il devient évident qu'il ne fait plus partie des plans d'avenir du club, il représente une opportunité de générer des revenus plutôt qu'un fardeau.

Marina Granovskaia...

La Dame de fer

Ce système n'a pas débuté avec l'administration actuelle, mais ses racines

remontent à une période où Marina Granovskaia exerçait une influence considérable au sein de Chelsea.

Granovskaia, surnommée la « Dame de fer », a géré efficacement les transferts de joueurs et les renouvellements de contrats à partir de 2013, avant de devenir officiellement directrice générale et responsable du département des sports et des contrats, poste qu'elle a occupé jusqu'à son départ en 2022 suite au rachat du club par Roman Abramovich.

Durant son mandat, Granovskaia s'est forgée une solide réputation grâce à ses talents de négociatrice, notamment dans le domaine des transferts de joueurs. Chelsea a su négocier en position de force, que ce soit pour conserver ou vendre des joueurs, comme en témoignent des transferts retentissants tels que celui d'Eden Hazard au Real Madrid, ou encore grâce à sa capacité à gérer l'arrivée de joueurs de premier plan comme N'Golo Kanté, parmi d'autres acquisitions importantes réalisées sous sa direction.

La valeur de Granovskaia ne se limitait pas aux performances sur le terrain, mais s'étendait également à l'aspect commercial du club. L'un des points les plus marquants de son mandat fut le contrat de sponsoring avec Nike, un accord à long terme (jusqu'en 2032) qui a considérablement renforcé les ressources financières du club. Par conséquent, affirmer que Chelsea est un club capable de maintenir une situation financière solide ne peut être dissocié de la phase de gestion qui a précédé le changement majeur de propriétaire en 2022.

Philosophie en cours

Le départ de Granovskaia n'a pas mis fin à cette philosophie, même si sa mise en œuvre a évolué. Après le rachat du club, Chelsea s'est orienté vers une structure de gestion sportive plus diversifiée et, progressivement, le club a commencé à fonctionner par l'intermédiaire d'une équipe dédiée aux dossiers et contrats sportifs, au lieu de s'appuyer sur une seule personne contrôlant tous les détails.

Dans ce contexte, Chelsea a annoncé le 1er novembre 2025 la nomination de Dave Fallow, ancien responsable du recrutement de Liverpool, au poste de directeur sportif du développement du football jusqu'en 2031, ce qui signifie que le club compte désormais cinq directeurs sportifs principaux, dirigés par Paul Winstanley et Lawrence Stewart, reflétant la volonté de la direction de mettre en place un système étendu de prise de décisions relatives aux joueurs et au développement de l'équipe.

Cette image peut sembler contredire les critiques adressées à Chelsea concernant l'ampleur de ses dépenses, mais elle révèle en réalité un autre aspect de la stratégie du club, qui dépense des sommes considérables pour les joueurs et a donc nécessairement besoin d'un système efficace de gestion d'effectif, car avoir un grand nombre de joueurs sous contrat à long terme ne peut être viable s'il n'existe pas de moyen clair de se débarrasser des éléments superflus et de les transformer en retour financier.

L'exemple le plus frappant est sans doute celui du dernier mercato : Chelsea a réussi à mener de front deux

actions, en investissant dans l'effectif et en se séparant de nombreux joueurs.

Le club a recruté de nouveaux éléments pour épauler l'équipe de Xabi Alonso, notamment des joueurs expérimentés comme Danny Welbeck et Jordan Henderson, ainsi que de jeunes talents, tout en poursuivant, dans l'autre sens, la vente et le prêt d'un grand nombre de joueurs.

Même le transfert d'Enzo Fernandez, évalué à 145 millions d'euros, témoigne de la capacité du club à générer un retour sur investissement considérable grâce à l'un de ses joueurs les plus en vue, même si son départ a laissé une vide technique évident qui a incité la direction à tenter de le combler sur le marché avant que le transfert de Lamine Camara n'échoue à la dernière minute.

C'est là le paradoxe fondamental du modèle Chelsea : il ne manque jamais de vendre et de promouvoir ses joueurs, mais son principal problème est d'ordre technique : l'incapacité à les remplacer. C'est ce qui rend l'évaluation de l'expérience Chelsea plus complexe qu'un simple calcul des flux financiers.

Par conséquent, qualifier Chelsea d'« équipe à un milliard de dollars » ne rend compte que d'une partie de la réalité. Les Blues ont développé au fil des ans une capacité exceptionnelle à vendre leurs joueurs et à en tirer d'énormes profits, mais le problème de l'absence de remplacement de leurs stars les plus emblématiques demeure un point noir qui ternit l'immense succès économique du club londonien.

Source : Al Jazeera

Dans le monde un 15 Septembre

- 2017 : Un attentat frappe Londres, plusieurs personnes sont blessées provoqué par l'explosion d'un sac de voyage à la station Parsons Green du métro londonien.
- 2008 : La faillite de la banque américaine Lehman Brothers donne le signal de la crise mondiale et d'une série de fortes baisses boursières.
- 2007 : Sport la française Gevrise Emrane médaille d'or en judo en -70kg à Rio de Janeiro.
- 2006 : Le président yéménite Ali Abdallah Saleh au pouvoir depuis 28 ans, a été réélu pour un mandat de sept ans par 77,17% des voix.
- 2000 : Cérémonie d'ouverture des 24e Jeux Olympique à Sidney.
- 1997 : A Grenoble dans l'affaire du drame du Drac qui avait fait sept morts dont six enfants, la justice condamne l'institutrice et les trois responsables de EDF à de la prison avec sursis.
- 1997 : Larry Page et Sergey Brin déposent le nom de domaine de (google.com).
- 1989 : Estelle Lefébure mannequin, épouse David Hallyday chanteur en l'Abbaye St Martin de Boscherville en Normandie.
- 1986 : Explosion d'une bombe à la préfecture de police de Paris (1 mort).
- 1978 : Boxe Mohamed Ali bat Leon Spinks est devient champion du monde des lourds.
- 1974 : Attentat du drugstore St Germain à Paris (2 morts, 34 blessés).
- 1974 : Un pirate de l'air détruit un avion d'Air-Vietnam 71 morts.
- 1971 : Au petit écran le lieutenant Columbo fait sa première apparition avec l'acteur Peter Falk premier épisode "Murder By The Book".
- 1963 : Ahmed Ben Bella est élu président de la République Algérienne.
- 1958 : Chanson sortie du célèbre tube de Dario Moreno "Si tu va à Rio".
- 1955 : Renault donne la 3e semaine de congés payés.
- 1949 : Konrad Adenauer devient le premier chancelier de la République Fédérale d'Allemagne.
- 1940 : Le gouvernement de Vichy fait arrêter Léon Blum.
- 1939 : décollage du premier hélicoptère.
- 1909 : Inauguration aux Etats Unis du circuit automobile d'Indianapolis.
- 1830 : Inauguration de la première ligne régulière de chemin de fer entre Liverpool et Manchester.
- 1821 : Proclamation d'indépendance de Guatemala - du Nicaragua - de l'Honduras - du Salvador - et du Costa Rica./isere-annuaire.com/

Prix Nobel de Médecine, Jean Dausset

L'immunologiste Jean Dausset, 92 ans, Prix Nobel de Médecine en 1980 pour une découverte déterminante dans la réussite des greffes d'organe, est décédé samedi 6 juin à Palma de Majorque, en Espagne, où il vivait depuis deux ans. L'immunologiste Jean Dausset, 92 ans, Prix Nobel de Médecine en 1980 pour une découverte déterminante dans la réussite des greffes d'organe, est décédé samedi 6 juin à Palma de Majorque, en Espagne, où il vivait depuis deux ans. Le Pr Dausset a découvert en 1958 ce qui deviendra le système des groupes tissulaires HLA (Human Leucocyte Antigen), beaucoup plus complexe que celui des groupes sanguins, qui permet de vérifier la compatibilité entre donneur et receveur lors d'une transplantation d'organe ou d'une greffe de moëlle osseuse. "J'ai compris et, peu à peu, pu prouver que les globules blancs, les plaquettes et d'une façon générale, les

cellules de tous les tissus d'un organisme ont une identité chimique qui les distingue de celles des autres organismes de la même espèce. Au point d'être incompatibles entre eux", expliquait-il dans une interview en 1980. La grande variabilité d'un individu à l'autre du système HLA et de la multitude de combinaisons qu'il permet, a démontré, selon le Pr Dausset, que chaque homme est unique. Après avoir découvert en 1958 un premier de ces "marqueurs" de l'identité biologique individuelle, il poursuivra ses travaux, constatant que le système HLA intervient aussi dans la réponse immunitaire, c'est-à-dire la capacité qu'a l'organisme de se défendre contre les virus ou le cancer.

La découverte du système HLA a aussi permis les débuts de médecine prédictive, a précisé à l'AFP le Pr Degos, ancien élève du Pr Dausset. La possibilité de calculer "le risque indivi-



duel" de développer certaines maladies associées au système HLA ouvrait la voie à ce que le Pr Dausset appelait "une prévention personnalisée". Ses travaux ont aussi eu des répercussions en anthropologie, avec le développement d'une science nouvelle, la génétique des populations, a ajouté le Pr Degos. Cette science s'efforce de comprendre, par l'étude attentive de marqueurs biologiques, comment ont évolué et évoluent encore les groupes humains, et permet de caractériser les grandes migrations de l'humanité./fr.wikipedia.org/

Le saviez-vous?

CES 2020 : Découvrez Jennie, l'adorable robot-chien de compagnie plus vrai que nature



Sa mission ? Apaiser les personnes qui souffrent de solitude ou d'anxiété. Cette semaine a eu lieu à Las Vegas le Consumer Electronics Show 2020 (CES), l'une des plus grandes foires technologiques au monde. Comme chaque année, y sont dévoilées les toutes dernières innovations technologiques. Parmi elles, on a pu découvrir Jennie, un chiot Labrador de compagnie dont la particularité est, d'être un robot. Son but : apaiser les personnes qui souffrent de solitude ou d'anxiété. C'est d'ailleurs en voyant sa mère atteinte de la maladie d'Alzheimer que Tom Stevens, fondateur et PDG de la startup de robotique Tombot a eu l'idée de créer Jennie. « L'histoire de ma mère n'est pas unique », explique-t-il lors de la conférence CES ajoutant que les personnes âgées ou/et atteintes de démence tirent beaucoup de réconfort de leurs animaux de compagnie. Problème, plus la maladie progresse, moins ils sont en mesure de prendre soin d'eux. C'est là où Jennie a tout bon puisqu'elle a beau aboyer, remuer la queue, le cou et les oreilles comme un vrai toutou, et même répondre aux commandes vocales et au toucher, ce chiot animatronique n'a, en revanche, nul besoin d'être sorti matin et soir et ne réclame jamais de croquettes./lesaviezvous.net/

Journée internationale du cancer de l'enfant



Le cancer chez l'enfant est la deuxième cause de mortalité dans les pays développés. Cette journée internationale vise à mieux faire connaître cette réalité et promouvoir les actions de prévention, mes aussi les soins et la recherche.

La stratégie de lutte contre les cancers 2021-203: Les cancers pédiatriques font de longue date partie intégrante des plans gouvernementaux, aussi bien au niveau de la recherche que pour la prise en charge des enfants malades et de leurs familles. Cet effort se poursuit avec la nouvelle stratégie mise en place. En France, 2500 nouveaux cas dénombrés chaque année: Le cancer chez l'enfant est une maladie rare qui représente 1 à 2 % de l'ensemble des cancers. On dénombre près de 2 500 nouveaux cas chaque année en France. Certaines formes de cancers sont spécifiques à l'enfant et, inversement, la plupart des cancers de l'adulte n'existent pas chez l'enfant.

Les facteurs favorisant le développement du cancer ont été clairement identifiés chez l'adulte (alcool, tabac, produits toxiques, virus, etc.), mais ces cause sont très rarement présentes chez l'enfant. Les traitements ont fait des progrès considérables au cours des dernières décennies et on atteint aujourd'hui un taux de guérison de 80%.

Les efforts se poursuivent.

Une loi pour le droit à l'oubli Bonne nouvelle, on guérit du cancer. De plus en plus. Mais la société n'a pas encore adapté son comportement à cette nouvelle donne et les anciens malades souffrent toujours de discriminations. Accès à l'assurance, à l'emprunt, discriminations à l'embauche... les anciens enfants malades doivent pouvoir bénéficier du droit à l'oubli et concrètement ne plus devoir mentionner cette maladie dans les déclarations d'assurance./journee-mondiale.com/

PLAISIR DE LA TABLE HOMME DE TERRAIN	COLORE DE FRAICHEUR	PLAINTÉ PIERRE POLIE	TRAVAILLE AU POIL ATTIRÉ PAR LE VIDE	LÉGENDE HIMALAYENNE	ELEMENT DE PARTAGE INDICATION MUSICALE	RECLAMATION LEGITIME COUGUAR	A PEINE CUITE
MOIS DU POISSON	COMPOSÉ AU CLAVIER PAS RÊVÉES		COUVERTURE À CARREAUX LE SON ET L'IMAGE	DIFFICILE À DÉCOURAGER LANGAGE FAMILIER	COIN DE PARADIS	JOLI MOIS Avoir les choses en main	PARFUM ALCOOLISE
INITIALES LATINES FAIRE SAVOIR		BAC DE PLONGEUR PLAINE DE CAILLOUX		MANQUE D'AISSANCE PIÈCE DE BATTERIE	CUVETTE D'EAU NIVEAU D'HABITATION	DU MOMENT CHANGER D'ATMOSPHERE	
TERRE DU LARGE EN DÉPIT DE...		LIE DU FOND EXCELLENTE QUALITÉ D'IMAGE		BÊTE DE CIRQUE PEU PROFOND	AGENCE SPATIALE AMATEUR DE REGGAE		OS DE L'OREILLE
VOIE OU HALER UN POIL COÛTEUX		SOUFFLE DIMIN TÊTE RAVAGEUSE		LIEN DU SANG MAL QUI RONGE		PERIODE CHAUDE DE LA REVOLUTION RECOIN	
VICTIME D'UN CARNAGE	COUP DE SIFFLET PLANTÉ AROMATIQUE		SUJET POUR DAMES OPPOSITION		PRIVÉ DE COURANT SORTIR UN PIED		PRESSE
			PROJET QUI SE DESSINE MANQUE DE JUSTESSE			EST DIT POUR TON BIEN CERVIDÉ	
PÂTE DE CAMPAGNE FONT HALER PRÉSENTATION DE TEXTE		AMITIÉS PROCHE ZONE DE FEU		HELLÉNIQUE AFFICHER À L'ÉCRAN			RESTE DE BOIS
MESURE DE CHINE MANGER TARD		TITRE RUSSÉ GROS TEMPS	MET DANS LA CONFIDENCE TEINTE UNIE	EVITE LE CROQUANT CHEVILLES EN TERRE			
			TRES PRESSE PIÈCE DE MUSEE		LONG COURS PAROLE EN DOUTE		
DÉFUNTE	REVENUE À LA CHARGE PLUS TRANSMIS			IDÉE DÉFENDUE IL NE S'EST RIEN PASSÉ			BRILLANT ÉLÉMENT
		PROFILÉE POUR LA VITESSE					
CHARGE DE FORTE PUISSANCE			EXCÈDE DE TRAVAIL				

MEDIA EXPERT

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

Direction - Administration - Rédaction:

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

Diffusion: EURL MPS

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

« Pour votre Publicité s'adresser à : l'Entreprise Nationale
de communication, d'Édition et de Publicité »

Agence ANEP 01, Avenue Pasteur - Alger.
Téléphone : 020.05.20.91 / 020.05.10.42
Fax : 020.05.11.48 / 020.05.13.45
020.05.13.77

E-mail : agence.regie@anep.com.dz
programmation.regie@anep.com.dz
agence.oran@anep.com.dz
agence.annaba@anep.com.dz
agence.ouargla@anep.com.dz
agence.constantine@anep.com.dz

