

DÉVELOPPEMENT

Le FMI salue la robustesse de l'économie algérienne et les efforts de diversification P.2



ALGÉRIE-NIGER

Arkab réaffirme la disponibilité de l'Algérie à accompagner
le développement du secteur des hydrocarbures nigérien P.2

HYDROGÈNE VERT

Des entreprises allemandes expriment
leur intérêt pour le projet South2 Corridor P.3

برعاية

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

4^{ème} édition

13/14/15
OCTOBRE 2026
SHERATON ANNABA

تشاد ضيفة الشرف

Le FMI salue la robustesse de l'économie algérienne et les efforts de diversification

Le Fonds monétaire international (FMI) a salué la robustesse de l'économie algérienne, portée notamment par une croissance soutenue en 2025, ainsi que les efforts des autorités en matière de diversification, tout en soulignant des perspectives favorables à court terme.

Dans son évaluation à l'issue des consultations de 2026 au titre de l'article IV avec l'Algérie, conclues le 11 septembre dernier, le FMI a relevé une croissance économique robuste enregistrée en 2025, estimée à 3,9% en 2025, contre 3,7% en 2024, soutenue par une stratégie axée sur l'investissement public. L'économie hors hydrocarbures a, pour sa part, enregistré une croissance de 4,3% en 2025 et devrait se situer à 4% en 2026, confirmant "la poursuite de la diversification de l'activité économique", note le FMI.

"Les perspectives à court terme demeurent globalement favorables", a souligné le FMI tablant sur une croissance de 3,8% en 2026, qui "devrait rester robuste". L'institution a ajouté également que la hausse des cours des hydrocarbures devrait stimuler les exportations et les recettes budgétaires,

"permettant au pays de reconstituer les marges de manœuvre budgétaires". Les exportations devraient également progresser, passant de 15,8% du PIB en 2025 à 19,3% en 2026, selon les projections du FMI établies pour la période 2023-2031. Les importations vont, par ailleurs, reculer de 21,9% en 2025 du PIB à 18,5% en 2026. Le déficit budgétaire a diminué en 2025, "grâce aux versements de dividendes élevés ponctuels des entreprises publiques et de la Banque d'Algérie", a fait savoir l'institution de Bretton Woods dans son rapport. Les efforts déployés par l'Algérie pour renforcer la stabilité et l'inclusion financière ont été aussi salués par le FMI, en notant que les banques demeurent liquides, rentables et bien capitalisées. Il a aussi noté que les mesures visant à renforcer la supervision financière, les dispositifs de gestion des crises et de la liquidité et à améliorer la gouvernance des banques publiques sont importantes. Dans ce sillage, le FMI a félicité les autorités publiques pour le retrait rapide de l'Algérie de la liste du GAFI des juridictions faisant l'objet d'une surveillance renforcée. APS

Conférence des Etats parties à la Convention arabe de lutte contre la corruption à Doha

Le président par intérim de la Haute autorité de transparence, de la prévention et de lutte contre la corruption (HATPLC), M'Hamed Djellaoui, a rencontré, à Doha (Qatar), le président de l'Autorité d'audit financier et administratif de l'Etat du Sultanat d'Oman, Sheikh Ghuson Bin Hilal Bin Khalifa Al Alawi, indique un communiqué de la HATPLC. Cette rencontre, tenue en marge des travaux de la 6e Conférence des Etats parties à la Convention arabe de lutte contre la corruption, a permis de présenter "les missions et les prérogatives des deux instances dans le domaine de la promotion de l'intégrité et de la transparence, ainsi que de la prévention et de la lutte contre la corruption, tout en mettant en lumière la Stratégie nationale de transparence, de prévention et de lutte contre la corruption, et en échangeant les points de vue sur les expériences et les meilleures pratiques en la matière", précise la même source. Les deux parties sont également convenues de "l'importance de conclure un memorandum de coopération visant à renforcer le partenariat bilatéral et à développer les mécanismes de coordination conjointe, notamment dans les domaines de la prévention et de la lutte contre la corruption, de la formation, ainsi que de l'échange d'expertises et d'expériences".

A noter que la rencontre s'est déroulée en présence du cadre de la HATPLC, M. Hazil Haroun, tandis que la partie omanaise était représentée par le chef du bureau du président de l'Autorité, et le directeur de la coopération internationale, selon le communiqué.

Commerce extérieur

Reziz réunit les producteurs de ciment pour examiner les perspectives de renforcement des exportations

Le ministre du Commerce extérieur et de la Promotion des exportations, Kamel Reziz, a présidé, lundi, une réunion avec les producteurs de ciment, consacrée à l'évaluation du bilan des opérations d'exportation durant le premier semestre 2026 et à l'examen des perspectives de renforcement de la présence du ciment algérien sur les marchés internationaux, indique un communiqué du ministère.

Cette rencontre, tenue au siège du ministère, s'inscrit dans le cadre du suivi périodique des performances des différentes filières disposant de capacités d'exportation et de l'accompagnement des opérateurs économiques dans le renforcement de la présence des produits algériens sur les marchés extérieurs. A cette occasion, M. Reziz a souligné la nécessité de renforcer la présence du produit national sur les marchés des pays africains, qu'il a qualifiés de "prometteurs", compte tenu des avantages compétitifs dont bénéficie la filière du ciment, notamment en termes de qualité des produits et de capacités de production, ajoute le communiqué. Le ministre a également appelé à élargir la présence du ciment algérien sur les marchés extérieurs et à ouvrir de nouvelles destinations à l'exportation, notamment en Asie.

Algérie-Niger

Arkab réaffirme la disponibilité de l'Algérie à accompagner le développement du secteur des hydrocarbures nigérien

Le ministre d'Etat, ministre des Hydrocarbures, Mohamed Arkab, a réaffirmé à Niamey la disponibilité de l'Algérie à accompagner le Niger dans le développement de son secteur des hydrocarbures et dans la valorisation de ses ressources énergétiques, a indiqué un communiqué du ministère. Cette déclaration est intervenue lors d'une rencontre avec le ministre nigérien du Pétrole, Hamadou Tini, consacrée à l'examen de l'état d'avancement de la coopération énergétique entre les deux pays et aux perspectives de son élargissement.

La rencontre s'est déroulée en présence notamment du PDG de Sonatrach, Nour Eddine Daoudi, du vice-président de l'Activité raffinage et pétrochimie (RPC), Slimane Slimani, du directeur de Sonatrach International Production and Exploration Corporation (Sipex), Cherif Bouaraara, ainsi que de plusieurs cadres du secteur et de l'ambassadeur d'Algérie au Niger.

Sonatrach au cœur de la coopération énergétique

La visite de Mohamed Arkab au Niger intervient dans le cadre d'une mission de travail qui lui a été confiée par le président de la République, Abdelmadjid Tebboune, afin de suivre l'état d'avancement des projets et accords de coopération bilatérale dans le domaine des hydrocarbures et d'examiner les possibilités de leur élargissement.

Les discussions, auxquelles ont pris part des experts et cadres des deux pays, ont porté sur plusieurs dossiers prioritaires, notamment le projet de recherche et d'exploration conduit par Sonatrach au niveau du bloc pétrolier de Kafra, dans le nord du Niger.

Les deux parties ont également examiné les perspectives de développement et d'exploitation de nouveaux blocs pétroliers proposés par la partie nigérienne, notamment le bloc de Bilma.

Une attention particulière a été accordée au renforcement de la coordination entre Sonatrach et la Société nigérienne du pétrole (Sonidep), ainsi qu'au suivi des différentes étapes du



projet Kafra. L'objectif est de consolider la coopération dans les domaines de la recherche, de l'exploration, du développement et de la production, en s'appuyant sur les expériences et expertises des deux pays.

Raffinage, pétrochimie et transfert d'expertise

La coopération dans le raffinage et la pétrochimie a également figuré au centre des échanges. Les discussions ont notamment porté sur le suivi des travaux de maintenance de la raffinerie de Zinder et sur les possibilités de mobiliser l'expertise de Sonatrach et de ses filiales au profit du secteur nigérien.

Dans ce cadre, les deux parties ont insisté sur l'importance de la formation, du transfert de savoir-faire et du renforcement des capacités locales, considérés comme des leviers essentiels pour permettre au Niger de développer durablement ses compétences dans l'industrie pétrolière et gazière.

Les échanges ont également porté sur la commercialisation du pétrole brut nigérien. Sonatrach pourrait ainsi accompagner Sonidep dans la valorisation des ressources pétrolières du pays et dans le développement de ses capacités en matière de commercialisation et de négociation, dans une logique de coopération au service des intérêts communs.

Le TSGP, un projet à dimension régionale

Le projet de gazoduc transsaharien (TSGP), reliant l'Algérie, le Niger et le Nigeria, a constitué un autre axe majeur des discussions.

Les deux parties ont souligné l'importance stratégique de ce projet pour le

renforcement de l'intégration énergétique régionale, le développement des infrastructures gazières en Afrique et l'accompagnement du développement économique et social des pays traversés.

A cette occasion, Mohamed Arkab a réaffirmé la disponibilité de l'Algérie, conformément aux orientations du président de la République, à poursuivre son accompagnement du Niger dans le développement de son secteur des hydrocarbures.

Cet accompagnement, a-t-il précisé, s'appuiera notamment sur Sonatrach et ses filiales à travers le transfert d'expertise, la formation, l'échange de connaissances et le renforcement des capacités. L'objectif est de contribuer à une meilleure valorisation des ressources énergétiques nigériennes et au développement de l'industrie pétrolière et gazière du pays.

Niamey veut élargir le partenariat avec l'Algérie

De son côté, le ministre nigérien du Pétrole a mis en avant l'importance de la coopération avec l'Algérie, notamment à travers Sonatrach, tout en saluant le niveau de coordination établi entre les deux parties.

Il a également souligné l'expertise algérienne dans plusieurs domaines, notamment la formation, le développement des compétences et le renforcement des capacités. Le responsable nigérien a enfin exprimé la volonté de son pays de poursuivre le développement de ce partenariat et d'en élargir les domaines, confirmant ainsi la volonté des deux parties de donner une nouvelle dimension à leur coopération énergétique. M. Gaouar

Chargé par le président de la République, Arkab en visite de travail au Niger pour suivre les projets de partenariat

Chargé par le président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, le ministre d'Etat, ministre des Hydrocarbures, M. Mohamed Arkab, entame, une visite de travail de deux jours en République du Niger, afin d'examiner les projets de partenariat dans le secteur, notamment le projet de gazoduc transsaharien (TSGP), a indiqué un communiqué du ministère. M. Arkab est accompagné, lors de cette visite, du PDG du groupe Sonatrach, M. Nour Eddine Daoudi, du vice-président de l'Activité Raffinage et Pétrochimie (RPC), du Directeur général de Sonatrach International Production and Exploration Corporation (Sipex) et de nombre de cadres du secteur.

Cette visite, qui s'inscrit dans le cadre de la dynamique des relations algéro-nigériennes, notamment dans le domaine des hydrocarbures, vise à assurer le suivi de l'avancement des projets de partenariat entre les deux pays, en particulier le TSGP.

Elle intervient également dans le cadre

des développements du projet de recherche et d'exploration réalisé par le groupe Sonatrach, en partenariat avec la Société nationale nigérienne du pétrole (Sonidep), au niveau du bloc pétrolier de Kafra, et de la poursuite de l'évaluation de nouveaux blocs pétroliers au Niger, notamment le bloc de Bilma, ajoute le communiqué.

Cette visite constitue une occasion pour renforcer la coopération et intensifier la coordination dans les domaines du raffinage et de la pétrochimie, notamment à travers le suivi des grands travaux de maintenance de la raffinerie de Zinder au Niger et de l'état d'avancement du projet du TSGP reliant l'Algérie, le Niger et le Nigeria, en tant que projet stratégique s'inscrivant dans le cadre du renforcement de l'intégration énergétique régionale et du développement des infrastructures gazières sur le continent africain.

Dans ce cadre, le ministère a rappelé que l'Algérie avait entamé, en juin dernier, les travaux de réalisation du tronçon algérien du projet, tandis que les

préparatifs et les études concernant la partie située sur le territoire nigérien se poursuivent. Celle-ci constituera l'un des principaux axes de cette visite.

M. Arkab devrait s'entretenir avec nombre de responsables nigériens sur les voies et moyens de renforcer la coopération bilatérale dans le domaine des hydrocarbures et de développer les partenariats entre les entreprises et organismes spécialisés des deux pays, ainsi que sur le suivi des projets conjoints et les perspectives de leur élargissement, au service des intérêts communs et du développement économique et énergétique dans les deux pays et dans la région.

Cette visite "traduit la volonté de l'Algérie de poursuivre le renforcement de sa coopération avec la République du Niger et de consolider les partenariats axés sur l'échange d'expertises et la valorisation des ressources énergétiques, au service de l'intégration économique et énergétique africaine", conclut le communiqué. APS

Hydrogène vert

Des entreprises allemandes expriment leur intérêt pour le projet SouthH2 Corridor



Une dizaine d'entreprises allemandes activant dans le secteur de l'énergie ont exprimé leur intérêt pour le projet SouthH2 Corridor, visant à produire de l'hydrogène en Algérie et à l'exporter vers l'Europe.

Lors d'une rencontre organisée à Alger par la Chambre algéro-allemande de commerce et d'industrie (AHK Algérie) sur le partenariat et la coopération dans le domaine de l'hydrogène vert et des solutions de stockage d'énergie, les entreprises allemandes participantes ont présenté leurs solutions susceptibles de contribuer à la concrétisation du projet SouthH2 Corridor et tenu des rencontres B2B avec leurs homologues algériens.

Dans ce cadre, la représentante de Ducting Pumpen, fabricant de pompes de dessalement d'eau, Drifa Merabet, a exprimé le vif intérêt de l'entreprise pour participer à ce projet, tout en présentant un nouveau matériau développé par cette entreprise, permettant de produire localement les pièces de rechange liées au dessalement.

Rappelant l'historique du partenariat énergétique entre l'Algérie et l'Allemagne, Mme Merabet a souligné qu'"une nouvelle énergie s'offre désormais à eux" et que "c'est l'occasion de lancer un nouveau partenariat fructueux".

De son côté, le directeur de Fichtner GmbH & Co. KG, Francisco Retamar Terrero, a indiqué que son entreprise, activant dans plusieurs sous-secteurs liés à l'hydrogène vert dont le dessalement et l'environnement, était prête à collaborer dans le cadre de ce projet d'avenir.

Le directeur général de l'AHK Algérie, Oliver Blank, a affirmé, pour sa part, que l'Algérie disposait d'un potentiel important en énergies renouvelables et nouvelles et que la coopération avec l'Allemagne pouvait jouer un rôle majeur dans le développement d'une filière hydrogène forte.

Pour la représentante du service économique de l'ambassade d'Allemagne en Algérie, Anne-Sophie Legge, il existe une volonté de renforcer les liens économiques entre les deux pays, précisant que le secteur de l'énergie sera un axe clé de cette coopération. Elle a qualifié de "très positive" la dynamique des relations bilatérales, ajoutant dans ce sens que les entreprises allemandes, en particulier les PME, disposent d'une importante expertise à partager avec l'Algérie.

De son côté, le représentant du ministère de l'Énergie et des Énergies renouvelables, Nabil Selami, a vu dans cette rencontre l'occasion de mieux comprendre les opportunités du marché algérien et d'échanger sur les attentes,

les besoins et les conditions de réussite. Il a évoqué une volonté partagée de construire un avenir durable et de faire des deux pays des partenaires stratégiques pionniers dans les domaines industriel et technologique, dans le cadre d'une coopération bénéfique et tournée vers l'avenir. L'Algérie dispose d'atouts considérables dans la transition énergétique, avec une volonté politique de développer progressivement les filières renouvelables et celle de l'hydrogène, à laquelle le gouvernement accorde une grande importance, a souligné M. Selami.

"L'objectif est que l'Algérie devienne un acteur régional majeur, grâce à son vaste réseau de transport", a-t-il dit, ajoutant que "le développement de cette filière suppose aussi celui du capital humain, le transfert de technologie et une législation adaptée".

Le projet SouthH2 Corridor, destiné à acheminer de l'hydrogène renouvelable de l'Algérie vers l'Europe, en passant par la Tunisie et l'Italie, l'Autriche et l'Allemagne, s'étend sur quelque 3.300 km et vise une capacité d'importation de plus de 4 millions de tonnes d'hydrogène par an.

Il prévoit de s'appuyer à plus de 65% sur des gazoducs existants adaptés au transport de l'hydrogène, avec une mise en service complète prévue au début des années 2030. APS

Agriculture

L'élaboration d'une loi d'orientation plus efficace permettra de s'adapter aux mutations et de mieux valoriser les terres agricoles

Des experts dans le domaine agricole ont mis en avant l'importance de la décision du président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, portant préparation d'une loi d'orientation agricole plus efficace, estimant qu'elle contribuera à moderniser le cadre régissant l'activité agricole et à l'adapter aux mutations que connaît le secteur.

Dans des déclarations à l'APS, des experts ont expliqué que cette démarche est de nature à refonder la politique agricole sur la base de données précises, tout en permettant de déterminer les besoins de production et les superficies appropriées pour chaque culture et chaque filière, de renforcer la numérisation et la recherche scientifique, d'adapter l'activité agricole au changement climatique et de développer l'investissement et les industries agroalimentaires.

Dans ce contexte, l'expert Laala Boukhalfa a estimé que la révision de la loi d'orientation agricole permettra de renforcer la planification sur la base d'un diagnostic précis des potentialités et de déterminer les spécificités de chaque région, ce qui aidera à l'élaboration d'une cartographie agricole nationale orientant les superficies cultivées vers les cultures adaptées à la nature des sols et aux besoins nationaux, "améliorant ainsi l'exploitation des terres agricoles, tout en augmentant la productivité, notamment pour les récoltes stratégiques".

M. Boukhalfa a estimé que la réalisation de cet objectif est tributaire de la disponibilité de données précises et actualisées sur l'état de la production, ce qui met en évidence l'importance d'un suivi régulier de la campagne moisson-battage et de l'élaboration d'un bulletin mensuel indiquant les quantités produites et récupérées et les rendements par région et par wilaya.

Pour cet expert, l'intégration de l'Office national des statistiques (ONS) dans ce processus, parallèlement à la numérisation et au suivi sur le terrain, "permettra de constituer une base de données plus précise reflétant la réalité du secteur et contribuant à déterminer les besoins et à suivre l'évolution de la production".

Dans ce cadre, l'intervenant a relevé que l'amélioration de la production céréalière est liée à la poursuite de l'accompagnement de l'agriculteur durant les différentes étapes de la saison, depuis le choix des semences adaptées à la nature du sol et aux conditions climatiques et la fourniture des engrais et des équipements jusqu'à la récolte, soulignant l'importance du renforcement du rôle de l'Office algérien interprofessionnel des céréales (OAI) et des instituts agricoles spécialisés dans l'accompagnement et l'orientation, afin de soutenir le développement de la production locale et d'accroître le rendement de la filière céréalière.

De son côté, l'expert Ahmed Malha a indiqué que la révision de

la loi d'orientation agricole revêt une grande importance, au vu des mutations que connaît le secteur ces dernières années, notamment à la lumière du changement climatique et des évolutions technologiques et économiques, estimant que l'actualisation du texte permettra de s'adapter aux exigences de la nouvelle étape et de renforcer la durabilité de l'activité agricole.

"Ce cadre juridique peut contribuer à renforcer la sécurité alimentaire en réduisant la dépendance de l'extérieur pour les produits stratégiques, tout en accordant davantage d'attention au foncier agricole, à sa valorisation et à l'amélioration des mécanismes d'investissement dans ce domaine, de manière à orienter les ressources et les capacités vers l'augmentation de la production nationale", a-t-il ajouté.

A ce propos, il a salué l'orientation des autorités vers une meilleure planification de la production agricole, estimant que la disponibilité de données précises et régulières sur la production, la consommation et l'importation aidera à déterminer les besoins nationaux et à orienter les superficies cultivées en conséquence. Et d'ajouter que le bulletin périodique qui sera élaboré sur la production, lié à la numérisation du secteur, offrira une vision plus claire sur l'évolution des différentes filières.

Concernant le développement de la filière céréalière, l'expert a estimé que le renforcement du rôle de l'Office algérien interprofessionnel des céréales pourrait contribuer plus largement à soutenir la production locale et à accompagner les différentes étapes de l'activité, en particulier au vu de l'importance que revêt cette filière pour la sécurité alimentaire.

Pour rappel, le président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, avait ordonné, lors de la réunion du Conseil des ministres qu'il a présidée dimanche, de préparer une loi d'orientation agricole plus efficace, prévoyant des mécanismes permettant d'affecter les superficies cultivées aux cultures annuelles en fonction des besoins, dans le but de réduire les importations et de s'orienter davantage vers l'autosuffisance dans le secteur.

Il a en outre enjoint d'élaborer un bulletin mensuel et de charger les wilais d'assurer un suivi rigoureux, afin de déterminer les niveaux et volumes de production des différentes variétés de céréales, notamment le blé tendre et le blé dur.

Le président de la République a souligné, dans ce sens, l'importance de procéder à la numérisation immédiate du système de paiement des récoltes agricoles au niveau des agences régionales de l'OAI et de travailler en étroite collaboration avec l'Office national des statistiques, tout en lançant un programme national de cartographie et d'étude des sols pour déterminer et classer la nature des terres agricoles. APS

Chlef

Plus de 15.000 tonnes de ciment et de clinker exportées via le port de Ténès

Le port de Ténès, dans la wilaya de Chlef, a enregistré une importante opération d'exportation de ciment et de clinker à destination de l'Europe, portant sur un volume global de plus de 15.000 tonnes, a-t-on appris lundi auprès de cette infrastructure portuaire.

Cette opération intervient dans le cadre des efforts visant à renforcer les exportations hors hydrocarbures et à accroître la contribution des infrastructures portuaires à la dynamique du commerce extérieur. Selon le directeur général par intérim du port de Ténès, Lakhdar Brahimi, trois navires ont été chargés simultanément dimanche soir, pour un volume total de 15.000 tonnes de produits cimentiers destinés aux marchés européens.

Dans le détail, le premier navire a embarqué 7.000 tonnes de clinker, tandis que le deuxième a chargé 4.500 tonnes de ciment conditionné en grands sacs.

Le troisième navire a, pour sa part, embarqué 3.550 tonnes d'un autre type de ciment.

Cette opération illustre la montée en puissance des exportations de produits cimentiers algériens et le rôle croissant des ports nationaux dans l'acheminement de la production vers les marchés extérieurs.

À cette occasion, Lakhdar Brahimi a réaffirmé l'engagement du port de Ténès à accompagner la dynamique nationale des exportations et à mobiliser ses capacités logistiques au service de l'économie nationale.

Dans cette perspective, l'infrastructure portuaire fait l'objet d'un programme de développement et de modernisation destiné notamment à renforcer ses capacités d'accueil et d'exploitation. L'une des principales opérations porte sur le renforcement du quai commercial sur une longueur de 480 mètres, a précisé le même respon-

sable.

Ce projet devrait permettre d'améliorer les conditions d'exploitation du port, de renforcer la sécurité et la protection des installations et, plus largement, de consolider son rôle dans la chaîne logistique nationale.

La modernisation du quai commercial devrait également contribuer à accroître la capacité du port à accompagner les opérateurs économiques, notamment dans le développement des exportations hors hydrocarbures.

Pour une infrastructure située sur le littoral de Chlef et bénéficiant d'une position stratégique pour les échanges maritimes, le renforcement des capacités portuaires constitue ainsi un levier supplémentaire pour faciliter l'accès des produits algériens aux marchés internationaux.

Le projet fait suite à une étude lancée en 2023 par la Direction des travaux publics. A.B.

Près de deux millions d'étudiants rejoignent les bancs de l'université

Près de deux millions d'étudiants rejoignent, mardi, les bancs de l'université à travers le pays, à l'occasion de la rentrée universitaire 2026-2027.

A cet effet, le ministère de l'Enseignement supérieur et de la Recherche scientifique a mobilisé tous les moyens humains et matériels au profit de 1.884.839 étudiants, répartis entre les établissements universitaires et les centres de recherche, afin de leur permettre de réaliser leurs ambitions en matière d'innovation et d'excellence, à la faveur de la mise en place d'un environnement éducatif stimulant. Ce nombre global d'étudiants comprend 2600 étudiants étrangers, représentant 36 nationalités, qui bénéficient du programme "Etudier en Algérie".

La nouvelle rentrée universitaire consacre ainsi l'orientation de l'Etat visant à faire de l'université algérienne un moteur efficace du développement national et un acteur de la contribution à l'économie nationale, en concrétisation de la vision du président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, qui a toujours souligné le rôle important de l'université dans la consolidation de la place de l'Algérie parmi les pays producteurs de connaissances, capables de maîtriser et de développer les technologies, plutôt que de se limiter à leur importation.

A ce titre, treize (13) nouvelles spécialités liées aux métiers de demain ont été créées, notamment le cursus d'ingénieur d'Etat en intelligence artificielle, un master intégré en technologies quantiques, ainsi qu'un master en interopéra-

bilité des systèmes d'information et un master en mécanique des systèmes spatiaux.

De plus, en coordination avec le ministère de la Santé, il a été décidé d'ouvrir de nouvelles spécialités dans les domaines de la médecine et des sciences de la santé, notamment une licence en Santé et hygiène bucco-dentaire, ainsi que des masters en Conseil génétique, en intelligence artificielle médicale, en bio-informatique médicale et en addictologie, en plus de la création d'un diplôme d'études supérieures spécialisées en médecine de précision. La nouvelle rentrée universitaire se distingue en outre par l'ouverture de formations visant à renforcer et à consacrer l'identité nationale, à travers une formation en sciences de l'information et de la communication en langue amazighe, avec une spécialité audiovisuelle.

Les formations à dimension internationale seront également renforcées, avec l'adoption de six nouvelles offres dans le cadre d'accords de jumelage et de partenariats internationaux, ainsi que la généralisation de l'enseignement des matières Histoire de l'Algérie" ainsi que "Citoyenneté et patriotisme" dans les différents domaines de formation.

Parmi les nouveautés, figure également le lancement d'un nouveau master académique, dédié à l'enseignement supérieur et à la recherche scientifique dans le domaine du "journalisme d'agence", en collaboration entre l'Université d'Alger 3 "Ibrahim Sultan Cheibout" et l'agence d'information Algérie Presse Service.

Baddari reçoit des lauréats du Baccalauréat 2026 avant le départ de certains d'entre eux pour l'Angleterre



Le ministre de l'Enseignement supérieur et de la Recherche scientifique, Kamel Baddari, a reçu, dimanche soir au siège de son département ministériel, douze lauréats du Baccalauréat (session 2026) avant le départ de certains d'entre eux pour l'Angleterre afin d'y poursuivre leur parcours universitaire et scientifique, indique lundi un communiqué du ministère.

"Cette réception intervient en reconnaissance de l'excellence de ces étudiants et des résultats remarquables qu'ils ont obtenus", précise le communiqué, ajoutant que "six d'entre eux se rendront en Angleterre, dans le cadre d'une bourse de l'Etat algérien, pour y poursuivre leur parcours universitaire, tandis que les six autres ont choisi de poursuivre leurs études dans les universités et les écoles supérieures algériennes". A cette occasion, le ministre a adressé ses "chaleureuses félicitations" aux lauréates et lauréats, leur souhaitant "plein succès dans leur parcours universitaire et scientifique".

Près de deux millions d'étudiants rejoindront les bancs de l'université



Près de deux millions d'étudiants rejoindront, mardi, les bancs de l'université à travers le pays, à l'occasion de la rentrée universitaire 2026-2027.

A cet effet, le ministère de l'Enseignement supérieur et de la Recherche scientifique a mobilisé tous les moyens humains et matériels au profit de 1.884.839 étudiants, répartis entre les établissements universitaires et les centres de recherche, afin de leur permettre de réaliser leurs ambitions en matière d'innovation et d'excellence, à la faveur de la mise en place d'un environnement éducatif stimulant.

Ce nombre global d'étudiants comprend 2600 étudiants étrangers, représentant 36 nationalités, qui bénéficient du programme "Etudier en Algérie".

La nouvelle rentrée universitaire consacre ainsi l'orientation de l'Etat visant à faire de l'université algérienne un moteur efficace du développement national et un acteur de la contribution à l'économie nationale, en concrétisation de la vision du président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, qui a toujours souligné le rôle important de l'université dans la consolidation de la place de l'Algérie parmi les pays producteurs de connaissances, capables de maîtriser et de développer les technologies, plutôt que de se limiter à leur importation.

Dans cette perspective, l'université algérienne œuvre à développer les programmes de jumelage et les partenariats avec les institutions nationales et internationales, à renforcer la formation en langue anglaise et à investir dans les filières d'excellence, à l'instar de l'Intelligence artificielle (AI), la cyber-sé-

curité, les énergies renouvelables et les biotechnologies, ainsi que dans l'entrepreneuriat et l'innovation.

A ce titre, le calendrier de la nouvelle année universitaire comprend plusieurs projets importants, dont le lancement du parcours pédagogique personnalisé de l'étudiant, soutenu par les technologies de l'Intelligence artificielle, un dispositif qui permet de construire un parcours de formation adapté aux aspirations de l'étudiant.

Il prévoit aussi le développement d'un modèle linguistique intelligent au profit de l'enseignant universitaire, afin de faciliter la préparation des exercices et des activités pédagogiques, tout en recourant à l'intelligence artificielle pour l'évaluation des réponses des étudiants.

Par ailleurs, treize (13) nouvelles spécialités liées aux métiers de demain ont également été créées, notamment le cursus d'ingénieur d'Etat en intelligence artificielle, un master intégré en technologies quantiques, ainsi qu'un master en interopérabilité des systèmes d'information et un master en mécanique des systèmes spatiaux.

Dans le même contexte, le ministère a entrepris de revoir les programmes des sciences de gestion, des sciences économiques et des sciences humaines afin de les rendre plus flexibles.

De plus, en coordination avec le ministère de la Santé, il a été décidé d'ouvrir de nouvelles spécialités dans les domaines de la médecine et des sciences de la santé, notamment une licence en Santé et hygiène bucco-dentaire, ainsi que des masters en Conseil génétique, en intelligence artificielle médicale, en bioinformatique médica-

le et en addictologie, en plus de la création d'un diplôme d'études supérieures spécialisées en médecine de précision. La nouvelle rentrée universitaire se distingue en outre par l'ouverture de formations visant à renforcer et à consacrer l'identité nationale, à travers une formation en sciences de l'information et de la communication en langue amazighe, avec une spécialité audiovisuelle.

Les formations à dimension internationale seront également renforcées, avec l'adoption de six nouvelles offres dans le cadre d'accords de jumelage et de partenariats internationaux, ainsi que la généralisation de l'enseignement des matières Histoire de l'Algérie" ainsi que "Citoyenneté et patriotisme" dans les différents domaines de formation.

Parmi les nouveautés, figure également le lancement d'un nouveau master académique, dédié à l'enseignement supérieur et à la recherche scientifique dans le domaine du "journalisme d'agence", en collaboration entre l'Université d'Alger 3 "Ibrahim Sultan Cheibout" et l'agence d'information Algérie Presse Service (APS).

Dans la même perspective, l'accent est mis sur le soutien au processus de numérisation et à la généralisation des solutions numériques dans la gestion et les services universitaires, d'autant plus que le secteur de l'Enseignement et de la Recherche scientifique s'est doté de 74 plateformes numériques, dans le cadre du processus de transformation numérique, qui constitue la pierre angulaire de la transition vers une université de quatrième génération, ouverte sur son environnement économique et social. APS

Baddari donne depuis Jijel le coup d'envoi de l'année universitaire 2026-2027

Le ministre de l'Enseignement supérieur et de la Recherche scientifique, Kamel Baddari, a donné, mardi, à l'université "Mohamed Seddik Ben Yahia" de Jijel, le coup d'envoi de la nouvelle année universitaire 2026-2027. La cérémonie de la rentrée universitaire, qui s'est déroulée à la salle "Djerfi Mbarek" au pôle universitaire "Tassoult", a eu lieu en présence du wali de Jijel, Ahmed Meguelati, des directeurs de certaines universités et de la famille universitaire.

Il est à noter que le ministère de l'Enseignement supérieur et de la Recherche scientifique a mobilisé tous les

moyens humains et matériels pour accueillir, au titre de cette saison universitaire, 1.884.839 étudiants, répartis à travers les établissements universitaires et les centres de recherche du pays, afin de leur permettre de réaliser l'innovation et l'excellence en offrant un environnement éducatif stimulant, des efforts qui s'inscrivent dans le cadre de l'achèvement du processus de transformation de l'université en un partenaire actif du développement économique et de la création de richesse.

M. Baddari présidera également à cette occasion la cérémonie de signature

de trois conventions entre l'université de Jijel et les entreprises économiques publiques, à savoir le port de Djen Djen, Kotama Agrifood pour la trituration des graines de soja, l'extraction des huiles végétales et la production d'aliments de bétail, ainsi que l'entreprise "Cosider".

D'autre part, le ministre inaugurera un centre d'entrepreneuriat, la faculté de droit et une annexe de l'école normale supérieure après leur numérisation.

Il visitera également une exposition de start-up activant dans les domaines de l'électronique et de l'intelligence artificielle.

Toutes les conditions nécessaires réunies pour accueillir près de 12 millions d'élèves

Le ministre de l'Education nationale, M. Mohammed Seghir Sadaoui, a affirmé que toutes les conditions nécessaires ont été réunies pour accueillir près de 12 millions d'élèves des trois cycles d'enseignement (primaire, moyen et secondaire), et ce, à l'occasion de la rentrée scolaire 2026-2027, dont le coup d'envoi a été donné lundi depuis la wilaya de Jijel. Invité de la Télévision algérienne, M. Sadaoui a indiqué que "le coup d'envoi de la nouvelle année scolaire a eu lieu depuis la wilaya de Jijel, dans un établissement scolaire touché par les incendies et réhabilité", ajoutant que "11 millions 974.000 élèves ont rejoint les bancs de l'école, soit près de 12 millions, dont 1,1 million de nouveaux élèves".

Le ministre a souligné que "toutes les conditions nécessaires ont été réunies et que les établissements scolaires sont prêts à accueillir les élèves dans un environnement positif et approprié, y compris dans les wilayas touchées par les incendies", rappelant "les importants efforts consentis, en application des instructions fermes du président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, ayant permis de réhabiliter et de remettre en état les établissements scolaires affectés dans des délais records, avant la nouvelle rentrée scolaire".

Il a également fait savoir que le secteur dispose de 30.591 établissements scolaires opérationnels, dont près de 300 nouveaux établissements réalisés pour accompagner l'expansion urbaine, indiquant que ces infrastructures ont permis de "maîtriser les effectifs des élèves".

A cette occasion, M. Sadaoui a annoncé la distribution de 80 millions de manuels scolaires, mis à disposition dans plus de 700 établissements scolaires servant de points de vente, tout en précisant que "30 millions de livres seront distribués gratuitement aux élèves nécessiteux ainsi qu'aux élèves de première année primaire", en garantissant "la mise à disposition de

manuels scolaire en braille au profit des élèves aux besoins spécifiques scolarisés dans les établissements relevant des secteurs de l'Education, de la Solidarité nationale ainsi que du privé". Il a souligné que la scolarisation "se déroule dans des conditions très respectables et que l'Etat a déployé, à cet égard, de grands efforts, et nous continuerons à améliorer les conditions de scolarisation dans l'ensemble des wilayas, en particulier dans les régions qui étaient, hier encore, des zones d'ombre", réaffirmant dans ce contexte que "le président de la République veille à ce que la performance du secteur soit à la hauteur, et ce, en application de ses engagements visant à faire de l'école algérienne une institution d'éveil intellectuel et scientifique, productrice d'élites et formatrice des cadres de demain".

Concernant les nouveautés de cette année, le ministre a indiqué que la nouvelle rentrée scolaire sera marquée par "un ensemble d'opérations, dont le renforcement de l'encadrement afin de garantir la stabilité et la gestion efficace des établissements scolaires", soulignant que "tous les efforts du secteur sont orientés vers l'aspect pédagogique et vers la mobilisation de tous les moyens pour améliorer les conditions de scolarisation, en vue de réaliser un acquis scientifique, éducatif et pédagogique de qualité pour les élèves".

La nouvelle année scolaire débutera, selon M. Sadaoui, par "la Semaine de la santé scolaire, qui comprend un ensemble d'ateliers et de cours dispensés par des médecins et des spécialistes, afin de faire passer le message selon lequel la santé des élèves est très importante", insistant sur la nécessité de l'accompagnement, par les parents, des efforts du secteur dans ce cadre.

Après avoir salué "les très bons résultats et la situation de stabilité" réalisés par le secteur durant la précédente année scolaire, il a exprimé l'espoir que la nouvelle année soit "à son tour une année stable et meilleure que les pré-

cédentes en termes de résultats". Il a, en outre, fait savoir que l'ouverture de clubs scientifiques et l'organisation de diverses compétitions scientifiques, telles que les Olympiades des mathématiques et d'intelligence artificielle, "ont montré au monde que le système éducatif en Algérie s'oriente vers le meilleur".

Le ministre a rappelé que les 64.000 enseignants admis au dernier concours de recrutement sont installés lundi, à l'occasion de la rentrée scolaire.

Après avoir salué l'accompagnement "positif" du secteur de l'Education nationale par les parents d'élèves, M. Sadaoui a mis en exergue "les efforts considérables déployés pour protéger les élèves, à l'instar des programmes conjoints avec le ministère de la Jeunesse et les Scouts musulmans algériens (SMA)", précisant qu'un règlement intérieur unifié des établissements éducatifs avait été mis en place en vue d'assurer "une discipline accrue et une vision unifiée de leur mode de gestion".

Il a, dans ce contexte, souligné l'importance de poursuivre le travail et la coordination avec les services de sécurité pour protéger les établissements éducatifs et leur environnement contre le fléau de la drogue, ajoutant que le règlement unifié offrait "l'opportunité de veiller à la santé de l'élève".

S'agissant de la numérisation, le ministre a relevé que le secteur de l'Education nationale "a connu un important saut qualitatif", outre son raccordement au Portail national des services numériques, rappelant qu'il est actuellement procédé à "la numérisation du livret pédagogique et du carnet de santé" de l'élève.

Il a, par ailleurs, fait savoir que les opérations d'interconnexion du secteur avec ceux de l'Intérieur et des Collectivités locales, de l'Enseignement supérieur, et de la Formation professionnelle avaient permis "de mettre à disposition les informations nécessaires en temps réel".

Rentrée scolaire dans les wilayas du Centre Le secteur de l'Education renforcé par de nouvelles infrastructures

La rentrée scolaire 2026-2027, qui a débuté lundi dans les wilayas du centre du pays dans de bonnes conditions d'organisation, a été marquée par la mise en service de nouvelles infrastructures éducatives destinées à consolider les conditions de scolarisation dans les trois paliers scolaires.

Les autorités locales ont supervisé le lancement de la nouvelle année scolaire et inspecté les conditions de scolarisation dans plusieurs établissements.

A Blida, 16 groupes scolaires, 12 Collèges d'enseignement moyen (CEM) et 4 lycées ont été réceptions, notamment dans les nouvelles zones d'habitation et les pôles urbains de Sefsaf et Haouch Errih à Meftah, ainsi que Sidi Serhane à Bouinan.

A Chlef, 15 établissements ont été mis en service, soit 3 lycées, 5 CEM et 7 écoles primaires, auxquels s'ajoutent plusieurs classes d'extension. Plus de 363.000 élèves ont rejoint les établissements scolaires de la wilaya.

Dans la wilaya de Bejaia, le secteur a été renforcé par près de 20 infrastructures, soit 12 groupes scolaires, 4 CEM et 4 lycées, offrant plus de 12.840 nouvelles places pédagogiques. La rentrée est également marquée par l'ouverture de 12 cantines scolaires, de 7 salles de sport et d'une unité de suivi sanitaire. Quelque 254.497 élèves ont rejoint les classes, soit 4.285 de plus que lors de la rentrée écoulée.

A Bouira, deux (2) lycées et quatre (4) écoles primaires ont été réceptions. Près de 241.000 élèves ont rejoint les 783 établissements scolaires ouverts dans l'ensemble des communes de la wilaya. A Médéa et dans la nouvelle wilaya de Ksar El Boukhari, 305.991 élèves ont rejoint les éta-

blissements scolaires. Le secteur a été renforcé par 8 écoles primaires, 3 CEM, près de 80 classes d'extension et plusieurs terrains de sport, notamment dans les zones rurales. L'encadrement est assuré par plus de 18.000 enseignants et près de 11.000 agents administratifs, répartis sur plus de 990 établissements relevant des deux wilayas.

A Djelfa, plus de 335.000 élèves, dont plus de 33.000 nouveaux inscrits en première année primaire, ont rejoint les classes. La wilaya a réceptionné 16 nouveaux établissements, soit 10 écoles primaires, 5 CEM et un (1) lycée, ainsi que 12 cantines scolaires et deux (2) demi-pensionnats.

A Tipasa, 17 nouveaux établissements sont entrés en service, dont 8 écoles primaires, 4 CEM et 5 lycées. Plusieurs établissements ont également bénéficié de 28 classes d'extension financées sur le budget de la wilaya. Plus de 230.000 élèves ont effectué leur rentrée, dont 114.000 dans le primaire, plus de 81.000 dans le moyen et près de 35.000 dans le secondaire.

A Tizi-Ouzou, 249.144 élèves, dont 16.340 nouveaux inscrits, ont rejoint les établissements scolaires. Le secteur a été renforcé par 9 nouvelles écoles primaires, un (1) CEM et 2 lycées. A Boudjars, près de 330.000 élèves ont repris le chemin de l'école. La wilaya a bénéficié de 18 nouveaux groupes scolaires, 9 CEM et 6 lycées, ainsi que de 46 cantines scolaires et de nouveaux équipements sportifs et sanitaires.

A Ain-Defla, plusieurs infrastructures éducatives sont entrées en service, dont 7 nouveaux CEM. Plus de 300.000 élèves, répartis entre les trois cycles d'enseignement, ont rejoint les établissements scolaires de la wilaya.

L'ensemble des établissements scolaires dans les zones touchées par les incendies au rendez-vous

Le ministre de l'Education nationale, Mohammed Seghir Sadaoui, a assuré, lundi à Jijel, que l'ensemble des établissements scolaires situés dans des zones touchées par les incendies étaient au rendez-vous pour la rentrée, grâce à la conjugaison des efforts de tous les secteurs et organismes concernés par leur réhabilitation.

Animant une conférence de presse après avoir donné le coup d'envoi officiel de la rentrée scolaire 2026-2027, depuis l'école Chahid Belaouara-Rabah, dans la commune de Chahna, M. Sadaoui a précisé que "grâce à la conjugaison des efforts des secteurs gouvernementaux, les établissements scolaires dans les wilayas touchées par des incendies ont été non seulement réhabilités, mais également améliorés et dotés de nouvelles structures". Les efforts déployés ont également porté sur l'accompagnement psychologique des élèves, assuré par des spécialistes du secteur de l'éducation et d'autres secteurs concernés, a-t-il ajouté. Après avoir rappelé le bon classement de Jijel aux examens de fin de cycle à l'échelle nationale, M. Sadaoui s'est dit convaincu que les élèves et la communauté éducative de la wilaya "sauront relever le défi en maintenant le même niveau".

Le ministre a, par ailleurs, évoqué les principales activités prévues durant la nouvelle année scolaire, citant notamment l'organisation de la deuxième édition du Concours national de l'innovation scolaire, de la deuxième édition du Concours national inter-lycées et du Concours national du théâtre scolaire.

Revenant sur les préparatifs menés en amont, M. Sadaoui a relevé "un sentiment de satisfaction chez les parents d'élèves concernant la disponibilité des manuels scolaires, distribués aux établissements en quantités suffisantes avant la rentrée, et des fournitures scolaires, grâce à l'intégration du produit national dans cette opération".

Rentrée scolaire dans les wilayas de l'est du pays

De nouveaux établissements pour réduire la surcharge des classes

La rentrée scolaire 2026-2027 a été marquée, lundi dans wilayas de l'est du pays, par la mise en service de plusieurs établissements scolaires afin de réduire la surcharge des classes et de rapprocher les structures d'enseignement des élèves, notamment dans les nouveaux pôles urbains.

A Jijel, le ministre de l'Education nationale, Mohamed-Seghir Sadaoui, a donné, à l'école du Chahid "Belaouara Rabah" dans la commune de Chahna, le coup d'envoi officiel de la rentrée scolaire 2026-2027 et constaté, dans le cadre d'une visite de travail dans cette wilaya, le niveau de préparation des établissements scolaires appelés à accueillir les élèves.

A Constantine, 13 nouvelles structures éducatives ont été mises en service en ce jour de rentrée des classes, en l'occurrence 8 groupes scolaires, 3 collèges d'enseignement moyen (CEM) et 2 lycées, en plus de l'équipement de 5 demi-pensions, afin d'offrir des conditions

de scolarisation adéquates aux élèves.

Dans la wilaya de Batna, selon les explications apportées au wali, Riadh Benahmed, par le directeur de l'éducation, Lakhdar Benmazouz, le secteur a été renforcé, pour cette rentrée, par 5 écoles primaires, un CEM, 10 cantines scolaires, 56 classes d'extension pour le cycle primaire et 7 salles de sport dans des structures du palier moyen.

A Khencchela, selon le directeur de l'éducation, Abdelhamid Ait Maamar, 6 écoles primaires, 2 CEM et un lycée ont été mis en service, tandis que dans la wilaya de El Tarf, le secteur a vu la réception de 11 nouveaux établissements scolaires, de 22 classes d'extension et de 9 cantines scolaires, ainsi que deux unités de dépistage et de suivi sanitaire (UDS).

A Souk Ahras, 9 nouveaux établissements scolaires ont été mis en service dans plusieurs communes de la wilaya, dont 5 écoles primaires, 4 CEM et 35

classes d'extension pour le palier primaire, en plus de 9 cantines scolaires, selon le directeur de l'éducation, Ahmed Djouimaâ.

Dans la wilaya de Tébessa, le secteur de l'éducation a été renforcé par la réception de 7 groupes scolaires, 38 classes d'extension, 8 cantines scolaires et 4 CEM, outre la mise à disposition de 322 bus scolaires et le recrutement de 80 enseignants.

A Skikda, pas moins de 276.314 élèves ont repris le chemin des écoles, dans les 3 cycles de l'enseignement, et ce, dans de bonnes conditions organisationnelles et pédagogiques observées dans les 572 établissements scolaires de la wilaya, parmi lesquels 14 nouveaux (8 lycées, 4 CEM et 2 écoles primaires).

Le coup d'envoi de la nouvelle rentrée des classes a été marqué, dans l'ensemble des autres wilayas de l'est du pays, par la réception et la mise en service de nouvelles infrastructures scolaires.

Guide mode pour les débutants : l'art d'associer les couleurs

L'ajout de couleur peut faire Lou défaire une tenue. Entre de mauvaises mains, les couleurs peuvent être criardes, distrayantes et carrément catastrophiques.

Pourtant, lorsqu'elles sont bien utilisées, les couleurs peuvent non seulement thématiser une tenue mais aussi y ajouter une touche d'audace. Alors, quand il s'agit de choisir les bonnes couleurs pour accompagner chaque tenue, comment décider ?

La difficulté des hommes avec les couleurs

Les hommes ne sont pas réputés pour leur sens inné des couleurs. Alors que les femmes

semblent naître avec un sens naturel de ce qui va ensemble et de ce qui va jurer, la plupart des mecs semblent avoir manqué cette leçon particulière. En fait, la science est contre nous à cet égard. La dyschromatopsie touche environ un homme sur 12 (8 %) dans le monde, contre une femme sur 200. C'est beaucoup de gars handicapés par leurs gènes avant même de commencer.

Tout commence par la base

La couleur de base de toute tenue est celle sur laquelle vous allez construire le reste de votre look. En règle générale, le

noir ou le blanc sont les couleurs de base les plus sûres à adopter. Certains peuvent soutenir qu'aucun des deux n'est à proprement parler une couleur, mais d'un point de vue vestimentaire, elles sont cruciales parce qu'elles forment la base de la plupart des combinaisons classiques. On pourrait en dire autant du beige.

Associer les couleurs – rassembler le tout !

Le principe fondamental à suivre lorsque vous sélectionnez vos vêtements et accessoires est de choisir des couleurs qui s'harmonisent.

De plus, vous devrez prendre en compte votre propre coloration individuelle. Les tons de peau et la couleur des cheveux peuvent paraître très différents lorsqu'ils sont associés à différents vêtements.

Le chino crème

Les chinos sont le Roger Federer du vestiaire masculin ; ils ne semblent jamais vieillir et ils continuent à servir des combinaisons gagnantes. / nrmagazine.com/



« Mes rides sont tellement repulpées qu'on ne les voit plus » : cette huile anti-âge concentré de bienfaits, lutte contre la perte de tonicité en lissant intensément les rides

L'huile de Rose musquée de Patagonie BIO Aroma-Zone nourrit la peau, aide à lisser les rides et redonne de l'éclat au teint. Un soin visage 100 % naturel destiné en priorité aux peaux sèches, mures ou marquées. Il y a des petits flacons qui savent attirer l'œil sans prendre toute la place dans la salle de bains. Cette marque mise sur un ingrédient venu de Patagonie et cible celles qui trouvent leur peau plus sèche, terne ou marquée avec le temps.

L'huile Rose musquée de Patagonie Aroma-Zone coûte seulement 8,95 euros

C'est sans doute le détail qui

retient d'abord l'attention : Aroma-Zone vend son huile de soin Rose musquée de Patagonie BIO 8,95 euros les 30 ml. Un tarif accessible pour un produit que la marque présente comme un soin anti-âge d'exception.

Obtenue par pression à froid, cette huile vierge est naturellement riche en acides gras essentiels, antioxydants et caroténoïdes. Une composition qui explique son intérêt pour les peaux qui manquent de confort, d'éclat ou de tonicité.

Rides et teint terne, cette huile BIO cible les peaux marquées

Avec les années, les besoins de la peau évoluent. Elle peut

devenir plus sèche, perdre en souplesse et afficher des marques qui étaient auparavant beaucoup plus discrètes. C'est précisément à ces préoccupations que répond l'huile de Rose musquée de Patagonie. Sa richesse naturelle permet de réunir plusieurs usages dans un même flacon. Aroma-Zone la destine aux peaux sèches, mures ou marquées et met en avant son action sur les rides, l'éclat et la perte de tonicité.

Comment utiliser l'huile anti-âge Aroma-Zone sur ton visage ?

Inutile d'en verser une quantité généreuse. Cette huile s'utilise simplement en massage sur le visage, mais aussi sur le cou et le buste.

Quelques gouttes permettent de profiter de sa texture tout en évitant cette sensation de peau beaucoup trop huilée que tu préfères probablement laisser à ta vinaigrette.

Tu peux l'utiliser pure pour profiter d'une routine minimaliste. Aroma-Zone propose également de la personnaliser avec de l'huile essentielle d'Hélichryse italienne afin de composer un soin anti-âge plus complet. / beaute-test.com/



Rougeurs visage : nos remèdes de grand-mère



Notre peau est souvent exposée à de petits désagréments. Parmi eux : les rougeurs. Cette hypersensibilité des vaisseaux cutanés peut, à terme, vous gâcher la vie en l'absence de soin. Pour éviter leur apparition ? Adopter une bonne hygiène de vie et suivre quelques remèdes de grand-mère. Efficacité assurée !

D'où viennent les rougeurs sur le visage ?

Les rougeurs sur le visage, également nommées couperoses, sont des problèmes de peau très fréquents. Elles touchent environ 2 à 3 % de la population moyenne, en particulier les personnes à la peau très claire. Les symptômes, se caractérisant essentiellement par des irritations et des démangeaisons, se révèlent, en général vers la quarantaine. Elles se concentrent, dans un premier temps, sur la partie centrale du visage, autour des ailes du nez et sur les pommettes. Mais quelle est l'origine de ces rougeurs ? Plusieurs facteurs peuvent entrer en jeu :

La prise de certains médicaments ; Les effets secondaires de la ménopause comme les bouffées de chaleur ; Des températures trop élevées ; Des coups de soleil ; De l'acné ; Plusieurs sortes d'allergies ou encore de l'urticaire ; La couperose ou la rosacée ; Certains cancers Des piqûres d'insectes.

Astuce n°1 : une lotion enrichie aux plantes apaisantes

Tilleul, mauve, lavande, eucalyptus, romarin... Toutes ces plantes sont efficaces pour lutter contre les rougeurs. A l'instar d'une infusion, on fait infuser 30 g de plante dans le l'eau bouillante durant environ 10 minutes. Puis, on filtre la décoction dans un récipient en verre et on laisse

refroidir quelques minutes. On applique ensuite le produit avant sa crème en insistant bien sur les zones de rougeurs. Effet calmant immédiat !

Astuce n°2 : un masque à l'argile et au citron

Les masques sont souvent vos meilleurs alliés pour les problèmes de peau. On les utilise à raison de deux fois par semaine après un gommage. Et à chaque problème, son action ! Reconnue pour ses vertus apaisantes, l'argile se mélange à merveille avec un ingrédient astringent et bactéricide comme le citron. Pour ce faire, mélangez quelques gouttes de cet agrume dans de la pâte d'argile blanche, massez et laissez poser 5 minutes. Le secret ? Appliquer le soin assez régulièrement pour observer les résultats rapidement.

Astuce n°3 : un masque à l'aloé vera et avocat

On ne compte plus tous les bienfaits de l'aloé vera pour la peau. Véritable calmant et anti-inflammatoire naturel, il calme le feu des brûlures et soignent les peaux sujettes aux états squameux. L'avocat, quant à lui, possède de vraies propriétés nourrissantes et apporte vitamines et hydratation aux cellules. On écrase donc l'avocat pour former une crème avec l'aloé vera. On laisse poser le masque une vingtaine de minutes pour atténuer l'inflammation.

Astuce n°4 : l'huile de CBD

Utilisé aussi bien en cuisine qu'en cosmétique, c'est l'un des produits phares du moment mais également la recette favorite de peaux sensibles. L'huile de CBD, en application locale, soigne les peaux irritées afin d'édulcorer toute inflammation. / maximag.fr/

Le plus dangereux des supervolcans Européens continue « inexorablement » de se réveiller

Le supervolcan situé à Naples, le Campi Flegrei, va-t-il rentrer en éruption d'ici peu ? Les habitants de la caldeira et des alentours s'inquiètent en raison des fréquentes activités sismiques dans la région depuis fin 2023.

Des signes d'activité inquiétants depuis quelques années

Les champs Phlégréens montrent des signes d'activité inquiétants depuis que ce supervolcan s'est réveillé. Les activités sismiques sont devenues fréquentes et nombreuses dans la région.

Des dizaines de milliers de séismes se sont produits, affaiblissant le creux au sommet de la caldeira. Gianfilippo De Astis, chercheur principal à l'Institut italien de géophysique et de volcanologie, a déclaré sur INVG Vulcani : « L'activité sismique s'intensifie depuis des mois. Nous avons observé plus de 3 000 secousses depuis le début de l'année 2023.

Cependant, seules 65 d'entre elles étaient d'une magnitude supérieure à 2,0 ». Le 27 sep-



tembre 2023, un tremblement de terre de magnitude 4,0 avait frappé le sud de Naples. C'était probablement le séisme le plus violent que la région ait connu depuis 40 ans, alarmant encore plus les habitants et les scientifiques sur une éventuelle éruption du Campi Flegrei. Non seulement la région connaît une activité sismique, avec des épisodes plus récurrents et plus intenses, mais la caldeira continue également à se soulever. Depuis 2005, par exemple, elle s'élève de 1 à 15 cm par an.

Campi Flegrei : une des zones volcaniques les plus surveillées

au monde

Aujourd'hui, en raison de la séquence de rupture et des nombreux séismes qui se sont enchaînés durant ces dernières années, le Campi Flegrei est devenu une des zones volcaniques les plus surveillées au monde. Ce sont les signes précurseurs d'une potentielle éruption, voilà pourquoi les scientifiques vérifient constamment divers paramètres de l'activité volcanique : champ gravitationnel, émissions de gaz, vibrations et la déformation du sol, etc. Notons que l'éruption d'un supervolcan pourrait avoir des conséquences dévastatrices. Les cendres et les gaz toxiques

qu'il crache mettraient en péril les cultures, plongeraient la Terre dans le froid et engendreraient une extinction de masse. Pour information, de nombreux autres volcans sont surveillés partout en Europe, à l'instar du Vésuve, du Katla, l'Etna...

Une éruption peu probable dans l'immédiat selon les volcanologues

Selon les scientifiques, une éruption majeure du Campi Flegrei est peu probable dans l'immédiat. Toutefois, cela est inévitable, dans un avenir proche ou lointain. « La probabilité d'une éruption volcanique est relativement faible, car rien n'indique que le magma soit en train de remonter à la surface.

Cependant, le volcan a sa propre évolution, naturelle et inexorable, et tôt ou tard, il finira par entrer en éruption de nouveau » souligne l'INGV.

Certains chercheurs comme Christopher Kilburn, volcanologue à l'University College de Londres (UCL), estiment néanmoins qu'il pourrait y avoir de petites éruptions à court terme. / neozone.org/

Clearbot, un bateau électrique autonome qui nettoie

les rivières des déchets plastiques et algues invasives

Clearbot Robotics dévoile une version améliorée de son bateau électrique autonome pensé pour la collecte des déchets aquatiques. Comme ses prédécesseurs, le Clearbot Class 3 utilise l'IA pour nettoyer la mer ainsi que les rivières.

Un « robot aspirateur » aquatique

Le Clearbot Class 3 a été développé par deux jeunes diplômés de l'université de Hong Kong, en Chine. D'une manière générale, on peut dire qu'il s'agit de l'équivalent aquatique du robot aspirateur. Le bateau nettoyeur peut faire ses preuves dans les ports, les canaux et les rivières. Sa compacité lui permet également d'être opérationnel sur de petits plans d'eau. Il fait effectivement près de 4 mètres de long et est doté d'un convoyeur à l'avant pour ramasser les débris flottants.

Performances et capacité

Le petit navire, de style catamaran, a été conçu de façon à ce qu'il puisse stocker près de 500 kg de déchets avant de devoir être vidé. D'ailleurs, il est capable de collecter jusqu'à 200 kg de déchets flottants par heure. Pour étendre davantage la charge utile, il est possible de l'équiper d'une remorque, portant ainsi la capacité totale de chargement à 1,5 tonne. La batterie du Clearbot Class 3 possède une capacité de 3 kWh, offrant jusqu'à 8 heures d'autonomie par charge.

Quid de la disponibilité commerciale ?

D'après ses concepteurs, le Clearbot de classe 3 peut couvrir jusqu'à 10 000 m² par jour quand il s'agit de ramasser uniquement des déchets flottants. Pour les travaux de coupe et d'extraction de plantes indésirables, il faudra se contenter d'une surface maximale de 2500 m² par jour. Ce qui m'impressionne le plus avec ce bateau hors du commun, c'est sa capacité à fonctionner en toute autonomie. / neozone.org/

Comment se débarrasser des mulots ? Les 5 meilleures solutions !

En tant que jardinier ou habitant de zones rurales, vous êtes très certainement confronté à l'invasion ravageuse de mulots. Ces petites bêtes pourtant très mignonnes font des dégâts considérables tant dans les champs que dans les réserves de nourriture à la campagne, ainsi que parfois, dans les maisons.

Qu'est-ce qu'un mulot ?

Les mulots (Apodemus) sont des petits rongeurs. Incapables de faire la différence entre la grande variété d'espèces campagnardes, nous utilisons le terme de "mulot" pour qualifier les campagnols, les musaraignes ou encore les rats des moissons (Micromys minutus).

Pourquoi sont-ils perçus comme des nuisibles ?

Les mulots sont en partie responsables de certaines maladies transmises aux plantes qu'ils transmettent en grignotant les racines. Ils sont aussi détestés des agriculteurs, car ils consomment les graines semées, puis les jeunes plants ainsi que les racines.

Comment savoir si j'ai des mulots dans mon jardin ?

En général, on ne les voit pas. On devine simplement leur présence grâce aux divers indices qu'ils laissent. Les mulots creusent des terriers souterrains pour se protéger des prédateurs. Ils y stockent aussi leur nourriture. Les terriers ont la forme de petits trous, souvent près des zones qui les intéressent.



L'élimination des mulots : mode d'emploi

Vous l'aurez compris, les mulots sont des animaux très gourmands, qui n'hésitent pas à consommer jusqu'à votre potager ainsi que vos réserves. Ils apprécient beaucoup les fruits à coque et les fruits frais. Si vous en possédez dans le jardin, vous avez de fortes chances de les attirer. Pour peu que vous ayez un champ en friche à côté ou une forêt, vous pouvez être sûr qu'ils ne seront

L'élimination des mulots : mode d'emploi

jamaïs très loin. Ils affectionnent particulièrement la fraîcheur des dalles en béton et des bordures de jardin en plus des tas de bois ou des buissons.

1 - Ramasser régulièrement les fruits au sol

Si vous avez des arbres fruitiers, des arbres qui génèrent des fruits à coque ou des graines (noisettes, noix, glands, etc.), veillez à les ramasser régulièrement. Ce travail fastidieux vous permettra d'avoir moins de mulots dans le jardin et donc, moins de dégâts.

2 - Les pièges

Si vous avez remarqué la présence de mulots dans votre grenier ou dans votre garage, les pièges fonctionnent très bien. Vous pouvez utiliser ceux à souris en déposant des graines pour les attirer. Quelques

pièges efficaces permettent aussi de capturer les rongeurs sans qu'ils aient à mourir !

3 - Les plantes répulsives

Comme bon nombre de nuisibles, les mulots sont sensibles à certaines plantes qu'ils n'apprécient pas du tout. C'est notamment le cas de la menthe, du romarin ou encore de l'eucalyptus. Très odorants, leur parfum dérange les rongeurs qui évitent de rôder près d'elles.

4 - Les huiles essentielles

Les huiles essentielles sont des répulsifs naturels. Les mulots détestent particulièrement celle de poivre noir, de menthe et de lavande. Mélangez quelques gouttes de l'huile essentielle de votre choix dans un vaporisateur rempli d'eau, puis aspergez les endroits où ils se rendent pour les éloigner.

5 - L'ail

Les rongeurs n'apprécient pas du tout l'odeur de l'ail. Vous pouvez donc planter des gousses un peu partout dans votre jardin, ainsi que dans votre potager. Cette plante ne requiert aucun soin pour donner de futures têtes ! Profitez-en pour les récolter au printemps et vous régaler par la même occasion. / lemagdesanimaux.ouest-france.fr/

Comment améliorer l'isolation de sa porte d'entrée pour garder la chaleur à l'intérieur

Vous chauffez... pour rien ? Peut-être que votre porte d'entrée est la grande coupable. Voici 5 moyens simples de régler ça avant l'hiver.

Posez ou remplacez les joints de votre porte
C'est la première barrière anticourants d'air.

Avec le temps, les joints s'écrasent, se décollent ou perdent en élasticité. Résultat ? L'air froid s'infiltre. Pour une étanchéité optimale, remplacez-les par des modèles en silicone ou même des joints isothermiques magnétiques (le nec plus ultra selon certains pros !). Attention toutefois, la pose doit être bien préparée : on nettoie, on dégraisse, on colle, et on laisse le joint «

prendre » quelques jours.

Installez un bas de porte efficace

Ce petit espace entre le seuil de porte et le sol, c'est un boulevard pour l'air glacé. Pour y remédier, oubliez les vieux boudins à glisser manuellement, et installez un bas de porte brosse ou une plinthe automatique. Ces systèmes se fixent sur la porte et bougent en même temps qu'elle : pratique, discret, et surtout ultra-efficace. Dans cet article, je vous donne tous les détails pour mettre en place cette astuce.

Isolez l'intérieur de votre porte

Parfois, ce n'est pas le jour qui pose un problème, mais l'épaisseur du bois. Une porte

trop fine, c'est une passoire à calories. L'astuce ? Coller à l'intérieur des panneaux isolants en liège ou en polystyrène. Faciles à poser, ces matériaux renforcent la barrière thermique et phonique. Pour un résultat propre, on peut même les recouvrir de tissu ou de papier peint.

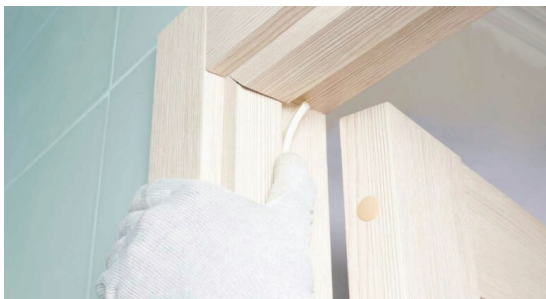
Optez pour un rideau thermique

En plus de donner un côté cosy à votre entrée, un rideau thermique doublé permet de bloquer le froid en un clin d'œil. Molleton, laine ou PVC, chacun a ses avantages. La pose est simple : une tringle au-dessus de la porte, et le tour est joué. Et, si vous ouvrez souvent la porte ?

Prévoyez un système coulissant ou aimanté pour éviter de batailler avec le tissu à chaque passage.

Pensez aussi à la serrure et à la boîte aux lettres

Les déperditions se cachent parfois dans les plus petits recoins : trou de serrure, fente de boîte aux lettres ou chatière. Pour la serrure, un cache pivotant suffit à stopper l'air. / neozone.org/



Cette planche à découper promet de ne plus relâcher de microplastiques dans votre cuisine

Est-ce la prochaine révolution dans nos cuisines ne venait pas d'un robot ou d'un appareil connecté, mais d'une simple planche à découper ?

Un matériau fabriqué par des micro-organismes

L'originalité de BitByBit repose sur son matériau. La planche est fabriquée en PHA, un biopolymère produit naturellement par des micro-organismes lors d'un processus de fermentation. Contrairement aux plastiques issus du pétrole, ce matériau a été conçu pour se dégrader dans certaines conditions naturelles. Le sujet des matériaux utilisés dans nos

cuisines n'est d'ailleurs pas nouveau. Nous évoquions déjà dans cet article, les avantages et les inconvénients des différentes planches à découper dans cet article. Les concepteurs expliquent que même lorsque de très petites particules sont libérées au fil de l'utilisation, celles-ci ne sont pas destinées à persister pendant des décennies dans l'environnement comme les microplastiques classiques.

Une planche pensée pour le quotidien

Les créateurs assurent avoir voulu concevoir un produit aussi pratique qu'une planche traditionnelle. Compatible avec

le lave-vaisselle, résistante à l'humidité et à la chaleur, la BitByBit mesure 30 x 20 cm, un format adapté aux préparations du quotidien. En lisant sa présentation, j'ai repensé à ma propre cuisine. Entre les légumes du jardin, les repas de famille et les petits plats préparés à la maison, la planche à découper est probablement l'un des accessoires que j'utilise le plus.

Une belle idée qui devra faire ses preuves

Pour l'instant, BitByBit reste un projet financé via Kickstarter. La démarche est intéressante et s'inscrit dans une réflexion plus large sur les matériaux que nous utilisons chaque jour sans vraiment y prêter attention. Reste désormais à voir si cette planche biodégradable tiendra ses promesses sur le long terme, notamment en matière de durabilité et de résistance à un usage intensif. Car si l'idée de réduire les microplastiques dans nos cuisines est séduisante, les consommateurs attendront aussi qu'elle soit capable de supporter des années de service sans broncher. / neozone.org/



Des façades de cuisine en bois au style travaillé



Dans l'air du temps, le bois s'impose en cuisine pour des façades de caractère. De plus en plus démocratisée, cette matière brute s'adapte désormais à toutes les envies avec des styles variés. Une façade lisse, un toucher texturé, avec un cadre ou des effets, le bois offre aussi différentes nuances pour des univers toujours singuliers. En plamage bois ou en bois massif, Cuisine Plus sait imaginer des modèles de cuisine en lien avec les tendances actuelles. Inspiration authentique ou univers contemporain, ce large panel de façades de cuisine en bois permet de créer une pièce à vivre unique, au plus près de la personnalité de ceux qui l'occupent.

Le mariage audacieux du rose et du bois pour des façades de cuisine stylées

Preuve que tous les mélanges sont les bienvenus au cœur de la cuisine actuelle, le modèle Don Lucas mixe des façades contemporaines rose poudré à des meubles hauts et étagères en bois. Avec un aspect lisse, elles reprennent l'identité du reste des meubles. Une association ingénieuse et réconfortante pour une cuisine comme aucune autre.

Des façades aspect bois à veinage vertical pour sublimer des meubles de cuisine vert

Avec un certain parti pris, la cuisine Don Pablo opte pour un îlot de cuisine en bois. Face à des meubles verts, le bois s'inscrit dans un univers naturel et paisible. Un duo tendance pour une belle pièce à vivre.

Du bois brut de sciage s'associe à des meubles en laque

Avec audace, la cuisine Lady

Leonie ose un mariage du bois de sciage, doté d'un aspect texturé et foncé, à des façades laquées. Au sein d'une cuisine ouverte, ce choix marque une personnalité originale et fait preuve de caractère.

Des façades de cuisine en bois massif pour un esprit campagne

Connotées à la nature et à un style campagne, les façades en bois véritable de la cuisine Chelsea affichent des cadres pour un aspect authentique. Leur coloris gris est clair et lumineux au cœur d'une belle cuisine ouverte sur l'extérieur.

Une cuisine zen avec des façades en bois clair

En quête de bien-être, la cuisine Sir Gabriel mise sur un mélange entre des façades vert d'eau et d'autres en bois au veinage vertical. Une association paisible et chic avec une touche de marbre sur la crédence ou le plan de travail. Les façades en bois font aussi écho au parquet de la cuisine ou au claustra en tasses, juste à côté.

Des essences de bois brut subliment des façades de cuisine sans poignées

Entre authenticité et contemporain, la cuisine Saint Germain se décline à travers plusieurs nuances de chêne pour des façades de caractère. Le bois est mis en valeur par l'absence de poignée. Une façon aussi de moderniser le style de la cuisine.

Des façades à l'esprit cosy s'emparent du bois

À la fois douce et cosy, la cuisine Stellana adopte un bois clair. Sur les façades, un décor érable marin dégage une atmosphère paisible dans une petite pièce atypique comme dans une grande cuisine ouverte. / cotemaison.fr/

Premiers gestes du matin : quel impact sur le stress au quotidien

Le réveil conditionne la journée et les premières minutes influencent fortement le taux de stress quotidien. Et pourtant, le stress matinal est un phénomène tout à fait naturel qui s'explique en grande partie par des mécanismes physiologiques. Comprendre ce qui se passe au réveil vous permettra d'agir sur votre taux de stress au quotidien et de réguler vos habitudes de vie pour des matins plus sereins.

Le stress au réveil : que se passe-t-il dans le corps ?

Le corps traverse une phase de transition délicate au moment du réveil. Il faut comprendre que pendant la nuit, notre organisme suit un rythme circadien, qui est une sorte d'horloge interne dont le rôle est de

réguler le sommeil, la température corporelle, l'énergie et la production d'hormones. Chaque matin, le cortisol se met en action pour assurer ses fonctions d'éveil.

Pourquoi les premiers gestes du matin sont-ils si importants ?

Le rituel matinal obéit à un schéma répétitif : réveil, consultation de l'heure et du smartphone, projection mentale, précipitation, obligations de la journée... Ces automatismes ont un impact direct sur le niveau de stress, car ils influencent la manière dont le cerveau interprète la situation d'urgence.

Les gestes du matin qui peuvent augmenter le stress

Certaines habitudes courantes

peuvent amplifier le stress matinal. Stress et anxiété. Consulter ses messages, ses mails ou les réseaux sociaux dès le réveil expose immédiatement le cerveau à des sollicitations multiples, parfois anxiogènes, avant même que le corps soit pleinement réveillé. La précipitation est un autre facteur fréquent. Se lever trop tard, enchaîner les tâches, penser à plusieurs choses à la fois peut maintenir le système nerveux en état d'alerte.

Les gestes simples qui aident à apaiser le stress dès le matin

Quelques gestes simples peuvent faire l'effet inverse et soutenir le corps dans une transition plus douce pour bien démarrer la journée.

Il existe différentes recommandations et méthodes douces pour apaiser le taux de cortisol matinal.

La respiration et la méditation pour respirer lentement et profondément peuvent envoyer un signal de calme au système nerveux.

Autrement, il existe des applications simples, pour s'inciter à la méditation. Cela permet d'alléger son cerveau et de commencer la journée en douceur. sante-sur-le-net.com/



Cancer : qu'est-ce que le traitement alcalinisant ?

Dans un article récent, des chercheurs posent les principes d'un traitement alcalinisant du cancer. Selon eux, cette approche qui associe diététique et médicaments pourrait renforcer l'efficacité des traitements.

L'équilibre acide-base

Pour être fonctionnel, notre organisme doit se situer dans une zone de pH équilibré, ni trop bas (acide), ni trop élevé (basique ou alcalin).

Le sang est légèrement basique, avec un pH compris entre 7,35 et 7,45.

Les bases du traitement alcalinisant du cancer

Le point de départ du traitement alcalinisant, ce sont les observations de l'Allemand Otto Warburg qui a étudié le métabolisme du cancer et reçu en 1931 le Prix Nobel de physiologie et médecine pour avoir découvert que les cellules cancéreuses n'utilisent pas d'oxygène pour se procurer de l'énergie et donc sécrètent de l'acide lactique.

Pourquoi faudrait-il alcaliniser le corps ?

Lorsque les cellules cancéreuses commencent à vivre de la glycolyse, leur pH extracellulaire est toujours acide. En revanche, le pH in-

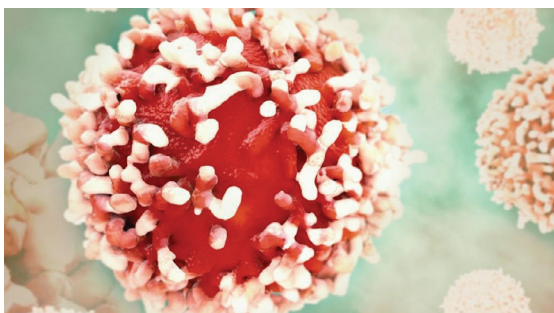
tracellulaire des cellules normales est alcalin (basique).

Le traitement alcalinisant

Pour le Pr Hiromi Wada, les traitements anticancéreux actuels laissent souvent le micro-environnement tumoral ou MET acide, ce qui entraîne une faible efficacité thérapeutique et des effets secondaires graves. « Par conséquent, dit-il, notre thérapie d'alcalinisation vise à transformer le MET acide en alcalin. Nous utilisons des interventions diététiques alcalinisantes et l'administration orale ou intraveineuse de médicaments comme les inhibiteurs de la pompe à protons (IPP) qui alcalinisent le corps. »

Quels effets du traitement alcalinisant ?

Il existe quelques études sur les inhibiteurs de la pompe à protons (IPP) en tant que traitement de repositionnement des médicaments ciblant le MET acide. Plusieurs études in vivo et in vitro ont montré que l'association d'IPP et de chimiothérapie améliore les réponses thérapeutiques. lanutrition.fr/



Vous ajoutez du lait à votre café ? Voici ce qui se joue vraiment dans votre organisme



En 2023, des chercheurs de l'Université de Copenhague ont disséqué ce qui se joue quand vous ajoutez du lait dans votre café. Leurs résultats, entre piste anti-inflammatoire et questions digestives, bousculent quelques idées reçues sans trancher tout à fait. Quand vous ajoutez un peu de lait à votre café du matin, vous pensez probablement surtout à adoucir son goût. Pourtant, ce simple mélange intéresse aussi les scientifiques. Car dans votre tasse se retrouvent alors la caféine et les polyphénols du café, mais aussi les protéines du lait.

Contre toute attente, une action anti inflammatoire ?

En 2023, des chercheurs de l'Université de Copenhague se sont justement intéressés à cette combinaison. Leurs travaux, publiés dans le Journal of Agricultural and Food Chemistry, suggèrent que l'association entre les polyphénols du café et certains acides aminés présents dans les protéines pourrait renforcer l'action anti-inflammatoire de ces composés.

Café et lait : que se passe-t-il dans la tasse ?

Le café contient naturellement de nombreux polyphénols, notamment de l'acide chlorogénique et de l'acide caféique. Ces molécules sont connues pour leurs propriétés antioxydantes et leur capacité à agir sur certains mécanismes impliqués dans l'inflammation. Le lait, de son côté, apporte des protéines, notamment de la caséine, constituées d'acides aminés. Or, les chercheurs de l'Université de Copenhague ont observé que lorsque certains

polyphénols se lient à des acides aminés, leur effet anti-inflammatoire pouvait être plus important que lorsqu'ils étaient présents seuls.

Le lait n'annule donc pas forcément les bienfaits du café

Cette étude apporte néanmoins une nuance intéressante à une idée reçue très répandue : celle selon laquelle ajouter du lait au café empêcherait systématiquement l'organisme de profiter de ses antioxydants. Et sur ce point, notre diététicienne-nutritionniste Claire Trommenschlager se voulait déjà rassurante dans nos pages.

Café au lait : le véritable problème peut être le lactose

Si certaines personnes supportent mal leur café au lait, l'explication est davantage à chercher du côté du lait lui-même que de l'association avec le café.

Et avec une boisson végétale ?

Lait de soja, d'avoine ou d'amande : les alternatives végétales sont aujourd'hui nombreuses. Mais peut-on leur attribuer les mêmes effets que ceux observés avec les protéines du lait de vache ?

Alors, faut-il continuer à boire son café au lait ?

Oui, si vous l'aimez et que vous le digérez bien. Les résultats de l'étude danoise sont intéressants, mais ils ne permettent pas encore de transformer le café au lait en "boisson anti-inflammatoire". Ils suggèrent simplement que l'association entre les polyphénols du café et les protéines du lait pourrait être plus complexe qu'on ne le pensait. doctissimo.fr/

Copacabana en Bolivie : que faire sur les rives du lac Titicaca

Copacabana est une petite ville située en Bolivie, sur les rives du lac Titicaca. C'est la porte d'entrée vers la Isla del Sol et la Isla de la Luna, et aussi un passage fréquent pour les voyageurs qui relient le Pérou et la Bolivie.

Ce qu'il faut savoir sur Copacabana en Bolivie

Le mot Copacabana est issu du terme aymara "kota kahuana", que l'on traduit par "vue sur le lac". C'est une information simple, mais elle dit bien ce qu'est la ville : un petit centre andin tourné vers le Titicaca.

Arriver à Copacabana et première impression



Nous sommes arrivés à Copacabana en bus depuis Puno, au Pérou. C'était notre entrée en Bolivie après une dizaine de jours de voyage au Pérou, et cette transition a marqué un vrai changement d'ambiance.

Que faire à Copacabana en Bolivie ?

Parce que la ville est petite, on pense souvent qu'il n'y a rien à faire ici à part passer dans la rue principale avant d'embarquer pour le lac. En réalité, Copacabana concentre plusieurs visites intéressantes, faciles à enchaîner sur une journée.

Les rives du lac Titicaca

de Copacabana

La première chose à faire en arrivant, c'est évidemment de rejoindre les rives du lac Titicaca. Le port, les embarcations, les pêcheurs, les restaurants tournés vers l'eau, tout commence ici. Je vous conseille de prendre un peu de temps sur la promenade et de vous asseoir à la terrasse d'un petit restaurant pour observer le va-et-vient autour du lac. On y sert de la trucha, la truite locale, à toute heure, et c'est l'un des repas les plus classiques à Copacabana.

Les statues de Manco Cápac et Mama Ocllo

Près du port de Copacabana, vous verrez les statues de Manco Cápac et Mama Ocllo, les fondateurs mythiques de l'empire inca. Selon la tradition, ils seraient sortis du lac Titicaca pour aller fonder la civilisation inca à Cuzco. Ces statues rappellent le rôle sacré du lac dans la mythologie andine et constituent un arrêt rapide avant d'embarquer vers l'île du Soleil, où cette légende trouve son origine. globe-trotting.com/

5 expériences à vivre en Argentine et nulle part ailleurs

Les Argentins cultivent avec fierté leur identité unique – les autres sud-américains, d'ailleurs, leur reprochent souvent une certaine arrogance. Pour nous, voyageurs, ce n'est que du bonheur, et un voyage qui, à coup sûr, ne ressemblera à aucun autre. Voici 5 expériences à vivre en Argentine et nulle part ailleurs.

Une nuit dans une milonga

A peine le pied posé à Buenos Aires, sans les chercher, le jour, vous verrez dans les rues de la Boca des couples qui effectuent des performances du célèbre tango argentin. Cela risque fort de vous laisser votre ventre vide.

Le tango, il faut le vivre la nuit, dans le clair obscur des milongas, ces bals à tango qui fleurissent dans la ville.

Goûter l'amertume



du maté

A l'origine, c'était la boisson des indigènes guaranis, qui faisaient infuser la yerba maté pour se donner du cœur à l'ouvrage. En Argentine, la boisson est devenue incontournable. A tel point que le Che Guevara, dans ses mémoires, la cite comme une des choses qui lui ont le plus manqué lorsqu'il a quitté son pays.

Admirer

les cow boys du Sud

Au moins autant que leurs homologues gringos, ils ont de la gueule, les gauchos de la pampa argentine. Ils sont tellement fusionnels avec leurs chevaux que leurs vêtements et le harnachement de leur monture se désignent par un vocable unique : les "pilchas". "Estar bien empilchado" signifie tout aussi bien être bien habillé qu'avoir une selle ruti-

lante, ou les deux à la fois.

Aller jusqu'au bout du monde

En Espagnol, on dit que c'est la "fin del mundo". Ushuaia, la ville du Sud de la terre de feu, la plus australe des villes du monde, ainsi que toute sa région, exploite jusqu'à la limite sa situation géographique unique, pour notre plus grand plaisir. On pourra multiplier les selfies, au Museo del Fin del Mundo, une mine d'informations sur les indigènes fuégiens, les explorateurs et les naufragés ; au Faro del fin del mundo, un adorable petit phare de bois sur l'île des États, tout au bout de la Terre de Feu.

S'époumoner à un match de foot

Il vous faudra choisir votre camp. La seule ville de Buenos Aires compte une vingtaine d'équipes de foot professionnelles. Si vous vous ralliez au Club le plus populaire, la Boca, habillez-vous de bleu, avec une touche de jaune, apprenez l'hymne officiel "La Marcha oficial de Boca Juniors" qui dit que "Boca est notre cri d'amour, Boca n'a jamais peur de lutter, Boca c'est l'enthousiasme et le courage, Boca... triomphera". voyageursdumonde.fr/

Les plus belles plages d'Albanie



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

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

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

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

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

gants en bord de mer.

Plage de Jalë, idéale pour le snorkeling

Avec en toile de fond des collines couvertes d'oliviers, la belle plage de Jalë occupe une superbe baie couverte de galets. Dépendant de Vuno, un petit village à mi-chemin entre Dhërmi et Himarë, elle s'atteint après une demi-heure de marche ou quelques minutes de voiture sur une route goudronnée.

Plage de Himara, la perle de la côte ionienne

La ville de Himarë est une étape incontournable sur la Riviera albanaise. Malgré son développement au cours de la dernière décennie, elle n'a pas perdu son charme, bien que la plage de la ville soit maintenant bondée en été. Pour plus de calme, dirigez-vous à 4 km au sud de la ville vers la plage de Llamani, une large plage de pierres blanches adossée à des collines ondulantes et dont l'eau claire invite à la baignade. À Himara même, la plage de Potami est une bonne alternative à la plage principale ; vous la trouverez juste au sud du centre, au-delà du grand rocher qui coupe la ville en deux.

Plage de Livadhi : une bonne option pour les enfants

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

Rentrée scolaire : 5 astuces simples et efficaces pour dire adieu au stress et rester positif cette année

La rentrée scolaire est souvent synonyme de stress pour les parents. Et si vous êtes inquiet ou angoissé, votre enfant le sentira. Découvrez cinq stratégies efficaces pour aborder cette période avec sérénité et positivité.

Rentrée scolaire : restez positifs

Pour une rentrée sans stress, essayez la "positive attitude". Plus facile à dire qu'à faire ? Avec un peu d'entraînement, vous verrez qu'on y arrive très bien ! Focalisez-vous sur tous les moments de plaisir de la journée, montrez-vous optimiste face à toutes les situations, et ayez confiance en vous. Oubliez les choses difficiles, retenez uniquement les choses positives.

Prenez du temps pour vous

Personne ne le fera mieux que vous. Tout d'abord, commencez par mettre en application toutes ces bonnes résolutions de la rentrée. Essayez de vous préserver une petite parenthèse, un petit moment bien à vous, disons une fois par semaine (pour com-



mencer). Selon votre envie du moment, vous vous offrirez : Un agréable bain chaud ; Une savoureuse recette à déguster ; Une distrayante sortie ; Une séance de sport ; Une heure de lecture...

Faites des exercices de respiration contre le stress

Vous aussi vous avez le droit de stresser ! Faites 3 pauses anti-stress par jour de manière à vous relaxer. Ce petit exercice de respiration, facile à pratiquer n'importe où, vous

permettra de faire rapidement retomber la pression : Installez-vous confortablement dans un fauteuil, les mains posées sur votre ventre. Inspirez à fond par le nez, bloquez pendant 5 secondes puis expirez longuement et à fond par la bouche. Renouvelez trois fois de suite.

Allégez votre emploi du temps

Commencez par supprimer tous les rendez-vous et les contraintes inutiles. Nous avons tous tendance à en rajouter ! Faites du vide dans votre agenda. Ne

gardez que l'essentiel, l'indispensable. Vous verrez que votre emploi du temps s'allégera rapidement...

N'en profitez pas pour alourdir celui de votre enfant.

Les psy s'accordent aujourd'hui pour dire qu'il faut laisser du temps libre à un enfant pour rêver, et même s'ennuyer...

Des agendas de ministre pour un enfant de 10 ans, c'est franchement grotesque et mauvais pour son équilibre.

Une ou deux activités par semaine, c'est bien. Plus de 4, c'est trop !

Évitez les stress inutiles le jour de la rentrée scolaire

Organisez-vous de manière à n'avoir rien à préparer le jour de la rentrée. Pas de ménage ni de rangement ce jour-là ! Préparez vos affaires, le petit déjeuner la veille au soir et vérifiez que vous avez bien tout ce que l'école vous a demandé d'apporter. Une dernière vérification vous évitera bien des angoisses de dernière minute !/ doctissimo.fr/

Ganglion occipital : définition, anatomie, causes de l'adénopathie

Les ganglions (occipitaux, axillaires...) font partie du système immunitaire. Ils jouent un rôle clé dans la défense de l'organisme contre les agents pathogènes.

Parfois, ils augmentent de volume (adénopathie). L'adénopathie peut être causée par une infection bénigne, et plus rarement, être un signe d'alerte. Des traitements adaptés peuvent alors être envisagés.

Définition et anatomie : où se trouve le ganglion occipital ?

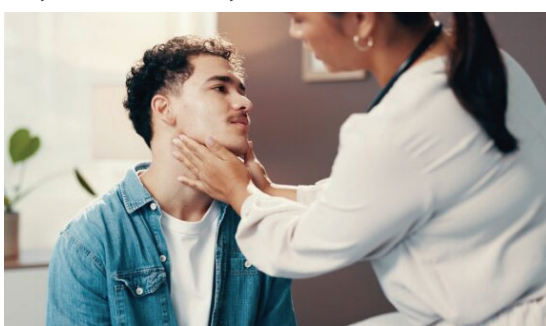
Les ganglions occipitaux font partie des ganglions lymphatiques localisés dans la région cervicale.

Ils n'ont pas de spécificité par rapport aux autres ganglions cervicaux.

"Les ganglions lymphatiques occipitaux se trouvent derrière le cou, au niveau de la nuque", explique le Professeur Stéphane Hans, chef de service ORL à l'hôpital Foch à Suresnes.

Les ganglions occipitaux sont donc de petites structures situées dans la région occipitale, à l'arrière de la tête, à la base du crâne.

En règle générale, nous avons 1 à 3 ganglions occipitaux normaux de chaque côté de la ligne nuchale supérieure.



Rôles des ganglions occipitaux lymphatiques

Les ganglions lymphatiques jouent un rôle majeur dans l'immunité. Ils sont chargés de filtrer la lymphe et d'identifier la présence éventuelle d'agents pathogènes (bactéries, virus...). Ils participent à la réponse immunitaire en activant les lymphocytes, des cellules appartenant à la famille des globules blancs (leucocytes).

Définition : qu'est-ce qu'une adénopathie occipitale ou cervicale ?

Lors d'une réaction immunitaire locale, un gonflement des ganglions peut avoir lieu. Cette augmentation de volume se nomme adénopathie. Les ganglions peuvent être durs et douloureux. "Les adénopathies les plus fréquentes sont celles localisées au latéral du cou.

Pathologies : pourquoi un ganglion occipital peut-il gonfler ?

Les causes peuvent être réparties en deux grands groupes : les adénopathies bénignes et les adénopathies tumorales ou malignes. Cependant, d'autres origines sont possibles.

Adénopathies bénignes Causes infectieuses : infections de la sphère ORL

Les origines infectieuses sont les premières causes d'adénopathie, surtout chez l'enfant, très fréquemment touchés par des infections de la sphère ORL. "Tout épisode d'affection rhino-pharyngée peut faire apparaître des ganglions cervicaux, et même dès qu'ils sont malades.

Affection cutanée ou du cuir chevelu

Certaines affections cutanées ou au niveau du cuir chevelu peuvent provoquer une adénopathie cervicale. C'est le cas par exemple de la piqûre d'insecte, d'une dermatite, de l'eczéma ou encore de la teigne (au niveau du cuir chevelu).

Maladie des griffes du chat ou bartonellose

L'augmentation du volume des ganglions lymphatiques est un symptôme possible de la maladie des griffes du chat (bartonellose). Lorsqu'un chat griffe ou lèche une blessure préalable, il peut transmettre une bactérie nommée Bartonella henselae. Cette maladie entraîne une adénopathie, des ganglions douloureux à la palpation, une rougeur au site de griffure ou une fièvre modérée.

Mononucléose infectieuse

La mononucléose infectieuse, communément appelée "maladie du baiser", est une affection virale causée par le Epstein Barr virus (EBV). Le mode de contamination est la salive, le virus se transmet donc par le baiser, le partage d'un verre ou d'une brosse à dents par exemple. Bien que bénins, les symptômes de cette maladie peuvent être aigus et persistants./ doctissimo.fr/

Le Dr Gérard Kierzek révèle les 5 signes sur votre visage qui doivent vous alerter immédiatement

Téint terne, paupières bouffies, ou coloration inhabituelle... Ne passez pas à côté des signes qui peuvent refléter un souci de santé. Souvent anodin, un changement sur le visage peut aussi, dans certains cas, mériter un avis médical.

Le blanc des yeux devient jaune

C'est probablement le changement qui mérite le plus d'attention. "Le signe le plus important est le jaunissement du blanc des yeux, souvent associé à une peau jaune : c'est un ic-tère", explique le Dr Kierzek.

Les paupières ou le visage sont gonflés

Un visage gonflé au réveil n'est pas nécessairement le signe d'un problème de santé. Une nuit trop courte, une position prolongée allongée, un repas particulièrement salé, une irritation ou encore certains médicaments peuvent expliquer des paupières bouffies. Une réaction allergique peut également provoquer un gonflement du visage.

Une hyperpigmentation apparaît sur le visage

Votre peau semble progressivement plus foncée ? Des taches brunes apparaissent ou vos lèvres et certaines muqueuses prennent une coloration inhabituelle ?

Le visage devient particulièrement bouffi

Il ne faut pas confondre quelques traits gonflés au réveil avec une modification durable du visage. Lorsque le visage paraît progressivement plus bouffi, notamment avec une peau sèche, des cheveux cassants, une frilosité inhabituelle, une constipation et une fatigue persistante, une autre piste peut être envisagée : celle de la thyroïde. Cette association de symptômes peut notamment orienter vers une hypothyroïdie, une affection dans laquelle la glande thyroïde ne produit pas suffisamment d'hormones./ doctissimo.fr/

L'exportation change de cap

L'agroalimentaire polonais à la conquête des marchés africains

M. Gaouar

Dans cette nouvelle configuration, l'Afrique apparaît de plus en plus comme un marché stratégique, porté par sa dynamique démographique, l'urbanisation, l'évolution des habitudes de consommation et le développement progressif des infrastructures commerciales et logistiques. C'est dans cette perspective que s'inscrit l'Africa Food & Trade Forum, nouvelle initiative de POLAGRA, destinée à rapprocher les entreprises agroalimentaires polonaises des marchés africains. Le Forum réunira producteurs, importateurs, représentants des administrations publiques et institutions d'appui à l'exportation, avec l'ambition de transformer les rencontres professionnelles en partenariats commerciaux durables.

L'Afrique, un nouveau relais de croissance pour les exportateurs

Il y a une quinzaine d'années encore, les stratégies d'exportation des entreprises agroalimentaires européennes étaient principalement orientées vers les marchés de l'Union européenne, de l'Amérique du Nord et de l'Asie. La configuration du commerce mondial évolue désormais rapidement. L'Afrique occupe une place croissante dans les stratégies de diversification.

La progression de la population, l'urbanisation accélérée, l'émergence de nouveaux consommateurs, le développement des réseaux de distribution et les investissements dans les infrastructures constituent autant de facteurs susceptibles d'accroître la demande en produits alimentaires transformés, en équipements et en solutions agroalimentaires. Pour les producteurs internationaux, le continent représente ainsi un marché à fort potentiel, mais aussi un environnement qui nécessite une approche différenciée. Les réalités économiques, les habitudes de consommation, les réglementations, les circuits de distribution et les conditions d'accès au marché varient considérablement d'un pays à l'autre. L'enjeu n'est donc pas seulement de vendre davantage, mais de comprendre les marchés, identifier les besoins et construire des partenariats locaux solides.

La Pologne mise sur la compétitivité de son industrie agroalimentaire

Dans cette course à la diversification, la Pologne dispose de plusieurs atouts. Son industrie agroalimentaire a

*De la diversification des exportations à la recherche de nouveaux relais de croissance, la Pologne accélère son ouverture vers l'Afrique.
Le commerce agroalimentaire mondial est en pleine recomposition.
Face à la maturité de certains marchés traditionnels et à l'intensification de la concurrence internationale, les producteurs polonais cherchent de nouveaux relais de croissance.*



progressivement renforcé sa présence sur les marchés internationaux, en s'appuyant notamment sur la modernisation de ses capacités de production, la qualité des produits, le respect des normes sanitaires et une offre capable de s'adapter aux différents marchés. Comme le souligne Filip Bittner, vice-président du directoire de Grupa MTP, le secteur agroalimentaire polonais consolide depuis plusieurs années sa position dans le commerce international.

Les exportations alimentaires polonaises progressent et les produits du pays sont aujourd'hui présents dans plus de 180 pays. Cette performance ne repose toutefois pas uniquement sur la compétitivité-prix. Elle s'appuie également sur la qualité, la modernisation industrielle, les standards de sécurité alimentaire et la capacité des producteurs à adapter leur offre aux attentes de consommateurs différents.

Cette évolution pousse naturellement les entreprises polonaises à rechercher de nouveaux débouchés. Dans un contexte marqué par les transformations géopolitiques, la concurrence sur les marchés européens matures et la nécessité de répartir les risques commerciaux, l'Afrique peut constituer un nouveau pilier de diversification des exportations.

Pourquoi l'Afrique et pourquoi l'Algérie ?

Au-delà de l'approche continentale, la question est aussi celle des portes d'entrée vers les marchés africains.

Dans ce contexte, l'Algérie présente des caractéristiques particulières.

Située au carrefour de l'Europe, de la Méditerranée et de l'Afrique, l'Algérie dispose d'une position géographique qui peut favoriser les échanges entre les entreprises européennes et les marchés africains. Son potentiel agricole, le développement de son industrie agroalimentaire et ses infrastructures portuaires et logistiques constituent également des éléments à prendre en compte dans une stratégie de coopération commerciale.

L'intérêt de l'Algérie réside également dans son appartenance à plusieurs espaces économiques régionaux, notamment la Zone arabe de libre-échange (GAFTA) et la Zone de libre-échange continentale africaine (ZLECAf). Cette configuration peut offrir aux entreprises étrangères une perspective plus large que le seul marché algérien, sous réserve des règles d'origine, des conditions d'accès et des accords effectivement applicables aux produits concernés. Pour les entreprises polonaises, la coopération avec l'Algérie pourrait ainsi être envisagée non seulement sous l'angle de l'exportation de produits finis, mais également à travers les partenariats industriels, la transformation agroalimentaire, la logistique, le transfert de savoir-faire, les équipements et les chaînes de valeur régionales.

L'Africa Food & Trade Forum veut passer du contact au partenariat

C'est précisément sur cette logique que repose l'Africa Food & Trade Forum, organisé dans le cadre de POLAGRA.

L'objectif est de créer un espace permettant aux entreprises polonaises de mieux comprendre les marchés africains et, surtout, d'identifier des partenaires susceptibles de transformer les opportunités commerciales en projets concrets.

Le programme prévoit des présentations consacrées au potentiel de différents marchés, des échanges sur les instruments de soutien à l'exportation ainsi que le Polish Food Export Showcase, destiné à présenter l'offre des producteurs polonais aux partenaires internationaux.

Les rencontres B2B constitueront l'un des principaux temps forts du Forum. Elles permettront aux producteurs, importateurs et distributeurs d'échanger directement sur les besoins du marché, les conditions commerciales, les possibilités de partenariat et les perspectives de coopération à long terme.

Dans le commerce international, la compétitivité d'un produit ne suffit pas toujours à garantir son accès à un nouveau marché. La connaissance du terrain, la confiance entre partenaires et la capacité à construire une relation commerciale durable sont souvent tout aussi déterminantes. De l'exportation de produits à la construction de chaînes de valeur

L'enjeu pour la Pologne ne consiste donc plus uniquement à augmenter le volume de ses ex-

portations alimentaires. Il s'agit également d'identifier les secteurs dans lesquels une coopération plus structurée avec les pays africains peut générer une valeur ajoutée partagée.

Cette approche peut ouvrir la voie à des partenariats allant au-delà de la simple relation fournisseur-client : transformation locale, investissements, équipements agricoles et agroalimentaires, logistique, distribution, formation et développement de nouvelles chaînes de valeur.

Pour les pays africains, l'intérêt peut résider dans l'accès à des technologies, à des équipements et à une expertise industrielle. Pour les entreprises polonaises, la coopération peut offrir de nouveaux débouchés et une présence plus directe sur des marchés en développement.

C'est cette logique de partenariat gagnant-gagnant qui donne tout son sens à l'ouverture de POLAGRA vers l'Afrique.

POLAGRA élargit son réseau international

L'Africa Food & Trade Forum s'inscrit enfin dans une stratégie plus large d'internationalisation de POLAGRA. Depuis plusieurs années, le salon développe notamment le programme Hosted Buyers, qui permet d'accueillir à Poznań des importateurs, distributeurs et acheteurs internationaux afin de faciliter leur rencontre avec les entreprises agroalimentaires polonaises. Avec le nouveau Forum, cette stratégie franchit une nouvelle étape en accordant une attention particulière au continent africain.

L'objectif est clair : faire de la rencontre professionnelle le point de départ d'une coopération commerciale durable, en rapprochant les entreprises, les importateurs, les institutions publiques et les organismes d'accompagnement à l'exportation.

Dans un commerce mondial en pleine recomposition, l'Afrique n'est donc plus seulement perçue comme une destination supplémentaire pour les exportations polonaises. Elle devient progressivement un espace de diversification, de partenariat et de création de nouvelles chaînes de valeur, avec des marchés comme l'Algérie susceptibles de jouer un rôle important dans cette nouvelle dynamique.

Dans le monde un 23 Septembre

- 2019 : Ouverture du procès du (Mediator) contre le groupe pharmaceutique Servier.
- 2014 : Premières frappes de la coalition internationale contre organisation État islamique en Syrie.
- 2008 : Finlande un élève de 22 ans du lycée d'enseignement professionnel de Kauhajoki petite ville du sud-ouest de la Finlande ouvre a tué par balles dix personnes avant de retourner son arme contre lui.
- 2000 : Un accident lors du rallye de l'Yonne fait 5 morts et 9 blessés dans les spectateurs.
- 2000 : Jeux Olympique en Australie, Douillet remporte une médaille d'or en judo.
- 2000 : Jeux Olympique en Australie, Jean Christophe Roland et Michel Andrieux sont champion Olympique en deux sans barreur.
- 2000 : Jeux Olympique en Australie, Jean Noël Ferrari, Brice Guynard, Patrice Lhotellier, Lionel Plumenail, médaille d'or par équipe "escrime fleuret".
- 1999 : Début des bombardements par les forces russes sur la Tchétchénie.
- 1993 : Sydney est choisie pour accueillir les J.O de 2000.
- 1992 : Sortie en salle du film "Lune de fiel" de Roman Polansky.
- 1991 : L'Arménie proclame son indépendance.
- 1990 : Dans le Var des incendies détruisent 12 000 hectares de forêts.
- 1984 : Cérémonie de réconciliation entre la France et l'Allemagne de l'Ouest au cimetière militaire de Verdun.
- 1984 : Premières journées européennes du patrimoine.
- 1980 : L'Irak envahit l'Iran, la guerre va durer huit ans et faire 1,2 millions de morts.
- 1973 : En Argentine, le général Péron est élu président de la République et prend sa femme Isabel comme vice présidente.
- 1969 : André Malraux donne raison à André Breton et Pablo Picasso, en inscrivant "Le Palais Idéal" du facteur Cheval (Hauterives Drôme) à l'inventaire des monuments historiques contre l'avis des fonctionnaires du ministère.
- 1964 : Inauguration du plafond de l'Opéra Garnier peint par Marc Chagall.
- 1954 : Georges Brassens se produit pour la toute première fois sur la scène de l'Olympia.
- 1913 : L'aviateur Roland Garos effectue la première traversée aérienne de la Méditerranée./isere-annuaire.com/

Louis Néel, l'un des pères du magnétisme, Prix Nobel de physique en 1970

PHYSICIEN et cher cheur infatigable, Louis Néel, Prix Nobel de physique (1970) et membre de l'Académie des sciences (1953), est mort vendredi 17 novembre, à Brive, à quelques jours de son quatre-vingt-seizième anniversaire. Ma famille, racontait Louis Néel, espérait que je ferais une carrière dans les lettres. Et puis je suis tombé sur un professeur qui passait deux mois sur un acte de Corneille. Moi, ce qui m'intéressait, c'est ce qu'on peut toucher. » Dès le lycée, le jeune Néel, né le 22 novembre 1904 à Lyon (Rhône), délaisse donc la tragédie classique pour s'adonner avec passion à la géométrie et à la physique, sous la conduite de M. Alardin, un enseignant passionné de radio. « On était à proximité de l'émetteur de la Doua, se souvient Louis Néel, on bricolait des tas d'appareils. » On devine la suite. Ce qui est un jeu

devient très vite une passion. L'élève Néel se révèle si doué qu'il obtient le quatrième accessit de physique au Concours général. Après un ultime galop au lycée Saint-Louis, à Paris, Louis Néel tente d'entrer à l'Ecole normale supérieure. Non sans inquiétude. « On m'avait tellement assuré, dit-il, qu'il était impossible de décrocher le concours dès la première année que je n'ai rien fichu. » Qu'importe. La seconde tentative est la bonne. Louis Néel intègre. A l'arraché. Il y avait « trop de mathématique ». Mais, à vingt-quatre ans, il est premier à l'agrégation de sciences physiques. Avant même que ne soient connus les résultats du concours, il se voit proposer un poste à la faculté des sciences de Strasbourg. Il accepte et rejoint l'Institut de physique du globe où l'on travaille sur le magnétisme. Ce coup de



pouce décide de sa carrière. Le magnétisme sera son jardin. « C'était passionnant, raconte-t-il. On fabriquait tout de A à Z, alors qu'aujourd'hui ils [les chercheurs] courent chez le fabricant du coin pour acheter un potentiomètre. » Toujours ce souci d'être au contact des choses pour mieux les saisir. Louis Néel cherche donc, mais « en s'amusant », et ajoute de nouveaux chapitres à la grande histoire du magnétisme écrite par Pierre Curie, Paul Langevin et Pierre Weiss. A vingt-huit ans, il pose les premiers jalons d'un nouveau phénomène, l'antiferromagnétisme, qui ne sera observé que quelques années plus tard./fr.wikipedia.org/

Le saviez-vous?

Deux jumelles sont nées à un intervalle de 87 jours !



Maria Jones-Elliott, une jeune femme irlandaise, a donné naissance en 2013 à deux jumelles, Amy et Katie. Jusque-là tout est normal, mais ce qui a fait la particularité de ces deux jumelles est qu'elles sont nées à 87 jours d'intervalle. En effet, après avoir donné naissance à Amy, Maria a repris son travail, et trois mois plus tard, elle a accouché de Katie réalisant ainsi un record qui a été inscrit dans le Livre Guinness des records pour le plus long intervalle de temps entre la naissance de deux jumeaux./lesaviezvous.net/

Journée internationale des langues des signes



La Journée internationale des langues des signes, proclamée comme telle par les nations Unies en 2017, est une occasion unique de soutenir l'identité linguistique et la diversité culturelle de toutes les personnes sourdes et malentendantes. Global Leaders Challenge En 2020, la Fédération mondiale des sourds a lancé un défi mondial, le Global Leaders Challenge. Il visait à encourager l'utilisation des langues des signes par les instances locales, nationales et mondiales en partenariat avec les associations nationales de personnes sourdes de chaque pays. D'après la Fédération mondiale des sourds, il existe environ 72 millions de

personnes sourdes dans le monde et 80 % d'entre elles vivent dans des pays en développement.

Pluriel de rigueur Vous vous demandez peut-être pour quelle raison on parle de la journée des langues des signes. Pour la simple raison qu'elles sont nombreuses : les malentendants utilisent collectivement plus de 300 langues des signes différentes. Il s'agit de langues naturelles à part entière, distinctes des langues parlées. Une langue des signes internationale (LSI) - considérée comme une langue véhiculaire de langue des signes - est également utilisée lors de réunions internationales entre groupes./journee-mondiale.com/

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

MEDIA EXPERT

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

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

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

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

POLAGRA

food • horeca • foodtech



Poznań | Poland
23-25.09.2026



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 :

