

MEDIA EXPERT
AGENCE DE PRESSE ET DE COMMUNICATION
Communiquons différemment

LIGNE FERROVIAIRE ALGER-TAMANRASSET

Un levier de développement national et de connectivité avec les pays de la région P.4

SÉCURITÉ ÉNERGÉTIQUE

Cap sur l'accélération des projets P.4



COMMERCE EXTÉRIEUR

Installation de la commission chargée du programme officiel de participation de l'Algérie aux manifestations économiques à l'étranger pour 2027 et 2028 P.2



MEDIA EXPERT COMMUNICATION L.T.D

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

Media Expert
Jeudi 8 Octobre 2026
Quotidien National Economique
N° 2370 - Prix 30 DA

MEDIA EXPERT

AAPI

Rekkache préside une réunion sur le renforcement du suivi des projets

Le Directeur général de l'Agence algérienne de promotion de l'investissement (AAPI), Omar Rekkache, a présidé par visioconférence, une réunion avec les directeurs des guichets uniques décentralisés, consacrée à l'examen des mécanismes de renforcement du suivi de terrain des projets d'investissement enregistrés auprès de l'Agence, dans l'objectif de disposer d'une vision précise sur leur situation et leur état de concrétisation sur le terrain.

Cette démarche s'inscrit dans le cadre de l'orientation de l'Agence vers l'adoption d'un suivi de terrain plus efficace, fondé sur des données actualisées et fiables, permettant de s'enquérir du niveau d'avancement des projets, de la concrétisation des investissements, de l'acquisition et de l'installation des équipements, de la création de postes d'emploi, ainsi que de l'état de préparation des projets et de leur entrée en exploitation, précise un communiqué de l'Agence.

Il a également été question, lors de cette réunion, de l'examen de l'élaboration d'une méthodologie unifiée de suivi de terrain reposant sur l'inspection effective des projets et la documentation de leur état, ce qui permettra de déterminer avec précision le devenir de chaque projet et de faire la distinction entre les projets exploités, les projets en cours de réalisation, les projets à l'arrêt et les projets n'ayant pas encore entamé leurs activités, ajoute le communiqué. Cette approche vise à enrichir la base de données de l'Agence par des données de terrain actualisées, garantissant une vision plus réaliste du volume des investissements concrétisés, de leurs taux d'avancement et des emplois générés, tout en contribuant à l'amélioration de la qualité de l'accompagnement, à l'identification des entraves rencontrées par les investisseurs et à leur traitement en coordination avec les secteurs et instances concernés.

M. Rekkache a souligné, dans ce sens, que ce suivi s'inscrit dans le cadre des missions de l'Agence en matière d'accompagnement des investisseurs, de suivi de près de l'état des projets et d'accompagnement des investisseurs dans la concrétisation de leurs engagements d'investissement.

Cette démarche traduit également le souci de l'Agence d'opérer une transition d'un suivi reposant essentiellement sur des données déclaratives vers un suivi de terrain reflétant avec plus d'exactitude la réalité des projets d'investissement et leur concrétisation effective sur le terrain, conclut la même source.

Rekkache reçoit une délégation du FMI

Le Directeur général de l'Agence algérienne de promotion de l'investissement (AAPI), Omar Rekkache, a reçu au siège de l'Agence, une délégation du Fonds monétaire international (FMI), en visite en Algérie, avec laquelle il a passé en revue les évolutions enregistrées en matière d'amélioration du climat des affaires, indique un communiqué de l'Agence.

La rencontre, qui s'est déroulée en présence d'un représentant de la Banque d'Algérie et de cadres de l'Agence, a permis de passer en revue les principales évolutions qu'a connues le système d'investissement en Algérie, ainsi que les efforts déployés pour améliorer le climat des affaires et renforcer l'attractivité de l'économie nationale pour l'investissement, notamment à travers la simplification des procédures, l'amélioration de l'accompagnement des investisseurs, outre le renforcement de la transparence et de la clarté du cadre régissant l'investissement.

Le rôle de l'AAPI dans l'accompagnement des investisseurs et la facilitation de la concrétisation de leurs projets a été abordé à cette occasion, outre la dynamique que connaissent les investissements nationaux et étrangers en Algérie et les perspectives de leur développement, au service des objectifs de diversification économique, de création de valeur et d'opportunités d'emplois. Les deux parties ont échangé les vues sur les voies à même de poursuivre l'amélioration de l'environnement de l'investissement, de renforcer la confiance des investisseurs, d'appuyer la compétitivité de l'économie nationale et son intégration dans les chaînes de valeur régionales et internationales. Au terme de la rencontre, l'accent a été mis sur l'importance de poursuivre le dialogue et l'échange d'expertises sur les questions liées à l'investissement et au climat des affaires, de manière à contribuer aux efforts de réforme et à renforcer l'attractivité de l'Algérie en tant que destination d'investissement.

Air Algérie

Reprise des vols vers Tripoli fin octobre

La compagnie nationale Air Algérie reprendra, à partir du 28 octobre, ses vols à destination de Tripoli (Libye), à raison de deux vols par semaine, a appris l'APS auprès de la compagnie.

Cette ligne desservira l'aéroport international de Mitiga (le nouvel aéroport) dans la capitale libyenne les mercredis et vendredis.

Elle s'inscrit dans le cadre du renforcement des dessertes aériennes au départ et à destination des différentes capitales africaines, permettant ainsi à l'aéroport international d'Alger (Houari-Boumediene) de renforcer son statut de "hub", conformément à la dynamique que connaît le transporteur national, notamment après le renforcement de sa flotte par de nouveaux appareils. Dans ce cadre, plusieurs lignes ont été récemment ouvertes ou relancées vers plusieurs villes d'Afrique, d'Europe et d'Asie, notamment vers N'Djamena (Tchad), Libreville (Gabon), Luanda (Angola), Manchester (Royaume-Uni), Berlin (Allemagne) et Doha (Qatar).

Commerce extérieur

L'Algérie prépare son programme de participation aux manifestations économiques à l'étranger pour 2027-2028



Le ministre du Commerce extérieur et de la Promotion des exportations, Kamel Rezig, a présidé l'installation d'une commission multisectorielle chargée d'élaborer le programme officiel de participation de l'Algérie aux foires, salons et manifestations économiques et commerciales à l'étranger pour les années 2027 et 2028.

La commission, qui regroupe des représentants de plusieurs secteurs ministériels, organismes publics ainsi que des organisations et associations professionnelles, aura pour mission de mettre en place un programme « officiel et intégré » permettant de mieux orienter la présence économique algérienne sur les marchés extérieurs.

Elle devra notamment identifier les manifestations les plus pertinentes pour les entreprises nationales et programmer des foires consacrées aux produits algériens sur les marchés présentant les meilleures opportunités commerciales et les plus fortes perspectives de développement des exportations.

Lors de cette rencontre, M. Rezig a insisté sur la nécessité d'accorder une place prioritaire au marché africain, au regard de son potentiel commercial et des opportunités qu'il offre aux entreprises algériennes pour développer leurs activités, accroître leurs exportations et conquérir de nouvelles parts de marché.

Le ministre a également appelé à renforcer la présence économique et commerciale de l'Algérie en Afrique, en veillant à ce que la participation aux différentes manifestations débouche sur des partenariats concrets et des opérations d'exportation effectives.

Il a, dans ce cadre, plaidé pour une approche plus rigoureuse dans la sélection des salons et marchés ciblés, fondée sur des critères économiques et commerciaux précis. Cette démarche devra notamment prendre en compte les spécificités de chaque marché, la demande pour les produits algériens, les secteurs disposant d'un fort potentiel à l'export ainsi que les possibilités de partenariats et de conclusion de contrats commerciaux.

« La participation algérienne aux foires et salons économiques internationaux doit dépasser la présence traditionnelle et la simple présentation des produits », a souligné M. Rezig, estimant qu'elle doit désormais constituer un véritable instrument d'ouverture des marchés et de mise en relation des exportateurs algériens avec les acheteurs, importateurs et distributeurs étrangers.

L'objectif est ainsi de transformer la participation aux manifestations internationales en levier de prospection commerciale, capable de générer des résultats tangibles pour les entreprises algériennes, à travers la conclusion de contrats, la création de partenariats et l'accès à de nouveaux débouchés.

Le ministre a également mis l'accent sur l'organisation de foires dédiées aux produits algériens dans plusieurs marchés extérieurs, notamment ceux considérés comme prioritaires. Ces manifestations devraient permettre de promouvoir directement le « Made in Algeria » et de faciliter les contacts entre les entreprises nationales et leurs homologues étrangères.

M. Rezig a enfin appelé l'ensemble des secteurs concernés, organismes publics et organisations professionnelles à contribuer à l'élaboration d'un programme cohérent et intégré, reposant sur des critères économiques clairs.

Ce programme devra tenir compte des capacités de production et d'exportation des entreprises algériennes, des caractéristiques des marchés extérieurs et des opportunités commerciales propres à chaque destination. La coordination entre les différents intervenants sera, à ce titre, essentielle pour aligner le programme de participation aux objectifs de la politique nationale de promotion des exportations et concentrer les efforts sur les marchés offrant les meilleures perspectives aux produits algériens. M.Gaouar

REVADE 2026

Une forte participation nationale et internationale attendue à Alger

La 10e édition du Salon international de la récupération et de la valorisation des déchets (REVADE 2026) s'ouvre jeudi au Palais des expositions des Pins maritimes à Alger, avec la participation attendue d'au moins 150 entreprises algériennes et de plusieurs sociétés étrangères.

Organisée par les ministères de l'Environnement et de la Qualité de la vie, et du Commerce intérieur et de la Régulation du marché national, sous le slogan « Une économie circulaire durable : enjeux et perspectives », cette nouvelle édition réunira un large éventail d'acteurs publics et privés activant dans le domaine de la gestion et de la valorisation des déchets.

Des entreprises et organismes publics, des opérateurs économiques, des investisseurs, des porteurs de projets et des start-up prendront part à cette manifestation, aux côtés de sociétés étrangères venues notamment d'Allemagne, d'Italie, de Chine, de Belgique, du Rwanda et du Sultanat d'Oman, ainsi que de représentants de l'Organisation internationale du travail (OIT).

Cette participation nationale et internationale devrait favoriser les échanges d'expertise, d'expériences et de technologies dans les domaines de l'économie circulaire, du traitement et de la valorisation des déchets.

Prévu sur trois jours, le REVADE 2026 se veut également un espace de dialogue et de coopération entre les différents maillons de la chaîne de valeur. Il réunira notamment les entreprises de collecte et de transport des déchets, les opérateurs du tri sélectif, les centres d'enfouissement technique (CET), les centres d'incinération ainsi que les entreprises spécialisées dans la transformation et le recyclage.

La manifestation verra également la participation de producteurs et fournisseurs de matières premières recyclées, de fabricants d'équipements de collecte, de transport et de recyclage, ainsi que de fournisseurs de solutions technologiques, bureaux d'études et de conseil, instituts et établissements de formation.

Des établissements financiers, des compagnies d'assurance et différents organismes publics seront également présents, illustrant la volonté de réunir l'ensemble des acteurs nécessaires au développement d'une véritable filière industrielle de valorisation des déchets.

Transformer les déchets en ressources

À travers cette nouvelle édition, le REVADE entend renforcer la place de l'économie circulaire dans la diversification de l'économie nationale, en favorisant le développement des activités de collecte, de tri, de traitement, de recyclage et de valorisation des déchets.

L'objectif est notamment de transformer les déchets en matières premières pouvant être réintroduites dans les processus industriels, réduisant ainsi le gaspillage de ressources et favorisant l'émergence de nouvelles activités économiques.

Le salon ambitionne également de stimuler l'investissement national et étranger dans le secteur de la gestion et de la valorisation des déchets, tout en encourageant le transfert de technologies et de savoir-faire.

Cette dynamique devrait contribuer à l'émergence d'un tissu industriel national spécialisé dans le recyclage et la valorisation, avec à la clé la création de nouvelles opportunités d'emploi et le développement de métiers liés à l'économie verte.

Pour les organisateurs, REVADE 2026 constitue ainsi une occasion de renforcer la transition vers un système intégré permettant de valoriser les déchets et de réintroduire les matières récupérées dans le cycle économique.

Une orientation qui s'inscrit dans les objectifs de développement durable, de préservation des ressources et de diversification de l'économie nationale, en faisant des déchets non plus seulement une contrainte environnementale, mais également une source de valeur, d'investissement et d'emplois.A.B.

Algérie-Italie

La coopération dans la mécanisation agricole au centre d'un forum à Alger



Les opportunités de coopération dans le domaine de la mécanisation agricole comme axe majeur de la modernisation du secteur agricole algérien, ont été au centre d'un forum économique algéro-italien qui s'est tenu à Alger.

Intervenant à cette occasion, le directeur de l'investissement agricole au ministère de l'Agriculture, du Développement rural et de la Pêche, Zahreddine Salhi, a indiqué que l'Algérie misait sur l'accélération de la mécanisation agricole pour optimiser les opérations de récolte et réduire les pertes post-récolte, notamment à travers l'introduction de nouvelles technologies et le développement de l'agriculture de précision.

Il a cité, à ce titre, le recours aux drones, à la télédétection et à l'intelligence artificielle, ainsi qu'aux systèmes d'irrigation économes en eau, particulièrement dans les grands périmètres agricoles du sud du pays.

M. Salhi a également relevé les possibilités de coopération avec les partenaires étrangers, notamment italiens, dans le domaine de la mécanisation et de la modernisation des exploitations agricoles, citant le mégaprojet agro-industriel algéro-italien dans la wilaya de Timimoun, comme un modèle de partenariat dans ce domaine.

De son côté, la directrice générale adjointe des relations commerciales bilatérales avec les pays européens au ministère du Commerce extérieur et de la Promotion des exportations, Louisa Nesnes, a énuméré les créneaux pouvant contribuer à diversifier les échanges entre l'Algérie et l'Italie, notamment les équipements et machines agricoles ainsi que les matériaux de construction.

L'ambassadrice d'Italie en Algérie, Alessandra Schiavo, a relevé, de son côté, que cette mission s'inscrit dans la continuité des échanges bilatéraux dans le secteur agricole.

Elle a indiqué que l'Algérie connait une transformation de son secteur agricole, avec l'augmentation de la production et l'extension des surfaces cultivées dans le sud du pays, soulignant que "l'expérience et les technologies italiennes peuvent apporter une contribution concrète" dans ce domaine.

Organisée les 28 et 29 septembre à Alger par l'Agence italienne pour le commerce extérieur (ICE), en collaboration avec FederUnacoma, une mission italienne réunissant des entreprises activant dans les machines agricoles, la numérisation, l'irrigation intelligente, les pépinières de fruits et légumes et le stockage, est en visite à Alger pour participer au forum, à des rencontres B2B et visiter des fermes agricoles.

Selon Mme Schiavo, la mission devrait "favoriser le développement de partenariats industriels et les échanges de savoir-faire entre les opérateurs des deux pays".

Pour sa part, Fabio Ricci, représentant de FederUnacoma, la Fédération italienne des fabricants de machines agricoles, de matériels de jardinage et de leurs composants, a souligné le potentiel de partenariat entre les entreprises des deux pays, notamment à travers le transfert de technologies et la mise en place de solutions adaptées aux besoins du secteur agricole algérien.APS

Des experts saluent la décision du président de la République de consacrer un Conseil des ministres au secteur

Des experts économiques ont salué la décision du président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, de consacrer un Conseil des ministres au secteur de l'agriculture, soulignant l'importance de cette réunion dans l'évaluation de la situation du secteur et l'anticipation de ses perspectives, tout en prenant des mesures visant à améliorer son efficacité en tant que secteur stratégique, notamment à la lumière de l'essor que connaît l'agriculture algérienne ces dernières années, particulièrement en matière d'organisation, de numérisation et d'investissement. Lors de la réunion du Conseil des ministres qu'il a présidée dimanche, le président de la République a demandé au ministre de l'Agriculture et au Secrétaire général du Gouvernement de consacrer un conseil des ministres au secteur de l'agriculture.

Dans ce cadre, l'expert économique Mourad Kouachi a affirmé que la décision de consacrer un Conseil des ministres au secteur de l'agriculture reflète l'importance stratégique accordée par le président de la République à ce secteur qui "a connu de grands succès durant la période écoulée, devenant le deuxième secteur contribuant à l'économie nationale, avec près de 15% du PIB, alors que la valeur de la production agricole nationale dépasse 37 milliards de dollars".

L'expert a expliqué que l'Algérie est parvenue, ces des dernières années, à atteindre l'autosuffisance dans plusieurs filières principales, enregistrant une avancée notable dans la filière céréalière, notamment le blé dur, faisant observer que l'Algérie figurait, jusqu'à une période récente, l'un des plus grands importateurs de blé au monde, "des budgets se chiffrant en milliards de dollars étant consacrés chaque année à l'importation des céréales".

Selon lui, l'Algérie est aujourd'hui en mesure d'atteindre l'autosuffisance dans plusieurs filières stratégiques, soulignant les efforts en cours au sein du secteur, notamment en matière d'organisation et de régulation du foncier agricole, ainsi que de numérisation, à laquelle l'Etat accorde "une grande importance" ces derniers temps afin de donner un nouvel élan au secteur.

De son côté, l'expert en développement international, Abderrahmane Hadef, a salué la décision de consacrer un Conseil des ministres au secteur de l'agriculture, estimant qu'il sera l'occasion d'évaluer l'état du secteur agricole et de prendre les mesures nécessaires pour améliorer son efficacité, se félicitant des "grands progrès" réalisés récemment par le secteur dans la contribution à la sécurité alimentaire.

M. Hadef a, à ce propos, souligné l'importance d'examiner les moyens à même de soutenir les grands projets, notamment dans les filières prioritaires telles que les céréales, le lait, les viandes, notant que cette réunion constituera également une occasion de passer en revue les mesures destinées à soutenir l'activité des différents offices relevant du secteur, notamment ceux chargés de la gestion du foncier agricole, ainsi que l'Office national interprofessionnel du lait et des produits laitiers (ONIL).

L'intervenant a précisé que ces organismes sont devenus parmi les principaux mécanismes d'accompagnement des grands investissements, mettant en avant leur rôle dans le renforcement et l'amélioration de la disponibilité des produits de large consommation, en les dotant de capacités, de moyens et de ressources, leur permettant ainsi de réguler le marché et de garantir l'abondance.

De son côté, l'expert en agriculture Laâla Boukhalfa, a salué la décision de consacrer un Conseil des ministres au secteur de l'agriculture, soulignant que cette rencontre intervient dans un contexte marqué par les mutations importantes et sans précédent que connaît le secteur, notamment les préparatifs de la loi d'orientation agricole modifiée, qui permettra, a-t-il expliqué, d'établir un diagnostic de terrain pour chaque filière et de l'adapter aux spécificités géographiques et climatiques de chaque région.

L'expert a ajouté que l'Algérie couvre aujourd'hui près de 75 % de ses besoins en produits agricoles grâce à la production locale, notamment en légumes, fruits, blé dur et légumineuses, mettant en avant les grands projets agricoles en cours de réalisation à travers le pays, dans le cadre de la vision prospective du président de la République. Il a, en outre, insisté sur l'importance de l'élaboration d'une feuille de route pour le secteur, afin d'assurer une meilleure organisation des différentes filières agricoles et d'accélérer le processus de modernisation et de numérisation. APS

Algérie-Espagne

Signature de deux accords de coopération dans la filière des viandes rouges

Deux accords de coopération dans la filière des viandes rouges, ont été signés entre des organismes algériens et espagnols, en marge d'une rencontre bilatérale sous le thème "Unir les marchés, renforcer le secteur".

Le premier accord a été signé entre l'Algérienne des viandes rouges (ALVIAR) et les organisations interprofessionnelles espagnoles INTEROVIC et PROVACUNO, et le deuxième entre ces dernières et le Syndicat national des importateurs de viandes rouges.

A cette occasion, le Président directeur général d'ALVIAR (filiale du groupe AGROLOG), Mohamed Rezgui, a affirmé que la convention-cadre qui vient d'être signée avec les deux organismes espagnols vise notamment à favoriser l'échange d'informations et d'expériences, l'amélioration des races animales ainsi que la coopération dans le domaine logistique.

Par ailleurs, concernant les préparatifs pour le mois de Ramadhan, le même responsable a fait savoir que le groupe AGROLOG prend, conformément aux directives du président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, et en coordination avec le ministère du Commerce, toutes les dispositions nécessaires pour répondre à la demande durant le mois sacré.

Pour sa part, le porte-parole du Syndicat national des importateurs algériens de viandes rouges, Sofiane Bahbou, a indiqué que les préparatifs pour le mois du Ramadhan étaient engagés près de six mois à l'avance, soulignant que "toutes les quantités nécessaires seront importées" afin d'éviter toute rupture d'approvisionnement.

Il a également souligné que le partenariat avec les opérateurs espagnols devrait favoriser leur implantation en Algérie, notamment dans la modernisation des abattoirs et le développement de l'élevage intensif dans le Sud, à travers l'apport de technologies et de savoir-faire.

De son côté, l'ambassadeur d'Espagne en Algérie, M. Ramiro Fernandez Bachiller, a exprimé la volonté de son pays, premier fournisseur de viandes rouges de l'Algérie, d'aller au-delà des échanges commerciaux pour développer une coopération bilatérale durable dans le secteur de l'élevage.

La conseillère économique et commerciale de l'ambassade, Cristina E. Olazabal Valiente, a rappelé pour sa part que l'Algérie constituait la première destination hors Union européenne des exportations espagnoles de viande bovine.

La rencontre s'est clôturée par des rencontres B2B entre les opérateurs économiques algériens etespagnols, consacrées à l'examen des opportunités de coopération et de partenariat dans la filière des viandes rouges.

Le ministre de l'Agriculture participe à Oslo au Sommet économique Pays Nordiques-Afrique

Chargé par le président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, le ministre de l'Agriculture, du Développement rural et de la Pêche, Sid Ali Khaldi, conduit, dans le cadre d'une visite de travail, la délégation algérienne participant à la 15e édition du Sommet économique Pays Nordique-Afrique (Nordic-Africain Business Summit), qui se tiendra dans la capitale norvégienne, Oslo, le 8 octobre, avec l'Algérie comme invité d'honneur spécial.

Selon un communiqué du ministère, cette manifestation, organisée annuellement depuis 2011, constitue "la principale plateforme économique dédiée au continent africain dans la région des pays nordiques".

Elle vise à examiner les opportunités de coopération entre les opérateurs économiques, les investisseurs et les décideurs africains et leurs homologues des pays d'Europe du Nord, précise la même source.

A la veille de la tenue de ce sommet, la manifestation "Algerian Day" sera organisée, durant laquelle seront mises en avant les potentialités économiques et culturelles de l'Algérie, ajoute le communiqué.

Rezig examine avec l'ambassadeur jordanien la réactivation du Conseil d'affaires algéro-jordanien

Le ministre du Commerce extérieur et de la Promotion des exportations, M. Kamel Rezig, a reçu l'ambassadeur du Royaume hachémite de Jordanie, M. Ahed Sweidat, avec lequel il a examiné l'état et les perspectives de promotion de la coopération économique et commerciale entre les deux pays, soulignant l'importance de la réactivation du Conseil d'affaires algéro-jordanien, indique un communiqué du ministère. Lors de la rencontre tenue au siège du ministère, les deux parties ont abordé les perspectives de développement des relations entre l'Algérie et la Jordanie dans les différents domaines économiques, et de renforcement de l'échange commercial entre les deux pays, précise la même source.

Cette rencontre a été l'occasion de mettre en avant l'importance de la réactivation du Conseil d'affaires algéro-jordanien, en tant que mécanisme pratique visant à rapprocher les communautés d'affaires des deux pays, à renforcer les contacts directs entre les entreprises économiques, et à explorer les opportunités de partenariat et d'investissement, de manière à contribuer à l'élargissement et à la diversification des échanges commerciaux, conclut le communiqué.

Bouzegza insiste sur l'accélération de la réalisation des projets d'approvisionnement en eau potable à travers les différentes wilayas

Le ministre de l'Hydraulique, Lounès Bouzegza, a présidé une séance de travail consacrée au suivi de l'état d'avancement des projets structurants et stratégiques supervisés par l'Algérienne des eaux (ADE), au cours de laquelle il a instruit d'accélérer le lancement et la réalisation des projets dans les délais fixés, indique un communiqué du ministère.

La réunion qui s'est déroulée, en présence de cadres de l'administration centrale, du directeur général de l'ADE et de ses cadres, a permis de passer en revue l'état d'avancement de plusieurs projets en cours de réalisation, ainsi que ceux ayant atteint la phase de préparation de leur lancement, notamment ceux visant à renforcer les capacités d'approvisionnement en eau portable et à soutenir la sécurité hydrique à travers les différentes régions du pays.

La réunion était également l'occasion d'évoquer les préparatifs pour le lancement des projets de raccordement aval des nouvelles stations de dessalement de l'eau de mer de Tlemcen, Mostaganem et Chlef, via un réseau de conduites de transfert de plus de 250 km, dans le but de soutenir et d'élargir les capacités d'approvisionnement des wilayas de l'intérieur du pays en eau portable.

Les projets suivis ont concerné, en outre, la préparation du lancement du projet d'alimentation en au de Tinzaouatine à partir de la nappe aquifère de Tanezrouft, sur une longueur de 248 km dans la wilaya d'In Guezzam, ainsi que le projet de raccordement du système de Koudiet Acerdoune (Bouira) à la station de dessalement de l'eau de mer de Cap Djinet (Boumerdès).

Ces projets prévoient aussi le renforcement de l'alimentation en eau de la ville d'El Eulma et des communes de la région Nord-Est à partir du barrage de Draa Dis, ainsi que le renforcement de l'approvisionnement de six communes dans la wilaya de Mila et de deux communes dans la wilaya de Jijel à partir du barrage de Tabellout.

Le projet d'alimentation en eau des communes de Souk Ahras, Mechroha et Ouled Driss à partir du barrage d'Oued Djedra a également fait l'objet d'un suivi, de même que le projet de transfert des eaux brutes du barrage d'Oued Djedra vers le barrage d'Ain Dalia, ainsi que le projet d'alimentation en eau potable de la commune de Settara à partir du barrage de Boussiaba (Jijel).

Il a également été question des projets d'extension de la station de traitement des eaux du barrage de Tilesdit (Bouira) et de la station de traitement de Koudiat Medouar (Batna), ainsi que de la réalisation de deux stations de déminéralisation dans les wilayas de Tindouf et d'In Salah.

A cette occasion, M. Bouzegza a insisté sur la nécessité d'accélérer les procédures et finaliser les préparatifs nécessaires au lancement des projets dans les meilleurs délais, en veillant au respect des délais contractuels et en rattrapant les retards enregistrés dans certains projets, afin de contribuer au renforcement de la sécurité hydrique et de garantir la continuité de l'alimentation en eau potable à travers les différentes régions du pays, conclut le communiqué.

CONDOLÉANCES

« À la suite du décès de
Monsieur Boualem Boualem,
Directeur de Cabinet de la Présidence de la République,
l'**ensemble du personnel du quotidien national Média Expert, à sa tête la Directrice**,
présente ses sincères condoléances
ainsi que sa profonde compassion à la famille
et aux proches du défunt.
Nous prions le Seigneur Tout-Puissant d de lui accorder
Sa sainte miséricorde, de l'accueillir en Son vaste Paradis,
d'honorer sa demeure, de faire de sa tombe un jardin du Paradis,
et d'inspirer à ses proches la force et le réconfort.
À Dieu nous appartenons et à Lui nous retournons. »

CONDOLÉANCES

على إثر المصاب الجلل الذي ألمّ بأسرة الدولة الجزائرية، إثر وفاة المغفور له بإذن الله تعالى، السيد بوعلام بوعلام، مدير ديوان رئاسة الجمهورية، تتقدّم المؤسسة الوطنية للاتصال، النشر والإشهار بأصدق عبارات التعازي والمواساة، سائلين المولى عزّ وجلّ أن يتغمّده بواسع رحمته، وأن يسكنه فسيح جناته، وأن يكرم نزله، ويجعل قبره روضةً من رياض الجنة، وأن يلهم أهله وذويه جميل الصبر والسلوان.

وتقديرًا لجسامة هذا المصاب الأليم، واحترامًا لمقام الفقيد ولحرمة هذا الظرف، تعلن المؤسسة الوطنية للاتصال، النشر والإشهار عن تأجيل حفل تسليم جوائز الطبعة الثامنة من الجائزة الكبرى آسيا جبار للرواية لسنة 2026، الذي كان مقررًا تنظيمه يوم الخميس 08 أكتوبر 2026، إلى موعد لاحق سيتم تحديده والإعلان عنه في حينه.

وإذ تتقدّم المؤسسة إلى ضيوفها الكرام، من شخصيات وطنية وثقافية وإعلامية، بخالص عبارات الاعتذار والتقدير، فإنها تعبّر عن بالغ امتنانها لتفهّمهم ومراعاتهم لخصوصية هذا الظرف الاستثنائي، مؤكدةً أن الموعد الأدبي سيُستأنف في موعده الجديد، بما يليق بمكانة الجائزة واسم الأديبة الراحلة آسيا جبار، وبالمقام الرفيع لضيوفها الكرام.

Sécurité énergétique

Cap sur l'accélération des projets



Le ministre de l'Energie et des Energies renouvelables, Mourad Adjal, a appelé à accélérer la mise en œuvre des programmes et projets prioritaires du secteur, afin de renforcer la sécurité et la stabilité de l'approvisionnement énergétique et de répondre à l'évolution de la demande nationale.

M. Adjal a présidé, au siège du ministère, une réunion de travail du comité de coordination du secteur consacrée au suivi de plusieurs dossiers stratégiques liés notamment à la production, au transport de l'énergie et aux projets structurants, a indiqué un communiqué du ministère.

La rencontre, tenue en présence de cadres du secteur et de responsables des entreprises et organismes concernés, a permis de faire le point sur l'état d'avancement des différents programmes et d'examiner les mesures à prendre pour garantir leur réalisation dans les délais arrêtés.

Les participants ont notamment passé en revue le plan d'action de production pour la période 2027-2035, le plan d'affaires de General Electric Algeria Turbines (GEAT), ainsi que le plan d'action du transport prévu dans le cadre du schéma d'investissement pour 2027. Les principaux projets structurants du secteur ont également été examinés.

La réunion a, par ailleurs, porté sur plusieurs dossiers directement liés à la sécurisation de l'approvisionnement énergétique, notamment au niveau du Grand Alger. Les capacités de stockage des centrales, ainsi que la situation des centrales de Tébessa, Adrar et Tamanrasset, ont fait l'objet d'un examen particulier.

Le dossier relatif aux chefs de postes de transformation relevant de la filiale du groupe Sonelgaz, le Gestionnaire du réseau de transport d'électricité (GRTE), figurait également à l'ordre du jour.

Au terme de la réunion, le ministre a donné des instructions pour assurer un suivi rigoureux et continu des différents dossiers examinés et accélérer le rythme de réalisation des programmes et projets prioritaires.

Il a également insisté sur la nécessité de renforcer la coordination entre les différentes entreprises et instances concernées, afin d'améliorer l'efficacité de l'exécution des projets et de consolider durablement la sécurité et la stabilité de l'approvisionnement énergétique. Cette démarche vise, en définitive, à accompagner la croissance de la demande nationale et à garantir une disponibilité énergétique suffisante, dans un contexte marqué par l'importance croissante des infrastructures de production, de transport et de stockage. B.S.

Ligne ferroviaire Alger-Tamanrasset

Un levier de développement national et de connectivité avec les pays de la région

Des économistes ont mis en avant l'importance de la ligne ferroviaire Alger-Tamanrasset et la portée stratégique multidimensionnelle de ce projet, qui dépasse le seul cadre du transport pour soutenir l'économie nationale dans son ensemble et ouvrir de nouveaux débouchés aux produits algériens dans les pays du Sahel, estimant que cette infrastructure confère à l'Algérie plusieurs atouts sur le plan géostratégique, au regard de son impact sur le renforcement des liens socioéconomiques, notamment avec les pays voisins frères.

Les experts ont indiqué à l'APS que cette ligne a vocation à renforcer l'attractivité des wilayas du Sud auprès des investisseurs, à contribuer à réduire les coûts de transport des marchandises et à améliorer l'approvisionnement, tout en créant les conditions propices à l'émergence de nouvelles activités économiques, industrielles et logistiques, de nature à favoriser une meilleure intégration des wilayas du Sud dans le circuit économique national.

Dans ce cadre, l'économiste Ishak Kherchi a précisé que l'importance stratégique de la ligne ferroviaire reliant Alger à Tamanrasset réside dans sa capacité à interconnecter l'Algérie économiquement et éographiquement, dans la mesure où elle traverse plusieurs villes du Nord au Sud, tout en reliant les zones de production aux marchés et les centres économiques aux régions frontalières.

Le président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, avait ordonné, lors de la réunion du Conseil des ministres qu'il a présidée dimanche, le lancement immédiat des projets ferroviaires relatifs aux tronçons Laghouat-El Meniaa-In Salah-Tamanrasset, en tant que "priorité absolue", tout en insistant sur la nécessité de réceptionner l'ensemble du projet d'ici la fin de l'année 2028.

Dans ce contexte, M. Kherchi a relevé que la véritable portée du projet dépasse le seul cadre du transport pour s'étendre à la réorganisation de l'espace économique national, en tant qu'infrastructure au service des exportations, soulignant que ce projet redéfinira le rôle économique des wilayas du Sud et en fera un espace propice à l'investissement, à la production et au transit vers les marchés des pays africains.

UNE ARTÈRE ÉCONOMIQUE AU SERVICE DU RENFORCEMENT DES LIENS AVEC LES PAYS VOISINS FRÈRES

Cette ligne ferroviaire deviendra une véritable artère économique pour les wilayas du Sud, en facilitant les déplacements des citoyens, en réduisant le coût du transport de marchandises, en soutenant l'approvisionnement et en favorisant l'émergence de nouvelles activités économiques autour des gares, des centres de services et des zones industrielles et logistiques, a expliqué l'expert.

"La ligne ferroviaire vers Tamanrasset fait partie d'un ensemble plus vaste visant à assurer la connectivité africaine, et c'est là que l'idée de l'Algérie comme porte d'entrée de l'Afrique prend tout son sens, non pas comme un simple slogan, mais comme une réalité concrète", a-t-il ajouté, estimant que ce projet confortera l'orientation de l'Algérie vers le renforcement de sa coopération avec les pays du Sahel et contribuera à l'acheminement des produits algériens vers plusieurs pays africains à des prix compétitifs.

La dimension continentale du projet s'inscrit dans le cadre de l'orientation stratégique de l'Algérie visant à renforcer son rôle au service de l'intégration africaine, tout en faisant du Sud un espace économique créateur de richesses, a-t-il dit, ajoutant que la ligne ferroviaire insufflera, à moyen terme, une plus grande dynamique aux exportations algériennes vers les pays du continent, notamment les produits hors hydrocarbures.

Dans ce cadre, l'expert a estimé que l'Algérie est en mesure de passer progressivement d'un volume limité d'exportations à la mise en place de flux réguliers de biens et de services vers les pays du Sahel, pouvant même devenir une "plateforme de transit vers et depuis ces pays", soulignant, à ce propos, l'impact de cette infrastructure sur le renforcement des liens socioéconomiques entre l'Algérie et les pays africains, notamment les pays voisins frères.

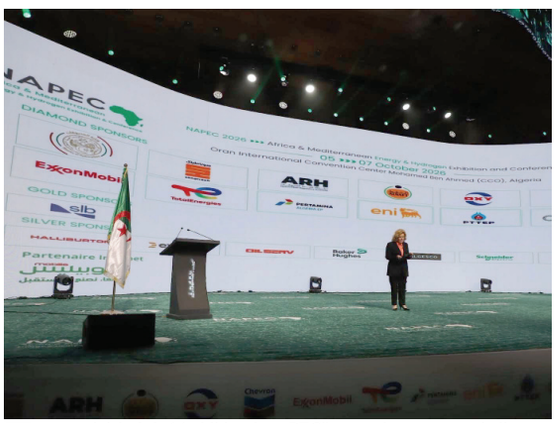
Pour sa part, l'économiste Mourad Kouachi a qualifié la ligne ferroviaire Alger-Tamanrasset de "projet stratégique par excellence", à même de renforcer l'intégration économique entre les wilayas, tout permettant le transport de grandes quantités de biens sur de longues distances à moindre coût par rapport aux autres moyens de transport.

Ce projet s'inscrit dans le cadre d'une vision globale de développement des wilayas du Sud, permettant d'attirer des investissements, notamment pour l'exploitation des ressources minières et minérales dont elles disposent, a ajouté M. Kouachi, soulignant que ce projet renforcera également les échanges commerciaux entre l'Algérie et les pays du Sahel.

Cette ligne ferroviaire constituera in fine un axe logistique vers plusieurs pays africains, en particulier les pays enclavés du Sahel, qui seront reliés aux ports algériens via cette ligne, qui s'ajoute à la route transsaharienne, a-t-il soutenu.APS

NAPEC 2026

Eloge international sur l'importance d'un rendez-vous économique majeur



Les activités de la 14e édition du Salon et Congrès africain et méditerranéen de l'énergie et de l'hydrogène "NAPEC-2026", qui se poursuivent au Centre des conventions Mohamed Benahmed d'Oran, se distinguent par de nombreux éloges exprimés par les exposants et les experts quant à l'importance de ce rendez-vous économique majeur.

Plusieurs participants ont souligné, dans des déclarations à l'APS, que cette manifestation constitue un "espace central" réunissant différents acteurs et opérateurs de l'industrie énergétique de nombreux pays.

Ils ont, en outre, estimé que cette manifestation permet notamment de présenter des solutions et des innovations technologiques, de faire connaître les capacités industrielles disponibles, ainsi que de renforcer les partenariats dans les domaines des hydrocarbures, des énergies renouvelables, des technologies de l'hydrogène et des équipements destinés aux champs et aux installations pétrolières.

La présence internationale au "NAPEC" apparaît comme un indicateur fort de la position stratégique dont bénéficie l'Algérie en tant que destination fiable et attractive pour les investissements et les partenariats industriels.

Dans ce contexte, des exposants algériens ont souligné l'importance de cette édition, qui permet un contact direct avec les fabricants étrangers, soulignant que le salon constitue une occasion d'examiner les possibilités de conclure des accords de coopération et des partenariats prometteurs dans le secteur énergétique.

De son côté, John Lin, directeur marketing du groupe chinois "TGV Valve", spécialisé dans la fabrication de vannes industrielles, a indiqué que la participation de l'entreprise au "NAPEC-2026" représente une "étape importante pour se rapprocher des grandes entreprises énergétiques en Algérie», soulignant l'intérêt du groupe pour la mise en place de partenariats dans les domaines de l'équipement et de la maintenance.

Huang Huasheng, ingénieur commercial international au sein de la société chinoise "Debemou" spécialisée dans les technologies des pompes, a également relevé que "le marché algérien est considéré comme l'un des marchés les plus dynamiques et à la croissance la plus rapide dans le secteur de l'énergie en Afrique et en Méditerranée".

Il a ajouté que la participation de l'entreprise vise à présenter des technologies modernes destinées aux systèmes de pompage et au traitement des hydrocarbures, précisant que la société souhaite explorer les opportunités de coopération avec les acteurs algériens.

Par ailleurs, le salon connaît une large participation européenne. Le pavillon italien, qui participe pour la première fois de manière collective, a suscité l'intérêt des visiteurs grâce à la présence de 13 entreprises, dans le but de développer leurs activités sur le marché national dans les domaines de la transition énergétique et des services industriels.

De leur côté, les représentants d'entreprises spécialisées dans les équipements de forage et les pièces de rechange destinés aux champs pétroliers ont également salué la qualité des échanges professionnels, soulignant que le salon offre une plateforme directe pour communiquer avec les équipes d'ingénierie et de maintenance sur le terrain des compagnies pétrolières afin d'examiner les possibilités de coopération.

A noter que la 14e édition de " NAPEC 2026", organisée du 5 au 7 octobre courant, réunit plus de 450 exposants et 230 intervenants, parmi lesquels des responsables du secteur industriel et des experts internationaux, pour débattre de questions majeures liées au futur mix énergétique, à la sécurité des approvisionnements, à la décarbonation et au développement des technologies de l'hydrogène.

Le dessalement de l'eau, un outil stratégique pour renforcer la sécurité hydrique et soutenir l'industrie pétrochimique

Le dessalement de l'eau de mer constitue désormais un outil stratégique pour renforcer la sécurité hydrique nationale et soutenir le tissu industriel, notamment le secteur de la pétrochimie, a souligné l'assistant du président-directeur général de la Société algérienne de dessalement de l'eau, filiale du groupe Sonatrach, Mouloud Hachlaf.

Dans une déclaration à l'APS, en marge de la 14e édition du Salon et Conférence de l'Afrique et du Bassin méditerranéen sur l'énergie et l'hydrogène (NAPEC 2026), qui se poursuit pour la deuxième journée consécutive, au Centre des conventions Mohamed Benahmed, M. Hachlaf a indiqué que les services assurés par les stations de dessalement d'eau de mer se sont élargis pour inclure l'approvisionnement en eau des grands pôles industriels.

Il a notamment précisé que la station Kahrama, relevant de la société et située à Arzew, consacre plus de la moitié de sa production à la zone industrielle pétrochimique de la région, ajoutant qu'un projet similaire destiné à la zone industrielle de Skikda a été lancé en juin dernier.

Concernant le rendement et les performances de ces installations, le responsable a indiqué que les cinq grandes usines de dessalement d'eau du



pays, dont la station Cap Blanc à Oran, relevant de la même société, ont fonctionné à pleine capacité de production. Ces installations ont ainsi permis de fournir une production cumulée de plus de 500 millions de mètres cubes d'eau potable depuis leur mise en exploitation, soit une moyenne de plus de 100 millions de mètres cubes par installation, a-t-il précisé.

M. Hachlaf a estimé que ces résultats consacrent la réussite du pari relatif à la gestion et à la maintenance de ces infrastructures vitales, grâce aux compétences et aux efforts des travailleurs algériens.

S'agissant de la mise en œuvre du deuxième programme complémentaire de réalisation de grandes usines de dessalement d'eau de mer, approuvé par le président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, le même responsable a fait état d'un "rythme accéléré" dans la réalisation de sa première tranche, portant sur les wilayas de Tlemcen, Mostaganem et Chlef et dont la réalisation a été confiée à des entreprises nationales.

Il a expliqué que les travaux ont atteint des phases avancées en matière d'aménagement, ainsi que dans les opérations topographiques et les études techniques. Le coulage initial du béton devra débuter "dans les prochains jours", marquant ainsi le passage à la phase effective de réalisation et d'installation des équipements, a-t-il déclaré.

NAPEC-2026

Signature de deux conventions d'études entre ALNAFT et la société vietnamienne PVEP



Deux conventions ont été signées, entre l'Agence nationale pour la valorisation des ressources en hydrocarbures (ALNAFT) et la Vietnam Oil and Gas Exploration Production Corporation (PVEP), portant sur l'étude des possibilités d'amélioration de la récupération des hydrocarbures au niveau des gisements de Rhourde El Baguel et de Bir El Aïssa, dans la région de Berkine, dans le Sud-Est algérien.

Les deux conventions, ont été signées en marge de la 14e édition du Salon et Conférence sur l'énergie et l'hydrogène pour l'Afrique et le bassin méditerranéen "NAPEC-2026", en présence du président-directeur général d'ALNAFT, Abdelkader Cherfaoui, et de l'ambassadeur de la République socialiste du Vietnam en Algérie, Vu Duy Long.

L'ambassadeur vietnamien a qualifié ces deux accords, d'"étape concrète dans le renforcement de la coopération entre les entreprises vietnamiennes et leurs partenaires algériens dans le secteur des hydrocarbures". Il a également rappelé que, pour le Vietnam, l'Algérie constitue "un partenaire important en Afrique et dispose d'un potentiel considérable de coopération dans le secteur de l'énergie". D'une durée de 12 mois chacune, les conventions visent à optimiser l'exploitation des ressources en hydrocarbures déjà découvertes, tout en améliorant les taux de récupération des réserves. Elles portent notamment sur l'évaluation des possibilités techniques permettant d'augmenter la récupération des hydrocarbures dans les deux gisements, à travers l'analyse des données disponibles et l'étude du comportement des réservoirs.

L'attractivité de l'environnement d'investissement en Algérie renforce les perspectives de coopération énergétique avec la Grande-Bretagne

L'ambassadeur du Royaume-Uni de Grande-Bretagne et d'Irlande du Nord en Algérie, M. James Downer, a indiqué que l'environnement d'investissement offert par le secteur énergétique algérien suscitait un intérêt croissant auprès d'un nombre de plus en plus important d'entreprises et de groupes britanniques.

M. Downer a souligné dans ce cadre, l'ambition de son pays de renforcer sa présence en Algérie et de contribuer à des projets liés aux infrastructures énergétiques ainsi qu'aux opérations d'exploration gazière.

Dans une déclaration à l'APS, en marge de sa participation aux activités de la 14e édition du Salon et Conférence sur l'énergie et l'hydrogène pour l'Afrique et le bassin méditerranéen "NAPEC-2026", qui se tient du 5 au 7 octobre au Centre des conventions "Mohamed Benahmed" d'Oran, l'ambassadeur a précisé que les entreprises britanniques accordaient une attention particulière aux opportunités de coopération et d'investissement offertes par le secteur énergétique algérien.

Il a fait part, à ce titre, de leur volonté de contribuer aux différents projets dans ce domaine, mettant en avant l'importance de construire des partenariats à long terme entre les opérateurs algériens et britanniques, fondés notamment sur le transfert de technologies et de savoir-faire ainsi que sur la création de valeur ajoutée.

L'ambassadeur britannique a également fait état de la disponibilité de plusieurs acteurs britanniques, à l'instar de la société "Clark Energy", à contribuer aux efforts de l'Algérie visant à renforcer l'exploitation de ses ressources énergétiques et à développer les énergies propres et la transition énergétique.

Par ailleurs, M. Downer a salué le rôle du salon "NAPEC" en tant qu'espace d'échange et de mise en relation entre les opérateurs régionaux et internationaux du secteur de l'énergie. Il a estimé que cette manifestation était de nature à renforcer les opportunités de coopération et d'investissement et à élargir les domaines du partenariat algéro-britannique dans les secteurs du pétrole et du gaz,ainsi que dans les différentes industries qui y sont liées.

Comment avoir un teint lumineux en hiver ?

Éclairez votre belle mine, vos yeux doux et votre sourire de velours. On ne saurait vous résister.

Une peau fraîche et radieuse

Qu'est-ce qui peut faire la différence, avant même de vous maquiller ? Les meilleurs soins bien appliqués. Un masque hydratant liftant, réalisé la veille, donne le meilleur de lui-même le jour J.

Si vous n'avez pas eu le temps, comptez sur les solutions « minute » pour un coup d'éclat instantané, telles que les patchs défatigants à l'eau de bleuet sur les paupières, et le sérum anti-âge que l'on fait pénétrer par un massage stimulant.

Un teint parfait et lumineux

Réchauffez votre peau avec votre fond de teint, en le mélangeant éventuellement avec un soupçon de sérum ou de crème lissante pour l'alléger. Un produit light 2 en 1, hydratant et teinté, est une bonne alternative.

Effacez ensuite les imperfections (rougeurs, boutons, cernes…) à l'aide d'un correcteur, type anti-cernes, à tamponner pour le fondre à la peau. Et pour éviter toute démarcation, repassez un peu de fond de teint par-dessus.

Poudrez enfin légèrement avec une terre de soleil sur la zone T (front, nez, menton…), sans oublier le blush rosé sur les pommettes pour la touche bonne mine.



Des yeux intenses et brillants

Ombrez les paupières pour créer le mystère. Passez d'abord un voile clair, subtilement nacré, aux angles internes des paupières mobiles et sur le bombé vers les sourcils. Encrez ensuite le creux externe pour créer un joli smokey-eye, avec un fard sombre légèrement pailleté. Il ne reste plus qu'à border les cils avec un trait de crayon ou de poudre mate plus foncée, avant d'habiller les cils d'un mascara allongeant.

Une bouche éclatante ou shiny

Choisissez votre stratégie pour susciter de tendres baisers. Vous pouvez opter pour un beau rouge, à choisir plutôt mat pour une meilleure tenue de la couleur.

À moins que vous ne soyez tentée par un effet nude et mouillé très sensuel, à l'aide d'un simple baume teinté coloré, ou d'un gloss appliqué sur une base rosée./maxi-mag.fr/

"J'ai juste besoin d'une pointe de matière pour tout camoufler" : ce correcteur haute couvrance masque les défauts avec un fini naturel

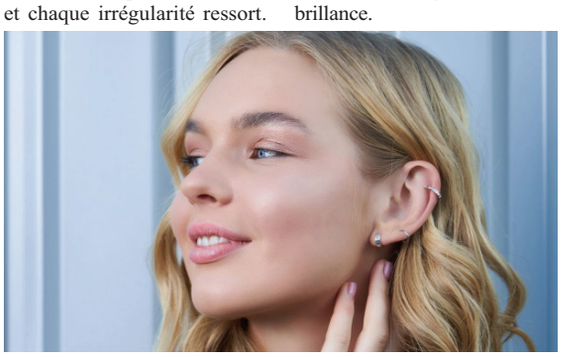
Les rougeurs, les cicatrices ou les taches pigmentaires peuvent créer des irrégularités difficiles à camoufler au quotidien. Ce correcteur crémeux unifie le teint en masquant les défauts cutanés avec un fini qui se fond parfaitement à la peau.

Cernes, rougeurs, taches : quand les imperfections marquent le visage

Les cernes traduisent un amincissement de la peau du contour de l'œil et une stagnation de pigments sanguins qui assombrissent la zone. Les taches brunes, issues d'une production locale de mélanine, s'ajoutent aux rougeurs liées aux micro-inflammations ou à la rosacée. Quand le sébum se mêle à ces désordres, les pores se dilatent et chaque irrégularité ressort. Corriger ces contrastes demande de neutraliser la couleur et d'unifier le relief, sans surcharge visible.

Full Coverage Concealer la haute concentration en pigments signée Kiko Milano

Son premier point fort réside dans des pigments minéraux très concentrés, chargés d'opacifier la couleur des cernes, rougeurs et taches. Cette densité pigmentaire permet, quand on prélève une quantité infime, de neutraliser les contrastes sans multiplier les couches. Des poudres absorbantes comme l'argile blanche captent le sébum et matifient la surface cutanée pour garder un teint corrigé net, sans brillance.



"Vaut très bien celui de chez Mac" : le verdict des utilisatrices sur Beauté Test

Noté 4/5 pour plus de 882 avis, le Full Coverage Concealer séduit une large partie des membres de Beauté Test. Plusieurs disent l'utiliser depuis des années, parlant d'un "Un bon correcteur. Bonne tenue. Bonne texture. Bon rapport qualité/prix." Une utilisatrice résume : "C'est un anti-cerne que j'utilise depuis des années et je l'adore!" Les retours saluent une bonne capacité à couvrir cernes et imperfections, avec un rendu jugé naturel quand la teinte est bien choisie et que l'on poudre légèrement. Autre atout souvent cité, son côté multi-usage : "C'est mon concealer 3 en un pour masquer mes cernes, être ma base à paupière et mon contouring sourcil."

Le Full Coverage Concealer de Kiko convient-il aux peaux grasses ?

Oui, ce correcteur crème contient un complexe absorbeur de sébum qui aide à garder un fini mat et stable sur les peaux mixtes à grasses, même en fin de journée./beaute-test.com/

Ballerines, mocassins, chaussures bateau... dans quelles chaussures plates investir cet automne ?



Les chaussures plates s'imposent comme les alliées chic et pratiques de la saison, alliant confort et style. D'une paire de chaussures bateau aux ballerines à brides, voici les modèles tendance à adopter cet automne. La rentrée est passée, le farniente n'est qu'un lointain souvenir et les températures commencent à se rafraîchir… pas de doute, il est l'heure de faire évoluer son dressing. Si certaines en profitent pour investir dans un sac à main, d'autres préfèrent dénicher une nouvelle paire de chaussures qui les accompagnera jusqu'à l'hiver.

Dans quelles chaussures plates investir cet automne 2026 ?

En été, on privilégie le confort, et enfiler une paire de souliers à talons au retour des vacances n'est pas ce qu'il y a de plus tentant. Largement démocratisées ces dernières saisons, les chaussures plates se sont imposées parmi les tendances les plus désirables du printemps-été 2026. Une habitude que l'on garde cet automne.

Les jazz shoes

La chaussure à lacets en cuir, aussi appelée « jazz shoe » s'impose comme l'une des tendances phares de la rentrée.

Et si elle plaît autant, c'est pour son allure à la fois chic et confortable, à la croisée du mocassin et de la ballerine. Sans faire disparaître totalement cette dernière, elle s'impose comme une alternative plus automnale qui plaît aussi pour sa polyvalence, bien plus facile à associer qu'on ne l'imagine.

Les ballerines marron

On ne les présente plus : les ballerines se sont hissées parmi les pièces les plus en vue de l'été et n'ont pas fini de nous séduire à la rentrée. Mais cette fois-ci, le noir intemporel laisse place à une version plus automnale et tout aussi élégante : le brun. Aussi polyvalent, mais un brin moins strict, ce coloris offre le compromis parfait : avec du denim, du cuir, du daim ou encore du satin, on ne s'en lasse plus !

Les baskets fines

Fusion parfaite entre la basket et la ballerine, ce modèle arrondi baptisé « sneakerina » fait encore sensation auprès des modeuses cet automne.

Résolument féminine, cette paire hybride arbore une silhouette arrondie et fine rappelant le soulier des danseuses, mêlée au confort et à l'allure sportive de la basket. Aussi délicates qu'urbaines, elles se portent avec un jean droit comme avec une jupe crayon midi.

Les mocassins bicolores

Les mocassins ont toujours la cote. Leur allure minimaliste et intello fait de cette paire l'alternative chic aux baskets, tout en restant aussi confortable et pratique. Outre les classiques mocassins noirs, d'autres tendances s'invitent aux pieds des modeuses. La dernière en vue ? Les mocassins bicolores. Noir et blanc ou dans des coloris plus audacieux, ils s'associent à presque tout, d'un look décontracté à une tenue de bureau.

Les chaussures bateau

Dotée de semelles antidérapantes et de petits lacets, la chaussure bateau a d'abord été conçue pour les marins avant de devenir une pièce emblématique du style preppy américain des sixties. Aujourd'hui, ce soulier s'assume et se porte en ville comme au bureau, en cuir, en daim ou coloré, selon son style./elle.fr/

Pourquoi faut-il ferrer un cheval ? Que se passerait-il si on ne le faisait pas ?

Le ferrage des chevaux est une pratique ancienne, datant de plusieurs siècles, et encore largement utilisée aujourd'hui dans de nombreux domaines équestres. Si certains chevaux vivent et travaillent sans fers, d'autres en ont impérativement besoin pour protéger leurs sabots et prévenir l'usure prématurée. Mais alors, pourquoi faut-il ferrer un cheval ?



Le sabot : une structure vivante, résistante mais fragile

Le sabot du cheval n'est pas une simple "coquille". C'est une structure complexe, constituée de kératine (comme nos ongles), vascularisée en profondeur, qui pousse en continu et remplit plusieurs fonctions essentielles :
Soutenir le poids du cheval (souvent supérieur à 500 kg),
Absorber les chocs à chaque foulée, Permettre la locomotion, la traction, le freinage. Mais cette structure reste sensible à l'usure, aux chocs, aux terrains abrasifs ou irréguliers. À l'état sauvage, les chevaux marchent sur de longues distances, à un rythme modéré, sur des sols variés. Leur corne s'use naturellement à mesure qu'elle pousse. Mais dès que l'humain intervient dans ce schéma naturel (sols durs, travail intense, port de charges, vitesse, surfaces artificielles…), l'équilibre est rompu. C'est là qu'intervient le ferrage.

À quoi servent les fers chez le cheval ?

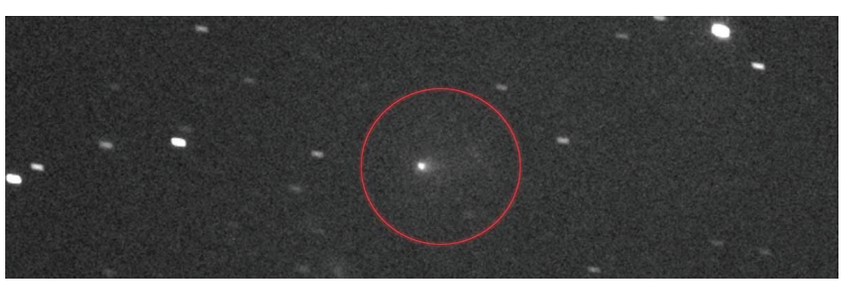
Les fers sont des pièces métalliques (généralement en acier ou en aluminium) fixées sous les sabots du cheval à l'aide de clous spécifiques, par un maréchal-ferrant. Contrairement à ce que l'on pourrait croire, le cheval ne ressent pas de douleur, car les clous traversent une partie insensible du sabot (la paroi cornée).
Voici les principales fonctions du ferrage : Protéger la corne de l'usure : Un cheval qui travaille sur des terrains abrasifs (bitume, gravier, sols durs) va user sa corne beaucoup plus vite qu'elle ne repousse. Le fer agit comme une semelle protectrice, évitant que le sabot ne s'use à blanc.
Prévenir les douleurs et les boiteries : Les fers permettent d'amortir les chocs, d'éviter les contusions de la sole ou les fissures, notamment chez les chevaux sensibles ou aux pieds fragiles. Corriger les aplombs : Certains fers sont adaptés pour corriger une mauvaise orientation du membre (pieds "en dehors", "en dedans", basculés, etc.), ce qui limite l'usure inégale et prévient les tendinites. Améliorer les performances sportives : Dans certaines disciplines (saut d'obstacles, attelage, endurance), les fers peuvent apporter plus d'adhérence, de rebond ou de légèreté, selon leur forme et leur matière. Adapter le cheval à un travail spécifique : Des fers spéciaux peuvent être utilisés pour les chevaux de trait (traction lourde), les chevaux de course (fers en aluminium légers), ou les chevaux vivant en terrain glissant (fers avec crampons ou pointes).

Et si on ne ferrait pas un cheval ?

Contrairement à une idée reçue, tous les chevaux n'ont pas besoin d'être ferrés. Certains chevaux vivent très bien pieds nus, à condition d'avoir : Des sabots solides, bien conformés, Une activité modérée, Des terrains souples ou naturels, Un bon suivi de maréchalerie. Mais pour d'autres, retirer les fers sans précaution peut entraîner des douleurs, des lésions, voire une mise à l'arrêt./ lemagdesanimaux.ouest-france.fr/

La comète 3I/ATLAS dévoile un dernier comportement étrange avant de tirer sa révérence

Alors que le visiteur interstellaire 3I/ATLAS s'éloigne progressivement de notre étoile et de notre planète, il continue de dévoiler des comportements surprenants.
Les comètes sont souvent perçues comme des messagers du cosmos, porteurs de mystères et de phénomènes spectaculaires. C'est le cas notamment de 3I/ATLAS, un corps céleste qui ne provient pas de notre système solaire. En fait, il s'agit du troisième objet interstellaire à avoir été découvert par l'Homme, les deux premiers étant ?Oumuamua, observé en 2017, et 2I/Borisov, repéré en 2019. Force est de constater que 3I/ATLAS fait beaucoup parler de lui depuis sa découverte en juillet dernier.
Et alors qu'elle s'éloigne progressivement de la Terre et du Soleil, la comète poursuit son spectacle en affichant des comportements singuliers qui impressionnent les astronomes du monde entier. Le dernier en date : des jets oscillants et une queue dirigée vers le Soleil, appelée « anti-queue ».



Un voyage vers l'inconnu

Il faut savoir que contrairement aux corps célestes du système solaire, 3I/ATLAS évolue suivant une trajectoire hyperbolique. C'est d'ailleurs en partie en raison de ce comportement que les scientifiques ont pu déduire son origine interstellaire. Autrement dit, la comète n'est pas liée gravitationnellement au Soleil.
Son passage dans notre système solaire offre ainsi de précieux indices sur la nature des comètes issues d'autres systèmes planétaires.
Pour rappel, l'objet a franchi son périhélie son point le plus proche de notre étoile le 30 octobre dernier.
Il a ensuite continué sa trajectoire vers l'extérieur du système solaire après avoir réalisé son passage au plus près de la Terre le 19 décembre 2025, à environ 270 millions de kilomètres de distance.

Une étude pour le moins passionnante

Selon les scientifiques, l'antiqueue observée sur 3I/ATLAS résulte d'un effet d'observation particulier combiné à la dynamique de poussières de différentes tailles et à la trajectoire de la comète dans le système solaire.
En ce qui concerne les jets de gaz et de poussière instables, ils trouveraient leur origine dans les zones actives à la surface du corps céleste où la chaleur solaire provoque la sublimation des glaces.
Ces jets ont fait l'objet d'une étude au cours de laquelle les astronomes ont mené une campagne d'observations pendant 37 nuits entre juillet et septembre 2025 depuis l'Observatoire du Teide, dans les Iles Canaries.

Une découverte majeure

L'équipe en charge de la recherche s'est rendu compte que les oscillations se produisent avec une périodicité d'environ sept heures et quarante-cinq minutes. Ce mouvement répétitif suggère que le noyau de la comète tourne sur lui-même selon un cycle d'environ 15 heures et demie. La découverte des jets émis 3I/ATLAS et de leur comportement vacillant est d'une importance capitale. En effet, c'est la première fois qu'un évènement de ce type est relevé chez une comète interstellaire.
Pourtant, il s'agit d'un phénomène assez courant chez les comètes du système solaire. Il se produit notamment lorsque les régions actives du noyau sont chauffées par le Soleil et libèrent des substances volatiles./ neozone.org/

Électrohypersensibilité aux champs électromagnétiques, que disent la science et la justice ?

Les personnes déclarant souffrir d'électro-hypersensibilité font un lien entre leur exposition aux ondes électromagnétiques et les symptômes qu'elles ressentent. Cependant, jusqu'à présent, cette supposition n'est pas justifiée scientifiquement. Néanmoins, la prise de précaution semble importante en attendant que des études scientifiques approfondies apportent des précisions sur ce « handicap ».

L'importance de la précaution contre les CEM

Le 23 avril 2019, le tribunal de grande instance de Bordeaux a prononcé sa décision condamnant Enedis à prendre des mesures de précaution pendant l'installation de son compteur intelligent Linky chez les personnes déclarant souffrir d'EHS. Ce jugement est définitif, puisque cette société a annoncé, le 27 janvier 2022, qu'elle renonçait à son recours en cassation. Il est bon de rappeler que certains de ses clients s'opposaient à la pose de ce compteur communicant et avaient poursuivi cette entreprise de distribution d'électricité en justice.

Les tribunaux reconnaissent-ils les effets des CEM sur la santé ?

La décision du tribunal de grande instance de Bordeaux ne signifie pas forcément que la justice a reconnu les effets néfastes des ondes électromagnétiques sur la santé humaine. Il est à noter que les magistrats rendent leur jugement selon leur opinion sur l'état des connaissances en la matière. Au tribunal de grande instance de Tours, le 30 juillet 2019, des opposants aux compteurs Linky ont également remporté un procès contre Enedis. Dans ce cas, les juges ont estimé que présenter un certificat médical était suffisant pour justifier un lien de causalité entre les symptômes décrits et l'installation du compteur intelligent. Ils ont ainsi demandé le retrait de treize compteurs pour des raisons médicales./neozone.org/

L'astuce du liquide vaisselle pour savoir si votre bois de chauffage est sec avant l'hiver

Entre fissures, poids, sonorité ou humidimètre, plusieurs indices permettent d'identifier un bois sec. Voici les conseils pratiques pour éviter de brûler du bois trop humide. Dans quelques jours, le 22 septembre exactement, nous dirons adieu à l'été et bienvenue à l'automne, ma saison préférée ! Celle pendant laquelle on rallume le poêle, on ressort les plaids et les chocolats chauds devant une série Netflix ! Mais, qui dit poêle à bois, dit bois de chauffage évidemment.

Les indices visuels et sonores

Un bois sec se reconnaît souvent au premier coup d'œil : larges fissures aux extrémités, écorce qui se détache toute seule, couleur plus sombre et absence de champignons. Autre indice : il est étonnamment léger. Si vous hésitez, frottez votre nez dessus : un bois sec n'a plus cette odeur caractéristique de sève. Il existe aussi le test sonore, aussi simple qu'amusant : tapez deux bûches l'une contre l'autre. Si le son est clair et résonne, elles sont probablement sèches. Si le bruit est sourd, préparez-vous à encore quelques mois de séchage.



L'humidimètre et les tests « maison »

Pour plus de précision, rien ne vaut l'humidimètre. Avec ses petites pointes, il mesure directement le taux d'humidité au cœur du bois. Résultat : un chiffre clair et net. En dessous de 20 %, c'est parfait pour brûler. Au-dessus de ce taux, Il vaut mieux attendre. Et, pour les bricoleurs, il existe des tests originaux, comme celui du savon de vaisselle : un peu de liquide sur une extrémité, vous soufflez dans l'autre, et si des bulles apparaissent, c'est que les fibres du bois sont assez sèches pour laisser passer l'air. Nous vous en parlions déjà dans cet article consacré aux astuces pour tester le taux d'humidité de vos bûches.

Comment stocker le bois de chauffage pour qu'il sèche ?

Reconnaître du bois sec est une chose, mais encore faut-il bien le stocker. L'ennemi numéro un, c'est l'humidité !

Pour l'éviter, placez vos bûches dans un endroit aéré, couvert et ventilé. L'idéal : un abri en extérieur, qui protège de la pluie tout en laissant circuler l'air. Surélevez vos bûches avec des palettes ou des tasseaux pour éviter qu'elles n'absorbent l'humidité du sol. Empilez-les de façon régulière, en laissant un peu d'espace entre les rangées pour favoriser le séchage.

À bannir : la cave ou le garage fermé, qui conservent l'humidité. En suivant ces règles simples, votre bois séchera correctement et pourra être utilisé deux ans après sa coupe, dans des conditions optimales./neozone.org/

Pourquoi j'ai relégué mon airfryer à un simple élément de décoration ?

Sur le papier, l'air fryer devait presque remplacer le four. Dans la vraie vie, il se contente parfois de décongeler la baguette.

Un appareil séduisant, surtout quand on manque de temps

Il faut reconnaître une chose à l'airfryer : il sait flatter notre envie de praticité. Pour deux personnes, ou pour un repas rapide en semaine, il se montre souvent plus réactif qu'un four classique. C'est d'ailleurs ce que rappelait déjà cet article sur sa consommation électrique face au four. Il chauffe vite, il évite de lancer une grosse cuisson pour trois pommes de terre et un filet de poulet, et il rassure ceux qui surveillent leur facture d'électricité. Je comprends donc très bien pourquoi tant de foyers ont craqué, ce fut aussi mon cas. Quand on rentre fatigué, l'idée d'un appareil qui effectue le travail sans trop discuter a quelque chose de franchement sympathique.



Puis vient le moment où l'on redescend un peu sur terre

Le problème, c'est qu'entre la promesse marketing et la vraie vie, il y a parfois un petit fossé. Et, chez moi, ce fossé s'est creusé assez vite. Très sympa au début, mon airfryer a fini par être utilisé surtout pour décongeler du pain ou cuire un croque-monsieur. Voilà un destin auquel je ne m'attendais pas pour un appareil vendu comme le héros moderne de la cuisine. Je regrette même mes 100 euros investis, et encore, je l'avais acheté pendant les soldes. Le panier est parfois trop petit, le résultat pas toujours aussi bluffant qu'annoncé, et pour une vraie famille ou un repas un peu généreux, le four garde souvent l'avantage. Sans compter cet encombrement sur le plan de travail. Bref, je sais pertinemment qu'il finira bientôt au placard !

Ce qu'il faut retenir avant de craquer

L'air fryer est commode pour les petites portions et les repas rapides. Il chauffe vite et peut consommer moins qu'un four selon les usages

Il prend de la place sur le plan de travail

Il ne remplace pas toujours un vrai four familial

Chez certains, il finit cantonné à quelques usages très simples./ neozone.org/

9 salles de bains de rêve comme des parenthèses de bien-être



Baignoire îlot, double vasque, douche à l'italienne… La salle de bains se rêve aujourd'hui comme un espace de bien-être à part entière. Entre matériaux nobles, lignes soignées et aménagement optimisé, découvrez ces inspirations pour créer une pièce d'eau aussi belle que fonctionnelle.

Une grande salle de bains vintage avec une douche et une baignoire où il fait bon vivre

Avoir une baignoire et une douche, c'était le rêve de ces propriétaires ! Mission accomplie grâce à une baignoire avec vue, d'un côté, et une belle douche à l'italienne, de l'autre. Une salle de bains généreuse, parfaite pour une belle tribu !

Des éléments déco donnent le ton dans une salle de bains stylée

Consacrée aux parents de cette maison familiale, la salle de bains est pensée avec soin pour une pièce aussi esthétique que pratique. Avec une belle superficie, une grande enfilade en teck est détournée en meuble de salle de bains. Un plan en marbre et une vasque sur mesure sont posés au-dessus. Deux miroirs apportent une connotation contemporaine à la pièce.

La pièce s'ouvre sur la nature pour une salle de bains dedans comme dehors

Avec une grande ouverture sur l'extérieur, la salle de bains devient une invitation au rêve. Petite astuce visuelle : le plancher tout en teck efface la délimitation de la douche. Un espace agréable à vivre avec la sensation d'être dehors.

Des matériaux au caractère fort signent une salle de bains de rêve

À mi-chemin entre authenticité et modernité, cette salle de bains mêle différents styles pour un caractère unique. Composée de matériaux bruts dans un esprit minimaliste, la décoration dégage une atmosphère zen et paisible.

La baignoire en îlot pour une salle de bains aux airs d'ailleurs

Comme une invitation à la détente, cette salle de bains de rêve a une belle baignoire en îlot. Juste derrière, un carrelage terracotta et une plante luxuriante apportent un côté exotique pour une pause bien-être.

Du marbre et des tons clairs apportent une belle luminosité à une salle de bains chic

Dans la salle de bains, la lumière est un facteur de bien-être. Ici, elle est décuplée par des matériaux élégants et clairs comme le marbre. Un pan de mur est aussi couvert par un miroir original et moderne composé de cinq pièces avec un style Art déco. Une pièce où il est doux de se réfugier.

Le noir se décline partout dans une salle de bains ultra design

À l'image du reste de l'appartement, cette salle de bains de rêve mise sur un minimalisme inspirant. Chaque élément raconte une histoire. À travers un noir enveloppant, peinture, meuble ou mosaïque se déclinent dans un même ton et plusieurs aspects.

Double vasque pour double plaisir dans une salle de bains de rêve

Preuve qu'il en faut peu pour créer une sublime salle de bains, un grand meuble accueille deux vasques avec leur miroir pour une pièce familiale agréable. Des tons naturels et un joli jeu de symétrie complètent le décor.

Du carrelage déco sublime une salle de bains originale

Avec le souhait de créer une salle de bains unique, le carrelage est un allié de choix. Au coeur de cette maison à l'histoire singulière et à la décoration travaillée dans les moindres détails, ce modèle de carrelage dessiné par Gio Ponti donne le ton./ cotemaison.fr/

Besoins énergétiques de chacun

Pour fonctionner correctement, le corps humain a besoin d'énergie (c'est-à-dire de calories). Ces besoins énergétiques sont couverts par les aliments. Les besoins énergétiques individuels dépendent de l'âge, du genre et de l'activité physique. Pour rester en bonne santé, un individu a non seulement besoin d'énergie mais aussi de l'apport régulier de plus de 40 nutriments. Ces nutriments sont les suivants : protéines, glucides, graisses, vitamines, sels minéraux et eau.

Les sources des apports alimentaires

Pour pouvoir fonctionner correctement, le corps a besoin de recevoir tous les jours de l'énergie (calories) et des nutriments essentiels. Cette énergie et les autres nutriments proviennent de la digestion, de l'absorption et du métabolisme des aliments que nous consommons.

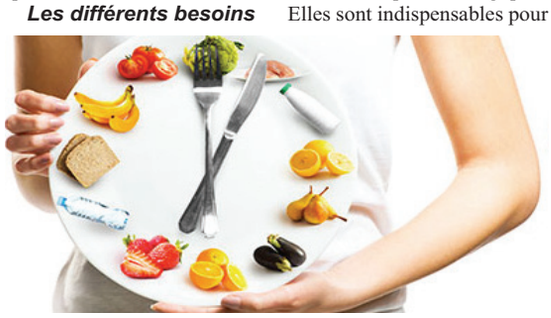
Les différents besoins chez un individu en bonne santé

Besoins en énergie

Les besoins énergétiques d'un adulte en bonne santé sont la somme des éléments suivants : Dépense énergétique au repos (DER) ; Activité physique ; Effets thermiques des aliments ; La DER et l'activité physique constituent les facteurs qui contribuent le plus aux besoins énergétiques. Les besoins énergétiques d'un patient incluent non seulement les éléments susmentionnés mais aussi les besoins supplémentaires liés à la maladie. Pour calculer les besoins énergétiques d'un patient, on peut utiliser l'équation de Harris Benedict ou une autre équation validée.

Besoins en protéines

Les protéines sont des composantes structurelles essentielles des tissus, des hormones et de nombreux liquides biologiques. Elles sont indispensables pour la cicatrisation des plaies et le maintien des fonctions immunitaires.



Besoins en graisses

Normalement, les graisses représentent 20 à 40 % de l'apport énergétique journalier. Pour prévenir les maladies chroniques (maladies cardio-vasculaires, obésité et cancer), il est recommandé que l'apport total de graisses représente moins de 30 % de l'apport énergétique journalier. On trouve des lipides dans les huiles, les graisses (beurre, margarine, saindoux etc.), la viande, le poisson, la volaille et les produits laitiers.

Besoins en eau

L'eau est un nutriment essentiel. Chez l'adulte, la consommation journalière d'eau est normalement d'environ 2 litres. Les besoins liquidiens sont augmentés en cas de fièvre et de brûlures et dans certaines autres situations.

Les différents besoins chez un individu malade

D'une manière générale, tous les besoins en nutriments sont augmentés en cas de traumatisme ou de maladie. En cas de traumatisme, d'opération et de maladie, le corps a besoin de nutriments pour les tissus sains et d'autres nutriments pour la cicatrisation des plaies et la régénération tissulaire.

Tout savoir sur le chou-fleur

Cru, en gratin, en velouté ou bien rôti, le chou-fleur peut être consommé de nombreuses manières. Réputé pour ses propriétés anti-cancer, il est une bonne source de vitamines, fibres et antioxydants. Quelques astuces pour le préparer vous permettront de profiter au mieux de ses bienfaits.

Origine et variétés

Le chou-fleur appartient à la famille des Brassicacées (crucifères), et plus particulièrement à celle des choux Brassica oleracea comme le chou de Bruxelles, le brocoli ou encore le chou kale. À l'instar des autres choux, le chou-fleur descend probablement d'un chou sauvage Brassica cretica, une espèce endémique des régions situées autour de la mer Égée. Selon les scientifiques, la domestication du chou-fleur daterait d'environ 2500 ans et il est probable qu'il dérive directement du brocoli.

Composition nutritionnelle

Source de vitamines C et K mais également de vitamine B9 (folates), le chou-fleur est un légume peu calorique avec un index glycémique (IG) bas. Il constitue également une bonne source de fibres, de minéraux, particulièrement de potassium, et d'antioxydants.

Les glucosinolates du chou-fleur



L'un des principaux atouts nutritionnels du chou-fleur réside dans la présence de glucosinolates. La dégradation de ces composés produit entre autres des isothiocyanates (notamment le sulforaphane), des molécules bioactives qui ont des effets biologiques intéressants pour la santé : élimination des toxiques, effets anti-inflammatoires et antioxydants, propriétés anti-cancer. Pour que les glucosinolates du chou-fleur puissent se transformer en isothiocyanates, ils doivent entrer en contact avec une enzyme également présente dans le légume, la myrosinase. Cette « rencontre » intervient lors de la transformation physique du chou-fleur, lors du découpage ou de la mastication.

Quels sont les bienfaits du chou-fleur ?

Le chou-fleur, un allié minceur
Sa faible teneur en calories et son index glycémique bas font du chou-fleur un légume particulièrement adapté dans le cadre d'une alimentation hypocalorique ou low carb.

Manger de la salade fait gonfler le ventre : l'erreur que l'on fait tous



Vous pensez alléger votre repas en mangeant une grande salade, mais vous finissez la journée le pantalon déboutonné ? La nutritionniste Magda Carlas explique pourquoi les crudités ne sont pas l'option idéale en cas de ballonnements et donne ses conseils pour retrouver un ventre plat. Vous mangez une belle assiette de légumes crus à midi, et dès 19 heures, votre ventre est tellement tendu qu'il faut ouvrir le premier bouton du pantalon. Ce phénomène très courant est lié à un excès de gaz digestifs.

Pourquoi les légumes crus font-ils gonfler le ventre ?

Les salades et les crudités possèdent de nombreux atouts nutritionnels : elles sont riches en vitamines, en minéraux et en antioxydants préservés de la cuisson. En revanche, elles contiennent une grande quantité de fibres crues et dures, particulièrement difficiles à assimiler par l'organisme. Arrivées presque brutes dans l'intestin, ces fibres subissent une fermentation intense par les bactéries du microbiote, ce qui génère une production importante de gaz. Au-delà du contenu de l'assiette, le comportement à table joue un rôle central :

La vitesse du repas : Manger trop vite ou parler en mastiquant fait avaler de l'air (aérophagie) ;

La mastication : Une mauvaise santé bucco-dentaire ou des dents manquantes empêchent d'insérer des aliments bien broyés dans l'estomac, augmentant le risque de météorisme.

Légumineuses, choux, crudités : les aliments à surveiller

Les crudités ne sont pas les seules coupables. D'autres aliments réputés très sains favorisent l'accumulation d'air et de gaz dans le tube digestif : Les légumineuses : Les lentilles ou les pois chiches entiers fermentent davantage que sous forme de purée ou d'houmous ;

Les crucifères : Le chou, le chou-fleur et les choux de Bruxelles provoquent des flatulences, surtout lorsqu'ils manquent de cuisson ;

Les boissons gazeuses et fruits verts : Ils apportent ou génèrent directement du gaz dans l'estomac ; La manière de préparer ces ingrédients modifie totalement leur digestibilité. Plus un légume est cuit, plus ses fibres sont adoucies et faciles à tolérer pour le système digestif.

Les astuces pour profiter des légumes sans ballonnements

Il ne s'agit pas de bannir les légumes de votre alimentation, mais d'adapter leur mode de préparation et votre hygiène de vie : Privilégiez la cuisson : Consommez vos légumes cuits à la vapeur, rôtis, en soupe ou sous forme de salades tièdes ; Bougez après les repas : La sédentarité bloque le transit. Une simple marche après le déjeuner aide à évacuer les gaz naturellement ; Réduisez le stress et mangez à heures fixes : L'anxiété et les repas décalés perturbent le microbiote. Évitez aussi les vêtements trop serrés à la taille. Si vos ballonnements deviennent quotidiens ou s'accompagnent de douleurs abdominales, de diarrhées ou d'une perte de poids imprevue, une consultation médicale s'impose pour écarter une intolérance (lactose, gluten) ou une maladie inflammatoire de l'intestin./ doctissimo.fr/

Visiter les temples d'Angkor : incontournables, circuits (plans & cartes) et conseils

À Angkor, près de Siem Reap au Cambodge, se trouvent des ruines de temples khmers, construits entre le 9ème et le 15ème siècle, perdus au cœur de forêts sauvages. Visiter cette ancienne ville médiévale, à moitié ensevelie sous la jungle, m'a offert un véritable voyage dans l'histoire, au cœur d'une vaste et mystérieuse forêt, témoignage d'une civilisation oubliée, au fin fond du Cambodge.

Que voir à Angkor ? À quoi s'attendre ?

Angkor n'est pas un temple isolé mais le plus vaste ensemble religieux au monde, avec plus de 1000 sanctuaires dispersés sur une zone archéologique de plus de 400 km² autour de Siem Reap, dans le nord du Cambodge. Notez que sur le millier de sanctuaires, la majorité ne se visite pas et certains sont des ruines mineures.



Les Temples incontournables à Angkor

Le premier matin à Angkor, je suis arrivée à la porte Est à 6 h 45. Partir le plus tôt possible est essentiel pour apprécier les lieux dans le calme. On oublie souvent qu'à Angkor, le secret n'est pas seulement de choisir les bons temples, mais le bon moment. Voici les temples incontournables. Pas parce qu'ils sont tous "les plus beaux", mais parce qu'ils racontent chacun une facette différente d'Angkor : la démesure, la jungle, la spiritualité, le pouvoir, la finesse artisanale. Je vous indique à chaque fois ce qui vaut vraiment le détour, le moment le plus agréable, et comment éviter les pièges classiques.

Ta Prohm, le temple avalé par la jungle

Ta Prohm est le temple qui met tout le monde d'accord, même ceux qui pensent ne pas aimer les vieilles pierres. Ici, la nature n'est pas un décor : elle fait partie de l'architecture. Les racines s'enroulent autour des murs, soulèvent des galeries, étranglent des portes. On comprend, en quelques minutes, pourquoi Angkor a longtemps été associé à l'idée de ruines perdues dans la forêt.

Preah Khan, l'Angkor des couloirs et du silence

Preah Khan a un pouvoir particulier : il donne l'impression d'être immense sans jamais être écrasant. Les couloirs semblent interminables, les colonnes se succèdent, et l'on a souvent la sensation de s'éloigner progressivement du monde extérieur. C'est un temple où l'on "marche", plus qu'on ne "visite".

Cascades, fjords et oiseaux des mers Quelques jours au grand air des Féroé

Elles flottent, mystérieuses, entre la Norvège, l'Écosse et l'Islande. Entre l'image un peu poncive que l'on se fait de la Scandinavie rurale et l'inconnnu le plus total. Les Féroé. On ne sait à quoi s'attendre. À du vert ? On aura raison. À de la brume ? Souvent. Rarement à cette beauté brute et sans artifices, présente absolument partout.

Il suffit, pour se familiariser avec ces îles volcaniques, de suivre les milliers de moutons qui parcourent, laine au vent, Streymoy, Vágar, Sandoy, Eysturoy, Bordoy et les autres... Des îles assemblées, rassemblées par de nécessaires ferries et voies terrestres. Des îles qui se ressemblent sans lasser, chacune étalant sous le regard du voyageur une particularité : un fjord, une ancienne station baleinière, une cascade, une plaine herbeuse ondulant sous la brise jusqu'à de stupéfiantes falaises où sont posées, l'air de rien, de petits hameaux aux toits végétaux. Le partage est tradition, il porte le nom de Heimablídni. Généreuses, les îles Féroé s'appréhendent aisément en quelques jours qui ne sont pas synonymes de survol.



Votre voyage

On le sait désormais, le dépaysement n'est pas proportionnel au nombre de kilomètres parcourus. Les îles Féroé, que l'on rallie grâce à des vols directs et rapides, en sont peut-être l'une des illustrations les plus éloquentes. Sur place, une voiture de location et une appli GPS donnent au voyageur les ailes dont il a besoin pour explorer à son rythme ces terres sauvages – et passer d'une île à l'autre, le cas échéant. Vos hébergements, à la fois parfaitement intégrés dans leur environnement et pas rustiques pour un sou, sont garants d'un contact perpétuel avec la nature. Sur Vágar, vous logez dans un cottage de bois discret, coiffé d'une traditionnelle toiture végétale. À l'intérieur, on retrouve du bois, une cuisine équipée et des assises moelleuses, délicieuse invitation à recharger ses batteries avant de cheminer, à pied, jusqu'à l'un des emblèmes de l'archipel : la cascade de Múlafossur.

Dans la capitale Tórshavn, on renoue avec la mer, dont l'hôtel n'est séparé que par un joli jardin. Le panorama marin change au gré des humeurs du temps et de la lumière. On admire, confortablement installé dans des intérieurs douillets aux parquets et mobilier élégants, cadre tout indiqué pour l'afternoon tea. Si les balades rythment à elles-seules les journées, nous avons tenu à organiser pour vous quelques rencontres./ voyageursdumonde.fr/

Les 6 meilleures choses à faire au Vietnam en 2027



Le Vietnam attire les voyageurs du monde entier, séduits par ses paysages époustouflants, ses plages immaculées aux reflets nacrés, ses villes bouillonnantes d'énergie et l'accueil chaleureux de ses habitants. La véritable difficulté pour ceux qui choisissent de découvrir ce pays est de choisir parmi l'étonnante variété d'activités qu'il offre. Faut-il commencer par la capitale historique de Hanoï ou la trépidante Ho Chi Minh Ville (HCMC) ? Échanger le tumulte des grandes villes contre les plages idylliques de l'île de Phu Quoc ?

1. Découvrir le Vietnam d'hier et de demain à Hanoï

Capitale vibrante et en constante évolution, Hanoï incarne avec élégance le mariage entre l'héritage de l'ancien Vietnam et la modernité effervescente du pays. Les vestiges de son passé impérial cohabitent harmonieusement avec les gratte-ciels contemporains. Dans les ruelles animées du vieux quartier, les colporteurs arpentent les allées, leurs paniers traditionnels débordant de collations savoureuses, tandis que les façades s'illuminent sous les éclats des néons et des panneaux publicitaires.

2. Trouvez votre coin de paradis dans la baie d'Halong et la baie de Bai Tu Long

Certes, la baie d'Halong, avec ses criques mystérieuses et ses îles karstiques spectaculaires, est une destination déjà bien connue des voyageurs. Mais cela ne signifie pas qu'il est impossible d'échapper à l'agitation des croisières touristiques pour explorer des recoins plus tranquilles. Si une balade à bord d'une jonque motorisée ne vous enchante pas, optez pour un kayak et partez voguer dans la baie de Lan Ha, située près de l'île de Cat Ba.

3. Goûter à la cuisine impériale de Hué

Ancienne capitale de la dynastie Nguyen jusqu'en 1945, Hué est une ville empreinte d'histoire, où les vestiges majestueux, bien que partiellement endommagés, rappellent davantage la grandeur de la Chine impériale que celle du reste de l'Asie du Sud-Est. Pourtant, pour de nombreux visiteurs, c'est avant tout la cuisine qui fait la renommée de Hué. On dit que plus de la moitié des 3 000 plats vietnamiens ont vu le jour ici.

4. Découvrez l'histoire impériale du Vietnam à Hué

Hué se distingue par ses superbes tombes impériales, où reposent les membres de la dynastie Nguyen, témoins d'un riche passé historique. Du fondateur Gia Long au dernier empereur inhumé sur le sol vietnamien, Khai Dinh (tandis que son fils, Bao Dai, repose au cimetière de Passy à Paris), ces mausolées racontent l'histoire des souverains qui ont marqué le Vietnam.

5. Initiez-vous à l'art culinaire vietnamien avec un cours de cuisine

Il n'y a pas de meilleur souvenir à rapporter du Vietnam que d'apprendre à préparer votre propre festin vietnamien. La cuisine vietnamienne, reconnue pour sa finesse et la richesse de ses saveurs, saura à coup sûr impressionner vos convives !

6. Plongez dans l'histoire religieuse du Vietnam à My Son

Alors que de nombreux voyageurs affluent vers les salles royales, les pagodes et les bâtiments historiques de Hoi An, la ville voisine de My Son offre une vision plus sereine du passé complexe et fascinant du Vietnam, surtout si vous la visitez l'après-midi./ lonelyplanet.fr/

Parkinson : cette technique sans chirurgie peut faire cesser des tremblements sévères en quelques minutes



Elle marche. Lui peut enfin manger seul. Sur la table d'une IRM, deux patients atteints d'une maladie de Parkinson avancée ont vu certains de leurs symptômes moteurs s'améliorer presque instantanément. À l'hôpital universitaire CU Anschutz, dans le Colorado, des médecins viennent de réaliser une intervention inédite dans la région : des ultrasons focalisés ont ciblé deux circuits du cerveau, sans incision ni implantation d'électrodes. La procédure ne dure qu'environ 90 minutes et permet de traiter à la fois le tremblement et certains troubles de la motricité. Une avancée prometteuse, mais dont les effets à long terme restent encore à préciser.

Sur la table d'IRM, le mouvement revient presque sous les yeux des médecins

Pour une personne qui vit avec une maladie de Parkinson avancée, un geste ordinaire peut devenir une épreuve : avancer quelques mètres, saisir une fourchette, porter un aliment à sa bouche. Le tremblement, la rigidité ou la lenteur des mouvements finissent par s'imposer dans chaque moment de la journée. C'est précisément sur ces symptômes que travaille une équipe de l'Advanced Therapies in Movement Disorders (ATMD), à CU Anschutz. En septembre 2026, les médecins ont réalisé les premières procédures à double cible par ultrasons focalisés de haute intensité (HIFU) dans la région des Rocheuses. Leur particularité : traiter, au cours d'une même intervention ambulatoire, deux faisceaux cérébraux situés à seulement 6 à 9 millimètres l'un de l'autre.

Des centaines d'ultrasons convergent vers quelques millimètres du cerveau

Le principe peut sembler paradoxal : modifier définitivement une petite partie du cerveau sans pratiquer d'incision. Le HIFU repose sur des centaines de faisceaux d'ultrasons envoyés à travers le crâne. Ils convergent vers une zone cérébrale extrêmement précise. À cet endroit, l'énergie délivrée fait monter la température jusqu'à environ 55 à 60 °C, créant une petite lésion contrôlée de quelques millimètres. L'IRM joue alors un rôle essentiel. Elle permet aux médecins de vérifier en temps réel la position de la cible et la température atteinte. La dose peut ainsi être ajustée au fur et à mesure de la procédure. Surtout, le patient reste éveillé.

Une solution pour certains patients qui ne peuvent pas bénéficier de la stimulation cérébrale profonde

Cette technique ne remplace pas pour autant les traitements existants. Depuis plusieurs décennies, certains patients atteints de Parkinson peuvent bénéficier de la stimulation cérébrale profonde (DBS). Cette intervention consiste à implanter des électrodes dans une zone précise du cerveau afin de moduler les circuits responsables de certains symptômes moteurs. Mais la DBS n'est pas adaptée à tout le monde. Le risque infectieux, certaines caractéristiques médicales ou d'autres facteurs peuvent empêcher la réalisation de cette intervention./doctissimo.fr/

Selon ce psychologue, 3 choses suffisent pour avoir une vie vraiment réussie



En 1961, le psychologue humaniste Carl R. Rogers propose une autre idée de la « bonne vie » que celle des to-do lists modernes. Trois éléments intérieurs vont, selon lui, transformer notre manière de vivre le présent.

Des milliers de livres promettent aujourd'hui une vie épanouie, souvent à coups de to-do lists et de performances à cocher. Au tout début des années 1960, un psychologue humaniste américain proposait tout autre chose : une façon de vivre centrée sur l'expérience intérieure plutôt que sur les résultats extérieurs, avec trois éléments simples mais exigeants.

Ce psychologue, c'est Carl R. Rogers (1902-1987), figure de la psychologie humaniste, auteur en 1961 de On Becoming a Person. Rogers y écrit que "la nature fondamentale de l'être humain, lorsqu'il fonctionne librement, est constructive et digne de confiance". Pour lui, une vie réussie n'est pas une suite de réussites sociales, mais "la bonne vie est le processus de mouvement dans une direction que l'organisme humain choisit lorsqu'il est intérieurement libre de se mouvoir dans n'importe quelle direction, et les qualités générales de cette direction choisie semblent avoir une certaine universalité". Une longue phrase pour dire que tout part donc d'un mouvement intérieur, pas d'un idéal figé.

Une "bonne vie" selon Carl Rogers : un processus, pas un but

Dans ce texte, Carl R. Rogers décrit la "bonne vie" comme un chemin, jamais comme un état parfait. Il parle de la personne "pleinement fonctionnelle", qui se laisse transformer par ce qu'elle vit au lieu d'essayer de rester conforme à une image d'elle-même. L'important n'est pas d'être cohérent en permanence, mais d'oser voir ce qui se passe vraiment en soi, y compris quand cela contredit le récit que l'on se fait de sa propre vie. Vivre de cette manière suppose de renoncer à une rigidité rassurante. Rogers explique que la plupart d'entre nous apportent à chaque situation une structure toute faite, puis forcent la réalité à y entrer. La personne en croissance accepte que sa personnalité se réorganise en continu à partir de ses expériences. Elle devient moins prévisible, mais plus vivante, plus ajustée à ce qui se passe ici et maintenant.

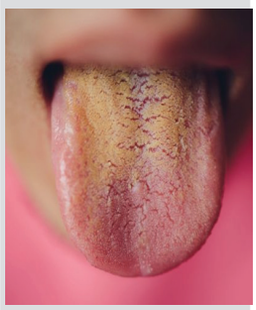
Les trois éléments d'une vie réussie selon Carl Rogers

Premier pilier : l'ouverture à l'expérience, opposée à la défensivité. Quand une expérience menace notre image de nous-mêmes, nous avons tendance à la déformer ou à la nier. Carl R. Rogers décrit aussi la "subception", ce système d'alerte intérieur qui nous fait esquiver à l'avance ce qui pourrait déranger le moi. S'ouvrir, pour lui, signifie laisser passer émotions agréables et désagréables, souvenirs, sensations corporelles, sans filtrage défensif, pour pouvoir s'appuyer sur ces données plutôt que les fuir. Deuxième élément : vivre au plus près de l'instant présent. Rogers parle d'un "style de vie existentiel" où chaque situation est vue comme vraiment nouvelle, au lieu d'être pliée dans les catégories du passé. Le moi émerge alors de l'expérience, au lieu de la dominer. Troisième élément : la confiance organismique. Une personne ouverte à ce qu'elle vit peut laisser son organisme entier peser besoins, contraintes sociales, souvenirs, contexte unique d'une scène donnée, et choisir l'action qui satisfait le mieux l'ensemble. Quand elle se trompe, cette même ouverture lui permet de voir les conséquences et de corriger le tir.

Mettre en pratique les trois éléments de Carl Rogers au quotidien

Dans la vie de tous les jours, ces idées peuvent se traduire par de petits essais concrets : repérer un moment de défensive et nommer l'émotion qui gêne, prendre quelques secondes pour sentir son corps avant une décision importante, ou encore se demander "qu'est-ce qui est vraiment en train de se passer pour moi, là, maintenant?"./doctissimo.fr/

Vrai ou faux santé : avoir la langue jaune signifie forcément que le foie fonctionne mal ?



Une langue recouverte d'un dépôt jaunâtre peut être impressionnante. Certains y voient immédiatement le signe d'un problème hépatique. Pourtant, cette coloration peut avoir des causes beaucoup plus banales.

Une coloration souvent superficielle

Une langue jaune peut résulter d'une accumulation de cellules mortes, de bactéries et de débris alimentaires sur les papilles.

Une mauvaise hygiène buccale, une déshydratation, le tabagisme ou certains aliments peuvent favoriser cette coloration.

Certains médicaments peuvent également réduire la salivation et favoriser l'apparition d'un enduit.

Le foie n'est qu'une possibilité parmi d'autres

Une jaunisse liée à un trouble hépatique peut effectivement provoquer une coloration jaune, mais c'est également le cas de la candidose buccale, la prise prolongée d'antibiotiques et certains troubles métaboliques comme le diabète. La couleur seule ne permet donc pas d'identifier la cause.

Quand faut-il consulter ?

Une coloration légère, limitée et sans autre symptôme général peut d'abord conduire à renforcer les mesures d'hygiène. En revanche, une coloration persistante, un enduit épais ou l'association à une bouche sèche peuvent justifier une consultation. Un avis médical ou dentaire est également recommandé lorsque l'aspect inhabituel persiste malgré les mesures simples./doctissimo.fr/

De Gaza à l'Argentine

8 situations où le football s'est confronté au pouvoir, au racisme et à la guerre

Le rectangle vert n'a jamais été qu'un simple espace où 22 joueurs pouvaient courir après le ballon, mais dans de nombreuses situations humaines et politiques, il a servi de tribune pour faire entendre sa voix et affirmer des positions.

La décision du gardien de but de la République d'Irlande et des Bolton Wanderers, Gavin Bazunu, de se retirer d'un match contre Israël pour des raisons éthiques met en lumière une longue histoire de joueurs et d'équipes de football qui ont choisi de privilégier leurs convictions aux gains sportifs.

Voici huit exemples marquants de joueurs et d'organisations de football qui ont courageusement défendu leurs convictions :



1. L'Irlandais Gavin Bazunu : Le principe avant le maillot de l'équipe nationale

Le match entre l'Irlande et Israël en Ligue des Nations de l'UEFA a été associé à un large élan public et politique depuis le tirage au sort de février dernier, en raison de la solidarité historique du public irlandais avec le peuple palestinien et des appels concomitants au boycott du match en raison des massacres de Gaza.

Malgré le déplacement de la confrontation en terrain neutre en Serbie, Bazono a annoncé son refus d'y participer, soulignant dans une déclaration officielle que représenter son pays revêt une grande importance à ses yeux, mais que sa conviction morale le pousse à refuser d'y participer face au meurtre de personnes innocentes, insistant sur le fait que sa position découle de son rejet des atrocités commises dans la région.

2. L'Allemand Paul Breitner : Boycott de la Coupe du monde en Argentine

Contrairement à la version populaire concernant Johan Cruyff — qui s'est avéré par la suite avoir manqué la Coupe du monde de 1978 en Argentine par crainte pour sa famille suite à une horrible tentative d'enlèvement — , la légende ouest-allemande Paul Breitner a adopté une position véritablement éthique.

Breitner, qui avait marqué le but de la victoire lors de la finale de la Coupe du monde de 1974, fut le seul joueur à boycotter officiellement le tournoi de 1978 pour protester contre les violations des droits de l'homme perpétrées par la junte militaire alors au pouvoir en Argentine.

3. L'Irlandais James McLean : Inébranlable dans ses positions

La star irlandaise James McClean est l'une des figures les plus controversées des médias britanniques en raison de son attachement à ses principes.

McLean refusait régulièrement de porter l'emblème du coquelicot (symbole d'hommage aux victimes de guerre), compte tenu de son enfance dans la ville de Derry, où des soldats britanniques ont tiré sur des civils non armés lors du massacre du Bloody Sunday.

Ses agissements ne s'arrêtèrent pas là ; il tourna le dos pendant l'hymne national britannique, « God Save the Queen », lors d'un match amical de son ancienne équipe, West Bromwich Albion, aux États-Unis en 2015, ce qui fit de lui la cible d'intenses attaques médiatiques.

4. Amir Nasr Azadani : Le prix de la solidarité avec les libertés

L'affaire du défenseur iranien Amir Nasr Azadani prend une tournure plus grave et dangereuse ; le joueur, qui évoluait auparavant en ligue professionnelle, purge actuellement une peine de 26 ans de prison en Iran pour sa participation aux manifestations populaires qui ont suivi la mort de la jeune Mahsa Amini.

Cette situation a suscité une déclaration ferme de la Fédération internationale des footballeurs professionnels (FIFPRO), qui disait :

« Le syndicat est choqué et indigné par les informations selon lesquelles il pourrait être exécuté simplement pour avoir défendu les droits des femmes et les libertés fondamentales. Nous sommes pleinement solidaires d'Amir et exigeons l'annulation immédiate de sa condamnation. »

5. Le prince ghanéen Boateng : un cri contre le racisme

En 2013, la star ghanéenne Kevin-Prince Boateng a fait sensation dans le football italien lorsqu'il jouait pour l'AC Milan.

Après avoir été la cible de chants racistes incessants de la part des supporters de Pro Patria, Boateng a cessé de jouer, a ramassé le ballon et l'a violemment envoyé dans les tribunes avant de quitter le terrain.

Ses coéquipiers ne l'ont pas laissé affronter la situation seul ; le capitaine Massimo Ambrosini et le reste des joueurs l'ont accompagné aux vestiaires, ce qui a entraîné l'arrêt officiel du match. Boateng a ensuite commenté sur son compte : « C'est regrettable que ces choses continuent… Halte au racisme ! »

6. L'Anglais Robbie Fowler : La voix de la classe ouvrière de Liverpool

La légende de Liverpool, Robbie Fowler, a profité de la couverture médiatique du match de son équipe contre l'équipe norvégienne de Brann lors de la Coupe des vainqueurs de coupe d'Europe 1997 pour soutenir publiquement 500 dockers de Liverpool qui avaient été injustement licenciés à la suite d'une grève qui a duré plus de deux ans.

Fowler a soulevé sa chemise pour révéler une veste portant le slogan de solidarité avec les travailleurs, ce qui lui a valu une amende de 2 000 francs suisses de la part de l'Union européenne (UEFA), qui interdit l'affichage de tout message ou slogan politique.

7. Les joueurs du PSG et de Basaksehir : Unis contre la discrimination

Dans un incident sans précédent lors de l'édition 2020 de la Ligue des champions, le match entre le Paris Saint-Germain et l'Istanbul Basaksehir a été interrompu après que le quatrième arbitre, Sebastian Coltescu, a été accusé d'avoir proféré une remarque raciste à l'encontre de l'entraîneur adjoint de l'équipe turque, Pierre Webó.

Les joueurs de l'équipe turque ne se sont pas contentés de se retirer, mais ont été soutenus par les stars du Paris Saint-Germain qui ont quitté le terrain en signe de solidarité.

Piara Powar, directrice exécutive de Football Against Racism, a déclaré : « C'était une scène totalement inédite ; les joueurs quittant le terrain en signe de solidarité avec leurs adversaires dans la plus grande compétition de clubs au monde envoient un message qu'il ne faut pas sous-estimer. »

8. L'Union soviétique : une province ensanglantée

L'Union soviétique possédait l'une des générations de football les plus fortes des années soixante et soixante-dix, mais sa position inflexible lui a fait perdre l'opportunité de se qualifier pour la Coupe du monde de 1974 ; elle a refusé de se déplacer pour affronter le Chili lors du match retour des barrages de la Coupe du monde.

Cette décision est intervenue deux semaines après le coup d'État militaire mené par le général Augusto Pinochet, qui a transformé le Stade national de Santiago en prison et lieu d'exécution pour les opposants de gauche.

Les Soviétiques exigèrent que le match soit délocalisé sur terrain neutre et, face au refus de la FIFA, annoncèrent un boycott. Le Chili disputa la rencontre par simple formalité et marqua un but dans le but vide pour sceller le sort du match.

Source : Al Jazeera + Presse étrangère + Réseaux sociaux

Les Émirats arabes unis mettent en garde le Premier ministre britannique au sujet de la City

Des milliards d'investissements et des projets majeurs sont menacés.

Le journal britannique « The Telegraph » a rapporté que des responsables émiratis avaient averti le gouvernement britannique que les répercussions de la condamnation de Manchester City pourraient affecter de futurs investissements émiratis d'une valeur de plusieurs milliards de livres au Royaume-Uni, y compris un financement potentiel pour un important projet technologique entre Oxford et Cambridge.

Le journal citait des sources bien informées selon lesquelles Abou Dhabi aurait averti Londres qu'il pourrait se retirer des investissements que le gouvernement britannique cherchait à attirer pour des projets stratégiques, au moment même où Bloomberg révélait que des responsables émiratis avaient évoqué un impact possible des actions de la Premier League anglaise sur les relations bilatérales.

L'article du Telegraph ne comportait aucune annonce officielle du gouvernement des Émirats arabes unis concernant le retrait d'investissements spécifiques, mais les informations relatives aux avertissements étaient basées sur des responsables et des sources dont l'identité n'a pas été révélée par le journal.

La réunion de Moubarak avant le verdict a été annoncée

La publication de ces avertissements a coïncidé avec la révélation des détails d'une réunion tenue le 14 septembre à Downing Street entre Khaldoon Al Mubarak, président de Manchester City et PDG de Mubadala Investment Company, et le secrétaire d'État britannique aux Entreprises, Jonathan Reynolds.

Le ministère britannique du Commerce et des Affaires a indiqué qu'Al Mubarak avait assisté à la réunion en sa qualité de directeur général de Mubadala, le fonds souverain d'Abu Dhabi, et que les discussions avaient porté sur le commerce, l'investissement, la défense et la sécurité.

Le ministère a ajouté que le dossier de Manchester City ne figurait pas parmi les sujets abordés lors de la réunion.

La réunion a eu lieu environ deux semaines avant que la Premier League n'annonce la décision du panel indépendant dans l'affaire du club.

Londres cherche à attirer les investissements émiratis

Des documents obtenus par le Telegraph en vertu de la loi sur la liberté d'information montrent que des responsables britanniques ont cherché ces derniers mois à attirer des investissements émiratis pour le projet du corridor Oxford-Cambridge, sur lequel le gouvernement compte pour développer les secteurs de la technologie, des sciences de la vie et de l'intelligence artificielle.

Une lettre officielle, datée du 10 février 2026, a montré que des responsables britanniques avaient invité les partenaires de Khaldoon Al Mubarak à visiter le projet et à discuter des opportunités d'investissement.

Les comptes rendus des réunions tenues à Abou Dhabi en février révèlent également que des responsables britanniques ont discuté avec Al Mubarak d'investissements via Mubadala, ainsi que d'autres projets, notamment le Corridor de croissance du Nord et le développement des services et infrastructures de transport dans le nord de l'Angleterre.

Selon le journal, le gouvernement britannique cherche à attirer environ 10 milliards de livres sterling (environ 13 milliards de dollars) d'investissements privés pour le projet Oxford-Cambridge, après avoir alloué 500 millions de livres sterling (environ 650 millions de dollars) pour commencer sa mise en œuvre. L'ancienne chancelière Rachel Reeves avait estimé que ce projet pourrait ajouter environ 78 milliards de livres sterling (environ 101 milliards de dollars) à l'économie britannique d'ici 2035.

La réglementation de la ville ajoute une nouvelle dimension à la relation

Ces développements sont survenus après que la Premier League a annoncé que Manchester City avait été reconnu coupable de toutes les infractions financières principales examinées par le panel indépendant, ainsi que de 3 des 4 infractions liées à la coopération avec l'enquête.

Le club a été reconnu coupable de 114 des 115 infractions, et le comité a conclu qu'il avait utilisé ce qu'il a décrit comme des arrangements commerciaux « fictifs » qui ont gonflé les résultats financiers du club de plus de 900 millions de livres sterling (environ 1,17 milliard de dollars) au cours de la période faisant l'objet de l'enquête.

Manchester City a fait appel de la décision, maintenant son innocence et rejetant les conclusions du comité.

La sensibilité de ce sujet est liée aux relations étroites entre la Grande-Bretagne et les Émirats arabes unis, à la position du propriétaire de Manchester City, le cheikh Mansour bin Zayed Al Nahyan, et à l'ampleur des investissements émiratis dans des secteurs britanniques tels que la technologie, la défense, les sciences de la vie et les infrastructures.

Selon le Telegraph, les investissements émiratis dans des secteurs clés en Grande-Bretagne ont dépassé 30 milliards de livres sterling (environ 39 milliards de dollars) au cours des cinq dernières années.

Les déclarations de Burnham font l'objet d'un examen minutieux

La polémique s'est intensifiée suite aux déclarations du Premier ministre britannique Andy Burnham, qui s'est dit « très inquiet » si les propriétaires de Manchester City décidaient de vendre le club, et a salué leur rôle dans le développement du club et de la ville de Manchester.

Burnham a déclaré que les propriétaires étaient « un partenaire majeur dans la construction du Manchester moderne », faisant référence à leurs investissements dans la ville et à la transformation de Manchester City en l'un des clubs les plus importants au monde.

Le Premier ministre britannique Andy Burnham prononce son discours le troisième jour du congrès annuel du Parti travailliste à Liverpool, dans le nord-ouest de l'Angleterre, le 29 septembre 2026.

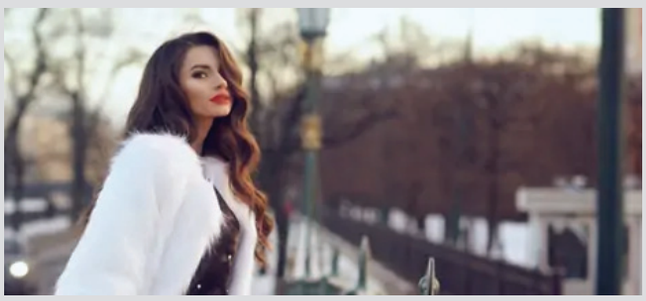
Ses propos ont suscité des critiques politiques, avant que Downing Street ne publie une clarification soulignant la gravité de la décision prise contre le club et la nécessité pour chacun de respecter les règles.

Dans le monde un 8 Octobre

- 2020 : Le prix Nobel de littérature est attribué à la poétesse américaine Louise Glück pour l'ensemble de son œuvre.
- 2012 : Lancement par Canal+ de la chaîne D8.
- 2010 : Liu Xiaobo reçoit le prix Nobel de la Paix 2010.
- 2009 : Le Prix Nobel de Littérature a été décerné à l'écrivain allemande Herta Mueller.
(née le 17 août 1953) à Nitzkydorf (Roumanie).
- 2007 : Attribution du prix Nobel de médecine à Mario Capecchi américain né en Italie le 6 octobre 1937 - Oliver Smithies né le 23 juillet 1925 Grande Bretagne et Martin Evans anglais né en 1941.
- 2005 : Au Pakistan un séisme de magnitude 7,6 fait plus de 75 000 morts et plus de 3,5 millions de sans-abri, essentiellement dans le nord et le nord-ouest.
- 2001 : Collision en raison d'un épais brouillard à l'aéroport de Milan-Linate entre un avion de ligne de la SAS et un Cessna d'une compagnie privée allemande bilan 114 morts.
- 2000 : Michael Schumacher, sacré champion du monde de Formule1 à Suzuka au Japon.
- 2000 : Le prince Henri de Luxembourg devient le sixième souverain de la dynastie luxembourgeoise créée en 1890.
- 1999 : L' Angleterre autorise l'extradition du général Pinochet vers l'Espagne.
- 1997 : Début du procès de Maurice Papon.
- 1991 : La Croatie et la Slovénie proclament leur indépendance.
- 1982 : La diète polonaise interdit le syndicat "Solidarnosc".
- 1967 : Che Guevara est capturé en Bolivie.
- 1963 : M. Dino del Bo est nommé président de la Haute Autorité CECA.
- 1871 : Début de l'incendie de Chicago qui devait faire rage pendant 72 heures.
- 1860 : Ouverture d'une ligne téléphonique entre Los Angeles et San Francisco.
- 1813 : Le duc de Wellington, qui a déjà infligé une défaite décisive aux français à Vitoria en Espagne, poursuit les armées françaises et remonte jusqu'à Toulouse./isere-annuaire.com/

Le saviez-vous?

De la vraie fourrure est parfois étiquetée « fausse » !



Lors de la préhistoire, les fourrures d'animaux étaient déjà utilisées pour se couvrir à des fins de survie. Mais aujourd'hui, de nombreux textiles synthétiques nous permettent de nous vêtir et de lutter efficacement contre le froid. L'utilisation de fourrure dans la fabrication de vêtements a alors un but essentiellement esthétique : un col en fourrure sur un manteau lui donnera un look plus luxueux, un pompon en fourrure sur une chaussure lui apportera une touche de fantaisie, etc… Cependant, l'utilisation de fourrure fait polémique. Alors que certains approuvent les vêtements en fourrure véritable de par leur authenticité, d'autres prennent la défense des animaux. Élevage de lapins et de visons, chasse de renards en nature : une portion grandissante du public dénonce ces pratiques, considérées comme allant à l'encontre de l'éthique. La fourrure synthétique devient alors un excellent compromis : on conserve la classe du vêtement et sa texture douce, et aucun animal n'est tué pour sa fabrication. L'utilisation de fausse fourrure est de plus en plus plébiscitée, et de nombreuses marques comme Peter Hahn mettent un point d'honneur à ne mettre en vente que des produits sans fourrure réelle, certifiés par des organismes de protection animale./lesaviezvous.net/

Saint-John Perse (1887-1975), prix Nobel de littérature

Le 10 décembre 1960, Saint-John Perse reçut le prix Nobel de littérature à Stockholm. L'obtention du prix avait été le résultat d'une campagne longue de six années, au milieu desquelles l'attribution du prix à Albert Camus en 1957 parut compromettre définitivement la candidature de Perse. Le jury avait préféré un prosateur à un poète. En outre, il était devenu improbable qu'un candidat de nationalité française pût être à nouveau lauréat avant quelques années. Mais que la campagne ait été longue ne constitue pas la véritable singularité de l'attribution du prix à Saint-John Perse. L'enjeu symbolique du Nobel est tel qu'il est nécessairement précédé de tractations laborieuses et incertaines, au cours desquelles les considérations de politique mondiale ont un rôle prépondérant. En revanche, il est plus rare que le combat, au lieu d'avoir été engagé en France, ait été mené aux États-Unis où résidait Alexis Léger, après avoir été congédié du poste de secrétaire général du Quai d'Orsay en juin 1940. Depuis son refus en 1942 de rallier le général de Gaulle, sa position de conseiller occulte du président Roosevelt, sa décision de ne pas rentrer en France dès la Libération alors qu'il avait été réintégré dans la plénitude de ses droits de citoyen français et de diplomate, Alexis Léger s'était enfermé dans la posture de poète exilé. Il y avait de fameux précédents ! Il était fâché avec les gaullistes qui le lui rendaient bien, observait non sans une certaine inquiétude le succès des jeunes écrivains existentialistes qui, de leur côté, l'ignoraient. Mis à part Claudel qui avait rédigé une belle étude sur Vents en 1949 et Jean Paulhan qui avait rassemblé avec ténacité quelques voix importantes dans un hommage international des Cahiers



de la Pléiade (1950), peu de lecteurs prêtaient attention à ce poète lointain, dans tous les sens du mot. Le grand massif de son œuvre poétique avait pourtant été écrit entre 1941 et 1959 et publié chez Gallimard à partir de 1945. Lui-même, se sentant étranger aux milieux littéraires parisiens, affirmait ne plus rien attendre de toutes les formes de reconnaissance provenant de sa patrie. C'est à Henri Hoppenot, ami de longue date, poète lui-même et diplomate de carrière./fr.wikipedia.org/

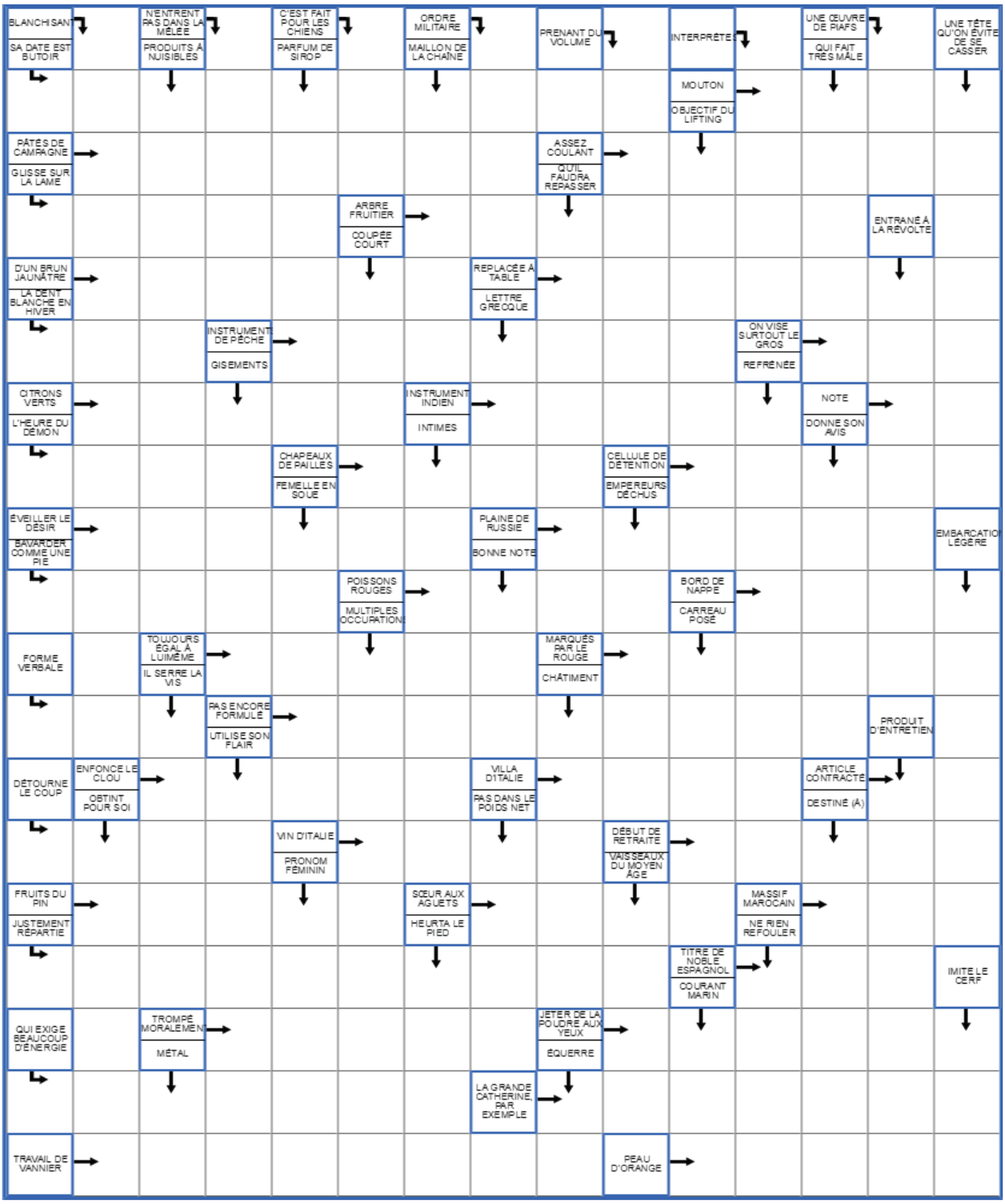
Journée Mondiale de La Croix Rouge



Le choix du 8 mai pour la journée mondiale de la croix rouge est dû à l'anniversaire de la naissance d'Henry Dunant, fondateur en 1863 de la Croix-Rouge internationale et des Conventions de Genève

Naissance d'un mouvement

A Solferino (dans la Province de Mantoue, au nord de l'Italie). L'Empereur Napoléon III, à la tête d'une armée franco-piémontaise, écrase les Autrichiens dans une bataille extrêmement meurtrière. Des milliers de blessés agonisent faute de soins. Des appels aux secours restent sans réponse. Témoin de cette tragédie, un citoyen suisse, Henry Dunant, improvise des secours avec le concours des populations civiles locales. Il assiste sans discrimination les soldats des deux camps. Fortement ébranlé par ce qu'il vient de voir, Henry Dunant publiera à son retour l'un des premiers reportages de guerre : "Un Souvenir de Solférino" dans lequel il dénonce les horreurs des combats. A partir de ce jour, des milliers d'hommes, de civils, de soldats, de prisonniers auront droit à ces gestes fraternels qui rendent moins cruelles les heures d'épreuve et de souffrance. 5 ans après Solférino, l'idée d'Henry Dunant a fait son chemin. Un comité de 5 personnes s'est constitué à Genève afin d'examiner les moyens à mettre en œuvre pour protéger les blessés sur les champs de bataille. Une conférence internationale se réunit à Genève. Seize nations y participent, dont la France./journee-mondiale.com/



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

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

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

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



PHARMEX
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 :
C.N.O.P. SNAPO ANPHA Win Nelka MEDIA EXPERT Pharm'Net

تحت الرعاية السامية لرئيس الجمهورية السيد عبد المجيد تبون
وزارة التجارة وترقية الصادرات
معرض الإنتاج الجزائري
GROUPE SAFEX
ALGERIA EXHIBITIONS
الطبعة 34
معرض الإنتاج الجزائري
من 17 إلى 26 ديسمبر 2026
قصر المعارض، الصنوبر البحري
ALGERIAN PRODUCTION FAIR 2026

المهرجان الوطني لمسرح الهواة
مستغانم
NATIONAL FESTIVAL OF AMATEUR THEATRE OF MOSTAGANEM
Du 7 au 12 octobre 2026

Les publicités sur cette page sont insérées à titre gracieux afin de booster et de contribuer à la promotion l'économie nationale.