MEDIA EXPERT
AGENCE DE PRESSE ET DE COMMUNICATION
Communiquons différemment

SALON KAHRABA EXPO 2026 À ALGER

Une vitrine de la dynamique du secteur de l'électricité et des énergies renouvelables P.4

25E CONGRÈS MONDIAL DE L'ÉNERGIE « WPC ENERGY »

L'Algérie affirme ses ambitions sur la scène énergétique mondiale 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
Mercredi 14 Octobre 2026
Quotidien National Economique
N° 2375 - Prix 30 DA

Arkab examine avec son homologue irakien les voies de renforcement de la coopération bilatérale

Le ministre d'Etat, ministre des Hydrocarbures, Mohamed Arkab, a examiné, lundi à Riyadh (Arabie saoudite), avec le ministre irakien du Pétrole, Basim Mohammed Khudair Al-Abadi, les voies de renforcement des relations de coopération entre les deux pays dans le domaine des hydrocarbures, indique un communiqué du ministère.

Tenue en marge des activités de la "Semaine de l'énergie" à Riyadh, en présence de cadres des deux parties, cette rencontre a permis de passer en revue les voies à même de renforcer les relations de coopération entre l'Algérie et l'Irak dans le domaine des hydrocarbures, en fonction des potentialités et des capacités dont disposent les deux pays, particulièrement dans les domaines de l'exploration et de la production d'hydrocarbures, du gaz naturel, de la pétrochimie, de l'investissement et du développement des partenariats entre les entreprises et les sociétés des deux pays, lit-on dans le communiqué.

Dans ce cadre, les deux parties ont examiné les possibilités de coopération entre la Sonatrach et les compagnies pétrolières irakiennes, à travers la concrétisation de projets et d'investissements communs aux différentes étapes de la chaîne de valeur des hydrocarbures, y compris l'exploration et la production, le développement des gisements, la valorisation et l'exploitation du gaz associé, outre les industries pétrochimiques et les engrais.

L'accent a été également mis sur l'importance de tirer mutuellement profit des expertises et des expériences acquises par les deux pays dans ces domaines, notamment en matière de modernisation des méthodes d'exploration et de production, d'utilisation des techniques modernes, d'amélioration de l'efficacité de la consommation énergétique et de réduction des émissions du secteur des hydrocarbures.

Dans le domaine du gaz, les deux parties ont mis l'accent sur l'importance de développer les capacités de collecte, de traitement et de valorisation du gaz associé en Irak, au regard des potentialités dont dispose ce pays, en examinant la possibilité de tirer profit de l'expertise algérienne dans ce domaine, pour contribuer à une meilleure exploitation des ressources gazières et à la réalisation d'une plus grande valeur ajoutée.

Par ailleurs, les deux parties ont insisté sur l'importance de poursuivre la coordination et la concertation au sein de l'Organisation des pays exportateurs de pétrole "OPEP", de l'alliance "OPEP+", ainsi que du Forum des pays exportateurs de gaz, en vue de contribuer à l'appui de la stabilité des marchés de l'énergie et au renforcement du dialogue entre les pays producteurs, exportateurs et consommateurs, conclut le communiqué.

Adjal examine avec son homologue jordanien les voies de renforcement de la coopération

Le ministre de l'Energie et des Energies renouvelables, Mourad Adjal, a examiné avec le ministre jordanien de l'Energie et des Ressources minérales, Saleh Ali Al Kharabsheh, les voies à même de renforcer les relations de coopération entre les deux pays dans le domaine de l'énergie, indique un communiqué du ministère.

Tenue en marge des activités de la "Semaine de l'énergie" à Riyadh, cette rencontre a permis d'explorer les perspectives de développement du partenariat et d'échange des expertises et des expériences entre les deux pays, particulièrement dans les domaines de l'électricité et des énergies renouvelables, au mieux des intérêts des deux parties.

Cette rencontre s'inscrit dans le cadre du renforcement de la concertation et de la coordination entre les deux pays, ainsi que de l'intensification des efforts visant à développer la coopération arabe dans le domaine énergétique, de manière à appuyer la sécurité énergétique et contribuer à la réalisation du développement durable, ajoute-t-on de même source. A cette occasion, les deux parties ont mis l'accent sur l'importance de poursuivre les échanges et la coordination, et d'œuvrer à explorer de nouvelles opportunités de coopération susceptibles de renforcer les relations algéro-jordaniennes dans le domaine de l'énergie et des énergies renouvelables, conclut le communiqué.

Adjal examine avec son homologue égyptien les moyens de renforcer la coopération bilatérale

Le ministre de l'Energie et des Energies renouvelables, Mourad Adjal, a tenu à Riyadh (Arabie saoudite), en marge de sa participation aux travaux du 25e Congrès mondial du pétrole et de l'énergie (WPC Energy 2026), une rencontre bilatérale avec le ministre égyptien de l'électricité et des énergies renouvelables, Mahmoud Esmat, durant laquelle les deux parties ont examiné les perspectives de coopération entre l'Algérie et l'Egypte dans les domaines de l'électricité, des énergies renouvelables et de l'efficacité énergétique, indique un communiqué du ministère. Les deux parties ont également souligné l'importance de développer le projet d'interconnexion électrique entre l'Algérie, l'Egypte, la Tunisie et la Libye, en tant que projet stratégique à même de renforcer l'intégration et l'interconnexion électrique arabe et de soutenir les échanges d'énergie entre les pays concernés, ajoute le communiqué.

Les deux parties sont également convenues d'intensifier la coordination et les efforts communs afin de développer ce projet et d'œuvrer à sa concrétisation au service des intérêts communs, tout en contribuant au renforcement de la coopération régionale dans le domaine de l'énergie.

25e Congrès mondial de l'énergie « WPC Energy »

L'Algérie participe aux débats sur l'avenir du secteur énergétique à Riyadh



Les travaux du 25e Congrès mondial de l'énergie « WPC Energy » ont débuté à Riyadh, en Arabie saoudite, avec la participation du ministre d'État, ministre des Hydrocarbures, Mohamed Arkab, et du ministre de l'Énergie et des Énergies renouvelables, Mourad Adjal, indique un communiqué du ministère des Hydrocarbures.

Cette participation, qui se poursuivra jusqu'à jeudi prochain, constitue une occasion pour l'Algérie de renforcer sa présence dans les débats internationaux sur l'avenir du secteur énergétique et d'échanger ses expériences avec les différents pays, entreprises et institutions internationales. Les discussions portent notamment sur la sécurité énergétique, la stabilité des marchés, les investissements, la coopération industrielle et technologique, ainsi que les mutations qui façonnent l'industrie énergétique mondiale.

Ce rendez-vous international permettra également de mettre en avant l'expérience et les potentialités de l'Algérie dans les domaines des hydrocarbures et des énergies renouvelables, tout en présentant les opportunités de partenariat et d'investissement offertes aux acteurs internationaux. En tant que pays producteur et exportateur de pétrole et de gaz, l'Algérie entend réaffirmer son rôle dans la contribution à la sécurité des approvisionnements énergétiques aux niveaux régional et international.

À travers cette participation, l'Algérie confirme également son engagement en faveur du dialogue et de la coopération avec ses partenaires internationaux, dans un contexte marqué par les enjeux de sécurité énergétique, de stabilité des marchés et de transformation du système énergétique mondial.

Placée sous le slogan « Des voies vers un avenir énergétique pour tous », cette édition réunit l'ambassadeur d'Algérie en Arabie saoudite, ainsi que plusieurs ministres de l'Énergie, de hauts responsables, des dirigeants de grandes compagnies énergétiques, des représentants d'organisations internationales, des experts et des chercheurs venus de différents pays.

Le congrès constitue l'un des principaux rendez-vous de la Semaine de l'énergie organisée à Riyadh, qui accueille également plusieurs rencontres internationales majeures, dont la 17e réunion ministérielle du Forum international de l'énergie (IEF17).

Le programme prévoit des réunions ministérielles et des sessions stratégiques de haut niveau consacrées aux grandes problématiques énergétiques mondiales. Les participants examineront notamment la sécurité des approvisionnements, l'évolution des marchés pétroliers et gaziers, les mécanismes de financement des investissements, la transformation numérique, l'intelligence artificielle, les nouvelles technologies, les minéraux critiques, la gestion du carbone, le rôle du gaz naturel et l'évolution du mix énergétique. Des forums et des sessions techniques spécialisées sont également programmés autour de cinq axes majeurs : les approvisionnements en énergie primaire, les infrastructures énergétiques, les combustibles et molécules énergétiques, les technologies énergétiques et le leadership dans le secteur. Une attention particulière sera accordée à l'innovation, aux avancées technologiques, à l'amélioration de l'efficacité opérationnelle et à la réduction des émissions.

Les travaux permettront ainsi d'aborder les moyens de garantir une énergie sûre et durable, d'accroître les investissements, de développer l'innovation et les nouvelles technologies, et de tirer parti de l'intelligence artificielle et de la numérisation. Les échanges porteront également sur l'adaptation aux transformations du mix énergétique et la réponse à une demande mondiale en énergie en constante évolution. Selon le ministère des Hydrocarbures, la Semaine de l'énergie de Riyadh constitue une plateforme internationale de dialogue et d'échange réunissant gouvernements, organisations internationales, grandes compagnies énergétiques et experts, dans le but d'examiner les perspectives de coopération et les enjeux liés à l'avenir de l'énergie.M.Gaouar

Algérie-Arabie saoudite

Examen des opportunités d'investissement dans les hydrocarbures et les énergies renouvelables

Le ministre d'Etat, ministre des Hydrocarbures, M. Mohamed Arkab, et le ministre de l'Energie et des Energies renouvelables, M. Mourad Adjal, ont examiné à Riyadh, avec le ministre de l'Energie, de l'Industrie et des Ressources minérales du Royaume d'Arabie saoudite, Son Altesse Royale le prince Abdulaziz bin Salmane bin Abdulaziz Al Saoud, les moyens de renforcer la coopération bilatérale et les opportunités d'investissement dans les domaines des hydrocarbures, de l'énergie et des énergies renouvelables, indique un communiqué du ministère des Hydrocarbures.

Cette rencontre s'est tenue en marge des activités de la Semaine de l'énergie à Riyadh, en présence de l'ambassadeur d'Algérie auprès du Royaume d'Arabie saoudite et de cadres des deux parties.

La rencontre a été l'occasion de souligner la profondeur des relations historiques privilégiées unissant les deux pays, ainsi que leur volonté commune de porter la coopération bilatérale à des niveaux supérieurs, notamment dans les domaines des hydrocarbures, des énergies renouvelables, du dessalement de l'eau de mer et des équipements et services industriels connexes. Dans ce cadre, les deux parties ont passé en revue les opportunités de coopération et d'investissement dans le domaine de l'exploration et du développement des hydrocarbures, notamment à travers le développement des gisements et le renforcement de l'industrie pétrolière et gazière en Algérie, en sus de la consolidation de la coopération dans le domaine de l'industrie pétrochimique et de la promotion de projets visant à réduire l'empreinte carbone de l'industrie pétrolière et gazière et à limiter les émissions de méthane.

Les deux parties ont également évoqué les opportunités de réalisation de projets prometteurs associant le groupe Sonatrach aux entreprises saoudiennes leaders, la promotion du contenu local au sein des chaînes de valeur énergétiques, l'échange d'expertises et le transfert de technologies, le développement de programmes de formation et de perfectionnement, ainsi que l'intensification de la coopération dans les domaines de la recherche et de l'innovation, notamment en matière de dessalement de l'eau de mer.

Dans le secteur de l'énergie et des énergies renouvelables, les discussions ont porté sur les opportunités de coopération dans les domaines de l'électricité, de la fabrication d'équipements électriques, du développement de l'hydrogène propre et de l'énergie solaire photovoltaïque, tout en soulignant l'importance de renforcer les partenariats d'investissement entre les entreprises algériennes et saoudiennes au mieux des intérêts communs des deux pays. Concernant le marché pétrolier international, les deux parties ont exprimé leur satisfaction des évolutions positives du marché mondial, grâce aux efforts continus déployés au sein de l'Organisation des pays exportateurs de pétrole (OPEP) et de l'alliance OPEP+.APS

Arkab met en avant à Riyadh les efforts de l'Algérie pour attirer les investissements



Le ministre d'Etat, ministre des Hydrocarbures, Mohamed Arkab, a indiqué que la demande mondiale de pétrole et de gaz devrait poursuivre sa croissance au cours des prochaines décennies, sous l'effet du développement économique, de l'urbanisation et de l'industrialisation, surtout dans les économies émergentes, mettant en avant les efforts de l'Algérie pour développer ses ressources en hydrocarbures, renforcer ses infrastructures et attirer les investissements internationaux, notamment à travers l'appel d'offres "Algeria Bid Round 2026".

Lors de sa participation à la séance inaugurale du dialogue ministériel de haut niveau sur "les perspectives des marchés mondiaux du pétrole et du gaz", organisée en marge du 25e Congrès mondial du pétrole et de l'énergie (WPC Energy 2026), au Centre des expositions et des conférences Riyadh Front, M. Arkab a souligné que "l'Asie, l'Afrique et le Moyen-Orient constitueront les principaux pôles de croissance future de la demande énergétique", indique un communiqué du ministère.

Les mutations que connaît le système énergétique mondial ne signifient pas nécessairement une baisse uniforme de la consommation de pétrole, mais traduisent plutôt une évolution de la nature de la demande, de sa répartition géographique et de ses usages, les besoins liés à l'aviation, au transport lourd et aux industries pétrochimiques continuant de croître, parallèlement à ceux des économies émergentes.

Les prévisions font état d'une hausse de la demande mondiale d'énergie à l'horizon 2050, ainsi que d'une augmentation de la demande mondiale de gaz naturel à l'horizon 2055, a-t-il fait observer.

Dans ce sens, il a souligné que le principal défi auquel sont confrontés les marchés de l'énergie résidait dans la mobilisation des investissements nécessaires pour transformer les ressources en capacités effectives de production, de transport, de transformation et d'exportation, relevant que l'insuffisance des investissements risquait d'engendrer des tensions et des déséquilibres entre l'offre et la demande, ainsi que d'importantes fluctuations sur les marchés.

Les investissements doivent s'étendre à l'ensemble des infrastructures, notamment les pipelines, les installations de liquéfaction, les ports, les infrastructures de stockage et de raffinage et les réseaux énergétiques, d'où la nécessité d'une vision claire et stable pour garantir les approvisionnements futurs et engager les investissements au moment opportun, a-t-il souligné.

L'Algérie, a-t-il dit, poursuit ses efforts en vue de développer ses ressources en hydrocarbures, de renforcer ses infrastructures et d'attirer les investissements internationaux dans l'exploration et la production, ajoutant que l'appel d'offres "Algeria Bid Round 2026" constitue un outil central pour atteindre cet objectif, à travers la proposition de sept périmètres d'investissement et la mise à disposition transparente des données techniques par le biais de salles de données virtuelles, en prévision de l'évaluation des offres et de la signature des contrats avant mars 2027.

La vision de l'Algérie "ne se limite pas à la seule attraction des capitaux, mais vise également le transfert de technologie et l'établissement de partenariats stratégiques à long terme, appuyés par un cadre juridique, réglementaire et fiscal stable et attractif pour l'investissement, consacré par la loi sur les hydrocarbures de 2019", a-t-il poursuivi.

Soulignant l'importance de renforcer la résilience des marchés et la sécurité des approvisionnements face aux risques géopolitiques et aux perturbations des chaînes d'approvisionnement, le ministre d'Etat a mis en exergue le rôle de la coopération entre les pays producteurs et l'OPEP+ au cours de la dernière décennie pour préserver la stabilité et l'équilibre du marché pétrolier.

A ce propos, M. Arkab a mis en exergue "le maintien de la place centrale du gaz naturel et du gaz naturel liquéfié (GNL) dans la satisfaction de la demande croissante en électricité, dans l'industrie et dans le renforcement de la résilience des systèmes énergétiques aux côtés des énergies renouvelables, notamment avec les prévisions de hausse de la demande mondiale sur le gaz et d'augmentation de la part du GNL dans le commerce mondial du gaz à 65%", ce qui impose, a-t-il dit, de "poursuivre les investissements dans le développement des ressources gazières, des infrastructures et des capacités d'exportation par gazoducs et par cargaisons de GNL".

LE TSGP, UN CORRIDOR CENTRAL POUR L'INTÉGRATION RÉGIONALE

Evoquant le projet de gazoduc transsaharien (TSGP), M. Arkab a mis en avant son importance stratégique en tant que corridor énergétique africain central pour le renforcement de la sécurité énergétique et de l'intégration régionale, soulignant son passage effectif de la phase des études à celle de la réalisation, suite à l'adoption de l'étude de faisabilité actualisée, en juin 2026, et au lancement officiel des travaux de son tronçon algérien, le 4 juin 2026.

Il a expliqué, dans ce cadre, que ce projet "contribuera à la valorisation des ressources gazières nigérianes et à leur raccordement, via le Niger, au réseau gazier algérien, en vue de leur exportation vers les marchés internationaux et européens, tout en favorisant le développement économique et le renforcement des infrastructures sur le continent africain".

Le ministre d'Etat a également évoqué les mutations que connaît la structure de la demande en produits pétroliers, relevant la poursuite de la croissance des besoins liés à l'aviation, à la pétrochimie et au transport lourd, parallèlement à l'évolution de certains usages traditionnels des carburants.

Il a souligné, dans ce sens, l'importance de développer les chaînes de valeur et de renforcer les capacités de raffinage et de pétrochimie, afin de générer une plus grande valeur ajoutée à partir des ressources nationales.

Au terme de son intervention, M. Arkab a affirmé que la sécurité énergétique nécessitait des investissements suffisants et réalisés en temps opportun, une vision claire à long terme ainsi qu'une coopération internationale équilibrée entre les producteurs et les consommateurs, soulignant que les décisions prises aujourd'hui en matière d'investissements, d'infrastructures et de partenariats détermineront la capacité du système énergétique mondial à répondre aux besoins futurs.

Cette séance a permis de discuter des perspectives des marchés mondiaux du pétrole et du gaz, dans un contexte marqué par l'accentuation des risques géopolitiques, les incertitudes liées aux investissements et la reconfiguration des équilibres entre l'offre et la demande.

Les participants ont également échangé les vues sur les priorités stratégiques qui déterminent les perspectives des marchés nationaux, l'évolution de la demande mondiale, les cycles d'investissement dans les activités amont et aval, la sécurité des approvisionnements en GNL et les facteurs géopolitiques susceptibles d'influencer les marchés des hydrocarbures au cours des prochaines années.APS

Arkab prend part à une réunion consultative consacrée à la stabilité du marché pétrolier et à la sécurité des approvisionnements

Le ministre d'Etat, ministre des Hydrocarbures, Mohamed Arkab, a pris part à la réunion consultative des ministres des Etats membres de l'Organisation des pays exportateurs de pétrole (OPEP) et des pays non membres participant à la Déclaration de coopération (OPEP+), consacrée à l'examen de l'évolution du marché pétrolier mondial et des répercussions des tensions maritimes et logistiques sur la stabilité des marchés et la sécurité des approvisionnements énergétiques, indique un communiqué du ministère.

Cette réunion s'est tenue en marge des travaux de la 17e réunion ministérielle du Forum international de l'énergie (IEF17) et du 25e Congrès mondial du pétrole et de l'énergie (WPC Energy), organisés dans le cadre de la Semaine de l'énergie à Riyadh (Arabie saoudite), du 11 au 15 octobre courant.

Cette rencontre s'inscrit dans le cadre de la mise en œuvre des recommandations issues de la 68e réunion du Comité ministériel conjoint de suivi (JMMC), tenue le 4 octobre courant, portant sur la tenue d'une réunion regroupant les ministres des pays participant à la Déclaration de coopération (OPEP+) présents à Riyadh, ainsi que les ministres participant par visioconférence, afin d'échanger leurs points de vue sur les récentes évolutions du marché pétrolier mondial et les circonstances qui l'entourent.

Lors de la réunion, les ministres ont examiné la situation du marché pétrolier mondial, réaffirmant la poursuite de la concertation et de la coordination entre les pays participant à la Déclaration de coopération (OPEP+), à travers les mécanismes existants, notamment le Comité ministériel conjoint de suivi (JMMC) et les réunions ministérielles des pays membres de l'OPEP et des pays non membres participant à la Déclaration de coopération (ONOMM).

Ils ont également réaffirmé leur engagement envers les décisions prises lors de la 41e réunion ministérielle de l'OPEP et des pays non membres participant à la Déclaration de coopération, tenue le 7 juin 2026, visant à instaurer et à préserver la stabilité du marché pétrolier.

Les ministres ont souligné l'extrême importance de garantir la sécurité des voies de navigation internationales, afin de veiller à un flux régulier et ininterrompu des approvisionnements énergétiques, soulignant que la liberté de navigation et la sécurité des voies de transport maritime constituent des éléments fondamentaux pour la stabilité des marchés énergétiques mondiaux et la continuité de l'approvisionnement des marchés en pétrole brut et en produits pétroliers. Ils ont, en outre, indiqué que les perturbations actuelles des flux énergétiques ont entraîné une hausse des coûts de fret et d'assurance à des niveaux inédits, dépassant le tiers de la valeur des marchandises transportées, ce qui entrave le transport du pétrole brut et des produits pétroliers dans les délais requis et avec l'efficacité nécessaire, et accroit les pressions inflationnistes sur l'économie mondiale. Les ministres ont souligné que la hausse exceptionnelle des coûts de transport et d'assurance se répercute sur les différents maillons de la chaîne de valeur pétrolière, alourdit les charges financières et prolonge leur durée, tant pour les pays producteurs que pour les pays consommateurs, ce qui affecte la croissance économique mondiale. Au terme de la réunion, les ministres sont convenus de poursuivre le suivi de près de l'évolution de la situation et de renforcer la concertation avec les gouvernements, les acteurs de l'industrie énergétique et les organisations internationales concernées, à l'instar du Forum international de l'énergie (IEF) et de l'Agence internationale de l'énergie (IEA), en vue d'améliorer les conditions du transport maritime mondial et de garantir la fluidité des flux énergétiques, contribuant ainsi à soutenir la stabilité du marché pétrolier et à renforcer la sécurité énergétique mondiale. APS

Arkab examine à Ryadh avec son homologue koweïtien les moyens de renforcer la coopération bilatérale

Le ministre d'Etat, ministre des Hydrocarbures, Mohamed Arkab, a examiné avec le ministre koweïtien du Pétrole, Tariq Suleiman Al-Roumi, les moyens de renforcement des relations de coopération entre les deux pays dans le domaine des hydrocarbures, indique un communiqué du ministère.

Cette rencontre, tenue en marge des travaux de la 25e édition du Congrès mondial du pétrole, qui se déroule du 11 au 15 octobre courant, en présence de l'ambassadeur d'Algérie auprès du Royaume d'Arabie saoudite et de cadres des deux parties, a constitué une occasion pour évoquer les perspectives de consolidation des relations fraternelles historiques et profondément enracinées entre les deux pays, et pour explorer de nouvelles perspectives de coopération et élargir le partenariat économique dans le secteur des hydrocarbures. Les entretiens ont porté sur la coordination et la concertation étroite dans le cadre de l'Organisation des pays exportateurs de pétrole (OPEP) et de l'alliance OPEP+, notamment à la lumière des recommandations issues de la réunion du Comité ministériel conjoint de suivi Opepnon Opep (JMMC), précise le communiqué. A cette occasion, les deux parties ont affirmé leur engagement commun et leur plein soutien à l'ensemble des efforts visant à assurer la stabilité des marchés pétroliers mondiaux et l'équilibre des approvisionnements, afin de préserver les intérêts des producteurs et des consommateurs et stimuler les flux d'investissements à long terme dans les industries pétrolière et gazière.

Les deux parties ont également évoqué les opportunités de renforcement de la coopération, notamment dans le domaine de l'industrie pétrolière et gazière. Elles ont, à ce titre, passé en revue l'intérêt manifesté par les groupes d'investissement koweïtiens pour le marché algérien, ajoute la même source.

Dans ce contexte, le ministre d'Etat a invité les entreprises koweïtiennes à investir dans le secteur des hydrocarbures en Algérie et à prendre part à l'appel à l'appel d'offres "Algeria Bid Round 2026", afin de tirer profit des avantages offerts par les cadres juridiques régissant l'investissement et les hydrocarbures en Algérie et de concrétiser des partenariats intégrés dans des domaines d'intérêt mutuel.

De son côté, le ministre koweïtien du Pétrole a salué la vision stratégique de l'Algérie ainsi que le niveau élevé de coordination entre les deux pays au sein des fora énergétiques internationaux, exprimant l'intérêt des entreprises pétrolières et d'investissement koweïtiennes pour la réalisation de projets communs à long terme avec leurs homologues algériens.

Monsieur le Général d'Armée Saïd CHANEGRIHA, Ministre Délégué auprès du Ministre de la Défense Nationale, Chef d'Etat-major de l'Armée Nationale Populaire reçoit en audience le Ministre d'Etat, Ministre de la Défense Nationale nigérien

Monsieur le Général d'Armée Saïd CHANEGRIHA, Ministre Délégué auprès du Ministre de la Défense Nationale, Chef d'Etat-major de l'Armée Nationale Populaire, a reçu en audience, ce mardi 13 octobre 2026, au siège de l'Etat-major de l'Armée Nationale Populaire, le Général d'Armée Salifou Modi, Ministre d'Etat, Ministre de la Défense Nationale de la République du Niger frère.

La cérémonie d'accueil a été entamée par le salut des drapeaux nationaux et la présentation des honneurs militaires au Général d'Armée Salifou Modi par une formation militaire, représentant les différentes Forces de l'Armée Nationale Populaire.

Ont pris part à cette rencontre, le Commandant des Forces Terrestres, le Commandant des Forces Aériennes, le Commandant de la Gendarmerie Nationale, le Directeur de Cabinet auprès du Ministère de la Défense Nationale, les Chefs de Départements, des Directeurs Centraux du Ministère de la Défense Nationale et de l'Etat-major de l'Armée Nationale Populaire, ainsi que les membres de la délégation nigérienne. Lors de cette audience, les deux parties ont examiné l'état de la coopération militaire bilatérale et échangé les points de vue sur les questions d'intérêt commun.

A cette occasion, Monsieur le Général d'Armée Saïd CHANEGRIHA a prononcé une allocution, dans laquelle il a souhaité la bienvenue au Ministre nigérien de la Défense ainsi qu'à la délégation accompagnatrice, tout en soulignant que les relations entre l'Algérie et le Niger ne datent pas d'aujourd'hui, mais sont profondément enracinées à travers les liens de fraternité, de solidarité sincère et de bon voisinage, et qui se sont consolidées au fil des étapes marquant l'histoire des deux pays :

«Cette visite s'inscrit dans la dynamique renouvelée que connaissent les relations algéro-nigériennes et traduit pleinement la volonté commune des dirigeants des deux pays de renforcer les mécanismes de coopération bilatérale, notamment dans les domaines de la défense et de la sécurité.

Les relations entre l'Algérie et le Niger ne datent pas d'aujourd'hui, elles reposent sur des liens historiques de fraternité, de solidarité sincère et de bon voisinage, consolidées au fil des étapes marquantes de l'histoire des deux pays et confortés par une vision convergente de l'avenir de notre région et du destin de ses peuples.»

Monsieur le Général d'Armée a également souligné que cette importante visite s'inscrit dans le sillage de la visite historique effectuée en Algérie par M. le Président Abdourahamane Tiani, les 15 et 16 février 2026, laquelle a constitué une étape charnière dans le développement des relations entre les deux pays :

«Cette importante visite intervient dans le sillage de la visite historique effectuée en Algérie par le Président Abdourahamane Tiani, les 15 et 16 février 2026, à l'invitation de son frère, M. Abdelmadjid Tebboune, Président de la République, Chef Suprême des Forces Armées, Ministre de la Défense Nationale, laquelle a constitué une étape décisive dans les relations entre les deux pays, marquant un tournant majeur et réaffirmant la ferme volonté des dirigeants des deux pays de hisser leurs relations à des horizons plus larges et de relever les défis régionaux dans un esprit de solidarité renouvelée et de responsabilité partagée».

Pour sa part, le Général d'Armée Salifou Modi a exprimé sa satisfaction de se rendre en Algérie, ainsi que sa volonté constante d'œuvrer au renforcement des relations de coopération militaire entre les deux pays frères. Il a également salué le niveau de coordination multidimensionnelle qui caractérise les relations entre les deux pays frères.

A l'issue, les deux parties ont échangé des cadeaux symboliques, avant la signature du livre d'or de l'Etat-Major de l'Armée Nationale Populaire, par le Ministre de la Défense Nationale nigérien.

Belaribi

Toutes les demandes liées au programme "AADL 3" à Oum El Bouaghi seront prises en charge

Le ministre de l'Habitat, de l'Urbanisme, de la Ville et de l'Aménagement du territoire, Mohamed Tarek Belaribi, a affirmé à Oum El Bouaghi, que toutes les demandes relatives au programme de logement location-vente AADL 3, exprimées dans cette wilaya, seront prises en charge dans les 24 mois à venir. Inspectant, à la sortie ouest de la ville d'Oum El Bouaghi, le site des 600 logements AADL dont la réalisation est achevée, le ministre a affirmé, à ce propos, que les quelque 7.000 demandes déposées seront prises en charge. M. Belaribi a souligné la nécessité de fournir les assiettes foncières nécessaires, au chef-lieu de wilaya ou dans les autres communes, pour réaliser ce programme au cours des deux prochaines années, afin, a-t-il dit, qu'Oum El Bouaghi "soit parmi les premières wilayas à clore le dossier AADL 3". Le ministre a également salué, à cette occasion, "le rôle déterminant des entreprises chargées de la réalisation des logements AADL à travers le pays, depuis le début de la mise en œuvre de ce programme", soulignant que le nombre de logements AADL réalisés à travers l'Algérie "a atteint environ un million d'unités". Il convient de noter que la wilaya d'Oum El Bouaghi a bénéficié, dans le cadre du programme 2026, d'un quota de 3.000 logements en location-vente (AADL),

Salon Kahraba Expo 2026 à Alger

Une vitrine de la dynamique du secteur de l'électricité et des énergies renouvelables



Kahraba Expo 2026 », dont la deuxième édition se tiendra du 13 au 15 octobre au Palais des expositions des Pins maritimes à Alger, s'impose comme un espace d'échanges et de rencontres entre les professionnels du secteur. Il permettra aux entreprises participantes de présenter leurs capacités, leur savoir-faire et leurs solutions innovantes, dans un contexte marqué par l'accélération du développement de l'énergie et des énergies renouvelables en Algérie.

Selon les organisateurs, ce rendez-vous réunira des acteurs spécialisés dans les équipements électriques, les systèmes solaires, les technologies de stockage de l'énergie et les solutions liées aux énergies renouvelables. Les exposants présenteront également des équipements destinés au secteur industriel, ainsi que des technologies axées sur l'efficacité énergétique, la maîtrise de la consommation et le développement de solutions durables.

Cette manifestation intervient dans une conjoncture caractérisée par une volonté accrue de développer le secteur énergétique national, devenu un levier essentiel de la croissance économique et du développement social. Face aux mutations du marché international de l'énergie, l'enjeu consiste à valoriser les ressources disponibles, à mobiliser davantage d'investissements nationaux et étrangers et à renforcer les partenariats ainsi que les échanges d'expertise avec les acteurs internationaux.

Dans cette perspective, l'Algérie a engagé plusieurs projets structurants visant à diversifier son mix énergétique et à accroître la part des sources propres dans la production d'électricité. Parmi les programmes stratégiques figure l'installation de 15.000 mégawatts d'énergies renouvelables, principalement solaires photovoltaïques, à l'horizon 2035.

Les avancées enregistrées sur le terques d'une capacité de 200 mégawatts chacune ont été inaugurées et mises en service à El Meghaïer et à Laghrous, dans la wilaya de Biskra. Ces réalisations s'inscrivent dans les efforts visant à renforcer les capacités nationales de production d'électricité propre et à construire un mix énergétique plus diversifié et équilibré.

Les perspectives de développement du marché algérien des énergies renouvelables suscitent également l'intérêt des organismes internationaux. Selon un rapport de la société d'études et de conseil Mordor Intelligence consacré au marché africain des énergies renouvelables, l'Algérie pourrait enregistrer un taux de croissance annuel composé de 42,51 % sur la période 2026-2031. Cette évolution attendue serait portée notamment par les projets engagés dans le solaire et les initiatives visant à développer la filière de l'hydrogène vert.

Un taux de raccordement à l'électricité de 99 %

En matière d'accès à l'énergie, l'Algérie affiche des indicateurs élevés, avec un taux de raccordement à l'électricité estimé à 99 %, couvrant les ménages, les activités économiques et les services. La Commission africaine de l'énergie (AFREC) a salué les efforts déployés par le pays pour assurer une couverture quasi totale de la population par les réseaux d'électricité et de gaz.

Ces réalisations contribuent à conforter la position de l'Algérie parmi les pays de référence à l'échelle africaine et régionale en matière d'accès à l'énergie, tout en constituant un atout pour accompagner l'industrialisation, améliorer les conditions de vie et soutenir le développement des activités économiques.

Parallèlement au déploiement des capacités solaires, l'Algérie entend développer de nouvelles perspectives d'exportation à travers la filière de l'hydrogène vert. Le projet du corridor méridional de l'hydrogène « South H2 » prévoit l'acheminement de quatre millions de tonnes d'hydrogène vert par an depuis l'Algérie vers l'Italie, l'Autriche et l'Allemagne, au moyen d'un corridor d'environ 3.000 kilomètres.

Ce projet stratégique est appelé à renforcer la coopération énergétique entre l'Algérie et ses partenaires européens, tout en ouvrant de nouvelles perspectives pour la valorisation des ressources renouvelables nationales et le développement d'une chaîne de valeur liée à l'hydrogène.

L'innovation et les partenariats au cœur des échanges

Dans ce contexte, Kahraba Expo 2026 représente une occasion pour les entreprises, les industriels et les spécialistes de mettre en avant leurs réalisations, de promouvoir des technologies innovantes et d'explorer de nouvelles opportunités de coopération. Le salon devrait également favoriser la conclusion d'accords de partenariat et d'échanges techniques susceptibles de contribuer au développement de la filière électrique et à l'accroissement de sa contribution à l'économie nationale.

Le programme prévoit plusieurs conférences techniques consacrées aux enjeux liés à la modernisation des réseaux électriques, notamment les technologies de formation des réseaux et leur rôle dans la stabilité du système électrique et l'intégration des énergies renouvelables. Les discussions porteront également sur les micro-réseaux et les solutions permettant d'améliorer la gestion et la distribution de l'électricité.

L'efficacité énergétique dans l'éclairage urbain, la transformation numérique du secteur, le développement des nouvelles sources d'énergie et des systèmes intelligents figureront également parmi les principaux thèmes abordés.

Les spécialistes examineront, en outre, les questions relatives à la synchronisation de l'heure et de la fréquence des réseaux électriques, en mettant l'accent sur les besoins techniques, les solutions disponibles et les meilleures pratiques.

À travers cette deuxième édition, les organisateurs ambitionnent de consolider les échanges entre les différents acteurs de la filière, de favoriser le transfert de connaissances et de contribuer à l'émergence de solutions adaptées aux besoins du marché national.Pour rappel, la première édition du Salon Kahraba Expo, organisée en novembre 2025, avait réuni une quarantaine d'exposants, parmi lesquels des bureaux d'études, des fabricants de câbles électriques, des ingénieurs, des techniciens en électrotechnique et des entreprises spécialisées dans le développement du secteur énergétique. A.B.

Industrie sidérurgique

Un accord de coopération algéro-slovaque pour la valorisation des déchets industriels

La Société nationale de récupération et de valorisation (SNRV) et la société slovaque BK Investment ont signé un protocole d'accord portant sur le traitement et la valorisation des déchets issus de l'industrie sidérurgique, indique un communiqué du groupe holding national de l'industrie du fer et de l'acier SNS.

L'accord a été signé dimanche au siège du groupe holding, en présence de son directeur général, Slimane Arar, par le PDG de la SNVR, Abdelhak Bezahi, et le PDG de la société slovaque "BK Investment", Khalil Belmechri.

Cette coopération vise à "développer un projet de traitement et de valorisation des déchets issus de l'industrie sidérurgique, de manière à renforcer l'exploitation des sous-produits industriels, à promouvoir l'économie circulaire et à contribuer à la réalisation du développement durable", précise le communiqué.

Meddahi souligne l'importance de la numérisation pour développer le tourisme intérieur



La ministre du Tourisme et de l'Artisanat, Mme Houria Meddahi, a souligné à Blida l'importance de la numérisation pour le développement du tourisme intérieur, à travers l'utilisation de technologies modernes visant à moderniser la gestion et la promotion des atouts touristiques des différentes wilayas du pays.

Après avoir assisté à une présentation détaillée de la situation du secteur à Blida, en début de sa visite de travail et d'inspection dans la wilaya, en compagnie du wali, M.Djamel Eddine Hashas, la ministre a déclaré que "la stratégie numérique mise en place conformément aux instructions du président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, relatives à la généralisation de la numérisation dans tous les secteurs, vise à développer le tourisme intérieur sous toutes ses formes, notamment thermal, montagnard et saharien".

La ministre a souligné la volonté de son département d'"améliorer les plateformes de promotion touristique afin de proposer une carte interactive des destinations touristiques à travers le pays, de mettre en valeur leurs atouts touristiques variés et les différents services modernes proposés, ainsi que d'améliorer la qualité des services, de lier le tourisme à la transformation numérique et de valoriser le patrimoine culturel et civilisationnel".

Dans le même ordre d'idées, la même responsable a indiqué que le ministère poursuivait la modernisation des différents modes de gestion administrative, notamment par l'intégration de la numérisation et des technologies modernes dans diverses opérations telles que la gestion, la réservation et le paiement électronique, ce qui contribue à l'amélioration des services.

Dans le cadre de la promotion de la transition numérique, des guides touristiques ont présenté, au cours de cette visite, une vidéo utilisant les technologies de l'intelligence artificielle (IA) pour mettre en avant les atouts touristiques de la wilaya, ainsi qu'une application mobile destinée à promouvoir les différentes destinations touristiques de Blida et d'autres wilayas.

Cette initiative s'inscrit dans une démarche visant à recourir à des solutions numériques modernes pour dynamiser le tourisme intérieur et mettre en valeur les atouts touristiques.

La ministre a salué les différents efforts déployés par les jeunes ayant suivi une formation de guide touristique. Mme. Madahi a également souligné les potentialités dont regorge la wilaya de Blida, qui connaît une dynamique économique et touristique croissante, accompagnée d'un afflux de visiteurs et de touristes, ce qui nécessite "de soutenir la formation, de miser sur la numérisation et de travailler à l'amélioration de la qualité des services".

Au siège de la wilaya, elle a présidé la cérémonie de remise des cartes d'accréditation aux guides touristiques, soulignant la nécessité pour ces derniers de porter le costume traditionnel, considéré comme un élément authentique de l'identité nationale.

Elle a également procédé à la remise de nouvelles licences d'exploitation aux agences de tourisme et de voyage qui "constituent un partenaire essentiel pour dynamiser le tourisme", selon la même responsable.

Dans le cadre des efforts visant à diversifier l'offre d'hébergement touristique dans la wilaya, la ministre du Tourisme a supervisé, à la commune de Chréa, la remise des documents d'agrément d'exploitation de chalets appartenant à des particuliers dans le cadre du mode d'hébergement chez l'habitant. Ce type de service répond aux besoins des familles et des amateurs de nature et de détente, tout en contribuant à renforcer les capacités d'hébergement touristique de la wilaya.

Afin de renforcer les capacités d'hébergement hôtelier de la wilaya, Mme Madahi a supervisé l'inauguration d'un hôtel de 93 lits, classé trois étoiles, dans cette même commune, ainsi que d'un autre hôtel de 56 lits, classé une étoile, dans la ville de Blida. Elle a également inspecté l'avancement des travaux d'un hôtel de 60 lits dans la commune de Boufarik.

Lors de sa visite d'une exposition consacrée à l'artisanat traditionnel à la Maison de l'artisanat traditionnel d'Ouled Yaïch, la ministre a insisté sur la nécessité de poursuivre les efforts visant à préserver l'artisanat traditionnel et à encourager les artisans à remplir les conditions requises pour obtenir le label de qualité et d'authenticité.

Cela contribuera à "protéger les produits traditionnels contre la contrefaçon et à faciliter leur accès aux marchés étrangers", a-t-elle affirmé.

Foire internationale de Dakar

L'Algérie invitée d'honneur de la 34e édition, prévue du 10 au 16 décembre prochain

Le ministère du Commerce extérieur et de la Promotion des exportations a annoncé, dans un communiqué, la participation de l'Algérie en qualité d'invitée d'honneur à la 34e édition de la Foire internationale de Dakar (FIDAK), prévue du 10 au 16 décembre prochain.

A cette occasion, le ministère a invité les entreprises algériennes de production et d'exportation souhaitant participer à cette édition à soumettre leurs demandes d'inscription via le lien électronique dédié à cet effet : https://www.mcepe.gov.dz/foire_fidak.

Cette participation s'inscrit dans le cadre de la stratégie de l'Etat visant à promouvoir les exportations, à diversifier les marchés extérieurs et à renforcer la présence des produits algériens sur les marchés africains, notamment dans les secteurs de l'agroalimentaire et de l'agriculture, des différentes branches industrielles, des matériaux de construction et des équipements, des énergies renouvelables, ainsi que des services et des conseils.

Elle reflète également "la place économique de l'Algérie et ouvre de nouvelles perspectives aux produits nationaux sur les marchés africains", ajoute le communiqué du ministère.

La FIDAK figure parmi les principales manifestations économiques et commerciales d'Afrique de l'Ouest et constitue un espace important pour la promotion des produits et des services, ainsi que pour l'établissement de relations et de partenariats commerciaux avec les différents opérateurs économiques de la région.

Agriculture

L'agroécologie, une voie pour préserver les écosystèmes montagneux

Les intervenants à un séminaire consacré à la transition agroécologique dans les zones montagneuses ont souligné à Alger, l'importance de cette approche pour préserver la biodiversité, régénérer les sols et promouvoir une agriculture durable, adaptée aux spécificités des territoires. Organisé par le Centre de recherche en économie appliquée pour le développement (CREAD), à l'occasion de la clôture du projet européen NATAE (North african transition to agroecology), ce séminaire a mis en lumière les enjeux de la transition agroécologique en Afrique du Nord, notamment face aux effets du changement climatique et à la raréfaction des ressources en eau.

Les intervenants ont notamment insisté sur les bénéfices de cette approche en matière de protection de la biodiversité, de restauration des sols, d'atténuation des effets du changement climatique et de gestion durable des ressources naturelles.

Intervenant à cette occasion, Mme Karima Boudedja, chercheuse au CREAD et responsable au projet NATAE au Living Lab de Tizi Ouzou, a souligné que la transition agroécologique ne saurait se limiter à l'introduction de nouvelles techniques agricoles, mais nécessite une prise en compte des réalités locales, des ressources disponibles ainsi que des connaissances, des pratiques et des attentes des populations concernées.

Elle a également plaidé pour une approche participative, accompagnée d'un renforcement du soutien aux agriculteurs, relevant que certains d'entre eux adoptent déjà des pratiques agroécologiques et que des start-up commencent à investir ce créneau.

Mme Boudedja a, en outre, mis en avant l'intérêt des semences locales, citant les travaux d'universités et de centres de recherche spécialisés qui démontrent leur capacité d'adaptation aux effets du changement climatique, notamment en situation de stress hydrique, de hausse des températures et de propagation de maladies.

De son côté, la sous-directrice de l'agriculture biologique et de la labellisation au ministère de l'Agriculture, du développement rural et de la pêche, Naima Bouras, a mis en avant les efforts engagés pour soutenir l'agriculture biologique et promouvoir les semences paysannes.

Elle a précisé que les actions du ministère en faveur de l'agriculture biologique, des semences locales et des produits du terroir convergent vers les principes de l'agroécologie, ajoutant que ces derniers ont récemment été intégrés dans le cadre de la modification de la loi d'orientation agricole, afin de leur donner une assise réglementaire explicite.

"Nous défendons les démarches de l'agroécologie et nous veillons à les suivre afin qu'elles puissent se concrétiser et être menées à bien", a-t-elle affirmé.

Pour sa part, Amel Bouzid, directrice de recherche et responsable de la division "Agriculture, territoire et environnement' au CREAD, a estimé que l'agroécologie ne pouvait être conçue selon un modèle uniforme ni imposée indistinctement, chaque territoire étant confronté à des défis climatiques et socio-économiques qui lui sont propres.

Un film consacré à l'expérience du Living Lab de Tizi Ouzou a été projeté à cette occasion, illustrant une démarche territoriale mobilisant plusieurs acteurs autour de la transition agroécologique en milieu montagneux.

Pour rappel, le projet NATAE (2022-2026), soutenu par l'Union européenne dans le cadre du programme Horizon Europe, vise à favoriser la transition agroécologique en Afrique du Nord.

Conseil ministériel arabe de l'électricité

L'Algérie élue à la vice-présidence du Bureau exécutif



L'Algérie a été élue, lundi à Riyadh (Arabie saoudite), au poste de vice-président du Bureau exécutif du Conseil ministériel arabe de l'électricité, lors des travaux de la 16e Réunion du Conseil, auxquels a pris part le ministre de l'Energie et des Energies renouvelables, Mourad Adjal, une élection qui vient renforcer la participation de l'Algérie aux mécanismes de coordination et de coopération arabes dans le secteur de l'électricité, indique un communiqué du ministère.

Cette réunion, consacrée à l'examen de nombre de questions liées au développement de l'action arabe commune dans les domaines de l'électricité, des énergies renouvelables et de l'efficacité énergétique, ainsi qu'au renforcement de la coopération régionale et internationale en la matière, a été marquée par la passation de la présidence du Conseil du Royaume de Jordanie au Royaume d'Arabie saoudite, ainsi que par le renouvellement de la composition du Bureau exécutif du Conseil ministériel arabe de l'électricité.

Boostez la pousse de vos cheveux : les solutions

Vous rêvez d'une chevelure longue, mais vos cheveux semblent ne jamais pousser ? Vous multipliez les soins sans résultat ? La pousse des cheveux est un processus global qui demande de la patience… et les bons gestes ! Découvrez nos solutions douces et efficaces pour stimuler naturellement leur croissance.

L'alimentation au cœur de la pousse des cheveux

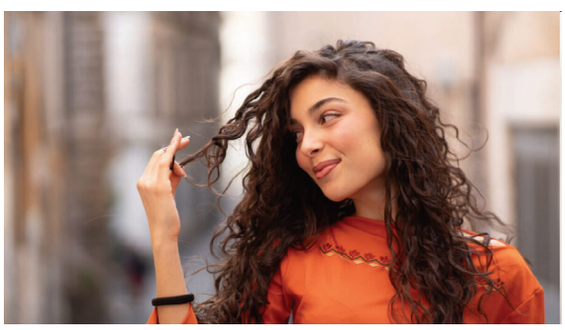
L'une des causes majeures du ralentissement de la pousse des cheveux réside dans les carences nutritionnelles. Comme le reste du corps, les cheveux se nourrissent de ce que vous mangez. Votre alimentation a donc un impact direct sur leur vitalité. Certains nutriments jouent un rôle clé : en leur absence, la fibre capillaire s'affine, les longueurs deviennent ternes ou cassantes, et la chute peut s'intensifier. Les cheveux sont constitués à 95 % de kératine, une protéine essentielle fabriquée à partir d'acides aminés, de vitamines et de minéraux.

Miser sur des produits respectueux du cuir chevelu

Les shampoings décapants, les soins chargés en silicones, sulfates, parabènes et les colorations fréquentes sont des produits agressifs qui fragilisent la fibre capillaire. Ils perturbent le cuir chevelu et, à long terme, ralentissent la pousse des cheveux. Trop agressifs, ces produits assèchent le cuir chevelu (provoquant des démangeaisons), déséquilibrent la production de sébum (asphyxiant les racines), saturent la fibre capillaire en silicones (étouffant les cheveux) et l'abîment à force de lavages répétés.

Une coupe régulière des cheveux

Les pointes fourchues ou les zones fragilisées ralentissent la croissance des cheveux. Plus ces parties sont laissées sans traitement, plus vous risquez de perdre en longueur, car les cheveux se cassent avant même d'atteindre la taille souhaitée. Les parties abîmées ralentissent également l'apparence de la pousse. Si ces dommages ne sont pas traités, ils s'aggravent avec le temps. Par exemple, les pointes fourchues peuvent remonter le long de la fibre capillaire, accentuant la casse et rendant les cheveux plus difficiles à réparer./maxi-mag.fr/



«Je ne me bats plus pour coiffer mes boucles» : ce soin les démêle et les dessine sans les alourdir (excellent sur beauté test)

Les cheveux bouclés s'emmêlent facilement et perdent leur forme dès qu'on les touche ou qu'il fait humide. Ce soin sans rinçage aide à les démêler en douceur tout en dessinant chaque boucle sans jamais les écraser. Les cheveux bouclés ont une structure qui les rend naturellement plus secs et plus fragiles que les cheveux lisses. Au moindre coup de brosse ou au premier signe d'humidité, les mèches s'emmêlent, gonflent et perdent toute définition, transformant la coiffure en bataille quotidienne.

Les cheveux bouclés s'assèchent et se cassent bien plus vite que les autres textures

La forme en spirale du cheveu bouclé empêche le sébum produit par le cuir chevelu de glisser naturellement jusqu'aux pointes. Cette particularité fait que les longueurs restent constamment assoiffées, ce qui les rend cassantes au moindre frottement. L'humidité de l'air aggrave le problème en faisant gonfler la fibre de manière irrégulière, ce qui brouille le dessin des boucles et crée des frisottis incontrôlables.

Soin-Crème Définissant l'association d'amla et d'huile de coco de L'Oréal Paris

Le Soin-Crème Définissant Boucles Sublimes repose sur une combinaison d'extrait d'amla, d'huile de coco et de glycérine pour nourrir la fibre sans l'alourdir. L'extrait d'amla, un petit fruit originaire d'Inde, agit comme un concentré de nutriments qui nourrit la fibre capillaire en profondeur. Cette action aide à renforcer les boucles de l'intérieur et à limiter la casse provoquée par les frottements et le coiffage répété. L'huile de coco complète cette nutrition en pénétrant directement dans la fibre pour réduire la perte de protéines, ce qui donne aux longueurs plus de souplesse et de résistance face aux agressions mécaniques.

" J'adore ce produit qui me fait des boucles de rêve" : le verdict des utilisatrices sur Beauté Test

Noté 4/5 pour plus de 297 avis sur Beauté Test, le lait Huile en Lait Boucles Sublimes Elseve Huile Extraordinaire séduit surtout par son efficacité sur le démêlage et la définition. Une testeuse résume : "je ne trouvais rien qui arrivait à me démêler les cheveux, ce produit ci est juste génialissime !". Une autre, au cuir chevelu gras et longueurs sèches, écrit : "Ayant le cuir chevelu qui regraisse vite et les longueurs sèches ce soin est parfait. Il réhydrate mes longueurs et reforme mes boucles sans alourdir et en donnant une super brillance."/beaute-test.com/



French manucure : les bons gestes pour la réaliser parfaitement



La french manucure est au monde du nail art ce qu'est le carré à l'univers du cheveu : un emblème. Simple et élégante, elle peut être facilement réalisée de chez soi. Voilà nos conseils pour une french manucure digne des pros.

QU'EST-CE QU'UNE FRENCH MANUCURE ?

La french manucure est une technique de manucure qui vise à garder l'aspect nude ou légèrement rosé de son ongle, et d'y incorporer à l'extrémité un vernis ultra blanc.

Le but de la french manucure est d'obtenir un résultat discret mais efficace, et d' avoir des beaux ongles sans en faire trop.

POURQUOI C'EST DE NOUVEAU TENDANCE ?

Omniprésente dans les années 90, la french manucure a connu un déclin quelques décennies plus tard. Longtemps perçue comme has-been, elle fait pourtant son retour sur nos doigts depuis quelques années. La raison ? Sa simplicité et le côté naturel que l'on cherche de nouveau à avoir sur ses ongles.

LES BONS GESTES POUR RÉALISER LA FRENCH MANUCURE CLASSIQUE ?

Pour réaliser une french manucure, pas besoin d'être une professionnelle du nail art. Comme pour une manucure classique, il faut seulement s'armer de patience et connaître les étapes à suivre.

LA PRÉPARATION DE L'ONGLE

French manucure ou nail art extravagant, peu importe, la préparation de l'ongle est la première étape par laquelle il est obligatoire de passer. Qu'entend-on part « préparation de l'ongle » ? C'est lui apporter les soins nécessaires pour garder son ongle en bonne santé, et le préparer à recevoir le vernis. Pour cela : on hydrate et soigne bien son ongle à l'aide d' une crème pour les mains et ongles.

BLANCHIR ET NETTOYER

Vernis à ongles, tabac, et même hormones peuvent laisser de vilaines traces sur nos ongles en plus de leur donner un aspect jaunissant. Il est donc primordial de blanchir ses ongles à l'aide de soins maisons ou produits spéciaux, et de les nettoyer pour obtenir une french manucure propre et impeccable.

LIMER

Comme toute bonne manucure, il est important de se limer les ongles. On leur donne ou redonne la forme des ongles que l'on souhaite et surtout, cette étape leur permettra de devenir plus forts et d'éviter toute casse et dédoublement néfastes.

LA POSE DES DIFFÉRENTS VERNIS

Cette étape clé pour une manucure est souvent jaugée de maladresses. Alors qu'il y a bien au moins 8 erreurs que l'on fait toutes avec notre vernis, voilà les conseils pour appliquer au mieux ses vernis lors d'une french manucure.

LA BASE

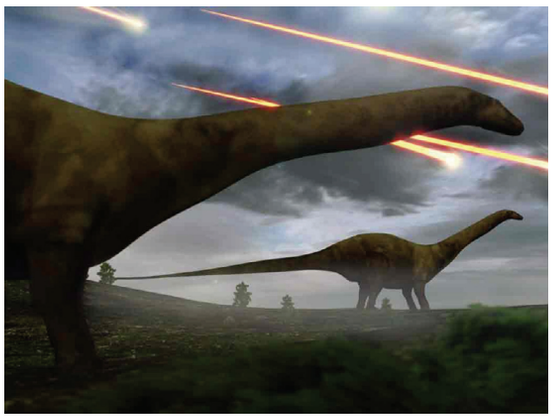
Avant de venir appliquer son vernis de couleur, on commence par poser sur notre ongle une base. Ce vernis à la composition particulière permettra de protéger son ongle et de les rendre plus résistants.

Autre avantage (et pas des moindres), la base permettra d'obtenir une manucure longue durée : cette fine couche permet d'obtenir une meilleure adhérence du vernis sur son ongle, et donc un meilleur maintien./elle.fr/

Changement climatique : les astéroïdes ne seraient pas les seuls responsables de la disparition des dinosaures

Selon une nouvelle étude, la disparition des dinosaures pourrait avoir été provoquée par plusieurs événements tragiques ayant frappé la Terre.

Une découverte qui remet en question l'hypothèse de la collision d'une météorite géante uniquement. À notre connaissance, l'extinction des dinosaures est attribuée à un astéroïde qui a frappé notre planète, il y a environ 66 millions d'années. La zone d'impact se trouverait au niveau de la péninsule du Yucatán, en Amérique du Nord. Cette hypothèse fait l'unanimité au sein de la communauté scientifique, ou du moins presque…



Les trapps du Deccan comme zone de recherche

Les chercheurs ont publié les résultats de leurs travaux dans la revue Science Advances. Ils affirment avoir analysé des échantillons de roches issus des trapps du Deccan, un vaste plateau accidenté qui se trouve dans la partie ouest de l'Inde. Cette région abrite des traces de lave provenant d'éruptions volcaniques qui ont eu lieu il y a des dizaines de millions d'années. Effectivement, l'équipe pense que ces événements pourraient avoir contribué à la disparition des dinosaures. « Le changement climatique déclenché par des éruptions volcaniques massives a peut-être finalement préparé le terrain pour l'extinction des dinosaures, remettant en question le récit traditionnel selon lequel une météorite seule a porté le coup de grâce aux anciens géants », ont déclaré les auteurs de l'étude dans un communiqué.

Une importante baisse des températures

Concrètement, les scientifiques ont essayé de déterminer la quantité de soufre et de fluor ayant pu atteindre l'atmosphère terrestre à la suite d'événements volcaniques qui se seraient produits environ 200 000 ans avant l'extinction des dinosaures.

Finalement, ils ont découvert que le soufre libéré pourrait avoir entraîné un hiver volcanique caractérisé par une baisse phénoménale des températures à travers le monde. « Nos recherches démontrent que les conditions climatiques étaient presque certainement instables, avec des hivers volcaniques répétés qui pourraient avoir duré des décennies, avant l'extinction des dinosaures », a expliqué le professeur Don Baker. Il s'avère que cet événement a fait de la Terre un monde hostile, non favorable à la croissance des plantes et des animaux. Il aurait ainsi contribué largement à la disparition des dinosaures, mais aussi à l'essor de la vie telle que nous la connaissons.

Un modèle mathématique pour « décoder » l'histoire

Ce qui est d'autant plus intéressant, c'est le fait que les chercheurs ont réussi à calculer la quantité exacte de soufre et de fluor injectés dans l'atmosphère au cours de ces éruptions volcaniques de grande ampleur. Cette approche a également permis aux universitaires d'établir un modèle mathématique qui devrait aider à « décoder » l'histoire volcanique des trapps du Deccan. À noter qu'en plus des chercheurs de l'Université McGill à Montréal, la recherche a impliqué des scientifiques basés en Italie, en Norvège, en Suède, au Royaume-Uni et aux États-Unis./neozone.org/

La corne de rhinocéros : pourquoi est-elle la cible des braconniers ?

Les rhinocéros sont des animaux qui fascinent. Or, ils font partie des espèces les plus menacées : ils font en effet l'objet d'un braconnage intensif. Cet article vous explique les raisons pour lesquelles leur corne est encore tant convoitées, les méthodes employées par les braconniers pour les obtenir et les efforts de conservation visant à les protéger.



Un rhinocéros, des rhinocéros

Le rhinocéros appartient à la famille des Rhinocerotidae, une des plus anciennes familles de mammifères. On distingue 5 espèces : deux d'Afrique et trois d'Asie. Le rhinocéros blanc (Ceratotherium simum) est le plus grand des cinq espèces et se divise en deux sous-espèces : le rhinocéros blanc du Sud et celui du Nord, ce dernier étant pratiquement éteint à l'état sauvage. Contrairement à ce que son nom suggère, sa couleur varie du jaune-gris au marron et non blanc. Le terme "blanc" pourrait dériver du mot afrikaans "wyd," qui signifie "large," en référence à sa bouche large adaptée au pâturage. Il vit essentiellement en Afrique du Sud, au Zimbabwe, en Namibie et au Kenya. Il évolue au milieu de la savane, non loin des points d'eau, nécessaires pour qu'il puisse se recouvrir de boue afin de réguler sa température corporelle et se protéger des parasites.

Rôle de la corne

Les rhinocéros vivent généralement seuls, à l'exception des mères avec leurs petits. Leur habitat varie des savanes africaines aux forêts tropicales et subtropicales en Asie. La corne du rhinocéros, souvent perçue comme un attribut défensif, est principalement utilisée pour fouiller dans le sol à la recherche de sel, de minéraux et d'autres nutriments, ou pour déraciner des plantes dont ils se nourrissent. Elle sert également dans les combats entre mâles pour la domination territoriale ou l'accès aux femelles. Les caractéristiques communes de ces animaux sont leur peau épaisse qui peut atteindre une épaisseur de 5 cm, un odorat et une ouïe très développés ainsi que la fameuse corne de kératine. Contrairement à celles des cervidés, cette corne n'est pas une vraie corne osseuse mais plutôt une excroissance compacte faite de fibres de kératine. Chez les espèces qui possèdent deux cornes, la plus grande se situe à l'avant.

Les croyances qui alimentent les convoitises

La corne de rhinocéros est hautement valorisée dans certaines cultures asiatiques, notamment en Chine et au Vietnam, où elle est utilisée en médecine traditionnelle, sans preuve scientifique de son efficacité d'ailleurs. Comment un amas similaire à des ongles pourrait guérir quoi que ce soit ? On lui attribue des vertus curatives pour une multitude de maux, allant de la fièvre à l'épilepsie, et même le cancer.

La menace du braconnage

Le braconnage des rhinocéros est principalement motivé par le commerce illégal de leurs cornes. Cela a conduit à une réduction critique de leur population. Cette pratique représente une menace sérieuse non seulement pour la survie des rhinocéros mais également pour la biodiversité et l'équilibre écologique des régions où ces animaux jouent un rôle important./lemagdesanimaux.ouest-france.fr/

Le voyageur interstellaire 3I/ATLAS cumule les anomalies et nous ne savons pas pourquoi

L'objet interstellaire 3I/ATLAS continue d'intriguer les astronomes. Ce corps céleste, découvert le 1er juillet dernier, suscite des interrogations croissantes en raison de son comportement inhabituel et son origine incertaine.

Des anomalies qui défient les modèles connus

Si 3I/ATLAS est une sonde extraterrestre, le passage derrière le Soleil serait, d'après le célèbre astrophysicien, le moment opportun pour libérer des mini-sondes vers les planètes du système solaire. Autant dire que ce périple pourrait révéler des indices cruciaux sur sa véritable nature. Bien que l'Agence spatiale américaine considère l'objet comme une comète venue d'un autre système solaire, Avi Loeb insiste sur la nécessité de collecter davantage de données avant de tirer une conclusion définitive.

Une masse et une composition hors normes

Ensuite, contrairement aux comètes classiques dont la queue est repoussée par le vent solaire, 3I/ATLAS présente un jet dirigé vers le Soleil. Ce phénomène a été confirmé par le télescope spatial Hubble qui a observé une lueur allongée orientée vers notre étoile. Autre élément surprenant : la masse de l'objet. Elle serait d'environ un million de fois supérieure à celle de 1I/Oumuamua et mille fois plus supérieure à celle de 2I/Borisov.

Des observations à venir

L'eau ne représenterait en outre que 4 % de la masse totale de l'objet mystérieux alors que les comètes ordinaires sont riches en la matière. Enfin, 3I/ATLAS a fait son entrée dans le système solaire depuis une direction proche de celle du célèbre "signal Wow!", souvent considéré comme un signal d'origine extraterrestre. Plusieurs missions spatiales devraient permettre d'en savoir plus sur l'objet dans les mois à venir./neozone.org/

Est-ce que couper le wifi la nuit permet réellement de faire des économies d'énergie ?

Beaucoup coupent leur box Internet avant de dormir pour réduire leur consommation d'énergie. Geste utile ou illusion écologique ? J'ai enquêté.

Quelques watts gagnés, une bonne habitude gagnée

Alors oui, couper sa box Internet avant d'aller dormir permet de faire un petit geste énergétique, même s'il n'a rien de révolutionnaire. Si tout le monde le faisait, cela représenterait tout de même plusieurs centaines de gigawattheures économisés chaque année. Mais au-delà de l'économie, il y a un vrai confort mental à tout éteindre avant de se coucher. Et, ce même si vous avez votre pierre d'onyx à portée de main pour bloquer les ondes ! Oui, la lithothérapie, j'y crois, je vous en parlais dans cet article ! À la maison, j'ai tenté l'expérience : plus de veille, plus de diodes clignotantes, et la satisfaction de savoir que je réduis un peu ma consommation. Et, cerise sur le gâteau, je n'ai pas perdu une minute de sommeil à cause des notifications ou des appareils restés connectés.

Trois gestes simples pour limiter la consommation numérique

Avant de tout débrancher, il existe aussi des solutions plus pratiques pour les têtes en l'air (comme moi) : Utiliser une multiprise coupe-veille ou une multiprise connectée : elle permet d'éteindre la box, la télé et les appareils connectés d'un seul geste. Programmer une extinction automatique sur la box : certaines box proposent un mode « nuit » qui coupe le Wi-Fi à des heures définies. Déconnecter les appareils inutiles : imprimante, décodeur, console… Tous consomment un peu, même en veille. Et, si vous êtes du genre à avoir des équipements domotiques, pensez à vérifier leur consommation.



Une astuce symbolique, mais qui a du sens

Personnellement, j'ai opté pour une multiprise programmable qui coupe la box et ses amis branchés à minuit et rallume le tout à 5 h du matin… Au pire, en cas d'urgence, le réseau 5G prend le relais pour les appels ! En réalité, couper son Wi-Fi la nuit ne changera pas radicalement votre facture, mais c'est un symbole fort d'une consommation consciente. C'est un peu comme fermer un robinet qui fuit : un petit geste isolé, mais qui, répété, finit par compter. Et puis, soyons honnêtes : un peu de déconnexion ne fait de mal à personne./neozone.org/

Bouilloire, micro-ondes ou plaque, quelle est la méthode la plus économique pour bouillir de l'eau ?

Vous cherchez à réduire votre consommation d'électricité ? Découvrez les meilleures astuces pour faire bouillir de l'eau plus rapidement et à moindre coût. Bouilloire, micro-ondes ou plaque de cuisson : quelle méthode est la plus économique ?

Combien de casseroles d'eau faites-vous bouillir chaque semaine ? Personnellement, si je devais chauffer mon eau dans une casserole, je serais au minimum à une casserole par jour

Comparatif entre les différentes manières de bouillir l'eau…

Pour chauffer l'eau, trois solutions sont à votre disposition. La plaque de cuisson, le micro-ondes et la bouilloire. Personnellement, j'utilise la bouilloire, et une fois l'eau à ébullition, je la transfère dans une casserole, avec un fond d'eau à l'intérieur. Et, si j'en crois le test réalisé par le magazine TreeHugger, c'est la solution la plus économique. En effet, cette étude portait sur la mise en ébullition (100 °C) d'une quantité de 350 ml d'eau. Et, voici les coûts relevés par appareil électrique.

Astuce n° 1 : les couvercles !

Les couvercles ne devraient pas seulement faire partie du décor, ou de la batterie de cuisine. Non, non, je vous jure, ils ont une réelle utilité !

En couvrant votre casserole avec un couvercle adapté, vous créez un circuit de chaleur à l'intérieur de votre casserole.



Astuce n° 2 : des casseroles en phase avec les plaques !

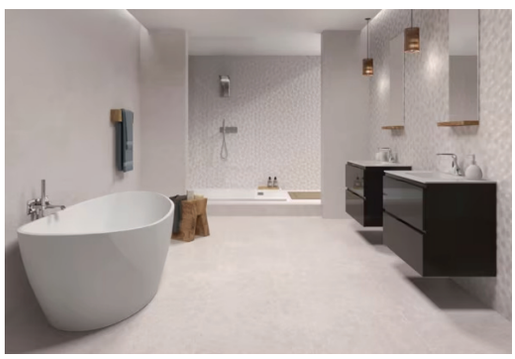
Encore une fois, c'est logique, mais de temps en temps, l'on installe une casserole plus petite ou plus grande que la plaque de cuisson. C'est contre-productif, et vous gaspillez de l'électricité lorsque vous faites bouillir votre eau.

D'autres astuces en vrac…

Si vous utilisez, comme moi, votre bouilloire, pensez à la détartrer régulièrement, la montée en température sera plus rapide, et vous économiserez de l'énergie.

Vous pouvez aussi utiliser votre poêle à bois, pour y déposer votre casserole, et profitez de sa chaleur, même si j'en conviens, ce n'est pas hyper pratique. Et, vous ? Quelle est votre méthode pour faire bouillir votre casserole d'eau ? Donnez-nous votre avis, ou partagez avec nous, votre expérience./neozone.org/

Carrelage blanc : 6 idées pour une salle de bains élégante et lumineuse



Indémodable et toujours tendance, le carrelage blanc s'adapte à tous les styles. Que vous rêviez d'une salle de bains authentique ou d'un espace résolument contemporain, ce revêtement est un choix incontournable. Avec une multitude de variations possibles, il se décline avec des effets visuels, des touchers différents ou des reliefs inspirants. Selon la finition choisie, mate ou brillante, il crée une ambiance plus ou moins lumineuse. Motifs ou uni, le blanc sert de décor pour une atmosphère où le bien-être est roi ! La preuve avec 6 modèles de carrelage blanc pour une salle de bains dans l'air du temps.

Des écailles en relief pour une salle de bains vintage

Carrelage Boho/Tear, couleur greige stone. Une collection qui innove avec son design en forme d'écailles, effet béton. Des notes bohèmes et vintage, s'invitent dans votre salle de bains pour une ambiance boho-chic. 7 couleurs disponibles + un mix de 15 couleurs mélangées au hasard dans une boite, WOW Design chez Hydropolis.

Une mosaïque blanche pour une salle de bains élégante

Carrelage blanc mosaïque CIRCLE, déclinée dans de nombreux coloris et en version mate ou brillante. La mosaïque en plaque sur filet Circle se compose de tesselles circulaires, fabriquée à partir de verre recyclé, cette création signée Vidrepur s'adapte parfaitement aux environnements humides. Nuancées ou complètement unies les différentes propositions apportent une touche luxueuse et raffinée aux espaces. Carton d'1,19m2, 80 euros, Étoffe.

Jeux visuels avec le carrelage de la salle de bains

Carrelage blanc, collection Love Affairs, carreaux chevrons de grès cérame imitant le marbre et le bois, disposés en alternance pour créer un sol graphique, 10 x 50 cm, aspect marbre blanc calacatta ou bois naturel, 51,80 euros le m2 (marbre) et 62,30 euros le m2 (bois), WOW chez David B.

Le blanc s'amuse avec des motifs dans la salle de bains

Carrelage blanc Bohème, destiné aux murs comme aux sols. Un modèle qui réinterprète les carreaux de ciment de manière contemporaine et inverse leur procédé de fabrication. Dans ce cas, le moule séparateur est utilisé, non pour former les décors colorés, mais pour tracer les motifs tantôt géométriques, tantôt plus élaborés. Le tracé imparfait des lignes est la preuve du savoir-faire artisanal.

Impression marbre pour un carrelage blanc chic

Carrelage blanc, collection Bianco statuario, en grès cérame imitant le marbre, existe en version XXL panneaux de 300 x 150, épaisseur 6mm, finition shiny ou soft, 261 euros le m2, ARIOSTEA chez David B.

Plusieurs déclinaisons pour un carrelage blanc effet pierre

Carrelage blanc collection Basalt avec effet pierre, réalisée en grès porcellanato, disponible en Anthracite et Blanc et dans les formats : 29 x 89 cm - 29 x 59 cm - 59 x 59 cm, finitions : Naturale - Antideslizante, à partir de 43,50 euros, disponible chez Solmur et Midi Carrelage./cotemaison.fr/

La malbouffe manipule notre cerveau, mais il est possible de lutter

Croustillante, sucrée, addictive : la malbouffe ne séduit pas seulement nos papilles, elle façonne notre cerveau. Une mécanique redoutable, mais dont la science montre qu'il est possible de s'affranchir.

Le cerveau, une « base de données » du goût

Dana Small, psychologue et neuroscientifique, rappelle dans le média américain que ce mécanisme est ancien. « Dans les balbutiements de l'histoire humaine, quand les calories se faisaient rares, nous avons appris à nous reposer sur nos sens pour identifier les aliments riches en énergie. »

Après chaque repas, le cerveau enregistre les sensations et les émotions associées. Une véritable « base de données » se constitue. « En mangeant, on intègre les mondes externes et internes, ce qui définit la mémoire », poursuit-elle. Ces souvenirs modulent ensuite la production de dopamine, la molécule du plaisir.

Le piège des aliments ultra-transformés

Le problème est accentué par les produits ultra-transformés, qui combinent graisses et sucres.

Ces deux signaux sont stockés dans des circuits distincts mais convergent vers les mêmes systèmes dopaminergiques. Dans l'étude du centre Monell, ces deux circuits s'activent simultanément chez la souris, produisant une réponse amplifiée du circuit de récompense. Une mécanique qui éclaire la difficulté à résister aux chips, biscuits ou sodas.

L'industrie à la manœuvre

Dans son ouvrage, le journaliste Michael Moss décrit la manière dont les industriels exploitent ces mécanismes, en créant des textures et des saveurs inexistantes dans la nature. Des expériences menées sur des rats ont montré leur préférence pour les chips face à des croquettes classiques. « Les chips contiennent 35 % de gras et environ 45 % de sucres. C'est l'équilibre parfait », expliquent des chercheurs belges. Anthony Fardet, ingénieur agronome à l'INRAE, alerte qu'environ 70 % de l'offre industrielle en France est aujourd'hui ultra-transformée.

Peut-on reprendre le contrôle ?

La bonne nouvelle, c'est que le cerveau reste malléable. « Il apprend à désirer la malbouffe, mais il peut apprendre de nouvelles réponses », assure au National Geographic Amy Egbert, professeure en sciences psychologiques. Identifier le déclencheur (faim, émotion ou mémoire) constitue la première étape. « Les thérapies d'exposition et les techniques cognitives font partie des meilleurs outils », précise-t-elle./sante-sur-le-net.com/



Le thé vert, un allié contre les AVC ?

Une consommation régulière de thé vert diminue le risque d'accident vasculaire cérébral, notamment grâce aux flavonoïdes qu'il contient.

Pourquoi c'est important

Le thé possède de nombreuses vertus qui ont fait l'objet d'un nombre important d'études scientifiques et d'articles dans la presse : tour à tour antidépresseur, allié de la santé cardiaque notamment en luttant contre l'hypertension, le thé serait également une boisson anticancer et un « boosteur »de mémoire. Les bienfaits du thé sont dus aux flavonoïdes qu'il contient en particulier des flavanols (catéchine et épicatéchine, épigallocatéchine, épicatéchine gallate et épigallocatéchine gallate ou EGCG) et leurs oligomères appelés procyanidines.

Ce que disent les études

Une étude publiée dans la revue de référence American Journal of Clinical Nutrition a évalué l'effet de la consommation de thé (vert ou noir) sur le risque d'accident vasculaire cérébral dans une population de près de 500 000 personnes, les études précédentes ayant conduit à des résultats contradictoires. Les chercheurs ont recueilli les habitudes de consommation de thé (fréquence, durée de consommation, quantité, type de thé) de 487 377 Chinois. 26,3% d'entre eux ont déclaré boire du thé quotidiennement, essentiellement du thé vert. Selon les résultats de l'étude, il existe une association inverse et dose-dépendante entre la consommation de thé et le risque d'AVC. Autrement dit, les chercheurs ont observé le risque d'AVC le plus bas chez les personnes qui consomment le plus de thé. Une consommation occasionnelle de thé a été liée à un risque d'AVC réduit de 4% tandis que boire du thé tous les jours a été associé à une diminution de 8% de ce risque.

En pratique

Les études d'observation ne permettent pas de décrire une relation de cause à effet, mais elles suggèrent qu'on retire une protection vis-à-vis du risque cardiovasculaire à partir de 3 tasses de thé par jour.

La consommation de thé vert serait la plus bénéfique. Le mieux est de choisir des thés de qualité vendus en vrac plutôt que des thés premiers prix car ils renferment moins d'aluminium et moins de fluor. On peut alors en boire plusieurs tasses./lanutrition.fr/



Peut-on manger des aliments ultra-transformés et rester en bonne santé ? Une diététicienne fait le point



Par gain de temps ou par souci de budget, il est parfois plus simple aujourd'hui de mettre des aliments transformés dans son panier. Au détriment de votre santé et de celle de votre famille ? La nutritionniste Pauline Pied nous éclaire sur l'impact de ces aliments. Faire ses courses est devenu un vrai casse-tête. Si l'on sait tous qu'une alimentation équilibrée, brute, non transformée ou encore bio est meilleure pour la santé, en pratique, cela devient plus compliqué.

Transformé ou ultra-transformé ? Apprenez à faire la différence pour mieux manger sans exploser votre budget

Avant de regarder son panier avec méfiance, il faut d'abord faire une distinction essentielle un aliment transformé n'est pas nécessairement ultra-transformé. Pour s'y retrouver, la nutritionniste recommande de se référer à la classification NOVA, qui répartit les aliments en quatre groupes selon leur degré de transformation. Les aliments du groupe 3 sont ainsi des aliments transformés.

Ce sont des versions modifiées des aliments bruts, notamment par diverses méthodes de conservation ou de cuisson. "Les conserves de légumes, les conserves de sauce tomate, les légumes surgelés, composent ce groupe 3. A ce titre ce sont bien des aliments transformés", explique Pauline Pied. Le groupe 4, en revanche, correspond aux aliments ultra-transformés. Il s'agit généralement de formulations industrielles comportant notamment différents additifs et autres substances utilisées pour modifier le goût, la texture, la couleur ou la conservation du produit. Mais une liste d'ingrédients longue ne renseigne pas, à elle seule, sur le degré de transformation d'un produit. Il faut également regarder la nature des ingrédients et les procédés utilisés.

Faut-il bannir les aliments ultra-transformés ?

Mais faut-il rayer de sa liste de courses tous les produits ultra transformés ? Non, répond la nutritionniste. "Même lorsqu'un produit appartient à la catégorie des aliments ultra-transformés, sa présence occasionnelle dans l'alimentation ne signifie pas que l'on mange "mal"". De nombreuses études le disent pourtant. Les produits ultra transformés sont liés à l'obésité, aux maladies cardiovasculaires et aux troubles métaboliques tels que le diabète de type 2, ainsi qu'à des problèmes de santé mentale et même à une mort prématurée… quand ils sont consommés régulièrement.

Cordon bleu et plats industriels : l'astuce d'une nutritionniste pour équilibrer vos repas sans culpabiliser

C'est ici que le principe d'équilibre et de fréquence prend tout son sens. Un produit industriel ne condamne pas à lui seul l'ensemble d'un repas. Pauline Pied prend l'exemple du cordon bleu, qui peut faciliter le mercredi de nombreux parents : "On peut tout à fait rééquilibrer ce plat industriel, en ajoutant des légumes, et un peu de féculents", assure-t-elle. Autrement dit, si le plat principal est un produit ultra-transformé, les autres éléments du repas doivent jouer l'"équilibre et apporter davantage de variété et de nutriments : légumes, féculents, fruit ou produit laitier selon les habitudes de chacun./doctissimo.fr/

Chocolate Hills de Bohol : visiter les collines de chocolat aux Philippines

Les Chocolate Hills de Bohol font partie des paysages les plus étonnants des Philippines. Au cœur des Visayas, des centaines de collines coniques se répètent à perte de vue, comme si le relief avait été modelé à la main. Leur nom vient de leur couleur en saison sèche : l'herbe qui les recouvre brunit sous le soleil, donnant à ces reliefs l'aspect de petites montagnes chocolatées. En saison humide, le décor change complètement : les collines redeviennent vertes, plus douces, presque veloutées.

Pourquoi les appelle-t-on les "collines de chocolat" ?

Le nom Chocolate Hills vient de la couleur que prennent les collines pendant la saison sèche. L'herbe jaunit puis brunit, transformant le paysage en une immense succession de dômes couleur cacao. Le reste de l'année, le décor peut être très différent : les collines apparaissent vertes, plus tropicales, parfois moins "chocolatées", mais tout aussi graphiques.

Où se trouvent les Chocolate Hills ?

Les Chocolate Hills se situent sur l'île de Bohol, dans la région des Visayas centrales, aux Philippines. Le site principal se trouve autour de la commune de Carmen, à l'intérieur des terres. Depuis Panglao ou Tagbilaran, où arrivent la plupart des voyageurs, il faut généralement compter environ 1h30 à 2h de route selon le point de départ, la circulation et les arrêts.



Comment se sont formées les Chocolate Hills ?

Les Chocolate Hills sont des formations géologiques anciennes, souvent décrites comme des collines calcaires façonnées par l'érosion. Leur origine est liée à l'histoire géologique de l'île de Bohol, aux anciens dépôts marins et au travail très lent de l'eau, du vent et du temps.

Les légendes autour des Chocolate Hills

Comme souvent aux Philippines, la géologie se mêle aux récits populaires. Plusieurs légendes expliquent l'origine des Chocolate Hills. L'une raconte que deux géants se seraient affrontés pendant plusieurs jours en se lançant des pierres et du sable. Une fois réconciliés, ils seraient repartis sans nettoyer le champ de bataille, laissant derrière eux ces monticules./globe-trotting.com/

Édimbourg, Arran et les Trossachs D'îles en lochs, l'Écosse des légendes

Côtes accidentées, munros, lochs et forêts : à peine débarqué dans la capitale, on rêve aux paysages qui, dans l'imaginaire, font l'Écosse, avec un empressement à peine contenu. Et même si c'est doucement, à petites gorgées, comme un bon whisky, que le pays se savoure le mieux, cet itinéraire a été pensé pour les impatients.

Il permet, en une bonne semaine, de goûter à la diversité de l'Écosse : culturelle et sauvage, fière et historique, souvent battue par les vents. Le voyage s'ouvre à Édimbourg, cœur battant du pays. Surnommée Auld Reekie par les locaux (littéralement "la vieille cheminée"), la ville abrite une cité médiévale classée, dans son ensemble, au patrimoine mondial de l'Unesco.

Un jour et une nuit qui susciteront sans nul doute l'envie d'y revenir. Ensuite, place aux îles et presqu'îles.

Arran, tout d'abord, qui fait office de géant parmi les morceaux de terre du Firth of Clyde. Une belle expression de l'Écosse maritime : puissamment ventilée, du relief, des ajoncs, des rosiers arctiques, de la bruyère callune, des moutons et des chemins qui se perdent dans la lande. Des distilleries aussi.

Et des oiseaux. Les bateaux de pêche rapportent de quoi se régaler iodé, au comptoir du pub comme à la table du restaurant.



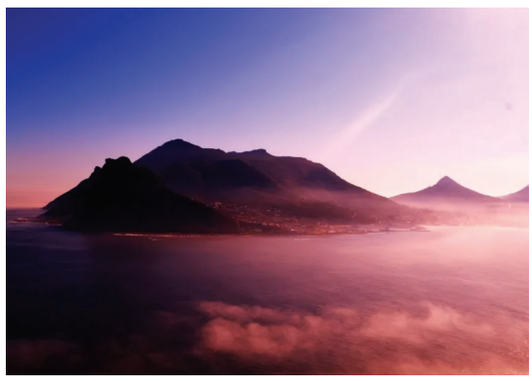
Votre voyage

Les ferries étant équipés pour transporter des voitures, rien ne s'oppose à un road-trip, quant bien même le périple implique d'aller d'île en péninsule. Un véhicule de location est donc prévu dès lors que vous quittez la capitale, de même que vos billets de ferry. La conduite à gauche devenant rapidement naturelle (le retournement effectué, tout est aussi logique qu'à droite), il n'y a pas d'objection sérieuse à prendre la route en Écosse.

On envisage donc l'auto comme l'instrument de liberté de ce voyage : souplesse, rayon d'action, autonomie. À chaque étape, des hôtels bien situés et confortables, adaptés aux circonstances.

Dans le style écossais surtout, afin qu'il n'y ait pas de rupture de charme entre vos jours et vos nuits, avec toutefois une variété d'atmosphères qui répond à celle de la géographie. Le Scottish breakfast, lui, prépare les organismes aux découvertes de la journée./ voyageursdumonde.fr/

5 bonnes raisons de voyager en Afrique du Sud



Voyager en Afrique du Sud, c'est vivre un rêve au quotidien. Ce pays concentre tous les atouts : nature, culture, histoire, réserves animalières, safaris, parcs nationaux, océans, villes, déserts, plages, gastronomie, vignobles... Rien ne manque pour vivre des expériences uniques en solo, en couple ou en famille.

Pour ses levers du soleil dans le bush au Kruger…… et pour ses couchers sur l'océan au Cap

Quelle meilleure façon de commencer une journée que d'assister au lever du soleil dans la savane? Attablé à la terrasse d'un lodge, face à un point d'eau, vous prenez votre café en admirant le passage de la grande faune sauvage à quelques dizaines de mètres de là. En toile de fond sonore, les bruits furtifs des prédateurs qui se meuvent dans les hautes herbes et le pépiement incessant des oiseaux. À l'heure où la rosée du matin ne s'est pas encore évaporée, la lumière rasante sublime cette nature vierge, où dominent les nuances de rose, d'orange et de rouge.

Pour faire découvrir l'Afrique à ses enfants

L'Afrique du Sud est un haut lieu du tourisme familial. De tout le continent africain, c'est la destination la plus adaptée à un voyage en famille. Partez rassuré et en confiance avec vos enfants, même en bas âge: le pays leur fera l'effet d'un gigantesque parc d'attractions! Les infrastructures sont partout de bon niveau, les tarifs restent très abordables pour une petite tribu et les conditions sanitaires tout à fait comparables à celles que l'on trouve dans les pays européens. "Et le paludisme?", direz-vous. Eh bien le paludisme est inexistant, à l'exception d'une petite zone dans l'extrême nord-est.

Et pour se régaler dans des restaurants gastronomiques réputés

Vos papilles vont adorer. En Afrique du Sud, l'éventail des saveurs, très large, contentera tous les goûts et tous les appétits. Aux traditions culinaires européennes se mêlent les influences indiennes, orientales et asiatiques. Les amateurs de viande seront à la fête: la viande issue de l'élevage local est délicieuse, tout comme le gibier du bush (autruche, impala, koudou...). Les ingrédients variés sont sublimés par des chefs talentueux qui exercent dans des restaurants réputés.

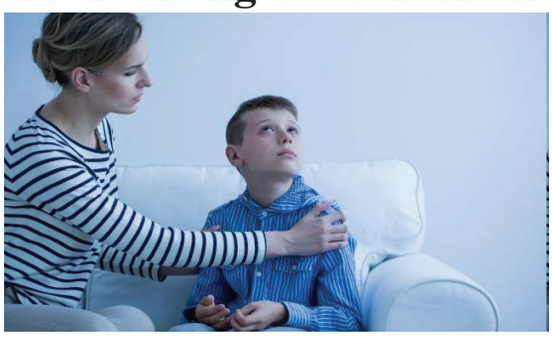
Pour son climat sain et agréable

On dit qu'il est l'un des plus sains du monde... Le climat sud-africain fait partie intégrante des atouts du pays. Pas vraiment de chaleur suffocante comme on peut en trouver ailleurs en Afrique. La région du Cap est souvent comparée à la Côte d'Azur pour son climat: chaud en été (sans excès), sec, venté, avec des hivers tempérés et ensoleillés. Quand on remonte vers l'océan Indien (Durban, Kwazulu Natal), le climat devient subtropical, plus humide.

Parce que vous n'aurez plus besoin de choisir entre mer et montagne

Combiner les joies du balnéaire avec les plaisirs de la montagne, en un même lieu... En Afrique du Sud, c'est possible! La ville du Cap offre ce privilège: elle a la tête dans les nuages et les pieds dans l'eau. Elle offre un cadre géographique idyllique: Table Mountain surplombe la ville du haut de ses 1000m, tandis que Lion's Head, sur l'arrière, culmine à 670m./ lonelyplanet.fr/

Autisme et TDAH, ce que les vitamines B et D peuvent vraiment changer selon une nouvelle étude



Votre enfant a un TDAH ou un trouble du spectre de l'autisme ? Une étude s'est intéressée à l'effet des vitamines B et D. Vous avez un enfant avec un TDAH ou un trouble du spectre de l'autisme ? Vous avez peut-être déjà entendu parler des vitamines B ou D pour atténuer certains symptômes. Une nouvelle méta-analyse publiée en 2025 s'est penchée sur la question. Toutefois, tous les patients ne répondent pas de la même façon.

Vitamines B et D, quels effets sur l'autisme et le TDAH ?

Les chercheurs ont analysé 12 études portant sur 652 personnes avec un trouble du spectre de l'autisme (TSA) et 10 études regroupant 852 personnes avec un trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH). Au total, 787 participants recevaient des vitamines et 717 constituaient les groupes témoins. Le TSA se caractérise notamment par des difficultés dans les interactions et la communication sociales, ainsi que par des intérêts restreints et des comportements répétitifs. Le TDAH associe quant à lui des difficultés d'attention, une impulsivité et, chez certaines personnes, une hyperactivité. Du côté du TSA, ce sont surtout les vitamines B, notamment les vitamines B6, B9 et B12, qui semblent avoir eu un effet. Les chercheurs ont observé une amélioration de certains aspects émotionnels et une diminution des comportements stéréotypés, avec une taille d'effet de 0,42.

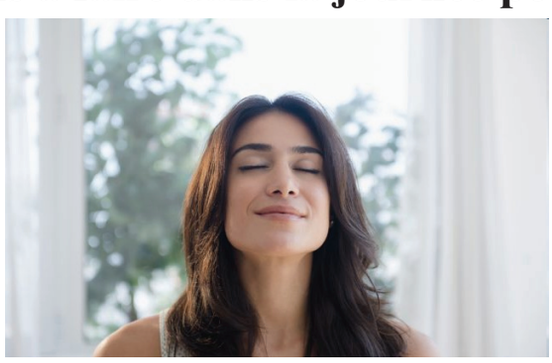
Une efficacité réelle, mais modeste

Faut-il pour autant voir dans ces vitamines une nouvelle solution contre l'autisme ou le TDAH ? Les résultats ne permettent pas d'aller aussi loin. Concrètement, les chercheurs observent un bénéfice global modéré de la supplémentation, avec une différence standardisée de 0,41 par rapport aux groupes témoins. Ce résultat suggère donc un effet possible, mais loin d'un effet spectaculaire. D'autant que la vitamine D n'a pas montré d'effet significatif sur les symptômes du TSA. Les préparations multivitaminées, elles non plus, ne se sont pas distinguées significativement des groupes témoins. Un autre point mérite d'être gardé en tête : les études analysées étaient très différentes les unes des autres. Les doses utilisées, la durée des supplémentations et les outils employés pour mesurer les symptômes variaient notamment beaucoup.

Le bon réflexe : en parler à son médecin

Pour les familles, cette étude apporte surtout une piste de réflexion. En cas de suspicion de carence, un bilan peut être discuté avec le médecin afin de déterminer si une supplémentation est nécessaire. L'objectif est alors d'adapter les apports à la situation de chaque personne, plutôt que de prendre systématiquement des compléments. Une supplémentation individualisée peut être envisagée avec un professionnel de santé, notamment pour choisir le complément, la dose et la durée adaptés. Ces résultats restent donc intéressants, mais ils ne signifient pas que toutes les personnes avec autisme ou TDAH ont besoin de vitamines B ou D. La supplémentation doit avant tout répondre à un besoin identifié./doctissimo.fr/

Anti-stress : 4 respirations à faire dans la journée pour s'apaiser



Comment booster sa vitalité et réduire le stress sans accessoire aucun ? Quatre exercices de respiration réalisés à des moments clés de la journée, peuvent suffire. Inspirer, expirer, la clé de la forme avec le docteur en physiologie Florence Villien. Dans nos sociétés où le mental domine, nous avons pris l'habitude de respirer court, saccadé, quand ce n'est pas petit et tout en retenu. En plus, nous respirons avec la cage thoracique, ce qui fait que l'air rentre dans le haut des poumons et ressort précipitamment. L'apport en oxygène est insuffisant, conséquence : le gaz carbonique et moult toxines restent stockés dans les tissus pulmonaires.

La respiration, ça sert à quoi ?

Hormis le fait que respirer est la seule fonction du corps dont nous ne pouvons pas nous passer plus de 10 mn (record de Stéphane MIFSUD, apnétiste français), la respiration remplit quantité de fonctions : elle enrichit le sang en oxygène et le débarrasse des déchets gazeux. Son action s'exerce également sur la combustion des graisses inutiles et l'équilibre des centres nerveux. On devine alors aisément que lorsque l'on respire mal, c'est tout l'organisme qui s'encrasse, entraînant de la fatigue et un moral en berne.

La respiration au réveil

Face à son miroir, au moment de se laver les dents, on se prépare pour une journée resplendissante. Fléchissez les genoux et posez les deux mains sur les cuisses. Commencez par expirer très fort par la bouche, en rentrant le ventre, comme si vous vouliez le rapprocher de votre colonne. Puis, inspirez par le nez en relâchant les abdominaux et en laissant le ventre revenir à sa position initiale. Répétez 3 à 5 fois. Pour finir, redressez-vous, inspirez à nouveau en gonflant le ventre puis bloquez en apnée 5 à 10 secondes pour réguler le corps.

La respiration dans les transports

L'exaspération vous guette ! Stop, ruminez négatif crame votre belle énergie printanière. Alors, on respire ! Assis(e) ou debout, peu importe. L'essentiel est de pratiquer une respiration lente, en maîtrisant son rythme. Commencez par poser votre main sur le ventre, pour observer votre respiration naturelle, pendant 2 à 3 secondes. C'est parti : inspirez par le nez sur 4 secondes, faites une pause sur 2 secondes, puis expirez (toujours par le nez) sur 6 secondes. Le ventre se gonfle à l'inspire, se relâche à l'expire. Répétez le mouvement 3 à 5 fois ou plus, si c'est agréable.

La respiration au travail

Dans l'après-midi, en cas de coup de pompe ou de chute de concentration, respirez ! Assis(e), le dos bien droit contre le dossier du fauteuil si possible. Sinon, mettez-vous à l'avant le dos bien droit. Placez vos mains contre la tranche du plateau. C'est parti : Expirez par la bouche sur 4 secondes, en poussant les mains vers l'avant et en rentrant le ventre. Enroulez le dos, en opérant une bascule du bassin de sorte à placer votre regard vers le nombril. Et inspirez sur 4 secondes. Remontez. Répétez le mouvement 4 ou 5 fois.

La respiration le soir

Allongé(e) sur le dos, avant de vous endormir, préparez-vous à plonger dans le sommeil. C'est parti : Expirez d'abord à fond, par le nez. Le ventre rentré, les lombaires restent collées au sol. Puis, inspirez en relâchant le ventre. Sans décoller le bas du dos. Sans forcer, laissez le mouvement couler naturellement. Conseil : favorisez l'expire, facteur de détente. Vous pouvez induire de la relaxation et sentir votre visage se détendre, les mâchoires qui se desserrent, les épaules qui tombent... À l'inspire appréciez l'air au bord de vos narines./doctissimo.fr/

Pourquoi je me charge d'électricité statique ?

Vous vous prenez souvent des châtaignes en touchant une poignée en métal ? Vous avez sans arrêt les cheveux hérissés sur la tête ? Nous sommes perpétuellement en déséquilibre électrostatique, un phénomène accentué en hiver. Comment expliquer la survenue de ces décharges électriques importunes ?

Des charges électriques dans le corps

Nos chaussures qui frottent contre la moquette, un pull contre nos cheveux ou le siège de la voiture… Autant de situations qui peuvent conduire à la formation d'un environnement électrisant. La décharge électrique est de l'ordre de quelques milliers de volts.

Pourquoi j'ai plus d'électricité statique en hiver ?

Vous l'aurez sûrement remarqué, ces petites décharges électriques ou les cheveux dressés sont encore plus fréquents en hiver. L'explication est simple : l'hiver est une saison durant laquelle notre garderobe est plus riche en laine et en tissus synthétiques, qui sont sensibles aux transferts d'électrons.

Comment éviter les décharges d'électricité statique ?

Le phénomène en lui-même est gênant mais en rien dangereux. En hiver, limitez le port simultané de vêtements en laine et autres synthétiques. Privilégiez des chaussures avec des semelles en cuir, plutôt qu'en caoutchouc. Si vous avez marché sur une matière / produit synthétique comme de la moquette, attendez un peu avant de toucher une poignée en métal ou une autre surface conductrice, comme un autre être humain. Installez un humidificateur d'air dans la pièce où vous restez le plus souvent en hiver (bureau, etc.). En effet, plus l'air est sec, plus les objets se chargent en électricité. L'assèchement de l'air est également l'une des principales causes des cheveux électriques./doctissimo.fr/

Session extraordinaire du Conseil de la Ligue arabe à la demande de l'Etat de Palestine



Le Conseil de la Ligue arabe tient, mardi au Caire, une session extraordinaire au niveau des délégués permanents, à la demande de l'Etat de Palestine, afin d'examiner les mécanismes de mise en place d'une protection internationale du peuple palestinien, a rapporté l'agence de presse palestinienne Wafa.

Le représentant permanent de l'Etat de Palestine auprès de la Ligue arabe, Mohannad Al-Aklouk, a annoncé que cette session "se tient à la demande de l'Etat de Palestine et avec le soutien des Etats membres, pour examiner les mécanismes de protection internationale du peuple palestinien et garantir le respect du droit international et des résolutions de la légalité internationale relatives au statut juridique international de la ville d'El Qods".

Cette session extraordinaire se tient au siège du Secrétariat général de la Ligue arabe, dans un contexte marqué par l'intensification des agressions des forces d'occupation sionistes et des groupes de colons armés contre le peuple palestinien et ses biens.

Al-Aklouk a souligné que cette session intervient alors que "la question palestinienne traverse une phase complexe qu'elle n'a jamais connue auparavant", réaffirmant le droit légitime et naturel du peuple palestinien à établir son Etat indépendant, souverain et viable, avec pour capitale El Qods-Est, débarrassée des colonies et de toute présence militaire sioniste.

Il a relevé que les positions et déclarations internationales émises jusqu'à présent, malgré leur importance, demeurent insuffisantes pour dissuader l'occupation sioniste et les colons, tant qu'elles ne se traduisent pas par des mesures punitives concrètes, notamment l'imposition de sanctions contre les dirigeants et responsables impliqués dans ces agressions, soulignant la nécessité d'"assurer une protection internationale immédiate au peuple palestinien".

Al-Aklouk a appelé la communauté internationale, les parlements régionaux et internationaux ainsi que le Conseil de sécurité de l'ONU à "sortir de leur silence" et à "agir immédiatement et directement" pour mettre fin à ces crimes et demander des comptes à l'occupation pour ses violations continues des chartes et résolutions pertinentes des Nations unies.

Ouverture des travaux de l'Atelier régional du CISSA pour l'Afrique du Nord sous la présidence de la RASD

Alger abrite, du 12 au 15 octobre courant, les travaux de l'Atelier régional du Comité des services de renseignement et de sécurité africains (CISSA) pour l'Afrique du Nord, sous la présidence de la République arabe sahraouie démocratique (RASD).

La réunion au niveau des experts s'est ouverte, sous la présidence de la Direction nationale de la sécurité, de la documentation et de la protection des institutions de la RASD, qui assure cette année la présidence du Bureau régional du CISSA pour l'Afrique du Nord.

Placé sous le thème "Les répercussions de la prolifération et de la consommation de drogues dans la région de l'Afrique du Nord", cet atelier réunit les représentants des pays membres de la région, à savoir l'Algérie, la Libye, l'Egypte, la Mauritanie, la République arabe sahraouie démocratique et la Tunisie. Prennent également part aux travaux, des représentants de pays membres du CISSA, à savoir le Botswana, le Zimbabwe, le Soudan, l'Afrique du Sud et la Namibie, ainsi que le Secrétariat exécutif du CISSA.

L'Atelier connaît également la participation de mécanismes africains spécialisés, notamment le Centre de l'Union africaine de lutte contre le terrorisme (AUCTC), l'Unité de fusion et de liaison (UFL) et le Mécanisme de l'Union africaine pour la coopération policière (AFRIPOL).

Les travaux de cette rencontre régionale sont consacrés à l'examen de l'évolution du phénomène de la prolifération et de la consommation de drogues en Afrique du Nord et de ses répercussions sécuritaires, sociales, économiques et sanitaires, ainsi qu'au renforcement de la coopération régionale et de l'échange de renseignements et d'expertises entre les services des Etats membres.

La réunion des experts est également consacrée à l'échange sur la situation dans la région de l'Afrique du Nord et sur les principaux défis auxquels celle-ci fait face.

Cette réunion intervient en préparation de la réunion au niveau des directeurs généraux des services précités, prévue le 14 octobre courant à Alger.

Emirats/criminalité/corruption

Les Emirats, une menace pour la paix et la sécurité internationales

Les Emirats arabes unis constituent désormais une menace pour la paix et la sécurité internationales, au regard des accusations de blanchiment d'argent, de financement du terrorisme, de recours à des mercenaires et de transferts illicites d'or africain qui pèsent sur ce "micro-Etat", a affirmé le spécialiste des questions géopolitiques et migratoires, Hassen Kacimi.

"Ce micro-Etat constitue maintenant une menace pour la paix et la sécurité" au plan international, a déclaré, à l'APS, M. Kacimi, estimant que les manœuvres des Emirats dans plusieurs régions du monde, relevées dans plusieurs documents et confirmées par des enquêtes internationales, "nécessitent une prise en charge par les instances judiciaires internationales".

"Partout où il y a le désordre, le chaos, où il y a des guerres et des conflits, vous avez derrière cela la trace de cet Etat criminel qui finance bien sûr toutes ces activités subversives", a-t-il soutenu. Evoquant les conflits en Afrique et au Moyen-Orient, l'analyste a relevé le soutien des Emirats à plusieurs groupes armés, notamment les Forces de soutien rapide (FSR) au Soudan, en conflit depuis avril 2023 avec l'armée soudanaise, ainsi que le rôle d'Abou Dhabi dans la déstabilisation de la Libye et son implication dans le conflit au Yémen, où le pays cherche, selon lui, à "faire main basse sur le détroit de Bab-el-Mandeb", passage maritime stratégique pour le commerce international.

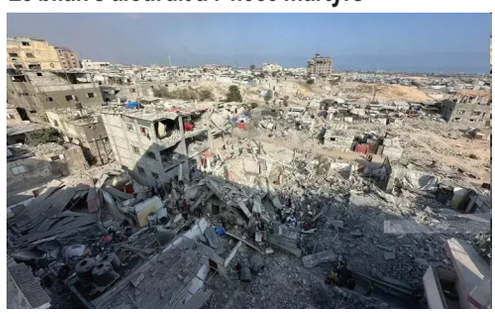
Les Emirats "jouent aussi un rôle majeur dans le blanchiment de capitaux issus d'activités illicites et la capitale de ce pays est devenue pratiquement le sanctuaire de la criminalité transnationale", note M. Kacimi, citant, entre autres, des circuits bancaires et financiers servant à "recycler des revenus illégaux".

Quant à l'implication d'Abou Dhabi dans les transferts illicites d'or africain vers les Emirats, l'analyste a avancé un montant de 35 milliards de dollars. Ces transferts, a-t-il estimé, "illustrent l'ampleur des activités économiques illicites menées par les Emirats sur le continent africain et dans le Sahel", faisant état d'informations authentiques et crédibles qui confirment ces faits.

L'expert a, par ailleurs, évoqué le recours des Emirats au logiciel espion Pegasus (fabriqué par une entreprise sioniste) pour espionner des personnalités européennes, américaines et africaines, considérant ces pratiques comme "une menace supplémentaire pour la sécurité internationale".

"Il va falloir absolument que les activités de cet Etat subversif et terroriste puissent être soumises à la Cour pénale internationale (CPI)", car les Emirats "sont coupables de crimes de guerre et de crimes contre l'humanité" notamment au Soudan et en Libye", a-t-il soutenu.

Agression sioniste contre Ghaza
Le bilan s'alourdit à 74.389 martyrs



L'agression génocidaire sioniste contre la bande de Ghaza a fait 74.389 martyrs et 175.423 blessés, en majorité des femmes et des enfants, depuis le 7 octobre 2023, selon un nouveau bilan communiqué mardi par les autorités sanitaires palestiniennes.

Les corps de sept martyrs ainsi que sept blessés ont été transférés vers les hôpitaux de Ghaza au cours des dernières 24 heures, a indiqué la même source.

Depuis l'entrée en vigueur du cessez-le-feu, le 10 octobre 2025, pas moins de 1.498 Palestiniens sont tombés en martyrs et 5.306 autres ont été blessés, tandis que les corps de 838 martyrs ont été récupérés, selon les autorités sanitaires.

Le Makhzen réprime violemment une manifestation des familles des détenus civils sahraouis

Une manifestation organisée lundi devant la Délégation générale à l'administration pénitentiaire et à la réinsertion (DGAPR) à Rabat par les familles des détenus civils sahraouis du groupe de Gdeim Izik a été violemment réprimée par les forces de sécurité marocaines qui ont procédé à des interpellations massives, rapportent plusieurs médias sahraouis.

Des femmes, des défenseurs des droits humains ainsi que des étudiants venus exprimer leur solidarité avec les familles des détenus civils sahraouis et dénoncer leurs conditions de détention, ainsi que la violation de leurs droits, ont été victimes de violences physiques, ajoutent ces sources.

Citant des témoins, les médias sahraouis affirment que la police marocaine a répondu avec une force excessive à la manifestation des familles des détenus sahraouis réclamant la fin des restrictions ou refus de visites, la levée de l'isolement imposé à leurs proches et la fin des traitements dégradants auxquels sont soumis les prisonniers sahraouis dans les geôles marocaines. La répression policière marocaine a fait de nombreux blessés parmi les manifestants et plusieurs autres ont été arrêtés dont six militants sahraouis des droits humains. Face à la dégradation de la santé des détenus civils sahraouis du groupe de Gdeim Izik qui ont entamé une grève de la faim illimitée le 23 septembre, et aux restrictions ou refus de visites, notamment signalés à la prison de Kénitra, leurs familles ont annoncé une mobilisation d'envergure, dont l'intention d'entamer une grève de la faim en solidarité avec leurs proches.

Les associations sahraouies de défense des droits humains ont multiplié les rassemblements de soutien, alors que des rassemblements de solidarité de la diaspora et d'organisations de soutien ont eu lieu en Europe, notamment à Paris, Bressuire et Perpignan, pour réclamer l'intervention des Nations unies et de la communauté internationale.

Face aux risques sanitaires croissants pouvant découler de la poursuite de la grève de la faim ouverte entamée par ces prisonniers politiques sahraouis, le Collectif des défenseurs sahraouis des droits de l'homme au Sahara occidental (CODESA) a renouvelé son appel urgent aux Nations unies et à ses mécanismes compétents en matière de droits de l'homme, en vue d'une action urgente et responsable pour protéger la vie et l'intégrité physique et psychologique des grévistes, garantir le respect de leurs droits fondamentaux et répondre aux revendications humanitaires et relatives aux droits de l'homme qui les ont poussés à s'engager dans cette forme de protestation.

L'Association marocaine des droits humains (AMDH) a exprimé, quant à elle, sa profonde préoccupation concernant la grève de la faim et les conditions carcérales, tandis que des responsables sahraouis ont rappelé les avis du Groupe de travail de l'ONU sur la détention arbitraire qualifiant ces emprisonnements d'illégaux.



Dans le monde un 14 Octobre

- 2020 : Au Pakistan, un Airbus A320 assurant le vol intérieur entre Lahore et Karachi s'écrase dans un quartier résidentiel de la ville avec une centaine de personnes à bord.
- 2017 : Un attentat fait 22 morts dont des enfants à la sortie d'un concert à Manchester en Grande-Bretagne.
- 2016 : Attribution de la palme d'or du Festival de Cannes 2016 à Ken Loach pour son film "Moi, Daniel Blake".
- 2011 : Attribution de la palme d'or du Festival de Cannes 2011 à Terrence Malick pour son film "The tree of life".
- 2010 : Rugby Finale de la Coupe d'Europe de rugby victoire du Stade Toulousain contre Biarritz Olympique (21-19). Le Stade Toulousain remporte son 4e titre européen.
- 2010 : Football l'Inter de Milan remporte la Ligue des Champions à Santiago Bernabeu en battant le Bayern (2-0).
- 2010 : Crash d'un Boeing d'Air India Express en Inde près de l'aéroport de Mangalore/Baje dans le sud de l'Inde, bilan 158 morts et 7 rescapées.
- 2006 : Le Monténégro choisit l'indépendance et se tourne ainsi vers l'Europe. Plus de 55% des électeurs ont votés pour se séparer de la Serbie.
- 2004 : Espagne - Mariage du prince Felipe de Bourbon et de Letizia Ortiz.
- 1995 : Jean Tiberi est élu maire de Paris et succède à Jacques Chirac.
- 1991 : Signature du traité entre la Syrie et le Liban.
- 1990 : Unification des deux Yémen.
- 1985 : Enlèvement à Beyrouth des français Jean-Paul Kaufmann et Michel Seurat.
- 1967 : Une catastrophe sans précédent frappe la Belgique : 322 personnes trouvent la morts dans l'incendie d'un grand magasin à Bruxelles.
- 1964 : Triomphe de Maria Callas "cantatrice grecque" au Palais Garnier avec "Norma" de Bellini.
- 1960 : Séisme de Valdivia (Chili), le plus puissant jamais mesuré (9,5), suivi d'un tsunami dévastateur, 5 900 morts au Chili, au Japon et à Hawaï.
- 1955 : Rugby : Perpignan bat Lourdes (11-6) et devient Champion de France.
- 1950 : Une loi fixe la Fête des Mères au dernier dimanche de mai.
- 1946 : Généralisation de l'assurance vieillesse pour les salariés français./ isere-annuaire.com/

Le saviez-vous?

81% des acheteurs font des recherches sur leur produit en ligne avant de l'acheter !



Une étude menée par GE Capital Retail Bank a révélé que 81% des gens regardent les produits en ligne avant de faire un achat en magasin. Le nombre de personnes qui effectuent des recherches en ligne avant de prendre une décision d'achat a augmenté de 20% au cours de la dernière année. En outre, l'enquête a trouvé que les consommateurs passent en moyenne 79 jours à rassembler des informations avant de faire un achat important, 60% d'entre eux commencent leur recherche par un moteur de recherche avant de se rendre sur un site web spécifique. Les enquêteurs ont également constaté que 88% des consommateurs font leur achat final en magasin. 66% des acheteurs ont mené leurs recherches sur un PC ou un ordinateur portable à la maison et 15% ont mené leurs recherches sur un appareil mobile et 19% pensent qu'il est très important que les détaillants disposent de sites Web adaptés aux mobiles.

Que nous disent ces résultats ?

Il est important que votre site de vente en ligne soit facile à trouver et à naviguer. Le contenu de votre site Web devrait s'adresser directement à votre auditoire et répondre à toute question qu'un consommateur potentiel pourrait avoir. Le nom de votre entreprise doit attirer l'internaute et refléter la marque que vous présentez, pour cela vous pouvez vous baser sur un générateur de nom d'entreprise./lesaviezvous.net/

Paul Samuelson, Prix Nobel d'économie 1970

Etre économiste impliquait, pour Paul Samuelson, une large palette de qualités allant de la capacité à nourrir une réflexion abstraite à celle de se faire entendre des responsables politiques en passant par la participation au débat public. Il maîtrisait la théorie économique qu'il a abondamment enrichie, ce dont il a été récompensé par le prix Nobel d'économie en 1970. Il avait été un enseignant respecté et l'auteur d'un manuel illustre qui, depuis sa première parution en 1948, a connu vingt éditions. Démocrate, il a été le conseiller de John Kennedy et a encore participé à la campagne de John Kerry en 2004. Auteur de près de 400 articles scientifiques, il a aussi été, de 1960 à 1981, un des chroniqueurs de Newsweek. Kenneth Arrow, Prix Nobel d'économie en 1972, l'a qualifié de meilleur économiste de l'histoire. Paul Samuelson était né le 15 mai 1915 à Gary, dans l'Indiana, aux Etats-Unis. Après des études d'économie à Chicago puis à Harvard où il obtient son PhD (doctorat), il devient en 1940 professeur au Massachusetts Institute of Technology (MIT). A Harvard, il est l'élève de Joseph Schumpeter et surtout d'Alvin Hansen, le conseiller économique de Harry Truman et l'introducteur de Keynes aux Etats-Unis. Au MIT, il est un des personnages centraux de l'université et une figure de Belmont, cette ville de la banlieue de Boston où résident nombre d'enseignants et que John Galbraith a moquée en en faisant le symbole du rassemblement des beaux esprits déconnectés du réel. Ce reproche ne concernait pas Paul Samuelson, qui développa une méthode alliant rigueur scientifique et analyse concrète des faits. Son approche scientifique s'inspire de la physique. La thermodynamique le fascine et il répétera que son maître à penser fut Josiah Willard Gibbs, un physicien américain de la fin du XIXe siècle. Il exposa ses réflexions sur la méthode en 1947 dans un livre intitulé Fondements de l'analyse économique, où il défend l'usage des mathématiques, seul moyen d'éviter la confusion des idées. Par-delà la méthode, Samuelson a principalement abordé trois domaines : la politique économique, la croissance et le commerce extérieur. En politique économique, alors que les visions classique, qui lie le chômage à des salaires élevés, et keynésienne, qui associe chômage et faible demande, reposent sur la notion statique d'équilibre, il propose une interprétation dynamique au travers de la théorisation du cycle. C'est l'oscillateur de Hansen- Samuelson./ fr.wikipedia.org/



Journée Mondiale de la biodiversité

Alors que plus personne aujourd'hui ne songe à remettre en cause l'importance de la diversité biologique pour le présent et pour les générations futures, certaines activités humaines continuent pourtant à réduire le nombre d'espèces vivantes : agriculture intensive et épandages massifs de produits phytosanitaires, pêche intensive et élevage industriel, chasse d'espèces protégées, déforestation, etc.

S'engager pour défendre la biodiversité

Entrée en vigueur en 1993, la Convention sur la diversité biologique (CBD) a été ratifiée jusqu'à présent par 196 états. Cette convention internationale vise à défendre la diversité biologique, l'utilisation durable des ressources naturelles et la protection des ressources génétiques. Nous serions incomplets si nous omettions l'absolue nécessité d'un partage juste et équitable des avantages permis par le maintien de la biodiversité. Étant donné l'importance de l'éducation du public et de la sensibilisation à la mise en œuvre de la Convention à tous les niveaux, l'Assemblée générale des Nations Unies a choisi la date du 22 mai, anniversaire de l'adoption de la convention, comme Journée internationale de la diversité biologique. [résolution 55/201 du 20 décembre 2000].

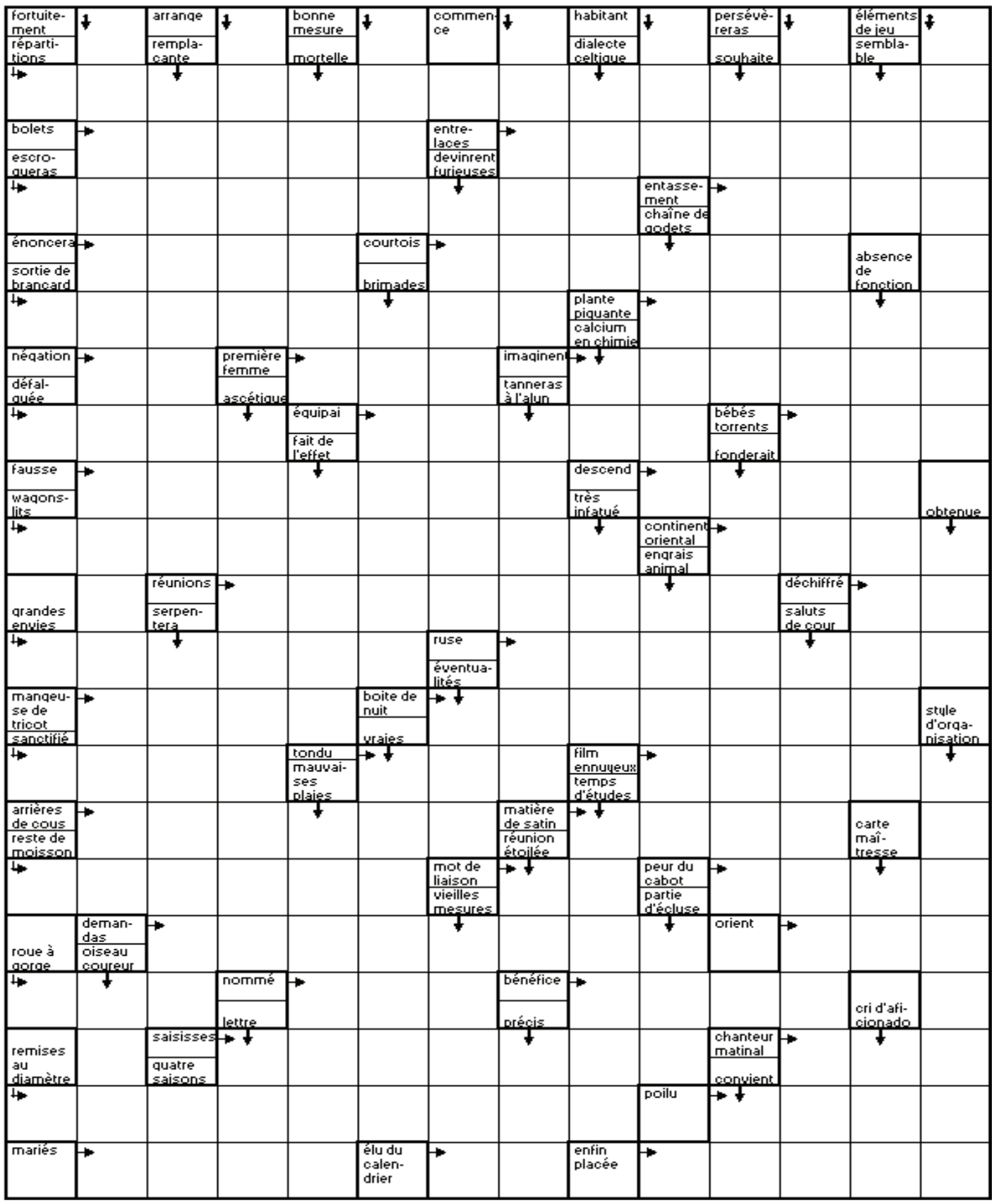


30 ans d'engagement autour de la diversité biologique

L'année 2023 marque le 30ème anniversaire de l'entrée en vigueur de la Convention sur la diversité biologique. Appliquée par un certain nombre d'états signataires, elle a également été mise à mal par nombre d'autres semblent-ils peu préoccupés par toutes ces questions ou soucieux d'abord de leur développement économique unilatéral. Autant dire que la mobilisation de tous est plus que jamais nécesssaire...

Combien d'espèces connaît-on aujourd'hui dans le Monde?

La biodiversité englobe l'ensemble des espèces animales et végétales vivantes sur terre (et dans les mers). La biosphère abriterait entre 5 et 30 millions d'espèces (estimation). Environ 1,7 million d'espèces animales sont répertoriées, et chaque année de nouvelles espèces sont répertoriées. Malheureusement, de nombreuses espèces disparaissent également, souvent à cause des actions irresponsables de la société humaine.



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


تحت الرعاية السامية لرئيس الجمهورية
السيد عبد المجيد تبون
anep
الجائزة الكبرى
آسيا جبار
للرواية
ⵓⵔⵔⴰⵣ ⵓⵎⵣⵡⵓⵔ ⵓⵙⵙⴰ ⵉⵏⵙⵙⵓⵔ ⵏ ⵍⵄⵔⵔⴰⵎ
ASSIA DJEBAR NOVEL GRAND PRIZE
الراعي الشرفي
Cevital
في الذاكرة
جذور الغد
DJEZZY
جازي
الطبعة الثامنة
ⵜⵓⵙⵓⵎⵙⵜ ⵜⵙⵓ 8th edition
17 أكتوبر October 2026
المركز الدولي للمؤتمرات عبد اللطيف رحال
saa
TECHNO
AIR ALGÉRIE


ETS BEKAKRA EXPO
Organisateur
Sud Agro Industries
6 EDITION
SALON INTERNATIONAL
SUD AGRO INDUSTRIES
صالون الجنوب للفلاحة والصناعات الغذائية
أيام: 23-24-25-26 نوفمبر 2026
بولاية أدرار
ETS BEKAKRA EXPO
Organisation Et Présentation Toutes Les Activités Des Salons
Mob: 0773.77.66.34 / 0660.88.80.88 Fax: 032.14.93.44
sudagroindustrie@gmail.com


SALON DES
VOYAGES
RESPONSABLES
SlowTravel
17-18.04.2027 / TARGI KIELCE
POLOGNE


17-18.04.2027
Targi Kielce / Pologne
Expo2Bee.
Salon international
de l'apiculture
Expo2Bee
bee with us