


MEDIA
EXPERT
AGENCE DE PRESSE ET DE COMMUNICATION
Communiquons différemment

PROJET DE LOI DE FINANCES 2027

## De nouvelles mesures pour soutenir l'investissement et diversifier l'économie

P.3

OUVERTURE DE L'ANNÉE JUDICIAIRE

# Parvenir à une étape conciliant ouverture économique et contrôle rigoureux de l'économie

P.2



## "La véritable richesse de l'Algérie ne réside pas dans ses ressources énergétiques et minières, mais dans sa jeunesse instruite et universitaire"

MEDIA EXPERT COMMUNICATION L.T.D

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

Media Expert
Mardi 17 Novembre 2026
Quotidien National Economique
N° 2403 - Prix 30 DA

MEDIA EXPERT

OUVERTURE DE L'ANNÉE JUDICIAIRE

# Le président de la République salue le rôle de la justice dans la protection du pays et la préservation de l'économie nationale

Le président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, président du Conseil supérieur de la magistrature, a salué les efforts du corps de la magistrature visant à protéger le pays, à préserver l'économie nationale et à lutter contre la corruption.

"Je salue hautement tout ce que la justice a accompli pour préserver l'économie, protéger le pays et lutter sans relâche contre la corruption", a indiqué le président de la République dans une allocution prononcée lors de la cérémonie d'ouverture de l'année judiciaire 2026-2027 qu'il a présidée à la Cour suprême, en présence de hauts responsables de l'Etat, de membres du Gouvernement et de cadres supérieurs.

Il a, aussi, salué "les femmes et les hommes de la magistrature qui veillent à l'application de la loi, guidés par une conscience professionnelle et le sens de l'honneur de leur profession".

Le président de la République s'est également félicité des acquis réalisés à la faveur des réformes qu'a connues, ces dernières années, le secteur de la justice, lesquelles "ont créé un environnement propice permettant au système judiciaire de s'acquitter de ses nobles missions en matière de prévention et de répression de la criminalité, de lutte contre la corruption et les dérives, et de protection des valeurs et de l'identité nationales".

Il a, par ailleurs, salué la transformation numérique opérée par le secteur de la justice, en phase avec les mutations que connaît la société et le monde tout entier.

Le président de la République a souligné qu'"il n'y a pas de place en Algérie pour les pratiques qui prévalaient à l'époque de la issaba, telles que le mépris de la loi, en usant d'une influence factice", estimant que la loi algérienne constitue "un modèle pour de nombreux pays".

Il a, à cet égard, assuré que l'Algérie se trouve actuellement dans une phase où la justice doit s'adapter face à la propagation des phénomènes de cupidité et d'enrichissement illicite, ainsi qu'à tous les comportements immoraux qui menacent le tissu social".

Le président de la République a, par ailleurs, indiqué avoir veillé à "garantir l'immunité et la protection des magistrats à travers leur statut particulier", et ce conformément à ses engagements.

Dans le même contexte, le président de la République a indiqué que les tribunaux de commerce spécialisés qui ont été créés, constituent "un acquis de nature à renforcer le règlement des litiges dans des délais raisonnables, mais aussi une avancée majeure dans le domaine de l'économie nationale".

"Notre économie s'oriente vers une liberté absolue, tout en tenant compte du caractère social de l'Etat, ce que nous ne cessons de réaffirmer", a-t-il ajouté, soulignant, à cet égard, que "la protection des catégories vulnérables et de la classe moyenne est un serment fait aux chouhada, et c'est à cette tâche que nous nous attelons".

Après avoir relevé que "chaque fois que l'Etat tente de s'ouvrir économiquement, des issabas apparaissent pour tenter de prendre leur place dans le sillage de ces mutations", le président de la République a mis en avant la nécessité "de parvenir à une étape conciliant ouverture économique et contrôle rigoureux de l'économie", avec l'impératif de "renforcer et de consolider les prérogatives de l'autorité judiciaire des tribunaux de commerce".

"La majorité intègre peine désormais devant la minorité corrompue", a relevé le président de la République, appelant le corps de la magistrature à "jouer son rôle fondamental pour mettre fin à cette domination". Sur un autre plan, le président de la République a affirmé que "le charlatanisme politique est révolu en Algérie", ajoutant que "la véritable richesse de l'Algérie ne réside pas dans ses ressources énergétiques et minières, mais dans sa jeunesse instruite et universitaire". APS

## L'inondation de l'Algérie par la drogue "une véritable guerre contre notre peuple et notre jeunesse"

Le président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, président du Conseil supérieur de la magistrature, a souligné que l'inondation de l'Algérie par la drogue constitue désormais une véritable guerre, ce qui pourrait amener à cibler la source de fabrication de ces poisons, dans le cadre du droit de légitime défense.

"L'inondation de l'Algérie par la drogue constitue désormais une véritable guerre contre notre peuple et notre jeunesse, mais nous pourrions être amenés à cibler la source de fabrication de ces drogues, dans le cadre du droit de légitime défense", a déclaré le président de la République dans son allocution prononcée lors de la cérémonie d'ouverture de l'année judiciaire 2026-2027 qu'il a présidée à la Cour suprême, en présence de hauts responsables de l'Etat, de membres du Gouvernement et de hauts cadres.

"Le terrorisme est désormais instrumentalisé contre l'Algérie et ses voisins, et nous protégerons notre pays et nos voisins grâce à la force de notre Armée nationale populaire", a-t-il fait observer, ajoutant: "Nous avons vaincu le terrorisme dans les moments les plus sombres grâce à nos hommes".

# Le président de la République se félicite des acquis réalisés par le secteur de la Justice



Le président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, président du Conseil supérieur de la magistrature, s'est félicité des acquis réalisés, ces dernières années, par le secteur de la justice, lesquels "ont créé un environnement propice permettant au système judiciaire de s'acquitter de ses nobles missions".

Présidant l'ouverture de l'année judiciaire 2026-2027 à la Cour suprême, en présence de hauts responsables de l'Etat, de membres du Gouvernement et de cadres supérieurs, le président de la République a salué "les femmes et les hommes de la magistrature qui veillent à l'application de la loi, guidés par une conscience professionnelle et le sens de l'honneur de leur profession".

"Je salue hautement tout ce que la justice a accompli pour préserver l'économie, protéger le pays et lutter sans relâche contre la corruption", a-t-il poursuivi.

Le président de la République s'est également félicité des acquis réalisés à la faveur des réformes qu'a connues, ces dernières années, le secteur de la justice, lesquelles "ont créé un environnement propice permettant au système judiciaire de s'acquitter de ses nobles missions en matière de prévention et de répression de la criminalité, de lutte contre la corruption et les dérives, ainsi que de protection des valeurs et de l'identité nationale".

Il a, par ailleurs, salué la transformation numérique opérée par le secteur de la justice, en phase avec les mutations que connaît la société et le monde dans son ensemble.

"Il n'y a pas de place en Algérie pour les pratiques qui prévalaient à l'époque de la issaba, telles que le mépris de la loi, en usant d'une influence factice", a-t-il martelé, considérant que "la loi algérienne constitue un modèle pour de nombreux pays".

Le président de la République a, à cet égard, assuré que l'Algérie "se trouve actuellement dans une phase où la justice doit s'adapter face à la propagation des phénomènes de cupidité et d'enrichissement illicite, ainsi qu'à tous les comportements immoraux qui menacent le tissu social".

Il a, par ailleurs, indiqué avoir veillé à "garantir l'immunité et la protection des magistrats à travers leur statut particulier", et ce conformément à ses engagements.

Dans le même contexte, le président de la République a indiqué que les tribunaux de commerce spécialisés qui ont été créés, constituent "un acquis de nature à renforcer le règlement des litiges dans des délais raisonnables, mais aussi une avancée majeure dans le domaine de l'économie nationale", ajoutant que "notre économie s'oriente vers une liberté absolue, tout en tenant compte du caractère social de l'Etat, ce que nous ne cessons de réaffirmer".

"La protection des catégories vulnérables et de la classe moyenne est un serment fait aux chouhada, et c'est à cette tâche que nous nous attelons", a-t-il réaffirmé.

"Chaque fois que l'Etat tente de s'ouvrir économiquement, des issabas apparaissent pour tenter de prendre leur place dans le sillage de ces mutations", a soutenu le président de la République, mettant en avant la nécessité "de parvenir à une étape conciliant ouverture économique et contrôle rigoureux de l'économie", avec l'impératif de "renforcer et de consolider les prérogatives de l'autorité judiciaire des tribunaux de commerce".

"La majorité intègre peine désormais devant la minorité corrompue", a relevé le président de la République, appelant le corps de la magistrature à "jouer son rôle fondamental pour mettre fin à cette domination".

Sur un autre plan, le président de la République a affirmé que "le charlatanisme politique est révolu en Algérie", ajoutant que "la véritable richesse de l'Algérie ne réside pas dans ses ressources énergétiques et minières, mais dans sa jeunesse instruite et universitaire".

Par ailleurs, le président de la République a déclaré : "l'inondation de l'Algérie par la drogue constitue désormais une véritable guerre contre notre peuple et notre jeunesse, mais nous pourrions être amenés à cibler la source de fabrication de ces drogues, dans le cadre du droit de légitime défense".

"Le terrorisme est désormais instrumentalisé contre l'Algérie et ses voisins, et nous protégerons notre pays et nos voisins grâce à la force de notre Armée nationale populaire", a-t-il fait observer, ajoutant: "Nous avons vaincu le terrorisme dans les moments les plus sombres grâce à nos hommes".

Evoquant certaines pratiques négatives qui portent préjudice aux Algériens et à leur pouvoir d'achat, le président de la République a annoncé "de nouvelles lois plus strictes" pour mettre fin à ces pratiques.

"Nous savons que les auteurs de ces pratiques nous livrent une guerre en s'attaquant aux vivres des citoyens, par la création de pénuries et à notre jeunesse par la drogue. Face à une telle situation devenue intolérable, nous avons décidé d'ouvrir la prison de Tanezrouft et de rétablir la peine de mort", a souligné le président de la République, ajoutant: "si ces pratiques ne cessent pas, nous serons amenés à recourir à d'autres méthodes et les auteurs de ces pratiques n'auront qu'à s'en prendre à eux-mêmes". "Les Algériens qui font front uni lors des épreuves que traverse le pays se situent à l'opposé de ceux qui portent atteinte à leurs conditions de vie", a conclu le président de la République. APS

## De nouvelles lois plus strictes seront instituées pour mettre fin aux pratiques négatives touchant le pouvoir d'achat

Le président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, président du Conseil supérieur de la magistrature, a affirmé que de nouvelles lois "plus strictes" seront instituées pour mettre fin à certaines pratiques négatives portant préjudice aux Algériens et à leur pouvoir d'achat. "Nous allons instituer de nouvelles lois plus strictes, pour mettre fin à certaines pratiques négatives qui portent préjudice aux Algériens et à leur pouvoir d'achat", a déclaré le président de la République, dans son allocution prononcée lors de la cérémonie d'ouverture de l'année judiciaire 2026-2027 qu'il a présidée à la Cour suprême, en présence de hauts responsables de l'Etat, de membres du Gouvernement et de hauts cadres. "Nous savons que les auteurs de ces pratiques nous livrent une guerre en s'attaquant aux vivres des citoyens, par la création de pénuries et à notre jeunesse par la drogue. Face à une telle situation devenue intolérable, nous avons décidé d'ouvrir la prison de Tanezrouft et de rétablir la peine de mort", a souligné le président de la République, ajoutant: "si ces pratiques ne cessent pas, nous serons amenés à recourir à d'autres méthodes et les auteurs de ces pratiques n'auront qu'à s'en prendre à eux-mêmes". Dans ce contexte, le président de la République a indiqué que "les Algériens qui font front uni lors des épreuves que traverse le pays se situent à l'opposé de ceux qui portent atteinte à leurs conditions de vie".

Projet de loi de finances 2027

# De nouvelles mesures pour soutenir l'investissement et diversifier l'économie



Le projet de loi de finances 2027, qui sera soumis au vote demain lundi à l'Assemblée populaire nationale (APN), prévoit plusieurs nouvelles mesures visant à soutenir l'investissement productif et à renforcer la diversification économique, à travers l'élargissement des incitations accordées aux entreprises et la révision de certaines dispositions fiscales et douanières.

Parmi les dispositions proposées pour encourager l'investissement figure la réorganisation de son cadre institutionnel à travers la mise en place de trois organismes chargés de l'investissement : l'Agence nationale de promotion de l'investissement, le Conseil national de l'investissement et le Guichet unique de l'investissement.

Le projet propose également de fixer un plafond aux droits d'enregistrement applicables aux augmentations du capital social des Entreprises unipersonnelles à responsabilité limitée (EURL) et des Sociétés à responsabilité limitée (SARL), à l'instar des Sociétés par actions (SPA).

Dans le cadre du soutien aux start-up, le texte prévoit de porter à cinq ans, contre deux ans actuellement, la durée de l'exonération de l'Impôt sur les bénéfices des sociétés (IBS) et de l'Impôt sur le revenu global (IRG) au profit des entreprises labellisées "incubateur d'entreprises".

Ces dernières bénéficieraient également d'un taux réduit de droits de douane de 5% sur les équipements importés nécessaires à la réalisation de leurs investissements.

Le projet de loi propose aussi d'exonérer les fonds d'investissement, créés en vertu de conventions internationales, de l'impôt sur les bénéfices des sociétés pendant une durée de dix ans à compter du début de leur activité.

Dans le même contexte, le texte prévoit de relever de 5% à 10% le plafond de déduction des dépenses supportées par les entreprises, lors de la détermination du résultat fiscal, au titre des investissements liés au développement de l'hydrogène vert, aux opérations de boisement et de reboisement, ainsi qu'aux projets de production et de valorisation des énergies renouvelables.

Par ailleurs le projet propose une exonération fiscale temporaire de dix ans au titre de l'Impôt sur le revenu global (IRG), de l'Impôt sur les bénéfices des sociétés (IBS) et des droits d'enregistrement au profit des produits, des revenus et des plus-values résultant de la cession de titres émis par les organismes de placement collectif en capital-risque et les fonds communs de placement spécialisés, ainsi que des revenus perçus par les sociétés de gestion et les dépositaires relevant de ces organismes et fonds.

Cette mesure s'étendrait également aux sociétés d'investissement en capital-risque, les opérations de souscription, de cession et de transfert portant sur les titres émis par les organismes de placement collectif en capital-risque et les fonds d'investissement spécialisés, ainsi que les contrats, conventions et opérations réalisés par ces organismes et fonds.

### DIVERSES FACILITÉS DOUANIÈRES ET FISCALES

Le projet propose également une réduction de 30% de l'Impôt sur les bénéfices des sociétés (IBS) pendant cinq ans au profit des entreprises non cotées en Bourse dans lesquelles un organisme de placement collectif en capital-risque ou un fonds commun de placement spécialisé détient au moins 30% du capital ou des droits de vote.

Parmi les autres mesures figure l'élargissement du champ d'application de l'exonération de la taxe de domiciliation bancaire aux opérations de fret maritime et aérien, à l'importation de services dans le cadre du dispositif d'encouragement à l'investissement, ainsi qu'aux services fournis et consommés hors d'Algérie par les entreprises du secteur des hydrocarbures dans le cadre de leurs activités d'exportation.

Concernant les investissements dans le secteur agricole, le projet de loi prévoit d'appliquer un taux réduit de Taxe sur la valeur ajoutée (TVA) de 9% aux plateaux alvéolés pour semis, aux pots de culture en plastique perforés, aux tuyaux d'irrigation goutte-à-goutte et aux films géomembranes destinés à un usage agricole.

Afin d'encourager la production d'huile brute de soja, le PLF propose de prolonger, jusqu'au 31 décembre 2029, le délai accordé aux importateurs et aux transformateurs de cette matière première pour lancer sa production locale ou s'approvisionner sur le marché national.

En matière de renforcement de la conformité fiscale, de transparence et de lutte contre la fraude et l'évasion fiscales, le projet de loi prévoit plusieurs mesures, dont la mise en place d'un dispositif exceptionnel de régularisation fiscale volontaire destiné aux personnes physiques résidant en Algérie et non identifiées fiscalement. Cette régularisation s'effectuerait au moyen d'un prélèvement fiscal libératoire unique au taux de 12%.

S'agissant des mesures douanières destinées aux investisseurs, le PLF 2027 propose de permettre aux services des douanes d'accorder le statut d'"exportateur agréé" aux opérateurs économiques réalisant régulièrement des opérations d'exportation depuis l'Algérie, dans le cadre des conventions ou accords commerciaux internationaux prévoyant des préférences tarifaires conclus par l'Algérie.APS

Travaux publics

## Le 21e Salon international des travaux publics du 23 au 26 novembre à Alger

La 21e édition du Salon international des travaux publics (SITP 2026) se tiendra du 23 au 26 novembre prochain au Palais des expositions des Pins maritimes à Alger, avec la participation de nombreux opérateurs nationaux et internationaux du secteur. Cette manifestation économique sera consacrée à la présentation des dernières innovations technologiques et des nouveaux équipements, ainsi qu'au développement des opportunités de partenariat et d'investissement, indique le ministère des Travaux publics et des Infrastructures de base dans un communiqué.

Organisé au pavillon central du Palais des expositions, en coordination avec la Société Algeria Exhibitions, filiale de la SAFEX, le salon réunira les principaux acteurs intervenant dans la réalisation des infrastructures, le génie civil et les ouvrages d'art. Il constituera un espace d'échange d'expertises et d'expériences, permettant de faire connaître les avancées technologiques du secteur et de renforcer les relations de coopération entre les différents opérateurs, dans un contexte marqué par l'évolution des techniques et des exigences liées au développement des infrastructures.

Cette 21e édition accordera également une place à l'accompagnement des start-up et à la valorisation des capacités des entreprises nationales, notamment à travers la promotion des compétences locales, le renforcement de la formation et le développement des qualifications professionnelles. Une démarche visant à adapter les ressources humaines nationales aux nouvelles mutations technologiques et techniques et à soutenir leur contribution à la réalisation des projets de développement, souligne le communiqué. M.Gaouar

Entrepreneuriat

## Lancement à Alger de la Semaine mondiale de l'entrepreneuriat

La Semaine mondiale de l'entrepreneuriat, organisée du 16 au 22 novembre sous le slogan « Le monde a besoin de ce que vous construisez », a été officiellement lancée à Alger, avec pour objectif de promouvoir la culture entrepreneuriale et de valoriser les dispositifs d'accompagnement et de soutien aux jeunes porteurs de projets.

La cérémonie d'ouverture, organisée à Djamaâ El-Djazaïr, s'est déroulée sous la supervision du recteur de cette institution, Cheikh Mohamed Maâmoun Al Kacimi Al Hoceini, du ministre de l'Economie de la connaissance, des Start-up et des Micro-entreprises, Noureddine Ouadah, et du ministre de la Jeunesse, chargé du Conseil supérieur de la jeunesse (CSJ), Mustapha Hidaoui, en présence de représentants de plusieurs secteurs ministériels et organismes nationaux.

Intervenant à cette occasion, M. Ouadah a mis en avant l'importance de cette manifestation, qui se décline à travers les différentes wilayas du pays. Il a notamment rappelé les résultats de la précédente édition, au cours de laquelle l'Algérie s'est hissée à la première place mondiale en nombre d'activités organisées par les secteurs public et privé. Le ministre a exprimé la volonté de poursuivre cette dynamique et de préserver cette position à l'échelle internationale.

Dans une déclaration à la presse, il a souligné que cette édition, organisée en coordination avec plusieurs départements ministériels, notamment ceux de la Jeunesse, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche scientifique, ainsi que de la Formation et de l'Enseignement professionnels, constitue une occasion de faire connaître les efforts de l'Etat en matière de promotion de l'entrepreneuriat auprès des jeunes. Les campagnes de sensibilisation prévues dans les maisons de jeunes, les universités et les centres de formation professionnelle visent ainsi à rapprocher les dispositifs d'accompagnement des jeunes dans les différentes régions du pays. Le ministre a également annoncé l'introduction, cette année, d'un nouveau mécanisme destiné à identifier et à évaluer avec davantage de précision les résultats concrets générés sur le terrain par ces actions de sensibilisation.

De son côté, le recteur de Djamaâ El-Djazaïr a salué les performances enregistrées lors de la précédente édition, marquée par l'organisation de plus de 58.000 activités, un résultat qui témoigne, selon lui, de l'ampleur de la mobilisation nationale en faveur de la culture entrepreneuriale. Il a toutefois estimé que le véritable enjeu réside désormais dans la traduction de cette mobilisation en retombées économiques mesurables, notamment en matière de création d'entreprises, de génération d'emplois, de contribution à la production nationale et de développement des exportations.

Il a, dans ce contexte, souligné le rôle des institutions religieuses et culturelles dans la promotion de l'esprit d'initiative, à travers la sensibilisation à la valeur du travail et l'ancrage des principes d'honnêteté, de rigueur, de ponctualité et de respect des engagements professionnels.

Pour sa part, M. Hidaoui a mis en exergue les avancées réalisées par l'Algérie dans le domaine des start-up et des petites et moyennes entreprises (PME). Il a insisté sur la nécessité de consolider cette dynamique nationale en investissant davantage dans le potentiel de la jeunesse, à travers le renforcement de ses compétences et de ses capacités entrepreneuriales, afin de favoriser son autonomisation économique. En marge de cette cérémonie, des distinctions ont été décernées au recteur de Djamaâ El-Djazaïr, à la directrice générale de l'Agence nationale de gestion du microcrédit (ANGEM), Souad Bendjemil, ainsi qu'à des représentants de plusieurs universités et centres de développement de la recherche scientifique. Le programme de cette édition prévoit également des rencontres et des ateliers consacrés notamment aux mécanismes de commercialisation, à la vente et à l'exportation, ainsi que la remise de plusieurs prix destinés à récompenser les initiatives entrepreneuriales. B.S.

COP31

## Krikou tient une série de rencontres avec des institutions et organisations internationales

La ministre de l'Environnement et de la Qualité de la vie, Kaouter Krikou, a tenu, en marge de sa participation aux travaux de la 31e Conférence des Parties à la Convention-cadre des Nations unies sur les changements climatiques (COP31), à Antalya (Turquie), une série de rencontres avec des représentants d'institutions et d'organisations internationales, ainsi qu'avec des représentants de plusieurs pays, indique un communiqué du ministère.

Ces rencontres ont réuni des représentants de plusieurs "institutions onusiennes et internationales, à l'instar du Fonds vert pour le climat, du Programme des Nations unies pour l'environnement (PNUE) et du Programme des Nations unies pour le développement (PNUD), ainsi que des représentants de pays amis, dont la Finlande et l'Allemagne", précise la même source.

Ces rencontres ont permis d'examiner les moyens de renforcer la coopération et de développer les partenariats dans les domaines de l'adaptation aux changements climatiques, de l'atténuation de leurs effets et de la protection de la biodiversité, ainsi que de procéder à un échange d'expertises et de tirer parti des mécanismes de soutien et de financement internationaux, à même de contribuer à la mise en œuvre des programmes et stratégies nationaux y afférents, ajoute le communiqué.

Hydrocarbures

## Arkab examine avec le représentant général de Sinopec en Afrique le renforcement du partenariat bilatéral

Le ministre d'Etat, ministre des Hydrocarbures, Mohamed Arkab, a reçu le Représentant général de la société chinoise "Sinopec International Energy Investment Limited" en Afrique, Wei Dong, avec lequel il a examiné les moyens de renforcer le partenariat entre le groupe Sonatrach et le groupe chinois.

Cette rencontre, tenue au siège du ministère en présence de ses cadres, a été l'occasion de passer en revue l'état des relations de coopération et de partenariat entre le groupe Sonatrach et le groupe chinois Sinopec, ainsi que d'examiner les voies de les renforcer et d'en élargir les perspectives, notamment dans le domaine des hydrocarbures, en phase avec les aspirations des deux pays à promouvoir leur partenariat économique et stratégique bilatéral.

Il a également été question, lors de cette rencontre, de l'état d'avancement des projets de coopération en cours et futurs entre Sonatrach et Sinopec, notamment le projet de réalisation de la nouvelle raffinerie de Hassi Messaoud, en partenariat avec la société espagnole "Tecnicas Reunidas", ainsi que le projet de réalisation d'un complexe de production de méthyl tertbutyl éther (MTBE) à Arzew.

Les entretiens ont également porté sur la coopération en matière d'exploration et de production, notamment le partenariat relatif au gisement de Zarzaitine dans la wilaya d'Illizi, ainsi que les projets de Hassi Berkine Nord et de Guern El Gassa II, reflétant ainsi la volonté des deux parties de renforcer et d'élargir leur partenariat dans les différents segments de l'activité des hydrocarbures.

A cette occasion, M. Arkab a souligné l'importance de consolider le partenariat entre Sonatrach et Sinopec et d'accélérer la réalisation des projets communs, à travers la mobilisation de tous les moyens humains et techniques nécessaires, tout en veillant au respect des engagements contractuels et des délais impartis, à même de garantir la concrétisation de ces projets conformément aux objectifs fixés.

De son côté, M. Dong s'est félicité du niveau de coopération existant avec le groupe Sonatrach, affirmant la disposition du groupe à mettre à profit ses expertises techniques et technologiques ainsi que ses capacités dans le domaine de l'ingénierie et de la réalisation, et à poursuivre ses efforts en vue de renforcer et d'élargir son partenariat avec l'Algérie, ainsi que de contribuer à la concrétisation des projets stratégiques prioritaires dans le secteur des hydrocarbures.

Consommation de gaz

## Réunion entre les ministères des Hydrocarbures et de l'Energie et des Energies renouvelables

Une réunion entre les ministères des Hydrocarbures et de l'Energie et des Energies renouvelables consacrée à l'examen et à l'étude de plusieurs dossiers prioritaires, notamment le suivi de la situation de la consommation de gaz, s'est tenue à Alger, indique un communiqué du ministère de l'Energie et des Energies renouvelables.

La réunion a été coprésidée par le ministre d'Etat, ministre des Hydrocarbures, Mohamed Arkab, et le ministre de l'Energie et des Energies renouvelables, Mourad Adjal, en présence de plusieurs cadres centraux, ainsi que de responsables des groupes Sonatrach et Sonelgaz, dans le cadre du suivi du dossier de la consommation de gaz et du renforcement de la coordination entre les deux secteurs ministériels, précise la même source.

Cette réunion a été consacrée à "à l'étude et à l'examen de plusieurs dossiers prioritaires, notamment ceux relatifs au suivi de la situation de la consommation de gaz, à même d'assurer une gestion optimale des ressources énergétiques et de réaliser un équilibre entre les exigences de l'approvisionnement et les besoins croissants des différents secteurs économiques", ajoute le communiqué.

La réunion a également porté sur le raccordement de la centrale de production d'électricité dans la wilaya d'Adrar, d'une capacité de production estimée à 1.200 mégawatts, ainsi que sur les différents aspects techniques et organisationnels liés à ce projet, notamment sa mise en service dans les délais fixés, afin de renforcer les capacités de production d'électricité et de contribuer à la sécurisation de l'approvisionnement en cette énergie, particulièrement dans les wilayas du Sud, selon le communiqué.

Cette réunion a été l'occasion d'échanger les points de vue entre les différents intervenants, notamment sur l'étude des solutions à même d'améliorer l'efficacité de la consommation de cette ressource énergétique, de rationaliser son utilisation et de garantir une exploitation optimale des ressources disponibles.

Au terme de la réunion, les deux ministres ont souligné l'importance de poursuivre la coordination et la concertation entre les deux secteurs et les groupes Sonatrach et Sonelgaz, ainsi que d'assurer un suivi périodique des dossiers examinés, tout en prenant les mesures nécessaires pour accélérer le traitement des aspects techniques et organisationnels y afférents, de manière à garantir la complémentarité entre les systèmes de production et de transport des hydrocarbures et celui de la production d'électricité, et à consacrer la sécurité énergétique nationale, conclut le communiqué.

Douanes

# Poursuite de la modernisation du corps et du renforcement de son rôle dans la protection de l'économie nationale

Le Directeur général des Douanes, le Général-Major Abdelhafid Bakhouche, a indiqué que les efforts se poursuivaient pour moderniser le corps des douanes et renforcer les compétences de ses ressources humaines, afin de consolider son rôle dans la protection de l'économie nationale, l'accompagnement de l'investissement et la lutte contre la contrebande et la criminalité économique.

Dans une allocution prononcée lors d'une cérémonie de remise de grades, organisée dans le cadre de la commémoration du 72e anniversaire du déclenchement de la Révolution de libération nationale, et présidée par le ministre des Finances, Mohammed Lamine Lebbou, en présence de membres du Gouvernement et de représentants des corps de sécurité, le Général-Major Bakhouche a précisé que les Douanes algériennes œuvrent au développement de leurs structures opérationnelles et au renforcement de leurs mécanismes d'intervention, tout en consacrant les principes de transparence et d'efficacité et en s'adaptant aux mutations économiques.



La protection de la sécurité nationale et des citoyens, ainsi que le soutien à l'investissement, constituent des axes essentiels de l'action de l'institution douanière, a-t-il rappelé, saluant les efforts des équipes opérationnelles à travers les différentes régions du pays, notamment dans la lutte contre la contrebande et la criminalité économique.

Il a également souligné l'importance de valoriser les compétences humaines et d'ancrer une culture de l'engagement et de la responsabilité au sein de ce corps, relevant que la cérémonie de remise de grades est l'occasion de rendre hommage aux cadres, officiers et agents promus et de les encourager à poursuivre l'accomplissement de leurs missions.

Pour sa part, le ministre des Finances a déclaré que la poursuite du processus d'édification et de renforcement des institutions de l'Etat exigent le développement d'une économie diversifiée et compétitive, capable de faire face aux fluctuations économiques, à travers l'encouragement de l'investissement productif, l'accompagnement des entreprises, l'amélioration du climat des affaires et la modernisation des services publics, tout en préservant le caractère social de l'Etat.

Il a précisé que les réformes engagées par l'Etat s'inscrivent dans une vision visant à améliorer la gestion des ressources publiques et à développer les systèmes fiscal et douanier, afin de renforcer leur contribution au financement du budget public et au soutien de l'activité économique.

Le ministre a mis en avant la place stratégique de l'administration des Douanes dans la protection de l'économie nationale, la sécurisation des échanges commerciaux, la lutte contre la fraude et la contrebande, ainsi que dans la contribution au recouvrement des recettes fiscales et à la mobilisation des ressources publiques.

Outre le contrôle des marchandises, l'amélioration des performances douanières exige la facilitation des procédures pour les opérateurs économiques, le renforcement de la transparence et le respect des lois, en sus du recours à la numérisation et aux technologies modernes, a-t-il expliqué.

A l'issue des deux allocutions, une vidéo sur le Centre opérationnel des Douanes, inauguré samedi, a été projetée, avant de procéder à la remise des grades aux cadres, officiers et agents promus.

L'inauguration du Centre opérationnel des Douanes s'inscrit dans le cadre du renforcement des capacités des Douanes en matière de suivi opérationnel et d'analyse instantanée des différentes activités douanières, à travers le déploiement d'un système informatique et de moyens technologiques modernes favorisant la coordination et l'efficacité dans l'accomplissement des missions.

La cérémonie a également été l'occasion de rendre hommage à plusieurs moudjahidine parmi les anciens fonctionnaires du corps des Douanes, ainsi qu'aux équipes opérationnelles ayant obtenu des résultats remarquables dans la lutte contre les réseaux de trafic illicite de drogues et de substances psychotropes.

## Rabehi inspecte l'état d'avancement de plusieurs projets inscrits dans la vision stratégique de développement et de modernisation de la capitale

Le ministre, wali d'Alger, Mohamed Abdenour Rabehi, a effectué une visite de terrain au cours de laquelle il s'est enquis de l'état d'avancement des projets inscrits dans le cadre de la vision stratégique de développement et de modernisation de la capitale, indique un communiqué des services de la wilaya. Dans le cadre du "suivi de l'état d'avancement des projets inscrits dans la vision stratégique de développement et de modernisation de la capitale, M. Rabehi a effectué, samedi, une visite de terrain pour inspecter l'état d'avancement de plusieurs projets relevant des plans Bleu et Blanc", précise la même source.

M. Rabehi a entamé sa visite par "l'inspection du projet d'extension des espaces vers la mer, au niveau de l'espace situé en face du stade "Ferhani" à Bab El Oued, en vue de leur exploitation pour la réalisation d'espaces de détente et de loisirs, en complément de ceux déjà aménagés au niveau du parc "Kitani", avant de se rendre sur le site du projet de réaménagement et de réhabilitation de la place des Martyrs, dans la Basse Casbah et du projet de réalisation de la deuxième tranche du parc du port de la Pêcherie, où les travaux portent notamment sur l'aménagement d'une grande terrasse reliant le boulevard "Che-Guevara" au front de mer, en passant par les galeries souterraines".

Dans ce cadre, le ministre a donné une série d'instructions et d'orientations appelant à "veiller à la qualité des travaux réalisés et au respect des normes techniques en vigueur", tout en accélérant le rythme de réalisation afin de permettre la réception des projets et leur mise en service avant le début de la saison estivale".

Il a également insisté sur "l'importance d'accorder une attention particulière à l'aménagement des espaces verts, de manière à garantir l'esthétique des espaces réhabilités et leur harmonie avec le caractère littoral de la zone".

M. Rabehi a également inspecté le projet d'aménagement et de renforcement des passages piétons sous les arcades de plusieurs rues de la capitale, inscrit dans le cadre du plan Blanc de la vision stratégique de développement et de modernisation d'Alger, exprimant "sa satisfaction quant aux travaux réalisés", tout en soulignant "la nécessité de les poursuivre conformément aux normes requises, afin d'améliorer l'environnement urbain, l'opération devant se poursuivre progressivement pour toucher les différents quartiers concernés". Par ailleurs, les espaces aménagés par les services de la wilaya d'Alger dans le cadre des projets du plan Bleu, à l'instar du parc Kitani, connaissent un "grand afflux de visiteurs et de citoyens, devenant une destination prisée par les familles et accueillant plusieurs manifestations et activités sportives et de loisirs", une dynamique qui devrait, selon le communiqué, "se renforcer davantage avec l'achèvement des projets d'aménagement et de réhabilitation des autres espaces s'étendant le long du front de mer, actuellement en cours de réalisation dans le cadre du même plan".

Tlemcen

# Ouverture des travaux de la 11e Assemblée générale du Réseau des universités de la Route de la Soie



Les travaux de la 11e Assemblée générale du Réseau des universités de la Route de la Soie (SUN) ont débuté à la Faculté de médecine de l'Université Abou Bekr-Belkaïd de Tlemcen.

Ont pris part à l'évènement des responsables universitaires, des enseignants-chercheurs et des représentants d'établissements d'enseignement supérieur nationaux et étrangers, ainsi que plusieurs ambassadeurs et représentants de missions diplomatiques accréditées en Algérie.

Dans son allocution prononcée à cette occasion, le directeur de la coopération et des échanges interuniversitaires au ministère de l'Enseignement supérieur et de la Recherche scientifique, Abderrahmane Yousfat, a souligné l'importance de renforcer la coopération académique et la recherche scientifique entre les universités membres du réseau, relevant que le choix de Tlemcen pour accueillir cette rencontre témoigne de son importance historique en tant que carrefour d'échanges et de rencontres entre les civilisations.

Il a également mis en avant l'évolution du réseau depuis sa création dans la ville de Gyeongju, en Corée du Sud, passant d'une trentaine d'universités à plus de 80 établissements d'Asie, du Moyen-Orient, d'Europe et d'Afrique, avec la mise en place de structures scientifiques et estudiantines affiliées.

M. Yousfat a, par ailleurs, indiqué que le thème de cette édition, intitulé "Les fils du changement : tisser la coopération sur les Routes de la Soie pour un monde plus résilient", met en évidence l'importance de la coopération universitaire face aux défis transfrontaliers, notamment les changements climatiques et la pression exercée sur les ressources naturelles.

Il a exprimé, dans ce contexte, le souhait de voir cette Assemblée déboucher sur des projets concrets et des programmes de recherche communs, notamment dans les domaines du climat et du développement durable, ainsi que sur le renforcement de la mobilité des étudiants, des doctorants et des enseignants, et l'élargissement de l'ouverture du réseau aux universités africaines.

De son côté, l'ambassadeur de la République de Corée en Algérie, Min Kyung-tae, a mis en avant l'importance de cette rencontre dans le renforcement de la coopération universitaire entre l'Afrique et l'Asie, indiquant que le réseau compte actuellement 87 universités et établissements d'enseignement supérieur issus de 27 pays.

Il a également réaffirmé la disponibilité de l'ambassade de son pays à contribuer au renforcement du partenariat académique entre l'Algérie et la Corée, notamment dans les domaines de la recherche conjointe, des échanges d'étudiants et de l'apprentissage des langues. Pour sa part, le président du Réseau des universités de la Route de la Soie, Karim Chili, a appelé à faire évoluer la coopération universitaire vers la réalisation de projets de recherche communs, le développement de programmes de mobilité académique et la mise en place de formations sanctionnées par des doubles diplômes.

Il a insisté sur la nécessité de placer les étudiants et les chercheurs au cœur de ces partenariats, tout en soulignant l'importance de mettre en place un réseau international de recherche dynamique favorisant les découvertes scientifiques, les publications communes, le développement des brevets et l'innovation.

Il a également plaidé pour l'enrichissement du milieu universitaire à travers les échanges d'enseignants et d'expertises, ainsi que l'élargissement des partenariats académiques, afin de transformer les ambitions communes en projets concrets, assortis de résultats mesurables et de retombées durables pour la société.

Les travaux de cette Assemblée, organisée sur deux jours, portent notamment sur la présentation du bilan des activités du réseau et des précédentes assemblées générales, ainsi que sur l'examen du programme d'action pour l'année prochaine. Les participants se penchent également sur les perspectives de renforcement de la coopération scientifique face aux défis transfrontaliers, notamment les changements climatiques et la gestion durable des ressources, ainsi que sur l'élargissement du réseau aux universités africaines. Le lancement des travaux de la neuvième Conférence scientifique internationale annuelle de l'Association internationale d'études sur la Route de la Soie (IASS) est également prévu dans la soirée de dimanche, en parallèle avec la tenue de la 11e Assemblée générale du réseau.

# Lancement de la 2e édition de la session de la formation des formateurs dans les domaines policiers spécialisés

La deuxième édition de la session de formation des formateurs dans les domaines policiers spécialisés a débuté au siège du Groupement des opérations spéciales de la police (GOSP), à Boudouaou dans l'ouest de Boumerdès, dans le cadre de la coopération entre la Direction générale de la Sûreté nationale (DGSN) et l'Organisation des Nations unies.

La cérémonie d'ouverture de cet événement s'est déroulée en présence du directeur de la formation à la DGSN, Hassani Fayçal, représentant le Directeur général de la sûreté nationale, Ali Badaoui, ainsi que de l'ambassadrice, coordinatrice résidente de l'Organisation des Nations unies en Algérie, Safina Claudia Ammassari, ainsi que du Conseiller de la Police des Nations unies, M. Faisal Shahkar, et du chef de la section chargée de la sélection et du recrutement des agents de police au siège des Nations Unies, Ata Yenigun.

Dans un discours prononcé au nom du Directeur général de la sûreté nationale, Hassani Fayçal, directeur de la formation à la DGSN, a déclaré que "l'organisation de cette session par l'Algérie reflète son engagement constant à soutenir les efforts de l'Organisation des Nations unies dans le domaine du maintien de la paix, ainsi que sa volonté de contribuer efficacement au développement des capacités policières au service de la paix et de la sécurité internationales".

Il a ajouté que les missions de police des Nations unies "sont devenues, à la lumière des mutations rapides que connaît le monde, plus diversifiées et plus complexes, ce qui impose d'investir dans le capital humain, de développer les compétences professionnelles et opérationnelles, et de renforcer les capacités de formation et de perfectionnement conformément aux normes internationales et aux exigences du travail sur le terrain".

Il a souligné que les services de la sûreté nationale "sont convaincus que la formation constitue un pilier essentiel pour le développement des compétences, l'harmonisation des pratiques professionnelles et le renforcement de la préparation opérationnelle", précisant que cette session "constitue une occasion précieuse de s'imprégner de l'expertise des Nations unies, de tirer parti de ses programmes de formation et de renforcer ses capacités en matière de préparation et de qualification des ressources humaines appelées à contribuer aux missions de police internationales".

De son côté, l'ambassadrice, coordinatrice résidente de l'Organisation des Nations unies en Algérie, Safina Claudia Ammassari, a souligné dans son intervention "les bonnes relations qui unissent le corps de police algérien et l'Organisation des Nations unies", précisant que "cette session de formation témoigne de la qualité de ces relations et de la volonté de les développer davantage".

Elle a ajouté que "cette session de formation permettra de former les agents de police ou les formateurs des différents pays participants et de les préparer à prendre part aux missions de l'Organisation des Nations unies dans le cadre des différentes opérations de maintien de la paix, mais aussi à relever les différents défis sécuritaires à travers le monde".

A noter, cette formation, qui se déroule sur 13 jours, rassemble 24 policiers issus de 12 pays, dont 12 cadres algériens (de la DGSN et de la Gendarmerie nationale), sous la supervision d'experts dans ce domaine.

# Adjal en visite de travail en Côte d'Ivoire

Le ministre de l'Energie et des Energies renouvelables, Mourad Adjal, effectuera une visite officielle en République de Côte d'Ivoire, du 16 au 19 novembre courant, dans le but de renforcer la coopération bilatérale dans le secteur et d'élargir les perspectives du partenariat économique et commercial entre les deux pays, indique un communiqué du ministère.

Cette visite s'inscrit "dans le cadre de la mise en œuvre des orientations du président de la République, M. Abdelmadjid Tebboune, visant à renforcer la présence économique de l'Algérie sur le continent africain", précise le communiqué.

Elle sera également marquée par la signature de contrats de partenariat entre Sonelgaz International et la société ivoirienne CI-Energies, ainsi que par la participation de l'Algérie au Salon international des ressources extractives et de l'énergie (SIREXE 2026).

Cette visite constitue également "une occasion de présenter l'expertise algérienne et les capacités des entreprises nationales, ainsi que d'ouvrir de nouvelles perspectives leur permettant d'accéder aux marchés africains et d'élargir leurs activités commerciales et d'investissement", selon la même source.

Tlemcen

# Début de la 9e conférence scientifique internationale annuelle de l'Association des études de la Route de la soie

Les travaux de la 9e conférence scientifique internationale annuelle de l'Association internationale des études de la Route de la soie (IASS) ont débuté à la faculté de médecine de l'Université Abou Bekr-Belkaïd de Tlemcen, parallèlement à la tenue de la 11e assemblée générale du Réseau des universités de la Route de la soie.

Le programme de cette rencontre scientifique prévoit plusieurs sessions consacrées, notamment, à la médecine, aux énergies renouvelables, au patrimoine culturel et aux langues, ainsi qu'à d'autres thématiques portant sur les mutations actuelles dans l'espace de la nouvelle Route de la soie.

A cette occasion, des chercheurs ont présenté différentes analyses sur les racines historiques de la Route de la soie et les perspectives de leur mise en relation avec les réalités contemporaines de la nouvelle initiative chinoise.

Les travaux abordent également les mécanismes permettant de relever les défis transfrontaliers, notamment les changements climatiques, ainsi que les moyens de renforcer l'intégration entre les connaissances scientifiques et les projets de développement durable.

Les participants examinent également les perspectives de développement des programmes de formation conjoints et d'échange d'expertises entre enseignants et étudiants, dans le but de concrétiser les ambitions communes à travers des projets de terrain.

Cette manifestation scientifique connaît la participation d'enseignants universitaires et de doctorants, qui enrichissent les débats en soulevant des questions et des préoccupations relatives aux perspectives des futurs partenariats et à leurs retombées sur le développement du système de recherche scientifique au sein des universités algériennes.

Les travaux de la conférence et de l'assemblée générale se poursuivront durant deux jours. Ils seront marqués par la présentation, l'examen et l'adoption des rapports, ainsi que par la validation des futurs programmes d'action du réseau.

# L'Université d'Alger 1 abrite la journée "Student Marhaba Day" dédiée aux étudiants internationaux

L'Université d'Alger 1 "Benyoucef-Benkhedda" a abrité les activités de la journée "Student Marhaba Day" dédiée aux étudiants internationaux, visant à favoriser leur intégration en milieu universitaire et à s'enquérir de leurs préoccupations durant leur cursus en Algérie.

Intervenant à cette occasion, le recteur de l'Université d'Alger 1, Ammar Haiahem, a indiqué que son établissement "compte 169 étudiants internationaux boursiers, originaires de 29 pays, dont 21 pays africains et 8 pays asiatiques".

Il a, en outre, fait savoir que l'université avait enregistré, dans le cadre du programme "Study in Algeria", 69 demandes d'inscription d'étudiants internationaux, précisant que l'opération se poursuit pour la réception de nouvelles candidatures et la réinscription des étudiants inscrits l'année dernière.

Cette initiative reflète "la volonté de l'université de consolider l'ouverture sur son entourage régional et international et de promouvoir les échanges scientifiques et culturels", ainsi que "son engagement à accompagner les étudiants internationaux et à réunir les conditions propices à leur intégration et à leur réussite dans leur parcours universitaire", a souligné M. Haiahem.

De leur côté, plusieurs étudiants internationaux participant à cette manifestation ont exprimé leur satisfaction des conditions d'accueil et d'études à l'Université d'Alger 1, saluant les efforts déployés pour faciliter leur adaptation à la vie universitaire et leur offrir l'opportunité de découvrir la culture algérienne et de partager leurs expériences avec leurs camarades de différentes nationalités.

# Ce vinaigre qui booste l'éclat du visage se vend toutes les 30 secondes dans le monde

Un geste simple, une efficacité redoutable : ce produit signé Gallinée est devenu l'allié des peaux en manque d'éclat. Une formule qui a conquis la planète beauté au point de se vendre toutes les 30 secondes.

Depuis son lancement, le « Vinaigre Visage Gallinée » a conquis un public international, s'imposant comme un allié belle peau, y compris pour les épidermes les plus sensibles.

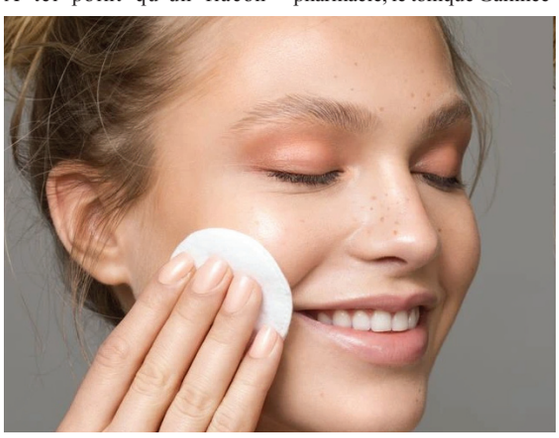
À tel point qu'un flacon s'écoule toutes les 30 minutes à travers le monde.

Un succès qui s'explique par une formule hautement concentrée en prébiotiques, développée pour renforcer la barrière cutanée et soutenir le microbiome, cet écosystème invisible mais essentiel à l'équilibre de la peau.

### UNE FORMULE BREVETÉE ET SENSORIELLE

Pensé par une docteure en pharmacie, le tonique Gallinée bénéficie de deux brevets et d'une composition aussi efficace que douce.

Au cœur de la formule : du vinaigre de cidre de pomme infusé à l'hibiscus, riche en antioxydants, associé à l'acide lactique et aux prébiotiques. Ensemble, ces actifs exfolient délicatement, purifient, apaisent et illuminent, sans jamais fragiliser la peau.



### Résultat :

Un teint plus clair, des pores affinés et un éclat booster de 28 % dès la première application.

### UN RITUEL MULTI-ACTIONS POUR TOUTES LES PEAUX

Plus qu'un simple toner, ce soin s'adresse à toutes les peaux en quête de fraîcheur et d'équilibre : ternes, mixtes ou sensibles. Son pH physiologique respecte l'intégrité cutanée tout en apportant une exfoliation douce. En pratique, quelques gouttes appliquées après le nettoyage suffisent à transformer la routine quotidienne en geste expert./elle.fr/

# «J'ai trouvé le soin qui répare tout : lèvres, mains, visage» : ce baume ballot-flurin nourrit et apaise les peaux fragilisées

Gerçures, rougeurs, lèvres qui craquent : et si un seul soin pouvait enfin calmer le jeu Ce baume multi-usages Ballot-Flurin répare les zones irritées pour restaurer un confort durable de la tête aux pieds.

### Peaux fragilisées : quand tout tiraille

Quand la peau manque de lipides, son film hydrolipidique se fissure et ne joue plus son rôle de bouclier.

L'eau s'évapore plus vite, ce qui se traduit par tiraillements, gerçures, petites crevasses et parfois démangeaisons. Les zones fines comme les lèvres, le contour du nez, les jointures des mains ou les talons sont en première ligne, surtout en hiver ou avec des lavages fréquents.

### Baume de Soin des Pyrénées : la propolis noire Ballot-Flurin

Au cœur de ce soin, la cire d'abeille représente environ 26 % du produit. En créant un film protecteur semi-occlusif, elle limite l'évaporation de l'eau sans étouffer la peau, ce qui aide les zones gercées à se remettre plus vite et protège du froid. Elle est associée à une huile de sésame biologique, riche en acides gras, qui nourrit les couches superficielles et redonne souplesse aux mains rêches, aux talons fissurés ou aux lèvres en manque de confort.

### "Lèvres réparées et mains sauvées" : le verdict Beauté Test



Noté 4,5/5 pour plus de 75 avis sur Beauté Test, le Baume de Soin des Pyrénées revient souvent comme "baume SOS" pour lèvres et mains très abîmées. Les utilisatrices décrivent des améliorations rapides, parfois en quelques jours.

L'une résume : "Ce produit de la ruche répare, protège très bien du froid, des gerçures et des peaux très sèches". Une autre en a fait un rituel nocturne : "C'est un de mes basiques : j'en mets tous les soirs sur mes lèvres et je n'ai jamais les lèvres sèches".

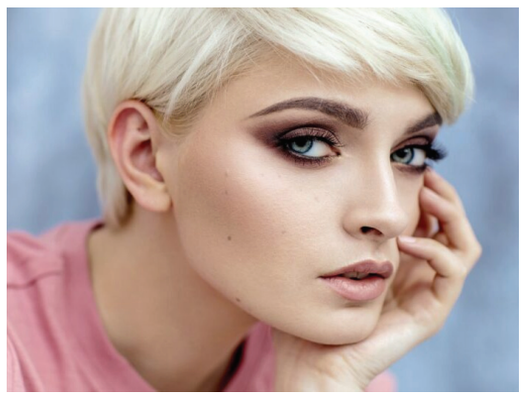
### À quoi sert le Baume de Soin des Pyrénées Ballot-Flurin ?

Ce baume multi-usages sert à protéger, nourrir et aider à réparer les zones fragilisées : lèvres gercées, mains et talons très secs, petites gerçures, ailes du nez irritées ou zones échauffées, été comme hiver.

### Peut-on utiliser ce baume sur le visage ?

Oui, sur des zones localisées du visage sujettes à la sécheresse ou aux irritations, en fine couche. Il ne remplace pas une crème de jour sur tout le visage et s'évite sur le contour des yeux et les peaux très réactives./beaute-test.com/

# Je réussis ma coloration à la maison



Employer la bonne technique, c'est aussi indispensable afin de préserver le cuir chevelu, les cheveux, et de réussir son effet.

### Je prépare les longueurs avec un soin nourrissant

Vos cheveux sont un peu ternes et secs ? Mieux vaut les hydrater et les nourrir le plus possible quelques jours avant de faire votre couleur. Sur des fibres capillaires en pleine santé, les pigments accrocheront bien mieux et la coloration sera plus durable.

### Je fais un dernier shampooing 48 h avant

Le sébum protège des produits oxydants qui peuvent irriter, on lui laisse le temps de se déposer légèrement aux racines avant le jour J. Faites aussi le point sur la santé de votre cuir chevelu, car ce shampooing est aussi le moment de traiter en amont irritations ou pellicules par un soin adapté si nécessaire.

### Je m'organise le jour J

Une coloration réussie s'appuie sur un véritable rituel. Commencez par protéger les bords du lavabo afin de ne pas les colorer avec les projections, et munissez-vous d'un drap de bain qui ne craint rien, autour des épaules, pour préserver vos vêtements. Enfin, pour éviter qu'à la lisière de vos cheveux votre peau ne se marque, appliquez une bonne couche de crème protectrice (type Nivea Crème).

### Je prépare le produit à la dernière minute

Attention, le mélange ne se conserve pas. Inutile de vous y prendre la veille ou de sortir un reste de la coloration précédente. Juste avant de l'appliquer, faites votre cocktail de colorant et d'oxydant en respectant bien les proportions. Et on jette le reste à la fin !

### Je respecte le temps de pose

La coloration ne sera ni plus belle, ni plus durable, en laissant les produits agir au-delà de la durée recommandée. Vos cheveux risquent d'être trop encrés, plus ternes et foncés que prévu, sans parler des possibles irritations au niveau du cuir chevelu. À l'inverse, rincer les cheveux avant l'heure, risque d'être aussi décevant, car les pigments seront moins présents. Soyez juste à l'heure !

### Je me fais aider pour les mèches

Si vous vous lancez pour faire de jolies mèches, mieux vaut demander de l'aide pour travailler l'arrière et obtenir un effet harmonieux, sans décrochage dans la répartition de la couleur.

### 3 options pour retoucher les racines

Quatre à cinq semaines après une coloration, les cheveux blanchissent souvent à nouveau aux racines. Mais il existe plusieurs techniques pour les couvrir…

En modulant le temps de pose laissez agir le produit, aux racines uniquement, durant la quasi-totalité du temps recommandé. Ajoutez ensuite un peu de matière sur les longueurs à la fin, à laisser poser une ou deux minutes seulement avant le shampooing.

En utilisant un kit racines : avec le mini-pinceau et la dose de produit sur mesure, il est facile d'appliquer la texture colorante à la base des cheveux. En maquillant tout simplement : les sprays colorants font illusion en une seconde et s'éliminent au shampooing. Appliquez le spray en respectant la distance et en protégeant le haut des vêtements./maxi-mag.fr/

# Que se passera-t-il concrètement quand le noyau de la Terre sera froid ?



Au centre de la Terre, la température est de 6000 °C, mais s'il venait à refroidir, les conséquences en surface seraient très fâcheuses ! Nous avons beau être au printemps, les petits matins sont plutôt frisquets depuis quelques jours, avec même des prévisions de gels matinaux, qui inquiètent les agriculteurs. Pourtant, au centre de notre planète, la Terre, la température du noyau terrestre est évaluée à environ 6 000 °C Cette température est beaucoup plus élevée que la surface du Soleil, qui a une température approchant les 5 500 °C. La chaleur au centre de la Terre provient principalement de la désintégration radioactive de certains isotopes du manteau et du noyau. Elle provient égale de la chaleur résiduelle de la formation de la Terre, il y a approximativement 4,5 milliards d'années.

### *De quoi est formé le noyau terrestre ?*

Le noyau externe de la Terre est un alliage de nickel et de fer, qui sert de rempart entre le noyau interne et le manteau terrestre. Ce dernier étant une couche de roche en fusion et de magma. Quant au noyau interne, il ressemble à une grosse boule de 1 200 à 2 900 km sous la surface de la Terre, une boule solide et riche en fer. C'est évidemment le point le plus chaud de la Terre avec environ 6 000 °C. Le noyau est primordial, car il protège la surface des vents solaires et des débris solaires, nocifs pour nous qui vivons à la surface grace au bouclier magnétique. La Terre s'est formée à partir d'un nuage de gaz et de particules. La gravité a fait couler les matières lourdes (fers, métaux) vers le centre de la Terre, les autres matières plus légères (eau, air) sont remontées jusqu'à la croûte terrestre.

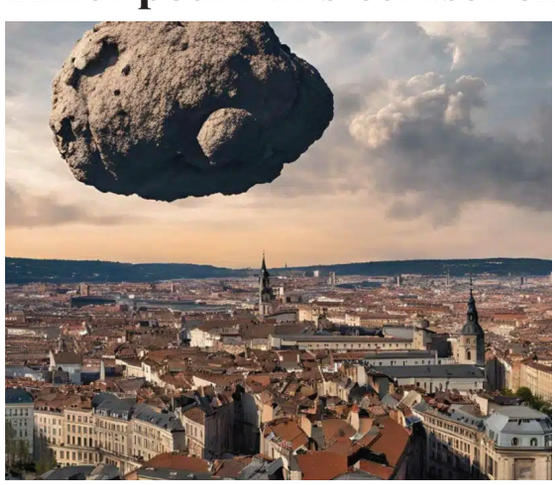
### *Que se passerait-il si le noyau venait à refroidir ?*

Pas de panique, notre génération et celles de nos arrières-arrières-petits-enfants ne connaîtront pas le refroidissement du noyau de la Terre. Toutefois, si celui-ci venait à se refroidir, la Terre en serait toute chamboulée. Elle mourait en devenant froide. Et elle serait aussi très sombre, car une partie de notre électricité est extraite de la chaleur rayonnante de la croûte terrestre. On l'utilise afin de chauffer l'eau et la vapeur qui alimentent des turbines pour produire de l'électricité.

### *Une répercussion directe*

Admettons que le noyau se refroidisse et que nous parvenions à survivre, ce qui est plus qu'improbable ! Le refroidissement du noyau entraînerait aussi une diminution des activités volcaniques et sismiques, liées aux mouvements des plaques tectoniques de la croûte terrestre. Enfin, le noyau de la Terre nous protège des radiations cosmiques. Son refroidissement pourrait détruire le bouclier magnétique autour de la planète, créé par la chaleur du noyau. La destruction de ce bouclier entraînerait une arrivée massive d'ondes radioactives, mais également une augmentation des rayons du soleil liés à l'apparition de certains cancers. Les scientifiques estiment que le noyau terrestre, et ce, malgré le réchauffement climatique, ne se refroidira pas avant des millions d'années… Cela nous laisse donc le temps de vivre le reste de notre vie !/neozone.org/

# Un scientifique dévoile les endroits où l'astéroïde City Killer pourrait s'écraser en 2032



Alors que l'astéroïde 2024 YR4 continue de susciter des inquiétudes, le journaliste scientifique Robin George Andrews a publié la liste des zones d'impact possibles. Néanmoins, pour l'instant, la probabilité d'une collision avec la Terre demeure assez faible. Détecté pour la première fois en décembre dernier grâce à un télescope situé au Chili, l'astéroïde 2024 YR4 pourrait percuter notre planète dans environ huit ans, plus précisément le 22 décembre 2032. Selon les estimations, l'objet mesure de 40 à 90 mètres de large. Au vu de sa taille, il pourrait causer des dommages énormes, comme détruire une ville entière, s'il venait à entrer en collision avec la Terre. En effet, son impact pourrait être des centaines de fois plus puissant que la bombe nucléaire qui a ravagé la ville de Hiroshima, au Japon, en 1945.

### *La mise en garde d'un scientifique*

Face à cette menace, le Dr Robin George Andrews, également journaliste scientifique, s'est empressé de clarifier la situation. Il pense que le recours éventuel à un impacteur cinétique, en cas de danger réel, pourrait « déclencher la fin des temps ». D'après lui, bien que la mission DART ait été un succès, cela ne voudrait pas dire que la même technique permet de dévier n'importe quel astéroïde. Pour rappel, la méthode de l'impacteur cinétique consiste à dévier la trajectoire d'un corps céleste représentant un danger potentiel pour la Terre en envoyant un engin spatial le percuter à très grande vitesse.

### *L'envoi de plusieurs impacteurs cinétiques parmi les options ?*

L'expert estime que le recours à une telle méthode pourrait certes « perturber » la trajectoire du petit astre, mais en cas de désintégration lors de l'impact, ses composants pourraient toujours atteindre la Terre et s'écraser à différents endroits. De plus, la taille exacte de 2024 YR4 demeure inconnue, laissant la communauté scientifique dans l'incertitude. « Il peut être plus petit ou plus grand. S'il est trop grand, nous ne pourrons peut-être pas le dévier avec un seul vaisseau spatial. Il en faudrait plusieurs pour le frapper parfaitement, sans le briser de manière catastrophique », a déclaré le scientifique.

### *Pas de panique !*

Quant aux zones d'impact possibles, Robin George Andrews affirme que si l'astéroïde surnommé « City Killer » devait frapper la Terre en 2032, il pourrait tomber quelque part dans le nord de l'Amérique du Sud, dans l'océan Pacifique, en Asie du Sud, dans la mer d'Arabie et en Afrique. Cela signifie que les pays comme l'Inde, le Pakistan, le Bangladesh, l'Éthiopie, le Soudan, le Nigeria, le Venezuela, la Colombie et l'Équateur ne seraient pas l'abri d'une éventuelle collision. Pour l'instant, malgré le fait que la NASA a calculé une probabilité d'impact de 3,1 % le 18 février dernier, soit la plus élevée jamais enregistrée depuis près de 20 ans pour un astéroïde, les scientifiques se veulent rassurants. En fait, les données actuelles sont amenées à évoluer au cours des prochaines semaines et des prochains mois grâce à des observations futures. « Pour le grand public, il n'y a pas de danger pour le moment », a assuré Richard Moissl, chef du bureau de défense planétaire de l'Agence spatiale européenne (ESA)./ neozone.org/

# Combien existe-t-il d'espèces de girafes ? Vivent-elles toutes en Afrique ?

Un long cou, deux petites cornes, un pelage constitué de taches géométriques… Vous aurez certainement reconnu la description de la girafe. Ce mammifère originaire d'Afrique nous fascine par son physique si particulier. Et nous continuons encore à en apprendre à son sujet de nos jours. Saviez-vous notamment qu'il existe plusieurs espèces de girafes distinctes ? Nous vous proposons d'en savoir plus dans cet article.

### *La girafe : un animal impressionnant*

Si la girafe est si impressionnante et fascinante, c'est tout d'abord parce qu'il s'agit du plus grand mammifère terrestre. Un individu adulte peut atteindre entre 4 et 5 mètres de hauteur, pour un poids oscillant entre 600 et 2 000 kilos. Le cou mesure à lui tout seul près de 2 mètres de longueur, la queue jusqu'à 1 mètre, et même la langue de l'animal a une taille monumentale : près de 50 centimètres de long. Quand au cœur de la girafe, il pèse plus de 11 kilos, ce qui lui permet de pouvoir propulser le sang jusqu'à la tête. A titre de comparaison, celui d'un humain oscille entre 200 et 300 grammes…

### *Pas une, mais plusieurs espèces de girafe sur terre*

Rappelons qu'une espèce se définit comme un "ensemble d'individus (…) à la fois semblables par leurs formes adultes et embryonnaires et par leur génotype, vivant au contact les uns des autres, s'accouplant exclusivement les uns aux autres et demeurant indéfiniment féconds entre eux" (Larousse). En résumé : il s'agit donc ici d'animaux qui ont des caractéristiques physiques similaires et qui peuvent engendrer une descendance fertile. Par contre, un accouplement entre deux espèces différentes ne fonctionnera pas ou créera un animal hybride, bien souvent stérile./ lemagdesanimaux.ouest-france.fr/

# Quels sont les (nombreux) avantages du papier toilette non blanchi ?

Et si on troquait le blanc immaculé pour le brun naturel… et gagnait en cohérence écologique au quotidien ?

### *Pourquoi « non blanchi » ne veut pas dire « zéro chimie » ?*

Petit rappel technique : « non blanchi » ne signifie pas « zéro procédé » et il faut en être conscient. Pour obtenir des fibres utilisables, tous les papiers passent par des étapes de cuisson/pulpage, lavage et traitements. La différence tient surtout au type d'agents et à l'intensité des traitements appliqués. Les filières dites TCF (totally chlorine free) pour le papier toilette blanc ou rose, utilisent, par exemple, le peroxyde d'hydrogène plutôt que des dérivés chlorés, tandis que les procédés ECF (elemental chlorine free) font appel au dioxyde de chlore pour les papiers non blanchis.

Ce dernier étant moins impactant que le chlore élémentaire d'antan, mais cela reste un traitement. Résultat : un papier souvent beige/naturel, moins « transformé », qui s'avère un bon compromis intéressant pour qui cherche à réduire l'empreinte des consommables sans renoncer au confort du rouleau.

### *Retour d'expérience à la maison (avec et sans WC japonais)*

Chez nous, j'ai un WC japonais (mon bonheur technophile), mais tout le monde ne l'utilise pas à chaque passage. Les enfants, notamment, sont plutôt de la team « papier » et impossible de leur faire utiliser le « jet japonais ». J'ai donc décidé de proposer du papier non blanchi en complément. Verdict familial ? Partagé : certains trouvent la texture un peu moins douce que les « nuages triple épaisseur », et la couleur brun/beige surprend au début. De mon côté, je suis à l'aise : c'est cohérent avec mes choix.



### *Pourquoi ai-je choisi le papier toilette non blanchi ?*

La réponse n'est pas dogmatique, elle est pragmatique. Dans une maison « vivante » (enfants, invités, habitudes variées), le papier non blanchi est un excellent standard par défaut : il coche les cases cohérence/impact, il fait le job, et il habitue doucement le foyer à une autre esthétique (le brun, c'est bien !). Au pire, j'ai imposé ce papier, et puisqu'il n'existe plus d'autres possibilités, les utilisateurs sont bien obligés de l'utiliser si vous voyez ce que je veux dire !/neozone.org/

# Chauffage : comment fabriquer des bûches « grasses » avec des déchets du quotidien ?

Transformer des déchets de cuisine en combustible puissant et gratuit ? L'idée peut surprendre, mais elle mérite qu'on s'y attarde.

### *Le principe des bûches « grasses » expliqué simplement*

Le concept des bûches grasses repose finalement sur une idée assez intuitive : associer des matières grasses usagées à des déchets combustibles secs que l'on a tous sous la main. Dans la vidéo, disponible sur YouTube, on découvre comment des huiles de cuisine usagées, des restes de friture ou des graisses animales peuvent être combinés avec du carton, du papier journal, des boîtes à œufs ou encore de la sciure. Ce qui m'a frappée, au-delà du côté bricolage malin, c'est l'aspect énergétique. Les matières grasses possèdent une densité énergétique très élevée, proche de celle des carburants.

### *Le petit tuto pour fabriquer vos bûches grasses*

La fabrication est volontairement simple et accessible. Commencez par collecter vos matières grasses usagées : huile de friture, graisses de cuisson, fonds de bocaux à l'huile. Évitez absolument les huiles neuves. Préparez ensuite un support absorbant : carton ondulé roulé, papier journal, boîtes à œufs déchirées, sciure ou copeaux de bois. Roulez ces matériaux autour d'un tube en carton, comme un rouleau de papier toilette ou d'essuie-tout, afin de créer une structure compacte mais capable d'absorber. Versez ensuite progressivement la matière grasse sur le support, en laissant le temps à l'absorption.



### *Attention aux émanations et à l'encrassement des conduits*

C'est le point le plus important. Brûler des bûches grasses n'est pas anodin. Une combustion mal maîtrisée peut entraîner davantage de fumées, des émanations nocives et un encrassement accéléré des conduits. La réglementation impose d'ailleurs un entretien strict des appareils de chauffage au bois, comme le rappelle le décret officiel consultable sur Légifrance. Ces bûches doivent être utilisées uniquement en complément, sur un feu déjà bien lancé, avec un appareil correctement entretenu. Attention, la fabrication et l'utilisation de bûches grasses peuvent générer davantage de fumées, de monoxyde de carbone et favoriser l'encrassement des conduits. Cette pratique doit rester occasionnelle, prudente et conforme à la réglementation en vigueur./neozone.org/

# Cuisine fermée : nos ambiances coups de coeur



La cuisine fermée existe bel et bien encore ! Il semblerait même qu'elle se dessine à nouveau dans les plans des propriétaires de maison ou d'appartement. Avec îlot ou grande tablée, contemporaine, design ou vintage, la cuisine fermée se dévoile sous de multiples facettes.

### *Une cuisine fermée moderne mais chaleureuse*

L'architecte d'intérieur Mathilde Abeel et l'équipe de Mon Concept Habitation ont entièrement rénové cette cuisine fermée qui n'était plus au goût de ses propriétaires.

Le mobilier en noir et blanc laqué assure sa modernité tandis que le sol carreaux de ciment et les chaises de style scandinave apportent un peu de chaleur. Les suspensions réveillent le tout.

### *Une cuisine refermée par une verrière d'atelier*

Afin de préserver le volume de cette cuisine, l'architecte Johan Monzie a privilégié une implantation en L. La peinture foncée augmente l'impression de profondeur tandis que les verrières offrent de nouvelles perspectives.

### *Une cuisine fermée "home made"*

Le home staging est au fondement de cette rénovation Avec l'intervention de l'architecte d'intérieur de l'agence Inma Studio, les propiétaires se sont offert une nouvelle cuisine fermée "mix & match" pour 900 euros.

### *Une cuisine fermée maçonnée, esprit maison de campagne*

La décoratrice d'intérieur de l'agence Les Murs ont des Oreilles a rénové une ancienne ferme pour s'y installer avec sa petite famille. Là, Valérie Laporte-Volatier a concrétisé son rêve : une belle cuisine maçonnée. Et c'est à partir de béton enduit qu'elle fait réaliser la structure. Petite astuce : la pro a ici utilisé des meubles Ikea dont elle a repeint les portes.

### *Une cuisine fermée imaginée pour prendre ses repas*

Les architectes d'intérieur Un Archi Dans Ma Cuisine ont pensé une cuisine familiale et pratique avec des rangements à tous les niveaux. La crédence et quelques plantes exposées rendent cette pièce, très épurée, joyeuse et vivante.

### *Une cuisine fermée, rénovée à la sauce vintage*

Papier peint fleuri, peinture, sol damier, Claire Salais de l'agence de déco Lalaklak met à l'honneur la couleur et le graphisme dans cette cuisine fermée.

### *Une cuisine comme une bulle au milieu du séjour*

Les agences Gommez Vaëz Architecte et BlackStones se sont réunies pour rénover ce 115 m2 à Levallois-Perret. Grâce à cette verrière, la cuisine est comme dans une bulle, à l'abri du brouhaha du séjour.

### *La couleur souligne cette cuisine en longueur*

L'architecte d'intérieur Claire Clerc a choisi un bleu turquoise pour cette cuisine fermée. La peinture structure la pièce et la rend plus vivante.

### *Une cuisine blanche et bois épurée et fonctionnelle*

A la suite d'un sinistre, les architectes d'intérieur de l'agence ADC l'atelier d'à côté ont rénové cette cuisine, avec comme contrainte de conserver l'emplacement de l'évier et des éléments de cuisson./cotemaison.fr/

# Blanc d'œuf : Bienfaits, utilisations et recettes faciles

Le blanc d'œuf est un ingrédient très présent dans la cuisine du quotidien. Simple à utiliser, économique et polyvalent, il est apprécié aussi bien dans les recettes traditionnelles que dans des préparations plus modernes. Qu'il soit utilisé pour réaliser une mousse légère, une pâtisserie aérienne ou un plat rapide, il possède de nombreuses qualités culinaires.

### *Qu'est-ce que le blanc d'œuf ?*

Le blanc d'œuf correspond à la partie claire et transparente de l'œuf qui entoure le jaune. Principalement composé d'eau et de protéines, il contient notamment de l'ovalbumine, une protéine majoritaire qui contribue aux propriétés particulières du blanc d'œuf en cuisine. Sa composition nutritionnelle est relativement simple : principalement de l'eau, des protéines, dont l'ovalbumine est la plus représentée, certains minéraux en petites quantités, de très faibles quantités de glucides et de lipides.

### *Les bienfaits du blanc d'œuf : Un aliment aux qualités nutritionnelles intéressantes*

Le blanc d'œuf est apprécié pour sa composition simple et ses caractéristiques nutritionnelles. Facile à intégrer dans de nombreuses recettes, il constitue un ingrédient polyvalent qui peut accompagner une alimentation variée et équilibrée.

### *Un aliment naturellement riche en protéines*

Le blanc d'œuf est principalement connu pour sa teneur en protéines de qualité. Ces protéines sont constituées d'acides aminés, des éléments naturellement présents dans de nombreux aliments et nécessaires à l'organisme.



### *Une faible teneur en matières grasses et en sucre*

Le blanc d'œuf se distingue également par sa composition pauvre en lipides. Contrairement au jaune, qui concentre une grande partie des matières grasses naturellement présentes dans l'œuf, le blanc en contient très peu. Il possède également une faible teneur en sucre, ce qui en fait un ingrédient facile à associer avec de nombreux aliments, qu'il s'agisse de recettes salées ou sucrées.

### *Un ingrédient polyvalent en cuisine*

Au-delà de ses qualités nutritionnelles, le blanc d'œuf est surtout reconnu pour ses propriétés culinaires. Lorsqu'il est battu, il peut emprisonner de l'air et créer une texture légère et aérienne. Cette particularité est utilisée dans de nombreuses recettes comme : les meringues, les mousses, certains gâteaux, les pancakes, les omelettes, différentes recettes salées. Grâce à sa texture et à son goût discret, le blanc d'œuf s'adapte facilement à de nombreux usages et permet de varier les préparations maison au quotidien./sante-sur-le-net.com/

# Cancer : risque plus élevé avec une alimentation acidifiante

Une alimentation acidifiante, riche en protéines animales, augmente le risque de développer un cancer.

### *Cancer et alimentation*

Le cancer est l'une des principales causes de décès en France, avec 157 400 décès enregistrés en 2018, d'après l'Institut national du Cancer. La même année, 382 000 nouveaux cas de cancer ont été signalés. Les causes du cancer sont probablement multiples. De nombreuses études suggèrent que des facteurs environnementaux, comme l'alimentation, l'exposition à des produits chimiques dangereux, jouent un rôle. De manière générale, une alimentation riche en produits végétaux semble réduire le risque, tandis que la consommation de viande rouge et de charcuterie serait néfaste.

### *L'équilibre acido-basique de l'organisme*

Le pH du sang est légèrement basique, puisqu'il est généralement compris entre 7,35 et 7,45. Le maintien de l'équilibre acido-basique de l'organisme est important pour la santé. Si le pH se rapproche de 7,35, le corps connaît une acidose.



### *Une alimentation acidifiante favorise le cancer*

En mai 2022, des chercheurs de l'université de sciences médicales de Teheran ont publié dans la revue European Journal of Cancer Prevention une méta-analyse sur le lien entre l'acidité de l'alimentation et le cancer.

### *Cancer, alimentation et métabolisme*

Comment expliquer le lien entre l'alimentation acidifiante et le cancer ? Un régime alimentaire acidifiant peut induire une acidose métabolique qui, si elle se prolonge, peut favoriser inflammation et résistance à l'insuline, deux mécanismes susceptibles de favoriser les cancers. D'autres études avaient déjà rapporté un lien entre une alimentation trop acidifiante et le risque de certains cancers. Par exemple, en 2019, un lien entre l'alimentation acidifiante et le cancer du sein a été montré dans une étude qui a inclus plus de 43 000 femmes./lanutrition.fr/

# Graisse abdominale : ces 6 boissons à privilégier au petit-déjeuner selon une diététicienne



Et si le contenu de votre tasse du matin pouvait faire la différence ? Thé vert, café, gingembre ou encore shake protéiné : une diététicienne américaine recommande six boissons pour accompagner la perte de graisse abdominale. Mais quels sont leurs véritables effets sur le métabolisme ?

### *Le thé vert*

Le thé vert regorge de gallate d'épigallocatéchine (EGCG), connu pour augmenter le métabolisme et stimuler le processus de combustion des graisses, en particulier lorsque vous faites de l'exercice. "La caféine contenue dans le thé vert fournit également un léger effet stimulant, augmentant encore la combustion des calories", explique Amy Goodson. "Les recherches suggèrent que la combinaison d'EGCG et de caféine peut aider à [décomposer] la graisse stockée, en particulier la graisse abdominale".

### *Une boisson au vinaigre de cidre de pomme (ACV)*

Le pouvoir réel du vinaigre de cidre sur la graisse fait aujourd'hui débat. Mais l'acide acétique, l'ingrédient principal du vinaigre de cidre de pomme est connu pour réduire les niveaux d'insuline et stimuler le métabolisme, ce qui diminue le stockage des graisses. "Des études montrent que l'acide acétique peut aider à réduire l'accumulation de graisse abdominale et à supprimer l'appétit", prétend Amy Goodson. "Le vinaigre de cidre peut également améliorer la digestion et réduire les ballonnements, donnant une apparence plus plate du ventre tout en améliorant la santé intestinale globale".

### *Le café*

La caféine contenue dans le café stimule elle aussi votre taux métabolique et brûle les graisses. Une tasse de café le matin réveille également votre système nerveux, ce qui permet à vos cellules adipeuses de savoir qu'il est temps de décomposer les graisses. Cela est renforcé lorsque vous ajoutez de l'exercice au mélange. "Des études montrent que la caféine peut augmenter la dépense énergétique et l'oxydation des graisses, en particulier chez les personnes minces, ce qui en fait une excellente boisson matinale pour la perte de graisse", explique Goodson.

### *Le thé au gingembre*

Le gingembre contient des propriétés thermogéniques, ce qui signifie qu'il augmente la température du corps, ce qui augmente à son tour le nombre de calories brûlées. "Le gingérol, le composé actif du gingembre, aide également à améliorer la digestion, à réduire la faim et à améliorer le métabolisme", explique la diététicienne. "Une étude publiée dans la revue Metabolism a révélé que la consommation de thé au gingembre augmente la sensation de satiété et aide le corps à brûler les calories plus efficacement".

### *Le shake protéiné*

Vous n'y pensez pas toujours, mais les shakes protéinés sont nourrissants et adaptés au petit-déjeuner.

"Un shake protéiné matinal à base de lactosérum ou de protéines végétales peut aider à stimuler le métabolisme en raison de l'effet thermique des aliments (TEF)", explique l'experte... "Les protéines ont un TEF plus élevé que les graisses et les glucides, ce qui signifie que votre corps utilise plus d'énergie pour les digérer et les traiter". Par effet domino, faire le plein de protéines dès le réveil peut ainsi réduire les envies de grignoter, cibler la perte de graisse et aider à préserver la masse musculaire maigre./doctissimo.fr/

# Pop et romantique, le nord de l'Angleterre de Liverpool à York

C'est ainsi, même si l'on en sait les éléments, on ne perçoit pas toujours l'unité de certains domaines. Qu'est-ce au juste que l'Angleterre du nord ? Ce voyage est conçu pour en révéler la consistance, les contrastes, la richesse. On débarque donc à Manchester, pour filer à Liverpool. A propos de sa ville, John Lennon a écrit Strawberry Fields Forever et Paul McCartney Penny Lane. Les Beatles y ont puisé une inspiration redoutable. D'ailleurs, la ville ne tient pas en place et ne saurait se contenter de tenir la pose patrimoniale. Il fallait insuffler une nouvelle vie aux célèbres docks, tant pis si, pour ça, on doit renoncer au label Unesco. La vie, la fête, le business d'abord. C'est ainsi qu'on maintient son rang. Lake District, où vous allez ensuite, garde en revanche son classement au patrimoine mondial. A Bowness-on-Windermere et dans les paysages si harmonieux du parc national, on comprend pourquoi. Les saisons seules sont habilitées à apporter quelque changement à cette countryside de rêve.

### *Votre voyage*

Les nombreux Britanniques que nous croisons sur nos routes doivent nous convaincre que le changement de sens de la circulation n'a rien d'inquiétant. Quelques kilomètres et un peu d'attention suffisent à l'intégrer. Une fois en Angleterre, c'est donc en voiture de location que s'effectue le voyage. Le véhicule procurant souplesse, autonomie, rayon d'action. Vos hôtels ont été sélectionnés avec soin. Pour des raisons de situation, toujours capitale en voyage. Et pour des raisons d'atmosphère et de confort. On sait qu'un certain style britannique contribue à définir l'élégance confortable. Cela se retrouve. On sait peut-être moins que la table d'Albion est devenue l'une des plus inventives d'Europe. Cela se découvre. Afin de vous mettre sans délai sur les bonnes pistes, nous avons inscrit trois rendez-vous à votre feuille de route : avec un guide francophone à Liverpool ; pour une croisière-randonnée dans le Lake District ; et une ascension de la tour centrale de la cathédrale d'York. Autour, l'Angleterre pop, romantique, gothique, est à vous./ voyageursdumonde.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.

### *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.

Ce qui frappe surtout, c'est leur régularité. Les collines n'ont pas toutes exactement la même taille, mais leur répétition crée une impression presque irréelle. On a le sentiment d'observer un motif naturel reproduit à grande échelle.

### *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.

### *Où voir les Chocolate Hills ?*

Le point de vue le plus connu est le Chocolate Hills Complex, près de Carmen. On y monte par un escalier jusqu'à une plateforme qui permet d'embrasser une partie du paysage./globe-trotting.com/



# 6 conseils essentiels avant de visiter Tokyo



Néons éclatants et temples anciens, jardins paisibles et vie nocturne débridée. Des restaurants de renommée mondiale et une hospitalité hors pair. Visiter Tokyo, véritable capitale culturelle, est une expérience inoubliable. Cela fait maintenant 20 ans que j'y vis, et je n'arrive toujours pas à imaginer m'ennuyer dans la capitale japonaise. Pourtant, bien qu'elle figure souvent parmi les destinations les plus sûres et agréables au monde, y voyager peut parfois présenter quelques défis.

### *1. Prévoyez au moins une semaine à Tokyo*

Si un séjour de 3 jours à Tokyo suffit, une semaine vous permettra d'explorer la capitale du Japon à un rythme plus tranquille. Tokyo regorge de sites à découvrir et d'activités à faire. Si vous disposez de suffisamment de temps, profitez de votre séjour pour explorer les environs de la capitale japonaise.

### *2. Choisissez bien la période de votre voyage à Tokyo*

Le printemps et l'automne sont les saisons les plus agréables pour découvrir Tokyo. De fin mars à début avril, la floraison des cerisiers attire des voyageurs du monde entier, ce qui impose de réserver son hébergement plusieurs mois à l'avance.

En été, de juin à août, la chaleur et l'humidité rendent même les courtes promenades éprouvantes. L'automne, en revanche, offre des températures plus douces et une fréquentation touristique moins importante.

### *3. Pour votre hébergement, privilégiez un quartier bien desservi par les transports en commun*

Ginza, Shinjuku et Shibuya sont des quartiers particulièrement pratiques pour séjourner à Tokyo, grâce à leur excellente desserte par les transports en commun et à leurs nombreuses possibilités de restauration et de divertissement. Pour profiter d'un environnement plus calme sans trop s'éloigner de l'animation, privilégiez Tomigaya, à 20 minutes à pied de Shibuya, ou Yoyogi, à 15 minutes de marche de Shinjuku.

### *4. Privilégiez des vêtements adaptés au climat de Tokyo*

À Tokyo, mieux vaut privilégier des vêtements adaptés à la météo plutôt que de chercher à suivre les tendances. En été, la chaleur et l'humidité sont particulièrement difficiles à supporter. Les Tokyoïtes portent volontiers des chapeaux, des shorts et des T-shirts, mais les tenues très dénudées restent rares.

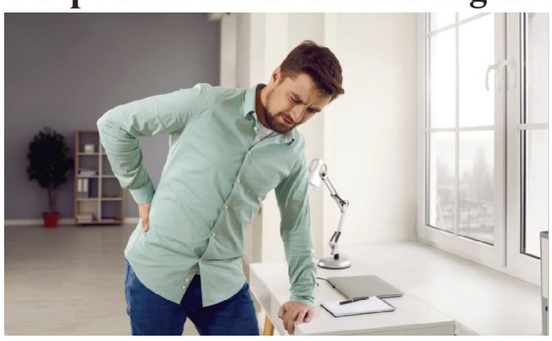
### *5. Vérifiez que vos médicaments sont autorisés au Japon et préparez bien votre trousse à pharmacie*

Avant de partir, assurez-vous que vos médicaments sont autorisés au Japon. Certains médicaments de la famille des amphétamines, comme XURTA, y sont interdits. Les quantités admises sont également limitées. Pour connaître la réglementation, consultez la liste des médicaments autorisés et interdits au Japon.

### *6. Téléchargez quelques applications utiles avant de partir*

Avec ses nombreuses lignes de métro et de train, ses correspondances et ses gares gigantesques, le réseau de transports de Tokyo peut être déroutant au premier abord. Pour vous y retrouver, téléchargez Japan Travel by Navitime. L'application vous indique les trains et les métros à emprunter pour rejoindre votre destination./ lonelyplanet.fr/

# Sciatique : le Dr Gérald Kierzek révèle le signe d'alerte qui doit vous pousser à consulter en urgence absolue



Une douleur qui part de la fesse et descend dans la jambe évoque parfois une sciatique. Le plus souvent, il faut adapter ses mouvements. Mais une perte de force ou un trouble urinaire impose de réagir sans attendre. La scène est fréquente : une douleur part du bas du dos ou de la fesse, descend derrière la cuisse, parfois jusqu'au mollet ou au pied. On tente alors un étirement vu en vidéo, une position conseillée par un proche, en espérant que "ça passe". Pourtant, une douleur de type sciatique ne se gère pas toujours de la même façon. Si elle est isolée et supportable, on peut adapter ses activités. Si elle s'accompagne d'une faiblesse de la jambe, d'un pied qui "traîne" ou de troubles urinaires ou fécaux, il faut consulter en urgence.

### *Douleur qui descend dans la jambe : que faire si elle est isolée?*

Quand la douleur descend de la fesse vers la jambe, sans fièvre, sans traumatisme récent important, sans faiblesse et sans trouble urinaire, le premier réflexe est de réduire ce qui réveille la douleur, sans s'immobiliser complètement. Le repos strict au lit prolongé est déconseillé : il entretient souvent la raideur et la peur de bouger. "Si la douleur est supportable, l'objectif n'est pas de se bloquer au lit, mais de bouger doucement, à son rythme, en évitant les gestes qui déclenchent la décharge" explique le Dr Gérald Kierzek. Il ne s'agit pas non plus de forcer.

Un exercice de mobilisation peut soulager certaines personnes, mais il n'existe pas d'étirement universel, surtout si la douleur augmente pendant ou après le mouvement. Pour mieux comprendre le trajet typique de la douleur, vous pouvez consulter notre dossier pour reconnaître une douleur de sciatique.

### *Perte de force, pied qui accroche : un signal à ne pas banaliser*

Le signe qui doit faire changer d'attitude est la faiblesse. Par exemple : le pied accroche le sol, il devient difficile de marcher sur les talons, de relever l'avant du pied, de monter les escaliers ou de tenir normalement sur la jambe douloureuse. Ces manifestations peuvent correspondre à une atteinte motrice, recherchée par les médecins devant une lombalgie avec douleur dans la jambe. "Une douleur qui descend dans la jambe peut être impressionnante ; une jambe ou un pied qui perd de la force doit, lui, être évalué rapidement" souligne le Dr Gérald Kierzek.

### *Troubles urinaires, selles, zone entre les jambes : l'urgence*

Certains signes imposent de ne pas attendre un rendez-vous classique : difficultés soudaines à uriner, fuites urinaires inhabituelles, perte du contrôle des selles, constipation inhabituelle dans ce contexte, ou baisse de sensibilité au niveau du périnée, c'est-à-dire la zone entre les jambes. Ces signes peuvent évoquer une atteinte neurologique urgente, notamment un syndrome de la queue de cheval, qui nécessite une évaluation immédiate. "Si vous urinez difficilement, si vous perdez les urines ou les selles, ou si la zone entre les jambes devient moins sensible, appelez le 15 ou le 112 ; le 18 si une intervention de secours est nécessaire" alerte le Dr Gérald Kierzek./ doctissimo.fr/

# Avez-vous une "allergie au froid" ? Le Dr Sermed Mezher dévoile les réflexes vitaux face à cette urticaire



Après un contact avec l'air froid, l'eau froide ou un objet glacé, certaines personnes développent plaques, démangeaisons ou gonflements. Ce phénomène porte un nom : l'urticaire au froid. Zoom sur cette "allergie" particulière. Sur Instagram, le Dr Sermed Mezher montre que certaines personnes peuvent réagir au froid par une urticaire : plaques qui démangent, gonflements, parfois réaction plus générale. Mais il ne s'agit pas toujours d'une allergie classique.

### *Ce que signifie vraiment « allergie au froid »*

L'expression « allergie au froid » parle à tout le monde, mais elle est imparfaite. Médicalement, on parle plutôt d'urticaire au froid, une forme d'urticaire déclenchée par un stimulus physique : la baisse de température au contact de la peau ou des muqueuses. Le médecin influenceur prend l'exemple d'une main retirée d'un seau d'eau glacée et observée pendant qu'elle se réchauffe. Il insiste aussi sur un point utile : la réaction peut survenir après une exposition à l'air froid, l'eau froide, la glace ou un objet très froid. Ce type d'exemple permet de visualiser le phénomène, mais une vidéo Instagram ne suffit pas à poser un diagnostic. Sur le plan biologique, les symptômes sont liés à l'activation de cellules immunitaires présentes dans la peau, notamment les mastocytes, avec libération d'histamine et d'autres médiateurs inflammatoires. C'est ce qui peut entraîner des plaques en relief, des démangeaisons ou un gonflement localisé. En revanche, le mécanisme précis expliquant pourquoi le froid déclenche cette réaction chez certaines personnes reste incomplètement compris. Autre nuance importante : une simple baisse de température ne provoque pas ce phénomène chez tout le monde. L'urticaire au froid concerne uniquement les personnes qui y sont sensibles. Les lésions apparaissent généralement après l'exposition, parfois au moment du réchauffement, puis régressent le plus souvent en moins de deux heures lorsque la source froide est évitée.

### *Les signes à connaître et les bons réflexes*

Les manifestations les plus fréquentes restent cutanées. Elles peuvent ressembler à une poussée d'urticaire classique : plaques rouges ou rosées, papules, démangeaisons, sensation de picotement, gonflement local. Les symptômes peuvent aller de petites éruptions et picotements à des gonflements plus marqués, notamment des lèvres, avec dans certains cas une atteinte plus sévère. Chez les personnes concernées, les déclencheurs possibles sont variés : Sortir par temps froid ou venteux ;

Mettre les mains dans de l'eau froide ; Tenir un objet glacé ;

Boire ou manger quelque chose de très froid ;

S'immerger dans une eau froide, situation particulièrement à risque. La plupart des poussées sont limitées à la peau. Mais une réaction générale sévère est possible, notamment lors d'une immersion en eau froide. Les signes qui doivent faire demander une aide médicale urgente sont un malaise, une gêne respiratoire, un gonflement de la gorge ou de la langue, une réaction généralisée après exposition au froid ou une sensation de perte de connaissance imminente. Si ces épisodes se répètent, le bon réflexe est d'en parler à un médecin, plutôt que de tenter de reproduire la réaction avec un seau d'eau glacée. Le diagnostic et l'évaluation du risque doivent être faits dans un cadre médical, surtout en cas d'antécédent de malaise, de gonflement du visage ou de réaction étendue./ doctissimo.fr/

# Santé après 60 ans: découvrez les 6 vitamines clés à privilégier pour éviter les carences et protéger votre cœur

Fatigue, baisse de mémoire ou fragilité osseuse ne sont pas une fatalité. Avec les bons apports en vitamines, vous pourrez retrouver énergie et équilibre. Voici les nutriments à privilégier pour bien vieillir et rester en pleine forme.

### *Bien vieillir après 60 ans : les 6 vitamines clés pour préserver votre santé et votre énergie*

Les besoins nutritionnels évoluent à partir de 60 ans. Certaines vitamines deviennent alors essentielles pour compenser la baisse naturelle de l'absorption intestinale et le ralentissement du métabolisme. Elles contribuent à la prévention de maladies chroniques liées à l'âge, comme l'ostéoporose ou les troubles cardiovasculaires, et soutiennent les fonctions cognitives.

### *Les 4 vitamines que vous ne devez surtout pas négliger*

Vitamine A : elle aide à maintenir une bonne vision, notamment nocturne, et prévient des problèmes oculaires liés à l'âge comme la dégénérescence maculaire. Elle renforce également le système immunitaire et favorise la santé de la peau en participant à la régénération cellulaire ;

Vitamine B12 : indispensable à la production de globules rouges, elle prévient l'anémie, fréquente chez les personnes âgées. Elle soutient aussi la mémoire et la concentration.

Vitamine B9 (acide folique) elle participe à la formation du sang et à la régulation du système nerveux. En réduisant les niveaux d'homocystéine, elle contribue à limiter les risques cardiovasculaires et soutient l'équilibre émotionnel

Vitamine C : elle stimule le système immunitaire, aide à lutter contre les infections et favorise la production de collagène, essentiel pour la peau et les articulations.// doctissimo.fr/

## Ligue arabe

# L'occupation sioniste a détruit plus de 90% des bâtiments scolaires et universitaires à Ghaza




La Ligue arabe a mis en garde dimanche contre la poursuite de l'agression sioniste dans la bande de Ghaza et souligné que les forces d'occupation ont détruit plus de 90% des bâtiments scolaires et universitaires du territoire, entraînant la paralysie du processus éducatif et la transformation de nombreuses écoles en centres d'accueil pour les déplacés.
Cette déclaration a été faite par Fayed Moustafa, secrétaire général adjoint de la Ligue arabe et chef du secteur de la Palestine et des territoires arabes occupés, lors de la 35e réunion conjointe des responsables de l'éducation de l'Office de secours et de travaux des Nations unies pour les réfugiés de Palestine (UNRWA) et du Conseil des affaires éducatives des enfants palestiniens, dans le cadre de sa 94e session, tenue au siège du Secrétariat général de la Ligue arabe au Caire.
Il a indiqué que l'UNRWA avait réussi à reprendre ses services éducatifs au profit de plus de 250.000 élèves dans la bande de Ghaza depuis septembre dernier, tout en assurant un enseignement à distance pour les autres élèves.
Fayed Moustafa a également salué les efforts déployés par le personnel des établissements éducatifs relevant de l'Agence, malgré les conditions particulièrement difficiles, et souligné par ailleurs que l'agression sioniste se poursuivait dans la bande de Ghaza malgré le cessez-le-feu, ainsi que les restrictions imposées à l'entrée de l'aide humanitaire et des matériaux nécessaires à la reconstruction.
Il a également évoqué l'intensification des incursions, de la colonisation et des démolitions d'infrastructures en Cisjordanie occupée, des pratiques qui entraînent également des perturbations du processus éducatif.
Le responsable a appelé à l'"élaboration d'un plan clair pour soutenir le secteur de l'éducation en Palestine" et à "la mobilisation d'un soutien politique et financier en faveur de l'UNRWA", afin de garantir la continuité de ses services aux réfugiés palestiniens dans ses cinq zones d'opérations. Il a enfin réaffirmé le soutien de la Ligue arabe à l'agence onusienne, son rejet de toute atteinte aux droits de ses employés, ainsi que l'importance du rôle de l'UNRWA dans la reconstruction de la bande de Ghaza, ravagée par plus de trois ans de génocide sioniste.

# L'ambassade de l'Etat de Palestine en Algérie commémore le 38e anniversaire de la proclamation de l'Etat de Palestine



L'ambassade de l'Etat de Palestine en Algérie a commémoré, dimanche, le 38e anniversaire de la proclamation de l'Etat de Palestine et le 22e anniversaire du décès en martyr du dirigeant emblématique Yasser Arafat.
Dans une allocution prononcée à cette occasion, l'ambassadeur de l'Etat de Palestine en Algérie, M. Fayez Abu Aita, a indiqué que la proclamation de l'Etat palestinien depuis l'Algérie par le défunt martyr Yasser Arafat restera "un tournant décisif dans l'histoire du peuple palestinien", réaffirmant l'attachement à l'engagement pris par les Palestiniens de poursuivre leur lutte jusqu'à la victoire et l'indépendance.
L'ambassadeur palestinien a également retracé le parcours du défunt Yasser Arafat, saluant son rôle dans le passage de la cause palestinienne "de la réalité de l'exil et des camps de réfugiés aux rangs de la révolution et de la lutte, ainsi que dans la conduite du peuple palestinien aux différentes étapes de son combat".
Il a également évoqué les conditions difficiles dans lesquelles vit le peuple palestinien, qu'il a qualifiées des plus éprouvantes, face à la poursuite de l'agression sioniste et du génocide dans la bande de Ghaza, où les populations vivent sous des tentes, à l'intensification des attaques des colons en Cisjordanie, ainsi qu'aux violations répétées perpétrées à Al-Qods occupée.
A cette occasion, l'ambassadeur a exprimé la reconnaissance du peuple palestinien pour les positions constantes de l'Algérie en faveur de sa cause et pour son soutien indéfectible à toutes les étapes de sa lutte.
Au terme de son allocution, M. Abu Aita a réaffirmé la détermination à poursuivre la voie des martyrs et à rester fidèles à leurs sacrifices jusqu'à la réalisation des aspirations du peuple palestinien à la liberté, à l'indépendance et à l'établissement de son Etat indépendant avec Al-Qods pour capitale.

## Afflux de migrants vers Ceuta

# Un rapport révèle l'implication de 18 hauts responsables marocains

Un nouveau rapport du Centre national espagnol des migrations et des frontières (CENIF) a révélé l'implication de 18 responsables marocains dans l'afflux massif de migrants marocains dans l'enclave espagnole de Ceuta les 30 et 31 juillet dernier, a rapporté le quotidien espagnol El Independiente, affirmant que cette prise d'assaut a été "planifiée et organisée" par les autorités de Tanger.
La même source a expliqué que ce nouveau rapport, remis par les enquêteurs à la juge Maria Tardon de l'Audience nationale espagnole, s'appuie sur les témoignages de 81 migrants marocains, les transcriptions de leurs entretiens, ainsi que l'analyse de photographies documentant les moments les plus critiques des événements, comprenant des noms de hauts responsables de la sécurité, d'autorités civiles et de fonctionnaires à différents niveaux de l'administration marocaine, parmi lesquels le wali de Tétouan, Mohamed El Oualidi, et le wali de la région de Tanger-Tétouan-Al Hoceima, Younes Tazi.
Le Centre espagnol a affirmé, à ce sujet, que la prise d'assaut de l'enclave espagnole de Ceuta n'était pas un incident spontané, mais une opération planifiée et organisée, soulignant la présence simultanée de responsables de différentes structures de sécurité marocaines, dont certains occupent des postes de direction et de coordination lors du passage de la frontière vers Ceuta, au cours duquel 83 migrants marocains ont perdu la vie, a ajouté le journal.
Pour rappel, la Direction générale espagnole du renseignement avait remis, au début du mois en cours, un rapport au juge d'instruction de l'Audience nationale identifiant deux hauts responsables de la sécurité marocaine qui donnaient des instructions aux migrants à leur entrée dans la ville. Il s'agit d'El Oualidi lui-même et du chef de la sécurité de M'diq-Fnideq, Abdel Fattah Sayed Radi.
Le Centre a ajouté les noms d'autres responsables de la police marocaine à la liste et a également interpellé les autorités civiles locales, notamment le gouverneur, le préfet de M'diq-Fnideq, le pacha de Fnideq, ainsi que les élus et responsables locaux.
D'après ce nouveau rapport, les enquêteurs avaient rédigé jusqu'à la date du 29 octobre dernier, 13 procès-verbaux (PV), identifié des individus grâce à des photographies et recoupé ces PV avec des images des événements, les bases de données de la police et des publications circulant sur les réseaux sociaux et dans les médias marocains.

## Espagne

# Le Makhzen de nouveau "épinglé" sur la qualité de ses produits halieutiques

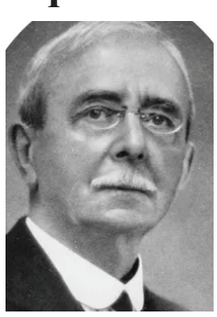
Les autorités espagnoles ont émis une nouvelle alerte sanitaire après la détection d'histamine dans une cargaison de maquereau congelé en provenance du Maroc.
Il s'agit de la deuxième alerte en l'espace de dix jours, après l'interception par les autorités lettones d'une autre cargaison du même poisson en raison de dépassements des seuils autorisés de cette substance.
Selon les données du système européen d'alerte rapide pour les denrées alimentaires et les aliments pour animaux (RASFF), l'alerte espagnole a été enregistrée le 12 de ce mois sous la référence 2026.10058, et concerne du maquereau congelé de l'espèce Scomber colias, en provenance du Maroc, classé comme niveau "grave".
Les autorités lettones avaient annoncé, début novembre en cours, l'interception, à la frontière, d'une cargaison de maquereau marocain, après que les analyses avaient révélé des concentrations d'histamine de 1.518, 869 et 219 milligrammes par kilogramme, contre une limite de 200 milligrammes par kilogramme retenue lors du contrôle, ce qui amène à dire que la concentration la plus élevée dépassait ainsi le seuil autorisé d'environ 7,6 fois. L'histamine constitue un risque sanitaire bien connu, notamment dans certaines espèces de poissons telles que le maquereau, la sardine et le thon, où la substance se forme sous l'effet de l'activité bactérienne lorsque les conditions de conservation ne sont pas appropriées. Sa consommation à des concentrations élevées peut provoquer des intoxications alimentaires accompagnées de rougeurs cutanées, de maux de tête et de troubles digestifs.
Trois alertes concernant des produits de la mer en provenance du Maroc et destinés au marché européen avaient déjà été enregistrées en Espagne au cours du mois d'octobre dernier, portant ainsi à quatre le nombre d'alertes signalées dans ce pays et à cinq à l'échelle européenne.
En août dernier, les autorités russes avaient également interdit la commercialisation d'une cargaison de 25 tonnes de maquereau congelé en provenance du Maroc et destinée à la région de Kaliningrad, en raison d'irrégularités dans les documents vétérinaires qui l'accompagnaient.
Le certificat vétérinaire fourni ne correspondait pas au modèle exigé par les autorités russes.
Le rejet de produits marocains par plusieurs pays continue ainsi de marquer le paysage commercial international, sur fond caractérisé par la persistance du régime du Makhzen à ne pas respecter les réglementations commerciales européennes fondées sur les exigences strictes en matière de sécurité, de qualité et de conformité.
Des experts économiques estiment que la multiplication des alertes européennes concernant des produits en provenance du Maroc, en raison de la présence de substances interdites au niveau international, constitue un coup dur pour le régime du Makhzen et pour l'image de "partenaire commercial privilégié" que le Maroc a longtemps tenté de promouvoir sur le marché européen, au détriment de la santé publique et de l'environnement.

## Dans le monde un 17 Novembre

- 2018 : En France, le mouvement protestataire des Gilets jaunes rassemble 287 710 manifestants dans tout le pays selon le ministère de l'Intérieur.
- 2016 : la mission Soyouz MS-03 part en direction de la Station spatiale internationale.
- 2015 : Entrée en fonction du gouvernement Ciolo?, nouveau gouvernement roumain composé à la demande du président Klaus Iohannis, à la suite de récents incidents connus dans le pays.
- 2013 : cinquante personnes trouvent la mort, lors d'un accident aérien à l'aéroport international de Kazan, en Russie.
- 2005 : Le prince Albert II est intronisé à la tête de la principauté de Monaco.
- 2004 : Non-lieu prononcé par la cour d'appel de Paris dans l'affaire dite des "frais de bouche" du couple Chirac.
- 1998 : Le footballeur français Jean Pierre Papin prend sa retraite.
- 1994 : L'action Renault est introduite en Bourse, dans le cadre de la privatisation partielle du premier constructeur automobile français.
- 1993 : La France éliminée de la coupe du monde 94 par la Bulgarie (2-1).
- 1989 : Répression de la manifestation des étudiants à Prague qui déclenche la chute du régime communiste.
- 1986 : Assassinat de Georges Besse, PDG de Renault, revendiqué par Action Directe.
- 1985 : En Colombie le volcan Nevado del Ruiz entre en éruption et tue 20 000 personnes.
- 1975 : Le prix Goncourt est attribué à Emile Ajar, pseudonyme derrière lequel se dissimule l'écrivain Romain Gary, pour "La vie devant soi".
- 1972 : Retour du général Peron en Argentine après 17 ans d'exil.
- 1971 : Le journal de Hara-Kiri cesse de paraître.
- 1970 : un brevet est attribué à Douglas Engelbart pour la première souris informatique.
- 1958 : sortie de la chanson The Chipmunk Song, marquant la naissance d'Alvin et les Chipmunks.
- 1869 : Inauguration du canal de Suez par l'impératrice Eugénie.
- 1810 : La Suède déclare la guerre à l'Angleterre.
- 1558 : La fille d'Henri VIII, Elisabeth 1ere, devient reine d'Angleterre. Au cours de son règne, la Grande Bretagne s'impose comme puissance dominante en Europe./isere-annuaire.com/

## Sir Charles Scott Sherrington physiologiste britannique

Sir Charles Scott Sherrington (né le 27 novembre 1857 à Londres , en Angleterre, décédé le 4 mars 1952 à Eastbourne , dans le Sussex) était un physiologiste anglais dont les 50 années d'expérimentation ont jeté les bases d'une compréhension de la fonction nerveuse intégrée chez les animaux supérieurs et lui ont valu (avec Edgar Adrian ) le prix Nobel de physiologie ou médecine en 1932.
Sherrington fit ses études au Gonville and Caius College de Cambridge (licence en 1883) ; à la faculté de médecine de l'hôpital St. Thomas , où il obtint son diplôme en 1885 ; et à l' université de Berlin , où il travailla avec Rudolf Virchow et Robert Koch . Après avoir été maître de conférences à l'hôpital St. Thomas, il fut successivement professeur aux universités de Londres (1891-1895), de Liverpool (1895-1913) et d'Oxford (1913-1935). Il fut nommé membre de la Royal Society en 1893 et ??en fut le président de 1920 à 1925. Il fut anobli en 1922. Travaillant sur des chats, des chiens, des singes et des grands singes privés de leurs hémisphères cérébraux , Sherrington a découvert que les réflexes doivent être considérés comme des activités intégrées de l'organisme total, et non comme le résultat de l'activité d'« arcs réflexes » isolés, une notion alors acceptée. La première preuve majeure en faveur de l'« intégration totale » fut sa démonstration (1895-1898) de l'« innervation réciproque » des muscles, également appeléeLoi de Sherrington : lorsqu'un ensemble de muscles est stimulé, les muscles s'opposant à l'action du premier sont simultanément inhibés . Dans son œuvre classique,Dans L'action intégrative du système nerveux (1906), il distingue trois groupes principaux d'organes sensoriels :extéroceptifs, tels que ceux qui détectent la lumière, le son, l'odeur et les stimuli tactiles ;intéroceptif, illustré par les récepteurs gustatifs ; etproprioceptifs , ou récepteurs qui détectent les événements se produisant à l'intérieur de l'organisme. Il a découvert, notamment dans son étude du maintien de la posture comme activité réflexe , que les propriocepteurs musculaires et leurs troncs nerveux jouent un rôle important dans l'action réflexe, en maintenant l'animal en position verticale contre la force de gravité, malgré l'ablation du cerveau et la section des nerfs sensoriels tactiles de la peau./fr.wikipedia.org/



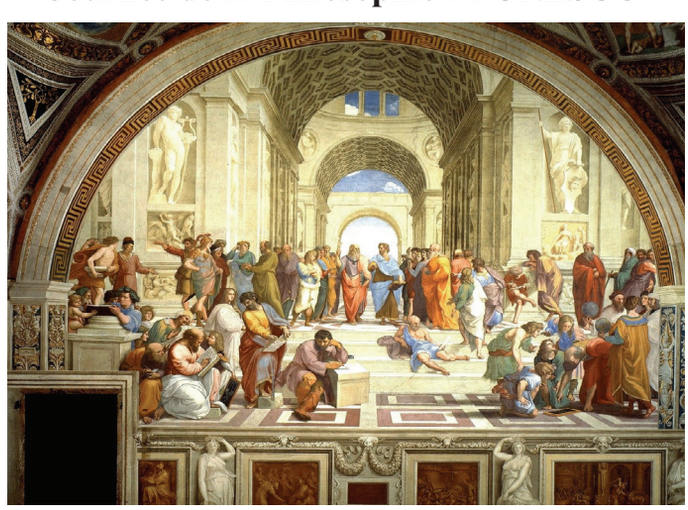
## Le saviez-vous?

### Notre température corporelle baisse quand nous regardons d'autres personnes mettant leurs mains dans l'eau froide !

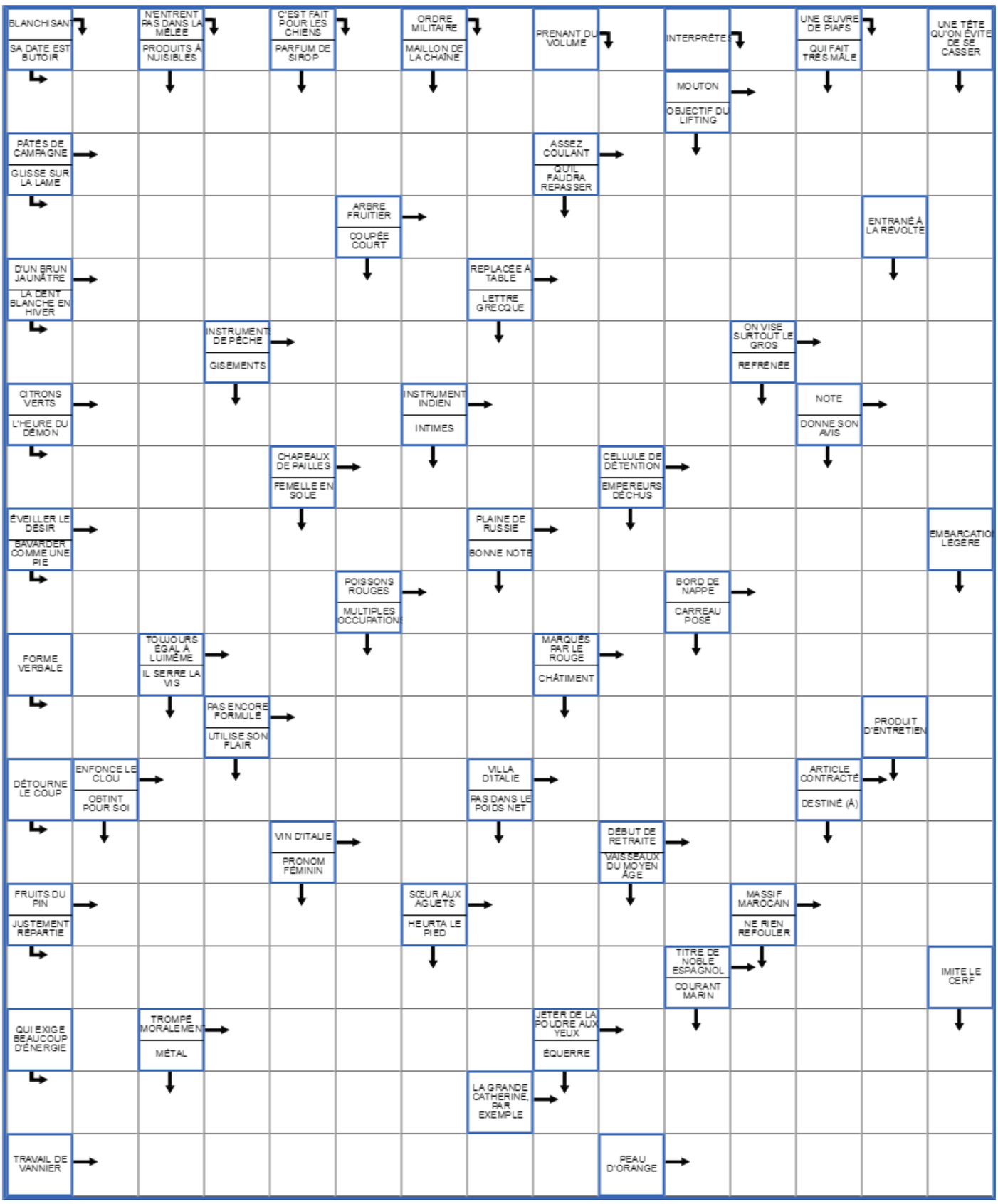


Les chercheurs de l'université de Sussex, en Angleterre, ont découvert un nouveau phénomène qui l'ont nommé « contagion de la température ». En effet, regarder une autre personne frissonner peut faire baisser notre propre température corporelle. Les volontaires qui ont participé a l'étude ont subi une chute simultanée de la température de leurs propres mains quand ils ont regardé des vidéos d'acteurs plongeant leurs mains dans l'eau glacée. Selon le neuroscientifique Neil Harrison, de l'Université de Sussex, le fait de regarder des personnes dans des conditions extrêmes déclenche un sentiment d'empathie. « Nous croyons que ce mimétisme de la réponse corporelle des gens nous aide à comprendre comment ils se sentent », a-t-il déclaré. « Imiter une autre personne est censé nous aider à créer un modèle interne de leur état physiologique que nous pouvons utiliser pour mieux comprendre leurs motivations et comment ils se sentent »./lesaviezvous.net/

## Journée de la Philosophie à l'UNESCO



Cette journée est organisée, chaque année, par l'UNESCO. Elle met en avant le rôle que joue la philosophie dans notre quotidien. Elle permet d'avoir une réflexion au près d'un large public.
Et d'autant plus dans des pays où la philosophie n'est pas abordée en études supérieures.
Une réflexion, un monde
Près de 70 pays participent à cette journée, ainsi qu'une centaine de philosophes et de personnalités d'horizons, de langues et de cultures différentes. Une grande variété de thèmes et d'activités sont abordés (tables rondes, conférences, cafés philosophiques, événements artistiques et expositions de livres)…
Pourquoi ? Par la philosophie, nous avons un esprit critique sur notre société et nous nous interrogeons sur les problèmes auxquels le monde est confronté. Nous luttons contre toutes les sortes de racismes, d'intolérances, de fondamentalismes… Elle nous confère les outils dont nous avons besoin pour développer une pensée indépendante.
Journée à date variable
Cette journée est célébrée le 3ème jeudi de novembre... comme le Beaujolais Nouveau. De là à imaginer une relation de cause à effet, il n'y a qu'un pas que nous ne franchirons pas... telle est notre philosophie./journee-mondiale.com/




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

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

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

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







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