Deux ans de prison pour mise en danger de la vie d'un enfant

Page 24

EDUCATION NATIONALE

Arrestation de 10 personnes pour diffusion de sujets du bac

Page 3

LE JEUNE INDEPENDANT

N° 5810 - MERCREDI 21 JUIN 2017

www.jeune-independant.net direction@jeune-independant.net

PROCÈS CONTRE LE JOURNAL *LE MONDE*

Le Président Bouteflika retire sa plainte pour diffamation

Page 2

IL DEVRA RÉPONDRE À 230 DÉPUTÉS APRÈS LA PRÉSENTATION DE SON PLAN D'ACTION

LE GRAND ORAL DE TEBBOUNE

Deux cent trente députés issus de plus d'une dizaine de partis, dont ceux de la majorité présidentielle, se sont inscrits pour prendre la parole en plénière durant le débat sur le plan d'action du Premier ministre Abdelmadjid Tebboune présenté hier, tard dans la soirée, à l'APN. Le temps imparti pour chaque intervention a été fixé à 5 minutes. La réponse du Premier ministre interviendra jeudi ou vendredi avant le vote final. Tebboune est donc attendu pour le grand oral de son plan d'action axé sur le renforcement du pouvoir d'achat du citoyen et le rejet de toutes formes d'endettement extérieur ou le recours au FMI.

Page 2



EN HAUSSE SUR LES 5 PREMIERS MOIS DE L'ANNÉE

LA FACTURE ALIMENTAIRE FRÔLE 4 MDS USD

Les importations de produits alimentaires ont augmenté à 3,8 milliards de dollars sur les cinq premiers mois de l'année, contre 3,36 milliards durant la même période de l'année dernière, soit une hausse de près de 13%. Cela au moment où le déficit de la balance commerciale du pays ne cesse de se creuser, en s'établissant à près de 4 milliards de dollars durant la période de référence, même s'il a été marqué par une légère amélioration.

Page 3



QUOTIDIEN NATIONAL D'INFORMATION FONDÉ LE 28 MARS 1990 — ISSN 1111-0115. PRIX : ALGÉRIE 10 DA, FRANCE 1 EURO

SUITE AUX ATTAQUES TERRORISTES CONTRE UN CAMP MILITAIRE ET UN CAMPEMENT

L'Algérie exprime sa solidarité avec le Mali

L'ALGÉRIE a exprimé sa solidarité avec le peuple et le gouvernement maliens suite aux attaques terroristes perpétrées contre un camp militaire à Bintagoungou et le campement Kangaba à Bamako, se disant «convaincue» que cette stratégie de terreur se heurtera à la détermination des Maliens de continuer l'œuvre de la réconciliation et de l'édification nationale. «Le Mali a vécu ces derniers jours une recrudescence des actes terroristes, révélateurs des tentatives funestes des auteurs de compromettre la marche des Maliens vers la paix et la stabilité», a indiqué lundi le porte-parole du ministère des Affaires étrangères, Abdelaziz Benali Chérif, dans une déclaration à l'APS, suite aux attaques terroristes perpétrées respectivement le 17 juin contre un camp militaire à Bintagoungou et le 18 juin contre le campement Kangaba à Bamako. «Autant l'attaque contre un camp militaire de Bintagoungou que celle perpétrée hier contre le campement Kangaba sont l'illustration de la volonté des forces obscurantistes à fragiliser le processus de paix au Mali», a souligné le porte-parole du MAE. Et d'ajouter : «Alors que la paix fait face à ces attaques meurtrières, nous exprimons notre solidarité avec le peuple et le gouvernement maliens frères, tout comme nous assurons de notre sympathie les familles des victimes». «Nous demeurons convaincus que cette stratégie de la terreur se heurtera à la détermination de l'ensemble des composantes maliennes à continuer l'œuvre de la réconciliation et de l'édification nationale.», a affirmé le porte-parole du MAE.

S. N.



LE PLAN D'ACTION PRÉSENTÉ HIER EN DÉBUT DE SOIRÉE DEVANT LES DÉPUTÉS

Une pléthore d'interventions de la majorité présentielle

Deux cent-trente (230) députés issus de plus d'une dizaine de partis, dont ceux de la majorité présidentielle, se sont inscrits pour prendre la parole en plénière durant le débat sur le plan d'action du Premier ministre Abdelmadjid Tebboune présenté hier, tard dans la soirée, à l'Assemblée nationale.



Le temps imparti pour chaque intervention a été fixé à 5 minutes. La réponse du Premier ministre interviendra jeudi ou vendredi comme dernier délai avant le vote final. L'Assemblée nationale qui a repris, mardi dernier en plénière ses travaux consacrés à un seul point inscrit à l'ordre du jour, à savoir la validation des vice-présidents qui composent le bureau de l'Assemblée, conformément au règlement intérieur. L'élection de neuf (9) vice-présidents, à savoir Djamel Bouras, Mohamed Messaoudja, Abdelkader Hadjoudj, Laïb El Hadj, BoudjemaaTerchi, Amine Senouci, Fouzia Bensahnoune, Ismaïl Mimoune et Mohamed Abi Ismaïl au cours d'une séance à laquelle étaient présents 436 députés a été validée sur 462. Ces députés sont issus des groupes parlementaires, à savoir le groupe du FLN, le groupe du RND, le groupe de l'Alliance du Mouvement de la société pour la paix (MSP) et le groupe parlementaire des indépendants. La validation des vice-présidents par l'APN constituait un préalable organique à la légitimation du bureau de l'APN, ce qui ouvre, du coup, la voie au Premier ministre Abdelmadjid Tebboune pour présenter devant les députés sa déclaration de politique générale.

L'OPPOSITION À L'AFFÛT

La mouture du plan d'action du gouvernement sera axée sur le renforcement du pouvoir d'achat du citoyen et le rejet de toutes formes d'endettement extérieur ou le recours au FMI. Tebboune préconise l'implication et l'encouragement des potentialités nationales en matière de production locale pour diminuer les importations, synonyme de transfert des devises en dehors du pays et l'intégration totale du secteur national privé dans la machine de l'économie nationale. Dans ce cadre, le gouvernement compte lui accorder toutes les facilitations nécessaires pour son émergence, dans la transparence et loin de toute forme d'ambiguïté. Le plan gouvernemental axera également son action sur l'équilibre budgétaire, la rationalisation des dépenses de l'Etat, en vue de pérenniser la croissance économique.Absente dans l'échiquier politique, dominé par les deux grands partis, le FLN et le RND, l'opposition compte s'exprimer dans l'hémicycle. Le Premier ministre bien qu'il sera soutenu par la majorité parlementaire composée du FLN, du RND, de TAJ, du MPA, du patronat (FCE) et du syndicat l'UGTA, doit se préparer à faire face aux critiques. Louisa Hanoune, la SG du PT, a déjà donné un avant-goût du discours et des remarques que vont formuler les onze députés que compte sa formation à la chambre basse du Parlement. Elle a également vivement critiqué le nouveau Code du travail qui va selon elle «précariser l'emploi et remettre en cause les acquis socioprofessionnels» de ces vingt dernières années. Les responsables du RCD, du FFS et les partis issus de la mouvance islamiste ont eux aussi vivement critiqué le nouveau Code du travail et les politiques successives des gouvernements. Le blocage de l'investissement productif va être aussi au cœur des débats lors de cette plénière qui s'annonce chaude.Le RND compte voter en faveur du programme du gouvernement. Le bureau national du RND a salué le contenu du plan d'action du gouvernement, jugeant qu'il «s'inscrit dans la mise en œuvre du programme du président de la République, tout en l'adaptant à la conjoncture financière difficile que traverse le pays». L'instance exécutive du RND charge ses députés de «participer avec force à la discussion du plan d'action du gouvernement et de voter à l'unanimité en sa faveur». Enfin, les salaires des députés seront régis à l'avenir par une loi organique qui tranchera définitivement la question en définissant, en toute transparence, les indemnités et autres avantages des députés.

Hocine Adryen

PROCÈS CONTRE LE JOURNAL LE MONDE

Bouteflika retire sa plainte pour diffamation

LE PRÉSIDENT Bouteflika a retiré sa plainte pour diffamation contre le journal français Le Monde, ont annoncé hier les avocats Chems-Eddine Hafiz et Basile Ader lors du procès au Tribunal correctionnel de Paris. Le dossier était bien ficelé et le procès était gagné d'avance par le plaignant, ont précisé les avocats à la presse qui ont relevé le geste fort du président de la République en direction de la presse, particulièrement pour le Monde.

La première audience procédurale et de fixation de la date du procès, rappelle-t-on, s'est déroulée le 3 juin 2016, au cours de laquelle les avocats des deux parties ont été informés par la juge de la date. La plainte a été déposée par les autorités algériennes au lendemain de la publication, le 5 avril 2016, par Le Monde d'un article intitulé «L'argent caché des chefs d'Etat» dans l'affaire «Panama papers», avec la photo du président Bouteflika en une, alors que dans l'article principal le nom du chef de l'Etat n'est aucunement évoqué et n'avait aucun lien avec l'affaire en question.

Le lendemain, le journal a publié en page 8 un entrefilet de quelques lignes en précisant qu'il s'agissait d'une erreur.

Le directeur du Monde, Jérôme Fenoglio, avait adressé une lettre, en date du jeudi 7 avril de la même année, à l'ambassade d'Algérie en France, dans laquelle il avait exprimé ses regrets pour le rapprochement malencontreux avec le président Bouteflika, dont le nom n'est pas mentionné dans les fichiers des Panama Papers.

Lors de la première audience, l'avocat du quotidien, Christophe Bigot, avait déclaré à la juge que la défense du journal n'a pas encore mûri ses arguments, ou façon de dire simplement qu'il n'existe aucun argument valable pour défendre l'auteur de la diffamation.

La partie plaignante réclamait, au titre de l'action publique, une condamnation du directeur du journal Le Monde à un euro symbolique pour diffamation, une publication judiciaire en première page du journal et une condamnation du prévenu et de la société éditrice à verser 10 000 euros qui serviront pour les frais de justice. **APS**

Le Jeune Indépendant du 21/06/2017/ANEP N° 517 757

SUR LES 5 PREMIERS MOIS 2017

Le déficit de la balance commerciale de l'Algérie réduit de plus de moitié

La balance commerciale de l'Algérie a accusé un nouveau déficit de 3,97 milliards de dollars (mds usd) sur les 5 premiers mois de l'année 2017.

Ce déficit et de moindre ampleur par rapport à la même période de 2016, où le déficit avait atteint 8,71 mds usd, indiquent les données des douanes. De janvier à mai 2017, les exportations ont augmenté à 15,7 mds usd contre 11,15 mds usd sur la même période de 2016, soit une hausse de près de 41 % correspondant à une augmentation de 4,54 mds usd, précise la même source. En revanche, les importations ont très légèrement diminué en s'établissant à 19,67 mds usd contre 19,86 mds usd 2016, soit une baisse de 0,98 % seulement entre les deux périodes comparées. Grâce au redressement des cours pétroliers, les exportations des hydrocarbures, ayant représenté 94,63 % du total des exportations, ont atteint 14,86 mds usd, soit une hausse de près de 43 % par rapport à la même période de 2016. Quant aux exportations hors hydrocarbures (qui ne représente que 5,4 % du montant global des exportations), elles ont augmenté à 843 millions usd, en hausse de près de 11 %. Les exportations hors hydrocarbures sont composées des demi-produits avec 620 millions usd (contre 585 millions usd), des biens alimentaires avec 161 millions usd (contre 116 millions usd), des produits bruts avec 30 millions usd (contre 31 millions usd), des biens d'équipements industriels avec 25 millions usd (contre 21 millions usd) et des biens de consommation non alimentaires avec 7 millions usd (même montant sur la même période de 2016). Pour ce qui est des importations, sur les 4 groupes des produits importés, 2 ont enregistré une baisse. Il s'agit des biens destinés à l'outil de production et les biens d'équipement.



LA FACTURE ALIMENTAIRE DÉPASSE LES 3 MDS USD

Les importations des produits alimentaires ont haussé à 3,8 mds usd contre 3,36 mds usd (hausse de près de 13 %), tandis que les biens de consommation non alimentaires ont augmenté à 3,41 mds usd contre 3,37 mds usd (+1,2 %). Par contre, les importations des biens destinés à l'outil de production ont reculé à 5,77 mds usd contre 6,37 mds usd (-9,35 %), et les biens d'équipement ont diminué à 6,68 mds usd contre 6,76 mds usd (-1,11 %). Sur les 19,67 mds usd d'importations enregistrées, des montants de 11,87 mds usd ont été payés par cash (60,34 % des importations), soit une hausse de 2,52 % des règlements par cash par rapport à la même période de 2016. Les lignes de crédit ont financé les importations à hauteur de 36,14 % pour un montant de 7,11 mds usd (en baisse de 4,7 %), tandis que les comptes en devises propres ont financé les importations pour un montant de 6 millions usd contre 3 millions usd (hausse de 100 %). Le reste des importations a été financé par le recours à d'autres moyens de paiements à hauteur de 685 millions usd (en baisse de 17,2 %).

L'ITALIE PREMIER CLIENT DE L'ALGÉRIE, LA CHINE SON PREMIER FOURNISSEUR

Les cinq premiers clients de l'Algérie, au cours de la période considérée, ont été l'Italie avec 2,6 mds usd d'exportations algériennes (16,6 % des exportations globales algériennes), suivie de l'Espagne avec 1,85 mds usd (11,81 %), de la France avec 1,83 mds usd (11,7 %), des Etats-Unis avec 1,49 mds usd (9,50 %) et des Pays-Bas avec 1,01 mds usd (6,43 %). Quant aux principaux fournisseurs de l'Algérie, la Chine est restée en tête avec 3,92 mds usd d'importations algériennes (près de 20 % des importations globales algériennes), suivie de la France avec 1,67 mds usd (8,5 %), de l'Italie avec 1,38 mds usd (7,03 %), de l'Allemagne avec 1,34 mds usd (6,8 %) et de l'Espagne avec 1,23 mds usd (6,24 %).

F. N.

PÉTROLE

La grande stagnation

LES OBSERVATEURS étaient curieux d'attendre l'ouverture avant-hier des séances après un week-end marqué par l'incertitude et des doutes sur la capacité des marchés à répondre aux nombreuses interrogations. Finalement, ce marché a tenu bon. La stagnation était visible dès l'ouverture, mais les cours restaient loin encore de l'équilibre. A cela, il faudra sans doute accuser les petites révisions des chiffres de l'OPEP et des faiblesses de la demande en Asie.

C'est ainsi que le WTI, la référence américaine du brut, prenait 13 cents à 44,87 dollars sur les contrats pour livraison en juillet au Nymex, alors que le Brent gagnait 40 cents juste au début de l'après midi d'hier, soit à 47,67 dollars. Selon un analyste du cabinet Mizuho Securities USA, il y aurait eu «un ajustement à la baisse des chiffres de la production de l'OPEP pour mai.», ajoutant qu'une «façon ou d'une autre, ils sont allés chercher des analystes supplémentaires pour qu'ils leurs fournissent des chiffres de l'offre».

Rappelons que le cartel, qui veut appliquer sévèrement son accord de limitation de la production du brut jusqu'en mars 2018, publie chaque mois des données de production sur des sources secondaires, jugées plus fiables que ceux que les membres déclarent. En fait, pour les experts du marché pétrolier, cette révision est arrivée au bon moment, car la demande commençait à montrer des signes inquiétants. Depuis quelques jours, des sources japonaises et indiennes alimentent ces inquiétudes sur la consommation des produits pétroliers dans ces pays, traditionnellement très demandeurs. Déjà que dans d'autres pays du continent asiatique évoquaient des reculs manifestes sur la demande de pétrole, et un ralentissement de la croissance.

Ces facteurs ont déterminé certainement l'ambiance générale très morose sur le marché. Le prix du brut a reculé en 20 jours, atteignant ses plus bas niveaux depuis sept mois, soit avant l'accord de Vienne. A New York, le baril a perdu 16,5% de sa valeur depuis le début de l'année. Mais, la stabilité d'hier constatée sur les cours s'expliquent par la hâte chez les investisseurs de profiter des prix bas par des achats à bon compte.

Mais, il n'y a pas que cela. La production américaine, en forte hausse depuis l'automne en raison des extractions de pétrole de schiste, sera également suivie de près. Chaque mercredi, on attend avec impatience la publication des données officielles de la part du Département de l'Energie sur le niveau des stocks et autres réserves des produits pétroliers et ses dérivés.

Au niveau de l'OPEP, on s'inquiète également de la hausse, non contrôlée, des productions du Nigéria et de la Libye, ces deux pays étant exemptés de quotas limités signés par le cartel et ses partenaires non affiliés. On pense que les libyens vont atteindre les 900.000 barils/jour d'ici quelques jours, d'ou les revendications pour que l'OPEP réajuste son accord de mai et revoit les seuils des quotas et des niveaux de production de chaque pays. Sinon, dans le marché, on constate toujours de l'abondance de brut et cela influe durablement sur les cours, qui auront d'immenses difficultés pour s'approcher de la barre psychologique des 50 dollars le baril.

H.Rabah

BATNA

Arrestation de 10 personnes pour diffusion de sujets du baccalauréat

LA SECTION de recherche de la Gendarmerie nationale de la wilaya de Batna a arrêté dix personnes qui seraient impliquées dans la diffusion des sujets du baccalauréat 2017, a-t-on appris hier auprès du groupement territorial de la Gendarmerie nationale.

L'opération a eu lieu sur la base de renseignements faisant état de la présence d'un groupe d'individus fréquentant un cybercafé à la cité 1 200 logements dans la ville de Batna, géré par le suspect âgé de 34 ans, a précisé la même source.

Le groupe d'individus procédait à des recherches sur les sujets du BAC (session juin 2017) qu'il imprimait et œuvrait à solutionner avant de dicter les réponses via le téléphone portable et la technique du bluetooth à des connaissances, candidats aux examens du baccalauréat, a-t-on détaillé.

Une patrouille, conduite par le commandant de la section de recherche de la Gendarmerie nationale, s'est dirigée vers le lieu suspect et a arrêté un groupe de personnes (6 femmes et 4 hommes) dont l'âge oscille entre 15 ans et 53 ans, et qui ont été transférées vers le siège de la section pour poursuivre l'enquête.

R. N.

NETCOM

3 tonnes de pains collectés depuis le début du mois de ramadhan



L'ENTREPRISE de nettoyage de la wilaya d'Alger Netcom a collecté trois tonnes de pains et 18 000 tonnes de déchets ménagers durant les premiers vingt jours du mois de ramadhan au niveau de 26 communes, a indiqué une responsable au sein de l'entreprise.

Nassima Yaakoubi, responsable de communication à l'entreprise Netcom, a déclaré à l'APS que la quantité de pain collecté durant cette période était de 3 tonnes, en recul de 25 % par rapport à la même période de l'année précédente.

D'autre part, les déchets ménagers collectés ont atteint 18 000 tonnes durant les premiers jours de ramadhan, à raison de 1 400 tonnes par jour (baisse de 20 % par rapport aux autres jours).

La même responsable prévoit une augmentation de la quantité des déchets collectés durant toute la durée du mois de ramadhan à 51 000 tonnes de déchets ménagers.

Afin de remédier à cette situation, Mme Yakoubi a rappelé toutes les mesures prises pour le bon déroulement de l'opération de collecte des déchets, du nettoyage des chaussées et des espaces publics, ajoutant que 4 500 agents, 368 camions et 170 camions tasseurs ont été mobilisés.

Mme Yakoubi a mis l'accent sur l'impératif de vulgariser le tri des déchets pour le recyclage, qui est une source vitale et importante pour à la réalisation de la croissance économique et la création de postes d'emploi au profit des jeunes. Le carton, le pain et le plastique sont, pour rappel, des matières récupérables et recyclables.

R. N.

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

ولاية تندوف

مديرية الطاقة

رقم التعريف الجبائي:NIF : 037010090517

AVIS D'ANNULATION DE L'ATTRIBUTION PROVISOIRE DU MARCHE
NIF : 037010090517

- Conformément aux dispositions de l'article 73 du décret présidentiel n° 15/247 du 16/09/2015, portant réglementation des marchés publics et des délégations de service public. Le Wali de Wilaya de Tindouf représenté par le directeur de l'énergie lance un avis d'annulation paru dans le quotidien « Eljazair» et « Le jeune Indépendant » en date du 24/04/2017 concernant **« raccordement en énergie électrique de trois (03) sites militaires à Tindouf ».**

- Lot 04 : Raccordement en MT/A l'unité ANP 26 RBA sur 11,330 Km à Hassi Nagua Tindouf.

- Attribuée à l'entreprise : Entreprise ABGHACHE Mohamed –Tindouf- avec montant : 18 841 898,92.

Délai d'exécution : 150 jours.

Le Jeune Indépendant du 21/06/2017/ANEP N° 516 140

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

ولاية الجزائر
الدائرة الادارية لحسين داي
بلدية القبة

إعلان

في إطار عملية التزفيت (revêtement des chaussées) التي ستقوم بها بلدية القبة على مستوى العديد من الطرقات بعد شهر رمضان فإننا نعلم المواطنين القاطنين بمحاذاة العناوين المذكورة أسفله و الراغبين في القيام بإشغال إيصال قنوات الصرف الصحي أو المياه الصالحة للشرب أن يباشروا بإيداع طلباتهم قبل البدء في عملية التزفيت في اقرب الآجال لدى مصلحة العمران من اجل التسريع في منح الرخص الخاصة بالأشغال.

الجدول الخاص بالطرقات و الشوارع المعنية بعملية التزفيت

Rue nacer agoulmine	شارع ناصر اوقلمين
Rue Farid zouioueche	شارع فريد زويش
Route principale de la cite BAG	الطريق الرئيسي لحي باق
Rue sid li larbi	شارع سيد علي العربي
Intersection rue sida li larbi et Intersection Farid zouioueche(rues B C D)	مفترق الطرق شارع سيد علي العربي و مفترق الطرق شارع فريد زويش
route l'hopital bachir mentouri	طريق مستشفى بشير منتوري
Cité afia (parking)	حي العافية (حظيرة)
Cité coopemad nord(parking)	حي كوبي ماد الشمالية (حظيرة)
Rue cimetiere garidi ENSTP intérieur-mosque	شارع مقبرة قاريدي
Cite garidi 2	حي قاريدي 2
Rue 4 jolivue	شارع 4 المنظر الجميل
Rue 5 jolie vue	شارع 5 المنظر الجميل
Route entre annassers nord (sorecal) vers la cité coopemad	طريق بين العناصر الشمالية (سوريكال) نحو حي كوبي ماد
Cit é des annassers nord sorecal y compris parking	حي العناصر الشمالية سوريكال بمافي ذلك حظيرة
Route principale de la cité 286 CNEP 2 eme tranche	الطريق الرئيس لحي 286 مسكن
Rue mohamed khaouerzmi	شارع محمد الخوارزمي
Rue bachir touhami	شارع بشير توهامي
Impasse Rue pasteur	شارع باستور
Rue des freres ferroum	شارع الاخوة فروم
Rue zemirli zoubir	شارع زميلي زوبير
Rue guissem moussa	شارع قويسم موسى
Rue badreddine redjimi	شارع بدر الدين رجيمي
Parc ben omar	حظيرة بن عمر
Rue fresres abdelslami	شارع الاخوة عبد السلامي
CW130	الطريق الولائي 130
Rue abdelkader allaoua	شارع عبد القادر علاوة
Rue mohamed cherifi	شارع محمد شريفي
Rue elkarez	شارع الكرز
Rue amar amari y compris impasse	شارع عمار عماري
Rue berber atmane	شارع بربار عثمان
Rue elzamakhchari	شارع الزمخشري
Rue larbi mansouri	شارع العربي منصوري
Route principale cooperatif marhaba	الطريق الرئيسي تعاونية مرحبا
Route principale haouche habki	الطريق الرئيسي حوش الحبقي
Rue zagate omar	شارع زقاط عمر
Rue omar boursas	شارع عمر بورصاص
Rue ben medakhene touhami	شارع بن مدخن توهامي
Rue oukil elhadj	شارع اوكيل الحاج
Rue fersadou	شارع فرصادو
Rue mohamed messaoudi	شارع محمد مسعودي
Rue hamraoui mohamed	شارع حمراوي محمد
Rue imam elboukhari	شارع إيمام البخاري
Rue mohamed djaouher	شارع محمد جوهر
Rue achour mihoubi	شارع عاشور ميهوبي
Rue de fes	شارع فاس
Rue nobel	شارع نوبل
Rue boualem mougad	شارع بوعلام موقاد
Rue abdelkrim moka	شارع عبد الكريم موكا

Le Jeune Indépendant du 21/06/2017/ANEP N° 516 148



GHARDAÏA

«Laylate Al-Quadr» à l'honneur

Depuis le début du mois de ramadhan, la wilaya de Ghardaïa connaît une animation particulière grâce aux riches programmes élaborés conjointement par la Direction des affaires religieuses, les APC de la wilaya et tout particulièrement les mosquées. Ferveur et piété marquent donc chaque soir cette fête religieuse.

Ainsi, les citoyens ont l'embarras du choix pour leurs soirées. Dans toutes les mosquées de la wilaya, richement illuminées pour la circonstance. Les fidèles viennent de plus en plus nombreux pour participer à des concours de meilleures psalmodie du Coran, pour prier et assister aux veillées religieuses au cours desquelles sont rappelés les bons principes de l'islam et sa théologie, ainsi que le chemin parcouru par notre prophète Mohamed – que le Salut et la paix soient sur lui) – et son œuvre gigantesque pour faire connaître le message divin dont il était porteur.

Trente jours durant, des foules nombreuses transforment les nuits paisibles en véritables moments de joie et de fête. De nombreuses activités meublent au mieux ces longues soirées. Que ce soit en famille ou entre amis, les Ghardaouis savent comment passer du bon temps après le f'tour. Les soirées deviennent ainsi encore plus longues que les journées.

Or, le mois de ramadhan touche à sa fin et l'Aïd-el-Fitr approche à grands pas. Cette année encore, les Algériens ont su profiter de leurs soirées. Leurs occupations demeurent variées. Une à deux heures après le f'tour, les rues se remplissent, et ce parfois jusqu'à l'aube. Par contre lorsque le soleil est sur le point de se coucher, pas un chat ne traîne dans les rues. C'est ramadhan !

A cette heure précise, les quartiers de Ghardaïa ressembleraient presque à des cités fantômes. On croirait être sorti à 5 heures du matin d'une journée ordinaire, on peut enfin vivre des instants paisibles, loin des bruits de voitures, des bus, des motos et des embouteillages qui parasitent la ville en permanence.

Mais suffira d'une ou deux heures pour que toutes les grandes villes, en particulier, se remplissent à nouveau.

En cette période, les couche-tard exploitent la nuit au maximum, et ils sont nombreux. A Ghardaïa, les routes deviennent congestionnées, particulièrement au niveau des carrefours. A partir de 22 heures, il faut compter au moins une demi-heure de plus que d'habitude pour s'y rendre. Il faut aussi s'attendre à être harcelé par une multitude de femmes, d'hommes et d'enfants subafricains qui profitent de l'embouteillage pour demander l'aumône aux automobilistes. Sur les rues commerçantes «Belghanem, Ibn Rostom, Ténière El-Makhzane», familles, amis et jeunes couples se baladent nombreux et dans une ambiance de sécurité sans pareille, comparativement aux sorties nocturnes le reste de l'année.



Après le f'tour trop varié et les tarawih, les cafés constituent à destination la plus prisée de ces nuits ramadhanesques. Certains proposent des jeux de société, d'autres s'adonnent à la belote, pratique particulièrement courante chez certains retraités ghardaouis. D'autres plus courageux, organisent des tournois de foot en salle après le f'tour, à l'exemple de celui qui a été fort bien organisé par les services de sécurité de la wilaya de Ghardaïa et qui a regroupé vingt équipes, en présence d'un nombre record d'hommes en bleu.

Certains espaces invitent des petits groupes de chants traditionnels, alors que d'autres, plus extravagants, choisissent de passer la soirée avec des contes et devinettes. Dans les magasins d'habillement, la clientèle est diverse. On en voit de tous les âges, parfois même des familles entières. Le coût de ce qui est proposé est le seul critère qui pousse une personne à aller dans tel endroit plutôt qu'une dans autre, répartissant ainsi les noctambules selon leur catégorie sociale. Il arrive que le prix d'un habit soit doublé dans certains lieux, peut-être en raison de la forte demande en cette période de préparatifs pour l'Aïd. A Ghardaïa, l'endroit phare de l'année est évidemment la rue Ibn Rostom, dite «Z'gag-Ejdid», où les magasins restent ouverts jusqu'à deux heures. Durant la dernière semaine du mois sacré, certains commerçants, pressés de voir grimper leur chiffre d'affaires, restent ouverts jusqu'à l'aube.

Par ailleurs, les nuits de ramadhan témoignent aussi d'un afflux massif vers les mosquées. Beaucoup préfèrent profiter de la nuit pour se rapprocher d'Allah (le Tout-Puissant) et s'y rendent pour la prière d'el-ichaa, les tarawihs et. Mais c'est la veille du 27e jour de ramadhan que les mosquées rassemblent les plus de fidèles afin de guetter «Laylate Al-Quadr».

Cependant, si certains aiment sortir, d'autres préfèrent passer la soirée à la maison. Dans cette catégorie, il y a ceux qui optent pour «quiam allaïl» (prières de la nuit), ce qui revient à faire la prière et à lire le Coran tout au long de la nuit.

Pour d'autres, c'est l'occasion d'inviter des membres de la famille. Les plus solitaires s'occupent du mieux qu'ils peuvent en attendant le s'hour avec évidemment les chaînes télévisées arabophones qui, comme toujours, en cette période regorgent de sitcoms et feuilletons.

Aissa Hadj Daoud

BEDOUI AFFIRME QU'ILS SONT LES BIENVENUS EN ALGÉRIE

Un fichier national des ressortissants africains en préparation



LE MINISTRE de l'Intérieur, des Collectivités locales et de l'Aménagement du territoire, Noureddine Bedoui, a réitéré l'accueil cordial de l'Algérie aux réfugiés de différentes nationalités africaines ainsi que leur prise en charge dans le respect des droits humains et des chartes internationales dans le domaine, soulignant qu'un fichier national est en cours de préparation en vue de leur recensement.

A une question relative au grand nombre de migrants africains en Algérie, le ministre a rétorqué que l'Algérie considère ces réfugiés, venant de pays en butte à des conditions difficiles, comme étant des invités qu'il faut prendre en charge au plan médical, social et psychologique, individuellement et en groupes.

Certains pays d'Afrique vivent dans des conditions difficiles à l'origine de la hausse du nombre des réfugiés, a ajouté M. Bedoui, soulignant la préoccupation du gouvernement algérien et son suivi minutieux de cette situation, notamment concernant les enfants et les femmes.

S'agissant de l'évacuation de ces migrants vers leur pays d'origine, il a signalé la réalisation auparavant d'opérations ayant permis le retour de ressortissants nigériens dans leur pays, faisant état de la poursuite des procédures en coordination avec les pays d'origine concernés, dans le respect des droits humains.

Le ministre de l'Intérieur, des Collectivités locales et de l'Aménagement du territoire a révélé, à l'occasion, la préparation en cours d'un fichier national pour recenser le nombre de migrants africains, de même que leur situation.

Il a signalé, en outre, la possibilité de leur emploi dans des chantiers de construction, entre autres, considérant que l'Algérie a un besoin de main-d'œuvre dans certains domaines.

S. T.

MÉDÉA

Veillée historique au musée régional du Moudjahid

UNE SÉRIE de conférences ont été programmées par le musée régional du Moudjahid, dans le cadre de ses activités en soirée pendant le mois du ramadhan, portant sur les défis de la communication moderne.

Animée par des enseignants universitaires, la veillée historique a permis de présenter quelques réflexions sur la problématique d'approche relative aux nombreux pans de la mémoire collective, et ce dans une démarche adaptée à la phase actuelle pour susciter l'intérêt des jeunes générations pour l'histoire nationale du pays.

La veillée a coïncidé avec la célébration des enfumades du Dahra, au cours desquelles plus de 1 500 personnes, femmes et vieillards, ont été assassinées dans les grottes de Ghar El-Frachiche en 1845, près de Mostaganem. Ces enfumades sont considérées comme les "ancêtres" de ce qu'on appellera plus tard les chambres à gaz, utilisées à grande échelle pendant la Seconde Guerre mondiale.

La veillée a été aussi l'occasion de célébrer la Journée nationale des condamnés à mort ainsi que la création des lignes Challe et Morice en 1959. Des dates représentant les principaux événements marquants du mois de juin durant la guerre de libération, selon le docteur Moussa Hissam, doyen de la faculté des sciences humaines et sociales à l'université Yahia-Farès de Médéa.

La communication moderne dans l'épidiascope des médias, qui a fait l'objet d'une intervention remarquée du Dr Mohamed Baghdad, doit obéir à de nouvelles exigences par l'adaptation du travail de recherche historique dans le nouveau contexte de production des médias, et ce en phase avec les desiderata des jeunes générations. Les jeunes souhaitent en effet ne plus être de simples spectateurs. Ils aspirent à devenir des acteurs du processus de construction de leur histoire. La révolution algérienne a besoin de s'adapter aux grandes mutations imposées par les nouvelles technologies de l'information et de la communication pour mieux faire passer le message et informer l'opinion publique, notamment les jeunes générations, selon le même orateur. La relation entre la mémoire et la recherche académique a été l'autre thème abordé par le Dr Abdessamed Toufik Mazari, qui a relevé un grand nombre d'erreurs rencontrées dans la production culturelle à propos de l'histoire de la Révolution. Il a cité, entre autres, le fait de baptiser certains endroits publics avec des noms de traîtres et d'ennemis de la révolution armée qui ont commis des crimes sur le peuple algérien.

N. B.

ZAKAT AL-FITR (AUMÔNE DE RUPTURE DU JEÛNE)



Zakat al-Fitr est une Sounna très recommandée et une aumône réclamée de tout musulman grand ou petit, homme ou femme, libre ou esclave. Ibn Omar a dit : « Le Prophète (sws) a institué la Zakat d'El-Fitr - rupture du jeûne de Ramadhan - de la valeur d'un Saâ' de dattes ou d'orge, due par tout musulman, libre ou esclave, grand ou petit, homme ou femme. » (Boukhari et Muslim). (N.T: la capacité du Saâ' du Prophète (sws) est estimée à 2,10 l).

Son but :

Elle purifie l'âme de ce qui l'aurait souillée pendant le jeûne, tel que bavardage et propos obscènes. Elle procure au pauvre de quoi manger le jour de l'Aïd et de s'abstenir de quémander. Ibn Abbas a dit : « Le Prophète (sws) a institué la Zakat Al-Fitr pour purifier l'âme du bavardage et des paroles licencieuses et pour donner à manger aux pauvres. » (Abou Dawoud, Ibn Maja et Al Hakem)

Zakat al-Fitr : quantité et nature

Sa quantité est évaluée à un « Saâ' «, qui mesure quatre fois la contenance des deux mains (environ 2,10 l) de la nourriture la plus généralement en usage dans la région, telle que blé, orge, dattes, riz, raisin sec, fromage, etc.

Abou Saïd a dit : « Du vivant du Prophète (sws) nous nous acquittions de la Zakat El-Fitr à raison d'un Saâ' de blé, d'orge, de fromage ou de raisin sec pour chaque membre de la famille, grand ou petit, libre ou esclave. » (Boukhari et Muslim.) Il n'est pas permis de la donner en dehors des produits alimentaires, même de l'argent qu'en cas de nécessité. Il n'a pas été rapporté que le Prophète (sws) l'eût accomplie en espèces, ses Compagnons non plus.

A partir de quand Zakat al-Fitr devient obligatoire et quand faut-il la donner

Elle devient obligatoire dès la veille de la fête de l'Aïd.

Quant au moment de sa remise il est comme suit :

Un temps admissible où il est possible de remettre cette Zakat un jour ou deux avant l'Aïd.

Un temps obligatoire préférentiel : c'est le jour même de l'Aïd depuis l'aube jusqu'avant l'accomplissement de la prière. C'est la recommandation du Prophète (sws)

Ibn Abbas a dit: « Le Prophète (sws) a institué cette Zakat comme purificatrice du bavardage et des propos indécents et pour donner à manger aux pauvres. Celui qui s'en acquitte avant la prière, elle sera pour lui agréée comme Zakat de Fitr, mais si elle est remise après la prière, elle sera considérée comme une simple aumône. »

Un temps obligatoire d'acquittement qui s'étend de l'accomplissement de la prière à l'infini.

A qui donner la Zakat :

C'et une aumône à donner comme toutes les autres, mais les pauvres y sont prioritaires, car le Prophète (sws) dit : «Épargnez leur la mendicité le jour de l'Aïd. »

De ce fait, les indigents y ont plus droit et on ne peut l'attribuer ailleurs que s'ils font défaut, ou qu'il y ait plus de nécessiteux qu'eux, ou que d'autres catégories en aient plus grand besoin.

Quelques remarques concernant cette Zakat:

La femme riche peut remettre sa Zakat à son mari pauvre et non le contraire, car elle est à sa charge.

Le pauvre qui n'a rien à manger ce jour-là est dispensé de cette aumône, Allah, exalté doit-Il, ne charge nulle âme au-dessus de ses moyens. Celui qui a une partie de nourriture, même petite, excédant celle de la journée de l'Aïd, peut la donner en Zakat. Elle lui suffit. Allah dit (sens du verset): « Craignez Allah autant que vous le pouvez. » (Coran 64/16)

Il est admis de partager une aumône entre plusieurs personnes et de remettre plusieurs aumônes à un seul pauvre. La loi n'a pas fait de restriction. Le musulman doit donner la Zakat El- Fitr là où il se trouve. Il n'est permis de la transférer que par nécessité. Il suit alors la règle générale de l'aumône.

Tiré du livre : La voie du Musulmans d'Abou Bakr Al-Djazairi. Source : islamweb.net

Signification, mérites et particularités de Laylat Al-Qadr (II)



En cette nuit, les anges et Ar-Rouh descendent, « c'est-à-dire que de nombreux anges descendent en cette nuit car elle est bénie, et ils descendent quand la bénédiction et la miséricorde d'Allah, Exalté soit-Il, descendent, tout comme ils descendent quand le Coran est récité, et ils entourent les cercles d'évocation (réunions où Allah, Exalté soit-Il est évoqué), et ils battent des ailes, par respect pour celui qui recherche sincèrement le savoir. »

(Cf. Tafsiir Ibn Kathiir, 4/531) Ar-Rouh, l'Esprit est Djibriil (Gabriel), , qui est appelé ainsi en signe de respect.

· Cette nuit est décrite comme étant la paix, c'est-à-dire qu'elle est une nuit de sécurité, car Satan ne peut y faire aucune mal, ni causer aucun dommage, comme Modjaahid l'a dit. (Cf. Tafsiir Ibn Kathiir, 4/531). En cette nuit, de nombreuses personnes sont sauvées du châtiment en raison de leurs actes d'adoration d'Allah, Exalté soit-Il.

· Sens du verset : « durant laquelle est décidé tout ordre sage, » (Coran 44/4) c'est-à-dire que les affaires de cette année sont envoyées aux anges qui inscrivent les décrets d'Allah, Exalté soit-Il : qui vivra, qui décèdera, la subsistance que les gens recevront, ce qui aura lieu jusqu'à la fin de cette année, chaque affaire est prescrite, et elle ne peut être modifiée ou changée. (Cf. Tafsiir Ibn Kathiir, 4/137-138). Tout cela est déjà connu par Allah, Exalté soit-Il, avant même qu'il ne soit inscrit, mais Il, Exalté soit-Il, fait connaître aux anges ce qui doit avoir lieu, et leur ordonne de faire ce qu'ils doivent faire. (Charh Sahiih Moulism de An-Nawawy, 8/57)

· Allah, Exalté soit-Il, pardonne les péchés passés de celui qui veille pendant cette nuit et prie, poussé par la foi et dans l'espoir d'obtenir la rétribution divine. D'après Abou Horayra, qu'Allah soit satisfait de lui, le Prophète (sws) a dit :

« Celui qui jeûne le mois de Ramadan avec foi et dans l'espoir d'obtenir la rétribution d'Allah, tous ses péchés passés lui seront pardonnés. Et Celui qui veille Laylat Al-Qadr (La Nuit du Destin) (en prière) avec foi et dans l'espoir d'obtenir la rétribution d'Allah, tous ses péchés passés lui seront pardonnés » (Boukhari et Mouslim)

La phrase 'avec foi et dans l'espoir d'obtenir la rétribution d'Allah' signifie croire en la promesse d'Allah, Exalté soit-Il, de récompenser celui qui passe cette nuit en veillée pieuse ne cherchant que la récompense divine et n'ayant aucun autre but ou objectif, tel que la vantardise, l'ostentation, … etc. (Fath Al-Baari, 4/251) Allah, Exalté soit-Il, a révélé une sourate entière au sujet de cette nuit dans laquelle Il, Exalté soit-Il, mentionne son honneur et sa grande valeur. C'est la sourate dans laquelle Il, Exalté soit-Il, dit (sens des versets) : « Nous l'avons certes, fait descendre (le Coran) pendant la nuit d'Al-Qadr. Et qui te dira ce qu'est la nuit d'Al-Qadr? La nuit d'Al-Qadr est meilleure que mille mois. Durant celle-ci descendent les Anges ainsi que l'Esprit (Djibril), par permission de leur Seigneur pour tout ordre. Elle est paix et salut (bienfait de la part d'Allah, Exalté soit-Il, pour Ses esclaves croyants) jusqu'à l'apparition de l'aube.» (Coran 97/1-5)

L'expression 'Et qui te dira ce qu'est la nuit d'Al-Qadr?' sert à attirer l'attention sur l'importance et la grande signification de cette nuit. 'La nuit d'Al-Qadr est meilleure que mille mois', comme mentionné auparavant, signifie qu'elle est meilleure que quatre-vingt-trois ans. Ceci est un grand mérite, dont personne ne comprend pleinement la grandeur à part le Seigneur des Mondes, Exalté soit-Il. Ceci encourage le Musulman à passer cette nuit en prière, et à faire cela dans le seul but d'obtenir la satisfaction d'Allah, Exalté soit-Il. Source : islamweb.net

LES FEMMES QUI ONT MARQUÉES LE MONDE MUSULMAN

Kubaba, reine d'Irak

Elle est la seule reine de la liste royale sumérienne, qui retrace l'histoire de la Mésopotamie. Kubaba aurait régné près de 100 ans à partir de 2420 avant Jesus Christ. Elle est la première reine de la troisième dynastie Kich. Kubaba aurait mené des campagnes militaires contre des armées qui convoitaient son territoire. Par la suite, elle a été considérée comme déesse reine de la ville antique de Karkemish. Elle représente également la divinité de la fertilité au sein des royaumes anatoliens.

Le chef Linda Larbi, uneFranco-Algérienne avertie passionnée de pâtisseries françaises et de gâteaux algériens, nous invite dans sa cuisine, son univers pour mieux nous transmettre le plaisir de son héritage culinaire familial algérien durant tout le mois sacré.

http://www.la-cuisine-de-mes-racines.com.



VELOUTÉ DE COURGETTES FACILE



Voici un Velouté de courgette facile et assez rapide à préparer il est enrichi de fêta et parfumé à la menthe, un mariage de saveurs surprenant ,un mélange très onctueux et savoureux qui peut se déguster au choix, chaud ou froid, et peut être servi en entrée avant un plat consistant, ou en faire un dîner complet accompagnée de croûtons de pain grillés et d'une bonne salade.

INGRÉDIENTS

-2 courgettes.
-2pommes de terre.
-200g de fêta.
-20feuilles de menthe.
-sel et poivre.

Procédé

-Pelez les pommes de terre et les courgettes , lavez-les et coupez les en tronçons.
-Déposez les légumes dans un autocuiseur et recouvrez d'un litre d'eau.
-Ajoutez 150g de fêta et les feuilles de menthe et puis salez et poivrez.
-Fermez l'autocuiseur et comptez 15minutes de cuisson après la rotation de la soupape.
-Mixez le tout, parsemez du reste de fêta émiettée et servez aussitôt

AUBERGINES FRITES (DANJAL MAKLI)



Danjal makli et sa sauce tomates (aubergines frites) est une entrée ou plutôt un plat végétarien très connue en Algérie cuisiné souvent en été , c'est des rondelles d'aubergine dégorgées de leur eau et puis fries dans de l'huile qu'on accompagne d'une sauce tomate fait maison parfumée au persil(et éventuellement du cumin), un délice de saison à savourer sans compter!

-Ingrédients: pour 6 personnes
-4 aubergines
-environ 10cl d'huile pour la friture
-Pour la sauce tomates:
-5 tomates fraiches
-1c à soupe d'huile d'olive
-2 gousses d'ail haché
-1cc de sucre en poudre
-persil
-sel et poivre
-un filet de jus de citron

-Préparation:
-Laver les aubergines et parer les cotés avec un couteau, à l'aide d'un économe éplucher en laissant un passage de peau sur deux
-Détailler les aubergines en rondelles plus ou moins épaisses et les faire dégorger avec du sel fin pendant 20min pour qu'elles rendent leur eau et puis éponger-les soigneusement avec un du sopalin
-Entre temps préparer la sauce tomates:
-Plonger les tomates dans de l'eau frémissante quelques minutes et émonder-les et puis retirer les graines et tailler-les en petit dès
-Dans une poêle mettre l'huile d'olive et l'ail faites revenir et puis ajouter les dès tomates, écraser éventuellement avec une fourchette et laisser cuire à feu doux pendant 10min, saler et poivrer
-Retirer du feu et ajouter le persil et le filet de jus de citron
-Frire les rondelles d'aubergines dans l'huile des deux côtés en les retournant et poser-les sur du sopalin
-Servir vos aubergines tièdes avec la sauce tomates.

MAKROUT EL LOUZ



Makrout el louz est un gâteau traditionnel algérien d'origine Algéroise a base d'amandes parfumé au citron enrobé de sucre glace, le Makrout el louz est une pâtisserie fine raffinée qu'on retrouve souvent sur les tablées des mariages et des baptêmes….

INGRÉDIENTS

500g d'amandes finement moulues
200g de sucre semoule
Zeste de citrons
3 à 4 œufs selon la taille
2 verres d'eau
1 verre de sucre
3 c-a-s d'eau de fleur d'oranger
1 c-a-s de maïzena
Sucre glace

Procédé

PRÉPARATION:

Mélanger les amandes et le sucre ainsi que le zeste et ajouter les œufs progressivement jusqu'a obtenir une pate non collante
Façonner un boudin et découper des losanges de 4cm de diamètre laisser sécher au moins 2h et puis faire cuire au four chaud a 170°c pendant 20min environ
Préparer le sirop, faites bouillir le sucre et l'eau pendant 15 min
Retirer du feu et ajouter la maïzena et l'eau de fleur d'oranger et mélanger vivement et laisser refroidir complètement
Tremper les Makrouts dans le sirop et puis poser-les sur une grille laisser égoutter et tremper-les dans un grand saladier de sucre glace et laisser-les quelques minutes et puis saupoudrer le dessus d sucre glace.

DOCTEUR MESSAOUDI - BENBOUALIA LYNDA *

LE CHOLESTÉROL EST UN LIPIDE QUI JOUE UN RÔLE TRÈS IMPORTANT DANS L'ORGANISME.

90% du cholestérol est destiné à la formation des membranes cellulaires il joue un rôle prépondérant dans la composition de certaines hormones (testostérone, œstrogènes, progestérone...), c'est un constituant de base des corticostéroïdes, hormones fabriquées par les glandes surrénales. C'est aussi un composant de notre système nerveux, il rentre dans la formation de la bile qui participe à l'absorbtion des graisses alimentaires et des vitamines liposolubles (vitamines A, D, E et K) au niveau de l'intestin. C'est alors qu'il ne faut pas se méprendre à dire que le cholestérol est nocif pour la santé, toutefois, on évitera l'hypercholestérolémie qui est un taux élevé de cholestérol dans le sang par rapport à une norme. Il existe deux sources de cholestérol: l'une (1/3) est exogène amenée par notre alimentation et l'autre (2/3) est endogène produite par le foie qui représente l'organe clé pour la régulation. L'hypercholestérolémie n'est pas une maladie en elle même mais, un trouble métabolique. Dans la trés grande majorité des cas la personne ne se plaint d'aucun symptôme, et l'anomalie est découverte lors d'un bilan sanguin fait de manière systématique ou lors d'une complication liée à l'athérosclérose, qui est l'expression d'un dépôt de graisses, appelée aussi plaque d'athérome qui peut évoluer avec le temps, se charger de lipides, de sang et de calcium, dans la partie interne (intima) des artères (artères coronaires, artères cérébrales, artères des membres inferieurs).Cet athérome peut grossir au fil du temps provoquant un durcissement et un manque d'élasticité des artères en diminuant leur calibre et par conséquent, baisserait le débit sanguin circulant dans celles ci. L'athérome est la cause prédominante des affections cardio-vasculaires, c'est un problème majeur de santé publique. Les complications dues à l'athérosclérose s'expriment à long terme par une hypertension artérielle, un infarctus du myocarde, une angine de poitrine, un accident vasculaire cérébral (AVC) une artérite des membres inferieurs ou quelques fois même une embolie pulmonaire. On parle de bon et de mauvais cholestérol, qui se rapportent en fait aux transporteurs du cholestérol ou lipoprotéines soit le HDL (bon) et le LDL (mauvais) fabriquées par le foie. Le HDL a un rôle positif dans l'organisme, il est épurateur c'est à dire qu'il va récupérer le surplus de cholestérol dans les artères et le ramener dans le foie pour être éliminé. Le LDL se situe à la surface des cellules hépatiques et sert à capturer le cholestérol et le transporter ers les artères et former ainsi les plaques d'athéromes. Tenter de suivre un régime hypocholesteremiant pendant le mois de jeune serait une bonne initiative :

-Eviter les aliments riches en cholestérol soit en graisses saturées : le beurre, le lait entier et demi écrémé, la crème fraiche, les viandes grasses (mouton, agneau, poulet, abats) la friture, les viennoiseries, les pâtisseries, le chocolat, les biscuits
-Favoriser les graisses insaturées qui diminuent le taux de LDL et augmentent le taux de HDL comme l'huile d'olive, l'huile de colza, l'huile de tournesol, le poisson; les oléagineux comme les noix, les amandes.
-Favoriser la pomme, excellent aliment contre le cholestérol, elle diminue l'absorption du cholestérol dans les intestins et augmente le taux de HDL dans le sang.
-L'activité physique: une marche quotidienne d'environ 30 mn est suffisante pour entretenir sa santé et augmenter le taux du bon cholestérol.

*ECOLE SUPERIEURE DES SCIENCES ET TECHNOLOGIES DU SPORT RACHID HARRAEIUG. DELY IBRAHIM. ALGER

BOUKALA EL YOUM

Sidi taleb dir fiya amziya, djibli hadek echbab elly mayahbeche yakhzor fiya, ana chaba ou zina, besah zahri darha biya.
« Monsieur le taleb faites-moi plaisir, amenez moi le bel homme qui ne veux poser ses yeux sur moi, moi je suis jeune et belle mais ma chance m'a trahie. »



République Algérienne Démocratique et Populaire

Ministère de la Communication

Prix du Président de la République, du Journaliste Professionnel

troisième édition, 2017

« La préservation de l'environnement, clé de bien-être public et de bonheur social »

Le Ministère de la Communication annonce le lancement du **«Prix du Président de la République, du Journaliste Professionnel»**, dans sa troisième édition, comptant pour l'année 2017, qui sera décerné à l'occasion de la célébration de la Journée nationale de la Presse le 22 octobre 2017.
Ce prix annoncé par son Excellence Monsieur le Président de la République à l'occasion de la journée mondiale de la presse le 03 mai 2015, a été institué par décret présidentiel N° 15-133 du 02 Chaabane 1436 correspondant au 21 mai 2015, en signe de reconnaissance au valeureux parcours des journalistes Algériens durant la guerre de libération nationale et d'appui aux efforts des professionnels de la presse nationale qui contribuent à la promotion du droit du citoyen à une information objective et crédible à travers la presse écrite, audiovisuelle et électronique.

Objectifs:
- Encourager et promouvoir la production journalistique nationale sous toutes ses formes
- Stimuler l'excellence, la création et la professionnalisation au sein de la presse nationale en instaurant la culture du mérite.
- Récompenser les meilleures œuvres individuelles ou collectives ayant trait à la thématique retenue.

Catégories du prix :
- L'information écrite : article de fond, critique, éditorial, reportage ou enquête.
- L'information télévisuelle : reportages, enquêtes d'investigation, documentaires, bandes d'actualités filmées.
- L'information radiophonique : émission d'information, reportages, et enquêtes.
- La presse électronique : meilleure œuvre d'information diffusée sur le net.
- L'illustration : photographies, dessins et caricatures de presse publiés par un organe de presse nationale.

Conditions de participation :
- Etre de nationalité Algérienne ;
- Etre titulaire de la carte nationale de journaliste professionnel ;
- Ne pas être membre du jury ;
- Le candidat peut présenter sa candidature à titre individuel ou collectif.
- Le candidat n'est autorisé à participer que dans une seule catégorie et par une seule œuvre, à l'exception du prix d'illustration dont le nombre peut atteindre dix (10) exemplaires de photographies, dessins ou caricatures de presse.
- Les œuvres présentées doivent faire l'objet de diffusion ou de publication par un organe de presse national durant la période 2016 - 2017.

Thème du concours :« La préservation de l'environnement, clé de bien-être public et de bonheur social »

Modalités d'attribution du prix :
Le jury procèdera à la sélection des trois lauréats dans chacune des 05 catégories. Le prix sera décerné à la meilleure œuvre des trois lauréats. En plus du certificat de mérite, les lauréats des quatre premières catégories bénéficieront d'une récompense financière dont le montant est fixé comme suit :
- Un million de dinars (1.000.000DA) pour le 1er lauréat
- Cinq cent mille dinars (500.000DA) pour le 2e lauréat
- Trois cent mille dinars (300.000DA) pour le 3e lauréat

Pour la cinquième catégorie, l'auteur de la meilleure illustration bénéficiera d'une récompense financière de l'ordre de cent mille dinars (100.000 DA).

Dossier de candidature :
Les dossiers de candidatures doivent contenir les documents et pièces qui suivent :
a) Pièces administratives :
- Copie de la carte nationale du journaliste professionnel.
- Attestation de travail datée de moins de trois mois.

b) Œuvre objet de participation :
- L'œuvre faisant objet de participation doit être remise dans les conditions et les normes techniques requises.

c) Formulaire de candidature portant ce qui suit :
- Données personnelles sur le candidat ;
- Données relatives à l'œuvre objet de participation ;
- Justificatif de diffusion ou de publication de l'œuvre, signé conjointement par le candidat et la direction du media employeur.

Dépôt des dossiers :
Les dossiers de participation seront adressés au président du jury du Prix du Président de la république du journaliste professionnel, Ministère de la Communication, avenue des 3 frères Bouaddou, Bir Mourad Rais, Alger.
- Par voie postale, le cachet de la poste faisant foi,
- Par dépôt au bureau d'ordre général (B.O.G) du Ministère de la communication

La date limite du dépôt des dossiers est fixée au 15 Septembre 2017.

Formulaire de candidature :
Voir le lien de téléchargement sur le site web du Ministère de la communication:
http://www.ministerecommunication.gov.dz/fr

ANEP ALGER

MER DE CHINE MÉRIDIONALE

Les puissances affûtent leurs armes



La mer de Chine méridionale est en train de devenir un nouveau foyer de tension dans les relations entre les États-Unis et la Chine.

La situation est devenue si tendue que les experts évoquent sérieusement le risque d'incidents militaires en mer. Même s'il est peu probable que les événements dégénèrent jusqu'à un véritable conflit armé, la critique américaine de l'expansion chinoise en mer de Chine méridionale, dont Pékin considère la majeure partie comme son territoire, ne fera que croître. Cette semaine plusieurs responsables américains ont durement critiqué la construction d'îles artificielles chinoises dans la région de l'archipel des Spratleys; et leur militarisation. Dans cette lutte pour les îles, Washington fait participer des adversaires de longue date de Pékin, y compris Tokyo. Selon le quotidien Izvestia. Le premier signal inquiétant a retenti pour Pékin fin mai quand Washington, pour la première fois depuis l'arrivée au pouvoir de Donald Trump, a envoyé un navire de guerre vers le récif Mischief des îles Spratleys. Ce dernier s'est approché à moins de 12 milles marins du récif, après quoi les représentants américains ont accusé Pékin d'agissements illégaux en mer de Chine méridionale, revendiquée en partie par le Vietnam, Brunei, la Malaisie, les Philippines et Taïwan. Le sénateur républicain John McCain, qui s'est rendu à Sydney la semaine dernière, a qualifié Pékin de « va-t-en-guerre » utilisant la puissance économique pour réprimer les autres pays en mer de Chine méridionale. Le secrétaire d'État américain Rex Tillerson lui a emboîté le pas, qui a déclaré le 5 juin en Australie qu'aucune négociation ne pouvait être menée sur la construction d'îles artificielles par Pékin en mer de Chine méridionale, car l'activité de la Chine était contraire au droit international. Dès à présent les États-Unis font appel à d'autres pays de la région pour faire pression sur Pékin. Les médias australiens supposent que Washington a demandé à Canberra de participer aux patrouilles conjointes avec les USA en mer de Chine méridionale pour assurer la libre circulation maritime. Alors que le Japon, en litige avec la Chine sur les îles Senkaku (Diaoyu) en mer de Chine orientale, organise en juin des exercices navals avec les Philippines et le Vietnam. Le récent rapport sur les relations USA-Chine préparé par un groupe de 20 grands experts met en garde contre d'éventuelles altercations armées en mer de Chine méridionale. Mais leur principal message stipule que les parties peuvent et doivent faire preuve de retenue pour que la mer de Chine méridionale ne devienne pas un « champ de bataille entre la Chine et les USA ».

R. I.

AVION SYRIEN ABATTU PAR LA COALITION US

L'Australie suspend ses frappes contre Daech

LE MINISTÈRE australien de la Défense a annoncé que le pays suspendait ses bombardements contre les positions du groupe terroriste Daech en Syrie, après que les forces de la coalition internationale ont abattu un avion syrien. Les autorités australiennes ont pris la décision de suspendre leurs frappes aériennes contre les positions des membres du groupe extrémiste Daech en Syrie, a annoncé le ministère australien de la Défense. «En guise de mesures de précaution, l'opération des forces armées australiennes visant à effectuer des bombardements en Syrie a été temporairement suspendue», selon le ministère cité par Reuters. Dimanche, l'armée gouvernementale syrienne a annoncé que l'un de ses avions avait été abattu dans l'après-midi au sud de la ville syrienne de Raqqa par les forces de la coalition alors que l'appareil était en mission contre Daech. Dans les heures qui ont suivi, la coalition a confirmé ce fait, accusant l'appareil —un Su-22 syrien — d'avoir bombardé la zone d'opération des Forces démocratiques syriennes, qu'elle soutient. Le ministère russe de la Défense a qualifié cet incident d'«agression militaire» et de flagrante violation du droit international et prévenu que tous les aéronefs et drones de la coalition à l'ouest de l'Euphrate, zone d'opération des Forces aérospatiales russes, seraient suivis par les systèmes de lutte antiaérienne. En outre, la Russie a suspendu toute coopération avec les États-Unis dans le cadre du mémorandum sur la sécurité et la prévention des incidents dans le ciel syrien. «À partir du 19 juin de l'année en cours, le ministère russe de la Défense met fin à son interaction avec la partie américaine dans le cadre du mémorandum sur la prévention des incidents et la sécurité des vols de l'aviation lors des opérations en Syrie», a annoncé le ministère russe de la Défense.

R. I.

FUITE SANS PRÉCÉDENT AUX USA

Les données de 200 millions d'Américains dans la nature

AUX ÉTATS-UNIS, une base de données contenant des informations sur environ 200 millions d'Américains a été accessible au public pendant presque deux semaines. Il s'agit d'une des plus grandes fuites dans l'histoire du stockage des données numériques. La société d'analyse de données Deep Root Analytics, qui travaillait sous contrat pour le compte du Parti républicain américain, a avoué avoir publié par erreur sur Internet une base contenant les données de quelque 200 millions d'électeurs américains, relate le journal The Hill. La fuite a été découverte par Chris Vickery, expert de la société UpGuard spécialisé dans la cybersécurité. «Du point de vue de l'espace disque utilisé, c'est la plus grande fuite que j'ai jamais trouvée», a remarqué M. Vickery. «Nous reconnaissons entièrement notre responsabilité pour cette situation», ont déclaré de leur côté des représentants de Deep Root Analytics. La base de données d'un volume de 25 téraoctets a été publiée sans protection par mot de passe dans un nuage de données appartenant à la société Amazon. Elle contenait les noms et les adresses de 198 millions d'Américains, soit plus de la moitié de la population des États-Unis, ainsi que des informations sur leurs préférences politiques obtenues à l'aide de la modélisation informatisée. En particulier, il s'agissait de données concernant le soutien de ces personnes au démocrate Barack Obama aux présidentielles de 2012 et au républicain Donald Trump, l'année dernière. La dernière fois, la base de données sur les résultats de la campagne présidentielle de 2016 avait été mise à jour en janvier, après quoi elle est devenue accessible au public. D'après The Hill, n'importe qui pouvait prendre connaissance de ces informations, à condition de savoir où les trouver, bien sûr. Les données ont été accessibles au public du 1er au 14 juin. Chris Vickery a découvert la fuite le 12 juin, après quoi il en a informé la société qui l'a provoquée ainsi que les organismes réglementaires. La fuite a été éliminée très rapidement. Par son ampleur, la fuite en question dépasse toutes les défaillances de ce type qui ont récemment eu lieu dans d'autres pays. En avril 2016, par exemple, des bases contenant les données sur 93 millions de Mexicains et 55 millions de Philippins avaient fait leur apparition sur la Toile.

R. I.

AMINAZOUNE@YAHOO.FR

COMBIEN D'HEURES VOUS DEVEZ DORMIR POUR ÉVITER LA DÉPRESSION

IL EST PROUVÉ que le manque de sommeil est associé à la dépression clinique. L'insomnie est plus fréquente chez les personnes âgées (généralement à cause d'une maladie physique chronique) et chez les femmes (qui subissent des changements hormonaux importants tout au long de leur vie). L'insomnie est souvent une caractéristique essentielle dans le diagnostic de la dépression. L'incapacité à trouver le sommeil ou rester endormi pendant la nuit est considéré comme un facteur contributif clé de l'apparition de la dépression.
Lorsque vous êtes triste ou désespéré à cause d'une situation personnelle, ces sentiments peuvent parfois nuire au sommeil car ces pensées traversent constamment votre esprit. Ces sentiments peuvent être si écrasants et persistants que vous ne pouvez pas vous endormir ou rester endormi. Le sommeil est un état réparateur où votre corps et votre esprit récupèrent des événements de la journée. Si cet état est interrompu, vous vous sentirez fatigué, ce qui conduit à un manque d'exercice et une baisse de la condition physique. Cela peut entraîner un cercle vicieux d'inactivité et d'insomnie.
Selon les experts, le manque de sommeil peut aussi être provoqué par des choses comme L'apnée obstructive du sommeil (AOS), qui nuit au sommeil et empêche la personne d'avoir un sommeil réparateur. L'AOS perturbe les voies respiratoires de la personne et réduit l'apport en oxygène. Cela conduit la personne à se réveiller souvent pendant la nuit. L'AOS a été associée à l'apparition de la dépression, et, d'autre part, les personnes souffrant de dépression sont cinq fois plus susceptibles d'avoir des symptômes d'AOS.
Le trouble affectif saisonnier (TAS) est une forme de dépression déclenchée quand les jours commencent à se raccourcir pendant l'automne. Les journées plus courtes signifient moins de lumière du soleil, et cela peut avoir un effet négatif sur le rythme circadien d'une personne. Lorsque le rythme circadien est perturbé, il peut provoquer l'insomnie et d'autres troubles du sommeil, ce qui peut contribuer à la dépression. Pour la plupart des gens avec un TAS, les symptômes de la dépression disparaissent avec le début du printemps et plus de soleil.
Le manque de sommeil ou l'interruption du sommeil peut conduire à la dépression ou contribuer à un état dépressif qui dure davantage . Alors que pouvons-nous faire avant le coucher pour nous endormir plus facilement et diminuer les risques de nous réveiller pendant la nuit?
Si vous souffrez d'AOS, une machine à pression positive continue (PPC) peut augmenter le flux d'air vers vos poumons et vous empêcher de vous réveiller pendant la nuit à cause de vos voies respiratoires obstruées. Méditer ou écouter de la musique douce avant le coucher peut améliorer la relaxation et focaliser votre esprit sur des sujets agréables ou émotionnellement neutres.
Faites une liste des choses que vous devez faire le lendemain pour aider à apaiser votre esprit et l'empêcher d'être obnubilé par votre liste de choses à faire. Lorsque vous écrivez les choses, votre esprit a tendance à oublier ces préoccupations, vous aidant ainsi à trouver le sommeil et à rester endormi.
L'exercice peut vous aider à soulager le stress, et vous fatigue. Faire en sorte d'être fatigué à la fin de la journée peut vous aider à vous endormir, et les endorphines libérées pendant l'exercice peuvent améliorer votre humeur et soigner votre dépression. Veillez à ne pas faire de sport quelques heures avant le coucher.
Le yoga et la respiration abdominale profonde peuvent conduire à des états de relaxation qui vous aideront à trouver le sommeil plus facilement.
Limitez la caféine, l'alcool et la nicotine avant d'aller vous coucher. Ils peuvent agir comme stimulants et vous empêcher de vous endormir facilement.
La température de votre chambre doit rester fraîche et prenez une douche chaude juste avant de dormir pour détendre votre corps.
L'adulte moyen a besoin de sept à neuf heures de sommeil par nuit pour se sentir reposé et prévenir les symptômes de la dépression. Si vous ne dormez pas suffisamment et vous vous sentez fatigué et irritable, et cela peut conduire à des sentiments négatifs et un état dépressif profond, plus durable. Prenez soin de votre corps, limitez les activités sportives peu avant de dormir et les aliments stimulants, mettez-vous à la méditation, au yoga et à la respiration profonde pour vous détendre et veillez à installer votre chambre de façon à favoriser le sommeil.

TROUBLES PSYCHOSOMATIQUES : QUAND LES PEINES REFOULÉES FONT DU MAL À NOTRE CORPS

Cela a certainement déjà dû vous arriver : une envie pressante soudaine avant un événement crucial ou important, une boule au ventre dans l'attente d'une nouvelle, une sensation d'oppression et de douleur face au comportement ou aux propos que tiennent d'autres personnes...



Il existe obligatoirement un lien entre notre corps et notre esprit. Face à notre esprit qui souffre et aux peines refoulées, le corps réagit aussi à sa manière.
En psychologie, on parle de troubles psychosomatiques. Et tout le monde en à déjà fait plus ou moins l'expérience.
On soupçonne ce type de troubles lorsque surviennent des symptômes physiques pour lesquels on ne trouve pas d'explication médicale. Il s'agit donc de troubles psychiques se manifestant par des symptômes physiques.

LES TROUBLES PSYCHOSOMATIQUES : QUAND VOTRE ESPRIT EST EN SOUFFRANCE

On retrouve a source des troubles psychosomatiques dans le fait de refouler des émotions très intenses, des sentiments que l'on n'arrive pas à digérer et que nous gérons alors de manière négative.
Un exemple commun : quelqu'un qui ne s'épanouit pas dans son activité professionnelle, avec un supérieur qui n'apprécie pas ses efforts et qui la rabaisse.
Cette personne rentrera à la maison déprimée, avec de fréquents maux de tête, de l'insomnie… Cette situation de stress peut même provoquer des ulcères à l'estomac ou une dépression nerveuse. Si elle ne réagit pas, si elle n'exprime pas tout haut ses pensées, son mal-être et ce qui la blesse, cette personne finira par tomber gravement malade.
La même chose peut se produire lors d'une séparation, si l'on a le coeur brisé et que l'on ne sait pas comment se reprendre en main. La tristesse et le chagrin finiront par alimenter nos pensées au quotidien jusqu'à nous entraîner vers la maladie, des douleurs et d'autres affections produites par l'esprit. Les troubles psychosomatiques peuvent être la source de ces manifestations cliniques:
Les céphalées de tension : un problème très fréquent chez les gens confrontés au stress.
L'asthme : le stress et certaines émotions peuvent provoquer une crise d'asthme.
Des maladies coronariennes : les tensions et la compétition malsaine peuvent les provoquer.
Les lombalgies : le mal de dos concentré au niveau lombaire est l'une des principales causes d'arrêt maladie, et cette douleur est presque toujours associée à des problèmes de tension et d'émotions.
L'eczéma : cette maladie de la peau provoque une sensation de grand picotement et est souvent associée au stress.

Des neuroscientifiques ont découvert qu'écouter de la musique pourrait diminuer l'anxiété de 65%

ALORS que 2016 a été une année particulièrement stressante, de multiples études de la «génération Y» (personnes nées dans les années 1980 et 1990), on déclaré vivre dans « l'âge du désespoir», selon Marjorie Wallace. Elle est le chef de la direction de l'organisation caritative « Sane », qui travaille à partir d'une multitude d'études psychologiques, uniquement sur le niveau d'anxiété auquel la génération Y est confrontée.
Une enquête réalisée a découvert qu'aux États-Unis, 57 % des étudiantes confrontées à des périodes « d'anxiété écrasante », et une étude au Royaume-Uni a découvert qu'un tiers des jeunes femmes et 10 % des hommes du millénaire souffraient d'attaques de panique.
Ce niveau d'anxiété est significativement plus élevé que celui des générations précédentes. Il est attribué à l'angoisse produite par les médias sociaux, la dépendance parentale à cause des parents trop protecteurs, et trop de choix ce qui est émotionnellement paralysant, selon des chercheurs tels que Rachael Dove et Pieter Kruger.
Kruger dit que la diversité de choix augmente la peur de l'échec et l'absence de confinement, augmentant un besoin obsessionnel de prendre les bonnes décisions, ce qui se traduit souvent par aucune décision du tout. La pression interne que cela entraîne, conduit à une anxiété insurmontable, et les médias sociaux ont crée FOMO (la peur de manquer de quelqu'une chose), selon Kruger. Ce phénomène qui vous compare trop à la vie des autres personnes, a massivement conduit cette génération à chroniquement se sentir inférieure aux autres. Bien sûr, ce que les gens présents sur les médias sociaux font voir de leur vie, n'a aucun rapport avec la réalité quotidienne. FOMO est une bonne raison de sortir d'une dépendance aux médias sociaux qui encourage cet état dépressif, et de trouver des sources qui favorisent la paix intérieure.
Si vous vous battez avec l'anxiété, la thérapie musicale pourrait être en mesure de vous aider.

Rendez vous scientifique

-27ème congrès de l'association mondiale de l'échinococcose du 4 au 7 octobre à Alger
La Société Algérienne de l'Echinococcose Hydatique (SAEH) que préside le Pr Karima Achour organise le 27ème congrès de l'association mondiale de l'échinococcose (WAE), à Alger du 4 au 7 octobre 2017.
D'éminents spécialistes de plus de 30 pays ainsi que ceux de l'OMS et de la FAO seront présents a cette rencontre scientifique d'envergure mondiale.
Les thèmes de ces journées porteront sur la Prise en charge de l'échinococcose Hydatique humaine et animale. Et les Soins associés dans la prise en charge de l'échinococcose : BPCO, Fibrose, Cancer du poumon.
-10ème journée nationale d'hygiène hospitalière de l'EPH Bologhine Ibn Ziri - 18 mai 2017 à Bologhine
-5ème congrès médical et les 3èmes congrès maghrébins de médecine générale/médecine de famille - 19 et 20 mai 2017 à Oran
-22è Congrès National du GAMETS du 17 au 18/05/2017
-23ème Congrès National de la SAMI du 04 au 06/ 05/ 2017
-2ème Algerian IBD (MICI) Day - 20 mai 2017 - Alger - Algérie
-15ème congrès national de la SAERM - Société Algérienne d'Etude et de Recherche sur la Ménopause - 19 et 20 mai 2017 - Alger - Algérie
-Congrès annuelle de la Société Algérienne de Chirurgie Urologique « SACU », la Société Algérienne d'Urodynamique et de Pelvipérinéologie « SALUDPP » et l'Association des Urologues de Constantine « ASUR » du 27 au 29/04/2017
-Workshop sur les enjeux et les priorités de la recherche en santé de l'Agence Thématique de Recherche en Sciences de la Santé (ATRSS) - 29 juin 2017 à Oran
-1er Congrès international de Chirurgie Générale de Sétif - 16 septembre 2017 à Sétif
-Workshop sur la recherche en cancérologie - 25 au 27 octobre 2017 à Taghit
-14ème Congrès National d'Hématologie - 26 au 28 octobre 2017 à Constantine

RAMADAN FACE A LA MONDIALISATION DEVORANTE





Par Cheikh Mohamed Tahar Badaoui

Le Saint Coran ajoute : « Mangez et buvez comme vous l'entendez jusqu'à ce que vous puissiez discerner le fil blanc du fil noir à la lumière de l'aurore. Observez ensuite le jeûne jusqu'à la nuit. Mais ne cohabitez point avec elles alors que vous êtes en retraite rituelle dans les mosquées. Telles sont les limites d'Allah. Ne vous en approchez donc pas (au risque de les transgresser). C'est ainsi qu'Allah expose Ses signes aux hommes et les exhorte à devenir pieux. ».

D'autre part, il y a dans cette tolérance de manger et de boire jusqu'à l'aube, une recommandation prophétique qui se dessine : celle en effet, de prendre un repas avant l'aube qu'on appelle « Sahour » que voici : « Prenez le Sahour dit le Prophète Salut Divin Sur Lui, car il contient bénédiction et prospérité. » « Le Sahour, ajouta-t- il, est un repas béni ; ne le négligez point, fût-ce de prendre une gorgée d'eau. Dieu et Ses Anges bénissent ceux qui prennent le Sahour. » « Ma communauté confirma-t-il qu'Allah le bénisse et le salue ne cessera d'être dans le bien tant qu'elle hâtera la rupture du jeûne (après le coucher du soleil) et retardera le Sahour. » Ce serait une récompense sans mesure qui rétribue l'effort du croyant, sa soumission à la prescription divine, son obéissance au Prophète et sa soif d'accueillir le jeûne du lendemain avec foi et ardeur.

D'après des traditions authentifiées, le Prophète Salut Divin Sur Lui, a interdit aux hommes de pratiquer le jeûne continu, c'est-à-dire poursuivre le jeûne d'un jour à l'autre, sans manger ni boire. A cet égard, le compagnon Abou Hureîra rapporte : ["le Prophète qu'Allah le bénisse et le Salue, a interdit de faire un jeûne continuel, contre-nature. Un jour, un homme, tentant de le faire, lui dit : mais Toi, Tu le pratiques ô Envoyé de Dieu. Furieusement, le Prophète lui répondit (pour corriger cette étourderie) : « Je ne suis pas comme l'un d'entre vous, car la nuit, mon Seigneur me nourrit et m'abreuve. » et lorsque certains renoncèrent à cette injonction, voulant ainsi, selon eux, mieux adorer Dieu, le Prophète fit un jeûne continuel avec eux, jour après jour jusqu'apparut le croissant du mois de Choual. Il leur dit alors : « Si le croissant tardait à apparaître, je vous laisserais tout le temps de continuer votre jeûne sans que, pour autant, vous puissiez l'accomplir. » En outre, quiconque veut poursuivre son jeûne, il peut le faire mais jusqu'au Sahour comme l'a toléré le Prophète Salut Divin Sur Lui.

LES REGLES DU JEÛNES

L'observance du jeûne du mois de Ramadan qui est une obligation incontestée et en même temps l'un des cinq piliers de l'Islam, obéît aux règles suivantes dont le respect garantit aux yeux de Dieu, l'agrément de cet acte cultuel. En effet, on jeûne à la vue du croissant de ce mois et on déjeune également à la vue du croissant du mois qui succède, comme le prescrivent le Saint Coran et la Sunna du Prophète Mohammed Salut Divin Sur Lui, le mois étant de trente ou de vingt-neuf jours. Si le croissant se trouve caché par les nuages, on compte alors, trente jours à partir du début du mois précédent, comme l'explique la recommandation prophétique ; la même procédure étant suivie pour la rupture du jeûne.

L'intention tacite du jeûne est exigée au début du mois, mais n'est pas requise au reste du mois, du fait que les actions ne valent que par les intentions de leurs auteurs. L'intention de jeûner doit précéder l'aube, au risque de voir le jeûne annulé. Celle-ci doit être renforcée par le désir de s'élever vers l'agrément de Dieu.

Le jeûne se poursuit de l'aube jusqu'au coucher du soleil. C'est une tradition d'accélérer la rupture du jeûne et de retarder le dernier repas nocturne, Sahour. Le Prophète nous incite à l'observer comme, il a été précisé plus haut, pour ne pas imiter les gens du Livre qui l'ignorent. Si le fidèle doute que la prière de l'aube ait échu, il doit s'abstenir de manger. On doit s'empêcher de jeûner le jour du doute par crainte qu'il ne soit compté comme le dernier jour de Ramadan. Quiconque le jeûne, commettrait une entorse à la tradition prophétique, et ce jour étant annulé même si celui-ci s'avère parmi les jours de Ramadan. On consacre ici le principe de la certitude qui doit précéder tout acte cultuel du croyant ; l'édifice de la foi ne saurait être base sur le doute, aussi minime soit-il.

Ce jour-là, quiconque se réveille le matin s'abstient de manger et de boire, puis il se révèle que ce jour compte parmi les jours de Ramadan, ne peut être rétribué pour cet acte car il n'y a pas concordance entre l'intention de jeûner et l'acte lui-même . Cependant, il doit observer le jeûne comme d'habitude jusqu'au coucher du soleil, et doit, à la fin du mois de Ramadan, jeûner un autre jour en guise de compensation.

Le voyageur qui arrive à destination, non à jeun, ou la femme qui se purifie de ses menstrues pendant la journée doivent continuer la journée sans jeûne, car l'un et l'autre ont rompu leur jeûne pour motif légitime et légal, chacun bien entendu en ce qui le concerne.

Quiconque dans un jeûne bénévole déjeune exprès ou part en voyage et déjeune pour cause de voyage, devra jeûner un autre jour à titre compensatoire, du fait que l'intention de jeûner ait précédé l'acte lui-même. S'il rompt ce jeûne par oubli, il n'aura pas à jeûner pour compensation. Par contre, s'il s'agit d'un jour de jeûne obligatoire, le fidèle ayant rompu son jeûne de la sorte, devra jeûner un autre jour à titre compensatoire. Une controverse fût soulevée entre les jurisconsultes des différents rites à propos de celui qui rompt son jeûne par oubli. Certains estiment, comme il a été indiqué, qu'il n'a pas à compenser le jour rompu même s'il s'agit d'un jeûne obligatoire, car le prophète Salut Divin Sur Lui répondit à un cas similaire qu'il n'a pas à compenser puisque Dieu l'a nourrit et l'a abreuvé. D'autres voient l'application de cette version prophétique exclusivement pour ce qui est du jeûne volontaire. Mais reste, dans tous les cas de figure, que celui qui rompt le jeûne par oubli, doit par respect au mois de Ramadan, s'abstenir aussitôt, à tout ce qui est de nature à rompre le jeûne, et observer ainsi, un jeûne seulement en la forme.

CE QUI EST PERMIS SANS RISQUE DE RUPTURE DU JEÛNE

Par ailleurs, il n'y a aucun mal à ce qu'on se serve du cure dents, tant loué par notre Prophète, mais sec sans matière telle dentifrice par exemple de nature à causer la rupture du jeûne. De même ne peut entraîner cette rupture le fait de :

nager, mouiller ses cheveux pour adoucir la chaleur de la soif,

de se farder les yeux ou d'y mettre quelques gouttes, puisque l'œil ne peut être considéré comme une issue au ventre.

d'embrasser suite d'une visite ou d'un adieu,

de subir des injections ou de s'injecter des suppositoires ou de subir une perfusion sous cutanée soit-elle ou intra-veineuse car même si le produit arrive au ventre, il ne l'a point pénétré par voie buccale,

se faire soigner au moyen de pose de ventouses. A noter ici que les ventouses ou le tirage de sang ne sont déconseillés que par crainte de voir l'hygiène compromis ou que le jeûneur ne soit atteint d'une grande faiblesse en conséquence,

subir la saignée du bras par exemple (phlébotomie). Cependant l'avis du médecin averti reste condition requise avant l'opération,

le fait de se rincer, sans se gargariser, la bouche et le nez, lors des ablutions destinées aux prières. En revanche s'éternuer par une poudre qu'on y injecte, n'est pas toléré, car celle-ci pourrait facilement s'introduire par le pharynx au système digestif à l'image du dentifrice par la bouche. Le même raisonnement pourrait se tenir pour tout produit de la sorte,

de se parfumer, mais sans en abuser.

Il est permis également :

de vomir involontairement. Tandis que celui qui s'efforce de vomir et il y arrive, il doit jeûner un jour en guise de compensation et s'il avale exprès le résidu de la nourriture dégagée, il devra s'acquitter de l'expiation « Keffara » dont nous parlerons plus loin,

de ne pas se laver, aussi bien pour l'homme que pour la femme, pour cause d'impureté, qu'après l'aube du jour du jeûne dont ils peuvent profiter. Cette impureté serait du fait de la cohabitation des conjoints ou de la cessation pour la femme de ses règles. Il convient de souligner ici que, ne pas se laver qu'après l'aube, ne saurait être cause de la rupture du jeûne ; d'autant plus qu'on peut jeûner sans se laver, car les ablutions qu'on effectue sont destinées exclusivement pour prier,

à un vieillard, ne pouvant jeûner, ou à un malade pour lequel le jeûne est fort déconseillé sur avis du médecin traitant, de nourrir un pauvre en compensation pour chaque jour rompu, mais selon les capacités matérielles de chacun. S'ils sont démunis de cette possibilité, alors ils en sont purement et simplement exemptés.

En outre, il n'est guère indiqué pour la femme de compenser les prières délaissées pour cause de menstrues, mais elle devra jeûner les journées rompues pour ce faire. De même pour la femme en couche, celle-ci n'a pas à attendre comme de « coutume », quarante jours suivant l'accouchement pour prier ou pour jeûner ou alors pour cohabiter avec son époux. Aussitôt qu'elle se purifie, elle doit accomplir la grande ablution afin de pouvoir effectuer normalement ses prières et, le cas échéant, de jeûner le restant du mois de Ramadan ou jeûner en compensation, au cas où elle aurait rompu le jeûne pour le motif indiqué.

Il y a lieu d'ajouter que nourrir un pauvre pour tous ces cas précédents, c'est lui offrir un repas moyen pour chaque jour de jeûne à compenser. De même, devra nourrir, quiconque néglige de jeûner en compensation pour les journées rompues, jusqu'à l'arrivée du Ramadan suivant.

Le jeûne n'est guère obligatoire pour l'adolescent impubère ni pour la fille qui n'a pas encore ses menstrues. Lorsque l'un et l'autre auront atteint leur puberté, les rites corporels leur seront alors obligatoires, tel qu'elle le prescrit une disposition coranique de la Sourate dite de la « Lumière » que voici : « Quand vos enfants atteignent leur puberté, ils sont tenus de demander permission avant d'entrer dans vos demeures » (Verset 59).

Il n'est nullement admis de jeûner le jour de l'Aïd –El - Fitr, petite fête concrétisant la rupture du jeûne du mois de Ramadan, ni le jour de la grande fête de l'Aïd de l'immolation ou fête de Nahr.

TOURNOI ITF «JUNIORS» À MAHDIA (TUNISIE):

Les Algériens connaissent leurs adversaires au 2e tour

LE TENNISMAN ALGÉRIEN Khalil Adel Radjaâ sera opposé au Tunisien Youssef Amara, au deuxième tour qualificatif pour le tableau final d'un tournoi international juniors, prévu du 20 au 25 juin à Mahdia (Tunisie), au moment où son compatriote Mohamed Racym Rahim est tombé sur le Français Arthur Cazaux, tête de série N.4.Radjaâ et Rahim avaient aisément passé le premier tour des qualifications, en disposant respectivement des Tunisiens Mehdi Zaâboub (6-0, 6-0) et Chahine Oueslati (6-2, 6-1).De son côté, Cazaux a surclassé le Tunisien Sedki Ladhari (6-0, 6-0), au moment où Youssef Amara s'est qualifié aux dépens de son compatriote Yassine Ben Jemaâ, qui s'était retiré juste avant la fin du premier set, alors que le score était de 5-2 en faveur d'Amara. Deux autres internationaux algériens devaient disputer les qualifications de ce tournoi de grade 4, organisé sur les courts en dur du Tennis Club de Mahdia, à savoir Mohamed Ali Abibsi et Karim Bendjamaâ. Finalement, le premier cité, qui était en liste d'attente n'a pas été retenu, alors que Bendjamaâ, qui était accepté, a décidé de se retirer au dernier moment. Chez les filles, l'Algérie ne compte qu'une seule représentante dans ce tournoi, en l'occurrence Lynda Benkaddour, qui fera son entrée en lice mardi, directement dans le tableau final.

GOAL-BALL/CLASSEMENT MONDIAL: L'ÉQUIPE ALGÉRIENNE PERD ENCORE DES PLACES

LA SÉLECTION algérienne (messieurs) de goal-ball continue de perdre des places au classement mondial de la Fédération internationale des sports pour visuels (IBSA), en pointant à la 18e place avec 216.104 points au dernier ranking, selon le site officiel de l'instance mondiale. Au classement d'avril, les coéquipiers d'Abdelhalim Larbi occupaient la 14è place et la 13è durant les quatre mois d'avant. L'équipe algérienne s'était même permis le luxe de figurer dans le Top 10 des meilleures équipes mondiales de la discipline de goal-ball, il y a quelques années et de se maintenir pendant longtemps. Sa mauvaise prestation aux derniers jeux Paralympiques de Rio au Brésil (dernier au classement du tournoi) sur dix équipes participantes, lui a valu la 18e position, en attendant d'essayer de remonter la pente, lors du prochain championnat d'Afrique de la discipline, prévu à Sharm El Cheikh en Egypte au mois d'octobre prochain. Néanmoins, l'équipe algérienne reste la meilleure sélection au niveau africain et arabe où elle occupe la 1re place avec le même total de points, devant, respectivement, la Qatar (25e avec 146.406 pts), l'Egypte (26e avec 138.136 pts), le Maroc (35e avec 74.093 pts), la Côte d'Ivoire (44e/37.008 pts), le Mali (49e/24.720 pts), le Rwanda (54e/15.000 pts), le Ghana (57e/13.247 pts) et la Tunisie (59e avec 12.990 pts).81è pays dont 12 africains figurent au classement de l'IBSA du mois de mai-2017.Le classement est toujours dominé par le Brésil avec un total de 785.837 points, devant la Lituanie (724.525 pts) et la Turquie (426.919 pts).

AGE du COA: Les Fédérations dans l'attente du verdict du TAS

Les représentants des Fédérations sportives algériennes ont indiqué qu'ils étaient dans l'attente du verdict du Tribunal algérien sportif (TAS), prévu ce lundi, concernant leur requête sur le déroulement de l'Assemblée générale élective (AGE) du Comité olympique et sportif algérien (COA) qui a porté à la réélection de Mustapha Berraf à sa tête pour le mandat quadriennal 2017-2020.

«Nous sommes ici pour expliquer la situation et les décisions prises depuis la précédente conférence. Nous avons déposé une requête auprès du TAS en expliquant la mascarade qui a eu lieu le 27 mai lors de l'AGE du COA'', ont déclaré lundi les concernés lors d'une conférence de presse tenue à la salle des médias de l'office du complexe olympique Mohamed-Boudiaf (Alger).''Franchement, on n'attend pas beaucoup du TAS et on pense que la réponse sera négative pour des raisons que tout le monde connaît. Les présidents des fédérations seront présents au siège du TAS pour comprendre et faire comprendre au jury la gravité de la situation du sport algérien aujourd'hui'', ont ajouté les mêmes membres.Les représentants des fédérations prévoient d'envoyer une requête au Tribunal arbitral international du sport si la réponse du TAS algérien est négative. Par ailleurs, les conférenciers ont exprimé leur ''mécontentement'' vis-à-vis de la dernière lettre du Comité international olympique (CIO) qui a appelé ''à restaurer un climat de confiance et de respect mutuel'' entre le COA, les autorités gouvernementales compétentes et les fédérations. ''Il y a eu une mauvaise interprétation de certains concernant cette lettre. Nous n'avons jamais envoyé de recours au CIO, c'était surtout une demande d'audience auprès de Tomas Bach, le président du CIO'', ont expliqué les présidents des Fédérations algériennes de sport et travail et des sports mécaniques, Chouchaoui et Baloul. Les représentants des fédérations ont installé un comité de coordination constitué de huit personnes qui a pour rôle «de mener des actions futures au nom des fédérations concernées».''Nous



avons décidé d'installer un comité de coordination pour bien gérer les actions futures de ces fédérations. Aussi nous comptons demander une audience auprès de monsieur El Hadi Ould Ali, ministre de la Jeunesse et des Sports pour lui exposer la situation».

D'autre part, les conférenciers ont indiqué que le nombre des fédérations contestataires de l'AGE du COA est passé à 38, après l'arrivée de la Fédération algérienne d'escrime.''Aujourd'hui nous sommes 38 après l'arrivée de nos amis de l'escrime, c'est une preuve que l'AGE était une vraie mascarade», ont-ils conclu. Pour sa part, Abderaouf Bernaoui, le président sortant de la Fédération algérienne d'escrime, a argumenté son choix de rejoindre les contestataires, ''pour le bien du sport algérien''.''J'ai décidé de rejoindre ces fédérations parce que la situation se complique jour après jour, on doit trouver une solution. Je profite de l'occasion pour corriger une information, les gens pensent que je n'avais pas le droit d'être présent lors de l'AGE du COA, c'est faux, nous avions le droit d'y prendre part'', selon lui. Dans sa lettre, le CIO affirme que «les irrégularités dénoncées ne sont étayées par aucune preuve significative tangible à ce stade.» Il a alors confirmé sa «position initiale» par rapport à l'élection de Mustapha Berraf à la tête du COA de ne pas «remettre en cause le déroulement du scrutin ni les résultats des élections.»

Championnat d'Afrique de boxe (2e J) : 4 algériens qualifiés, 3 passent à la trappe

QUATRE BOXEURS algériens sur les sept engagés lundi lors de la 2e journée du championnat d'Afrique de boxe 2017 qui se déroule à Brazzaville (Congo), du 18 au 25 juin, se sont qualifiés pour le prochain tour de cette compétition continentale. Nemouchi Younes, dans la catégorie de 69 kg s'est imposé face au Camerounais Smaila Mahaman (4-0) alors que son compatriote Bougherara Mabrouk, chez les +91 kg n'a pas trouvé de difficulté pour passer l'écueil du Seychellois Julie Kitson Gerry (5-0).Côté déceptions, Boudia Azzouz (75 kg) s'est incliné par KO face à l'Ougandais Abdulsamad Yusuf Hasanali, alors qu'Hicham Rahim (81 kg) a été éliminé par arrêt de l'arbitre au troisième round devant le Congolais Rodrigue Ngalebaya. De son côté, Beguerni Hamza (+91 kg) a quitté la compétition après sa défaite face à l'Egyptien Rezk Mostafa Hafez Yosri (4-1).Chez les dames, Souhila Bouchen (45-48 kg) et Ouidad Sfouh (54 kg) se sont qualifiées pour les demi-finales, rejoignant ainsi leur compatriote Boualam Romayssa (51 kg), vainqueur dimanche face à la Zambienne Kasonka Juliana (4-1).Souhila Bouchen s'est imposée face à la Botswanaise Modukanele Lethabo (5-0) alors que Ouidad Sfouh a pris le meilleur sur la Marocaine El Ouali El Alami Oumayma (4-1).L'Algérie est représentée dans ce rendez-vous continental par 10 boxeurs et 7 boxeuses.

Le ministre Ould Ali rassure les Fédérations contestatrices

LE MINISTRE de la Jeunesse et des Sports (MJS) El Hadi Ould Ali a rassuré lundi les représentants des 37 Fédérations sportives contestatrices, ayant dénoncé des irrégularités pendant l'Assemblée générale élective (AGE) du Comité olympique et sportif algérien (COA), en leur promettant qu'il fera part de leurs doléances au Gouvernement.»Vos doléances seront transmises au Gouvernement» leur a-t-il promis pendant une réunion de travail, tenue dans l'après-midi, au siège de son département ministériel.»Etant le garant du respect des textes et des lois, le MJS ne ménagera aucun effort pour circonscrire cette crise et assurer le retour de la sérénité au sein du mouvement sportif national, appelé à faire passer l'intérêt du pays, des sportifs algériens et des nobles valeurs olympiques avant tout» a ajouté le MJS dans un communiqué.Un peu plus tôt dans la matinée, ces mêmes présidents et représentants des Fédérations sportives algériennes avaient animé une conférence de presse au stade du 5-Juillet (Alger), pour annoncer qu'ils sont dans l'attente du verdict du Tribunal algérien sportif (TAS), concernant la requête qu'ils avaient antérieurement formulée, pour signaler des irrégularités pendant l'Assemblée élective du COA, ayant vu Mustapha Berraf briguer un nouveau mandat quadriennal (2017-2020).Une conférence pendant laquelle ces représentants ont décidé d'installer un «comité de coordination», constitué de huit membres, qui aura pour rôle de «mener les actions futures» au nom des fédérations concernées.

ELIMINATOIRES CAN-2018 DAMES (PRÉPARATION):

L'équipe algérienne (dames) battue face à son adversaire jordanienne

L'ÉQUIPE algérienne (dames) de football a été battue lundi par son homologue jordanien (2-3) lors du 2 e match opposant les deux équipes en course pour la Coupe d' Afrique et la Coupe d' Asie 2018.
Les deux buts de l'Algérie ont été inscrits à la première mi-temps par Brahimi Rayan et Meriem Yasmine Benlezouar. La sélection algérienne a pris le dessus tout au long de la première mi-temps grâce à la performance des attaquantes avant de s'effondrer à la deuxième mi-temps en raison des nombreuses erreurs d'arbitrage commises contre l'équipe algérienne. Dans une déclaration à l'APS, l'entraineur de l'équipe algérienne, Azeddine Chih a exprimé sa satisfaction quant à la bonne prestation de sa sélection lors de la première mi-temps, soulignant que les deux matchs amicaux ayant opposé les deux équipes algérienne et jordanienne ont permis de cerner les points forts et les points faibles de l'adversaire en prévision des éliminatoires de la CAN et le championnat de l'Afrique du nord, prévu en octobre prochain en Algérie. L'équipe féminine de football avait remporté vendredi dernier le match face à son adversaire jordanien (1-0).La sélection algérienne a progressé pour occuper le 74e rang, selon le dernier classement de la Fédération internationale de football (FIFA) pour dames, publié en mars dernier totalisant ainsi 1283 points.

LE MJS S'ENGAGE À ACCOMPAGNER LA FONDATION DE L'ÉQUIPE DU FLN DANS LA MISE EN ŒUVRE DE SON PROGRAMME

LE MINISTÈRE de la Jeunesse et des Sports (MJS) s'est engagé à accompagner la Fondation de la glorieuse équipe du Front de libération nationale (FLN) dans la mise en œuvre de son programme d'action tant au niveau local que national. La décision a été prise par le ministre El Hadi Ould Ali au terme d'une entrevue lundi avec le président de la Fondation de la glorieuse équipe du FLN, Mohamed Maouche, accompagné de membres de son Bureau Exécutif, selon un communiqué du MJS.Le ministre, en ouverture des débats, a expliqué sa démarche d'entamer le nouveau cycle de consultations avec les acteurs du mouvement sportif national, par la Fondation « en hommage à son action en direction de la jeunesse algérienne et de la pérennité des valeurs que la glorieuse équipe a toujours représentées. Les responsables de la Fondation ont exposé les grandes lignes de leurs programmes d'action basé notamment sur l'écriture de l'histoire, la transmission des valeurs et la formation ».

LIGUE DES CHAMPIONS D'AFRIQUE (GR.B/4E JOURNÉE)

CE SOIR AU STADE DU 05JUILLET À 22H30 : USM ALGER-ZAMALEK

Les quarts de finale en point de mire pour Soustara

L'USM Alger affrontera mercredi soir au stade du 5-juillet (23h00) les Egyptiens du Zamalek avec l'intention de l'emporter et faire un pas important vers les quarts de finale de la Ligue des champions d'Afrique de football, en match comptant pour la 4e journée (Gr.B) de la phase de poules.



Ayant raté la victoire de peu lors du match disputé le 2 juin à Alexandrie (1-1) pour le compte de la 3e journée en se faisant rejoindre au score dans le temps additionnel, l'USMA aura à cœur de s'offrir le Zamalek et augmenter ainsi ses chances de qualification pour le prochain tour. Face à une équipe aguerrie pour ce genre de rendez-vous continental, l'USMA est appelée à réaliser le match parfait si elle veut éviter la déconvenue devant son public, attendu en masse pour assister à cette belle affiche.»On aura en face un adversaire coriace et notre mission s'annonce difficile, mais on n'a pas d'autre choix que de gagner. Nous devons coûte que coûte arracher les précieux trois points de la victoire qui vont nous permettre de faire un grand pas vers la qualification», a affirmé le coach belge de l'USMA Paul Put.La formation cairote occupe la première place au classement du groupe B avec 5 points, devant l'USMA et le Ahly Tripoli de Libye qui comptent chacun 4 unités, alors que Caps United (Zimbabwe) ferme la marche avec 3 points.Un succès permettrait aux Algérois de s'emparer du fauteuil de leader, d'où l'importance cruciale de cette rencontre.»Après avoir affronté le Zamalek au match aller, nous avons désormais une idée plus claire sur les points forts et les points faibles de notre adversaire», a ajouté l'ancien sélectionneur du Burkina Faso.Pour ce match, l'USMA devra se passer des services de ses deux milieux de terrain Hamza Koudri et Abderraouf Benguit, suspendus, alors que le nouvel attaquant Okacha Hamzaoui pourrait faire son baptême du feu avec sa nouvelle formation, lui qui vient de s'engager avec le club algérois pour une année sous forme de prêt en provenance de Nacional Madeira (Div.1/Portugal).L'équipe du Zamalek, à pied œuvre depuis dimanche à Alger avec un effectif au complet, abordera ce match avec l'intention de «réaliser un bon résultat», comme l'a si bien dit l'entraîneur portugais Augusto Inacio.»Jouer au 5-juillet nous arrange beaucoup.
C'est un grand stade qui est doté d'une très bonne pelouse gazonnée. On s'est bien préparés pour le match important de mercredi et j'espère qu'on sera dans notre meilleur jour pour réaliser une bonne opération». Cette rencontre sera dirigée par le Sud-africain Victor Miguel de Freitas Gomes, assisté de ses compatriotes Lindikhaya Bolo et Sandile Dilikane. L'autre match de cette poule opposera mercredi aussi les Libyens du Ahly Tripoli aux Zimbabwéens de Caps United au stade Tayeb M'hiri de Sfax (Tunisie).

FÉDÉRATION ALGÉRIENNE DE FOOTBALL (FAF) :

Le président de la FIFA réitère son souhait de rencontrer Zetchi

LE PRÉSIDENT de la Fédération internationale de football (FIFA), l'Italo-suisse Gianni Infantino, a réitéré son souhait de rencontrer le président de la Fédération algérienne (FAF) Kheireddine Zetchi, élu le 20 mars dernier à la tête de l'instance fédérale. Le premier responsable de la FIFA s'exprimait dans un message de félicitations adressé, à travers le président de la FAF, à l'ES Sétif, sacrée championne d'Algérie pour la 8e fois de son histoire.»Ce titre témoigne de la persévérance de tous. Mes félicitations s'adressent naturellement à tous les artisans de ce succès (...) Au nom de toute la communauté du football, je tiens à remercier l'ES Sétif et votre fédération de nous aider à véhiculer le message positif du football. Je reste à votre écoute et me réjouis de pouvoir vous rencontrer bientôt», a écrit Infantino dans un message, publié mardi sur le site officiel de la FAF. Quelques jours après son élection à la tête de la FAF, Kheireddine Zetchi a reçu les félicitations du premier responsable de la FIFA, qui l'a convié au siège de l'instance mondiale à Zurich (Suisse) pour une réunion de travail. Zetchi était l'unique candidat à la succession de Mohamed Raouraoua qui a décidé de ne pas briguer un troisième mandat de suite à la tête de la FAF.

RACHID GHEZZAL PLUS PROCHE QUE JAMAIS DE L'AS ROME

L'AILIER INTERNATIONAL algérien Rachid Ghezzal, en fin de contrat avec l'Olympique Lyonnais , est attendu le 1er juillet prochain en Italie pour éventuellement s'engager avec l'AS Rome (Serie A italienne de football), rapporte lundi le quotidien Il Messaggero. Le nouveau directeur sportif de la Roma Monchi fait de Ghezzal l'une des priorités du club vice-champion d'Italie, d'autant que le joueur est libre de tout engagement après l'échec des négociations pour la prolongation de son bail avec l'OL. Le dirigeant romain voudrait faire de Ghezzal le successeur de l'Egyptien Mohamed Salah, annoncé du côté de Liverpool où les Anglais seraient prêts à débourser 45 millions d'euros. Appelé à prolonger son contrat avec l'OL, Ghezzal (25 ans) a fini par rejeter les nombreuses propositions qui lui ont été faites par le président lyonnais Jean-Michel Aulas en dépit d'une revalorisation salariale conséquente.

FAOUZI YAYA DANS LE VISEUR DU CLUB AFRICAIN

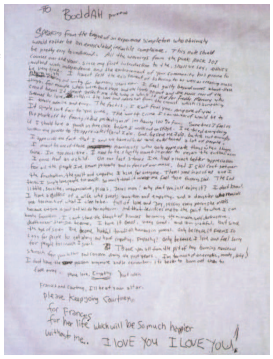
LE CLUB AFRICAIN, récent vainqueur de la Coupe de Tunisie, a fait du milieu offensif du MO Béjaia, Faouzi Yaya, l'une de ses priorités estivales en vue d'un éventuel recrutement, rapporte lundi la presse locale.Les dirigeants tunisiens sont passés à la vitesse supérieure en prenant attache avec l'agent du joueur en prélude à une offre financière concrète, précise la même source. Toutefois, le joueur âgé de 27 ans est fortement convoité par l'USM Alger (Algérie), qui selon la presse spécialisée nationale est sur le point d'officialiser son arrivée après avoir assuré celle de l'attaquant Okacha Hamzaoui en provenance de Nacional Madeira (Portugal).Yaya s'est illustré lors de la campagne du MOB la saison dernière en Coupe de la Confédération africaine (CAF) où les « Crabes » ont pu atteindre la finale perdue face au TP Mazembe (aller 1-1, retour 4-1).Le MO Béjaia, relégué sans gloire en Ligue 2 après une saison catastrophique, va enregistrer un départ massif de ses cadres cet été, alors que la direction n'a pas encore désigné de nouvel entraîneur.

COUPE DES CONFÉDÉRATIONS : ALLEMAGNE 3-2 AUSTRALIE

L'ALLEMAGNE, championne du monde en titre, n'a pas manqué ses débuts dans la 10e édition de la Coupe des Confédérations de football.La National Mannschaft, qui aligne une équipe B dans ce tournoi, a battu l'Australie 3-2, lundi en fin d'après-midi à Sotchi. Dès la 5e minute, Stindl a porté l'Allemagne aux commandes. Rogic a égalisé à la 41e mais le Parisien Julian Draxler, sur penalty, redonna l'avance aux Allemands juste avant le retour au vestiaires (44e).Matt Ryan, prêté en janvier au KRC Genk, s'est retourné une troisième fois à la 48e des oeuvres de Goretzka. Les Socceroos ont réduit la marque par Juric (56e), après confirmation de l'arbitrage vidéo, mais n'ont pu malgré leurs efforts accrocher le partage. Troisi (ex-Zulte Waregem) est monté au jeu à la 71e à la place de Rogic.
Dimanche à Moscou, dans le premier match du groupe B, le Chili avait battu le Cameroun, entraîné par Hugo Broos, 2-0.

LA LETTRE DE SUICIDE DE KURT COBAIN A ÉTÉ ADRESSÉE À SON AMI D'ENFANCE IMAGINAIRE !





LA GUERRE de Trois cent trente-cinq Ans a opposé l'archipel de Sorlingues, au large du pays de Cornouailles, aux Pays-Bas, et comme son nom l'indique, elle a duré 335.
Bien que cette guerre soit l'une des plus longues de l'histoire elle n'a causé aucune victime, en effet, aucun coup de feu n'a été tiré, faisant d'elle la guerre la plus pacifique de l'histoire.
Cette guerre a été déclarée en 1651 et le traité de paix n'a été signé qu'en 1986. Plus de détails sur ses origines.
Par exemple, lorsque nous sommes en coulisses, que les lumières s'éteignent et que les hurlements frénétiques de la foule commencent à se faire entendre, cela ne me touche plus autant qu'un Freddie Mercury, qui semblait adorer et se délecter de l'amour et de l'adoration que cette foule lui témoignait, ce que j'admire et envie totalement. Le fait est que je ne peux pas vous tromper, aucun d'entre vous. Cela n'est honnête ni pour vous ni pour moi. Le pire crime auquel je puisse penser serait de duper les gens en prétendant que je m'amuse encore à 100%. Parfois, j'ai l'impression que c'était comme si je pointais avant de monter sur scène. J'ai essayé tout ce qui était en mon pouvoir pour y prendre plaisir (et j'y prends effectivement plaisir, mon dieu croyez moi, j'y prends plaisir, mais pas suffisamment). Je me réjouis d'avoir touché et diverti tant de gens. Je dois être l'un de ces narcissiques qui n'apprécient les choses que lorsqu'elles ne sont plus. Je suis trop sensible. J'ai besoin d'être légèrement engourdi pour retrouver l'enthousiasme de mon enfance.
Au cours de nos trois dernières tournées, j'ai pu apprécier bien mieux tous les gens que j'ai rencontrés personnellement ou en tant qu'admirateur de notre musique ; mais je ne parviens toujours pas à surmonter la frustration, la culpabilité et l'empathie que j'éprouve à l'égard de tout le monde. Il y a de la bonté en chacun de nous et je pense que j'aime tout simplement trop les gens. Tant et si bien que ça me rend foutrement triste. Pauvre petit, susceptible et ingrat, né sous le signe du poisson, doux Jésus. Pourquoi ne pas simplement se réjouir ? Je ne sais pas !
J'ai une femme divine qui transpire l'ambition et la compassion et une fille qui me rappelle trop ce que j'ai été, pleine d'amour et de joie, qui embrasse chaque personne qu'elle croise parce que chacun est bon et ne lui fera pas de mal. Et ça me terrifie au point que je peux à peine fonctionner. Je ne peux pas me faire à l'idée que Frances puisse devenir le rocker misérable, autodestructeur et suicidaire que je suis aujourd'hui.
J'ai de la veine, beaucoup de veine, mais dès l'âge de sept ans, j'ai commencé à haïr l'être humain en général. Simplement parce que ça semble si facile pour les gens qui ont de l'empathie de bien s'entendre. Seulement parce que j'aime trop les gens et que je me montre trop compatissant envers eux, je crois.
Je vous remercie tous, depuis le gouffre brûlant de mon estomac nauséeux, pour vos lettres et l'intérêt que vous m'avez accordé ces dernières années.Je suis un gosse, trop erratique et trop instable ! Je n'ai plus de passion, alors rappelez-vous : il vaut mieux brûler franchement que s'éteindre à petit feu.

Paix, amour, compassion. Kurt Cobain.
Frances et Courtney, je vous adorerai toujours. S'il te plaît, Courtney, continue pour Frances. Pour sa vie, qui sera bien plus heureuse sans moi.
JE VOUS AIME. JE VOUS AIME !!!

UNE CHASSE AU TRÉSOR VIRE AU CAUCHEMAR AUX ÉTATS-UNIS

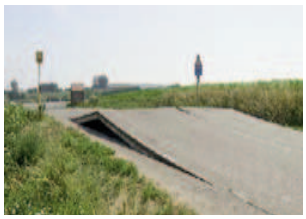


FORREST FENN, un collectionneur d'art, a caché un trésor de plus d'un million de dollars dans la campagne du Nouveau-Mexique. Les Américains le cherchent sans relâche depuis sept ans. Mais selon le Huffington Post, cette ruée vers l'or a déjà fait deux victimes: Randy Bilyeu et Paris Wallace. Le corps de ce dernier a été découvert dimanche passé. Et pour ses détracteurs, il est grand temps de mettre un terme à cette chasse au trésor. "Il n'y a aucun trésor. Ce n'est pas vrai", peste la veuve de l'une des victimes.
C'est une chasse au trésor qui déchaîne l'Amérique depuis 2010. Forrest Fenn, un célèbre collectionneur d'art, a caché un trésor de plus d'un million de dollars dans la campagne du Nouveau-Mexique. Il s'agit d'une cassette contenant de 20 kilos pleine de pièces d'or, de pépites, de figurines précolombiennes et de bijoux précieux comme une bague en or et émeraude du XVIIe siècle ou un bracelet en turquoise.
"Ce n'est pas impossible de le trouver"
Ce trésor est à celui qui saura déchiffrer les indices qu'il a cachés dans son autobiographie. Ce qui a provoqué une sorte de ruée vers l'or dans les montagnes au nord de Santa Fe.
"Je me suis dit que, si je devais m'en aller, je voudrais que quelqu'un s'amuse avec ces trésors autant que moi", confie ce vétéran du Viêt Nam. "Je ne dis pas que c'est facile de le trouver mais ça n'est pas impossible".

Neuf indices dans un poème
Dans son autobiographie, Forrest Fenn a aussi donné neuf indices très vagues sur son emplacement dans un poème de 24 vers. Son but? Faire que les gens tombent amoureux des grands espaces et de la nature, et de leur transmettre ce qu'il appelle "le frisson de la chasse". Seulement voilà, cette ruée vers l'or s'est transformée en cauchemar pour deux aventuriers. Le premier s'appelle Randy Bilyeu. Son corps a été découvert près du Rio Grande, dans le Nouveau-Mexique. Il n'avait plus donné signe de vie depuis dix jours. "J'ai créé un monstre", avait déclaré, avec tristesse, Forrest Fenn à l'époque.

"C'est une tragédie"
Selon le Huffington Post, une seconde victime a été découverte dimanche passé. Il s'agit de Paris Wallace, un pasteur du Colorado. Son corps a été retrouvé loin de son véhicule, sans son sac à dos. Il avait disparu des radars depuis mercredi passé, selon son épouse.
Aujourd'hui, les critiques s'abattent sur Forrest Fenn. Des centaines de personnes exigent que cette chasse au trésor, qui a déjà fait deux victimes, prenne fin le plus rapidement possible.
Depuis sept ans, personne n'est parvenu à déchiffrer son énigme. "C'est une tragédie", a-t-il avoué dans l'émission "This Morning" sur CBS.
"The Thrill of the Chase"
Les neuf indices dévoilés par Forrest Fenn se trouvent dans un poème publié dans son autobiographie "The Thrill of the Chase" ("Le Frisson de la Chasse", voir sous l'article). Linda, l'épouse de la première victime, garde une rancoeur tenace vis-à-vis de Forrest Fenn.
"Il n'y a aucun trésor. Ce n'est pas vrai. Il a perdu sa vie à cause d'un mensonge. Seul un homme peut arrêter cette folie, même s'il prétend rendre un bon service", a conclu Linda dans The Washington Post.

HAINAUT : LA CHAUSSÉE SE SOULÈVE D'UN MÈTRE SOUS L'EFFET DE LA CHALEUR



LA VOIRIE souffre aussi de la canicule... Une route s'est soulevée d'un mètre sur les deux bandes de circulation ce lundi à Frasnes-lez-Anvaing, dans la province du Hainaut (Wallonie picarde), relate RTL-TVI dans son édition du 13h (voir vidéo).
Le joint de dilatation n'a pas résisté à la hausse du mercure et la chaussée s'est tout à coup transformée en véritable "tremplin" improvisé.
L'échevin des Travaux publics a expliqué les raisons de ce spectaculaire soulèvement. Selon Pierre Veche, l'armature en fer n'a pas résisté à la température et s'est peu à peu dilatée jusqu'à la rupture totale.

DES VOLS GRATUITS À VIE POUR UN BÉBÉ NÉ EN AVION



LA COMPAGNIE AÉRIENNE indienne Jet Airways a décidé d'offrir des vols gratuits à vie à un petit garçon né dimanche sur un vol reliant Dammam en Arabie saoudite à Kochi en Inde. La mère et l'enfant se portent bien. Ils ont été conduits à l'hôpital après l'atterrissage de l'avion, expressément dévié à Mumbai. Le personnel de cabine et une infirmière qui se trouvait à bord ont participé à l'accouchement prématuré.Il s'agissait du premier accouchement survenu au cours d'un vol Jet Airways. Ce n'est pas la première fois qu'une compagnie aérienne offre des vols -limités ou à vie- suite à une naissance à bord d'un appareil.

AVEC LA LÉGALISATION DU CANNABIS, LES ANIMAUX VEULENT PLANER AUSSI



CAYLEY, six ans, vient de prendre son petit-déjeuner, et agite frénétiquement la queue. Le labrador noir, euphorique, attend sa dose de marijuana, administrée matin et soir par son maître Brett Hartmann pour l'aider à lutter contre l'anxiété.
"Depuis que j'ai commencé à lui donner du CBD (cannabidiol, un extrait de marijuana), son angoisse de séparation a disparu", affirme M. Hartmann, 30 ans, à propos de sa chienne, acquise lorsqu'il était étudiant pour l'aider lors de ses crises d'épilepsie.

Pain complet maison



Ingrédiants :

- 500g de farine complète
- De l'eau
- Du sel
- Une cuil. à café de sucre

Le levain

- 20g de levure boulangère
- 80g de farine
- Environ 100g d'eau

Les étapes

- Commencer par préparer le levain : dans un saladier, délayer la levure dans un peu d'eau tiède, ajouter la farine, le reste d'eau tiède, mélanger, on obtient une pâte très collante et assez liquide (pas trop)
- Couvrir et laisser lever pendant 40 minutes dans un endroit chaud.
- Le levain est prêt lorsqu'il a bien doublé ou triplé de volume
- Dans le bol du robot pétrin mettre la farine ajouter une petite cuillère de sucre, le levain, du sel et laisser pétrir pendant 20 minutes en ajoutant de l'eau tiède petit à petit jusqu'à la formation d'une boule très souple.
- Couvrir et laisser lever dans un endroit chaud pendant 1 heure (jusqu'à ce que la boule double de volume)
- Dégazer la pâte en la retravaillant un peu à la main sur un plan de travail fariné, former un bâtonnet puis le couper en tronçons, donner à chaque tronçon une forme de petites baguettes ou petits pains,
- Faire des petites incisions couvrir et laisser lever à nouveau dans un endroit chaud.
- Vaporiser les pains d'eau et mettre à cuire dans four préchauffé à 210°C jusqu'à cuisson 15 à 25 minutes selon la taille des pains).
- Le faite de vaporiser le pain d'eau avant la cuisson permet d'avoir une croute très croustillante

Tajine de dorade à la chermoula



Les ingrédients:

- 3 cuil. à soupe de persil frais haché
- 2 gousses d'ail
- 1 cuil. à café de curcuma
- 1 cuil. à café de paprika
- 1 cuil. à café de cumin moulu
- Un filet d'huile d'olive
- Un demi-verre d'eau
- Sel, poivre
- 3 dorades
- 2 oignons
- 4 pommes de terre
- 2 tomates
- Un poivron rouge
- Un demi-citron

●●● commencer par préparer la chermoula: mélanger le persil avec l'ail écrasé, le curcuma, le paprika, le cumin, ajouter un filet d'huile d'olive, du sel et du poivre, mélanger puis ajouter un demi verre d'eau
Écailler, évider et rincer les dorades, couper la tête et la queue puis badigeonner les de sauce chermoula

- Laisser le poisson mariner au frais dans cette sauce, le temps de préparer les légumes.
- Éplucher et couper les pommes de terre et les oignons en tranches
- Couper les tomates en tranches aussi
- Faire griller le poivron directement sur le feu, enfermer le dans un sac en plastique immédiatement, 10 minutes plus tard, retirer la peau grillée du poivron, le rincer puis le couper en fines lamelles.
- Dans un plat à tajine, verser un filet d'huile d'olive puis mettre par dessus un lit de tranches d'oignons (ce qui évitera que le poisson attache sur le fond tajine)
- Déposer par dessus les 3 daurades marinées, puis le reste d'oignon en tranches Badigeonner les pommes de terre coupées avec la sauce chermoula, et disposer les par dessus.
- Disposer ensuite une couche de tomates en tranches et verser un peu d'eau dans le reste de la sauce pour arroser les tranches de tomates
- Couvrir le tajine et laisser cuire à feu doux.
- Au bout de 40 minutes de cuisson, les pomme de terre deviennent fondantes, à ce moment-là, ajouter les lamelles de poivrons et décorer avec quelques crevettes cuites, fermer le tajine et laisser mijoter pendant 10 à 15 minutes à feu doux.
- Avant de servir, arroser le tajine avec le jus d'un demi citron...

Veloutes de courgette



Ingrédients :

- 500gr de courgettes
- 1gros oignon
- 1 pomme de terre
- 1 cube de bouillon de volaille
- 1 c à s et demi de beurre
- eau
- Poivre et juste un peu de sel (selon le cube de bouillon)
- Crème fraiche

Méthode de préparations:

1. Dans une cocotte, faire revenir les légumes coupés en gros dés dans une cuillère de beurre. Baisser le feu, et laisser suer tout doucement
2. Rajouter les cubes de bouillon de volaille et couvrir à niveau les légumes d'eau chaude
3. Fermer la cocotte et laisser cuire une dizaine de minutes
4. Mettre les légumes dans un bol mixé avec un peu d'eau de cuisson
5. Mixer et rajouter de l'eau de cuisson si nécessaire, jusqu'à l'obtention d'un velouté crémeux
6. Servir chaud avec un filet de crème fraiche et du poivre du moulin

Jus de citron



Ingrédients

- 1 litre de lait
- 1 petite bouteille d'aromes de citron
- 500 g de sucre semoule
- 3 litres d'eau
- colorant jaune

Préparation

- Mixez le lait, l'arome, le sucre, puis mélangez avec l'eau.
- Mixez bien au mixeur et laissez au frais pendant 1 heure.

Mousse au chocolat



Ingrédients

- 60 cl de crème liquide entière
- 150 g de chocolat noir
- 100g de chocolat au lait pâtissier
- Une feuille de gélatine soit 3g

●●● Mettre la gélatine à ramollir pendant 5 minutes dans un bol d'eau froide.
Faire chauffer 5 cl de crème liquide puis ajouter la gélatine essorée, mélanger puis retirer du feu.
Pendant ce temps là, à l'aide d'un robot monter les 55 cl crème liquide bien froide en chantilly ferme ajouter délicatement le chocolat fondu auparavant au bain marie ou au micro-ondes et le mélange de crème/ gélatine tiède.
Verser dans des verrines, décorer avec du chocolat fondu puis mettre au frais pendant 3 heures minimum (ou plus si possible)
J'ai décoré enfin avec du chocolat décoré avec des feuilles de transfert, il suffit d'étaler du chocolat fondu sur une demi feuille de transfert, de laisser figer au réfrigérateur, puis de casser des morceaux de chocolat en retirant la feuille de transfert.

Brick à la viande hachée - œufs

Les ingrédients:

- Un paquet de feuilles de brick
- 400g de viande hachée
- 2 œufs durs
- 1 œuf (cru)
- 2 cuil. à soupe de persil haché
- 1 cuil. à café de paprika
- 1 cuil. à café de purée d'ail
- 2 oignons
- Du fromage râpé (facultatif)
- Sel, poivre



●●● Faire revenir les oignons coupés en petits dés dans un filet d'huile d'olive, ajouter l'ail.
Ajouter la viande hachée, le persil, paprika, sel et poivre et laisser cuire en mélangeant
Retirer du feu et laisser refroidir
Couper les œufs durs en petits morceaux puis les mélanger avec la viande hachée
Ajouter enfin l'œuf (cru) et mélanger pour lier l'ensemble puis le fromage râpé.
Couper les feuilles de brick en deux
Placer une cuil à soupe de farce sur une demi feuille de brick (pliée en deux – voir photo) et plier.

BOUQALA DU JOUR

Soubhan man sawrak…Wa khalak fatna lanass…Ma waldouk fel bahdja…Wala fass…Fatha 3ala khadak sab7 7abass…Ward wa yasmine wa karanfal wa bass… Diti kamél al sarr…Wach khaliti linass

Questions ?
Réponses !

SOMMEIL ET VIEILLISSEMENT : QUELS LIENS ?



Performances physiques diminuées, souffle réduit, difficultés à accommoder la vision de près … Si nous acceptons « naturellement » de voir nos capacités physiques amenuisées avec le temps, il nous est souvent plus difficile de comprendre que le vieillissement agit sur le sommeil. Nous ne dormons pas en effet de la même manière à 20 ans, qu'à 60. En cause notamment, un changement hormonal qui bouleverse notre horloge biologique.

Pour dormir, nous disposons d'une hormone sécrétée dans le cerveau, la mélatonine. Une hormone célèbre et dont on parle beaucoup… sans la connaître toujours très bien. Ce que l'on sait pourtant, c'est qu'elle joue un rôle essentiel dans la régulation de notre horloge interne. Sécrétée lorsque vient l'obscurité, la mélatonine est l'un des métronomes de notre organisme. C'est elle qui nous annonce « l'heure du coucher ». Or passé 55 ans, sa sécrétion diminue et partant, l'ensemble de la mécanique du sommeil se détraque…

D'autres facteurs peuvent bien sûr perturber le sommeil. Le stress, mais également des pathologies liées à l'âge comme les douleurs articulaires et surtout la gêne respiratoire, qui peut entraîner des réveils nocturnes fréquents. Sous oublier peut-être, le sentiment de voir le temps qui passe… Mais la mélatonine, elle, est au centre de ce grand chambardement qui peuple nos nuits.

On connait mieux la plomberie volcanique de l'éruption du Saint Helens

Lentement mais sûrement, les volcans livrent leurs secrets. On vient ainsi de réaliser une tomographie sismique sous le célèbre mont Saint Helens. Elle a révélè l'existence de deux chambres magmatiques et suggéré l'existence d'une connexion entre elles qui serait peut-être à l'origine de la fameuse éruption du 18 mai 1980.



Le 18 mai 1980 après 123 ans de sommeil, le mont Saint Helens allait faire une entrée tonitruante dans le monde de l'histoire de la volcanologie en se mettant en éruption avec une puissance équivalente à au moins 10.000 bombes d'Hiroshima. Il allait ainsi perdre 400 m de hauteur et environ un tiers de son volume en quelques minutes. Depuis lors, ce stratovolcan de la chaîne des Cascades, dans l'état de Washington aux États-Unis, a été l'un des plus étudiés au monde. L'activité volcanique du Saint Helens juste avant cette éruption n'avait d'ailleurs pas manqué d'attirer de célèbres volcanologues comme Maurice et Katia Krafft, mais aussi Haroun Tazieff.

Aujourd'hui, le mont Saint Helens est plus calme, mais les géophysiciens et les géochimistes continuent d'étudier ses entrailles, les premiers par des méthodes électriques, magnétiques et bien sûr sismiques et les seconds en investiguant les gaz et la composition des laves et des cendres. Or justement, on commence à avoir les premiers résultats d'une campagne de mesures lancée en 2014 dans le cadre du projet imaging Magma Under Saint Helens (iMUSH). Il s'agissait notamment d'illuminer le sous-sol sous le volcan à l'aide des ondes sismiques produites par 23 explosions de forte puissance. Les signaux résultants ont ensuite été enregistrés par environ 2.500 sismomètres installés autour de l'édifice volcanique.

Un mélange de magma à l'origine de l'éruption explosive du Saint Helens ?

Le traitement de signaux a finalement permis de dresser une carte 3D révélant les caractéristiques du stockage et du transport du magma non seulement sous le mont Saint Helens, mais aussi sous d'autres volcans adjacents dans la région comme le mont Adams. La méthode de tomographie sismique a ainsi montré qu'il existait une première chambre magmatique de grande taille entre 5 et 12 kilomètres de profondeur ainsi qu'une seconde, plus importante, entre 12 et 40 kilomètres de profondeur entre le Saint Helens et le mont Adams cette fois-ci. Ces deux chambres seraient également en communication d'après les données obtenues. En effet, des petits séismes étudiés lors de l'activité volcanique du Saint Helens en 1980 apparaissent maintenant comme distribués sur un chemin reliant ces deux chambres ce qui suggère que la plus profonde a alimenté à ce moment-là celle située sous le volcan.

Les données de la géochimie et de la magmatologie sont d'ailleurs favorables à l'idée que bien des éruptions proviennent en partie d'un mélange de magma, notamment à l'occasion de l'irruption dans une chambre magmatique d'un magma plus frais. La différentiation des magmas dans une chambre magmatique qui évolue au cours du temps en refroidissant doit pouvoir aussi intervenir. En effet, dans une chambre, des cristaux générant un magma plus dense finissent par se former et à sédimenter, appauvrissant un magma initial qui peut devenir moins dense et plus léger donc monter en direction de la surface.

Une chanson pour calmer les pleurs de bébé

DES CHERCHEUSES canadiennes ont montré qu'une chanson est plus efficace que la voix seule pour calmer les pleurs d'un bébé. Voici qui devrait inciter les jeunes parents à plus souvent utiliser leurs talents de chanteurs !

Le travail paru dans Frontiers in Psychology des professeurs Mariève Corbeil, Sandar E. Trehub et Isabelle Peretz de l'université de Montréal a porté sur 30 nourrissons en bonne santé, âgés entre six et neuf mois. Les chercheuses ont fait entendre aux enfants des enregistrements de paroles (en langage « de bébé » et d'adulte) et de musique en turc, pour que les sons ne leur soient pas familiers. « Leurs parents se trouvaient dans la salle ; ils étaient assis derrière leur bébé », précisent-elles. « Leurs expressions faciales ne pouvaient donc pas influencer celle de l'enfant. »

Résultat, les petits demeuraient calmes deux fois plus longtemps grâce aux chansons (qu'ils ne connaissaient même pas) que lorsqu'ils entendaient quelqu'un leur parler. Ainsi, « lorsqu'ils entendaient une chanson turque, les bébés restaient calmes pendant environ neuf minutes en moyenne », contre un peu plus de quatre minutes lorsque quelqu'un parlait, qu'il s'agisse ou non de langage de bébé.



L'efficacité des rondes enfantines n'est donc plus à prouver ! Elles apaiseront bébé pendant une période prolongée. « Même dans l'environnement relativement stérile de la salle d'expérience – murs noirs, lumière tamisée, absence de jouets et de toute stimulation visuelle ou tactile – la voix d'une femme qui chante maintenait le bien-être des bébés plus longtemps que la parole », soulignent les auteurs. « Ces conclusions sont importantes, car les mères, en Occident en particulier, parlent beaucoup plus qu'elles ne chantent à leurs enfants », poursuivent-elles. « Elles ne mettent donc pas à profit les propriétés de régulation des émotions liées au chant. » Or « ce dernier pourrait être particulièrement utile aux parents exposés à des difficultés socioéconomiques ou émotionnelles ». Ceux-ci ont parfois du mal à garder leur sang froid devant un nourrisson inconsolable. Raison pour laquelle la musique pourrait constituer pour eux une solution gratuite, facile à mettre en œuvre et donc efficace.

Chiffres clés : les navigateurs Internet

Trimestre après trimestre, l'évolution des parts de marché des principaux navigateurs sur la base de plusieurs sources de données. En septembre 2016, Chrome écrase toujours autant la concurrence 62,62%. Et Firefox ? Il redresse la tête à 9,19% et creuse l'écart avec Microsoft Edge au point mort (5,16%).



En raison des forts écarts observés selon la méthodologie employée par les instituts de mesure, ZDNet.fr a décidé de compléter sa rubrique consacrée aux chiffres clés des navigateurs afin de permettre aux lecteurs de comparer les données de NetMarketShare (basées sur les visites uniques), StatCounter (pages vues) et AT Internet (visites enregistrées pour un périmètre de sites Web).

Navigateurs dans le monde et en Europe (2016)

Chrome au-delà des 60% - Pour StatCounter, le premier navigateur dans le monde sur desktop, en termes d'usage (pages vues), est sans conteste Google Chrome. Depuis octobre 2014, l'adoption progresse de manière continue et Chrome est ainsi passé au-dessus du seuil des 60%. En septembre 2016, Chrome atteint 62,62% des pages vues. Depuis janvier, Chrome a gagné près de 6 points. La firme de Mountain View laisse ainsi loin derrière ses rivaux. Internet Explorer, qui plonge ces derniers mois, est à 10,73%. Il est supplanté par Firefox à 15%. Pour autant, le logiciel de la fondation Mozilla est loin de se porter à merveille. Comme IE, il a beaucoup souffert de l'adoption de Chrome. Sur poste de travail, Safari et Opera se placent plus loin encore à respectivement 4,75% et 1,75%.

Un sursis pour Firefox - Chrome et Internet Explorer se sont croisés en mars. Et depuis, le navigateur de Google a pris la tête (en visites) : IE descend, descend toujours plus, tandis que Chrome suit une trajectoire radicalement opposée à 54,41% en septembre 2016. Et le dernier né de Microsoft, Edge ? Sa progression reste lente (5,16%). Pourtant, l'éditeur a paramétré par défaut son nouveau navigateur sur Windows 10. Les utilisateurs du système font donc volontairement le choix de conserver leur logiciel habituel de navigation.

Il est vrai que Edge reste peu mature et souffre de certaines lacunes, comme l'absence d'extensions. Le support des extensions est tout récent. Par ailleurs, le logiciel n'est disponible que pour Windows 10. Le mois dernier, il s'est malgré ses défauts hissé à 5,16% de part de marché. Sur PC, il se place donc, après un an, devant Safari, Opera et se rapproche aussi dangereusement de Firefox (9,19%). Le navigateur de Mozilla est en souffrance. En l'espace d'un an, il a perdu plusieurs points de part de marché. Mozilla compte bien se relancer en se distinguant notamment sur des fonctionnalités uniques. Firefox s'efforce aussi de soigner ses performances en misant pour cela sur Electrolysis. Le déploiement n'en est encore qu'à ses débuts et le gain sujet à débats.

La dégringolade d'Internet Explorer - En juillet, IE est supplanté par Google Chrome à 50,95%. Firefox stagne toujours à 8,12%. Safari et Opera se situent eux bien plus bas. Toutefois en Europe et en France, la concurrence est plus féroce entre les navigateurs. Internet Explorer a souvent été évincé par la concurrence parmi les pays européens. La place de numéro un revient ainsi à Chrome en Europe et notamment aussi en France.

Chiffres des navigateurs en France (2016)

Chrome... et le reste du monde - Chez StatCounter, la domination de Chrome en France est évidente, comme au niveau mondial. En septembre 2016, le navigateur de Google faisait la course en tête à 50,11%. Firefox, l'ancien champion du marché français est globalement à l'arrêt depuis plusieurs mois. Une bonne nouvelle toutefois : sa part de marché cesse de plonger. En juillet, Firefox était à 24,31%. Le logiciel de Mozilla étrille toujours Internet Explorer à 10,03%. Quant au navigateur d'Apple, Safari, il est à 8,52%. Le navigateur profite sur desktop des bonnes ventes de Mac. Ses marges de progressions sont toutefois limitées.

Et Microsoft Edge, le navigateur par défaut de Windows 10, profite-t-il de la forte adoption de cette version en France (32,26%) ? Assez peu finalement puisqu'en septembre, la part de marché du logiciel était de 4,72%. Et pourtant, au cours du même mois, Windows 10 a nettement progressé en France et est lancé pour s'installer durablement devant

IPHONE 8 : ADIEU LE BOUTON HOME ?



LE PROCHAIN smartphone, attendu l'an prochain, devrait enfin apporter une vraie rupture avec les modèles précédents.

La disparition du bouton Home fait partie des arlésiennes concernant l'iPhone. Si celui-ci a récemment évolué (en devenant haptique et non plus mécanique), il est toujours bel et bien présent. Pour combien de temps encore ? Car selon plusieurs rumeurs concordantes, le prochain iPhone lancé en 2017 apportera enfin une véritable rupture de forme.

D'ailleurs, des petits malins ont déjà remarqué qu'iOS 10 possède une fonction permettant d'afficher un bouton Home virtuel (quand le bouton haptique est en panne par exemple). Conclusion (facile ?) : cette fonction est censée confirmer la disparition prochaine dudit bouton et le passage au haptique constituerait sa dernière évolution technologique... Sa disparition permettrait d'agrandir la taille de l'écran sans avoir à agrandir le châssis.

Selon le très prolifique Ming-Chi Kuo du cabinet KGI, le prochain iPhone pourrait retrouver dos en verre, caractéristique des iPhone 4 et 4s. Les goûts en matière de design peuvent être discutés indéfiniment mais cette caractéristique donnait à l'iPhone un aspect très réussi.

Mais si le dos en verre était on ne peut plus classe, il était également fragile. Un choc, une chute pouvait briser assez facilement le verre mais il se pourrait qu'Apple ait résolu ce problème pour son prochain smartphone premium.

Côté pile, le verre et côté face l'OLED. En effet, il semble que le terminal exploitera cette technologie d'écran : les fabricants spécialisés ayant subitement programmé une hausse de leurs productions, notamment pour Apple.

Tesla mis en demeure de ne plus utiliser le terme "pilotage automatique"

LES AUTORITÉS allemandes demandent à Tesla de ne plus utiliser ce terme trompeur pour vanter les mérites de ses véhicules. Un rapport récent relevait les défaillances des voitures électriques du constructeur américain.Vanter les mérites de la fonction de pilotage automatique de la Tesla, voire même évoquer son nom : "Autopilot", sera désormais interdit à la marque sur le territoire allemand révèle le quotidien allemand Bild. L'Autorité fédérale des Transports Motorisés (KBA) a écrit à Tesla en ce sens. « Pour éviter les malentendus et les attentes erronées des clients, nous demandons de ne pas utiliser le terme trompeur d'Autopilot » mentionne le texte

Cette missive fait suite à la rédaction d'un rapport interne du ministère des transports allemand. Il concluait au « danger considérable » que présentait sur les routes cette fonctionnalité des véhicules Tesla S (Lire Tesla : un rapport allemand accable la sécurité d'Autopilot). Entre autre grief : les conducteurs se reposeraient trop ce système que Elon Musk lui même qualifie d'imparfait (lire Fail-operational et autopartage : l'avenir de la voiture autonome selon Elon Musk).

C'est le terme « assistance à la conduite » qui devra désormais être employé, par Tesla et l'ensemble des acteurs de l'industrie automobile qui travaillent sur ce sujet. L'expression « pilotage automatique » ne pourra être en fait utilisée que quand des systèmes qui peuvent "être utilisé sans une attention constante du conducteur" seront commercialisés.



ALLIANCE AVEC PANASONIC SUR LE SOLAIRE

Dans un tout autre domaine, le japonais Panasonic et Tesla viennent d'annoncer un accord de principe sur une collaboration dans la production de systèmes photovoltaïques. Ce partenariat est lié à l'aboutissement de l'acquisition de la société SolarCity par Tesla. Panasonic fabriquerait alors des panneaux solaires à Buffalo, dans l'Etat de New York, et ce sous réserve d'approbation par les actionnaires de Tesla de l'absorption de SolarCity, ont indiqué les deux entreprises dans un communiqué. Panasonic a hérité de technologies photovoltaïques de pointe avec l'absorption de son compatriote Sanyo il y a quelques années.

Le Forfait + à 200 DA L'ANNONCE

*UNE PETITE ANNONCE DE 4 LIGNES DONT CHACUNE COMPRENDRAIT - 26 SIGNES (ESPACE COMPRIS)

Loue local 40 M2, 1er étage, rue Larbi Ben Midi Alger Tel : 0771 13 66 82

EMPLOI DEMANDES

J. A., ARCHITECTE 05 ans d'expérience ETUDE et SUIVI, maitrise BIE AUTOCADE - ARCHICAD, cherche emploi. Télé. : (0554) 38.01.70.

J.F., 24 ans, licence en droit, sérieuse et dynamique cherche emploi dans le domaine ou autres. Tél. 0561.92.15.91.

J. H., architecte avec expérience maîtrise logiciel de dessin 2D 3D cherche emploi en sous-traitance avec Bet, ou en suivi de chantier.
Tél. : (0773) 51.40.25
Email : aminsami82@yahoo.fr

J.H., 34 ans superviseur HSE, cherche emploi dans une société nationale ou privée ou étrangère. Tél. : (0782) 54.09.72 / (0558) 39.96.59.

J. H., 25 ans, maîtrise l'outil informatique, ayant un diplôme «Agent technique en informatique », exp 6 ans. Ayant exercé les métiers d'infographe, de photographe pendant 5 ans et agent de saisie de dans un cybercafé. Tél. : (0561) 26.55.55

J. F., licenciée en sciences juridiques et administratives, ayant le certificat d'aptitude à la profession d'avocat (CAPA), 5 ans d'expérience dans le domaine administratif. Cherche travail dans le domaine ou autre.
Tél., (0664) 52.12.40.

JF. 25 ans sérieuse, titulaire d'une licence en commerce International cherche Emploi.
Tél : (0665) 53.77.86

J. H., ingénieur d'état en planification et statistique, expérience dans la planification et le suivi des projets, attestation de maîtrise Ms Project, , SPSS et XL stat, dégagé vis-à-vis du service nationale.
Tél. : (0553) 63.53.37

H. 41 ans, chauffeur catégoré léger, éxpérimenté, cherche emploi dans société publique ou étrangère, Alger et ses environs.
Tél. (0560) 72.67.07

J. H., âgée de 24 ans, titulaire d'une licence en sciences de gestion, option finance cherche un emploi dans le domaine.
Tél. : (0550) 71.01.18

Menuisier maîtrisant le travail sur bois, vernissage et autres, cherche emploi à temps plein ou à mi-temps pour villas ou appartements ou autres.
Tél. : (0773) 03.55.91

J.F., 23 ans, licencier en psychologie chimique, 6 mois de stage pratique au sein de l'hôpital Mustapha, un mois de stage mémoire à CPMC centre Pierre Marie Curie. Elément sérieux et ambitieux, bonne condition physique, maîtrise l'outil informatique.
Télé. : (0551) 12.48.14.

J. H., 35 ans, licence en finance + tech en informatique, exp 2 ans, assistant administratif principal au ministère + 03 ans chargé de recouvrement. Tél. (0664) 25.96.12

Dame cherche emploi comme garde-malade, Alger
Tél : (0560).30.08.96

J. H., cherche emploi comme réceptionniste ou gérant de restaurant.
Tél. : (0795) 97.58.41.

Jeune fille, licenciée en interprétariat et traduction (arabe, français, anglais) 8 ans d'expérience. Cherche emploi dans une société étatique ou privée.
Tél. (0776) 01.25.27

H âgé de 43 ans, marié avec 02 enfants, sérieux, cherche emploi comme chauffeur dans une entreprise nationale ou multinationale, expérimenté et bonne présentation.
Contacter : (0560).72.67.07

H. 50 ans, BEB, cherche emploi comme gérant de commerce ou équivalant
Tél : (0541).89.99.37



www.jeune-independant.net
Fondé le 28 mars 1990
QUOTIDIEN NATIONAL D'INFORMATION
Maison de la Presse
Tahar-Djaout
1, rue Bachir-Attar,
Place du 1er-Mai
16016 Alger
Tél. :
(021) 67.07.48/49
(021) 67.15.45
(021) 67.31.83
(070 25.19.19
Fax :
(021) 67.07.46
*****
Edité par la SARL Groupe Presse et Communication au capital de
9 764 000 DA
*****

Directeur Général
ALI MECHERI
Directeur de la publication
BOUDJEDRI TAHAR
(KAMEL MANSARI)
*****
Directrice de la Rédaction
TANIA GACEM
*****

IMPRESSION
Centre : SIA
Ouest : SIO
Est : SIE
SIMPRAL
******
FLASHAGE
Centre, Est : IJI
******
DIFFUSION
Centre : CIDP.
Ouest : SEDOR.
Est : Eurl KDP
******
PUBLICITÉ
Régie pub JI
Tél. : (021) 66.26.13
Fax : (021) 66.06.10
pub@jeune-independant.net

CONTACTEZ AUSSI
ANEP
1 rue Pasteur, Alger
Tél. : 021 73 76 78
021 73 71 28
021 73 30 43
Fax : 021 73 95 59
******
BUREAUX RÉGIONAUX
- Annaba
3, rue Ibn Khaldoun, Annaba
Mob. : (0662) 18.41.81
Fax : (038) 80.20.36
- Tizi Ouzou
6, rue Capitaine Si Abdallah
15 000
Tizi Ouzou
Tél. : (026) 22.95.62
Fax : (026) 22.95.62
- Constantine
Maison de la persse Ahmed Taâkoucht, Constantine
Tél-Fax : (031) 66.32.64
- Bejaïa
Bejaïa : Centre Commercial SABRACHOU, Quartier Sghir
Bureau N° 10
N° Tél : 034-12-66-21
Email : ljibejaia@yahoo.fr
- Tipasa
B.P. 66-A
42 000 Tipasa
Tél. : (024) 43.60.26

© 1990-2017

Jeune-Indépendant. Tous droits réservés. Reproduction partielle ou totale, par quelque procédé que ce soit, interdite sans autorisation expresse de la Direction. Les documents remis, envoyés ou électroniquement transmis au journal ne sont pas retournés et ne peuvent faire l'objet d'aucune réclamation, sauf accord écrit préalable.

Faudrait-il manger la peau des fruits?

Dans quels cas les manger?
Le plus grand problème des fruits et des légumes est qu'aujourd'hui, on les traite avec de nombreux pesticides pour les faire grandir plus vite et pour protéger les plantations.

Ces pesticides ont pénétré dans la peau à travers les pores et on ne peut les enlever même en lavant les fruits. Certains fruits sont plus touchés, selon leur porosité et leur grosseur.

C'est pour cela qu'il est toujours recommandé d'éplucher les fruits.

Pour les gens qui veulent aussi bénéficier des nutriments contenus dans la peau, il est conseillé de ne manger que des fruits bio. Il faut tout de même bien les laver avec de l'eau et du bicarbonate de soude, en râpant un peu la peau à l'aide d'un couteau ou quelconque ustensile spécial pour laver les légumes.



Les peaux recommandées

Il est toujours conseillé, s'ils sont biologiques, de consommer les fruits suivants avec la peau:

- La pomme: la peau des pommes regorge de quercétine et de triterpènes, des antioxydants efficaces pour combattre le "mauvais" cholestérol (le LDL-cholestérol). Preuve que la peau des pommes doit de préférence être consommée, à condition qu'elle soit attentivement nettoyée afin de la débarrasser des éventuels résidus de pesticides. Sa peau contient de l'acide ursolique, qui nous aide à maintenir les muscles sains, a des propriétés anti-inflammatoires et augmente la production de collagène. Ses composés que sont la pectine et les fibres luttent contre la constipation.

- La poire: pour bénéficier de toutes ses propriétés antioxydantes, nous devrions la manger avec la peau car elle contient énormément de vitamine C. De plus, la quantité de fibre soluble qui compose la poire permet d'assouvir sa faim et aide à prévenir la constipation et les maladies comme le cancer du colon.

- Les agrumes: la peau est la partie la plus antioxydante des agrumes grâce à sa haute teneur en flavonoïdes, qui nous aident à prévenir et à traiter naturellement le cancer, surtout ceux de la peau et du sein, et qui minimisent le risque de contracter des maladies cardiovasculaires. Ils contiennent aussi beaucoup de vitamine C et apportent de nombreux bénéfices purifiants, diurétiques, relaxants et digestifs. Ils proposent aussi des possibilités cosmétiques et culinaires étonnantes.

Des habitudes courantes qui nuisent à votre cœur !!

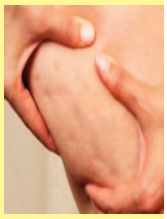


Le cœur est l'organe de base dans votre corps qui peut avoir les pires conséquences s'il faiblit. Vous trouvez les habitudes qui sont les plus dommageables pour votre cœur:

-Le sel provoque l'hypertension, augmente notre tension, et, petit à petit, cela devient une bombe à retardement pour votre cœur.

- Le stress et de l'anxiété
- Le manque d'exercice et l'obésité
- Souvenez-vous que manger c'est nous alimenter, offrir à notre corps ce dont il a besoin et ce qui est bon pour lui et éviter les plats préparés industriels
- Ne pas dormir entraîne un déséquilibre hormonal qui touche directement notre cœur, Il est essentiel de dormir entre 7 et 8 heures par nuit.
- N'hésitez pas, arrêter de fumer

ANTICELLULITE FAIT MAISON



Les résultats sont visibles dès 7 jours Il n'y a rien de plus facile que de faire ses propres crèmes, de façon entièrement naturelle. Ces crèmes sont généralement incroyablement plus efficaces que les crèmes de marque achetées en magasin. Nous vous proposons de faire cette crème anticellulite maison, les premiers résultats devraient être visibles dès 7 jours. Ingrédients:

_ 100 ml de crème hydratante pour bébé
_ 20 gouttes d'huile essentielle d'orange
_ 3-5 gouttes d'huile essentielle de cannelle

La crème pour bébé ne contient pas de produits chimiques ou d'autres substances nocives. Les experts de beauté disent que l'huile essentielle d'agrumes est un excellent anticellulite. Vous pouvez utiliser l'huile essentielle de l'agrume de votre choix. Mettez tous les ingrédients dans un bocal et remuez jusqu'à ce qu'ils soient tous bien mélangés. Vous ne devez pas utiliser plus de 5 gouttes d'huile essentielle de cannelle. Laissez reposer de 8 à 10 heures avant de l'appliquer. Il suffit juste de mélanger à nouveau avant utilisation et ne pas oublier de bien refermer le bocal après chaque utilisation.

BEURRE DE CACAO : PRODUIT DE BEAUTÉ NATUREL AUX NOMBREUX BIENFAITS



Gras et nourrissant comme le beurre de karité, le beurre de cacao se targue aussi d'être plus riche en phytostérols et en polyphénols que son rival. Ils protègent et aident la peau à cicatriser et à se réparer. Quant aux polyphénols, ces puissants antioxydants aident à lutter contre les radicaux libres et ralentissent le vieillissement cutané. Un atout pour les peaux sèches et matures.

Le beurre de cacao : pour une hydratation naturelle

Le beurre de cacao est issu de la pression à froid des fèves de cacao. Avec ses 53 % de matières grasses, il est nourrissant, cicatrisant et hydratant. Il peut être utilisé pour le visage et le corps et est idéal pour les peaux :
- sèches,
- dévitalisées,
- abîmées,
- déshydratées.

Ses usages particuliers à signaler sont :
- comme baume pour les lèvres ;
- en soin capillaire réparateur pour les chevelures sèches et abîmées ;
- pour préserver l'élasticité de la peau et prévenir l'apparition de vergetures lors de la grossesse.

Le beurre de cacao est un

Riche en vitamines A, B, C, E, en minéraux (fer, calcium, cuivre, magnésium), le beurre de cacao contient également des flavonoïdes, dont des polyphénols antioxydants.

Grâce à eux, il neutralise les radicaux libres, restructure l'épiderme et assure un bon fonctionnement cellulaire.

En plus d'être un puissant antioxydant naturel, il stimule la synthèse du collagène, ce qui redonne élasticité et tonus à la peau. Idéal donc pour lutter contre les effets du temps mais aussi contre les vergetures (rupture des fibres élastiques de la peau).

Les femmes africaines l'utilisent en massage durant et après la grossesse, pour préserver l'élasticité cutanée et prévenir l'apparition inesthétique de vergetures.

Roulé a la courgette et thon



Ingredients

- 3 a 4 belle courgettes rapées
- 1 oignon rapé
- 1 échalote rapée
- 3 a 4 oeufs
- persil haché
- 2 c a soupe de creme fraiche
- 3 c a soupe de lait
- sel, poivre noir, safran ou curcuma
- thon a l'huile selon le besoin
- fromage pour sandwiche
- quelques tomates cerises (facultatif)

Préparation :

1.râpez les courgettes nettoyées
2.hachez finement les oignons, l'échalote et le persil
3.mélangez tout ces ingrédients, avec les oeufs fouettées, la crème fraîche, et le lait
4.assaisonnez au sel, poivre noir, curcuma
5.étalez le mélange uniformément, dans un moule allant au four chemisé d'une feuille de papier cuisson beurrée
6.cuire dans un four préchauffé a 190 degrés C pendant presque 30 minutes
7.retirez le plateau du four, placez les formages spécial sandwich pour couvrir la surface
8.garnir la surface de thon égoutté de son huile, et de tomates cerises coupées en deux
9.roulez immédiatement a l'aide du papier de cuisson
10.puis remettre au four pour que ça prenne une jolie couleur pour 5 a 7 minutes
11.laissez refroidir un peu avant de découper et déguster

Feuilletées à la crème d'amandes



Ingrédients:

- 500 g de Farine.
- 10 g de sel fin.
- 25 cl d'eau froide.
- Quelque goutte de vinaigre d'alcool.
- 5 g de sucre.
- 250 g de beurre.

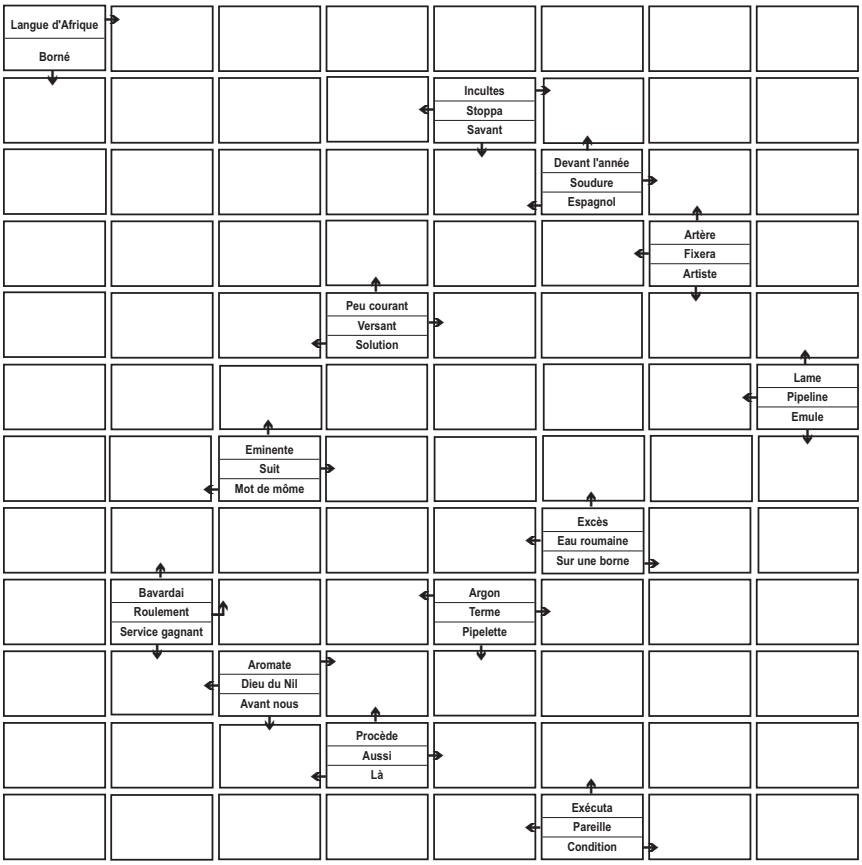
Garniture :
- 100 g d'amande moulu.
- 100 g de sucre glacé.
- 100 g de beurre fondu.
- 1 œuf.
- 1 sachet de sucre vanillé.

Pour la dorure : un œuf battu.

Préparation :

- Tamiser la farine avec le sel dans un grand plat, verser le sucre, le vinaigre, l'eau en mélangeant avec les doigts pour obtenir une pâte homogène.
- Travailler la pâte légèrement avec la paume de la main pour l'assouplir.
- Abaisser la pâte en rectangle.
- Placer le beurre au milieu, replier le haut et le bas de la pâte, de façon à ce que qu'ils se touchent au milieu.
- Coller les bords avec un rouleau à pâtisserie.
- Donner un quart de tour à la pâte puis abaisser pour obtenir deux rectangles.
- Placer le au réfrigérateur.
- Dans un bol, mélanger les amandes, le sucre, le beurre, le sucre vanillé et l'œuf.
- Placer la crème obtenue dans une poche à douille.
- Badigeonner le tour du rectangle de la pâte feuilleté avec l'œuf battu.
- Pocher la crème au centre de la pâte.
- Recouvrir la crème avec le rectangle de pâte restant.
- Appuyer sur les bords pour les souder.
- Badigeonner d'œuf et décorer avec la lame d'un couteau.
- Placer au four préchauffé à 180 °C pendant 25 minutes.
- Laisser refroidir et la couper en morceaux.

Mots fléchés n° 1816



SOLUTION MOTS FLECHES N° 1815

Horizontalement

- FAGOTES
IENA - UNE
MUETTE - X
AL - ARETE

GEL - ISE -
IMITE - RG
NEGRES - R
ANNE - AMI

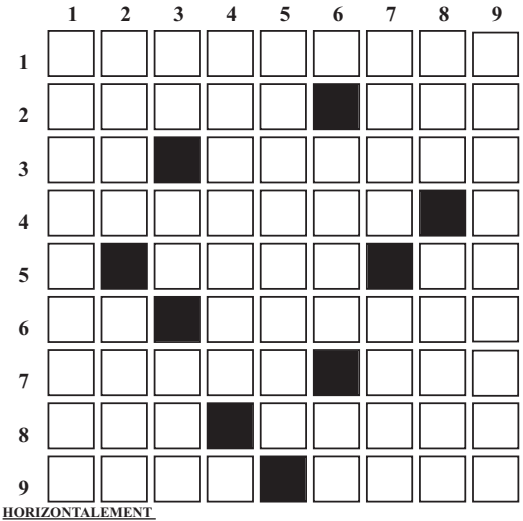
ITEMS - AM
R - SIESTE
EN - EVIER
SAC - ERRA

Verticalement

- IMAGINAIRES
FEULEMENT - NA
ANE - LIGNES - C
GATA - TREMIE -

O - TRIEE - SEVE
TUEES - SA - SIR
EN - TER - MATER
SEXE - GRIMERA

Mots croisés 9/9 n° 1816



HORIZONTALEMENT

1. Meurtre d'un ascendant direct - 2. Cahier cartonné - Parcourus - 3. Note de musique - Loupées - 4. Vacarmes - 5. Mouvement de l'œil - Petit tour - 6. Nota bene - Ennuie - 7. Réduit - Vallée submergée - 8. D'un auxiliaire - D'après - 9. Répandit - Recherche.

VERTICALEMENT

1. Elles sont disposées - 2. Risque - Tel un âne - 3. Rubidium - Ordinateur - Fils de Noé - 4. Campagnardes - 5. Inventes - 6. Bande - Agent de liaison - 7. Elles forment un archipel - Pièce d'écu - 8. Donc remboursable - Groupes musicaux - 9. Enlevant les broussailles.

SOLUTION N° 1815

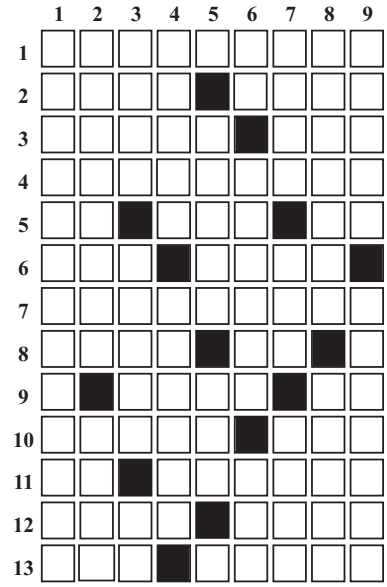
HORIZONTALEMENT

CHAPARDES
LIMONAIRE
ECOT - BROC
M - NILLES -
AS - NIE - IS
TENES - DOT
IRA - EPINE
TA - IRUN - M
ECALERAIS

VERTICALEMENT

CLEMATITE
HIC - SERAC
AMON - NA - A
POTINE - IL
AN - LISERE
RABLE - PUR
DIRE - DINA
EROSION - I
SEC - STEMS

Mots croisés 9/13 n° 1816



HORIZONTALEMENT

1. Impotents - 2. Sale - Observation - 3. Barbe naissante - Mur infranchissable - 4. Fait qui sort de l'ordinaire - 5.- Largeur de coupon - Ecole de cadres - Bien arrivé - 6. Pronom personnel - Se sustente - 7. Fermées - 8. Bien exposé - Avant la spécialité - 9. Shoots - Elle s'exprime en bulles - 10. Elève - Pièce des échecs - 11. Troisième personne - Maritimes - 12. Suc nourricier - Laisse de côté - 13. Issu de la campagne - Lisse.

VERTICALEMENT

1. Indiscrétion - 2. Genre littéraire - Point imaginaire - 3. Cri d'acclamation - Provenu - Sur la copie - 4. Edifice de jeux - Mite - 5. Nerveux - Instrument à corde - 6. Préposition latine - Officiers d'une commune - Larcin - 7. Portion - Sortis de neuf mois de formation - Nagea - 8. Ahurie - Champignon - 9. Bien inné - Acteur d'une guerre américaine.

SOLUTION N° 1815

HORIZONTALEMENT

SACREMENT
EPOUSER - R
PLUS - LUNE
TAPENADES
UT- RENIES
AIR - VTT - E
G - ACE - IRE
ETNA - BOA -
NAISSANTE

ARMEES - ET
IDE - USURE
REELLES - T
ESSES - AGE

VERTICALEMENT

SEPTUAGENAIRE
APLATI - TARDES
COUP - RANI-
MEES
RUSER - CASE -
LE
ES - NEVE -
SEULS
MELANT -
BASSE -
ERUDITION
- USA
N - NEE - RATER
- G
TRESSEE - ETETE

SODUKU 145

Pour jouer au Soduku

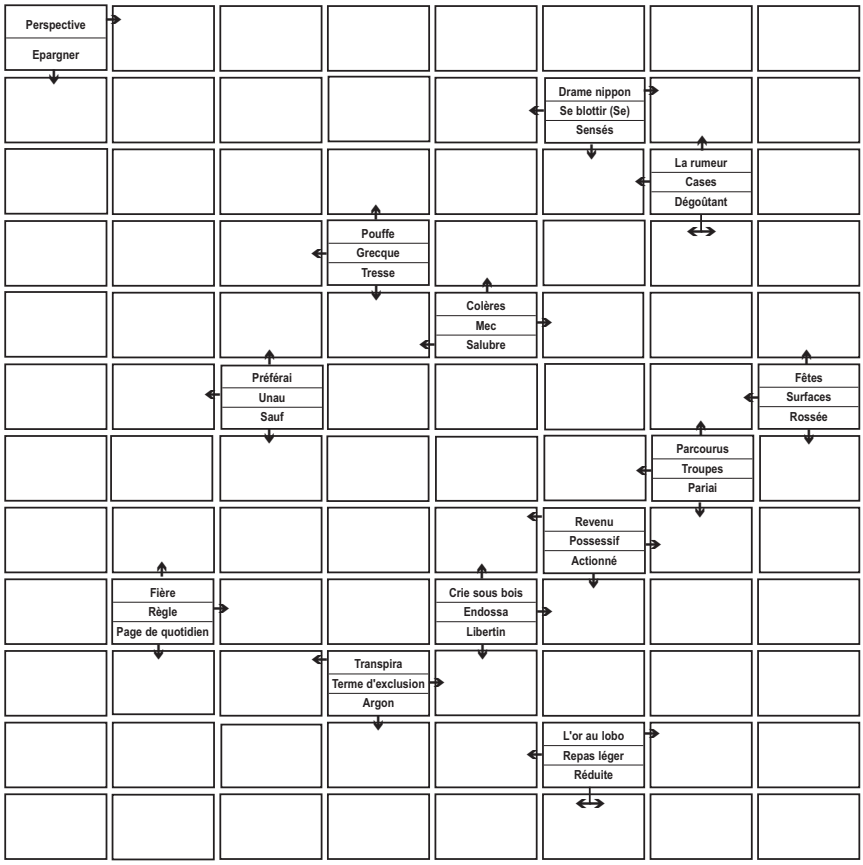
- Placer un chiffre de 1 à 9 dans chaque case vide
-Chaque ligne, chaque colonne et chaque carré de neuf cases, délimité par un trait plus gras, doivent contenir les chiffres de 1 à 9
-Chaque chiffre ne doit apparaître qu'une fois dans la ligne, la colonne et la région
Le total des chiffres de chaque région doit être égal à 45

	8						4	
				7	2	1		
9		1	6			2		
	3	5						6
			8		7			
4					1	5	8	
		8				3		2
		3	4	2				
	6		7	9			5	

SOLUTIONS

7	9	5	3	2	4	6	1	8
1	3	6	5	8	9	7	4	2
8	2	4	7	6	1	5	9	3
9	6	8	1	5	7	2	3	4
2	1	3	4	9	6	8	5	7
4	5	7	2	3	8	1	6	9
3	8	9	6	1	2	4	7	5
5	4	1	8	7	3	9	2	6
6	7	2	9	4	5	3	8	1

Mots fléchés n° 1817



SOLUTION MOTS FLECHES N° 1816

Horizontalement

- BERBERE
CALA - NUS
IBERE - ET
RIVERA - O

CLE - UBAC
OLEODUC -
NA - PISTE
SIRET- RN

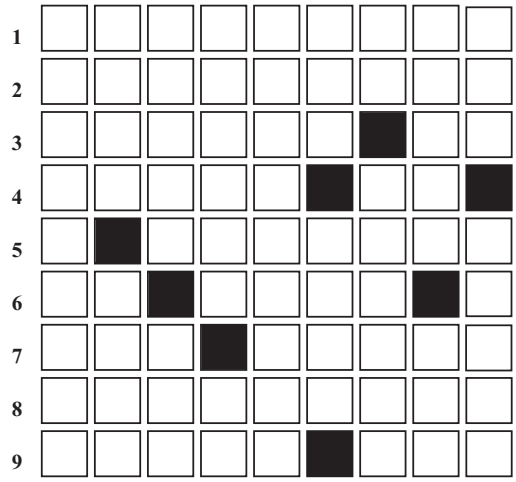
C - AR - FIN
RA - EPICE
ICI - ITEM
TELLE - SI

Verticalement

- CIRCONSCRIT
BABILLAI - ACE
ELEVEE - RA - IL
RARE - OPERE - L

B - ERUDIT - PIE
EN - ABUS - FIT -
RUE - ACTRICES
ESTOC - ENNEMI

Mots croisés 9/9 n° 1817



HORIZONTALEMENT

1. Avait l'avantage - 2. Sanitaires - 3. En état d'ivresse - Petit protecteur - 4. Appeler à la barre - Eté en mesure - 5. Construites - 6. Consonnes - Quote-part - 7. Une des Cyclades - Ion négatif - 8. Délations - 9. Boîtier - Assassine.

VERTICALEMENT

1. Tranquillité - 2. Aux anges - Cochon - 3. Elude - Poisson - 4. Adoré - Dans le cri de l'âne - 5. Forme d'anglais - 6. Fatigué - Unités de mesure d'angle - 7. Paresseux - Tout petit - 8. Inopportune - Elle a sa charte - 9. Demi-mouche - Raisonnable.

SOLUTION N° 1816

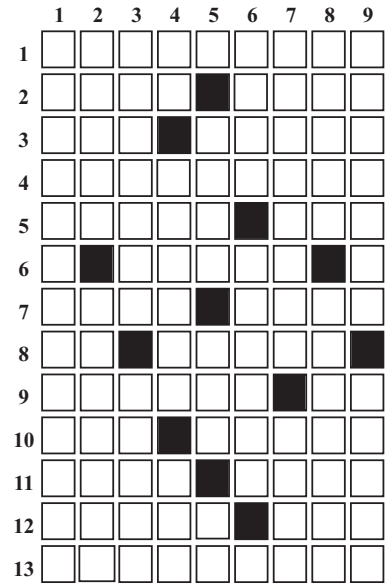
HORIZONTALEMENT

PARRICIDE
ALBUM - LUS
RE - RATEES
TAPAGES - A
A - CLIN - TR
NB - ENDORT
TASSE - RIA
ETE - SELON
SEMA - TEST

VERTICALEMENT

PARTANTES
ALEA - BATE
RB - PC - SEM
RURALES - A
IMAGINES -
C - TEND - ET
ILES - ORLE
DUE - TRIOS
ESSARTANT

Mots croisés 9/13 n° 1817



HORIZONTALEMENT

11. Encourager - 2. Pages - Capitale européenne - 3. Beaucoup d'eau - Bronzés - 4. Serrer fortement - 5. Etat d'Asie - Scie, parfois - 6. Correspondu - 7. Tour d'Italie - Suc - 8. Fragment de lustre - Langue slave - 9. Mémorisé - Personnel - 10. Moi philosophique - Race de chevaux - 11. Fort - Terrains - 12. La Goulette est son port - Rêvasse - 13. Assassinées.

VERTICALEMENT

1. Tuyau de fumeur - 2. Ombellifère aromatique - Irréguliers - 3. Artisan du cristal - Grand récipient - 4. Accroc - Davantage - Il nous fait défaut - 5. Aujourd'hui passé - Ils viennent avant les autres - Découvert - 6. On y paie en rials - Entrées ou sorties - 7. Engagées volontaires - Fait une chandelle - 8. Pour polir - Soirée - 9. Poire pour la soif - Endommagés.

SOLUTION N° 1816

HORIZONTALEMENT

ERIGE - ROI
SE - NAVALS
SEVE - OMET
ELU - PLATE

VERTICALEMENT

INDELICATESSE
NOUVELLE - REEL
VIVE - SORTI - VU

ARENE - TEIGNE
- L - TENDU -
REA - P
IN - MAIRES -
VOL
DOSE - NET -
RAMA
ETONNEE -
BOLET
SANTE - SUDISTE

INVALIDES
NOIR - NOTA
DUVET - SON
EVENEMENT
LE- ENA - NE
ILS - DINE -
CLOTUREES
AERE - ET - U
T - TIRS - BD

SODUKU 146

Pour jouer au Soduku

- Placer un chiffre de 1 à 9 dans chaque case vide
-Chaque ligne, chaque colonne et chaque carré de neuf cases, délimité par un trait plus gras, doivent contenir les chiffres de 1 à 9
-Chaque chiffre ne doit apparaître qu'une fois dans la ligne, la colonne et la région
Le total des chiffres de chaque région doit être égal à 45

	5		9					2
2					3			
	6	1			1		3	5
1			2	7		4		
	8	3		9		2	1	
		4						8
	3		5				7	
		2	8	3		5		6
8					9		2	

SOLUTIONS

2	8	6	1	3	5	9	4	7
3	5	4	9	7	2	1	6	8
9	7	1	6	8	4	2	3	5
8	3	5	2	4	9	7	1	6
6	1	9	8	5	7	4	2	3
4	2	7	3	6	1	5	8	9
7	4	8	5	1	6	3	9	2
5	9	3	4	2	8	6	7	1
1	6	2	7	9	3	8	5	4


LE JEUNE INDEPENDANT
#Ligue1 #Tebboune #Presic #Gourcuff #Satim #Gaz #3G #UsmAlger #Tebboune #Ligue1 #CAN_2017 #dz
#jerusalem #Jsk #algeriennes #mobilis #Western_Sahara #الجزائر #Khadra #sellal #usine_renault #maghreb
#Oran2021 #Opep #Brahimi #dz_tech
Economie
Sports
Culture
Monde
Regionale
Nationale
#JI
#De l'info sans défaut
facebook.com/jeuneindependant
twitter.com/jindependant

20.00 : Ransom



SÉRIE POLICIÈRE - Etats-Unis (2017) - 1 saisons / 6 épisodes

L'équipe d'Eric Beaumont est composée de spécialistes qui mettent tout en oeuvre pour sauver des personnes dans les cas de kidnappings délicats, face à des criminels dangereux. Une fois encore, les talents de fin négociateur d'Eric sont mis à rude épreuve dans une affaire qui requiert sang-froid et réactivité. Quant à Maxine Carlson, la nouvelle recrue, elle désire faire montre de son savoir-faire, mais un lourd secret, lié à son passé, risque de nuire à toute l'équipe...

20.00 : La Fête de la musique 2017 : Tous à Toulouse !



DIVERTISSEMENT

Sur les réseaux sociaux : #fdlm et @france2tv. Pour la deuxième année consécutive, Garou est aux commandes de la Fête de la musique, accompagné par Thomas Thouroude et Sidonie Bonnec, en direct de la place du Capitole à Toulouse. Il promet une soirée pleine de suprises musicales. Plus «entertainer» qu'animateur, Garou a bien l'intention de communiquer son énergie aux spectateurs et aux artistes, qui sont nombreux à avoir répondu présents pour cet événement festif.

20.00 : Des racines et des ailes



MAGAZINE DE REPORTAGES - 165 épisodes

*Pour ce premier numéro itinérant de rentrée, l'émission installe son plateau sur le lac d'Annecy. Au sommaire : *Sur les lacs de Savoie* La Haute-Savoie abrite les plus beaux lacs de France, notamment celui d'Annecy et le Léman. Carole Gaessler propose de les découvrir en plus près et de visiter les villes construites sur leurs rives, comme Annecy, Evian-les-Bains ou Thonon-les-Bains. *Sur les lacs italiens* Les lacs du nord de l'Italie s'étendent d'est en ouest sur près de 200 kilomètres. Gros plan sur les îles Borromées, situées sur le lac Majeur, puis sur le lac de Côme...*

20.00 : Le meilleur pâtissier - Spéciale célébrités



JEU - 2 saisons / 4 épisodes

Ariane Brodier, Camille Cerf, Jean-Marc Généreux, Vincent Moscato et Hélène Ségara se lancent dans cette deuxième édition de la compétition pâtissière réservée aux célébrités. Outre un titre honorifique, le gagnant publiera un livre de recettes, dont le bénéfice des ventes sera reversé à la Fondation de France. Pour commencer, Cyril Lignac leur demande de réinterpréter leur gâteau d'enfance préféré. Mercotte défie les cinq vedettes de réaliser un Angel cake.

20.00 : Ils sont partout



COMÉDIE - France (2016)

Chez le psychologue, et suite à une remarque déplacée d'un fan, Yvan, acteur à succès, réfléchit à son identité de juif. A ses yeux, cela ne concerne personne d'autre que lui. Mais il se remémore les clichés antisémites qui circulent. Il imagine ainsi l'époux d'une candidate d'extrême-droite qui découvre par hasard qu'il est juif. Ou encore l'histoire de Pascal, si pauvre qu'il se demande s'il est vraiment juif.

20.00 : Unité 9, le documentaire



SOCIÉTÉ - Canada (2015) - 1 épisodes

La série «Unité 9» évoque le quotidien carcéral québécois et suit plus particulièrement un groupe de femmes d'une même unité. Hélène Choquette propose les portraits croisés de treize détenues et ex-détenues qui se confient et partagent leur expérience. Un regard intimiste sur les réalités de l'incarcération au féminin.

HORAIRES DES PRIÈRES

	Fadjr	Dohr	Açr	Maghrib	Icha
ANNABA	03:06	12:31	16:23	19:56	21:41
CONSTANTINE	03:14	12:36	16:27	19:59	21:42
ALGER	03:26	12:50	16:42	20:15	21:59
OUARGLA	03:44	12:41	16:21	19:52	21:25
CHLEF	03:36	12:57	16:47	20:20	22:02
MOSTAGANEM	03:43	13:02	16:52	20:24	22:06
ORAN	03:47	13:05	16:54	20:26	22:07

LE JEUNE INDEPENDANT

N° 5810 – MERCREDI 26 RAMADHAN 1438

www.jeune-independant.net direction@jeune-independant.net

Météo

	Maximales	Minimales
Alger	29°	19°
Oran	18°	21°
Constantine	36°	18°
Ouargla	40°	28°

VEILLÉE DU RAMADHAN À MOUGAR AVEC SAMIR TOUMI

Le maître des mélodies et des rythmes de notre patrimoine musical

Dans la soirée de dimanche, Samir Toumi, la vedette des mélodies et des rythmes de notre patrimoine musical, s'est produit avec son orchestre sur la scène de la salle Mougar. Son concert a créé une chaude ambiance, débordante de nostalgie car évoquant les traditions ancestrales rattachées à notre patrimoine.



Ce fut donc une veillée de mois de ramadhan dans l'esprit de ce mois sacré, marqué par la piété mais aussi par des moments forts de détente et de divertissement.

Cette atmosphère de piété a été tout de suite présente avec les premières notes du concert. Samir Toumi a en effet interprété un medh à la gloire du prophète Mohamed – que le salut soit sur lui – avant d'enchaîner avec des pièces de notre musique classique algérienne. Il s'est ensuite lancé dans le genre où il excelle particulièrement, à savoir celui des mélodies et des rythmes bien de chez nous. Il a ainsi créé une ambiance des grands jours avec une adhésion totale du public.

D'instinct, ce talentueux artiste a perçu les désirs et les goûts de celui-ci. Il a ainsi interprété les morceaux qu'il aime entendre mais aussi chanter les textes et les refrains. D'ailleurs, la qualité première de Samir Toumi, c'est bien d'être à l'écoute de son auditoire car il sait qu'il joue pour les autres. Il se plie donc humblement à leurs exigences.

Son credo essentiel, c'est de répondre à la demande et à l'attente de son public, et en fonction de cela, il compose le programme de la soirée. C'est que Samir Toumi est un artiste complet. Avec sa voix suave, mélodieuse, aux accents extrêmement justes et au souffle infini, il peut interpréter l'ensemble des genres de la musique de notre patrimoine, du chaâbi à l'andalou, en passant par le raï, le chaoui, l'oriental et le moderne. Il excelle également dans les mélodies et les rythmes des monts du Djurdjura et de Yemma Gouraya. Au cours de ce concert, il a donné un étonnant aperçu de son talent dans la chanson kabyle. Ce qui caractérise son style, c'est la puissance de son orchestration par la percussion. Ici, il faut parler de la personnalisation de ses rythmes, signée Samir Toumi et son orchestre. Ses jeux forts dans la percussion ont ainsi créé l'école Samir Toumi, et ce à la grande joie de son public qui bouge au moindre battement de tar et de derbouka. Ces rythmes forts ont fait le bonheur du public, ravi d'avoir passé une bonne soirée malgré l'heure très tardive de la fin du concert. Il faut saluer le professionnalisme du personnel de la salle Mouggar qui veille au confort et à la sécurité du public qui s'y rend avec plaisir, car accueillante et très confortable. La dernière soirée de ce ramadhan à El-Mougar aura lieu, comme l'indique Rabéa Cheikh Boukakeur, cadre à l'Onci, ce jeudi avec, à l'affiche, Hamidou.

Kamel Cheriti

MISE EN DANGER DE LA VIE D'UN ENFANT DE TROIS ANS

L'inculpé écope de deux ans de prison ferme

RECONNU coupable de la mise en danger de la vie de son cousin âgé de trois ans, le mis en cause a été condamné avant-hier, tard dans la soirée, à deux ans de prison ferme.

Le verdict a été prononcé par la présidente de la section de la comparution immédiate du tribunal de Dar El-Beida près la cour d'Alger, en présence d'une foule nombreuse qui a commenté : «Il mérite la sentence qui a été prononcée à son encontre. Cela servira peut-être de leçon à tous ceux qui voudraient faire comme lui. Il a failli commettre l'irréparable en tenant dans le vide un enfant du balcon de l'appartement de sa tante maternelle, sis à la nouvelle cité des Bananiers, au 12e étage, et ce jour faire un selfie et partager la vidéo sur Facebook».

Lors de son passage à la barre, l'inculpé, qui a été placé sous mandat de dépôt à l'établissement pénitentiaire d'El-Harrach sur proposition du procureur de la République du tribunal de Dar El-Beida, a reconnu avoir pris un selfie avec son cousin, mais a par contre nié avoir eu l'intention de mettre la vie du petit en danger.

Le procureur de la République a requis deux ans de prison ferme estimant que toutes les preuves légales et matérielles sont formelles, notamment en ce qui concerne la mise en danger d'un enfant.

Le même procureur a par ailleurs estimé que le locataire de la prison d'El-Harrach ne mérite ni la clémence ni l'indulgence du tribunal.

L'avocat de la défense s'est contenté de demander l'application des articles ayant trait aux circonstances atténuantes.

Ce dernier a introduit un appel à la cour d'appel pour la révision du procès, lequel s'est déroulé en présence d'un public nombreux.

Redouane Hannachi

TIPASA

Arrestation de deux suspects dans le meurtre d'un professeur universitaire

LES SERVICES de la police judiciaire ont procédé à l'arrestation de deux suspects dans le meurtre, dimanche soir, du professeur universitaire Karaoui Sarhane, au centre-ville de Tipasa, a-t-on appris hier de sources sécuritaires.

Les mêmes sources ont démenti une information selon laquelle le mobile du crime serait de se venger sur le professeur pour une affaire de fraude à l'université, tout en se refusant à donner d'autres informations sur cette affaire, afin de préserver le secret de l'enquête.

Selon l'expertise du médecin légiste, la victime a été atteinte d'une vingtaine de coups de couteau, en plus de coups de marteau, à l'entrée d'un bâtiment de la cité des 122 logements du centre-ville de Tipasa, où résident les deux suspects.

Le professeur universitaire Karaoui Sarhane enseignait à la faculté de Droit du centre universitaire de Khemis Miliana (W. Ain Defla), tandis que les deux suspects, frères jumeaux et âgés de 23 ans, sont des étudiants, l'un au centre universitaire de Tipasa et l'autre à El Affroun (Blida).

S. A.

FÊTE DE L'AÏD EL FITR

Les journées du 1er et 2 chaoual chômées et payées

LES JOURNÉES du 1er et 2 chaoual 1438 de l'Hégire, correspondant aux premier et deuxième jour de l'Aïd El Fitr sont chômées et payées pour l'ensemble des personnels des institutions et administrations publiques, y compris les personnels payés à l'heure ou à la journée, a indiqué hier la Direction générale de la Fonction publique et de la Réforme administrative dans un communiqué.

«Les personnels exerçant en travail posté ou à la journée sont toutefois tenus d'assurer la continuité du service», ajoute la même source qui précise que cette mesure intervient conformément à la loi du 26 juillet 1963, modifiée et complétée, fixant la liste des fêtes légales.

SOLIDARITÉ RAMADHAN

Mobilis se mobilise en faveur des enfants hospitalisés

EN CE MOIS de piété et de dévouement, Mobilis, entreprise citoyenne par excellence, lance, ce Mercredi 21 Juin 2017, une opération de mécénat, qui se déroule à travers le territoire national, en faveur des enfants malades aux niveaux des services de pédiatrie des hôpitaux. Ainsi, comme de tradition, les employés bénévoles de Mobilis d'Alger et de ses directions régionales, se sont mobilisés pour accomplir cette noble action humanitaire, en se rendant en masse, munis de cadeaux, au profit des 700 enfants des 18 hôpitaux réparties à travers 15 wilayas, à savoir: Alger, Annaba, Souk Ahras, Oran, Sidi Bel Abbés, Béchar, Adrar, Chlef, Constantine, Batna, Ouargla, Tamanrasset, illizi Sétif et Béjaia. A travers cette opération de bienfaisance, Mobilis, traduit une fois de plus, son engagement indéfectible dans toutes les actions sociétales, et sa détermination à s'impliquer davantage dans des actions à caractère caritatif en apportant un moment de joie et de bonheur aux enfants malades.