

Boulbina ouvre son compte et brille avec Al-Duhail

16



Quotidien sportif N°05 Jeudi 14 Août 2025 Prix 20 DA

USM Alger



Abdelhak Benchikha de retour aux commandes

4^{ème} journée du CHAN 2024

Guinée – Algérie (demain vendredi à 15h00)

Les Verts locaux

à un pas

du prochain tour



L'équipe nationale algérienne des locaux sera, demain après-midi, au rendez-vous avec son troisième match des phases finales du Championnat d'Afrique des Nations (CHAN), face à la Guinée, pour le compte de la 4^e journée.

03

Le CAF sanctionne le Maroc et met en garde le pays hôte, le Kenya

03

www.almounasser.dz



L'entraîneur de Nice lui a accordé toute sa confiance

Bouanani échoue à son premier test européen

5

Les Lions de la Soummam entament leur troisième stage à Béjaïa

Olympique Akbou... Prêts, solides et déterminés



6

Mouloudia d'Oran L'entraîneur Hubert Velud signe pour deux saisons avec les « Hamraoua »



5



Troisième test amical et premier revers en Turquie

4

La CAF habilite 9 stades algériens

La Confédération Africaine de Football (CAF) a annoncé l'habilitation de neuf stades pour accueillir les rencontres des clubs algériens dans les prochaines compétitions africaines, notamment la Ligue des Champions et la Coupe de la Confédération.

Les stades retenus sont : Stade Ali Amar, Stade Nelson Mandela, Stade 5 Juillet 1962, Stade El Oued (Rouiba), à Alger, Stade Hocine Aït Ahmed à Tizi Ouzou, Stade Miloud Hadefi à



Oran, Stade 19 Mai 1956 à Annaba, Stade Chahid Hamlaoui à Constantine et le Stade Mustapha Tchaker à Blida. Cette décision intervient alors que les clubs algériens se préparent à participer à la Ligue des Champions et à la Coupe de la Confédération. Pour la prochaine édition de la Ligue des Champions, l'Algérie sera représentée par la Mouloudia d'Alger et la JS Kabylie, tandis que l'USM Alger et le CR Belouizdad prendront part à la Coupe de la Confédération.

Une e-cigarette ravive la polémique à Manchester United

L'ailier argentin de Manchester United, Alejandro Garnacho (21 ans), traverse une période particulièrement difficile. Déjà écarté des plans de son entraîneur, le Portugais Rúben Amorim, pour la saison prochaine, le jeune joueur a de nouveau fait parler de lui pour de mauvaises raisons. Selon le Daily Mail, Garnacho a été aperçu tenant une cigarette électronique alors qu'il se trouvait dans un salon de tatouage. Si l'appareil en question est légal au Royaume-

Uni, la pratique du vapotage, comme toute forme de tabagisme, reste strictement déconseillée, voire interdite, aux joueurs professionnels en raison de ses effets sur la performance physique. Ce n'est pas la première fois que l'attaquant se retrouve mêlé à ce genre de polémique : en 2023, une photo publiée — puis rapidement supprimée — sur Instagram montrait un autre modèle de cigarette électronique, contenant de la nicotine et illégal dans le pays.

Crystal Palace critique la décision de l'UEFA



Le club anglais de football Crystal Palace a vivement critiqué l'Union des associations européennes de football (UEFA) après sa décision de l'exclure de la Ligue Europa pour la saison 2025-2026. Selon le club, « le mérite sportif n'a plus aucun sens », d'autant que le Tribunal arbitral du sport (TAS) a rejeté l'appel qu'il avait déposé. Dans un communiqué officiel, le club londonien a exprimé sa profonde déception, soulignant que cette décision survient au moment même où il devait célébrer sa victoire dans le Community Shield à Wembley. Le club rappelle que son sacre en FA Cup, acquis face à Manchester City lors d'une journée historique en mai, lui donnait légitimement droit à une place en Ligue Europa — une opportunité désormais perdue.

L'olympique de Chlef conclut son stage en Tunisie

L'équipe de l'Olympique de Chlef a été battue, mardi dernier, par la Mouloudia de Béjaïa (MOB) sur le score de 1-0, lors de son dernier match amical dans le cadre du stage tenu au complexe "Aïn Drahem" en Tunisie. Avant la rencontre d'hier contre la "MOB", qui s'est déroulée au stade du complexe sportif "Hamam Bourguiba",



les Chlefis avaient remporté un match amical contre Al-Khor du Qatar sur le score de

2-1, avant de s'incliner face au CS Sétif 4-3. La formation de "Laisso" devrait revenir aujourd'hui, mercredi, sur le sol national après 12 jours de préparation intensive en Tunisie, à raison de deux séances par jour, avant de reprendre l'entraînement en vue du nouveau championnat qui débutera à la fin de la semaine prochaine.

USMA révèle la raison de son refus de recruter Aliou Cissé

Une source responsable de l'USMA Alger a révélé la raison pour laquelle la direction du club a refusé de signer avec l'ancien sélectionneur du Sénégal, Aliou Cissé. La direction de l'USMA était à un stade très avancé des négociations avec l'entraîneur sénégalais, en vue de confier la barre technique de l'équipe pour la saison 2025-2026. Mais elle a finalement annoncé le retour de l'ancien entraîneur Abdelhak Benchikha qui a quitté le club il y a deux saisons en raison de la direction précédente, qui tentait d'imposer

des joueurs avec lesquels il ne souhaitait pas travailler. Il a ajouté : « Le Sénégalais Cissé a exigé un salaire mensuel de 40 000 euros, alors que Benchikha est un fils de la maison » et n'a pas posé de conditions irréalistes. Il a accepté de reprendre l'équipe avec un salaire



inférieur à celui de son précédent passage. »

4^e journée du CHAN – Coupe d'Afrique des Nations des joueurs locaux

Guinée – Algérie (demain vendredi à 15h00)

Les Verts locaux à un pas du prochain tour

L'équipe nationale algérienne des locaux sera, demain après-midi, au rendez-vous avec son troisième match des phases finales du Championnat d'Afrique des Nations (CHAN), face à la Guinée, pour le compte de la 4^e journée.

Mohamed. K

Les Verts viseront les trois points et une deuxième victoire en trois rencontres afin de rejoindre l'Ouganda en tête du classement, en attendant que cette dernière bénéficie de son tour de repos, ce qui permettrait aux hommes de Madjid Bougherra de s'emparer seuls de la première place et de valider leur billet pour le prochain tour.

Les dernières heures ont apporté une bonne nouvelle au staff technique, avec le retour à l'entraînement collectif du milieu de terrain de la MC Alger, Akram Bouras. Pièce maîtresse dans le dispositif de Bougherra, sa titularisation reste néanmoins peu probable, compte tenu des performances récentes du trio Boukerchaoui – Messaâla Merbah – Zakaria Draoui. Bouras demeure toutefois l'un des éléments sur lesquels « Magic » pourra compter pour les phases à élimination directe, si les Verts s'y qualifient.

Les coéquipiers d'Ayoub Ghazala sont conscients



En abordant ce match, les coéquipiers du capitaine Ayoub Ghazala sont conscients qu'une victoire demain leur ouvrirait grand les portes du prochain tour, d'autant que leur dernier adversaire de groupe sera le Niger, maillon faible de la poule, qui ne devrait pas poser de problème majeur à Abderrahmane Meziane et ses partenaires. Ce choc face à la Guinée apparaît donc comme la clé de la qualification et un pas supplémentaire vers l'objectif affiché : remporter le CHAN. Une mission certes difficile, mais que l'expérience accumulée par les Fennecs locaux rend possible.

Toutefois, prudence est de mise face à une sélection guinéenne qui

jouera sa survie dans la compétition. Avec trois points, la Guinée doit impérativement l'emporter pour atteindre six unités et raviver ses faibles espoirs de qualification. Solides physiquement et déterminés, les Guinéens chercheront à imposer leur rythme. Les Verts devront ainsi exploiter les lacunes défensives déjà observées depuis le début du tournoi, en particulier lors de la dernière rencontre contre l'Afrique du Sud, où les « Bafana Bafana » ont manqué de peu d'infliger une lourde défaite aux Guinéens en raison de leur manque de réalisme offensif. C'est un aspect sur lequel Bougherra et ses hommes devront capitaliser, surtout que toutes les conditions

semblent réunies pour rebondir après le nul face à l'Afrique du Sud.

La Guinée veut prendre sa revanche

De leur côté, les joueurs guinéens ont exprimé leur frustration après la lourde défaite subie contre l'Afrique du Sud, affirmant leur volonté de se racheter face à l'Algérie demain soir. Plusieurs cadres de l'équipe ont déclaré que leur objectif principal est de corriger le tir et d'offrir une prestation bien plus convaincante sur la pelouse du Stade National Mandela, à Kampala, en Ouganda. Malgré les éloges adressés à Madjid Bougherra et à ses joueurs, ils ont insisté sur le fait qu'ils ne viseront rien d'autre que la victoire.

CHAN 2025 : Programme des prochains matchs

Jeudi 15 août :

- Maroc – Zambie : 15h00
 - Angola – République démocratique du Congo : 18h00
- Vendredi 16 août :
- Guinée – Algérie : 15h00
 - Nigeria – Afrique du Sud : 18h00



Farès Nechat:

« Le moral est très élevé pour décrocher la victoire contre la Guinée »



Le joueur de l'équipe nationale algérienne des locaux, Farès Nechat, a affirmé que le moral de l'équipe est à son plus haut niveau en vue du match contre la Guinée, prévu lors de la troisième journée du Championnat d'Afrique des Nations (CHAN) vendredi prochain à 15h00, heure algérienne.

Dans une déclaration au site officiel de la Fédération algérienne de football (FAF), Nechat a souligné que l'ambiance dans le stage d'entraînement est fraternelle et que l'esprit d'équipe est très fort : « Les entraînements se déroulent dans une atmosphère fraternelle et le moral est très élevé. L'équipe est très motivée pour remporter le prochain match contre la Guinée ». Le joueur a ajouté que l'objectif principal de l'équipe est de remporter les trois points, insistant sur l'importance de ce match dans la course à la qualification pour le second tour : « Nous allons tout faire pour

gagner contre la Guinée et décrocher les trois points, qui nous ouvriront les portes de la qualification pour le deuxième tour ».

Cette rencontre intervient après une préparation intensive de l'équipe algérienne, qui cherche à maintenir sa position après ses performances positives lors des journées précédentes. Le staff technique, dirigé par le sélectionneur national, espère tirer parti du moral élevé et de l'esprit collectif des joueurs pour renforcer les chances de qualification et satisfaire les supporters algériens qui suivent le tournoi de près. La victoire contre la Guinée constituera une étape importante pour le parcours des « Fennecs locaux » dans la compétition, le staff technique mettant l'accent sur l'application de la tactique convenue et l'exploitation des compétences des joueurs dans toutes les lignes, afin d'assurer le contrôle du jeu dès le coup d'envoi jusqu'au coup de sifflet final.

Lydia. K

Le CAF sanctionne le Maroc et met en garde le pays hôte, le Kenya

La Commission de discipline de la Confédération africaine de football (CAF) a tenu une réunion pour examiner diverses questions liées à la Coupe d'Afrique des Nations des joueurs locaux (CHAN), actuellement organisée au Kenya, en Tanzanie et en Ouganda jusqu'à la fin du mois. Plusieurs fédérations ont été sanctionnées suite à des manquements organisationnels et sécuritaires observés lors des matchs récents du tournoi :

Non-respect des règles médiatiques

La CAF a infligé une amende de 5 000 dollars à la Fédération zambienne de football après que son sélectionneur n'a pas assisté à la conférence de presse officielle avant le match contre la République démocratique du Congo, enfreignant ainsi les règlements médiatiques de la CAF.

Manquements à la sécurité

La fédération kenyane de football a été sanctionnée

pour des insuffisances dans la sécurité et l'organisation lors de la rencontre Kenya-Maroc au stade international Moi, à Nairobi. Une amende de 50 000 dollars a été infligée, et le pays hôte a été averti que la poursuite de tels manquements pourrait entraîner le transfert des matchs kenyans vers un autre site. Le président de la CAF, Patrice Motsepe, a recommandé un renforcement des mesures de sécurité, notamment en augmentant le nombre de personnels autour du

stade et en procédant à la fermeture des routes lors des jours de match.

Maroc : comportement inapproprié

De son côté, le Maroc a été sanctionné pour le comportement inapproprié de ses joueurs lors du match contre le Kenya. Une amende de 5 000 dollars a été infligée, dont 2 500 dollars ont été suspendus à condition qu'aucune nouvelle infraction ne survienne durant le reste du tournoi.

R.S

USM Alger

Abdelhak Benchikha de retour aux commandes

L'entraîneur algérien Abdelhak Benchikha est devenu le nouveau coach de l'USM Alger, en remplacement de Mohamed Lassat dont le contrat n'a pas été renouvelé, a annoncé le club pensionnaire de la Ligue 1 Mobilis.

Lydia. k

L'ancien sélectionneur national a signé un contrat d'une saison avec son ancien club. Âgé de 63 ans, Benchikha effectue ainsi son retour sur le banc des « Rouge et Noir » après un premier passage couronné de succès en 2023 avec deux titres africains : la Coupe de la Confédération et la Supercoupe de la CAF remportée face à Al-Ahly d'Égypte (1-0). La saison passée, Benchikha avait débuté sur le banc de la JS Kabylie avant de partir en janvier 2025

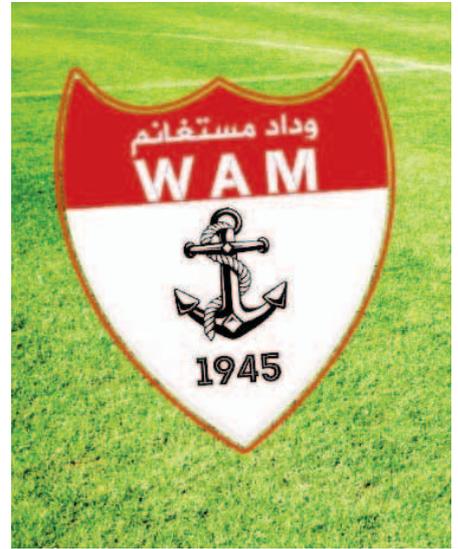


pour rejoindre le club égyptien de Modern Sport, qu'il a contribué à maintenir en première division. L'USM Alger est le

d'envoi du nouvel exercice fixé au 21 août. Vainqueur de la Coupe d'Algérie 2025, l'USMA représentera l'Algérie en Coupe de la Confédération. Exemptée du premier tour, elle affrontera au second le vainqueur du duel entre Génération Foot (Sénégal) et Amadou Diallo FC (Côte d'Ivoire), avec un match aller à l'extérieur (17-19 octobre) et un retour à Alger (24-26 octobre). En championnat, l'USMA débutera la saison 2025-2026 en déplacement face à la JS Kabylie (21-23 août).

WA Mostaganem

Hakim Ben Slimane nommé nouvel entraîneur de l'équipe



La direction du WA Mostaganem, évoluant en Ligue 2 de football (groupe Centre-Ouest), a annoncé hier, mercredi, la nomination de l'entraîneur Hakim Ben Slimane à la tête du staff technique de son équipe première. Ben Slimane a dirigé plusieurs clubs dans différentes divisions, mais son expérience la plus marquante reste celle où il avait mené le MC El Bayadh, il y a trois saisons, à une montée historique en Ligue 1. Il succède à son collègue, l'entraîneur Hadj Merine, qui avait réalisé un parcours honorable avec le « Widad » la saison passée, après avoir pris les commandes à mi-championnat en remplacement d'Idriss

Ben Tayeb. La venue de Ben Slimane permet au WA Mostaganem de lancer sa préparation pour la nouvelle saison, après une période difficile traversée durant l'été en raison d'une crise financière et administrative ayant entraîné la démission du bureau exécutif du club amateur et de son président. Actuellement, c'est le président de la section football, Nouredine Belgoumidi, qui gère les affaires de l'équipe, tandis qu'au moins 14 joueurs de l'effectif précédent ont quitté le club. Parallèlement, le recrutement se poursuit à un rythme soutenu en prévision du coup d'envoi du championnat, prévu début septembre.

Serine. B

Paradou AC

L'Ivoirien Koné et Naâmani rejoignent le club

Le Paradou AC, pensionnaire du championnat de Ligue 1 Mobilis de football, a annoncé la signature du défenseur ivoirien Samba Koné pour une durée de deux ans, en provenance du club de LAFAD Gagnoa évoluant en première division ivoirienne. Le latéral gauche de 23 ans est la deuxième recrue estivale du Paradou après le milieu de terrain Abdelkrim Naâmani (22 ans), qui a signé

pour trois saisons en provenance de l'USM Alger. Formé à l'USM Alger, Naâmani avait récemment résilié son contrat après sept saisons passées au sein du club de Soustara, d'abord avec l'équipe réserve avant d'intégrer l'effectif professionnel en 2022. Le Paradou AC poursuit actuellement sa préparation pour la nouvelle saison sous la direction de l'entraîneur Billel Dziri et de son adjoint



Hadou Moulay. Les coéquipiers de Kouhili ont déjà disputé trois matchs amicaux face respectivement à l'ES Sétif (0-0), la MC El Bayadh (1-0) et la JS El Biar (6-3). Selon le calendrier du nouvel exercice

(2025-2026), le Paradou AC entamera la compétition à domicile face à l'Olympique de Chlef, lors de la première journée prévue les 21, 22 et 23 septembre prochains.

Rania. k

JS Kabylie

Troisième test amical et premier revers en Turquie

La JS Kabylie s'est inclinée face au club émirati d'Al-Emarat sur le score de 2 à 1 (mi-temps : 1-0), lors d'un match amical disputé mardi à Bursa (Turquie), dans le cadre de sa préparation pour la nouvelle saison de Ligue 1 Mobilis.

» a été inscrit par le jeune Islam Eddine Slimane Tichtiche en fin de rencontre (85e). Lors de ses deux premiers matchs amicaux de ce stage en Turquie, la JSK avait battu les Qataris d'Al-Mesimeer (1-0) avant de s'incliner face aux Saoudiens d'Al-Kholood (0-2).

Le stage du vice-champion d'Algérie se poursuivra jusqu'au 16 août, date de retour au pays pour finaliser la préparation en vue de la nouvelle saison, dont le coup d'envoi est prévu le 21 août. Pour rappel, la JS Kabylie a terminé la saison dernière à la deuxième place avec 56

points, à deux longueurs du double champion, le MC Alger, et prendra part à la prochaine Ligue des champions de la CAF. Les « Canaris » entameront le nouvel exercice à domicile face à l'USM Alger (21-23 août 2025).

Akram.w

Mouloudia d'Oran

L'entraîneur Hubert Velud signe pour deux saisons avec les « Hamraoua »

La direction du Mouloudia d'Oran a annoncé mardi soir la signature d'un contrat de deux saisons avec l'entraîneur Hubert Velud, marquant ainsi son arrivée au sein des « Hamraoua ».

Salim. H

Velud entame sa cinquième expérience en championnat algérien, après avoir dirigé par le passé l'USM Alger, le CS Sétif, la JS Kabylie et le CR Belouizdad.

Le staff technique du Mouloudia s'est également renforcé avec l'arrivée du technicien expatrié Monir Lehabbab, qui avait fait partie du staff technique du Mouloudia d'Alger il y a trois ans. Il occupera le poste d'adjoint principal après avoir lui aussi signé son contrat, selon la même source.

Velud a rejoint le Mouloudia d'Oran en début de semaine alors que l'équipe terminait son deuxième stage estival à Alger. Le nouvel entraîneur a programmé un troisième stage à Oran à partir de jeudi, en préparation du nouveau championnat, lors duquel l'équipe accueillera le promu,



le NCM Ben Aknoun, pour la première journée, prévue entre le 21 et le 23 août.

L'ancien sélectionneur du Soudan et du Burkina Faso (66 ans) succède à Abdelkader Amrani, parti au début des préparations estivales. Depuis, le directeur sportif Si Tahar Cherif El-Ouzani supervisait les entraînements.

Le Mouloudia d'Oran a renforcé son effectif avec cinq

nouvelles recrues : le latéral gauche Kadour (provenant de l'USM Khenchela), le défenseur central Hamra, le milieu défensif botswanais Edwin Mohutsiwa, le latéral droit Mokhtar Belkhirer – les trois derniers venant de l'ASO Chlef – ainsi que le meneur de jeu Chakib Oujan, arrivé de l'USM Mostaganem.

En revanche, plusieurs joueurs de l'effectif de la saison dernière, qui avait terminé le championnat au milieu du tableau, ont été libérés.

US Khenchela

L'USK clôture son stage en Tunisie et poursuit sa préparation sérieusement pour le championnat

L'US Khenchela a achevé son stage fermé en Tunisie, qui a inclus trois matchs amicaux face à des clubs évoluant en deuxième division tunisienne. Le staff technique, dirigé par l'entraîneur Djilali Behloul, a veillé à mettre en œuvre le programme préparatoire prévu, avec la participation de l'ensemble de l'effectif et un grand optimisme quant au succès du travail accompli en vue du nouveau championnat.

Cette préparation a été marquée par des réactions positives des joueurs lors des différentes séances d'entraînement, ainsi que par de bonnes impressions laissées par certains nouveaux éléments. Les joueurs expérimentés ont, quant à eux, assumé leur responsabilité pour stabiliser l'équipe et faciliter l'intégration des

recrues du mercato estival.

La direction du club, dirigée par Boukerouma, a également veillé à fournir les moyens nécessaires pour placer l'équipe dans de bonnes conditions, malgré le manque de ressources et les promesses de soutien financier reçues par la gestion administrative, notamment concernant les procédures avec l'entreprise sponsor.

Si l'effectif a terminé son stage tunisien juste après le troisième match amical contre le club de Sakiet Eddair (deuxième division tunisienne), le staff technique prévoit de poursuivre les entraînements avec la même détermination selon le programme prévu au stade de Hammam Amar à Khenchela, afin d'aborder le championnat dans les meilleures conditions.

Aymen. CH

WA Tlemcen

Près de 140 millions DA de revenus pour le club lors de la saison passée

Le club amateur du WA Tlemcen, dont l'équipe de football fera son retour en Ligue 2 la saison prochaine, a bénéficié d'un montant estimé à 138 millions de dinars de revenus au cours de la saison écoulée (2024-2025), selon le rapport financier présenté par sa direction lors de son assemblée générale ordinaire tenue récemment à Tlemcen.

La moitié de ces recettes provient des subventions des autorités locales, avec une contribution de 67 millions de dinars de la wilaya et de l'Assemblée populaire de wilaya, ainsi que 10 millions de dinars octroyés par l'Assemblée populaire communale de Tlemcen, précise-t-on.

Le montant restant a été versé sur les comptes du « Widad » par plusieurs opérateurs économiques et deux membres de la direction du club, ajoute la même source.



Par ailleurs, après la démission du président du WA Tlemcen, Samir Gendouci,

officialisée lors de cette même assemblée générale, Hilal Zahir a été désigné pour assurer la présidence par intérim, en attendant la tenue de l'assemblée électorale prévue le 15 septembre prochain. En plus de l'accession obtenue

par l'équipe de football en Division 2, le club s'est également illustré la saison dernière en réalisant un doublé historique (Championnat et Coupe d'Algérie) en volleyball.

Les membres de l'assemblée générale ont salué cette performance majeure, qui permettra à cette formation de l'Ouest du pays de participer pour la deuxième saison consécutive au Championnat d'Afrique des clubs.

R.S

JS Batna

Le CAB profite de l'amical contre Nasr et Bousbiâ prépare la sélection finale

La JS Batna a tiré profit du match amical disputé contre le Nasr Hussein Dey, dans le cadre du stage fermé en cours autour de Tikjda, dans la capitale. La rencontre, jouée en trois mi-temps complètes, a offert une opportunité importante pour intégrer le plus grand nombre de joueurs afin que le staff technique puisse évaluer leurs capacités.

Si le score final a tourné à l'avantage du Nasr Hussein Dey avec un seul but marqué dans les dernières minutes, l'entraîneur Bousbiâ a beaucoup apprécié la performance de ses joueurs lors de ce match amical. Ce test a été important pour les éléments de Batna, qui ont montré un bon rendement convaincant pour l'assistance.

Le staff technique a veillé à observer les

joueurs afin de mesurer leurs aptitudes techniques et physiques ainsi que leurs performances individuelles et collectives, surtout dans le cadre d'un triage prévu à la fin du stage. L'objectif est de réduire l'effectif à 23 joueurs sur les 28 actuellement présents dans l'effectif du club. Par ailleurs, l'entourage du club a exprimé sa satisfaction quant à l'ambiance au sein du groupe, soulignant une grande volonté de réussir la préparation en cours dans la capitale. Cette étape est la continuité des préparatifs effectués au début du mois à Batna, ce qui laisse le club optimiste quant à sa préparation pour le lancement de la nouvelle saison de football prévue début du mois prochain.

Meriem. A

LES LIONS DE LA SOUMMAM ENTAMENT LEUR TROISIÈME STAGE À BÉJAÏA

Olympique Akbou... Prêts, solides et déterminés

L'Olympique Akbou a clôturé son deuxième stage de préparation à Oran par un match amical face à la JS Saoura, soldé par un score nul et vierge. Cette rencontre a été marquée par une performance collective organisée et une discipline tactique exemplaire des joueurs, offrant ainsi un véritable élan moral avant le coup d'envoi de la nouvelle saison.

L'ambiance sérieuse et appliquée qui a régné durant le stage s'est clairement reflétée dans le rendement des différentes lignes, notamment sur le plan défensif, qui s'est montré beaucoup plus solide. Ce stage s'inscrivait dans un programme préparatoire entamé à Ben Aknoun, à Alger, où l'accent a été mis principalement sur le travail physique afin d'optimiser la condition des joueurs. L'équipe s'est ensuite déplacée à Oran pour une deuxième phase com-



binant préparation physique et travail technique, avant de se concentrer davantage sur les aspects tactiques. Durant cette période, l'équipe a disputé cinq matches amicaux. Elle a débuté par une défaite face au CR Témouchent (1-0), avant de faire match nul à nouveau contre le même adversaire (2-2). Les Akbouciens ont ensuite enchaîné par une victoire convaincante face au WA Tlemcen (3-0), suivie d'un large succès contre le WA Amel Karto (12-0),

pour conclure par un nul (0-0) face à la JS Saoura, une rencontre durant laquelle la VAR était utilisée. Après une courte pause, l'équipe entamera un troisième et dernier stage à Béjaïa, d'une durée de six jours, en vue de son premier match de championnat professionnel de Ligue 1 face au Trélissac Mostaganem, prévu les 21, 22 ou 23 août au stade de l'Unité Maghrébine de Béjaïa. L'entraîneur Lotfi Amrous s'est dit satisfait du bilan global de ce stage, estimant que l'équipe avait mon-

tré une progression notable et une meilleure capacité à appliquer le plan de jeu. Sur le plan du mercato, l'Olympique Akbou a renforcé sa ligne arrière avec l'arrivée du défenseur malien Ali Dissi Sissoko, en provenance du club saoudien de Batin. L'international malien local de 28 ans, formé au centre "Africa Foot" au Mali, possède une solide expérience acquise notamment lors d'une saison et demie en championnat tunisien avec l'Olympique de Béja. Avec ce mélange de pré-

paration intensive et de recrutements ciblés, l'Olympique Akbou aborde la nouvelle saison avec confiance et ambition, déterminé à réaliser un départ canon et à asseoir sa place parmi l'élite nationale. Porté par son slogan "Prêts... Solides... Et déterminés à écrire une nouvelle page de l'histoire du club", le club de la Soummam entame la compétition avec l'âme d'un combattant qui ne renonce jamais, l'œil rivé sur la victoire dès le coup de sifflet initial.

NADJIM. I

L'ENTRAÎNEUR DE NICE LUI A ACCORDÉ TOUTE SA CONFIANCE Bouanani échoue à son premier test européen

L'équipe de Nice a été éliminée de la Ligue des champions européenne et doit désormais gagner un autre match de qualification pour accéder à la Ligue Europa. Parmi les absents de cette compétition européenne figure Badr Eddine Bouanani, le joueur attendu pour mener Nice de retour en Ligue des champions après des décennies d'absence.

Bouanani n'a pas été performant lors des deux rencontres face à Benfica : l'équipe a perdu 2-0 à l'aller et au retour, et le joueur, qui a disputé ces deux matches, n'a ni marqué ni créé d'occasions. Il est apparu similaire à Bouanani des deux dernières saisons. À seulement vingt ans, il a encore un long chemin à par-

courir pour s'affirmer au sein de Nice et, bien sûr, avec l'équipe nationale, dont il rêve de porter les couleurs, comme il l'a déclaré lors de sa dernière interview, notamment pour la Coupe d'Afrique des nations et la Coupe du monde de l'été 2026.

Au rythme actuel de ses performances, alternant entre matches corrects et matches très moyens, ses chances d'être convoqué avec les « Verts » pour les rencontres de septembre contre le Botswana à Tizi Ouzou et la Guinée à Marrakech semblent très faibles. Il est possible qu'il ne soit pas appelé du tout, compte tenu de la présence de joueurs comme Moussa et Mahrez. Inclure Bouanani dans ces matches serait un vrai pari que Betkovic est peu susceptible de prendre, car le joueur reste loin d'être décisif, que ce soit pour marquer ou créer des occasions.

Le problème de Bouanani réside également dans la diminution des offres après que l'entraîneur de Nice ait annoncé compter sur lui pour la saison 2025-2026, contrairement aux deux saisons précédentes. Des offres venues même de l'étranger ont été faites, mais la proximité avec

l'équipe nationale algérienne semblait être la meilleure voie pour se montrer aux recruteurs et clubs respectables.

Badr Eddine Bouanani joue au poste d'ailier droit, celui de Riyad Mahrez et Anis Moussa. Si Adam Ounas revient en pleine forme et sans blessures, Bouanani perdra toute chance, non seulement de jouer titulaire ou remplaçant, mais aussi d'être convoqué pour un stage quelconque.

Le principal atout de Bouanani reste son âge : à seulement vingt ans, il doit tourner la page de la Ligue des champions rapidement, retrouver confiance en lui et fournir des efforts pour réaliser une grande saison avec Nice et participer à des matches majeurs. L'an dernier, il avait brillé à Paris avec deux passes décisives pour Nice face au champion d'Europe, le PSG. Depuis ce match, Bouanani cherche encore son niveau. Mais dans le football, les surprises existent : il pourrait bien devenir titulaire avec l'équipe nationale algérienne pour la Coupe d'Afrique ou même pour la Coupe du monde.

Wassim. K



Salima Souakri la combattante tranquille

Il y a des sportives qui marquent leur discipline. D'autres qui marquent leur pays. Et puis, il y a Salima Souakri, qui a fait bien plus : elle a ouvert un chemin.



Naissance d'une combattante

Née à Alger le 6 décembre 1974, dans un pays encore en construction, Salima Souakri grandit dans une Algérie en quête d'équilibre entre modernité et traditions. Très jeune, elle découvre le judo. Un sport de rigueur, de respect, mais aussi d'affirmation. Dès ses premiers combats, elle impose un style : précis, rapide, calme et puissant. Le judo devient son langage. Elle y exprime ses rêves, sa fierté nationale, et sa volonté farouche de prouver que les femmes algériennes peuvent être fortes, libres et victorieuses.



Une carrière exceptionnelle, sans médaille... mais pleine d'honneur

Dans les années 90, alors que peu de femmes arabes ou africaines brillent sur les tatamis mondiaux, Salima trace sa voie. Elle participe à 4 Jeux Olympiques (1992, 1996, 2000, 2004) – un record pour une athlète algérienne, 10 championnats du monde, Plusieurs Jeux Africains et Méditerranéens, où elle décroche de nombreuses médailles. Même si elle ne décroche jamais de médaille olympique, elle atteint deux fois la 5e place, ce qui reste une performance historique. Son nom devient synonyme de rigueur, d'élégance, et de loyauté sportive. Plus qu'une judokate, elle devient une ambassadrice silencieuse de l'Algérie dans les arènes internationales.



Une femme, une voix
Quand elle raccroche le kimono, Salima Souakri refuse de disparaître dans l'oubli comme tant d'athlètes. Elle choisit de transformer sa notoriété en engagement. D'abord consultante sportive, puis conférencière, elle prend la parole pour encourager les jeunes, surtout les filles, à croire en leurs capacités.



Un symbole de respect et d'équilibre

Ce qui distingue Salima, c'est sa constance dans la dignité. Elle n'a jamais crié pour être entendue, jamais provoqué pour attirer l'attention. Elle a imposé le respect par l'exemple. Dans un monde souvent dur envers les femmes publiques, elle a gardé la tête haute, les mots justes, le regard clair. Elle est respectée aussi bien par les athlètes que par les politiques, par les jeunes que par les doyens du sport. Aujourd'hui encore, elle continue à défendre l'éthique, la discipline, et la promotion des femmes dans tous les domaines.



Elle dénonce aussi les obstacles invisibles : le manque de financement, l'absence de structures, et les mentalités patriarcales qui freinent le sport féminin. En 2020, elle est nommée secrétaire d'État chargée du sport d'élite, devenant la première ancienne sportive de haut niveau à entrer dans le gouvernement algérien. Une révolution discrète, mais puissante.

Héritage d'une pionnière

Salima Souakri ne boxe pas, ne court pas, ne saute pas. Mais elle combat. Chaque jour, contre les clichés, contre l'oubli, contre les injustices douces qui freinent tant de talents. Elle a prouvé que la grandeur ne se mesure pas seulement à la couleur d'une médaille, mais à l'impact qu'on laisse dans le cœur des gens.



PARIS SAINT-GERMAIN

Zabarnyi, la nouvelle recrue défensive



Le Paris Saint-Germain a officialisé mardi la signature du défenseur international ukrainien Illia Zabarnyi, en provenance du club anglais de Bournemouth, pour un montant estimé à 40 millions d'euros. Âgé de 22 ans, Zabarnyi a signé un contrat de cinq ans avec le champion de France en titre. Connu pour sa puissance physique et son sens du placement, il est considéré comme l'un des jeunes défenseurs les plus prometteurs d'Europe. « Rejoindre un club comme le PSG est une opportunité incroyable dans ma carrière. Je suis prêt à relever les défis qui m'attendent », a déclaré le joueur lors de sa présentation officielle au Parc des Princes. L'entraîneur Luis Enrique a salué l'arrivée de Zabarnyi, affirmant qu'il « apportera solidité et calme à la défense, tout en offrant une belle relance depuis l'arrière ». Avec cette signature, le PSG poursuit son renforcement défensif après avoir recruté deux autres joueurs cet été, dans le but de viser la victoire en Ligue des champions.

Le gardien italien Gianluigi Donnarumma, du Paris Saint-Germain, a officiellement annoncé son départ du géant français lors du mercato estival en cours, après une saison légendaire où il a conduit l'équipe à un triplé : Ligue 1, Coupe nationale et Ligue des champions.

Le portier italien a rédigé un message d'adieu émouvant, empreint de reproches, dans lequel il a déclaré : « Chers supporters du Paris Saint-Germain, depuis mon premier jour ici, j'ai tout donné sur et en dehors du terrain pour mériter ma place et défendre les cages de l'équipe. Malheureusement, quelqu'un a décidé que je ne pouvais plus faire partie du groupe et contribuer au succès parisien. Je ressens une immense déception et une grande frustration. » Il a ajouté : « J'espère avoir l'occasion un jour de regarder à nouveau les supporters dans les yeux au Parc des Princes et de leur dire au revoir comme il se doit. Si cela n'arrive

pas, je veux que vous sachiez que votre soutien et votre amour signifient tout pour moi. Je ne l'oublierai jamais. Je garderai toujours avec moi les souvenirs, les émotions et les soirées magiques que j'ai vécues ici. Vous m'avez fait sentir comme chez moi. » Il a conclu son message par : « À mes coéquipiers et à ma seconde famille, merci pour chaque bataille, chaque rire et chaque moment partagé. Vous resterez toujours mes frères. Jouer dans ce club et vivre dans cette ville est un honneur inoubliable. » Le départ du gardien italien du Paris Saint-Germain ne semble pas s'être fait dans un climat amical, malgré un contrat qui court jusqu'au 30 juin 2026 et une valeur marchande estimée à 40 millions d'euros. Arrivé en 2021 en provenance du Milan AC, libre après la fin de son contrat, Gianluigi Donnarumma a disputé 161 matchs avec le club parisien, toutes compétitions confondues, remportant quatre titres de Ligue 1, deux Coupes nationales, trois Trophées des champions et une Ligue des champions. Enzo Raiola, agent du joueur, a déclaré : « Après tout ce qu'il a

apporté au Paris Saint-Germain, se séparer de lui de cette manière est un grand manque de respect. Je veillerai à discuter de cette affaire avec l'avocat. Ce qui s'est passé reflète un profond manque de considération. » Il a ajouté : « Le PSG a proposé une prolongation et nous l'avons acceptée, bien que le salaire proposé soit inférieur à celui qu'il perçoit actuellement. Il a clairement montré son envie de rester, mais soudainement, ils ont changé d'avis. Ce qui se passe est un manque de respect. » Après l'officialisation de son départ, Donnarumma se retrouve face à un choix : céder aux sirènes de la Saudi Pro League ou rester en Europe, à condition de changer de championnat. La Premier League semble être sa destination la plus probable, Manchester City et Manchester United s'intéressant particulièrement à lui, tandis que tous les clubs italiens ont abandonné l'idée de le recruter, en raison de son salaire élevé.



L'Arabie saoudite tente Mbappé avec l'offre la plus folle de l'histoire



Les projecteurs se tournent à nouveau vers Kylian Mbappé, attaquant du Real Madrid, après que des médias ont révélé une offre saoudienne incroyable qui pourrait bouleverser l'histoire du mercato, dépassant toutes les transactions précédentes, et provoquant un énorme buzz parmi les fans de football dans le monde entier. La star française avait rejoint les Merengues à l'été 2024, libre après la fin de son contrat avec le Paris Saint-Germain, refusant alors d'activer l'option de prolongation d'un an. Le site Defensa Central a indiqué que des clubs de la Saudi Pro League cherchent à recruter Mbappé pour 350 millions d'euros, dépassant ainsi l'offre faite auparavant à Vinicius Júnior (300 millions d'euros), dans le cadre d'un plan visant à attirer les plus grandes stars mondiales. Le président du Real Madrid, Florentino Pérez, a fermé la porte à toute négociation concernant Mbappé, affirmant que le joueur est la pierre angulaire du projet sportif du club et qu'il n'est pas question de s'en séparer, pour des raisons sportives et marketing. Mbappé, qui s'apprête à disputer sa deuxième saison avec le club madrilène en portant le numéro 10, a réalisé un exercice 2024-2025 exceptionnel, remportant le titre de meilleur buteur de Liga et le Soulier d'or, ce qui a fait grimper les attentes des supporters pour la saison à venir. Malgré les énormes propositions financières, des sources proches du joueur affirment qu'il n'est pas intéressé par un départ vers l'Arabie saoudite, même avec la possibilité d'obtenir un contrat similaire à celui de Cristiano Ronaldo. Il est pleinement concentré sur ses objectifs avec le Real Madrid et sur la préparation de la prochaine Coupe du monde. Les supporters madrilènes se souviennent de ses mots lors de sa présentation au Santiago Bernabéu : « C'était mon rêve d'enfant de jouer pour le Real Madrid, et ce rêve n'a pas de prix. » L'international français avait alors souligné que porter le maillot du Real Madrid était l'aboutissement d'un long parcours de travail et de sacrifices, et qu'il voulait se concentrer sur le présent, sans se laisser distraire par les offres extérieures, aussi alléchantes soient-elles. En parallèle, les clubs saoudiens continuent de rechercher des noms prestigieux pour élever le niveau de compétition dans le championnat, après avoir déjà attiré de grandes stars lors des dernières saisons. Mbappé reste une cible idéale pour ce projet ambitieux. Mais avec la détermination du Real Madrid et la volonté du joueur de rester, le rêve saoudien de recruter la star française semble pour l'instant suspendu, dans l'attente d'un éventuel changement de contexte ou d'une ouverture future.

UN SOUTIEN ACCRU AUX ARBITRES La Fédération espagnole annonce de nouvelles règles



La Fédération royale espagnole de football (RFEF) a annoncé une série de mesures destinées à renforcer la protection des arbitres, après les nombreuses polémiques de la saison dernière. Parmi ces mesures figurent l'augmentation du nombre d'arbitres assistants vidéo (VAR) pour améliorer la qualité des décisions, ainsi que la mise en place d'un programme psychologique et médical afin de mieux gérer la pression subie par les officiels. Un porte-parole de la Fédération a déclaré : « Nos arbitres subissent une pression médiatique et sportive énorme. Il est de notre devoir de leur fournir tous les outils nécessaires pour exercer leur mission avec sérénité et précision. » La RFEF a également annoncé que des ateliers de formation seraient organisés pour expliquer aux joueurs et aux entraîneurs les nouvelles règles de jeu, afin de réduire les contestations. Ces décisions interviennent alors que la saison 2025-2026 de Liga s'annonce particulièrement intense, avec de nombreux clubs ayant renforcé leurs effectifs durant le mercato estival.

L'Espagnol Morata quitte Milan pour rejoindre Como

Le capitaine de la sélection espagnole, Álvaro Morata, rejoint le club italien de Como en prêt pour une saison, avec obligation d'achat, en provenance de l'AC Milan, selon l'annonce officielle des deux clubs mardi.



À gé de 32 ans, l'international espagnol avait terminé la seconde moitié de la saison dernière prêté à Galatasaray (Turquie), après une première partie d'exercice décevante avec Milan, où il n'a inscrit que 6 buts en 24 matchs. Como, entraîné par l'Espagnol Cesc Fàbregas, a terminé à la dixième place de Serie A la saison passée, pour sa première saison dans l'élite après 21 ans d'absence. « Lorsque je les ai affrontés l'an dernier, j'ai pu apprécier leur équipe et leur projet ; on ressent beaucoup d'ambition », a déclaré

ré Morata. Il a ajouté : « Je promets aux supporters et au club de donner 200 % à chaque match et à chaque entraînement. J'ai hâte d'enfiler ce maillot. » Au cours de sa carrière, Morata a remporté de nombreux titres majeurs avec le Real Madrid, l'Atlético Madrid, Chelsea et la Juventus, dont la Ligue des champions, la Ligue Europa, la Liga et la Serie A. Avec l'Espagne, il compte 86 sélections pour 37 buts, et a remporté l'Euro 2024 en tant que capitaine, ainsi que la Ligue des Nations 2023. Fàbregas a déclaré : « Je connais Álvaro depuis de nombreuses années et j'ai toujours admiré sa façon de jouer et son comportement. C'est un attaquant intelligent et décisif dans les moments clés. » La Serie A reprendra la semaine prochaine, avec un premier match de Como contre la Lazio, le 24 août.



ANGLETERRE David Coote suspendu 8 semaines

En Angleterre, le Football Association a suspendu l'ancien arbitre de Premier League David Coote pour une durée de huit semaines. La sanction fait suite à des propos diffusés dans un vidéo de juillet 2020, dans laquelle Coote se serait mal exprimé sur l'ancien entraîneur de Liverpool, Jürgen Klopp. Suite à une enquête approfondie, la FA a jugé le comportement de Coote inacceptable. La suspension s'accompagne d'un programme de formation obligatoire. Coote, 43 ans, a reconnu les faits. Par ailleurs, l'UEFA a interdit à l'arbitre d'exercer toute activité officielle jusqu'en juin 2026. Selon le journal The Sun, une vidéo montre également Coote inhalant une substance blanche pendant qu'il officiait lors de l'Euro 2024, ce qui a contribué à la décision de la FA et de l'UEFA.

Le Real Madrid reçoit un coup dur concernant le retour de Bellingham

D'après le quotidien espagnol AS, la star anglaise Jude Bellingham ne reviendra pas sur les terrains avant la fin du mois d'octobre prochain, après avoir subi une opération à l'épaule pour soigner une blessure datant de la saison passée. Recruté à l'été 2023 en provenance du Borussia Dortmund pour 103 millions d'euros, Bellingham est revenu la semaine dernière au centre d'entraînement de Valdebebas, après avoir passé sa convalescence dans un complexe de luxe en Jamaïque, alliant repos et programme de rééducation. Le joueur a poursuivi ses exercices avec des bandes élastiques spéciales, malgré des douleurs persistantes, preuve de sa détermination à revenir rapidement. Lors de sa première saison au Real Madrid, Bellingham a impressionné avec 33 buts en 42 matchs, devenant l'une des principales stars de l'équipe. Le club et l'entraîneur Xabi Alonso espèrent qu'il retrouvera rapidement son niveau dès son retour, afin d'aborder les moments clés de la saison dans toutes les compétitions.



TANDIS QUE DAVID COOTE SUSPENDU EN ANGLETERRE

Newcastle: Isak confirme son intention de partir

Dans une nouvelle étape révélatrice de la crise entre le club anglais de Newcastle United et son attaquant suédois Alexander Isak, le joueur de 25 ans a quitté sa résidence située à Ponteland, dans le nord-est de l'Angleterre, où il vivait depuis son arrivée au club en 2022. Selon The Times, cette décision marque sa volonté ferme de quitter définitivement l'équipe.



La maison d'Isak a été immédiatement mise en location à 6 950 £ par mois, signe clair qu'il ne compte pas revenir, alors que le club reste catégorique sur le fait de ne pas le vendre. Le Suédois, transféré depuis la Real Sociedad pour 63 millions de livres sterling, avait été exclu du «Family Day» organisé par Newcastle la semaine dernière, et il était le seul joueur de l'équipe première à ne pas y participer. Cette situation fait suite à la décision d'Isak, dès le 24 juin dernier, de s'entraîner individuellement en Espagne plutôt que de rejoindre la tournée préparatoire du club en Asie. Son départ anticipé pour la Real Sociedad avait alors conduit à la mise en vente temporaire de sa maison, retirée à son retour en Angleterre, puis remise en location une fois la maison vidée à nouveau.

Le manager Eddie Howe avait expliqué qu'il avait envoyé le joueur chez lui avant le match contre Celtic en raison des incertitudes sur son avenir. Les représentants d'Isak ont également suspendu toute négociation de prolongation de contrat depuis le début du mois, rejetant les tentatives de dialogue du club et insistant sur un départ imminent. Newcastle avait anticipé un intérêt de Liverpool et a reçu une première offre de 110 millions de livres, bien en deçà des 150 millions que le club estime pour son joueur. Howe a reconnu que le club ne pouvait pas obliger Isak à rester, mais a précisé que le joueur ne pourrait pas imposer son transfert vers les Reds sans accord. L'attaquant poursuit néanmoins ses entraînements individuels sur le site de Benton.

Parallèlement, Newcastle continue de chercher à renforcer son attaque avant la clôture du mercato, en tentant de recruter deux nouveaux attaquants. Ses tentatives pour signer Yoane Wissa (Brentford), Hugo Ekitike, Benjamin Sesko et João Pedro ont échoué, ce qui rend la préparation de l'équipe pour la Ligue des champions encore plus délicate. Howe a indiqué qu'il ne s'attendait pas à voir Isak sur le terrain pour le match d'ouverture contre Aston Villa.

Le Barça prolongera le contrat de Jules Koundé jusqu'en 2030

Selon des médias espagnols, le FC Barcelone s'apprête à annoncer cette semaine la prolongation du contrat de son défenseur français Jules Koundé jusqu'à l'été 2030, d'après ce qu'a rapporté Mundo Deportivo. Âgé de 25 ans, Koundé a disputé 53 matchs la saison dernière, toutes compétitions confondues, et a été l'un des éléments clés dans le dispositif de l'entraîneur allemand Hansi Flick. Le Barça souhaite, par cette prolongation, protéger son joueur des convoitises des clubs intéressés, alors que son contrat actuel expire en juin 2027.

Arrivé à l'été 2022 en provenance du Séville FC, le défenseur français a marqué 4 buts et délivré 8 passes décisives la saison dernière avec le club catalan.





REPUBLIQUE ALGERIENNE DEMOCRATIQUE ET POPULAIRE
Ministère De L'habitat Et De L'urbanisme Et De La Ville
Office De Promotion Et De Gestion Immobilière
Numéro-NIF- de l'OPGI de CHLEF 099602019058027



2^{ème} Mise En Demeure

En application des dispositions des articles 149, 150 et 152 du décret n°15/247 du 19 septembre 2015 modifié et complété portant réglementation des marchés publics et de délégation de service public et de l'arrêté du ministère des finances du 28 mars 2011 fixant les mentions à porter dans la mise en demeure et les délais de sa publication.

- En vertu du marché de réalisation de 250/50 logements LPA + 10 logements promotionnels libres à Oues Sly (w) CHLEF, TCE y compris VRD, approuvé en date du 19/11/2024 sous le visa N° 28/2024 conclu entre L'OPGI de CHLEF et L'entreprise ETB / TCE NAAS ARABA ELHADJ représenté par son Directeur NAAS ARABA ELHADJ dont le siège social est à Hay Cherifi kaddour section 55 copropriété N02-chlef ,
- Vu l'ordre de service de démarrage des travaux N°01 enregistré sous le N° 187 , établi et notifié à l'entreprise en date du 16/12/2024 .
- Vu l'ordre de service d'arrêt des travaux N°02 enregistré sous le N° 196 , établi et notifié à l'entreprise en date du 31/12/2024 .
- Vu l'ordre de service de reprise des travaux N°03 enregistré sous le N° 35 , établi et notifié à l'entreprise en date du 20/03/2025 .
- Vu le délais de réalisation du marché qui est de 16 mois .
- Vu la mise en demeure N 01 publié dans le journal MIDI LIBRE le 28/07/2025 et dans le journal DIAZAIR EL GHAD .le 28/07/2025
- Vu le rapport du bureau d'étude en date 07/08/2025 qui a constaté que le chantier est abandonné et le manque des matériaux de construction et que les travaux de réalisation sont à l'arrêt.
- Vu le PV de chantier effectué par les services de L'OPGI CHLEF et le bureau D'études en date du 07/08/2025 qui ont constaté que l'entreprise ne pas respecter la recommandation le BET et le maître d'ouvrages concernant le renforcement de chantier en moyens humain et matériaux ainsi la faible cadence des travaux.

L'entreprise ETB/TCE NAAS ARABA ELHADJ représenté par son Directeur NAAS ARABA ELHADJ dont le siège social est à Hay Cherifi kaddour section 55 copropriété N02-chlef , est mise en demeure pour la 2^{ème} fois pour redémarrer les travaux du projet cité ci-dessus et de renforcer le chantier en moyens humains et matériels adéquats dans un délai de huit (08) jours à compter de la date de la publication de cette mise en demeure N 02 dans les quotidiens nationaux ou le BOMOP, faute de quoi, les mesures réglementaires lui seront appliquées.

AL MOUNASSER Le 14 Août 2025 ANEP 2516026481

**POUR TOUTES VOS ANNONCES,
CONTACTEZ NOTRE
SERVICE PUBLICITAIRE AU:**

**TEL:
0560266287**

OU PAR EMAIL:

CONTACT@ALMOUNASSER.DZ

« Nous sommes sortis de la compétition avec les honneurs »

Quotidien sportif N°03 Mardi 29 Avril 2025 Prix 20 DA

Championnat de France
Amine Gouiri
dynamite Brest!

Coupe du Monde de gymnastique 2025
Kaylia Nemour..
Double médaille d'or
et une médaille d'argent

Qualifications du CHAN-2025
Première séance
léger pour les Verts

29e journée de Ligue 2 amateur

L'ES Ben Aknoun
retrouve l'élite

La gymnaste algérienne Kaylia Nemour a brisé lors de la Coupe du Monde de gymnastique 2025, qui se déroule actuellement au Caire, en Egypte.

La journée sportive de kabylie

Boudaoui dans le viseur de Wolfsburg

Championnat d'Afrique seniors d'athlétisme
21 médailles pour la sélection algérienne

La défense inquiète Zienbaquer

Elle sera reprise à huis clos
MB Rouissat – USM Harrach programmé le 3 mai

Les kawassir conserve la tête, l'IRB Ouargla relégué en Inter-Régions

Quotidien sportif N°02 Lundi 28 Avril 2025 Prix 20 DA

Patrice Motsepe
« La finale de la Ligue des champions ne se jouera pas en dehors de l'Afrique »

Lancement d'un grand complexe sportif au sud

Le président Abdelmadjid Tebboune tient parole

Koundé offre la Coupe du Roi au Barça

Zinboun tourne la page de CRD
Berkan et Akhrif attirent l'attention des clubs européens

Coupe du monde 2025 au Caire
Kaylia Nemour décroche l'or

Créé pour encadrer et réguler le football



Néanmoins, l'histoire de l'arbitrage du football n'est pas aisée et s'écrit malheureusement au fil des différentes injustices et polémiques rencontrées sur le terrain.

La nécessité d'encadrer la pratique du football

À ses débuts, le jeu de balle était fondé sur un principe idéaliste du fair-play : toute faute ne pouvait être intentionnelle. Très rapidement et par nécessité, il fut décidé d'établir une liste de règles pour encadrer la pratique. Trop souvent, la mauvaise foi des joueurs prenait le dessus sur l'honnêteté. Déjà à cette époque, l'enjeu de la victoire était supérieur aux valeurs du sport... En 1848, un groupe d'étudiants britanniques définit les premières bases des lois du football. Pour la toute première fois, ces jeunes stipulèrent qu'il est alors formellement interdit de courir avec le ballon dans les mains



et autorisent la passe vers l'avant. Jusqu'à

cette date, il était obligatoire d'appliquer, comme au rugby, la passe en



retirait pour pouvoir progresser sur le rectangle vert. Sur ces bases sans équivoque sont rédigées et éditées en 1863 les 17 lois du football. Enrichies par la création de l'IFAB – instance pionnière qui détermine les règles du jeu du football en 1882 puis de la FIFA en 1904 (Fédération Internationale du Football Association), ces 17 lois entendent rendre compte des règles de normalisation qui ne cessent de croître afin de faire du ballon rond un sport praticable à l'échelle mondiale.

Des modifications notables des lois du jeu

Depuis sa création, le football a subi

d'innombrables modifications au niveau de ses règles. Certaines étant plus

remarquables que d'autres, les plus notables sont présentées ci-dessous afin de vous faire



prendre conscience de l'évolution permanente du jeu. En 1890 par exemple, l'arbitre quitte les gradins pour prendre place au centre du terrain. Il devient donc un sportif à part entière capable de suivre l'évolution du jeu et d'appréhender les faits de jeu pendant toute la rencontre. Par conséquent, il incarne l'autorité et devient le seul décisionnaire au cours du match.

Cependant, sa tâche est ardue car très intense et partant du constat que l'erreur puisse être humaine, deux autres arbitres

L'ARBITRAGE D'HIER À AUJOURD'HUI

Sport le plus vénéré au monde, le football était auparavant interdit, en raison des violences et batailles sanglantes qu'il provoquait au Moyen-Age en Angleterre. Ancêtre du football moderne, le « jeu de balle » s'est renouvelé au fil des époques pour être aujourd'hui codifié.

sont alors mis en place pour l'épauler : le trio arbitral tel que nous le connaissons aujourd'hui est né. Au début du 20ème siècle, le « penalty kick » est introduit afin de sanctionner les fautes commises à proximité des buts. En 1912, il est déclaré que le gardien de but peut utiliser ses mains uniquement lorsqu'il se trouve dans sa surface de réparation. Ce n'est qu'en 1970 que les cartons de couleur font leur apparition. Des cartons jaunes et rouges sont désormais attribués en fonction de la gravité de la

est un facteur qu'il est acceptable de nuancer. On peut tous aisément se rappeler la main litigieuse de Thierry Henry face à l'Irlande en 2009 lors des qualifications à la Coupe du Monde ; non visible par l'arbitre, le but a été validé et la victoire jugée injuste par l'équipe adverse.

Le VAR

La vision de l'arbitre n'étant pas infaillible et les problématiques en matière d'arbitrage ne cessant, la VAR (« Video Assistant Referee ») fut votée en 2016 et mise en œuvre dans plusieurs ligues avant d'être implementée lors de la Coupe du Monde en Russie. Sur une saison complète du championnat italien de Serie A, des recherches statistiques ont été menées pour évaluer les retombées de l'assistance vidéo. Il en résulte que sur 218 matchs disputés, la VAR fut utilisée plus de 1 000 fois, ce qui équivaut à une moyenne de cinq fois par matchs. Dans 5% des cas, la VAR a permis de rectifier une erreur, ce qui

plus propre, juste et rigoureux, ses opposants y voient toujours un obstacle à la beauté naturelle du football. De surcroît, la spontanéité initiale et l'intensité émotionnelle typiques au football sont impactées. C'est aussi le cas de la fluidité du match puisque la VAR ajoute des interruptions de jeu, pénalisant le dynamisme tant apprécié du jeu.

Plus de règles moins de beauté

Encore aujourd'hui et malgré de nombreuses évolutions, l'arbitrage est de toute évidence un des points les plus controversés du football. Les débats qu'il fait naître sont nombreux et toujours sujets à polémiques. La pratique de l'arbitrage et du football de manière générale demeure, aujourd'hui encore, un point sensible, et l'Italien Pierluigi Collina, certainement l'un des arbitres les plus célèbres au monde le rappelle : « le football n'est pas un jeu parfait, je ne comprends pas que les gens veuillent que

faute du joueur concerné. En 1995, la généralisation du 3ème remplacement rentre en vigueur. En 1998 est introduit le temps additionnel...

Vers une modernité controversée de l'arbitrage

Si l'évolution de la réglementation peut faire rêver, le démarrage de la VAR en 2016, marque le début de la controverse en matière d'arbitrage. En effet, le football est avant tout un sport humain, rapide et l'erreur, qu'elle soit intentionnelle ou non,



représente alors plus de 50 erreurs d'arbitrage évitées. Toutefois, si la VAR amène à un jeu jugé

l'arbitre le soit ». Nous tournerons-nous, à l'ère du digital, vers plus de règles mais moins de beauté ?

Calendrier Ligue 2 Amateur – Groupe Centre-Est – Saison 2025-2026

Journée 2

Nedjm Beni Oulbane - Chabab Bordj Ménaïel
 Nedjm Magra - JSK El Khroub
 Nedjm Telaghma - US Annaba
 Chabab Batna - US Chaouia
 MC Béjaïa - MC Batna
 JS Jijel - Hilal Chelghoum Laïd
 MC Constantine - Chabab Beni Thour
 US Khmiss El-Khechna - US Biskra

Journée 2

US Biskra - MC Constantine
 Chabab Beni Thour - JS Jijel
 Hilal Chelghoum Laïd - MC Béjaïa
 MC Batna - Nedjm Telaghma
 US Chaouia - Nedjm Beni Oulbane
 US Annaba - Nedjm Magra
 JSK El Khroub - Chabab Bordj Ménaïel
 US Khmiss El-Khechna - Chabab Batna

Journée 3

Nedjm Beni Oulbane - JSK El Khroub
 Nedjm Magra - US Chaouia
 Nedjm Telaghma - Hilal Chelghoum Laïd
 Chabab Batna - MC Batna
 MC Béjaïa - Chabab Beni Thour
 JS Jijel - US Biskra
 MC Constantine - US Khmiss El-Khechna
 Chabab Bordj Ménaïel - US Annaba

Journée 4

US Biskra - MC Béjaïa
 Chabab Beni Thour - Nedjm Telaghma
 Hilal Chelghoum Laïd - Nedjm Beni Oulbane
 MC Batna - Nedjm Magra
 US Chaouia - Chabab Bordj Ménaïel
 US Annaba - JSK El Khroub
 MC Constantine - Chabab Batna
 US Khmiss El-Khechna - JS Jijel

Journée 5

Nedjm Beni Oulbane - US Annaba
 Nedjm Magra - Hilal Chelghoum Laïd
 Nedjm Telaghma - US Biskra
 Chabab Batna - Chabab Beni Thour
 MC Béjaïa - US Khmiss El-Khechna
 JS Jijel - MC Constantine
 JSK El Khroub - US Chaouia
 Chabab Bordj Ménaïel - MC Batna

Journée 6

US Biskra - Chabab Batna
 Chabab Beni Thour - Nedjm Beni Oulbane
 Hilal Chelghoum Laïd - Chabab Bordj Ménaïel
 MC Batna - JSK El Khroub
 US Chaouia - US Annaba
 JS Jijel - Nedjm Magra
 MC Constantine - MC Béjaïa
 US Khmiss El-Khechna - Nedjm Telaghma

Journée 7

Nedjm Beni Oulbane - US Biskra
 Nedjm Magra - Chabab Beni Thour
 Nedjm Telaghma - US Chaouia
 Chabab Batna - Hilal Chelghoum Laïd
 MC Béjaïa - JS Jijel
 US Annaba - MC Batna
 JSK El Khroub - MC Constantine
 Chabab Bordj Ménaïel - US Khmiss El-Khechna

Journée 8

US Biskra - Chabab Bordj Ménaïel
 Chabab Beni Thour - JSK El Khroub
 Hilal Chelghoum Laïd - US Annaba
 MC Batna - US Chaouia
 MC Béjaïa - Nedjm Magra
 JS Jijel - Chabab Batna
 MC Constantine - Nedjm Telaghma
 US Khmiss El-Khechna - Nedjm Beni Oulbane

Journée 9

Nedjm Beni Oulbane - MC Batna
 Nedjm Magra - MC Constantine
 Nedjm Telaghma - JS Jijel
 Chabab Batna - MC Béjaïa
 US Chaouia - Hilal Chelghoum Laïd
 US Annaba - US Khmiss El-Khechna
 JSK El Khroub - US Biskra
 Chabab Bordj Ménaïel - Chabab Beni Thour

Journée 10

US Biskra - US Annaba
 Chabab Beni Thour - US Chaouia
 Hilal Chelghoum Laïd - MC Batna
 Chabab Batna - Nedjm Magra
 MC Béjaïa - Nedjm Telaghma
 JS Jijel - Nedjm Beni Oulbane
 MC Constantine - Chabab Bordj Ménaïel
 US Khmiss El-Khechna - JSK El Khroub

Journée 11

Nedjm Beni Oulbane - MC Constantine
 Nedjm Magra - US Biskra
 Nedjm Telaghma - Chabab Batna
 MC Batna - US Khmiss El-Khechna
 US Chaouia - MC Béjaïa
 US Annaba - Chabab Beni Thour
 JSK El Khroub - Hilal Chelghoum Laïd
 Chabab Bordj Ménaïel - JS Jijel

Journée 12

US Biskra - MC Batna
 Chabab Beni Thour - Hilal Chelghoum Laïd
 Nedjm Telaghma - Nedjm Magra
 Chabab Batna - Nedjm Beni Oulbane
 MC Béjaïa - Chabab Bordj Ménaïel
 JS Jijel - JSK El Khroub
 MC Constantine - US Annaba
 US Khmiss El-Khechna - US Chaouia

Journée 13

Nedjm Beni Oulbane - Nedjm Telaghma
 Nedjm Magra - US Khmiss El-Khechna
 Hilal Chelghoum Laïd - US Biskra
 MC Batna - Chabab Beni Thour
 US Chaouia - MC Constantine
 US Annaba - JS Jijel
 JSK El Khroub - MC Béjaïa
 Chabab Bordj Ménaïel - Chabab Batna

Journée 14

US Biskra - Chabab Beni Thour
 Nedjm Magra - Nedjm Beni Oulbane
 Nedjm Telaghma - Chabab Bordj Ménaïel
 Chabab Batna - JSK El Khroub
 MC Béjaïa - US Annaba
 JS Jijel - US Chaouia
 MC Constantine - MC Batna
 US Khmiss El-Khechna - Hilal Chelghoum Laïd

Journée 14

Nedjm Beni Oulbane - MC Béjaïa
 Chabab Beni Thour - US Khmiss El-Khechna
 Hilal Chelghoum Laïd - MC Constantine
 MC Batna - JS Jijel
 US Chaouia - US Biskra
 US Annaba - Chabab Batna
 JSK El Khroub - Nedjm Telaghma
 Chabab Bordj Ménaïel - Nedjm Magra

Calendrier Ligue 2 Amateur – Groupe Centre-Ouest – Saison 2025-2026

Journée 2

US Harrach - MC Saïda
 Raed Kouba - WA Mostaganem
 Chabab Adrar - Ghali Mascara
 Chabab Temouchent - JSM Oran
 US Béchar El-Jadid - Chabab Tekserain
 JS El-Biar - JS Tiaret
 Nedjm Kolea - Amal El-Arbaâ
 NA Hussein Dey - WA Tlemcen

Journée 2

US Harrach - US Béchar El-Jadid
 Amal El-Arbaâ - NA Hussein Dey
 JS Tiaret - Nedjm Kolea
 JSM Oran - JS El-Biar
 Ghali Mascara - Chabab Temouchent
 WA Mostaganem - Chabab Adrar
 MC Saïda - Raed Kouba
 Chabab Tekserain - WA Tlemcen

Journée 3

NA Hussein Dey - JS Tiaret
 Raed Kouba - US Harrach
 Chabab Adrar - MC Saïda
 Chabab Temouchent - WA Mostaganem
 US Béchar El-Jadid - JSM Oran
 JS El-Biar - Ghali Mascara
 Nedjm Kolea - Chabab Tekserain
 WA Tlemcen - Amal El-Arbaâ

Journée 4

US Harrach - Chabab Adrar
 Raed Kouba - US Béchar El-Jadid
 JS Tiaret - Amal El-Arbaâ
 Chabab Tekserain - NA Hussein Dey
 JSM Oran - Nedjm Kolea
 WA Mostaganem - JS El-Biar
 MC Saïda - Chabab Temouchent
 Ghali Mascara - WA Tlemcen

Journée 5

NA Hussein Dey - JSM Oran
 Amal El-Arbaâ - Chabab Tekserain
 Chabab Adrar - Raed Kouba
 Chabab Temouchent - US Harrach
 US Béchar El-Jadid - WA Mostaganem
 JS El-Biar - MC Saïda
 Nedjm Kolea - Ghali Mascara
 WA Tlemcen - JS Tiaret

Journée 6

US Harrach - JS El-Biar
 Raed Kouba - Chabab Temouchent
 Chabab Adrar - Nedjm Kolea
 Chabab Tekserain - JS Tiaret
 JSM Oran - Amal El-Arbaâ
 Ghali Mascara - NA Hussein Dey
 MC Saïda - US Béchar El-Jadid
 WA Mostaganem - WA Tlemcen

Journée 7

NA Hussein Dey - US Harrach
 Amal El-Arbaâ - Raed Kouba
 JS Tiaret - JSM Oran
 Chabab Temouchent - Chabab Adrar
 US Béchar El-Jadid - Ghali Mascara
 JS El-Biar - Chabab Tekserain
 Nedjm Kolea - WA Mostaganem
 WA Tlemcen - MC Saïda

Journée 8

Raed Kouba - JS El-Biar
 Chabab Adrar - US Béchar El-Jadid
 Chabab Temouchent - Nedjm Kolea
 JSM Oran - Chabab Tekserain
 Ghali Mascara - JS Tiaret
 WA Mostaganem - Amal El-Arbaâ
 MC Saïda - NA Hussein Dey
 US Harrach - WA Tlemcen

Journée 9

NA Hussein Dey - WA Mostaganem
 Amal El-Arbaâ - MC Saïda
 JS Tiaret - US Harrach
 Chabab Tekserain - Ghali Mascara
 US Béchar El-Jadid - Chabab Temouchent
 JS El-Biar - Chabab Adrar
 Nedjm Kolea - Raed Kouba
 WA Tlemcen - JSM Oran

Journée 10

US Harrach - Amal El-Arbaâ
 Raed Kouba - NA Hussein Dey
 Chabab Temouchent - JS El-Biar
 US Béchar El-Jadid - Nedjm Kolea
 Ghali Mascara - JSM Oran
 WA Mostaganem - Chabab Tekserain
 MC Saïda - JS Tiaret
 Chabab Adrar - WA Tlemcen

Journée 11

NA Hussein Dey - Chabab Adrar
 Amal El-Arbaâ - Ghali Mascara
 JS Tiaret - WA Mostaganem
 Chabab Tekserain - Chabab Temouchent
 JSM Oran - US Harrach
 JS El-Biar - US Béchar El-Jadid
 Nedjm Kolea - MC Saïda
 WA Tlemcen - Raed Kouba

Journée 12

US Harrach - Chabab Tekserain
 Raed Kouba - JS Tiaret
 US Béchar El-Jadid - Amal El-Arbaâ
 Chabab Temouchent - NA Hussein Dey
 JS El-Biar - Nedjm Kolea
 WA Mostaganem - Ghali Mascara
 MC Saïda - JSM Oran
 US Béchar El-Jadid - WA Tlemcen

Journée 13

NA Hussein Dey - US Béchar El-Jadid
 Amal El-Arbaâ - Chabab Temouchent
 JS Tiaret - Chabab Adrar
 Chabab Tekserain - Raed Kouba
 JSM Oran - WA Mostaganem
 Ghali Mascara - MC Saïda
 Nedjm Kolea - WA Mostaganem
 WA Tlemcen - JS El-Biar

Journée 14

US Harrach - Ghali Mascara
 Raed Kouba - JSM Oran
 Chabab Adrar - Chabab Tekserain
 Chabab Temouchent - JS Tiaret
 US Béchar El-Jadid - Amal El-Arbaâ
 JS El-Biar - NA Hussein Dey
 MC Saïda - WA Mostaganem
 Nedjm Kolea - WA Tlemcen

Journée 14

NA Hussein Dey - Nedjm Kolea
 Amal El-Arbaâ - JS El-Biar
 JS Tiaret - US Béchar El-Jadid
 Chabab Tekserain - MC Saïda
 JSM Oran - Chabab Adrar
 Ghali Mascara - Raed Kouba
 WA Mostaganem - US Harrach
 WA Mostaganem - US Harrach

L'ALIMENTATION ADAPTÉE À CHAQUE SPORT



OPTIMISER LA PERFORMANCE PAR LA NUTRITION.

Chaque sport a ses propres exigences en termes de force, endurance, vitesse et agilité. De même, l'alimentation d'un athlète doit être adaptée pour

endurance prolongée et une capacité à maintenir un effort sur de longues

périodes. Riche en Glucides : Les glucides sont la principale source d'énergie. Opte pour des

glucides



répondre aux besoins spécifiques de son sport. Comprendre comment ajuster son régime alimentaire en fonction de son activité sportive est essentiel pour

complexes comme les grains entiers, les pâtes et le riz brun. Hydratation : Une hydratation adéquate est cruciale. Bois régulièrement de l'eau et utilise des



maximiser la performance et favoriser une récupération efficace.

LES SPORTS D'ENDURANCE (COURSE À PIED, CYCLISME, NATATION).

Caractéristiques : Ces sports exigent une

boissons pour sportifs lors d'efforts prolongés.

Protéines Modérées : Les protéines sont importantes pour la récupération musculaire. Inclus des sources maigres comme le poulet, le poisson ou les légumineuses.

LES SPORTS DE FORCE (MUSCULATION, HALTÉROPHILIE).

Caractéristiques : Ces disciplines se concentrent sur la force, la puissance musculaire et la masse.

Protéines Élevées : Les protéines sont essentielles pour la croissance et la réparation musculaire. Considère des sources riches en protéines comme les viandes maigres, les œufs et les produits laitiers.

Bonnes Graisses : Les graisses saines, comme celles trouvées dans les avocats, les noix et les huiles végétales, sont importantes pour la santé hormonale.

Glucides Contrôlés : Les glucides fournissent de l'énergie mais doivent être équilibrés avec les besoins en protéines et en graisses.

LES SPORTS DE VITESSE ET AGILITÉ (FOOTBALL, BASKETBALL, TENNIS)

Caractéristiques : Ces sports nécessitent des mouvements rapides, de l'agilité et des sprints courts.

Équilibre en Macronutriments : Un bon équilibre entre glucides, protéines et graisses est crucial. Snacks Énergétiques : Des snacks comme les fruits ou les barres énergétiques peuvent fournir un boost rapide avant

l'activité. Hydratation et Électrolytes :



Maintenir une bonne hydratation et un équilibre en électrolytes pour soutenir l'activité intense.

ALIMENTATION POUR LES SPORTS DE COMBAT (BOXE, JUDO, MMA).

Caractéristiques : Ces sports combinent force, endurance, et stratégie, souvent avec des catégories de poids à respecter. Densité

Nutritionnelle : Choisis des aliments riches en nutriments mais faibles en calories pour maintenir le poids de compétition. Hydratation Stratégique :

L'hydratation est essentielle, mais doit être gérée en fonction des catégories de poids.

Récupération : Des protéines de qualité et des glucides après l'entraînement aident à la récupération et à la réparation musculaire.

On peut



voir que chaque exercice physique différent demandera des adaptations de la nourriture pour espérer devenir le plus performant possible. Les suppléments sont une aide importante dans cette optique.

LES CONSEILS DU COACH

L'alimentation d'un athlète doit être aussi ciblée et spécifique que son entraînement. En adaptant ton régime alimentaire à ton sport, tu peux non seulement améliorer ta

performance mais aussi favoriser une meilleure récupération et prévenir les blessures. Chez QNT, nous comprenons l'importance de la nutrition adaptée et nous sommes là pour te soutenir dans ta quête de la performance optimale.

N'hésite pas à remettre en question les proportions de ta diète, car si le résultat n'est pas au rendez-vous, tu dois changer quelque chose. Fais-toi aider par un professionnel pour éviter de perdre du temps.



POURQUOI LES PROTÉINES SONT ESSENTIELLES POUR LES SPORTIFS

Les protéines constituent les éléments de base essentiels du tissu musculaire.. Pour un sportif, un apport élevé en protéines est crucial non seulement pour la construction musculaire, mais aussi pour la réparation et la récupération après l'effort. Les protéines jouent également un rôle clé dans le maintien de la masse musculaire, la perte de graisse et l'amélioration globale de la performance.

LES AVANTAGES D'UN APPORT ÉLEVÉ EN PROTÉINES.

Construction et Réparation Musculaire : Les protéines

fournissent les acides aminés nécessaires pour construire et réparer les tissus musculaires, surtout après des entraînements intenses. Satiété et Gestion du Poids : Les protéines ont un pouvoir rassasiant élevé, ce qui

aide à contrôler l'appétit et à éviter les grignotages inutiles. Métabolisme Énergétique : Un apport adéquat en protéines assure un métabolisme efficace, contribuant à une meilleure gestion de l'énergie. Santé des Os : Les protéines jouent un rôle dans la santé osseuse, ce qui est essentiel pour les sportifs soumis à des contraintes physiques régulières.

SOURCES DE PROTÉINES POUR LES SPORTIFS.

Aliments Riches en Protéines : Incline dans ton alimentation des sources de

protéines comme la viande maigre, le poisson, les œufs, les produits laitiers, les

cette approche pour devenir meilleur dans ton sport et ta forme.

L'IMPORTANCE DES GRAISSES DANS L'ALIMENTATION SPORTIVE.

comprises, les graisses jouent un rôle crucial dans l'alimentation des sportifs. Elles sont essentielles non seulement pour l'énergie, mais aussi pour la santé globale, y compris la santé hormonale, récupération musculaire et l'absorption des vitamines liposolubles. Cependant, il est

crucial de distinguer les bonnes graisses des mauvaises. **LES AVANTAGES DES GRAISSES DE QUALITÉ.** Énergie Durable : Les graisses de qualité fournissent une source d'énergie longue durée, idéale pour les entraînements

LES AVANTAGES DES GRAISSES DE QUALITÉ.

prolongés ou les sports d'endurance. Santé Hormonale : Les graisses saines sont nécessaires à la production de nombreuses hormones, y compris celles qui sont cruciales pour la croissance et la réparation musculaire. Absorption des Nutriments : Certaines vitamines essentielles, comme les vitamines D, A, E et K, nécessitent des graisses pour être correctement absorbées par le corps. Santé Cardiovasculaire : Les bonnes graisses contribuent à la santé du cœur et des vaisseaux sanguins, essentielle pour les sportifs.



SOURCES DE GRAISSES DE QUALITÉ

Huiles Végétales : Opte pour des huiles pressées à froid comme l'huile d'olive,

CONSEILS POUR INTÉGRER LES GRAISSES DE QUALITÉ

Équilibre : Assure-toi que



les graisses de qualité constituent une partie équilibrée de ton alimentation, sans en abuser. Poissons Gras : Les poissons comme le saumon, le maquereau et les sardines sont d'excellentes sources d'oméga-3. Noix et Graines : Les amandes, les noix, les graines de chia et de lin sont riches en graisses saines et en autres nutriments. Avocats : Riches en graisses mono-insaturées, les avocats sont parfaits pour un apport en graisses de qualité.

Cuisson : Utilise des graisses saines pour la cuisson, mais attention à ne pas chauffer des températures trop élevées. Variété : Varie tes sources de graisses pour bénéficier d'un large éventail de nutriments. Incline dans ton alimentation est essentiel pour optimiser ta performance sportive et ta santé globale. En choisissant des graisses saines, tu te rapproches de ta forme idéale et de ton plein potentiel. Embrasse cette approche pour exceller dans ton sport et dans ta forme.

Championnat arabe des nations de basket-ball **victoire de l'Algérie devant Tunisie (67-61)**

La sélection algérienne masculine de basket-ball des moins de 16 ans (U16) s'est imposée devant son homologue tunisienne sur le score de 67 à 61 (mi-temps : 36-39), en match comptant pour la troisième journée du Championnat arabe des nations de la catégorie, disputé mardi au Caire.

Les scores des quarts temps ont été comme suit : 24-18, 12-21, 16-07, 15-15. C'est la deuxième victoire du Cinq algérien dans le tournoi, après celle obtenue face à l'Egypte en double prolongation (76-74), contre une défaite face à Bahreïn (54-80). Dans l'autre rencontre, disputée plus tôt ce mardi, Bahreïn a battu le Koweït (81-57), alors que l'Egypte et le Qatar s'affrontent à partir de 17h00.

Pour le compte de la quatrième journée, programmée aujourd'hui jeudi, le Cinq national sera opposé au Qatar, avant de boucler la première phase de compétition face au Koweït, vendredi. Le tournoi masculin du Championnat arabe de la catégorie regroupe six équipes, dont les deux premiers au classement joueront la finale, programmée dimanche 17 août. La 22e édition du Championnat arabe des nations (U16, garçons et filles) se dispute du 10 au 17 août 2025 dans la capitale égyptienne.

R. S

31 °C | °F Précipitations : 0% Humidité : 60% Vent : 21 km/h

Météo jeudi Ensoleillé

VOTRE QUOTIDIEN SPORTIF

Mounasser

Jeudi 14 Août 2025

Lors de la première journée

La Premier League teste la "Ref Cam"

Dans une initiative innovante visant à enrichir l'expérience télévisuelle et à offrir une immersion inédite aux téléspectateurs, la Premier League s'apprete à expérimenter la technologie de la "caméra de l'arbitre" (Ref Cam) lors de plusieurs matchs de la première journée de la saison 2025-2026.

Selon le quotidien The Guardian, l'instance organisatrice du championnat anglais a obtenu l'accord des vingt clubs ainsi que le soutien de ses partenaires de diffusion officiels pour lancer ce test, déjà salué dans d'autres compétitions.

Les organisateurs espèrent ainsi rapprocher encore davantage les supporters de l'action sur le terrain.

Un précédent marquant au Mondial des clubs

Cette technologie avait été largement mise en lumière lors de la dernière Coupe du monde des clubs organisée aux États-Unis. Les arbitres y étaient équipés de petites caméras intégrées à leurs oreillettes, permettant de filmer l'action du point de vue exact de l'arbitre : mouvements des joueurs, contacts physiques, échanges verbaux...

Le président de la Commission des arbitres de la FIFA, Pierluigi Collina, avait alors qualifié l'expérience de "supérieure aux attentes", soulignant son potentiel pour améliorer la compréhension des



décisions arbitrales par le public.

L'IFAB ouvre la porte aux championnats nationaux

Fort de ce succès, le Conseil international du football association (IFAB) a donné son feu vert à une extension de l'expérimentation aux compétitions domestiques. La Premier League, toujours en quête d'innovations, a saisi l'occasion pour intégrer cette technologie à son dispositif.

Deux tests grandeur nature ont été réalisés durant la préparation estivale aux États-Unis : le premier lors de la rencontre Bournemouth - West Ham, le second lors du match Manchester United - Everton à Atlanta. Les images diffusées ont reçu

un accueil enthousiaste sur les réseaux sociaux.

Vers une expérience immersive pour les fans

L'objectif affiché par la Premier League est clair : proposer aux spectateurs du monde entier une perspective unique, leur permettant de mieux comprendre le ressenti et les prises de décision des arbitres en temps réel. Ce nouvel outil pourrait également contribuer à réduire les polémiques liées à certaines actions litigieuses. Si les résultats obtenus lors des premières journées s'avèrent concluants, la "Ref Cam" pourrait être adoptée de manière permanente, renforçant ainsi l'image d'un championnat pionnier dans l'innovation technologique appliquée au football.

HORAIRES DE PRIÈRES ALGER

Fadjer	04:19
Dohr	12:52
Asr	16:38
Maghreb	19:40
Icha	21:13

Qualification pour l'AFC Champions League Élite

Boulbina ouvre son compte et brille avec Al-Duhail



L'international algérien Adil Boulbina a ouvert son compte but avec son nouveau club, Al-Duhail SC, qu'il a contribué à qualifier pour l'AFC Champions League Élite 2025-2026, après une victoire 3-2 face aux Iraniens de Sepahan, sous la houlette de l'ancien sélectionneur national Djamel Belmadi.

Sepahan a surpris Al-Duhail en ouvrant le score dès la 3e minute, mais la réaction des Qataris ne s'est pas fait attendre. Ibrahim Bamba a égalisé à la 11e minute, avant que Boulbina, meilleur buteur du championnat algérien la saison passée, n'inscrive d'une superbe réalisation le deuxième but à la 24e minute.

À la 33e minute, Krzysztof Piątek a creusé l'écart en signant le troisième but sur une nouvelle action en face à face avec le gardien adverse. En toute fin de match, Milad Zakipour a réduit le score pour

Sepahan (90+3), mais Al-Duhail a tenu bon jusqu'au coup de sifflet final.

Grâce à ce succès, les hommes de Belmadi décrochent leur billet pour la phase de groupes de la Ligue des champions asiatique Élite, démarrant ainsi la saison de manière idéale.

Au micro de la chaîne qatarie Al-Kass, Boulbina a exprimé sa satisfaction :

« Avec la grâce de Dieu, j'ai pu marquer le deuxième but. Je remercie les supporters et tous ceux qui ont contribué à cette qualification. Nous allons travailler pour donner de la joie à tout le monde ici. »

L'ancien attaquant du Paradou AC est également revenu sur la préparation :

« Nos stages, que ce soit aux Pays-Bas ou ici au Qatar, ont été réussis, malgré les conditions climatiques difficiles. Nous avons atteint notre objectif, qui était la qualification. »

Deuxième jour du forum d'Oran

Sessions théoriques et pratiques pour les arbitres

Les activités du forum pré-saison pour les arbitres d'élite à Oran, organisé par la Direction nationale de l'arbitrage, se poursuivent pour le deuxième jour, avec un programme combinant sessions théoriques et pratiques, selon un communiqué de la Fédération algérienne publié sur son site officiel. Durant la matinée de mardi,

les arbitres participants se sont réunis dans la salle de conférences du stade Miloud Hadeffi pour une séance d'analyse vidéo portant sur diverses situations de jeu. L'après-midi, les arbitres ont été divisés en deux groupes pour des exercices sur le terrain : le premier groupe a travaillé avec des joueurs sur le terrain annexe du

complexe Miloud Hadeffi, tandis que le second groupe a dirigé un match amical au stade Ahmed Zabana entre l'Olympique Akbou et la JS Saoura, utilisant la technologie de l'arbitrage vidéo (VAR). Le forum se conclura aujourd'hui jeudi avec des recommandations importantes qui serviront de feuille de route pour les arbitres en tenue noire pour

la saison 2025-2026.

Par ailleurs, quatre arbitres algériens participent à la Coupe d'Afrique des Nations des joueurs locaux ("CHAN 2024") qui se déroule en Ouganda, Tanzanie et Kenya jusqu'au 30 août. Il s'agit de Boukouassa, Ben Yahia, Abane et Lahlou Ben Brahem.

Kamel. F

