

Une nouvelle réjouissante pour les Verts

# Bouanani cinquième Algérien en Bundesliga



Quotidien sportif N°17 Lundi 01 Septembre 2025 Prix 20 DA



Saudi Pro League – Roshn

**Houssein Aouar**  
réussit ses  
débutés avec  
Al-Ittihad

03

*Botswana attendu à Alger*

# Les Verts en ordre de bataille

www.almounas-



CR Belouizdad

**Le contrat du milieu camerounais Jacques Mbé résilié à l'amiable**

Après Bougherra, Gendouz et Bangoura, et l'échec de la piste Belaili

La mouloudia d'El Bayadh  
**Deuxième défaite consécutive ... sommée de corriger les erreurs**



5

Amal El Arbaa:  
**L'entraîneur Gouilem jette l'éponge à cause du recrutement**



6



**Zineddine Ferhat signe officiellement au Mouloudia d'Alger**



# L'Égypte refuse d'affronter la Zambie à cause de son entraîneur israélien

*Des médias égyptiens ont révélé que le staff technique de l'équipe nationale a rejeté une proposition de disputer un match amical contre la Zambie, dirigée par l'entraîneur israélien Avram Grant, en novembre prochain, afin d'éviter toute polémique ou colère des supporters.*

Selon des sources de presse, le staff des Pharaons, sous la houlette du sélectionneur Hossam Hassan, a refusé catégoriquement l'offre présentée par une société de marketing sportif d'organiser cette rencontre. Hossam Hassan aurait pris cette décision pour prévenir toute controverse et désamorcer d'éventuelles réactions hostiles des supporters et des médias égyptiens. Le staff estime en effet



qu'affronter une sélection entraînée par Avram Grant pourrait placer l'Égypte dans une position embarrassante et générer des tensions inutiles à l'approche de la Coupe d'Afrique des

nations, prévue en décembre. Pour rappel, Grant avait été nommé sélectionneur de la Zambie en décembre 2022, avec un contrat de deux ans.

## Ben Maâzouz rejoint l'Étoile du Sahel

La direction de l'USM Alger a annoncé, ce dimanche, le transfert officiel de son joueur Mohamed Saïd Ben Maâzouz à l'Étoile Sportive du Sahel, dans le cadre du mercato estival en cours. Dans un communiqué publié sur sa page Facebook officielle, le club algérois a exprimé sa gratitude envers le joueur pour les services rendus sous



les couleurs de l'USMA, tout en lui souhaitant plein succès dans sa nouvelle aventure en Tunisie. De son côté, l'Étoile du Sahel a confirmé l'arrivée de sa nouvelle recrue algérienne, Ben Maâzouz, à travers une publication sur ses réseaux sociaux officiels.

## Le «Doyen» dévoile son nouveau maillot

La direction du Mouloudia d'Alger a levé le voile, dans la nuit de vendredi à samedi, sur le nouveau maillot officiel du club en prévision de la saison 2025-2026. Conçu par l'équipementier chinois Peak, ce maillot se distingue par des détails uniques soigneusement travaillés, que la direction du club n'a pas manqué de mettre en avant. Le lancement s'est accompagné d'un slogan symbolique : « Une identité



algérienne... Vert et Rouge du Mouloudia. Un maillot du Doyen qui respire l'authenticité et la tradition. »

## Sept licenciements... et une fortune



L'entraîneur portugais José Mourinho continue d'amasser une véritable fortune grâce aux indemnités perçues à la suite de ses nombreux licenciements. Le dernier en date est survenu avec le club turc de Fenerbahçe, qui a officiellement annoncé son départ. Le technicien surnommé « The Special One » a été limogé moins de 48 heures après l'élimination de son équipe face au Benfica Lisbonne (0-1) lors du barrage retour de la Ligue des champions 2025-2026. D'après le quotidien catalan Mundo Deportivo, Mourinho a touché une somme considérable de 15 millions d'euros en vertu de la clause de résiliation prévue dans son contrat avec Fenerbahçe. De son côté, The Daily Mail a révélé que l'entraîneur portugais a cumulé près de 108 millions d'euros au total au cours de sa carrière, uniquement grâce aux indemnités de rupture liées à ses sept licenciements. Les chiffres sont éloquent : 20,9 M€ lors de son départ de Chelsea en 2007, 19,7 M€ à la fin de son aventure avec le Real Madrid, 9,6 M€ pour son deuxième passage à Chelsea, 22 M€ après son licenciement de Manchester United, 17,4 M€ à la suite de son départ de Tottenham, 3,5 M€ seulement lors de son éviction de l'AS Rome, et enfin 15 M€ de la part de Fenerbahçe. Au total, Mourinho a donc encaissé pas moins de 108 millions d'euros grâce à ses ruptures de contrat.

## L'AS Monaco rend hommage à Abdellah Medjadi Liégeon

L'AS Monaco a décidé de rendre hommage à la mémoire de son ancien joueur et ex-international algérien, Abdellah Medjadi Liégeon, récemment disparu. Abdellah Leguine, décédé jeudi dernier, avait défendu les couleurs de l'AS Monaco dans les années 1980 et avait notamment remporté la Coupe de France en 1982 avec le club de la Principauté.



**Botswana attendu à Alger**

## Les Verts en ordre de bataille

**Le sélectionneur national, Vladimir Petkovic, nourrit l'ambition de boucler la qualification à la Coupe du monde 2026 dès ce mois de septembre. En cas de succès face au Botswana et à la Guinée, les Verts compteraient 21 points, un total quasi-synonyme de billet pour le Mondial qui se tiendra aux États-Unis, au Canada et au Mexique du 11 juin au 19 juillet 2026.**

**Akram. K**

**L**e technicien suisse entend aborder le stage actuel avec beaucoup de rigueur. Connu pour son exigence, il insistera auprès de ses joueurs sur l'importance de remporter les deux prochaines rencontres, tout en les préparant mentalement afin de maintenir une dynamique positive. L'objectif est clair : assurer la qualification le plus tôt possible. Les coéquipiers de Riyad Mahrez débutent ce lundi leur regroupement au Centre technique de Sidi Moussa, en prévision du match du 4 septembre contre le Botswana, suivi de celui du 8 face à la Guinée à Casablanca. Le groupe doit rejoindre le stage progressivement : Farès Chaïbi (Francfort) est attendu dès le matin à Alger, tandis qu'une quinzaine d'éléments



arriveront de Paris. Mahrez et Houssein Aouar, évoluant en Arabie Saoudite, seront parmi les derniers à rallier le camp. D'autres joueurs, déjà présents en Algérie comme Atal, Bounedjah, Tougaï ou Belaïli, rejoindront directement Sidi Moussa. Pour la réception du Botswana, Petkovic pourrait aligner un onze mixte entre titulaires et remplaçants, avant de miser sur son équipe-type lors du

déplacement au Maroc face à la Guinée, un rendez-vous considéré comme déterminant dans la course à la qualification. Les Verts occupent actuellement la tête du groupe G avec 15 points, suivis du Mozambique (12 points), à quatre journées de la fin. Le Botswana, dirigé par Morena Ramoreboli, est attendu ce mardi à Alger par vol direct en provenance de Gaborone. La délégation ralliera ensuite Tizi Ouzou par

route, où elle effectuera une unique séance d'entraînement mercredi soir au stade « Hussein Aït Ahmed », théâtre du match du jeudi.

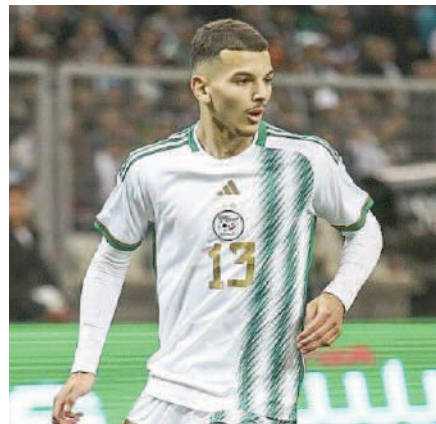
**Bouanani: « J'aime le style de Stuttgart et je veux encore progresser »**

**L**e joueur international algérien Badreddine Bouanani a exprimé sa grande satisfaction après son arrivée au VfB Stuttgart, dans des déclarations accordées au site officiel du club allemand. Juste après avoir passé avec succès la visite médicale et signé son contrat, Bouanani a déclaré : « Stuttgart est un grand club, je suis très heureux d'être ici. » Revenant sur ses ambitions avec sa nouvelle équipe, l'ancien joueur de l'OGC Nice a ajouté : « J'ai suivi la Bundesliga même lorsque j'étais en France. J'aime le style de jeu de Stuttgart. Je veux continuer à progresser et contribuer, avec mes qualités, à la réussite collective de l'équipe. »

**Aymen . ch**

**Une nouvelle réjouissante pour les Verts**

## Bouanani cinquième Algérien en Bundesliga



**L**a fin du mercato estival a apporté une nouvelle réjouissante pour les Verts : Badreddine Bouanani quitte l'OGC Nice et rejoint le prestigieux VfB Stuttgart, ouvrant une nouvelle page de sa carrière à seulement 20 ans. Malgré son potentiel, l'attaquant algérien n'a pas réussi à s'imposer durablement dans le championnat de France. En Allemagne, il découvre un nouvel univers, avec un football différent et une ambiance unique. Son arrivée coïncide avec le succès de Stuttgart en Bundesliga, victorieux de Mönchengladbach (1-0) lors de la deuxième journée. Club historique, plusieurs fois titré en Allemagne et habitué des compétitions européennes, le VfB jouit d'une grande popularité puisqu'il est considéré comme la quatrième équipe la plus suivie du pays. Bouanani devient ainsi le cinquième Algérien à évoluer en Bundesliga, après Mohamed Amoura, Farès Chaïbi, Jaouen Hadjam Mazraoui et Ramy Bensebaïni. Comme pour ces derniers, un repositionnement tactique pourrait l'attendre, à l'image de Bensebaïni ou Chaïbi, qui ont changé de rôle en Allemagne. Formé comme ailier droit, le natif de Lille sait que la concurrence avec Riyad Mahrez reste inévitable en sélection, mais son objectif est clair : retrouver les Verts par la

grande porte, et s'imposer comme un élément clé avant le Mondial 2026. Issu d'une famille de football, il est le fils de l'ancien gardien du WA Tlemcen, un club réputé pour avoir produit des portiers d'exception tels que Marcevic dans les années 70 ou encore Bessaoud dans les années 80, célèbre pour avoir gardé sa cage inviolée pendant 14 matches consécutifs, un record mondial à l'époque. Pour Bouanani, cette étape allemande pourrait être déterminante. Elle lui offre une exposition internationale et l'opportunité de franchir un cap, dans un championnat reconnu pour son intensité et sa capacité à faire éclore les talents. Avec la nouvelle génération des Aït Nouri, Amoura, Houssein Aouar et consorts, il incarne le futur des Verts, alors que des cadres comme Mahrez, Belaïli, Bounedjah ou Mandi se dirigent vers la fin de leur cycle international. Le choix de l'Allemagne s'avère aussi stratégique : trois joueurs algériens disputeront la Ligue des champions cette saison avec leurs clubs allemands, ce qui contraste avec la Ligue 1 où les portes des grandes équipes, à l'image du PSG, restent toujours fermées aux Fennecs. À 20 ans, Bouanani espère transformer ce départ précoce de France en tremplin, pour lui et pour la sélection.

**Aymen . ch**

**Saudi Pro League – Roshn**

## Houssein Aouar réussit ses débuts avec Al-Ittihad

**H**oussein Aouar a parfaitement réussi ses débuts dans le championnat saoudien de football, la "Saudi Pro League – Roshn", en contribuant largement au large succès de son équipe, Al-Ittihad, face à Al-Okhoud sur le score de (5-2). Aligné d'entrée de jeu au poste de meneur, l'international algérien a livré une prestation convaincante durant les 86 minutes qu'il a disputées. Dès la 4e minute, il a signé une passe clé qui a permis l'ouverture du score pour son équipe. Très présent dans l'animation offensive, il s'est distingué notamment à la 29e minute par une action individuelle de grande classe,



confirmant ainsi son rôle déterminant dans la construction du jeu. Au-delà de son apport décisif dans les phases offensives, Aouar a démontré une belle polyvalence tactique, combinant justesse technique, créativité dans les passes et capacité à faire la différence dans le dernier tiers du terrain. Cette première

apparition constitue donc un signal encourageant pour la suite de sa saison avec Al-Ittihad, le joueur laissant déjà entrevoir un potentiel d'adaptation rapide et une montée en puissance au fil des journées, à mesure qu'il trouvera davantage d'automatismes avec ses coéquipiers.

**FARES. B**



LA 2<sup>E</sup> JOURNÉE DE LIGUE 1 MOBILIS

# L'USM Khenchela s'empare seul de la 3<sup>e</sup> place

*L'ES Mostaganem a dominé le CS Constantine (2-0), en match disputé samedi soir, au stade Mohamed Bensaïd de Mostaganem, pour le compte de la deuxième journée de Ligue 1 Mobilis, ayant vu l'USM Khenchela revenir avec une précieuse victoire de son déplacement chez l'ASO Chlef (2-1).*

**L'**ESM, qui avait démarré la saison par une courte défaite face à l'Olympique Akbou (1-0) s'est donc bien racheté devant son public, en l'emportant assez facilement (2-0) au cours de cette deuxième journée, grâce aux réalisations de Benkhelifa (23e) et Hasker (71e). Une performance qui lui permet de rejoindre son adversaire du jour dans la première partie du tableau, avec trois points pour chaque club. De son côté, l'ASO Chlef a commencé par concéder l'ouverture du score devant Idriss (24e), avant de se ressaisir et d'arracher l'égalisation grâce à son buteur-maison, Sedahine, qui avait réussi à remettre les pendules à l'heure à la 59e. Mais c'était sans compter sur la détermination des visiteurs à repartir avec un bon



résultat, car ils ont continué à attaquer, même au-delà du temps réglementaire, jusqu'à voir leurs efforts récompensés par un deuxième but, signé Djaouchi à la 90e+6. Un coup de tonnerre au stade Mohamed Boumezrag, qui permet à l'USMK de s'emparer seul de la troisième place au classement général, avec quatre points, alors que l'ASO reste provisoirement 9e, avec un point. Un peu plus tôt dans l'après-midi, le CR Belouizdad avait

engrangé ses premiers points dans cet exercice 2025-2026, en battant le Paradou AC (1-0), en derby algérois, disputé au stade du 20-Août 1955 d'El Anassers. C'était sur un but de la recrue estivale, Belhocini, qui avait trouvé le chemin des filets à la 23e minute de jeu. Vendredi, en ouverture de cette deuxième journée, ce sont l'Olympique Akbou et le nouveau promu, le MB Rouissat, qui avaient réalisé la meilleure affaire, en se partageant les commandes de la Ligue 1 Mobilis,

avec six points chacun, après leurs victoires respectives contre le MC Oran (1-0) et le MC El Bayadh (1-0). La formation d'Akbou, dirigée par le coach Lotfi Amrouche, s'était imposée grâce à Mehdaoui (43e), alors que les Oranais avaient raté un penalty dans le temps additionnel de la rencontre. De son côté, le MBR, qui avait disposé de la JS Saoura (2-1) lors de la première journée à Béchar, a confirmé tout le bien qu'on pensait de lui, en enchaî-

nant un deuxième succès consécutif au stade du 18 février de Ouargla. Cette fois, les poulains du coach Abdelkader Amrani se sont offerts le MC El Bayadh, grâce à au but de Ben Kheira, juste avant la fin de la première mi-temps (43e/1-0). En revanche, rien ne semble aller pour le mieux chez le MCEB, qui concède une deuxième défaite en autant de matches, et c'est là un début de saison bien en deçà des attentes de ses supporters. De son côté, l'ES Sétif a raté une belle occasion de remporter sa première victoire de la saison, en se faisant accrocher par la JS Saoura (1-1), dans son antre du 8-Mai 1945. Les locaux pensaient avoir fait l'essentiel en ouvrant le score sur penalty à la 53e minute de jeu, grâce à leur recrue estivale, le rwandais Abeddy Biramahire. Mais c'était sans compter sur la ténacité des Bécharois, qui à force d'insister ont fini par égaliser, grâce à leur buteur ivoirien Constant Wayou (64e). Après un nul salubre décroché lors de la 1re journée à Khenchela (1-1), l'Entente trébuche à la maison, alors que la JSS se rachète après sa surprenante défaite à domicile face au nouveau promu, le MBR.

Rania. K

**BELKHOUSINI A INSCRIT L'UNIQUE BUT DE LA RENCONTRE**

## Le CR Belouizdad s'impose face au Paradou

**L'**e CR Belouizdad a décroché sa première victoire de la saison en Ligue 1 Mobilis, en battant le Paradou AC lors de la deuxième journée du championnat. La rencontre, disputée au stade du 20-Août à Alger à huis clos, a permis aux Rouge et Blanc de récolter leurs premiers points, après le report du match inaugural face au Mouloudia d'Alger en raison de la participation de la sélection nationale A' au CHAN. La formation dirigée par Sven Ramovic a convaincu dans l'ensemble, notamment grâce aux recrues estivales. L'attaquant Ihab Belkhouasini s'est illustré en inscrivant l'unique but du match en première période. L'ancien international A' s'annonce déjà comme une pièce maîtresse du dispositif offensif, en attendant le retour des cadres. Il devrait former le



trio d'attaque avec son compatriote Abderrahmane Meziane et l'avant-centre tunisien Mohamed Amine Ben Hamouda, qui a montré de belles qualités physiques, même s'il doit encore trouver ses automatismes avec ses nouveaux coéquipiers. Plusieurs recrues ont été

alignées d'entrée, à l'image du défenseur Younes Wassaa, arrivé de l'Olympique Akbou, solide aux côtés de Chouaib Keddad dans l'axe. Sa prestation confirme ses bonnes dispositions affichées la saison passée et en préparation estivale, ce qui en fait déjà un atout défen-

sif majeur. Autre satisfaction, Jaber Kassis, recruté du Paradou, titularisé face à son ancien club et auteur d'un match plein, tout comme Bilal Boukerchou. Ces renforts apportent des solutions dans des secteurs qui avaient posé problème au CRB la saison dernière. Cependant, malgré cette victoire, le stade du 20-Août a constitué un handicap pour le Chabab. Habitué ces dernières saisons à évoluer dans de grandes enceintes comme le stade du 5-Juillet ou celui de Nelson-Mandela de Baraki, les joueurs ont eu du mal à développer leur jeu. Le club devra néanmoins composer avec cette situation jusqu'à la réouverture de Nelson-Mandela, qui permettra également le retour des supporters en tribunes.

Farid. S

## Le contrat du milieu camerounais Jacques Mbé résilié à l'amiable

**L'**e CR Belouizdad, sociétaire de la Ligue 1 Mobilis de football, a annoncé une résiliation à l'amiable du contrat qui le liait à son désormais ex-milieu de terrain camerounais, Jacques Tagnouo Mbé. "La Direction du CR Belouizdad annonce une résiliation à l'amiable du contrat qui la liait au joueur Jacques Tagnouo Mbé. Nous le remercions pour les efforts fournis pendant son passage au club et lui souhaitons beaucoup de réussite dans la suite de sa carrière" a indiqué la Direction du Chabab dans un communiqué, diffusé sur ses réseaux sociaux. Malgré ses qualités techniques et physiques indéniables, le natif de Bameka (26 ans) n'a pas réussi à apporter le plus espéré par le CRB, d'autant que le club est ambitieux, et souhaite jouer les premiers rôles sur plusieurs fronts. Ainsi, le Chabab a décidé de se passer de ses services et de récupérer une précieuse licence, qui lui permettra d'engager un autre joueur, qui répond mieux à ses attentes.

Lydia. K





**BANGOURA OFFICIALISÉ, FERHAT À ZÉRALDA**

# Le MCA muscle son effectif

**Le Mouloudia d'Alger continue de frapper fort sur le marché des transferts estivaux. Champion d'Algérie en titre, le « Doyen » vient d'enregistrer deux nouveaux renforts de taille dans la perspective de la nouvelle saison.**

## Bangoura, un talent guinéen débarque

**S**amedi, le club algérois a officialisé l'arrivée du jeune milieu offensif guinéen Alhassane Bangoura (20 ans), en provenance du FC Milo (Guinée). « Welcome Alhassane Bangoura », a écrit la direction mouloudéenne en légende d'une photo du joueur, arborant fièrement le maillot Vert et Rouge. Actuellement en regroupement avec la sélection nationale guinéenne (A), Bangoura pourrait croiser la route de l'Algérie le 8 septembre prochain, lors des éliminatoires de la Coupe du monde 2026. Au MCA, il évoluera aux côtés de son compatriote et homonyme Mohamed

Saliou Bangoura, avant-centre de 21 ans, qui a brillé sous les couleurs mouloudéennes la saison passée.

## Ferhat attendu pour la signature

Dans le même temps, l'ancien international algérien Zinedine Ferhat, libre de tout contrat après son passage à Angers (France), a rejoint dimanche matin le siège du MCA à Zéralda pour finaliser son engagement. Proche de s'engager avec la JS Kabylie, l'ex-joueur de l'USM Alger a finalement opté pour le Mouloudia. Selon des sources concordantes, il paraphera un contrat courant jusqu'à l'été 2027 et sera présenté officiellement dans les prochaines heures.

## Quatrième et cinquième recrues estivales

Avec Bangoura et Ferhat, le MCA complète une série de renforts stratégiques, après les arrivées de Ayman Bouguerra (CS Constantine), du gardien Alexis Guendouz (Persepolis, Iran) et de l'attaquant guinéen Alhassane Bangoura. En parallèle, le club algérois a acté le départ de son milieu récupérateur Akram Bouras, transféré au Levski Sofia (Bulgarie). « Nous remercions Bouras pour les services rendus et lui souhaitons bonne chance pour la suite de sa carrière. Il n'a passé qu'une seule saison chez nous, mais il a marqué les esprits par son professionnalisme », a indiqué le MCA.

Hamid. S



## LA MOULODIA D'EL BAYADH

# Deuxième défaite consécutive ... haddjar sommé de corriger les erreurs



**L**a Mouloudia d'El Bayadh a concédé une deuxième défaite consécutive, cette fois sur le terrain de l'Itihad El Rouissat (1-0), lors de la 2<sup>e</sup> journée de Ligue 1 professionnelle, après avoir perdu son premier match à domicile face au CS Constantine. Les Cavaliers des Hauts Plateaux occupent ainsi la dernière place du classement, avec zéro point en deux rencontres. Les supporters d'El Bayadh ont vivement réagi contre le staff technique et l'équipe dans son ensemble, dénonçant la prestation des joueurs de Cherif Haddjar ainsi que la politique de recrutement menée par la direction. Ils exigent du coach une correction rapide des erreurs dès les prochaines journées, à commencer par le match face à l'Entente de Sétif, prévu jeudi au stade Zakaria Medjdoub. Le résultat de cette rencontre pourrait s'avérer décisif pour l'avenir du staff technique, tant les fans refusent d'assister à une troisième défaite de suite. La confrontation contre l'ESS verra le retour de plusieurs éléments absents en ce début de saison. Le défenseur Mohamed Merouani, écarté des deux premiers matchs en raison d'une blessure contractée durant la préparation estivale, devrait réintégrer le groupe. Le nouvel arrivant Bouhkak, recruté en extremis lors du mercato, est également pressenti pour renforcer l'arrière-garde. Ces retours pourraient stabiliser la défense, notamment après

les difficultés rencontrées par le duo Herou et Adel Ghanem, ce dernier étant milieu de terrain de formation mais aligné en charnière centrale pour pallier l'absence de Merouani. Selon des sources proches du club, Haddjar envisage d'importants changements dans son onze de départ face à Sétif. Merouani et Bouhkak devraient composer la défense centrale, tandis qu'au milieu, le jeune Ahmed Mahboub, ex-joueur du Paradou AC, pourrait enfin avoir sa chance. Associé à Larfi et Khaled Dahmani, il formerait un trio inédit. Apprécié par le staff technique lors des matchs amicaux, Mahboub est considéré comme l'une des révélations potentielles de la saison. Son absence lors des deux premières journées s'explique par la volonté de l'entraîneur de le préserver, compte tenu de la rudesse des confrontations contre le CSC et l'Itihad El Rouissat, mais aussi pour lui permettre de s'adapter progressivement à l'élite. Par ailleurs, la direction de la Mouloudia d'El Bayadh a officialisé l'arrivée d'Oussama Chita, en provenance de l'USM Alger, pour un contrat de deux saisons. Courtisé par plusieurs clubs durant l'intersaison, le milieu de terrain a finalement opté pour El Bayadh. Le staff place beaucoup d'espoirs en lui pour relancer l'équipe après ce départ raté en championnat. Sa participation face à l'ESS dépendra toutefois de son état de forme.

Meriem. A

**L'ENTRAÎNEUR DE L'OLYMPIQUE AKBOU, LOTFI AMROUCHE:**

## «Nos joueurs ont livré un match héroïque face au MC Oran»

**L'**entraîneur de l'Olympique Akbou, Lotfi Amrouche, a salué la victoire de son équipe face au MC Oran, obtenue sur le score de 1 à 0, soulignant que ce succès est avant tout le fruit de la prestation de ses joueurs.

## Une première mi-temps bien maîtrisée

À l'issue de la rencontre, Amrouche a déclaré : « Nous avons bien joué surtout en première période, malheureusement nous avons manqué plusieurs occasions de but ».

## Gestion efficace du second acte

Il a ajouté : « En seconde mi-temps, nous avons su gérer le match grâce à nos joueurs qui ont réalisé une rencontre héroïque, en montrant une meilleure cohésion que lors de notre premier match ».

## Trois points précieux et motivants

Enfin, le coach de l'Olympique Akbou a estimé que ce succès est porteur d'espoir pour la suite : « Les points récoltés jusqu'à présent représentent une source de motivation pour aborder nos prochaines rencontres avec encore plus de détermination ».

SALIM. D



Après Bougherra, Gendouz et Bangoura, et l'échec de la piste Belaïli

## Zineddine Ferhat signe officiellement au Mouloudia d'Alger

La direction du Mouloudia d'Alger a annoncé hier la signature officielle de l'international algérien Zineddine Ferhat, dans l'une des recrues phares de ce mercato estival. Son arrivée, forte de son expérience en Europe, s'inscrit dans la volonté du club de renforcer son effectif avec des joueurs d'envergure en prévision des prochaines échéances, tant sur le plan national que continental.

KAMEL. F

Ferhat, ancien joueur de l'USM Alger, devrait apporter une valeur ajoutée considérable au secteur offensif du « Doyen », grâce à sa vision de jeu et à ses qualités techniques. Sa polyvalence constitue également un atout majeur, puisqu'il peut évoluer aussi bien sur l'aile droite qu'au milieu



de terrain, à l'image de son passage avec l'équipe nationale sous l'ère Rabah Madjer.

Avec cette signature, Ferhat devient la quatrième recrue estivale du Mouloudia, après Aymen Bougherra (en provenance du CS Constantine), le gardien Alexis Gendouz (ex-Persepolis, Iran) et Alhassane Bangoura (ex-Milo FC, Guinée). Le club algérois avait pourtant tenté d'attirer Youssef Belaïli, mais la direction de l'Espérance de Tunis a catégoriquement refusé

de libérer son joueur malgré l'offre formulée par la direction de Hadj Redjem.

À noter que Ferhat était tout proche de rejoindre la JS Kabylie. Toutefois, des désaccords internes entre les dirigeants du club kabyle ont fait capoter l'opération, malgré les concessions financières acceptées par le joueur, qui avait attendu jusqu'au dernier jour du mercato. Finalement, il a opté pour le Mouloudia, séduit par le projet sportif et la perspective de disputer la Ligue des champions

africaine.

Le MCA débutera la compétition en tour préliminaire face au club libérien FC Fassell : match aller à l'extérieur entre le 19 et le 21 septembre 2025, puis retour à Alger entre le 26 et le 28 septembre. En cas de qualification, les hommes du capitaine Ayoub Abdellaoui affronteront au second tour le vainqueur du duel entre Colombe Sportive du Cameroun et Jaraaf du Sénégal (aller en déplacement le 17 au 19 octobre, retour en Algérie le 24 au 26 octobre).

Organisation de la CAN jusqu'en 2035

## Patrice Motsepe : Un nombre record de candidatures

Le président de la Confédération africaine de football (CAF), Patrice Motsepe, a annoncé avoir reçu un nombre record de demandes de la part des fédérations nationales souhaitant accueillir la Coupe d'Afrique des nations (CAN) d'ici 2035. Cette déclaration a été faite lors d'une conférence de presse tenue à Nairobi, à la veille de la finale du Championnat d'Afrique des nations 2024.

Motsepe a souligné que l'ouverture des candidatures contribue au développement du football africain et traduit l'intérêt croissant des pays pour l'organisation de la plus prestigieuse compétition du continent. Il a



également rappelé que le football africain vit une phase de succès sans précédent, précisant que la CAF a déjà sécurisé un revenu d'un milliard de dollars sur huit ans, dont une grande partie sera consacrée au soutien du football de jeunes et à la promotion de la discipline auprès des catégories de base. Dans ce cadre, le président de la CAF a indiqué que

l'augmentation du nombre de clubs engagés dans les compétitions continentales est liée en partie à l'octroi de subventions de 100 000 dollars par club, avec un plan prévoyant l'injection de 8 millions de dollars supplémentaires pour aider les formations africaines à surmonter les difficultés logistiques.

R. S

Amal El Arbaa:

## L'entraîneur Goulem jette l'éponge à cause du recrutement

Le club d'Amal El Arbaa traverse toujours une période d'instabilité, que ce soit au niveau du staff technique ou de l'effectif, dont la majorité des joueurs n'ont pas encore signé de contrat. Alors que les supporters avaient accueilli avec optimisme la nomination de l'entraîneur Hachemi Goulem à la tête de l'équipe et le stage effectué à Chlef, les derniers jours ont apporté une nouvelle inattendue : la démission de Goulem et le refus de certains joueurs de rejoindre l'effectif, en raison du manque de moyens financiers et de leurs salaires impayés à l'approche du coup d'envoi du championnat.

Lors de la rencontre amicale disputée jeudi dernier contre le club de Hay El Djebel, l'Amal s'est incliné sur le score de 2 à 0. Une défaite qui a attisé la colère des supporters présents, lesquels ont exigé des explications de la part de la direction. De son côté, l'entraîneur avait demandé à la direction de libérer dix joueurs dont il n'était pas convaincu du niveau et de recruter de nouveaux éléments capables d'apporter une réelle plus-value. La direction ayant refusé ses exigences et choisi de maintenir ces joueurs, le coach a préféré jeter l'éponge et se retirer dans de telles conditions. L'analyse des matchs amicaux illustre bien les raisons de son choix : plusieurs éléments ont montré leurs limites techniques, incapables même de jouer en divisions inférieures. En parallèle, le club n'a pas retenu certains joueurs passés par l'USM Alger, le MC Alger ou encore le Paradou AC, ce qui a renforcé la conviction de Goulem qu'il était impossible de travailler dans ces conditions. Une situation qui, selon lui, compromet les

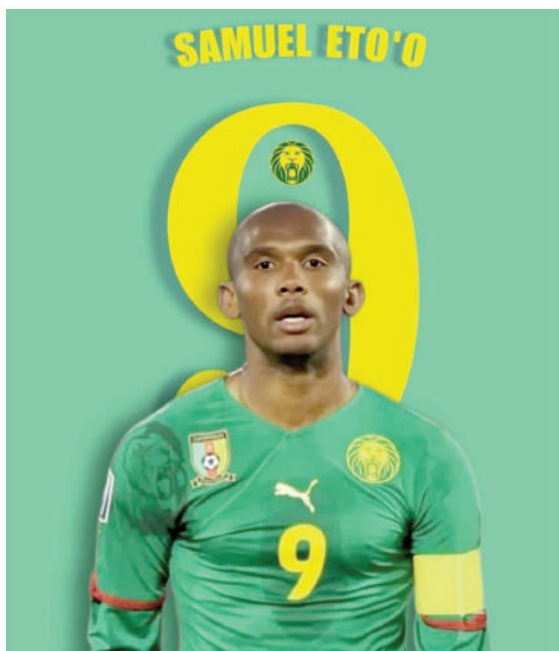
chances d'Amal El Arbaa de se maintenir en deuxième division amateur. Le club a certes échappé à la relégation ces deux dernières saisons, mais seulement à la dernière journée et grâce aux résultats d'autres équipes, scénario que les supporters refusent de revivre.

Dans un entretien en marge de sa décision, l'entraîneur Hachemi Goulem a exprimé ses regrets face à la situation actuelle, estimant qu'elle plongera l'équipe dans l'incertitude à une semaine seulement du coup d'envoi du championnat. Il a rappelé avoir accepté de revoir certaines de ses revendications financières pour permettre la réussite du stage de préparation, à condition d'offrir aux joueurs de meilleures conditions de travail. Mais la direction n'a pas accédé à ses demandes. Le refus de recruter de nouveaux éléments et de se séparer des joueurs jugés trop faibles a été pour lui « la goutte de trop ».

Par ailleurs, les supporters du club réclament une démission collective de la direction actuelle, exprimant leur mécontentement face à l'état dans lequel se trouve l'Amal. Ils disent maintenir leur confiance dans le coach et soutiennent sa décision de se séparer de certains éléments, tenant pour responsables les dirigeants qui, selon eux, n'ont rien entrepris pour redonner de l'éclat à une équipe qui disputait encore la finale de la Coupe d'Algérie il y a quelques saisons et figurait parmi les principaux concurrents en Ligue 1 professionnelle. À quelques jours de la fin du mercato estival et à la veille de la reprise du championnat, le club se retrouve face à un avenir plus qu'incertain.

AYMEN. CH





## Le FC Barcelone, l'apogée d'un champion



**E**n 2004, Eto'o rejoint le FC Barcelone pour environ 24 millions d'euros. Un transfert qui marque le début d'une ère dorée. Sous les ordres de Frank Rijkaard, puis de Pep Guardiola, le Camerounais devient l'un des meilleurs attaquants du monde. Il forme un trio redoutable avec Ronaldinho et Deco, puis plus tard avec Lionel Messi et Thierry Henry. Entre 2004 et 2009, Eto'o inscrit plus de 100

buts en Liga et remporte trois championnats d'Espagne. Son influence est immense : buteur décisif, il brille dans les grands rendez-vous. En finale de la Ligue des champions 2006, il marque face à Arsenal et relance le Barça, sacré ensuite à Paris. Trois ans plus tard, en 2009, il ouvre le score contre Manchester United à Rome, lançant le Barça de Guardiola vers un triplé historique (Liga, Coupe du Roi et Ligue des champions).

## Eto'o, l'homme engagé

**A**u-delà du terrain, Samuel Eto'o s'est illustré par son engagement. Fondateur d'une fondation caritative, il a financé des programmes

d'éducation, de santé et de formation au Cameroun. Ses prises de position contre le racisme dans le football ont marqué les esprits. En 2021, il est élu président de la Fédération camerounaise de football, avec l'ambition de réformer en profondeur le sport roi dans son pays.



## Anzhi, Chelsea et la fin d'un parcours prestigieux

**A**près son aventure italienne, Eto'o surprend en rejoignant l'Anzhi Makhachkala en Russie en 2011, avec un contrat astronomique. Il y reste deux saisons avant de revenir dans les grands championnats. En 2013, il signe à Chelsea, retrouve José Mourinho et marque encore des buts importants, notamment un triplé contre Manchester United.

Ses dernières années le mènent à Everton, la Sampdoria, Antalyaspor, Konyaspor puis au Qatar SC, où il met fin à sa carrière en 2019.



# Le roi Eto'o: gloire, fierté et héritage africain

*Samuel Eto'o voit le jour le 10 mars 1981 à Nkon, un quartier populaire de Yaoundé, au Cameroun. Très jeune, il se distingue par une passion débordante pour le football. Dans les ruelles poussiéreuses, pieds nus et ballon de fortune, il rêve déjà de devenir professionnel. Issu d'une famille modeste, il sait que le football est aussi une porte de sortie vers un avenir meilleur. Son talent attire rapidement l'attention et, à seulement 16 ans, il rejoint l'Europe en signant au Real Madrid en 1997.*

## Inter Milan: la consécration européenne



**E**n 2009, Eto'o quitte Barcelone dans un échange retentissant avec Zlatan Ibrahimović. À l'Inter Milan, sous les ordres de José Mourinho, il écrit une nouvelle page glorieuse. Avec les Nerazzurri, il s'adapte à un rôle plus collectif, parfois excentré, mais reste décisif dans les moments clés. En 2010, il réussit l'exploit de remporter un deuxième triplé consécutif (Serie A, Coupe d'Italie, Ligue des champions). Sa polyvalence et son abnégation impressionnent. Pour beaucoup d'observateurs, Eto'o est alors le meilleur attaquant africain de l'histoire.



## Madrid, Leganés et l'apprentissage en Espagne

**A** Madrid, Eto'o est encore trop jeune et peine à se faire une place dans un effectif rempli de stars. Il est alors prêté successivement à Leganés, à l'Espanyol Barcelone, puis à Majorque. C'est dans ce dernier club qu'il trouve son premier vrai tremplin.

Avec les Baléares, il enchaîne les buts et forge sa réputation. En 2003, il offre à Majorque une Coupe du Roi historique en marquant deux fois en finale face au Recreativo Huelva. Ses prestations attirent l'attention des grands clubs espagnols.

## Une carrière internationale prolifique



**A**vec la sélection camerounaise, Eto'o est tout aussi remarquable. Il remporte deux Coupes d'Afrique des Nations (2000 et 2002) et une médaille d'or olympique à Sydney en 2000. Meilleur buteur de l'histoire de la CAN avec 18

réalisations, il incarne pendant plus d'une décennie les espoirs et la fierté des Lions indomptables. Il dispute quatre Coupes du monde (1998, 2002, 2010, 2014), devenant le symbole d'une génération qui a porté haut les couleurs du Cameroun sur la scène

## Héritage et postérité

**L'**histoire de Samuel Eto'o dépasse largement le cadre du football. Issu d'un quartier populaire de Yaoundé, il s'est hissé au sommet du football mondial grâce à son talent, son travail et son mental. Buteur de légende, leader charismatique, il a porté l'Afrique sur les plus grandes scènes. Aujourd'hui encore, son nom inspire des générations entières de jeunes footballeurs sur le continent et ailleurs.



APRÈS UN REVIREMENT DE CHELSEA

# Le prêt de Nicolas Jackson au Bayern échoue

*Le prêt de l'attaquant sénégalais Nicolas Jackson au Bayern, donné pour sûr après un accord entre Chelsea et le club munichois, a finalement échoué samedi, la formation anglaise souhaitant finalement conserver Jackson après la blessure de sa recrue Liam Delap.*

**C**helsea nous a informés qu'ils souhaitent récupérer le joueur, après nous être mis d'accord hier (vendredi). La situation actuelle, c'est que le joueur est à Munich et que nous allons le renvoyer" à Londres, a expliqué le directeur sportif du Bayern, Max Eberl, samedi soir, à l'issue de la rencontre de championnat à Augsburg remportée par les Munichois (3-2). Nicolas Jackson est arrivé en début d'après-midi à Munich pour y passer sa visite médicale, après que le Bayern et Chelsea sont tombés d'accord autour d'un prêt d'un an à 15 millions d'euros, avec une option d'achat à activer à 65 millions d'euros, selon les médias anglais et allemands. Mais la blessure de Liam Delap, le nouvel avant-centre de Chelsea, samedi après-midi contre Fulham, a conduit le club anglais à faire volte-face.

L'entraîneur Enzo Maresca a évoqué une possible absence de "six, huit semaines" pour sa recrue, et les Blues ont ainsi informé le Bayern de leur revirement, demandant à Jackson de rentrer à Londres. Nicolas Jackson "aurait été de notre point de vue un très très bon choix, il aurait parfaitement convenu. Maintenant, la situation est telle qu'elle est et nous devons essayer de la". Le mercato se termine dans moins de 48 heures et le Bayern essaie de renforcer son animation offensive, après les départs de Thomas Müller (à Vancouver), Leroy Sané (à Galatasaray), Mathys Tel (prêt à Tottenham en janvier, le club londonien a activé l'option d'achat), Kingsley Coman (à Al-Nassr), uniquement compensés par l'arrivée de Luis Diaz en provenance de Liverpool. Avec l'autre directeur sportif, Christoph Freund, et l'entraîneur Vincent Kompany, le Bayern "va décider au calme ce que l'on va faire, comment on va le faire, et ce qui est encore possible. Chacun va encore activer son réseau et ses contacts, et on verra ce qui est encore possible", a conclu Eberl.



HANSI FLICK, ENTRAÎNEUR DU FC BARCELONE :

## « Gavi sera de retour après la trêve internationale »

**A**vant la rencontre de son équipe face au Rayo Vallecano en Liga, l'entraîneur du FC Barcelone, Hansi Flick, a affirmé que son milieu de terrain Gavi, actuellement en phase de récupération après une blessure au genou, devrait être opérationnel après la trêve internationale. Le joueur espagnol de 21 ans s'est blessé au genou droit vendredi dernier à l'entraînement, après avoir disputé les deux premières journées de championnat avec le Barça cette saison. « Le plan est qu'il soit disponible pour le match contre Valencia (le 14 septembre). Nous verrons comment il évolue. Il est mieux aujourd'hui qu'hier. Nous sommes optimistes », a déclaré Flick aux journalistes. Gavi avait déjà manqué onze mois de compétition la saison dernière à cause d'une rupture du ligament croisé du genou droit, avant de revenir en octobre et de participer à 26 rencontres de Liga lors de la campagne victorieuse du Barça. La Fédération espagnole de football, qui avait initialement convoqué le joueur pour les matchs de qualification à la Coupe du monde face à la Bulgarie et à la Turquie la semaine prochaine, a confirmé ce samedi.

qu'il ne rejoindrait finalement pas le rassemblement de la sélection. Le FC Barcelone vise une troisième victoire consécutive en championnat lors de son déplacement sur le terrain du Rayo Vallecano, qui ne l'a plus battu en Liga depuis 2023. « Ce sera un match difficile contre une équipe qui se bat avec beaucoup d'énergie. Chaque rencontre est différente, mais le niveau de compétitivité est toujours très élevé », a souligné Flick. Le Barça, demi-finaliste de la Ligue des champions la saison dernière, affrontera le Paris Saint-Germain à domicile, avant de se déplacer sur les pelouses de Chelsea et de Newcastle dans la phase de groupes cette saison. « Ce sont des matches décisifs. Pour un club comme Barcelone, l'objectif est de remporter la Ligue des champions. C'est la plus belle des compétitions », a conclu Flick.

DEUXIÈME JOURNÉE DU CHAMPIONNAT D'ALLEMAGNE

## Le Bayern s'impose à Augsburg (3-2)

**L**e Bayern Munich s'est imposé sur la pelouse du voisin bavarois Augsburg 3 à 2, avec un nouveau but de Michael Olise, samedi en début de soirée pour la deuxième journée du championnat d'Allemagne. Une semaine après sa démonstration de force contre le RB Leipzig (6-0), le Bayern s'est fait peur pour le plus court déplacement de sa saison. Pour son 100<sup>e</sup> match sous les couleurs munichoises, Harry Kane a servi deux passes décisives pour Serge Gnabry (28e) et Michael Olise (51e). Luis Diaz avait donné deux buts d'avance aux Munichois avant la pause, servi en retrait par Konrad Laimer.

Augsbourg a réduit la marque par Kristijan Jakic (53e), et a totalement relancé le suspense à l'entame du dernier quart d'heure par Mert Knur (76e). Les Munichois ont résisté à la pression des hommes de Sandro Wagner, pour sauver l'essentiel. Avec ce deuxième succès en deux matches, le Bayern reste sur son fauteuil de leader de la Bundesliga, assez anecdotique à ce stade de la saison, à égalité de points avec l'Eintracht Francfort (six chacun), devancé à la différence de buts (+7 contre +5).

THOMAS FRANK, ENTRAÎNEUR DE TOTTENHAM :

## « Notre défaite contre Bournemouth n'est pas une surprise »

**T**homas Frank, l'entraîneur de Tottenham Hotspur, a affirmé qu'il n'était pas surpris par la défaite de son équipe face à Bournemouth (0-1), lors de la 3<sup>e</sup> journée de Premier League. S'exprimant au micro de Sky

Sports après la rencontre, il a déclaré : « Honnêtement, je ne considère pas cette défaite comme une surprise, même si je ne m'y attendais pas. J'espérais que nous fassions mieux face à une équipe de Bournemouth très solide. C'est un adversaire qui joue vite dans le dos des défenses et qui parvient à pénétrer dans l'axe avec très peu de passes ; jouer contre eux reste toujours une tâche compliquée. » Il a poursuivi : « Le rythme est très élevé en Premier League. Nous avons eu des occasions intéressantes, mais dans l'ensemble, notre performance n'a pas été bonne. »

Frank a néanmoins rappelé : « Nous avons montré de belles choses lors des trois premières journées du championnat. Mais maintenir un niveau constant sur toute une saison est indispensable et nécessaire. »

Enfin, l'entraîneur danois a évoqué l'arrivée du Néerlandais Xavi Simons, fraîchement recruté en provenance du RB Leipzig : « Il sera une excellente recrue pour nous. Nous cherchons toujours à renforcer l'effectif, car notre projet repose sur la profondeur et la qualité des joueurs capables d'améliorer notre rendement. »





REJETANT UNE OFFRE DE 100 MILLIONS D'EUROS DE NEWCASTLE

## Le Real Madrid protège Tchouaméni

**La direction du Real Madrid a décidé de verrouiller son milieu de terrain français Aurélien Tchouaméni (25 ans), en rejetant une offre colossale de Newcastle United, prêt à déboursier 100 millions d'euros lors de ce mercato estival.**

Selon le média espagnol Defensa Central, le club merengue considère Tchouaméni comme un élément essentiel et intouchable, désormais installé comme pièce maîtresse dans le onze de Xabi Alonso (43 ans). L'entraîneur espagnol est convaincu que le joueur de 25 ans est appelé à devenir le véritable chef d'orchestre du milieu et l'un des garants des succès madrilènes dans toutes les compé-

titions pour la saison 2025-2026.

Le rapport précise que Tchouaméni a su gagner la confiance d'Alonso après avoir été longtemps critiqué sous l'ère Carlo Ancelotti, en raison d'un positionnement jugé inadapté qui freinait son rendement. Ce passé est désormais révolu : le Français est devenu un joueur apprécié dans le vestiaire et respecté par les supporters grâce à sa polyvalence, son intelligence tactique et sa capacité à garder l'équilibre dans les moments clés.

Toujours selon la même source, la direction madrilène a fait savoir à tout club intéressé qu'aucun départ ne serait envisagé, même en cas d'offre de 200 millions d'euros. Le Real veut absolument protéger son milieu tricolore, véritable révélation de la Coupe du monde des clubs disputée aux États-Unis, et déjà décisif en Liga aux côtés de Kylian Mbappé (26 ans), en contribuant à deux victoires consécu-

tives en ce début de saison.

Le quotidien conclut en soulignant que la feuille de route du Real Madrid est claire : conserver ses cadres stratégiques tout en se séparant des éléments qui ne figurent plus dans les plans d'Alonso avant la fin du mercato. Car les Merengues savent qu'ils ont l'obligation de retrouver les sommets, aussi bien sur la scène nationale qu'euro-péenne, dès cet exercice.



REAL MADRID

### Troisième victoire et carton plein

Le Real Madrid a décroché sa troisième victoire consécutive en Liga espagnole, en s'imposant à domicile face au Real Majorque (2-1), dans le cadre de la 3<sup>e</sup> journée du championnat. Avec ce succès, le Real Madrid porte son total à neuf points et occupe la tête du classement, en attendant le match de son éternel rival, le FC Barcelone (6 points), qui se déplacera sur le terrain du Rayo Vallecano dimanche, pour le compte de la même journée. De son côté, Majorque reste bloqué à une seule unité et pointe à la 18<sup>e</sup> place. Les visiteurs ont ouvert le score par Vedat Muriqi à la 18<sup>e</sup> minute, avant qu'Arda Güler n'égalise pour le Real Madrid à la 37<sup>e</sup> minute plus tard seulement, Vinicius Júnior a inscrit le deuxième but, offrant ainsi les trois points aux Madrilènes.

POUR 54 MILLIONS DE DOLLARS

## Alejandro Garnacho rejoint Chelsea

Chelsea a officialisé la signature de l'ailier argentin Alejandro Garnacho en provenance de Manchester United, avec un contrat de sept ans. Une source proche de United avait indiqué jeudi dernier à Reuters que le club mancunien avait accepté de céder Garnacho au champion du monde des clubs pour un montant de 40 millions de livres sterling (soit 54 millions de dollars). Il s'agit de la quatrième plus grosse vente de l'histoire de Manchester United après Cristiano Ronaldo, Romelu Lukaku et Ángel Di María. Dans un communiqué, Garnacho a déclaré : « C'est un moment extraordinaire pour moi et pour ma famille de rejoindre ce grand club. J'ai

hâte de commencer. J'ai suivi la Coupe du monde des clubs, et rejoindre les champions du monde est quelque chose de spécial. Nous sommes la meilleure équipe du monde ! C'est fantastique d'être ici, je suis très heureux. » Avec Manchester United, Garnacho a disputé 144 matches toutes compétitions confondues, inscrivant 26 buts dont 11 la saison dernière. L'international argentin faisait partie d'un groupe de cinq joueurs ayant demandé à quitter le club cet été, aux côtés de Marcus Rashford, Antony, Tyrell Malacia et Jadon Sancho. Rashford a d'ailleurs rejoint le FC Barcelone le mois dernier sous forme de prêt.

Chelsea se déplacera sur la pelouse de Brentford le 13 du mois prochain pour son prochain rendez-vous en Premier League.



LIGUE 1 FRANÇAIS

## Festival offensif du PSG... et Lille s'impose par sept buts

Le milieu portugais João Neves a porté le Paris Saint-Germain en tête provisoire de la Ligue 1 en inscrivant un triplé lors de la victoire éclatante (6-3) du champion d'Europe sur la pelouse de Toulouse, à l'occasion de la 3<sup>e</sup> journée. Les Parisiens ont totalement dominé la première période, pliant la rencontre grâce à quatre buts inscrits avant la pause. Neves a ouvert le score d'une superbe bicyclette du gauche, profitant d'un ballon mal renvoyé par Ousmane Dembélé (7<sup>e</sup>). Trois minutes plus tard, Barcola, lancé par l'Espagnol Fabián Ruiz, a doublé la mise d'un tir croisé au ras du sol (10<sup>e</sup>). Sur une nouvelle inspiration, le Portugais s'est offert un deuxième but spectaculaire après un centre d'Achraf Hakimi, transformé en double retourné acrobatique (15<sup>e</sup>). Dembélé a ensuite inscrit le quatrième but sur penalty (31<sup>e</sup>). Toulouse a réduit l'écart par l'Anglais Charlie Cresswell (37<sup>e</sup>). Juste avant la pause, le Téfécé a eu l'occasion de revenir à deux buts, mais le Camerounais Franck Magri a vu son penalty arrêté par Lucas Chevalier. Le tir a été à refaire, et cette fois, c'est le Vénézuélien Cristian Cásseres qui s'est présenté... mais le gardien parisien a encore repoussé la tentative (45+8). Au retour des vestiaires, Dembélé a transformé un deuxième penalty (50<sup>e</sup>), avant que Neves ne complète son triplé à la 78<sup>e</sup> minute. Toulouse a réduit l'écart en toute fin de match grâce à Yoann Gboho (89<sup>e</sup>) puis Alexis Flips (90+1). Dans l'autre rencontre de la soirée, Lille a étrillé Lorient (7-1) en déplacement, confirmant sa supériorité dans les confrontations directes : 21 victoires contre 12 défaites et 7 nuls toutes compétitions confondues. Avec ce succès, le LOSC grimpe provisoirement à la deuxième place avec 7 points. De son côté, l'international égyptien Mostafa Mohamed a offert la victoire à Nantes face à Auxerre (1-0) en inscrivant l'unique but dès la 8<sup>e</sup> minute. Les Canaris signent ainsi leur premier succès après deux défaites consécutives, tandis qu'Auxerre concède une deuxième défaite de rang après son entrée réussie face à Lorient (1-0).

## La Belgique privée de Romelu Lukaku jusqu'à la fin de l'année

La sélection belge devra se passer des services de son meilleur buteur de l'histoire, Romelu Lukaku, victime d'une blessure, et manquera donc les six dernières rencontres des éliminatoires du Mondial 2026, a annoncé l'entraîneur Rudi Garcia. Âgé de 32 ans, l'attaquant de Naples souffre d'une grave lésion au niveau du quadriceps droit de la jambe gauche, comme l'a confirmé son club après sa sortie sur blessure lors d'un match amical face à l'Olympiakos, disputé le 18 août dernier. Lukaku détient le record de buts avec les Diables Rouges : 89 réalisations en 124 sélections. La Belgique affrontera le Liechtenstein le 4 septembre, puis le Kazakhstan trois jours plus tard, dans le cadre des qualifications pour la Coupe du monde. Après deux journées, elle occupe la troisième place du groupe J, derrière la Macédoine du Nord et le pays de Galles. La saison dernière, Lukaku a joué un rôle clé dans

le sacre de Naples en Serie A, inscrivant 14 buts et délivrant 10 passes décisives en 36 apparitions. Avec l'arrivée cet été de son com-

patriote Kevin De Bruyne, transféré de Manchester City, les attentes étaient particulièrement fortes quant à leur association, aussi bien en championnat qu'en Ligue des champions.





الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
République Algérienne Démocratique et Populaire

MINISTRE DE L'HABITAT ET DE L'URBANISME ET DE LA VILLE  
DIRECTION DES EQUIPEMENTS PUBLICS DE TIPASA  
SERVICE DE LA CONDUITE ET SUIVI DES OPERATIONS REALISEES

وزارة السكن والعمران والمدينة  
مديرية للتجهيزات العمومية لولاية تيبازة  
مصلحة تسيير ومتابعة العمليات المنجزة

Nº: 5374 /DEP/ SCSOR/2025

رقم: ..... / ..... امتحان / م. ت. ج. ع. م. 2025

## MISE EN DEMEURE N° 01

Direction des équipements publics de la wilaya de Tipasa.

-Vu Le marché N°176 approuvé en date du 31/12/2024 relatif à la réalisation d'une école primaire au niveau du site 500 commune de FOUKA –wilaya de Tipasa (sites d'habitat intégrée pc 2023).

- Vu l'absence de démarrage des travaux en date du 31/12/2024.
- Vu le délai d'exécution qui est six (06) mois.
- Vu le taux d'avancement des travaux avec une cadence très faible par rapport le taux de consommation des délais qui dépasse 90.00%, et le taux physique ne dépasse pas 65 %.
- Vu l'urgence et l'importance du projet.
- Vu le non respect le planning des travaux signé par vous soins au début des travaux.
- Vu la visite de chantier par monsieur le wali de la wilaya de Tipasa en date du 28/08/2025.
- Vu le non respect des recommandations et les orientations de maître de l'ouvrage.
- Vu le non respect de l'application de système de la méthode de (3x8).

A ce effet l'entreprise « EURL MK CONSTRUCTION » élit domicile « cité 05 juillet khniet lahier

w de Médéa est mise en demeure N° 01 de :

- renforcer le chantier en tout moyen confondu humains et matériels.
- relancer les travaux de chantier et accélère le rythme de réalisation des travaux et assurer la qualité des travaux selon les normes en vigueur.
- appliqué le système de la méthode de (3x8) pour rattraper le retard enregistré.
- respecter les recommandations et les orientations de maître de l'ouvrage.
- nous transmettre les situations des travaux mensuels et ce conformément à l'article n° 23 du matché.

Un délai de soixante douze (72) Heures, vous sera accordé à compter de la première parution de cette mise en demeure.

Faute de quoi, le non respect de ce délai, des mesures coercitives prévues par la réglementation en vigueur seront prises à l'encontre de votre entreprise.

AL MOUNASSER 01 Septembre 2025

**-ANEP 2516027778**



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



**TEL:**  
**0560266287**

**OU PAR EMAIL:**



**CONTACT@ALMOUNASSER.DZ**





## Le handball algérien



# Une histoire riche en titres et en passion

**Le handball en Algérie est considéré comme le deuxième sport collectif du pays derrière le football. Mais c'est aussi celui qui a offert à la nation ses plus beaux succès sur la scène continentale, avec sept titres africains pour l'équipe nationale masculine.**

**O**n situe l'apparition du handball en Algérie en 1942, dans les centres de moniteurs gérés par les colons français. En 1948, le handball à onze est officialisé, mais rapidement supplanté par la version à sept. À cette époque, peu d'Algériens le pratiquent, préférant le football ou la boxe. En 1958, le premier club algérien de handball voit le jour : le Mouloudia Club Saïda.

### La renaissance après l'indépendance

Dès 1962, des passionnés s'engagent pour relancer ce sport. Sous l'impulsion de Madaoui Kheir Eddine et de Hamened Abderrahmane, avec le soutien du FLN, la première ligue nationale est créée à Alger. L'année suivante, la Fédération algérienne de handball (FAHB) est installée, présidée par Benbelkacem Amar.



En 1963, l'Algérie participe pour la première fois à une compétition internationale aux Jeux de l'amitié de Dakar et organise à Alger le premier

championnat maghrébin des nations.

### Les premiers pas vers la reconnaissance (1967-1978)

À partir de la fin des



années 1960, le handball algérien se structure progressivement. En 1967, la première Coupe d'Algérie est remportée par le CR Belcourt. En 1973, un championnat national regroupant des clubs des trois grandes régions est mis en place. En 1974, l'équipe masculine participe pour la première fois à un championnat du monde en ex-RDA, et en 1975, elle décroche la médaille d'or aux

d'infrastructures modernes comme la Coupole du 5 Juillet et la salle Harcha-Hacène contribue également au développement de la

discipline. L'âge d'or (1980-1990)



Les années 1980 marquent la suprématie algérienne. En 1980, l'équipe nationale participe aux Jeux olympiques de Moscou. Un an plus tard, en 1981, elle remporte son premier titre continental en s'imposant à Tunis lors des championnats d'Afrique. Suivent d'autres succès qui installent l'Algérie au sommet du handball africain. En 1987, les Verts décrochent la médaille d'or aux Jeux

africains de Nairobi, tandis que les clubs algériens s'imposent comme des géants du continent. Le MC Alger, devenu plus tard le GSP, multiplie les titres africains et devient le club le plus titré en Afrique.

Entre succès et drames (1990-2000) La décennie 1990 est marquée par des réussites mais aussi par des drames. En 1990, les équipes juniors se classent deuxièmes au championnat d'Afrique, mais la même année, un naufrage au Bosphore

provoque une crise profonde et une refonte de la médaille d'or aux Jeux méditerranéens. À cela s'ajoute un



fédération. Malgré cela, les clubs algériens continuent à briller sur la scène africaine.

### Un palmarès continental remarquable

palmarès impressionnant des clubs algériens, menés par le MC Alger/GSP, dominateur de la scène africaine. Côté dames, on retient la médaille d'or aux Jeux panafricains de 1978 et plusieurs titres maghrébins et arabes.

### Un avenir à reconstruire

Si le dernier sacre continental remonte à 2013, la discipline reste porteuse d'espoir. Elle souffre certes d'un manque de moyens et d'une gestion instable, mais grâce à une tradition forte, à des infrastructures solides et à l'expérience de ses techniciens, le

Aujourd'hui, le handball algérien demeure l'une des



nations les plus titrées du continent avec sept titres de champion d'Afrique, trois victoires aux Jeux africains et une

handball algérien possède toujours les atouts nécessaires pour renouer avec son glorieux passé.



## MONDIAUX 2025 DES CADETS

# La judoka algérienne Asma Rym Miloudi éliminée

*La judoka algérienne Asma Rym Miloudi a été éliminée samedi après-midi des Championnats du monde 2025 des cadets, après sa défaite contre la Géorgienne Barbare Gelashvili, au deuxième tour des plus de 70 kilos, dans le cadre de la 4<sup>e</sup> et dernière journée de cette compétition, organisée du 27 au 30 août à Sofia (Bulgarie).*

**L**a jeune algérienne avait démarré son parcours par une victoire contre la Canadienne Emiliya Aliyeva, mais elle n'a pas pu aller au-delà, car son combat suivant contre la Géorgienne s'est soldé par une défaite. Miloudi est la troisième représentante algérienne dans ces Mondiaux 2025 à

quitter la compétition au deuxième tour, après ses compatriotes Ala-Eddine Sahraoui chez les moins de 50 kilos et Mohamed Amine Degouah chez les moins de 60 kg. La seule algérienne à avoir réussi un assez bon parcours dans ces Mondiaux a été la jeune Chiraz Nadine Dahoumane, qui avait décroché la septième place dans la catégorie des moins de 40 kg. En effet, exemptée du premier tour, Dahoumane avait fait son entrée en lice directement au deuxième tour, où elle a éliminé la Serbe Hana Vukmirovic, se qualifiant ainsi pour la finale de sa Poule, où elle s'est finalement inclinée contre la Turque Nur Sema Yuksel. Cependant, le fait d'avoir atteint ce stade relativement avancé lui a offert une seconde chance au repêchage, mais Dahoumane a perdu contre la Mongole Khulan Bayarzul, se contentant ainsi de la septième place au classement final. La compétition a drainé



la participation de 556 athlètes (298 Garçons et 258 Filles), représentant 72 pays, des six continents. Avec 20 athlètes engagés, le Canada, le Kazakhstan et le Kirgizstan font partie des pays les mieux représentés, devant la Mongolie (19) et la

Grèce (18). Les épreuves individuelles de ces Mondiaux-2025 des cadets seront immédiatement suivies des épreuves du "par équipes mixtes", prévues en une seule journée, le dimanche 31 août.

Lydia. K

## US OPEN DE TENNIS Venus Williams se qualifie pour les huitièmes de finale du double

**L'**ex-N.1 mondiale Venus Williams s'est qualifiée samedi avec sa partenaire Leylah Fernandez pour les huitièmes de finale du tournoi de double dames de l'US Open. L'Américaine de 45 ans et sa cadette canadienne âgée de 22 ans ont battu 7-6 (7/1), 6-1 la paire composée de la Norvégienne Ulrikke Eikeri et de la Japonaise Eri Hozumi. Elles affronteront pour une place en quarts de finale la paire 100% britannique Sonay Kartal-Katie Boulter ou le duo russo-chinois Ekaterina Alexandrova-Zhang Shuai. Revenue sur le circuit WTA fin juillet au WTA 500 de Washington après s'être éloignée plus d'un an du tennis professionnel, l'ainée des sœurs Williams a été éliminée au premier tour de l'US Open en simple. Mais elle a reçu en dernière minute une invitation des organisateurs pour participer au tournoi de double et l'a honorée en battant jeudi au premier tour les sixièmes têtes de série Lyudmyla Kichenok et Ellen Perez.

Salim. D



## 2<sup>E</sup> ÉTAPE DE TOUR DU PORTUGAL JUNIORS DE CYCLISME : L'Algérien Mohamed Amine Hamzaoui à la 8<sup>e</sup> place



**L**e cycliste international algérien Mohamed Amine Hamzaoui a décroché une honorable huitième place, lors de la deuxième étape du Tour du Portugal (Juniors), disputée samedi, sur une distance de 94,4 kilomètres. Le jeune international algérien a réussi la même chrono que le vain-

queur de cette étape, le Néerlandais Ties Verbruggen, soit deux heures, quatorze minute et cinquante-neuf secondes. Une course de niveau international, inscrite au programme de son stage de formation à l'étranger, ayant débuté le 25 août courant au Portugal, et qui se poursuivra prochainement en Espagne.

"Hamzaoui s'est rendu au Portugal le 25 août courant, pour la première partie de son stage, et c'est à partir de là qu'il se rendra en Espagne, pour y disputer quelques courses sur route, sous le maillot du Centre International de l'UCI", a détaillé l'instance fédérale dans un bref communiqué, diffusé sur ses réseaux sociaux.

Le stage de formation de Hamzaoui se poursuivra jusqu'au 25 septembre prochain, sous la direction de techniciens étrangers de renom. Avant lui, plusieurs jeunes cyclistes algériens avaient bénéficié de formations similaires, dans différents Centres de l'UCI, notamment, en Suisse et en Afrique du Sud. Parmi ces candidats, Abdelkrim Ferkous, Bachir Chenafi et Ryad Bakhti chez les garçons, ainsi que la jeune oranaise Nesrine Houili chez les filles. Une initiative qui s'inscrit dans la politique de développement de la discipline, prônée par la Fédération, notamment, à travers une meilleure prise en charge des jeunes talents sportifs.

Lydia. K

## MONDIAL FÉMININ DE RUGBY :

### L'Angleterre rejoint les quarts de finale

**L'**Angleterre s'est qualifiée pour les quarts de finale du Mondial féminin de rugby à domicile, grâce à sa très large victoire contre les Samoa (92-3), en phase de poules dans le groupe A. La deuxième place se jouera lors de la troisième et dernière journée entre les Etats-Unis (3e, 3 pts) et l'Australie (2e, 8 pts), qui n'ont pas réussi à se départager dans la soirée (31-31). Avant leur dernier match contre l'Australie samedi prochain, les Anglaises occupent la première place du groupe A avec 10 points, grâce à leurs deux succès bonifiés, contre les Etats-Unis (69-7) en ouverture et donc ce samedi face aux Samoa. Les Américaines affronteront elle les Samoa le même jour pour tenter de rallier les quarts.

S.D





CHAMPIONNAT D'AFRIQUE U16 (FILLES ET GARÇONS) DE VOLLEY-BALL:

# Les sélections algériennes qualifiées au prochain mondial

*Les sélections algériennes (garçons et filles) de volley-ball des moins de 16 ans (U16) ont décroché leurs qualifications au Mondial 2026 de la catégorie, grâce à leurs victoires sur les sélections marocaines en matchs de classement pour la 3e place du Championnat d'Afrique des nations, qui a pris fin samedi à la salle du Belvédère à Tunis.*

**L**es garçons algériens ont battu le Maroc sur le score de 3 sets à 2 (25-13, 22-25, 25-18, 22-25, 15-10), et les filles ont fait de même sur la même nation, sur le score de 3-0 (25-14, 25-23, 25-14). Les sélections égyptiennes (garçons et

filles) ont été sacrées championnes d'Afrique, en battant en finale leurs homologues de Tunisie, respectivement, 3-0 (25-17, 25-20, 25-19) et 3-0 (25-18, 25-19, 25-16).

Les trois premières sélections chez les garçons sont qualifiées à la phase finale de la 2e édition du Championnat du monde masculin U17, prévue à Doha (Qatar) du 19 au 29 août 2026, et les trois qualifiées chez les féminines représenteront le continent au Mondial de la catégorie prévu du 5 au 15 août 2026 au Chili.

Le ministre des Sports ainsi que la Fédération algérienne de volley-ball ont adressé leurs plus chaleureuses félicitations aux deux sélections et à leur encadrement. Ils saluent une victoire d'honneur pour des sélections qui incarnent l'avenir. Ils assurent qu'un programme de préparation ambitieux sera mis en place



afin de mettre toutes les chances du côté des sélections algériennes lors des rendez-vous mondiaux.

Lydia. K

MARATHON DE SYDNEY

## Les records féminin et masculin pulvérisés



**L**es records féminin et masculin du marathon de Sydney ont été pulvérisés, dimanche, par les vainqueurs: la championne olympique néerlandaise Sifan Hassan et le coureur éthiopien Hailemariam Kiros. Pour sa première participation à l'une des épreuves d'élite des World Marathon Majors, Sifan Hassan a dominé la course de bout en bout, terminant en 2 heures 18 minutes et 22 secondes, devant la Kényane Brigid Kosgei, ex-championne du 42,195 km aux Jeux de Tokyo quatre ans plus tôt. L'Éthiopienne Workenesh Edesa avait remporté la course l'année dernière en établissant un nouveau record, mais la star néerlandaise l'a pulvérisé de plus de trois minutes.

Chez les hommes, Hailemariam Kiros a également couru en un temps record, passant la ligne d'arrivée à l'Opéra de Sydney en 2 heures 06 min et 6 secondes, avec environ 10 secondes d'avance sur son

compatriote Addisu Gobena.

Le légendaire kényan Eliud Kipchoge a échoué dans sa tentative de remporter son 12e marathon majeur, terminant neuvième.

A 40 ans, il faisait partie du groupe de tête à mi-parcours, qui imposait un rythme effréné, mais il a été distancé à l'approche du 32e kilomètre. Les deux Éthiopiens Kiros et Gobena ont mené une échappée à sept avant de creuser l'écart avec le peloton, et devenir impossible à rattraper. Kiros a fait son coup à moins d'un kilomètre de la ligne d'arrivée pour battre le précédent record établi l'année dernière par le Kényan Brimin Kipkorir, établi à 2h 06 min 18 s. Du côté des femmes, cinq coureuses se disputaient la tête du parcours dès le début, avant que Sifan Hassan ne creuse un écart impressionnant de 40 secondes au 35e kilomètre, et termine ainsi en force.

Salim. D

GRAND PRIX DES PAYS-BAS DE FORMULE 1

## Piastri (McLaren) décroche la pole position

**L**e pilote australien, Oscar Piastri, leader au championnat du monde de Formule 1, a décroché la pole position du Grand Prix des Pays-Bas, prévu dimanche, après avoir décroché le meilleur temps des qualifications disputées samedi devant son coéquipier et poursuivant au général Lando Norris. "Le week-end s'annonçait un peu difficile jusqu'à présent, alors je suis vraiment ravi d'avoir réussi à m'en sortir comme ça", a réagi le poleman, que Norris avait systématiquement devancé durant les essais libres. Piastri a récupéré au passage le nouveau record absolu du circuit néerlandais, améliorant le précédent record établi par Norris quelques instants avant, tandis que le dernier record - signé par le héros local Max Verstappen - datait de 2021. Derrière les deux monoplaces McLaren, Verstappen s'élancera en deuxième ligne avec

le Français Isack Hadjar (Racing Bull), quatrième et qui signe sur le circuit de Zandvoort son meilleur résultat en qualifications dans l'élite. Les deux Ferrari du Monégasque Charles Leclerc et du septuple champion britannique Lewis Hamilton partiront respectivement 6e et 7e. Ces qualifications étaient particulièrement importantes car le tracé de Zandvoort est étroit. Sachant qu'il est difficile de doubler en course, un bon départ sera essentiel à l'extinction des feux dimanche à 14h00 (heures algériennes). Au championnat, Oscar Piastri compte neuf points d'avance sur son équipier Lando Norris. Après avoir décroché sa cinquième pole position cette saison, l'Australien visera dimanche une neuvième victoire en F1. Ce succès serait la 12e de McLaren en 15 courses cette année.

S.D





# Les 20 maladies qui pourraient être soignées par le sport

**Des chercheurs Danois ont publié une analyse de l'ensemble de la littérature scientifique sur les effets du sport sur diverses maladies. Résultat : le sport peut soigner 26 maladies différentes.**

A noter que le mot "soigner" doit être bien interprété, il s'agit en effet d'améliorer les symptômes ou, éventuellement de faire entrer la maladie en rémission, exactement comme pourrait le faire un médicament. La guérison, elle, est possible par le sport pour certaines de ces pathologies mais pas pour toutes.

## 1) La dépression

Les chercheurs notent que l'activité physique est efficace contre la dépression, en agissant aussi bien sur l'aspect psychologique que sur l'aspect physique (effet anti-inflammatoire cérébral). Ils recommandent les sports de force ou une alternance entre sports de force et d'endurance mais pas l'endurance seule. L'effet bénéfique est directement proportionnel à la fréquence des entraînements : des entraînements sporadiques étant peu efficaces.

## 2) L'anxiété

Comme pour la dépression, les chercheurs notent des effets psychologiques et physiques. En revanche, seuls les sports d'endurance doux sont recommandés, tels que la marche, la natation, la course à pieds ou le vélo. Les efforts doivent être le plus progressifs possibles au fil des séances, en commençant par des séances d'une dizaine de minutes jusqu'à 30 minutes.

## 3) Stress

Les effets et les conseils sont les mêmes que pour l'anxiété.

## 4) La schizophrénie

Les chercheurs indiquent que les symptômes de la maladie diminuent significativement lorsque

la quantité d'exercice physique hebdomadaire totalise environ 1 heure 30, d'exercice d'intensité modéré à vigoureux. Les efforts d'endurance sont les mieux documentés et, à priori, les mieux adaptés.

## 5) La démence sénile

Les preuves scientifiques de l'effet du sport sont plus en faveur de la prévention que du traitement, avec une



amélioration des capacités cognitives. 1 heure trois fois par semaine est bien adapté. Il n'y a pas de type de sport dont les effets soient mieux documentés qu'un autre actuellement. Il est recommandé de faire une activité adaptée à ses capacités.

## 6) La maladie de Parkinson

Tous les symptômes peuvent être améliorés par la pratique du sport. Tous les types de sport semblent bénéfiques mais la musculation et le travail de l'équilibre semblent donner de meilleurs résultats.

## 7) La sclérose en plaques

Les meilleurs résultats sont obtenus avec la musculation qui est fortement conseillée si le degré de handicap le permet. A noter que le sport peut induire une aggravation temporaire des symptômes. C'est un phénomène normal. Pour plus d'infos sur cette maladie, vous pouvez vous tourner vers mon livre.

## 8) L'obésité

Le sport est évidemment efficace. Il est recommandé de combiner musculation et activité d'endurance. L'objectif recherché doit être d'une heure de sport chaque jour.

## 9) L'hyperlipidémie (cholestérol et/ou triglycérides élevés)

Les études montrent un bénéfice important du sport, indépendamment

de toute perte de poids. Les sports d'endurance comme de force sont efficaces mais le volume total doit atteindre une certaine quantité pour que les effets soient significatifs : au moins 2 heures de sport par semaine. Il est conseillé de viser une activité physique d'une heure par jour, 5 jours par semaine.

## 10) Le syndrome métabolique

Ou syndrome de résistance à l'insuline ou pré-diabète. Les conseils sont les mêmes que pour l'hyperlipidémie.

## 11) Le syndrome des ovaires polykystiques

Les études ont montré que le sport avait un effet positif sur tous les symptômes du syndrome des ovaires polykystiques : résistance à l'insuline, poids, facilité à ovuler. normalisation des productions hormonales et des symptômes associés. Comme pour l'hyperlipidémie, il est recommandé de dépasser l'augmentation des



recommandations faites à la population "bien portante". 60 minutes de sport pour jour sont conseillés par les chercheurs. Tout type d'activité peut être pratiqué et donne des résultats.

## 12) Le diabète de type 2

Les effets du sport semblent comparables à ceux du médicament de référence, la metformine. La manière la plus efficace de faire du sport contre le diabète semble être de faire à la fois un sport de force (type musculation) en alternance avec un sport d'endurance. La durée hebdomadaire doit être supérieure à 150 minutes.

## 13) Le diabète de type 1

Le sport ne permet pas de se passer d'insuline mais peu en diminuer les besoins, faciliter la gestion de la glycémie et diminuer les complications. Les efforts d'intensité modérés sont recommandés par rapport aux efforts trop intenses qui peuvent déclencher des hypoglycémies plus facilement. Il est conseillé de bien surveiller sa glycémie et d'être régulier dans sa pratique.

## 14) L'apoplexie cérébrale

Dès que possible après l'incident, il est recommandé de faire de la marche et des efforts cardiorespiratoires (petite course, vélo, etc.). Le sport agit en facilitant la récupération cérébrale.

## 15) L'hypertension artérielle

Les sports d'endurance comme de force sont efficaces pour diminuer la pression sanguine. Attention toutefois car les exercices intenses peuvent provoquer une

augmentation normale mais forte de la pression sanguine qui peut déclencher un incident cardiovasculaire. Si l'hypertension est supérieure à 18/10 il est recommandé de commencer par des activités pas trop intenses (endurance). Un suivi médical est aussi recommandé dans ce cas.

## 16) L'insuffisance coronarienne

Le sport agirait de manière profonde sur le cœur et les vaisseaux en diminuant la tendance aux caillots sanguins, améliorant la santé vasculaire, le besoin en oxygène. Il est recommandé de faire un test d'effort avec un médecin cardiologue, en plus de vérifier les éventuelles contre-indications, avant de mettre en place un programme sportif dont l'intensité devra se situer entre 50 et 80% du résultat du test d'effort. Les sports d'endurance sont recommandés, pendant 20 à 60 minutes 3 à 5 fois par semaine.

## 17) L'infarctus

A court terme, le sport diminue les symptômes de l'infarctus et améliore la qualité de vie. A long terme (plus d'un an), il diminue la mortalité. Comme pour l'insuffisance coronarienne, un test d'effort avec un cardiologue doit être fait avant de mettre en place un programme d'exercices. Il vérifiera aussi l'absence de contre-indications. Le type de sport pratiqué importe peu mais il faut commencer par une faible intensité en augmentant graduellement jusqu'à des séances de 30 minutes 2 à 3 fois par semaine.

## 18) La claudication intermittente

Le sport est très efficace pour diminuer les douleurs, augmenter la capacité de marche. Les résultats sont au moins égaux ou supérieurs aux opérations ou à l'angioplastie, les risques en moins. La marche est recommandée en procédant comme suit : marcher jusqu'à ce que les douleurs arrivent. Se reposer un peu le temps que la douleur diminue puis recommencer à marcher. La durée de l'entraînement doit être au minimum de 30 minutes 3 fois par semaine.

## 19) La bronchopneumopathie chronique obstructive (BPCO)

Le sport agit efficacement pour améliorer les symptômes de la BPCO. Le sport est encore plus efficace quand on arrête simultanément de fumer. Les sports de force comme d'endurance semblent efficaces avec un effet possiblement plus intéressant de la musculation. L'oxygène peut être utilisé en même temps que l'exercice quand la saturation en oxygène des tissus est inférieure à 90%. Sinon, on essaye de limiter son utilisation pour la fin de la séance.

## 20) L'asthme

Le sport serait efficace pour diminuer la fréquence des crises d'asthme. Les sports d'endurance à intensité modérée seraient les plus efficaces : course, vélo, jeux de ballon, natation. Mais la natation serait le sport le plus efficace. Il est recommandé d'être progressif jusqu'à atteindre au moins 45 minutes, 3 entraînements par semaine.



# Vaut-il mieux faire du cardio ou de la musculation?

**Lever des poids, c'est bon pour la santé. Faire des exercices aérobiques aussi, c'est même un petit peu mieux. Mais l'idéal consiste à combiner les deux pratiques, explique le journaliste spécialisé en activité physique Alex Hutchinson.**



L'auteur est un ancien coureur de fond de l'équipe nationale canadienne et un physicien postdoctoral. Il a publié en 2019 le livre *Endurance : L'esprit, le corps et les exceptionnelles limites extensibles de la performance humaine*. Il collabore à la rédaction du *Globe and Mail* et du magazine *Outside*. Le débat de longue date sur le cardio et la musculation semble être une nouvelle source de division en ces temps de polarisation. Comment les marathoniens et les musclés peuvent-ils cohabiter si chaque camp est convaincu que l'autre néglige un aspect essentiel de la santé et de la longévité ? Heureusement, les données les plus récentes portent à croire qu'il existe un terrain d'entente. Lors du congrès annuel de l'American College of

chaque forme d'exercice est bonne, et que la combinaison des deux est encore plus bénéfique. L'article, publié dans *Current Sports Medicine Reports* et rédigé par Angelique Brellenthin et Duck-Chul Lee, de l'Université d'État de l'Iowa, ainsi que par le chercheur australien Jason Bennie, évalue les effets à long terme du respect des directives courantes relatives à l'exercice physique. Les Directives canadiennes en matière de mouvement sur 24 heures de la Société canadienne de physiologie de l'exercice, par exemple, suggèrent d'accumuler au moins 150 minutes par semaine d'activité aérobique de modérée à vigoureuse, en plus d'une activité de renforcement musculaire au minimum deux fois par semaine. La Dre Brellenthin et



savons qu'elle rend plus fort, mais des preuves montrent aussi qu'elle peut procurer certains des avantages plus généraux de l'exercice aérobique, comme une meilleure santé cardiaque et un risque de cancer plus faible. Dans l'ensemble, des études épidémiologiques à grande échelle portent à croire que le fait de respecter seulement les recommandations relatives à l'exercice aérobique réduit de 15 % à 35 % le risque de décès prématuré, quelle qu'en soit la cause. Se conformer uniquement aux recommandations en matière d'entraînement musculaire diminue le risque de 10 % à 25 %. Le respect des deux critères fait chuter le risque de 30 % à 45 %. D'autres types de recherches, y compris des études dans lesquelles les sujets sont répartis au hasard pour suivre différents programmes d'exercices, aboutissent à des conclusions largement semblables. La musculation, même seule, est bénéfique. L'exercice aérobique l'est un peu plus. Les deux combinés, c'est encore mieux. À première vue, ces

résultats peuvent sembler si évidents qu'ils ne méritent même pas d'être mentionnés. Mais revenons un peu



en arrière.

En 2012, le Dr Lee a présenté une analyse de plus de 50 000 patients ayant subi des tests de condition physique à la célèbre clinique Cooper de Dallas entre 1971 et 2002. Comme prévu, ceux qui couraient même aussi peu que de 5 à 10 minutes par jour vivaient plus longtemps. Mais ceux qui couraient plus de 32 km par semaine, selon le Dr Lee, n'étaient pas en meilleure forme que ceux qui ne couraient pas du tout. Ces résultats ont contribué à lancer un débat controversé sur les risques supposés d'un excès d'exercice aérobique, ce qui a alimenté des titres tels que « Un soulier de

course dans la tombe ». Mais pour tirer des conclusions de grandes études épidémiologiques comme celle-ci, il faut présumer les caractéristiques des sujets, et certains chercheurs craignent que ces manipulations statistiques n'aient faussé les résultats. En 2019, le Dr Lee — lui-même ancien culturiste et aspirant au titre de Monsieur Corée — a publié une nouvelle analyse des données de la clinique Cooper, portant cette fois sur l'entraînement musculaire. Comme

inversés si l'on s'entraînait quatre fois par semaine. Le Dr Lee a lui-même reconnu que cette conclusion paraissait peu plausible, et peut-être en conséquence, il ne soutient plus que trop d'exercices aérobiques posent problème. La nouvelle étude peut donc être considérée comme un signe de détente entre les camps du cardio et de la musculation. Certaines questions restent toutefois sans réponse. Par exemple, l'apparente supériorité de la combinaison de l'entraînement cardio et de la musculation pourrait simplement résulter du fait que ceux qui s'adonnent aux deux ont tendance à faire plus d'exercice dans l'ensemble.

Mais cela semble peu probable. Comme le souligne la Dre Brellenthin, le cardio et la musculation ont des effets différents sur la santé. Le premier est plus efficace pour améliorer la santé cardiaque, la circulation et le taux de cholestérol. La seconde agit davantage sur le métabolisme de base et la régulation de la



Sports Medicine, qui s'est tenu au début de juin à Denver, une comparaison des avantages pour la santé de l'activité physique aérobique et de l'activité physique de renforcement musculaire a été sélectionnée comme l'un des meilleurs articles de l'année. En bref, on y conclut que

ses collègues soulignent que les personnes qui respectent uniquement les recommandations en matière d'aérobie ont tendance à vivre de trois à quatre ans de plus que celles qui ne les suivent pas. En revanche, les effets de la musculation sur la santé ont fait l'objet de beaucoup moins de recherches. Nous

pour la course à pied, il a constaté que même de petites quantités d'entraînement musculaire amélioraient la longévité. Mais l'idéal semblait être de



faire deux séances de musculation par semaine, les avantages pour la santé étant

glycémie. La seule mauvaise réponse dans ce débat est de choisir un camp dès le départ.



## Championnats d'Algérie de handball La FAHB fixe les dates du démarrage de la nouvelle saison

La Fédération algérienne de handball (FAHB) a fixé les dates du démarrage des différents championnats (Excellences et Nationale 1) au titre de la saison "2025-2026", ainsi que la Super-Coupe d'Algérie de handball, (messieurs et dames) fixée au 26 septembre 2025, a indiqué dimanche, l'instance fédérale. Le coup d'envoi de la division "Excellence A" (messieurs), premier palier de la hiérarchie de la discipline, sera donné le 3 octobre prochain, alors que la division "Excellence A" (dames) débutera sa saison une semaine plus tard (10 octobre). Le second palier de la discipline à savoir, la division "Excellence B" (messieurs et dames) entamera la compétition le 17 octobre, alors que la 1ère journée du 3e palier: le championnat national de la division 1, (messieurs et dames) aura lieu le 25 octobre 2025. Par ailleurs, la FAHB a indiqué que le dernier délai des engagements pour les différents championnats (dernier délai) a été arrêté comme suit: - Championnat de division "Excellence A" (messieurs et dames): 18 Septembre 2025. - Championnat de division "Excellence B" (messieurs et dames): 25 Septembre 2025. - Championnat de division "Nationale 1" (messieurs et dames): 2 octobre 2025. - Coupe d'Algérie (messieurs et dames): 25 décembre 2025. - Coupe d'Algérie (petites catégories) 22 janvier 2026.

SERINE. S

29 °C/°F

Humidité : 47%

Vent : 14 km/h

Météo  
mardi  
Partiellement couvert

VOTRE QUOTIDIEN SPORTIF

# Mounasser®

Lundi 01 Septembre 2025

Championnat arabe féminin des clubs de basketball

## L'Algérie représentée par l'équipe Cosider en Arabie saoudite

Sept (7) clubs féminins de basketball, dont le représentant algérien Cosider, ont confirmé leur participation à la 26e édition du Championnat arabe 2025, prévu du 10 au 19 septembre prochain à Al-Madinah Al-Munawarah, en Arabie Saoudite, suivant la liste des engagements, dévoilée samedi soir par les organisateurs.

LYDIA. K

Les six autres clubs engagés dans cette compétition sont: Al-Ula (Arabie saoudite), Chabab Al Fahis (Jordanie), Al Fatat (Koweït), Al Karine (Koweït), Sharjah (Emirats arabes unis) et Al Hala (Bahreïn). La précédente édition, disputée en 2024 en Jordanie, a été remportée par le club local d'Al Fahis, devant la formation saoudienne d'Al Ula, au moment où le représentant algérien,



Cosider, avait terminé sur la troisième marche du podium. Par ailleurs, la 37e édition du Championnat arabe des

clubs (messieurs) se déroulera du 25 septembre au 6 octobre à Dubaï (Emirats arabes unis), en présence de seize équipes.

## 3e journée de championnat d'Angleterre Seconde défaite de Manchester City de la saison

Manchester City a subi une deuxième défaite de suite, en trois matches de Premier League, hier à Brighton (2-1), en Championnat de Premier League de football. Après l'ouverture du score à la 34e par Erling Haaland (34e), le 88e but du Norvégien en 100 matches de championnat d'Angleterre, Manchester City s'est fait piéger à deux reprises, en premier par une égalisation à la 67e

signée, James Milner, sur pénalty, et encaissant le but de la défaite, à la 89e par Brajan Gruda. L'ailier algérien Rayan Ait Nouri avait jouer tout le match et même écopé d'un avertissement à la 69e, pour avoir retenu le joueur Georginia Rutter par-derrière. Manchester City s'était imposé contre Wolverhampton (4-0) en ouverture avant de s'incliner à domicile face à Tottenham (2-0) lors de la 2e journée.

R. S

## Tournoi national de tennis

## Une centaine de participants attendus jeudi à Bachdjarah

Cent douze (112) athlètes dont 56 filles devront prendre part au Tournoi national de tennis "Guedila Challenge Cup", prévu au Tennis Club de Bachdjarah (Alger), du 4 au 7 septembre, a-t-on appris auprès de la Fédération algérienne de tennis (FAT). "La compétition sera ouverte aux catégories d'âge des U 8, U 9, U10, U12, U14, U16 et U18 garçons et filles", a précisé l'instance fédérale. La même source précise que "les jeunes qui se sont



distingués lors du Championnat national et au Masters de la jeunesse, sont concernés par ce rendez-vous". Les tableaux simples seront dirigés par le juge-arbitre

international algérien Amine Mohatet, titulaire du "White badge". La direction du Tournoi sera assurée par la trésorière de la FAT, Asma Sahraoui.

R. S

## Le Belge Arthur Vermeeren (RB Leipzig) prêté à l'OM

L'Olympique de Marseille a annoncé dimanche avoir engagé le jeune milieu de terrain belge, Arthur Vermeeren, sous forme d'un prêt, en provenance du club allemand RB Leipzig. Agé de 20 ans, le jeune international belge appartenait au club espagnol, Atletico Madrid, qui l'avait prêté l'an

dernier à Leipzig, qui a fini par lever l'option d'achat et l'engager de manière définitive. Pendant la saison 2024-2025 Vermeeren a disputé un total de 39 matches avec Leipzig, toutes compétitions confondues. Alors que le mercato prend fin dans les principaux championnats européens lundi, à 20h00, l'OM n'a

toujours pas trouvé de point de chute pour son milieu international français Adrien Rabiot. Un joueur placé sur la liste des transferts après une altercation avec l'un de ses coéquipiers, Jonathan Rowe, à la suite de la défaite à Rennes (1-0), le 15 août, lors de la 1re journée de Ligue 1.

R. S

