

Quotidien sportif N°87 Mardi 09 Décembre 2025 Prix 20 DA

Mise à jour de la 1re journée Ligue 1 Mobilis

L'USMA bat la JSK à Tizi-Ouzou (2-1)

FULL TIME

06

Coupe arabe FIFA Qatar-2025

3eme et dernière journée- Algérie-Irak ce soir à 18:00 h

Les "Verts" à un point des quarts de finale

Bougherra: «L'Irak fait partie des meilleures équipes d'Asie»

Graham Arnold: «Notre match contre l'Algérie sera difficile»



www.almounassercz

04-05

L'Algérie affine sa préparation pour le Mondial 2026

Petković veut des adversaires calibrés



Le sélectionneur maintient la date du 15 décembre pour le stage
Petković ferme la porte aux clubs européens avant la CAN 2025



Après le tirage et les duels face à l'Algérie et la Jordanie



Première réaction de star de la sélection argentine

05

Youssef Belaïli salué par Nicolas Pépé

Youssef Belaïli, joueur international algérien et actuel star de l'Espérance Sportive de Tunis, a reçu de grandes éloges de la part de Nicolas Pépé, l'international ivoirien et ancien joueur d'Arsenal. Ce dernier a déclaré : « Avant le match Algérie - Côte d'Ivoire lors de la Coupe d'Afrique des Nations 2021, nous avions peur de Youssef. Sans son remplacement, les ajustements tactiques et d'autres facteurs, il aurait été le meilleur sur le terrain. L'important est que nous ayons réussi à éliminer l'Algérie dès le premier tour ». Cette reconnaissance souligne



l'impact et la qualité de Belaïli, même chez ses adversaires capables de marquer les esprits internationaux.

Une décision inattendue de Bureau fédéral

Dans une décision inattendue, le Bureau fédéral de la Fédération algérienne de football a approuvé la participation de tous les joueurs ayant signé dans des clubs algériens avant le 22 août dernier, la période du mercato estival étant encore ouverte à cette date. Cette mesure vise à permettre aux joueurs de prendre



part aux matchs continentales, à retardataires et à éviter toute confusion pour les clubs engagés dans les compétitions

Belghali continue de briller avec l'Hellas Vérone



Le but inscrit par Rafik Belghali, international algérien et latéral droit de l'Hellas Vérone, lors du match amical des Verts contre l'Arabie Saoudite, semble lui avoir donné une grande confiance. Cette semaine, il a de nouveau trouvé le chemin des filets lors de la rencontre de son club face à l'Atalanta, conclue sur un 3-0 en faveur de Vérone.

Ce qui a particulièrement séduit les observateurs, c'est la manière dont Belghali a marqué : il a dribblé le défenseur avant de décocher une frappe puissante du pied gauche, démontrant qu'il constitue un choix idéal pour la sélection algérienne.

Real Madrid : Eder Militão pourrait être absent trois mois

Décidément, le Real Madrid est dans une très mauvaise passe. Restant sur deux victoires lors de leurs six derniers matches toutes compétitions confondues, les Merengues se sont

encore inclinés ce dimanche face au Celta de Vigo (0-2) et laissent filer le Barça en tête de la Liga. Battus dans tous les duels, les Madrilènes ont réalisé un match catastrophique avec

deux expulsions, en plus de celle d'Endrick sur le banc, et ont également perdu Eder Militão. Se blessant régulièrement, le défenseur brésilien a rechuté ce dimanche.

Zinedine Zidane a enflammé le Vélodrome lors de l'Univers League, un événement lié à la Kings League et suivi par près de 30 000 spectateurs. Toujours aussi élégant balle au pied, il a notamment offert une action extraordinaire : contrôle de poitrine parfait au milieu du terrain, orientation dans le sens du jeu puis passe extérieure du pied d'une

Zidane régale le Vélodrome et signe un but plein de classe



précision chirurgicale pour Dimitri Payet, qui a pu conclure et porter le score à 8-0. En seconde période, Zizou a rappelé qu'il n'avait rien perdu de son génie en inscrivant un superbe but après un crochet dans la surface. Avant de potentiellement prendre la tête des Bleus après le Mondial 2026, il a montré qu'à 52 ans, il avait encore de très beaux restes.

Gianni Infantino s'excuse... pour les gants de Scaloni

Gianni Infantino a présenté ses excuses à Lionel Scaloni après un incident survenu lors de la cérémonie du tirage au sort de la Coupe du monde 2026. Le patron de la FIFA a tenu à clarifier la situation : « Évidemment, les champions du monde ont le droit de toucher le trophée ». De son côté, Lionel Scaloni a réagi avec humour, se moquant gentiment du fait que l'on ne l'aît pas reconnu. Sur le banc de



l'Albiceleste depuis août 2018, il a conduit l'équipe à la victoire lors de la Coupe du monde 2022 face à la France, et a également remporté la Copa America en 2021 ainsi que la Finalissima en 2022.

Qualification de la Palestine et de la Syrie et les souvenirs amers de 1982

Le peuple algérien a connu un moment de division entre ceux qui se sont réjouis de la qualification de la Palestine et de la Syrie pour le second tour de la Coupe arabe, suite à leurs matches nuls sans but lors de la troisième journée, et ceux qui ont été

replongés dans les souvenirs amers de 1982. À cette époque, l'Algérie avait été éliminée de manière controversée dès le premier tour de la Coupe du monde, suite à un match arrangé entre l'Allemagne et l'Autriche visant à assurer la sortie prématurée des Verts.



L'ALGÉRIE AFFINE SA PRÉPARATION POUR LE MONDIAL 2026



À la suite du tirage au sort du Mondial 2026, Vladimir Petković a aussitôt réorienté son programme de préparation.

Une source a indiqué que le sélectionneur national étudie plusieurs propositions de matchs amicaux, afin d'adapter le parcours de la sélection aux exigences du groupe J où l'Algérie affrontera l'Argentine, la Jordanie et l'Autriche. Les Verts ne disposent que de deux

fenêtres internationales avant l'échéance planétaire, ce qui impose une organisation particulièrement pointilleuse.

L'Algérie débutera le tournoi contre l'Argentine le 16 juin à Kansas City, poursuivra son aventure face à la Jordanie le 22 juin à San Francisco, avant de conclure la phase de groupes le 27 juin contre l'Autriche, de nouveau à Kansas City. Ce calendrier met l'équipe nationale face à trois visions du jeu très différentes : l'intensité sud-américaine, la rigueur européenne et la discipline football asiatique et arabe. Cette diversité oblige le staff technique à prévoir une préparation variée et précise. Selon la même source, les Verts disputeront au minimum trois rencontres amicales avant le Mondial, deux durant la trêve internationale

de mars et une dernière au mois de juin lors du stage final. Petković a exprimé le souhait de se mesurer à une sélection sud-américaine pour préparer le duel contre l'Argentine, tout en cherchant un adversaire européen dont la philosophie de jeu se rapproche de celle de l'Autriche. Sa longue expérience sur le continent européen, notamment avec la Suisse, lui permet de cibler les profils les plus cohérents avec les besoins de l'équipe nationale. Avant le tirage, quatre nations majeures avaient manifesté leur intérêt pour un match contre l'Algérie : l'Argentine, le Brésil, le Mexique et l'Italie. Le nouveau contexte redistribue les cartes, puisque l'Argentine se retrouve dans le même groupe que les Verts et que le

Mexique devrait privilégier une sélection se rapprochant du profil de l'Afrique du Sud, adversaire présent dans sa poule. Le Brésil apparaît donc comme l'option la plus sérieuse, d'autant que la sélection brésilienne affrontera le Maroc en phase de groupes et pourrait chercher à se mesurer à une équipe nord-africaine pour mieux s'y préparer.

Les sources consultées n'ont pas précisé le lieu des deux rencontres prévues en mars, mais tout indique qu'elles devraient se tenir à l'étranger et très probablement en Amérique latine. L'objectif serait de familiariser les joueurs aux conditions climatiques, aux déplacements et au rythme de compétition qu'ils retrouveront lors de la Coupe du monde 2026.

Elias. Ch

LE SÉLECTIONNEUR MAINTIENT LA DATE DU 15 DÉCEMBRE POUR LE STAGE

Petković ferme la porte aux clubs européens avant la CAN 2025

Un proche de la sélection algérienne a révélé que Vladimir Petković, sélectionneur national, a refusé catégoriquement toutes les demandes émanant de certains clubs européens visant à retarder l'arrivée de plusieurs internationaux algériens au stage principal de préparation de la Coupe d'Afrique des nations 2025. Le technicien suisse s'en tient strictement à la date du 15 décembre, malgré les pressions exercées depuis plusieurs semaines. La 35^e édition de la CAN se déroulera au Maroc du 21 décembre 2025 au 18 janvier 2026. L'Algérie évoluera dans le groupe E en compagnie du Burkina Faso, de la Guinée équatoriale et du Soudan. Le stage principal des Verts débutera le 15 décembre au Centre technique national de Sidi Moussa, date fixée en fonction de la disponibilité de la majorité des joueurs évoluant en Europe. La préparation se déroulera en deux étapes, une première phase à Alger du 15 au 19 décembre, suivie d'un second regroupement au Maroc du 19 au 23 décembre. Les hommes de Petković entameront ensuite leur tournoi par un premier match face au Soudan. Selon la source, Petković a opposé une fin de non-recevoir à toutes les sollicitations des clubs européens qui souhaitaient conserver leurs joueurs au-delà du 15 décembre. Parmi les demandes rejetées figure celle de

Pep Guardiola, désireux de garder Rayan Aït-Nouri jusqu'au 17 décembre. Le sélectionneur algérien n'a laissé aucune marge de manœuvre, insistant sur le respect strict des dates. La décision récente de la FIFA, autorisant les clubs à retenir leurs internationaux africains jusqu'au 15 décembre au lieu du 10 comme initialement prévu, avait déjà fragilisé la préparation des sélections du continent. Plusieurs clubs ont tenté de prolonger encore cette période, espérant disposer de leurs joueurs jusqu'à quelques heures du début de la compétition, une mesure largement perçue comme injuste et discriminatoire. Le sélectionneur algérien a fait savoir aux dirigeants de la FAF qu'il rejeterait toute demande d'exemption pour quelque joueur que ce soit. Aït-Nouri n'est d'ailleurs pas le seul joueur concerné, puisque d'autres clubs européens ont présenté des requêtes similaires, toutes refusées par le staff technique. Petković a transmis des consignes strictes à l'ensemble du groupe. Aucun retard ne sera toléré au-delà du lundi 15 décembre, date limite fixée pour les internationaux disputant un match le dimanche. Certains joueurs pourraient même rejoindre le stage dès le 14 décembre. Résolu à maintenir son plan de préparation, Petković souhaite bénéficier d'une dizaine de jours pleins de travail avant la première rencontre de la CAN, programmée le 24 décembre face au Soudan. Pour le sélectionneur, ce temps de préparation est indispensable afin d'aborder la compétition dans les meilleures conditions possibles.

Lydia. K



APRÈS LE TIRAGE ET LES DUELS FACE À L'ALGÉRIE ET LA JORDANIE

Première réaction de star de la sélection argentine

Lionel Messi, star de la sélection argentine et joueur de l'Inter Miami, a livré sa première réaction après la révélation du groupe de l'Argentine pour la Coupe du monde 2026. Le tirage a placé l'équipe championne du monde dans la poule J en compagnie de l'Algérie, de la Jordanie et de l'Autriche, un scénario qui suscite déjà un fort intérêt, notamment en raison de la présence de deux nations arabes face au tenant du titre. La participation de Messi au Mondial n'est pas totalement confirmée, mais le joueur a répété à plusieurs reprises son souhait de disputer une nouvelle fois la plus grande compétition

internationale. Au micro du journaliste Marcelo Benedetto de la chaîne DSPORTS, lors de la célébration du titre de la MLS remporté avec l'Inter Miami, Messi a commenté la composition du groupe de l'Argentine. Il a souligné l'importance de se concentrer avant tout sur les rencontres de la phase de groupes et de ne pas anticiper sur le reste du tournoi. Selon lui, l'Argentine possède les moyens nécessaires pour franchir ce premier obstacle, mais il rappelle que chaque Coupe du monde réserve son lot de surprises et que les pronostics peuvent rapidement être déjoués par la réalité du terrain. Messi a également évoqué la manière dont il a

suivi la cérémonie du tirage au sort. Il a admis avoir ressenti une certaine nervosité à mesure que les noms des équipes apparaissaient, un moment qu'il a vécu comme la plupart des supporters argentins. Il a expliqué que ces instants permettent de se faire une première idée des enjeux, tout en sachant que la compétition peut toujours prendre un tournant inattendu une fois commencée.

Si sa participation est confirmée, Messi entamera le Mondial face à l'Algérie le 16 juin au stade Arrowhead de Kansas City. Il affrontera ensuite l'Autriche le 22 juin à Dallas, avant de conclure la phase de groupes le 27 juin, toujours à Dallas,

contre la Jordanie. Cette dernière rencontre représentera un moment historique pour la sélection jordanienne et pour des joueurs comme Mousa Al-Tamari et Yazan Al-Naimat, qui auront l'occasion d'affronter la légende argentine sur la scène mondiale.

Lydia. K

3^{EME} ET DERNIÈRE JOURNÉE- ALGÉRIE-IRAK CE SOIR A : 18H:00

Les "Verts" à un point des quarts de finale

L'équipe nationale de football A', affrontera son homologue irakienne, ce soir au stade Khalifa International à Doha (18h00), pour le compte de la 3e et dernière journée de la phase des groupes de la Coupe arabe FIFA Qatar-2025, avec l'intention de décrocher au moins le point du nul, synonyme de qualification pour les quarts de finale de l'épreuve.

Relancée de fort belle manière lors de la précédente journée du Gr.D, la sélection algérienne a envoyé un signal fort en surclassant le Bahreïn sur le score sans appel de 5-1, samedi. Une prestation qui a permis aux "Vert" d'effacer la déception du nul concédé lors de leur entrée en lice face au Soudan (0-0). Cette large victoire a surtout mis en lumière l'efficacité du duo offensif Boulbina-Berkane, dont la complémentarité, la mobilité et la justesse technique ont posé d'énormes problèmes à la défense adverse, en attendant de confirmer face aux redoutables Irakiens.

Face l'Irak, détenteur du record de trophées (4), la tâche s'annonce toutefois d'un tout autre calibre. Solides, disciplinés et expérimentés, les Irakiens ont déjà composté leur billet pour le prochain tour, grâce à deux succès consécutifs face au Bahreïn (2-1) et au Soudan (2-0). Avec six points au compteur, ilsabor-

A group photograph of the Algerian national football team. The team consists of eleven players in white jerseys with green stripes, white shorts, and white socks, all featuring the Algiers crest. They are arranged in two rows on a grassy field; the front row is kneeling, and the back row is standing. A player in a light blue goalkeeper kit stands to the right. In the background, stadium lights and spectators are visible.

dent ce dernier match de la phase de groupes avec sérénité, mais sans intention de se relâcher, dans l'objectif d'assurer la première place du groupe. Un enjeu que le sélectionneur national, Madjid Bougherra, a tenu à relativiser en conférence de

presse, appelant à la prudence et à la concentration maximale. "Ca va être un gros match contre une très belle équipe d'Irak, très expérimentée, avec une motivation extraordinaire. Rien n'est acquis jusqu'au bout", a-t-il averti.

Le vainqueur du tournoi empochera une prime conséquente de plus de 7 millions de dollars, alors que le finaliste touchera plus de 4 millions de dollars.

Salim. D

LE PRÉSIDENT DE LA FÉDÉRATION IRAKIENNE SONNE L'ALARME AVANT UN DUEL DÉCISIF

Adnan Derjal lance des déclarations préoccupantes avant le match face à l'Algérie

A l'approche du choc entre l'Irak et l'Algérie, prévu mardi prochain au stade Khalifa International dans le cadre de la troisième journée de la Coupe arabe Qatar 2025, Adnan Derjal, président de la Fédération irakienne de football, a livré des propos qui ont suscité l'inquiétude parmi les supporters irakiens. Après deux journées, l'Irak domine le groupe D avec six points, devant l'Algérie (quatre points), le Soudan (un point) et Bahreïn, toujours sans point.

Fatigue, blessures et incertitudes dans les rangs irakiens

Dans une déclaration médiatique, Derjal a expliqué : « La majorité de nos joueurs souffrent de fatigue pour plusieurs raisons, dont certaines blessures persistantes. L'attaquant Ayman Hussein pourrait être indisponible pour le reste du tournoi, mais rien n'est encore confirmé à cent pour cent. Nous espérons le récupérer pour le quart de finale ». Le président irakien a également révélé que



Sherko Karim a subi une blessure lors du dernier entraînement, et que des examens seront effectués dans les deux prochains jours. Concernant le gardien Jalal Hassan, Derjal

a indiqué qu'il souffrait simplement d'un spasme au niveau du dos, dû à un mauvais mouvement, et qu'il devrait être opérationnel rapidement.

FARID.CH

Un trio arbitral qatari pour Algérie - Irak



Un trio arbitral qatari officiera le match Algérie - Irak, prévu ce soir (18h00) au stade Khalifa International de Doha (Qatar), dans le cadre de la troisième et dernière journée de la phase de poules de la Coupe arabe Fifa 2005 (groupe D). Il s'agit du directeur de jeu Abdulrahman Al Jassim, qui sera assisté dans sa tâche par ses compatriotes Taleb Al Marri, en tant que premier assistant, et Saoud Al Maqaleh, comme deuxième assistant.Le quatrième arbitre, quant à lui, sera l'Egyptien Amin Mohamed.Lors de la réunion technique tenue lundi matin, il a été décidé que la sélection algérienne évolue avec un équipement entièrement en blanc, tandis que son homologue irakien évoluera en vert.Les Irakiens sont actuellement leaders dans le Groupe (D) avec six points, devant l'Algérie (4 pts), mais en cas de victoire ce mardi, les Verts passeront devant, ce qui leur permettra d'affronter en quart de finale, le deuxième du Groupe (C), où figurent la Jordanie (6 pts), l'Egypte (2 points), les Emirats arabes unis (1 point), et le Koweït (1 point).

Rania. K

Règles de départage lors de la phase de groupes

Si deux équipes ou plus terminent à égalité de points à l'issue de la phase de groupes de la Coupe arabe Fifa 2025 (1er-18 décembre), les critères suivants seront appliqués, dans l'ordre : Etape 1 : a) plus grand nombre de points obtenus lors des matchs entre les équipes concernées. b) meilleure différence de buts lors des matchs entre les équipes concernées. c) plus grand nombre de buts marqués lors des matchs entre les équipes concernées. Etape 2 : Si l'égalité entre deux équipes du même groupe ou plus persiste après l'application des règles précédemment édictées, les critères suivants seront appliqués pour les départager :) meilleure différence de buts dans tous les matchs du groupe. e) plus grand nombre de buts marqués dans tous les matchs du groupe. f) meilleure note de fair-play (joueurs et encadrement) calculée à partir des cartons reçus : carton jaune : -1 point carton rouge indirect (résultant de deux cartons jaunes) : -3 points carton rouge direct : -4 points carton jaune + carton rouge direct : -5 points Si aucune décision ne peut être prise à l'issue des étapes 1 et 2, les critères suivants s'appliquent : g) les équipes concernées seront départagées selon la dernière version publiée du Classement mondial de la FIFA masculin h) si deux équipes ou plus sont toujours à égalité, ce sont les éditions précédentes du Classement mondial Fifa masculin qui seront utilisées jusqu'à ce qu'un départage soit possible. Prolongations et tirs au but Lors de la phase finale à élimination directe : en cas d'égalité à la fin du temps réglementaire, une prolongation sera disputée, suivie si nécessaire d'une séance de tirs au but.

R. S



Madjid Bougherra met en garde:

« L'Irak fait partie des meilleures équipes d'Asie et chaque match est une finale »

Le sélectionneur Madjid Bougherra a reconnu la force de l'équipe d'Irak, adverse de l'Algérie lors de la dernière journée de la phase de groupes de la Coupe arabe 2025, qui se déroule au Qatar jusqu'au 18 décembre.

Fares. B

L'équipe algérienne B, forte de 4 points, affrontera ce soir l'Irak, leader du groupe avec 6 points, dans un match décisif pour la première place du classement. Le groupe comprend également le Soudan (1 point) et Bahreïn (0 point).

Lors de sa conférence de presse hier, Madjid Bougherra a affirmé que la pression des supporters de viser une deuxième consécration de suite en Coupe arabe constitue plutôt une source de motivation pour ses joueurs et n'affectera en rien leur performance.

Répondant à une question d'un journaliste irakien sur les attentes des supporters présents au Qatar, ainsi que sur la capacité des Verts à remporter le tournoi, après des performances contrastées lors des deux premières journées, Bougherra a répondu : « Bien sûr, représenter l'Algérie implique de la pression. Le peuple attend le



meilleur de vous. L'Algérie est un pays passionné de football ». Le technicien Algérien a poursuivi : « Ils attendent toujours le meilleur de notre équipe, mais nous y sommes habitués. Cela nous motive et constitue un objectif que nous voulons atteindre pour notre peuple ». Le sélectionneur national a évoqué l'adversaire de demain, en l'occurrence la sélection irakienne : « Nous savons que l'Irak dispute les qualifications pour la Coupe du Monde. C'est

l'une des plus grandes équipes d'Asie et nous nous préparons soigneusement pour ce match ». Il a ajouté : « Nous abordons chaque match comme une finale. Notre rencontre face à l'Egypte lors de la précédente édition, en clôture de la phase de groupes, a été une référence, car elle nous a permis de nous qualifier et de préparer les quarts de finale. Nous espérons que notre match de demain contre l'Irak sera similaire et qu'il servira de référence pour nous ».

Coupe arabe FIFA 2025 (Gr.D) Le point avant la 3e et dernière journée

Le point du groupe D de la Coupe arabe de la FIFA Qatar-2025 (1-18 décembre), avant les matchs de la 3e et dernière journée du groupe D, prévus ce soir (heure algérienne). 3e et dernière journée :

Stade Khalifa International :
Algérie - Irak 18h00
Stade de la Cité de l'Education : Bahreïn - Soudan 18h00

Classement :

Diff	Pts	J
1. Irak	6	2
+3		
2. Algérie	4	2
+4		
3. Soudan	1	2
-2		
4. Bahreïn	0	2
-5		

Déjà joués :

Algérie - Soudan 0-0
Irak - Bahreïn 2-1

Bahreïn - Algérie 1-5

Soudan - Irak 0-2

NB : les deux premiers de chaque groupe se qualifient pour les quarts de finale.

L'entraîneur de l'équipe irakienne, Graham Arnold : « Notre match contre l'Algérie sera difficile »



L'entraîneur de l'équipe nationale irakienne, Graham Arnold, a reconnu la difficulté de la rencontre qui opposera son équipe à l'Algérie lors de la troisième journée de la phase de groupes de la Coupe arabe. Lors d'une conférence de presse tenue ce lundi, Arnold a déclaré : « Nous faisons face à un match important contre l'Algérie, c'est un véritable défi de jouer contre des sélections africaines. »

Il a ajouté : « Ce sera un match difficile, mais nous essayons d'améliorer notre niveau de jeu de match en match, et notre objectif est de donner à nos joueurs l'occasion de faire leurs preuves ». Le technicien australien a conclu : « Après la rencontre contre le Soudan, nous nous sommes bien remis, et nous verrons demain qui sera aligné pour le match ». Akram. K

Yacine Brahimi : « l'esprit de groupe fait la différence dans ce genre de compétitions »



L'international algérien Yacine Brahimi s'est exprimé sur sa contribution à l'équipe nationale B lors de la Coupe arabe 2025, affirmant sa volonté de remporter à nouveau la Coupe arabe ». Le joueur a poursuivi : « L'esprit de groupe est ce qui fait réellement la différence dans ce genre de compétitions, avec la volonté et la détermination. C'est notre objectif principal ». Akram. K

Tunisie et Qatar éliminées Palestine et Syrie qualifiées pour le second tour



Les sélections de Palestine et de Syrie se sont qualifiées pour le second tour de la Coupe arabe 2025 après un match nul 0-0, résultat qui a permis aux deux équipes de passer ensemble. Le Palestine FC termine la phase de groupes en tête du classement avec 5 points, tandis que la Syrie se classe deuxième avec le même total, garantissant ainsi leur présence dans le tour suivant. En revanche, la Tunisie quitte la compétition après avoir terminé troisième avec 4 points, un total insuffisant pour accéder au second tour. Le Qatar, quant à lui, est éliminé après avoir terminé dernier de la poule avec une seule unité. La dernière journée a vu la Tunisie s'imposer 3-0 face au Qatar, un match où les hôtes n'ont pas réussi à produire le niveau attendu. Avec cette qualification, la Palestine réalise un exploit remarquable, confirmant ses progrès et gagnant un coup de motivation important avant d'aborder les phases éliminatoires. Lydia. K

La direction vise un retour sur le podium

Le CRB place Aliilat en tête de liste pour le mercato

Le CR Belouizdad s'active sérieusement ces derniers jours pour renforcer son secteur défensif avant le début de la seconde moitié de saison.

Fares.B

Les dernières rencontres ont en effet mis en évidence des manques importants qui nécessitent une intervention rapide, d'autant que le club reste engagé sur trois fronts. Une situation qui oblige la direction à élargir la marge de manœuvre de l'entraîneur en recrutant des joueurs capables d'apporter une réelle plus-value dans les rendez-vous décisifs.

Abbada et Chafaï suivis... mais un nouveau dossier s'ouvre

Depuis plusieurs semaines, les dirigeants multiplient les contacts avec les défenseurs Achref Abbada et Chafaï, placés en haut de la liste des priorités dès l'ouverture des réflexions sur le mercato hivernal.

Mais les dernières heures ont révélé une nouvelle option sérieuse : celle d'Adam Aliilat, défenseur central de l'USM Alger, qui a attiré toutes les attentions après avoir refusé de prolonger son contrat avec son club actuel. Une situation qui rend son départ fortement envisageable lors de la prochaine fenêtre des transferts.

Aliilat, un profil séduisant mais une opération délicate



La direction du CR Belouizdad suit de très près le dossier Aliilat, convaincue que son arrivée constituerait un renfort de poids pour la charnière défensive. Le joueur dispose d'une expérience appréciable malgré son jeune âge et évolue de surcroît du pied gauche, un atout important pour apporter l'équilibre recherché dans l'organisation défensive. Cependant, les dirigeants savent que l'opération ne sera pas simple. Le club devra en effet négocier avec l'USM Alger pour racheter la libération du joueur, ce qui impose une réflexion stratégique sur le bon timing pour entamer les démarches officielles, en tenant compte du marché et de la position de

l'adversaire direct.

Trois pistes solides pour consolider l'arrière-garde

Le CR Belouizdad se retrouve ainsi face à trois pistes jugées prioritaires pour renforcer son arrière-garde : Abbada, Chafaï et Aliilat. Des profils que la direction estime capables d'élever le niveau défensif de l'équipe et d'augmenter ses chances dans les différentes compétitions. En avançant avec prudence et méthode, la direction espère réussir un mercato ciblé et efficace, capable de consolider la solidité défensive du club et de soutenir ses ambitions de retrouver le chemin des titres.

Le défenseur en vue après son éclat à la Coupe arabe

L'MCA accélère pour sécuriser la signature d'Abbada

l'attention à l'international

La direction de la Mouloudia d'Alger se mobilise intensément ces derniers jours pour conclure le transfert du défenseur Achref Abbada, actuellement à la JS Chlef, devenu l'une des priorités du mercato hivernal. L'encadrement technique, dirigé par Roland Mokouena, place le joueur en tête de liste pour renforcer l'arrière-garde avant de lancer le club dans la compétition continentale. Abbada a démontré sa capacité à apporter un vrai plus grâce à sa régularité et ses prestations remarquables lors de la Coupe arabe.

Une négociation stratégique pour finaliser le transfert

Les dirigeants du club algérois cherchent à avancer rapidement dans les négociations,



notamment en proposant un échange incluant des joueurs du club et en accordant à la JS Chlef 20 % sur toute future vente à l'étranger. Cette proposition se distingue sur le marché local et reflète la volonté de la Mouloudia de conclure rapidement l'opération en sa faveur. Cependant, le principal obstacle reste la position ferme de la direction de la JS Chlef, réputée pour sa prudence dans la

gestion des départs de ses cadres, ce qui complique les discussions. Malgré cela, la Mouloudia d'Alger espère convaincre le club avant que la concurrence ne s'intensifie, consciente que les qualités défensives et le caractère fort d'Abbada en font un atout idéal pour le renforcement de l'équipe en Ligue des champions africaine.

Salim.D

Mise à jour de la 1re journée Ligue 1 Mobilis

L'USMA bat la JSK à Tizi-Ouzou (2-1)



FULL TIME

L'USM Alger s'est imposé face à la JS Kabylie 2-1 (mi-temps : 1-1), en match disputé hier soir au stade Hocine Aït-Ahmed de Tizi-Ouzou, pour le compte de la mise à jour de la 1re journée de la Ligue 1 Mobilis de football. Les Algériens ont ouvert le score peu avant la pause grâce à Khaldi (42e). En seconde période, les "Canaris" sont parvenus à égaliser par Mahiou (60e), bien servi sur le côté droit par Hamidi. Le club de Soustara est parvenu à reprendre l'avantage et arracher la victoire, sur une

réalisation signée le milieu de terrain congolais Glody Likonza (79e).

A la faveur de ce succès, l'USMA se positionne au pied du podium avec 18 points, alors que la JSK, dont il s'agit du deuxième revers concédé à Tizi-Ouzou, stagione à la 8e place, en compagnie du CS Constantine, avec 15 points chacun. La JSK compte deux autres matchs en retard à jouer à domicile : face au MC Alger (6e journée) et au MB Roussel (12e journée), alors que l'USMA possède un seul match, à la maison face au MB Roussel (8e journée).

Mise à jour de la 1re journée Ligue 1 Mobilis

Le MCA renverse le CRB 2-1 et s'offre le derby algérois

Le MC Alger a signé une victoire précieuse dans la seconde période, multipliant les offensives sur le camp belouizdadi. À la 81e minute, le coaching s'est avéré payant pour la MCA : l'entrant Mohamed Saliou Bangoura a inscrit le but de la victoire en renard de surface, reprenant victorieusement un ballon dans les 18 mètres.

Malgré une tentative de réaction du CR Belouizdad dans les derniers instants, la défense mouloudéenne est restée solide jusqu'au coup de sifflet final.

Grâce à ce succès, la MC Alger conforte son statut de leader en prenant seule la tête du classement avec 25 points. Le CR Belouizdad, de son côté, reste englué à la 10e place avec 14 unités.

Salim.D

Mohamed Salah risque très gros

Après sa sortie médiatique très remarquée et ses envies de départ, Mohamed Salah risque maintenant une lourde sanction de la part de Liverpool.

Les déclarations de Mohamed Salah n'ont pas pu passer inaperçues. Frustré après le résultat à Leeds United (3-3), l'attaquant égyptien s'est fait remarquer à travers une sortie médiatique où il n'a pas hésité à fusiller les choix d'Arne Slot, qui l'avait fait débuter sur le banc, tout en assurant que son avenir était remis en question : « j'ai reçu beaucoup de promesses cet été et jusqu'ici, j'ai été sur le banc pendant trois matchs, donc je ne peux pas dire que les promesses sont tenues. Je ne sais pas pourquoi, mais j'ai l'impression que quelqu'un ne veut plus de moi au club », avait-il notamment déclaré. Une prise de parole qui avait logiquement fait grand bruit en Angleterre, où certaines stars n'ont pas hésité à s'en prendre à l'attaquant des Reds, jugeant qu'il faisait preuve d'egoïsme face à la détresse de son

équipe. « Tu as porté cette équipe pendant longtemps et gagné tout ce qu'il y avait à gagner. Mais c'est un sport collectif et tu ne peux tout simplement pas dire publiquement ce que tu as dit », avait, par exemple, lâché Michael Owen. Et évidemment, toute cette situation va être analysée de près par Liverpool. D'après les médias britanniques, la direction d'Anfield a apporté son soutien à son manager néerlandais et compte le soutenir. Et cela pourrait avoir des conséquences pour Mohamed Salah, puisque le Daily Mail assure que Liverpool devra prendre une décision importante lundi matin concernant une éventuelle sanction pour l'Égyptien. L'attaquant de 32 ans, qui doit rejoindre sa sélection nationale prochainement pour la Coupe d'Afrique des Nations, pourrait être écarté du groupe pour les prochains matchs contre l'Inter Milan, en Ligue des Champions, et Brighton. La BBC indique d'ailleurs que la relation entre le joueur et Arne Slot est bel et bien rompue. Il reste maintenant difficile d'imaginer voir Mohamed Salah rester à Liverpool avec le Néerlandais comme entraîneur. Dans son interview incendiaire, l'Égyptien avait déclaré qu'il déciderait après

CAN pour son avenir, lui qui bénéficie de l'intérêt manifesté par plusieurs clubs saoudiens. Al-Hilal, entraîné par Simone Inzaghi, figureraient parmi les prétendants pour le récupérer.

Rooney conseille à Arne Slot d'écartier Mohamed Salah

Wayne Rooney s'ajoute à la longue liste de voix critiques contre Mohamed Salah. L'ancien attaquant de Manchester United estime que l'attaquant de Liverpool est en train de mettre sa légende en péril, alors que l'Égyptien a déclaré samedi se sentir « jeté sous le bus » par le club et a affirmé que sa relation avec l'entraîneur Arne Slot était rompue. « Il est en train de détruire complètement son héritage à Liverpool. Ce serait triste pour lui de tout gâcher. Arne Slot doit montrer son autorité et le rappeler à l'ordre en lui disant "tu ne voyages pas avec l'équipe, ce que tu as dit n'est pas acceptable". Va à la CAN et laisse tout se calmer. Si j'étais lui, il n'y aurait aucune chance qu'il soit dans l'équipe. Il faut que ce soit réglé rapidement dans un sens ou dans l'autre », a déclaré le quintuple vainqueur de la Premier League dans son podcast The Wayne Rooney Show. L'ex-international anglais a conclu en insistant : Salah doit soit régler ses différends avec Slot, soit quitter Liverpool. Pour rappel, une sanction est envisagée par la direction des Reds.

Le sélectionneur de l'Égypte apporte son soutien à Mohamed Salah

L'avenir de Mohamed Salah à Liverpool s'est encore obscurci après la sortie médiatique retentissante du joueur. Depuis 3 matches relégués sur le banc par Arne Slot, l'attaquant de 33 ans a exprimé un profond malaise. Après le nul 3-3 concédé à Leeds ce samedi, Salah n'a pas mâché ses mots : « je n'arrive pas à croire que j'étais sur le banc pendant 90 minutes. C'est la troisième fois. Je crois que c'est la première fois de ma carrière. » Il a ajouté se sentir « trahi » par son club : « j'ai tellement fait pour ce club, tout le monde peut le voir, au fil des années, et surtout la saison dernière. Me retrouver sur le banc, je ne comprends pas pourquoi. Le club m'a fait beaucoup de promesses cet été. Maintenant que je suis sur le banc, je peux dire qu'ils n'ont pas tenu leurs promesses. » L'Égyptien a également évoqué une rupture totale avec son entraîneur : « il n'y a plus aucune relation entre nous. C'était une très bonne relation et maintenant, tout d'un coup, il n'y a plus rien ». Face à cette tempête, le sélectionneur égyptien Hossam Hassan a tenu à afficher publiquement son soutien à sa star. Sur Instagram, le technicien de 59 ans a publié une photo de lui avec Salah, accompagnée du message : « toujours un symbole de détermination et de force ». Arrivé à la tête des Pharaons en février 2024, Hassan considère l'attaquant comme une pièce essentielle de sa sélection, qui débutera la CAN face au Zimbabwe le 22 décembre prochain.

ARSENAL Une légende du club en colère après la défaite face à Aston Villa



Arsenal a laissé filer des points précieux dans la course au titre en s'inclinant (2-1) sur la pelouse d'Aston Villa, avec un but encaissé à la 95e minute de Buendia. Une défaite qui a fait réagir l'ancien star anglaise Ian Wright. Sur Premier League Productions, la légende des Gunners a pointé du doigt une mauvaise gestion des dernières minutes. Selon lui, les changements offensifs opérés par Unai Emery, notamment les entrées de Malen et Buendia, auraient dû alerter Arsenal : « cela aurait dû être le signal pour dire : fermons la boutique maintenant, ils y vont à fond », a-t-il estimé, avant d'affirmer sans détour que « la gestion du match n'était pas correcte ». Wright a rappelé qu'après la 85e minute, les Londoniens auraient dû se contenter du match nul : « Aston Villa aurait pu gagner avant. Prenons ce qu'on a et rentrons à Londres ». Aux côtés de Wright, l'ancien manager d'Aston

Villa Martin O'Neill a abondé dans son sens en évoquant des erreurs individuelles de jugement, citant spécifiquement la décision de Noni Madueke de frapper dans un angle fermé plutôt que de conserver le ballon dans le coin...

« Certains joueurs doivent prendre leurs responsabilités », a-t-il déclaré, soulignant que ce type de gestion du temps n'est pas toujours imputable au coach. Wright a conclu en appuyant cette analyse : « à ce stade du match, avec deux attaquants en face et la pression qui monte, c'est naturel : je cours vers le coin. Un point pris à Villa aurait été précieux. Beaucoup d'équipes perdront ici, celui-là était bon à prendre ».





REAL MADRID

Le Real Madrid de Xabi Alonso s'enfonce dans une crise inquiétante

Soirée noire, atmosphère irrespirable et fin de match chaotique : le Real Madrid a vécu une véritable descente aux enfers face au Celta de Vigo (0-2). Entre expulsions en cascade et nervosité généralisée, cette défaite des hommes de Xabi Alonso risque de laisser des traces.

Le Real Madrid est peut-être tombé face au Celta de Vigo (0-2) au terme de cette 15e jour-

née de Liga, mais c'est surtout une soirée de tension extrême que le Bernabéu a vécue. Quatre jours après sa démonstration à Bilbao (0-3), les joueurs de Xabi Alonso ont sombré à domicile dans un scénario de chaos total, marqué par trois expulsions, des sifflets de ses propres supporters et un sentiment de perte de contrôle généralisé. Plus qu'une simple défaite, ce revers sonne comme une immense alerte pour une équipe déjà fragile. Bousculé par un Celta sans complexe, qui avait déjà tenu tête au Barça, le Real a très vite laissé transparaître une nervosité anormale. Les transitions galiciennes menées par Zaragoza et Durán ont mis au supplice une défense madrilène totalement bricolée en raison d'une infirmerie importante (Huijsen, Carvajal, Alaba, Mendy et Alexander-Arnold). Et comme si la situation n'était pas déjà instable, Éder Militão a été contraint de quitter la pelouse dès la 24e minute, blessé à l'ischio-jambier et possiblement absent trois mois. Le Bernabéu, d'abord impatient, est rapidement devenu hostile, à mesure que

les minutes défilaient et que la Casa Blanca peinait à trouver la solution.

García et Carreras, symboles d'une nervosité inquiétante

Le tournant émotionnel du match est intervenu au cours de la seconde période. Trouvé par Zaragoza, Williot Swedberg battait Courtois d'un geste magnifique pour l'ouverture du score (53e). Une réalisation qui n'a fait qu'accentuer la nervosité déjà palpable à Madrid. Quelques minutes plus tard, Fran García était averti à deux reprises (63e, 64e), d'abord pour une intervention jugée trop engagée, puis pour une contestation vénéhement qui a fait basculer la rencontre. Deux cartons jaunes coup sur coup qui ont plongé le stade dans la stupeur et la colère. Les joueurs madrilènes ont alors totalement perdu leur sang-froid, multipliant les protestations et les gestes d'agacement, pendant que le Celta jouait avec intelligence.

Réduit à dix, le Real n'a jamais su retrouver la sérénité. Pire, la tension collective n'a cessé de s'amplifier jusqu'à l'explosion finale. Dans le temps additionnel, Carreras a aussi vu rouge (90e+1, 90e+2), pour une contestation jugée excessive, laissant le Real à neuf dans une fin de match devenue incontrôlable. Resté sur le banc, Endrick s'est également vu accorder un rouge pour protestation. Dans la foulée, Iago Aspas délivrait une passe lumineuse dans le dos de la défense. Swedberg a ensuite effacé Thibaut Courtois, avant de rentrer littéralement dans la cage avec le ballon pour inscrire son doublé (90e+3). Une action sublime qui a scellé une soirée cauchemardesque.

Mbappé et Vinicius aux abonnés absents, un banc inutilisé

Dans ce climat électrique, le Real a aussi payé son incapacité à rester lucide dans les moments clés. Devant, le quatuor Mbappé-Vinicius-Bellingham-Valverde s'est peu à peu disloqué. Au milieu, Tchouaméni n'a pas su calmer le jeu ni faire redescendre la pression, tandis que Güler était encore une fois inexistant. Et sur le banc, les choix de Xabi Alonso ont encore été douteux : l'absence persistante de Rodrygo, la non-utilisation de Camavinga, autant de décisions qui interrogent dans un contexte tendu. Au-delà du contenu, cette défaite laisse surtout des traces profondes. Elle permet au FC Barcelone de prendre quatre points d'avance en tête de la Liga et a offert à Vigo, un premier succès à Bernabeu depuis novembre 2006. Mais c'est surtout l'image d'un Real sous pression permanente et incapable de maîtriser ses émotions, qui inquiète. Entre une défense décimée, un groupe sous tension et une relâche de plus en plus électrique avec l'arbitrage, les temps sont durs à Madrid. Et pour ne rien arranger, les coéquipiers de Mbappé vont accueillir Manchester City, en Ligue des Champions, mercredi, où le moindre faux-pas risque d'attiser davantage la colère des supporters...

RB LEIPZIG

Yan Diomandé, le nouveau prodige ivoirien à 100M€ qui impressionne l'Allemagne

Recruté cet été par le RB Leipzig, Yan Diomandé (19 ans) crève l'écran. Le virevoltant ailier ivoirien est déjà en train de mettre tout le monde d'accord en Allemagne.

Déception de la saison passée avec une triste septième place qui l'a empêchée de se qualifier en Coupe d'Europe, le RB Leipzig a dû se renouveler. Actif cet été, le club saxo a déboursé 136 millions d'euros avec notamment les arrivées de Conrad Harder (Sporting CP), Rómulo (Göztepe), Yan Diomandé (Leganés), Johan Bakayoko (PSV Eindhoven), Ezechiel Banzuzi (Louvain) et Andrija Maksimovic (Étoile Rouge de Belgrade). Une nouvelle page blanche de l'histoire du club a pu commencer à s'écrire et cela se passe plutôt bien avec une deuxième place en championnat à huit points du leader, le Bayern Munich. Parmi les hommes forts de l'équipe coachée par Ole Werner, on retrouve la jeune pépite Assan Ouédraogo dans l'entrejeu ou bien le meneur autrichien Christoph Baumgartner, co-meilleur buteur et meilleur passeur de son équipe. L'autre élément qui tire son épingle du jeu, c'est Yan Diomandé.

Déjà intéressant en Liga en fin de saison dernière avec Leganés qu'il a aidé - sans y parvenir - dans la lutte pour le maintien

(2 buts et 1 passe décisive en 10 matches), il avait su convaincre en quelques rencontres le RB Leipzig de débourser 20 millions d'euros pour lui. Une somme importante pour un joueur encore peu référencé et qui a signé pour cinq ans. Les Saxons qui ont doublé le Bayer Leverkusen peuvent déjà se frotter les mains, Yan Diomandé s'est adapté très facilement. Débutant par un but en Coupe d'Allemagne contre Sandhausen (4-2), il démarrait la saison comme joker de luxe, mais sa capacité d'élimination dans son couloir droit lui a permis de vite convaincre et de prendre petit à petit une place de titulaire dans l'effectif allemand.

Yan Diomandé déjà estimé à 100M€ par le RB Leipzig

« Je voulais franchir une nouvelle étape, passer d'une équipe plus modeste à un club plus important. J'ai discuté avec le directeur sportif et l'entraîneur. Nos échanges ont été très constructifs. Ils m'ont convaincu du projet. Ils souhaitent travailler avec de jeunes joueurs qui apportent plus de qualité et d'énergie. Pour moi, c'était la meilleure option. Notre objectif est de nous qualifier pour une compétition européenne. Nous avons une jeune équipe qui a connu de nombreux changements cet été. Cependant,

mon objectif ultime reste la Ligue des Champions. Je suis venu à Leipzig pour jouer la Ligue des Champions. C'est pour cela que je suis ici », confiait-il d'ailleurs dans un entretien pour Transfermarkt. À sa capacité d'élimination et de percussion, il a également ajouté petit à petit les statistiques. Sur les six derniers matches, il compte six buts et trois passes décisives.

Déterminant dans l'attaque du RB Leipzig, il sort d'ailleurs d'un triplé contre l'Eintracht Francfort (6-0) ce samedi pour ainsi porter son bilan à 7 buts et 4 passes décisives en 15 matches. « Yan Diomandé ? Il a un talent fou. On ne lui a pas donné ce talent, il l'avait déjà ! C'est exactement le type de joueur que nous cherchons grâce à notre système de recrutement. Il parvient souvent à déborder ses adversaires sans artifice, simplement grâce à son dynamisme. Mais ce qui est encore plus important à mes yeux : il joue pour l'équipe et est très efficace en contre-pressing. C'est une question d'attitude et il le démontre », n'a pas manqué de souligner son coach Ole Werner. Déjà dans le viseur des plus grands clubs comme le FC Barcelone et Manchester City, celui qui a fait ses débuts en sélection ivoirienne en octobre dernier est déjà valorisé à 100 millions d'euros par le RB



Leipzig. Un nouveau statut pour Yan Diomandé qui est passé en quelques mois du maintien en Liga à l'un des ailiers les plus excitants du continent européen.

BATTU À NOUVEAU POUR LA CINQUIÈME FOIS

L'Olympique Lyonnais doit régler un sérieux problème

Battu pour la cinquième fois de la saison à Lorient (0-1), l'Olympique Lyonnais s'est encore tiré une balle dans le pied en étant rapidement réduit à dix.

Avec les défaites de Marseille, Rennes, Strasbourg et Monaco, l'Olympique Lyonnais se devait d'aller chercher la victoire sur la pelouse de Lorient en clôture de la 15e journée de Ligue 1. Une occasion en or pour Paulo Fonseca, de retour sur le banc rhodanien après sa suspension, de se rapprocher des places qualificatives en Ligue des Champions. Mais une fois de plus, les Gones ont essayé un nouveau revers regrettable en raison d'une nouvelle infériorité numérique chez les Merlus. Ainsley Maitland-Niles a écopé d'un deuxième carton jaune à la 42e minute, laissant ses coéquipiers à dix pendant plus d'une mi-temps. «Si à quelques



moments, on peut parler des erreurs de l'arbitre, aujourd'hui non. C'est notre faute. Un joueur qui a un carton jaune ne peut pas avoir cette initiative. Ce n'est pas la faute de l'arbitre, c'est la nôtre. Il faut avoir la tête équilibrée pour com-

prendre qu'on ne peut pas avoir cette attitude. Aujourd'hui, après le jaune, c'est notre faute», avait critiqué Paulo Fonseca, après la rencontre, alors que les Gones n'avaient jamais terminé un match à dix la saison dernière, en Ligue 1.

L'OL perd encore des points à cause des cartons

Mais l'Anglais n'est pas le seul à avoir fait déjouer l'OL cette saison. Car voir l'OL se bader est un scénario déjà vu à plusieurs

reprises : carton rouge pour Morton à Rennes (défaite 3-1), pour Hateboer à Brest (0-0), et donc pour Maitland-Niles à Lorient (défaite 1-0). Depuis le début de l'exercice 2024-25, l'Olympique Lyonnais a reçu cinq cartons rouges depuis le début de la saison et figure parmi l'une des équipes les plus averties en Europe. Seul le promu de Liga, Oviedo, fait mieux avec six rouges reçus. En Ligue 1, l'OL a commis 219 fautes cette saison, plus que toute autre équipe.

«C'est un problème qu'il faut résoudre car ça commence à être embêtant. C'est compliqué à 10 contre 11 alors qu'un plan de jeu est travaillé toute la semaine. Cinquième rouge de la saison en 15 matchs de Ligue 1, un match sur trois, ce n'est pas possible. Il faut résoudre ce problème», avait également pesté Moussa Niakhate après la défaite. En attendant de préparer la rencontre contre Le Havre, l'OL doit assurer les premières places cette semaine dans une compétition qu'il maîtrise bien mieux, contre Go Ahead Eagles, en Ligue Europa.

PSG Matvey Safonov ne partira pas cet hiver

Arrivé à l'été 2024, Matvey Safonov semble pourtant avoir trouvé ses marques au PSG. Parfaitement intégré au groupe, le portier russe s'est adapté sans difficulté à son nouvel environnement, capable de communiquer en français et en anglais au quotidien. En interne, son comportement et son investissement sont jugés positifs, loin des turbulences extérieures qui ont parfois entouré son arrivée. Selon L'Équipe, la question d'un éventuel départ n'a d'ailleurs jamais été évoquée lors de la récente rencontre entre son agent et le conseiller sportif de QSI, Luis Campos, il y a un mois au Campus (Poissy). «N'oubliez pas qu'on l'a fait signer pour cinq ans», glisse-t-on pour balayer toute rumeur. Une manière d'affirmer la stabilité de la situation du gardien, inscrit dans le projet parisien malgré son manque cruel de temps de jeu (une seule apparition, cette saison) et sa relation scrutée avec l'Ukrainien Illia Zabarnyi.



AC MILAN Le fils de Zlatan Ibrahimovic est complètement en feu

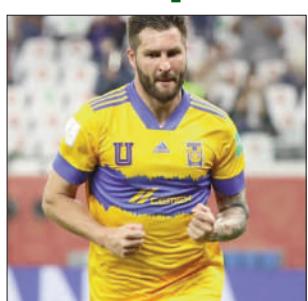
Maximilian Ibrahimovic est en très grande forme ces dernières semaines. En effet, le fils de la légende suédoise s'est encore illustré avec un but décisif face à la Varesina, égalisant pour le Milan Futuro à la 57e minute avant que Magrassi n'offre la victoire en fin de match. Son état de forme physique et mentale est impressionnant, et il confirme son rôle clé dans le Milano Futuro avec déjà 4 buts en championnat.

Sous la direction d'Oddo, l'équipe a montré une belle cohésion malgré l'ouverture rapide du score par la Varesina. Avec Pittarella dans les cages et une défense solide composée de Cappelletti, Zukic, Dutu et Karaca, le Milan Futuro remporte une précieuse victoire lors de cette 15e journée de Serie D qui met en lumière le talent prometteur du jeune Ibrahimovic. Pour rappel, Maximilian est sous contrat jusqu'au 30 juin 2027 et est déjà international U18 avec la Suède.



L'incroyable propriété d'André-Pierre Gignac au Mexique

Désormais installé au Mexique depuis près de dix ans, André-Pierre Gignac continue de faire parler de lui, notamment pour ses performances abouties sous le maillot des Tigres. Mais pas seulement. Dans un reportage diffusé par Téléfoot, l'ancien buteur de l'OM a dévoilé son incroyable propriété : terrain de football, de padel, de basket (avec des peintures de Michael Jordan, Kobe Bryant et LeBron James), mais aussi gigantesque piscine avec des toboggans dignes de centres aquatiques ou encore écran de cinéma géant. « Le cadre est sympa, loin de tout avec les montagnes tout autour. Je l'ai construit à partir de 0. La première fois que j'ai vu le terrain, j'ai pris une feuille de papier et je faisais des dessins dessus », a notamment avoué APG avant d'ajouter : « nj'ai toujours rêvé depuis petit d'avoir un terrain de foot personnel ».



République Algérienne Démocratique et Populaire

Ministère de l'habitat, de l'Urbanisme et de la ville

Wilaya d'Adrar

Direction des Equipements Publics

N.I.F0002.01.01.5000.581:

AVIS D'ATTRIBUTION PROVISOIRE

Conformément aux dispositions de l'article 65 du décret présidentiel N° 15/247 du 16/09/2015 portant réglementation des marchés publics et des délégations de service public, il est porté à la connaissance des soumissionnaires ayant participé à l'avis d'appel d'offres ouvert avec exigence de capacités minimale N°: **71/2025** portant sur la réalisation du :

Partie ferme

Lot n 01: Bloc pédagogique + Administration + VRD et aménagement intérieur et extérieur + mur de Clôture+ Terrain de sport et Vestiaire.

Partie conditionnelle

Lot n 02 : Demi Pension + Réalisation de 05 Logements

Lot n 03: Bâche à eau (Micros entreprises)

Dans le cadre de l'opération : Réalisation d'un collège type B7/300 R à Adrar Ouest

Publié dans les quotidiens nationaux : **Aliqtisadiq news** en date du 12/10/2025 et **ALMOUNASSER** en date du 12/10/2025.

Après évaluation des offres élaborée conformément aux critères prévus dans le cahier des charges, les lot ont été attribués provisoirement à :

Lot n 01: Bloc pédagogique + Administration + VRD et aménagement intérieur et extérieur + mur de Clôture+ Terrain de sport et Vestiaire.

ETB: ABDERASSOUL MOHAMMED

N.I.F: 15401150005542700000

Montant (DA) de l'offre en TTC : 302.405.105.63 DA en TTC .

Délai de réalisation: Quatorze (14) mois

Note Technique : 61.00 points.

Observation : offre retenue (moins disant)

Lot n 02 : Demi Pension + Réalisation de 05 Logements : **Prix excessive**

Lot n 03: Bâche à eau (Micros entreprises)

ETB: BEN ZERGA CHEIKH.

N.I.F: 16801040049344000000

Montant (DA) de l'offre en TTC : 4.433.541.35 DA en TTC .

Délai de réalisation: Quatre-vingt dix (90) Jours

Note Technique : 54.00 points.

Observation : offre retenue (moins disant) .

Les soumissionnaires non retenus sont autorisés de se rapprocher du service marchés publics de la direction des équipement publics de la wilaya d'Adrar afin de consulter les résultats de l'évaluation des offres durant une période de trois (03) jours à compter de la date de la première parution de l'avis d'attribution provisoire, conformément à l'article 82 du décret présidentiel 15/247 du 16/09/2015 portant réglementation des marchés publics et des délégations de service public.

Le soumissionnaire qui conteste le choix opéré par le service contractant, peut introduire un recours dans les 10 jours à compter de la première publication de l'avis d'attribution provisoire du marché dans le bulletin officiel des marchés de l'opérateur public (B.O.M.O.P) ou l'un des quotidiens nationaux, auprès de la commission des marchés de la wilaya d'Adrar. Si le 10ème jour coïncide avec un jour férié, ou un jour de repos légal, la date limite pour introduire le recours est prorogée au jour ouvrable suivant.

AL MOUNASSER 9 Décembre 2025

ANEPE 2516038297



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

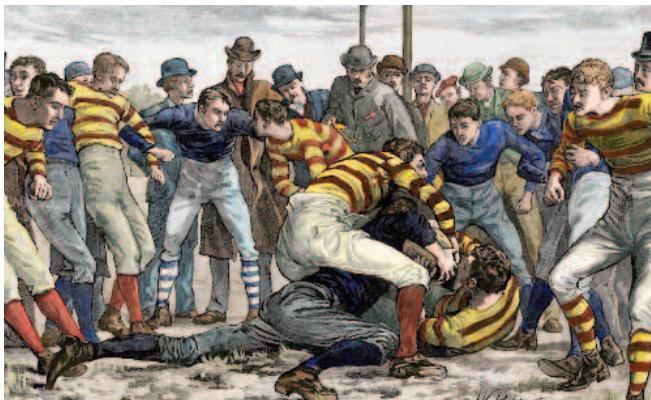


**TEL:
0560266287**

OU PAR EMAIL:



CONTACT@ALMOUNASSER.DZ



Le football était aussi bon marché et accessible, ne nécessitait que très peu d'équipement et fonctionnait de manière très simple : il suffisait d'un ballon et d'un terrain herbeux pour pouvoir se jouer soulagement.



peu d'équipement et fonctionnait de manière très simple : il suffisait d'un ballon et d'un terrain herbeux pour pouvoir se jouer soulagement.



presque n'importe où, ce qui le rendait particulièrement populaire dans les quartiers ouvriers, bien plus que d'autres sports.

D'autre part, le fait que les matchs de football soient intégrés à l'emploi du

psychologique, dont les ouvriers avaient tant besoin. La possibilité offerte à de larges groupes – des communautés entières en réalité – de se réunir dans un même lieu, à un rendez-vous préétabli, fut l'un des facteurs de sa

massification soudaine. Le public vivait les victoires et les défaites collectivement, ce qui renforçait le sentiment de communauté et de solidarité.

Au-delà de cette expérience collective, cependant, le football avait aussi la capacité d'offrir quelque chose de bien plus personnel à chaque participant, de quelque manière qu'il soit impliqué dans ses activités : une source d'estime de soi. Grâce aux succès du club auquel chacun s'identifiait, il pouvait ressentir une part de fierté, de joie dans la victoire, dans un environnement où les barrières sociales semblaient, ne serait-ce qu'un instant, abolies.

Dans les stades, la classe sociale ne revêtait pas la même importance que sur les lieux de travail ou lors des événements

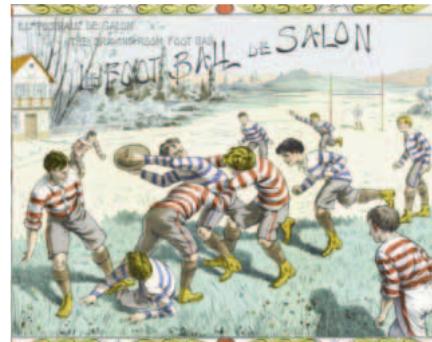
enfants issus de leur propre classe devenir des protagonistes et des héros. Cette illusion ne fonctionnait pas nécessairement de manière négative pour les revendications économiques et sociales des ouvriers, car chaque petite victoire sportive ne faisait pas disparaître la dure réalité : elle produisait au contraire



indispensable, ouvrant ainsi un terrain à symboliser l'assaut vers la vie pour chaque opprimé, et nourrir la réflexion sur l'assaut véritable de la classe ouvrière dans un monde libéré de toute barrière de classe.

La légalisation du professionnalisme en 1885

Mais la transformation des ouvriers en héros du football ne s'est pas produite uniquement sur le terrain. Les clubs ouvriers durent mener un combat acharné pour exister, avec des joueurs issus des couches populaires, et pouvoir rivaliser avec les clubs de la classe dominante. La revendication principale qui permit cette évolution fut la légalisation du professionnalisme.



mondains des classes supérieures. Ainsi, le succès d'un club sur le terrain pouvait, au moment du match, avoir plus de poids que la situation économique réelle des supporters, qui voyaient parfois des

d'autres domaines. De plus, la valeur intrinsèque de l'élément ouvrier victorieux démontrait que cette victoire pouvait être obtenue sans dépendre de l'employeur ou du patron, supposément



COURSE NATIONALE DE LA JEUNESSE ET DES COLLECTIVITÉS LOCALES:

928 athlètes attendus à Médéa

Neuf-cent vingt-huit coureurs (garçons et filles), représentant 36 wilayas, ont confirmé leur participation à la Course Nationale de la Jeunesse et des Collectivités Locales, prévue les 25-26 décembre 2025 courant à Médéa.

Les athlètes représenteront les wilayas de Chlef, Laghouat, Batna, Béjaïa, Blida, Biskra, Bouira, Tamanrasset, Tlemcen, Tiaret, Alger, Djelfa, Sétif, Saïda, Skikda, Sidi Belabbès, Guelma, Mascara, Ouargla, Oran, El Bayadh, Illizi, Bordj Bou Arréridj, Boumerdès, Tébessa, Tindouf, Tissemsilt, El Oued,

Khencela, Souk Ahrass, Aïn Témouchent, Relizane, Béni Abbès In-Salah et Médéa, ville hôte de l'évènement.

Cette course, qui s'inscrit dans le cadre des événements commémoratifs du 65e anniversaire des manifestations du 11 décembre 1960, se déroulera sur un circuit de 2300 mètres, selon les organisateurs. "En tout, il y aura 58 délégations. Outre les 928 athlètes attendus, il y aura un total de 116 entraîneurs pour les encadrer, ce qui devrait porter à 1280 le nombre total des participants à cet évènement", ont-ils détaillé.

La Ligue d'Athlétisme de la Wilaya de Médéa a affirmé avoir pris toutes les dispositions nécessaires pour assurer une bonne organisation de cette course.

Halim. B



CIRCUIT AFRICAIN ITF/ CAT (U14) DE TENNIS Alger accueillera deux étapes

Fédération Algérienne de Tennis



La Fédération algérienne de tennis (FAT) organisera deux étapes du Circuit africain ITF/CAT des 14 ans et moins "garçons et filles", au tennis club de Bachdjarah (Alger), en mois de janvier prochain, a-t-on appris auprès de l'instance fédérale. La première étape, classée en Grade 2, se déroulera du 25 au 28 janvier 2026, tandis que la deuxième étape, de Grade 1, est programmée du 29 janvier au 1er février. "La Fédération rappelle que la participation aux deux tournois est conditionnée par le renouvellement de l'ID CAT (identifiant, NDLR). Les athlètes ne disposant pas de cette identification doivent s'inscrire sur le site officiel de la Confédération africaine de tennis (CAT)", a précisé l'instance fédérale dans un communiqué. La Fédération a précisé que "l'inscription aux tournois est individuelle". Selon la FAT, ces étapes permettront aux participants (es) de gagner des points dans le classement africain de la catégorie.

Serine. S

MONDIAL DE HANDBALL La Norvège et le Danemark terminent en tête de leur poule

La Norvège s'est, une nouvelle fois, imposé face au Brésil (33-14), et le Danemark, qui a renversé la Hongrie (28-27), se sont adjugés dimanche la première place de leurs groupes respectifs du tour principal du Mondial féminin de handball.

Les Norvégiennes affronteront le Monténégro en quarts de finale après avoir balayé les Brésiliennes comme leurs cinq précédentes adversaires.

Les Brésiliennes, également qualifiées pour les quarts où elles croiseront l'Allemagne, avaient pourtant également remporté leurs cinq rencontres, mais elles ont subi à Dortmund la loi de la défense et des gardiennes scandinaves: seulement neuf buts marqués lors des 45 premières minutes, et 60% d'arrêts (18/30) pour la paire de portières, dont 14/21 (67%) pour Katrine Lunde, âgée de 45 ans.

Les Danoises peuvent également dire merci à leur dernier rempart Amalie Milling (5/11), entrée en

cours de jeu et déterminante comme le passage à une défense en "1-5" (défenseuse avancée) dans la remontée de son équipe, menée 23 à 18 à 20 minutes de la fin.

Le Danemark, qui avait besoin d'un nul pour terminer en tête de la poule

I à Rotterdam, évite l'épouvantail norvégien avant une éventuelle finale et affrontera en quarts de finale le deuxième du groupe III (France ou Pays-Bas), alors que la Hongrie sera opposée au premier.

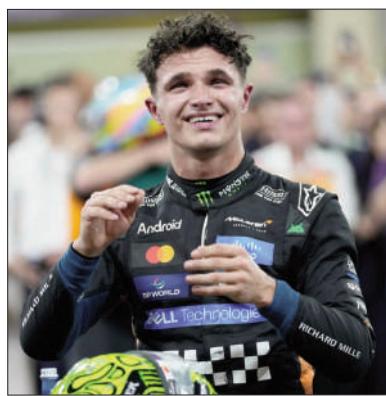
R. S



AUTO-F1 Lando Norris sacré champion du monde

Le Britannique Lando Norris (McLaren) a remporté son premier titre de champion du monde de Formule 1 en assurant la 3e place au Grand Prix d'Abou Dhabi, suffisante pour rester devant ses adversaires au championnat, Max Verstappen, vainqueur de la course dimanche, et Oscar Piastri, 2e.

Le Néerlandais, qui comptait plus de 100 points de retard au sortir de l'été, a réussi un come back magnifique dans le dernier tiers de la saison mais il échoue au final à deux points de Norris (423 points à 421). Piastri, qui a



méné le championnat durant plus de la moitié de la saison, termine troisième (410 pts), à 13 points de son coéquipier anglais.

Norris, 26 ans, s'est montré régulier tout au long de la saison en montant sur le podium 18 fois en 24 courses. Il a remporté sept Grands

TENNIS La FAT réunit les ligues pour renforcer le développement national

La Fédération algérienne de tennis (FAT) tiendra une réunion de travail avec les ligues de wilayas, le samedi 13 décembre 2025 (10h00), au Centre fédéral de Ben Aknoun, à Alger, a annoncé l'instance fédérale dans un communiqué. "Cette rencontre s'inscrit dans le cadre du renforcement du programme national de développement du tennis et de la stratégie de collaboration étroite entre la Fédération et les ligues", a écrit la FAT. De nombreux points sont inscrits à l'ordre du jour de la rencontre, entre autres, l'évaluation du premier trimestre de la saison sportive 2025/2026, la mise à jour du plan de travail bilatéral entre la Fédération et les ligues, et la mise en œuvre du plan de formation et des compétitions locales. Les problèmes et les défis rencontrés par les ligues seront également discutés. La Fédération (FAT) précise que cette réunion vise à renforcer la coordination avec les ligues et à soutenir le développement du tennis en Algérie.

Akram. K



CHAMPIONNATS D'EUROPE PETIT BASSIN

La satisfaction de Grousset après sa sixième médaille

Le Néo-Calédonien Maxime Grousset a bouclé sa semaine intense aux championnats d'Europe petit bassin à Lublin (Pologne) par deux médailles d'argent ce dimanche, en 50m nage libre et avec le relais 4x50m 4 nages masculin.

Il repart avec six médailles au total, dont deux en or, après avoir déjà remporté quatre médailles l'été dernier aux Mondiaux grand bassin de Singapour. Maxime Grousset, quel sentiment domine après la finale du 50m nage libre et cette médaille d'argent aux championnats d'Europe petit bassin de Lublin? Il y a un peu de frustration, mais c'est la fin des championnats, ce n'est pas facile à gérer. C'est une finale après tout ce qui s'est passé, j'ai nagé un peu crispé. J'ai un peu de mal encore à maîtriser cette course, c'est une fois sur deux.

Dans quel état physique

CYCLISME

Pourquoi la course femmes de Paris-Roubaix se tiendra aussi le dimanche



Le directeur de Paris-Roubaix, Thierry Gouvenou, a expliqué pourquoi la course femmes se tiendrait le même jour que la course masculine. En évitant d'étaler l'événement sur deux jours, l'organisation facilite la mise en place du dispositif de sécurité et réduit la facture. Ce ne sera pas un, mais bien deux Paris-Roubaix qui auront lieu le dimanche 12 avril 2026 pour déterminer les successeurs de Mathieu Van der Poel et Pauline Ferrand-Prévôt. Pour la première fois depuis son lancement en 2020, la course féminine sera organisée le même jour que la course masculine. Interrogé sur cette nouveauté par Direct Vélo, le directeur de Paris-Roubaix, Thierry Gouvenou, a mis en avant des raisons sécuritaires et budgétaires pour justifier ce choix. En arrêtant de faire les deux courses professionnelles sur deux jours comme c'était le cas jusqu'ici, l'organisation facilite la mise en place du dispositif de sécurité. « C'est quand même beaucoup moins contraignant pour les forces de l'ordre. Il y a aussi des raisons budgétaires », reconnaît le dirigeant, qui pointe aussi l'avantage de ne pas bloquer les communes traversées pendant tout un week-end. La décision nécessitera forcément une adaptation des moyens consacrés à la seule journée du dimanche. « Il faudra plus de véhicules et de moyens humains », assure Gouvenou. En plus d'alléger ses frais, l'organisateur de l'épreuve Amaury Sport Organisation (propriété, comme L'Équipe, du groupe Amaury), espère également augmenter la visibilité de l'édition féminine en la faisant partir dans la foulée de l'épreuve masculine.

Agence



êtes-vous après cette semaine de compétition ?

Je commence à fatiguer bien sûr, mais il m'en restait un poil sous le capot vu ce que j'ai sorti sur le relais, donc je suis quand même très fier de cette compétition.

Que retenez-vous

de votre quinzaine de courses au programme cette semaine ?

Que j'arrive à enchaîner et à être performant sur toutes les courses, et qu'il faut rester concentré jusqu'au bout. C'est peut-être ce qui m'a fait défaut sur la finale du 50m nage libre.

Comme Mewen (7e de la finale du 50m dos plus tôt ce dimanche, NDLR), on a voulu trop bien faire mais sur cette distance, c'est très vite compliqué. Il faut laisser faire les choses. On se dit toujours même si on n'arrive pas forcément à le faire, mais j'espère que la prochaine fois sera la bonne.

CYCLISME

La proposition de réforme qui pourrait révolutionner la course aux points UCI

Le journal espagnol Marca a révélé ce weekend que plusieurs acteurs du cyclisme, dont des organisateurs, proposent aux instances internationales un nouveau modèle de calcul des points UCI permettant un rééquilibrage entre les classiques d'un jour et les courses par étapes. Elle a rythmé la saison 2025. La course aux points UCI est devenue une composante incontournable du calendrier du peloton international. Toutes les trois saisons, des équipes sont promues ou reléguées en World Tour (première division) en fonction des points accumulés durant la période. Or, le barème actuel favorise les classiques d'un jour par rapport aux courses par étapes.

C'est pourquoi certaines formations, comme Astana, ont scrupuleusement organisé leur année pour faire entrer un maximum de coureurs sur des courses bien précises, allant même jusqu'à s'aider d'algorithmes.



Alors, plusieurs acteurs du cyclisme ont mis au points un projet de réforme plus égalitaire, selon des documents révélés par Marca. À l'heure où une course d'un jour classée en catégorie 1.Pro octroie 1.120 points et qu'une course par étapes .Pro équivaut à 3.035 pour 2.124 pour leur équivalent par étapes. Au sein même des épreuves de plusieurs jours, l'accent serait également mis sur les victoires d'étapes avec 40% des points distribués, contre 50% pour le classement général et 10% pour les maillots distinctifs.

Si les courses par étapes World Tour ne sont pas touchées par la désertion des meilleures équipes, les plus petites épreuves patissent de cette course folle aux points UCI, d'après Marca, les pou-

Vous étiez par conséquent énervé sur le relais qui a suivi?

Je me suis énervé, mais justement c'était plus facile, et je suis allé beaucoup plus vite donc bon...

Vous terminez la semaine avec six médailles au total, cinq individuelles dont deux en or. Quel regard portez-vous sur votre palmarès cette semaine ?

C'est un très beau bilan, on avait visé dix médailles au total avec Mewen (Tomas repart lui avec deux médailles d'argent individuelles), il en manque encore quelques-unes... (rires) Mais on a été très bons! Ça fait plaisir de le prendre, on y croyait avec les copains. Ce n'est pas ce qu'on visait de base, on voulait la première place mais malheureusement, les Italiens ont été plus forts que nous, ils ont été bons partout et nous on a été bons mais pas encore assez pour être premiers. La prochaine fois. RMC sport

sant à organiser des classiques d'un jour avant leur événement comme l'ont fait les Quatre jours de Dunkerque en 2025 avec leur Classique Dunkerque.

Sur le même sujet

La proposition sera donc prochainement soumise au Conseil des cyclistes professionnels, puis à l'Association internationale des organisateurs des courses cyclistes (AIOCC). Avant que l'Union cycliste internationale ne s'empare elle-même du dossier.

Agence

www.almounasser.dz

Comment aider un sportif à récupérer après une blessure

Quelles sont les meilleures stratégies nutritionnelles pour récupérer après une blessure ? Une nouvelle étude passe en revue les compléments et stratégies alimentaires.

On estime que trois à cinq millions de blessures sportives surviennent chaque année dans le monde. L'incidence la plus élevée est rapportée pendant les périodes de compétition (environ 72 % contre 21 % pendant l'entraînement), avec principalement une atteinte du tissu musculo-squelettique. Par exemple, dans le football, le taux de blessures des joueurs qui jouent deux matches par semaine serait environ six fois plus élevé que celui de ceux qui n'en jouent qu'un par semaine. De même, un basketteur universitaire connaît en moyenne 9,9 blessures pour 1000 h de matches de compétition, et 4,3 blessures pour 1000 h d'entraînement.

Un groupe international de chercheurs a passé en revue les études sur les stratégies nutritionnelles permettant la récupération des blessures musculo-squelettiques chez les athlètes d'élite. Leurs résultats paraissent dans Nutrients.

Les meilleures stratégies alimentaires

L'analyse des études scientifiques publiées conclut que les stratégies nutritionnelles qui

profitent au processus de réadaptation des athlètes blessés passent par un apport énergétique équilibré et une alimentation riche en protéines et en glucides. Les apports énergétiques doivent rester conséquents après la blessure, même si la période

d'immobilisation peut entraîner une diminution de l'activité physique. En effet, le processus de synthèse des protéines musculaires est très énergivore : environ 485 kcal/jour chez un jeune homme musclé et environ 120 kcal/jour chez une femme âgée active. Certaines études ont conclu qu'un déficit

Chaque jour d'immobilisation conduit à une perte de masse musculaire de 0,5 à 0,6 %, car la dégradation des protéines musculaires est élevée dans les premiers jours de blessure. Les périodes d'immobilisation sont également associées à une perte de densité

alimentaires sont essentielles pour arriver à récupérer d'une blessure. Un apport insuffisant en protéines entraînera une perte accrue de masse musculaire et une diminution de la réparation et de la cicatrisation des tissus. D'après les auteurs, « La plupart des articles examinés inclus dans cette revue intégrative recommandent un régime hyperprotéiné (de 1,6 à 3 g/kg/jour) avec 20 à 30 g de protéines riches en leucine (environ 3 g)

par repas tout au long de la journée. » Une dose de 0,3 g de protéines par kg et par repas « s'est avérée efficace pour augmenter la synthèse des protéines musculaires chez les jeunes et les adultes plus âgés. Il convient de noter qu'une distribution uniforme des protéines sur une période de 24 heures est plus favorable que lorsque les quantités sont réparties de manière inégale. »

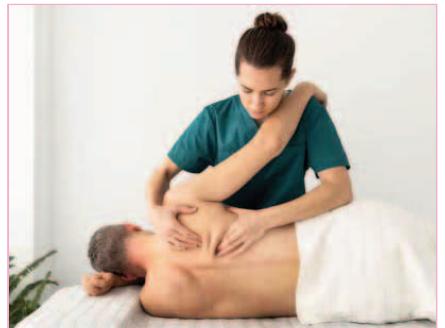
Les meilleures compléments alimentaires pour récupérer après une blessure

Côté suppléments, le collagène, la créatine, les oméga-3 (huiles de poisson) et la vitamine D ont des effets prometteurs. « Les peptides de collagène améliorent la force et la récupération, préviennent les douleurs articulaires et accélèrent la guérison des blessures, » explique

Julien Venesson, auteur de Nutrition de la force.

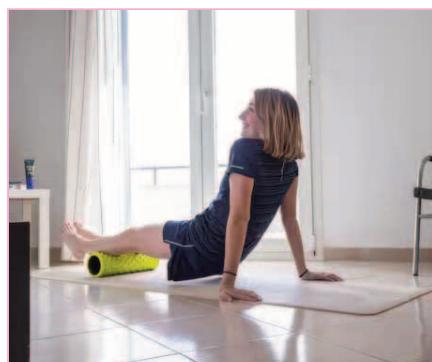


Dans cet ouvrage, il recommande également la chondroïtine et la glucosamine pour la cartilagineux. Elles maintiennent leurs rigidité, flexibilité et élasticité, et

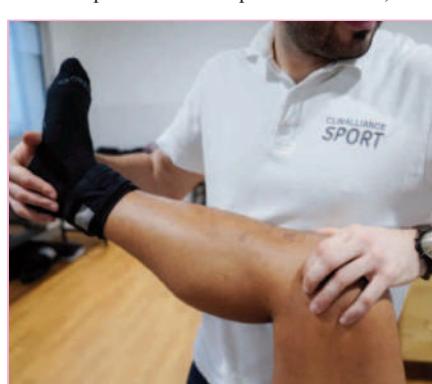


glucosamine pour la récupération après une blessure au genou : « La glucosamine et la chondroïtine sont des glycosaminoglycane et ses produits au sein de l'organisme, à partir de glucose et de glutamine. Ces

permettent de retenir l'eau. Elles inhibent l'expression des enzymes qui dégradent le collagène (les métalloprotéines de la matrice), et stimulent la synthèse du collagène de type II au sein des chondrocytes. »



minérale osseuse dans la plupart des parties du corps, ce qui augmente le risque de fractures. Les systèmes cardiovasculaire et cardiorespiratoire sont aussi affectés par la période d'immobilisation : après seulement deux semaines d'alimentation, il y aurait une perte quotidienne de 0,99 et



énergétique de 20 % peut entraîner une diminution dans le processus de synthèse des protéines musculaires d'environ 19 %. Les protéines

Modifications hormonales au cours de l'activité physique

3e partie

Parallèlement, on observe une augmentation de la rT3 et de la T2, par action de la 5'-désiodase spécifique qui catalyse les réactions de la T4 en rT3 et de la T3 en T2, ce qui aboutit à l'action de deux hormones biologiquement peu actives, la rT3 et la T2, ce qui, associé à la baisse de la T3 libre active, induit un climat moins hyperthyroïdien lors de l'exercice intense.

Actions de l'hormone de croissance

La GH est une hormone à forte

transport des acides aminés dans les cellules et leur incorporation dans la synthèse des protéines et du collagène,
• participe au système immunitaire.
Elle agit en stimulant mais garde une meilleure réponse à l'effort chez le sujet âgé entraîné chez qui elle participe à la stimulation de la neurogenèse cérébrale et à la prévention du vieillissement



la production hépatique d'IGF-1, responsable de la croissance des organes et des os.

Production

Sa production est au

cognitif. Il y a une régulation fine entre sa sécrétion et l'inhibition de sa sécrétion au niveau des cellules de l'hypothalamus. Deux hormones hypothalamiques règlent finement cette sécrétion : la GH-RH la stimule, la somatostatine l'inhibe.

Les stimulants naturels

Après un repas riche en lipides (500 cal = fast-food bigMac et une part de frites), le pic de sécrétion de GH est fortement abaissé. Pour évaluer la fonction somatotrope, tous ces facteurs doivent être pris en compte avec le dosage de l'hormone

plus haut dans l'enfance et l'adolescence et décline avec l'âge. La sécrétion endogène diminue avec l'âge,



activité anabolisante. Elle :
• agit sur la croissance du squelette et des organes,
• maintient l'homéostasie calcique, la lipolyse avec induction de l'hydrolyse des triglycérides en acides gras libres et glycérol,
• améliore la disponibilité du glucose,
• régule la masse maigre en l'augmentant par accroissement de



de croissance. et le dosage de la résulte à l'âge adulte forme 20 kDa de d'un traumatisme l'hGH avec recherche

Attention à son abus

Son abus est assez fréquent même s'il existe des doutes sur une réelle efficacité. On le retrouve surtout chez les haltérophiles, les joueurs de baseball, et semble utilisée chez les tout jeunes futurs athlètes pour stimuler la croissance. Il existe beaucoup de proposition de vente pour des compléments alimentaires en contenant sur Internet.



de la diminution du rapport hGH 20 kDa/hGH 22 kDa qui semble représenter un



cérébrale ou choc direct), d'un syndrome de Sheehan ou d'une irradiation de l'hypophyse et la tige pituitaire. De possibles déficits en GH sérique et d'IGF-1 ont été signalés chez des boxeurs actifs ou retraités, des résultats similaires chez les kick-boxers et les boxeurs, ce qui conduit à une surveillance chez les athlètes en exercice qui pratiquent des sports de contact et qui ont été victimes de commotion et chez les



Dopage

L'abus croissant de l'utilisation de l'hormone de croissance par les athlètes, en vue d'augmenter la masse musculaire, a nécessité de l'inscrire sur le tableau des substances dopantes. Elle est difficile à détecter, car l'hGH recombinante est identique à la forme principale sécrétée par l'hypophyse. Le dépistage réside dans la mesure de l'IGF-1 en suivi longitudinal

exogène.

Le déficit

Se pose le difficile problème de l'athlète porteur d'un déficit qui est très rare et

retraités de ces sports. La deuxième partie de cette mise au point sera consacrée au cortisol, à la fonction gonadique et à l'insuline.

Lancement de la première session formation des préparateurs physiques de la région d'Alger

La première session de la formation des préparateurs physiques et de performance en football pour l'exercice 2025-2026, destinée à 30 candidats du 1er groupe de la région d'Alger, a débuté avant hier au Centre de regroupement et de préparation de l'élite sportive de Fouka (wilaya de Tipasa), a indiqué la Fédération algérienne de football (FAF) sur son site officiel. La cérémonie d'ouverture a été présidée par le Directeur technique national (DTN) de la FAF, Ali Moucer, qui a présenté aux candidats le parcours global de la formation ainsi que les principaux axes de ce premier module qui se poursuivra jusqu'à mercredi.

Le premier module aborde les différents facteurs de la performance et leur évaluation, les tests médicaux et psychologiques, une alternance entre cours théoriques en salle, travail de réflexion, échanges, et mises en situation pratiques sur le terrain. Ce projet de formation, réparti sur cinq sites à travers le pays (Alger, Annaba, Ouargla, Oran et Béchar) s'inscrit dans la stratégie de développement et de structuration des spécialités liées à la performance athlétique au sein des clubs algériens. Pour cette édition, 269 candidats au total participeront aux différents stages programmés de décembre 2025 à juin 2026, selon un programme structuré en modules successifs.

Salim. D

18 °C | °F Précipitations : 0%
Humidité : 73%
Vent : 11 km/h

Météo jeudi Partiellement ensoleillé

VOTRE QUOTIDIEN SPORTIF

A Mounasser®

Mardi 09 Décembre 2025

Jeux africains de la jeunesse La délégation algérienne arrivée en Angola

La délégation sportive algérienne est arrivée lundi dans la capitale angolaise, Luanda, pour participer aux Jeux africains de la jeunesse, un rendez-vous continental attendu pour mettre en valeur le sport national et offrir aux jeunes talents l'occasion de démontrer leurs compétences.

Lydia.k

Les compétitions se dérouleront du 10 au 20 décembre, avec une participation massive des pays africains. Dès leur arrivée, les représentants algériens ont été chaleureusement accueillis par l'ambassadeur d'Algérie en Angola, Mounir Burouba, accompagné des membres de la mission diplomatique. Cette réception souligne l'importance que la diplomatie algérienne accorde à l'accompagnement des jeunes sportifs et à leur soutien tout au long de ce rendez-vous continental.

L'ambassadeur a réaffirmé son soutien



total à la délégation, saluant les efforts et les sacrifices des jeunes athlètes pour représenter dignement le drapeau national dans leurs disciplines respectives.

Confiance et ambitions pour les jeunes talents

Burouba a exprimé sa confiance dans la capacité des sportifs

JS Chlef

Fouad Bouali dénonce cinq mois de salaires impayés

C'est une surprise de taille révélée par Fouad Bouali, l'entraîneur algérien actuellement à la tête de la JS Chlef. Il a déclaré que lui et ses joueurs n'ont pas perçu leurs salaires depuis

cinq mois, malgré la réglementation qui permet aux joueurs et au staff technique de saisir la Fédération algérienne de football (FAF) après deux mois et un jour de retard. Cette situation met en lumière les difficultés financières persistantes au sein du club et pourrait entraîner des démarches officielles auprès des instances fédérales si le problème n'est pas rapidement résolu.

Akram.k

Coupe d'Algérie

Report du match entre l'USMH et la JS Kabylie

La commission d'organisation de la Coupe d'Algérie a annoncé le report du match des 16es de finale opposant l'USMH à la JS Kabylie. Selon un communiqué de la Ligue professionnelle de football publié ce lundi, la rencontre initialement prévue vendredi prochain au stade Nelson Mandela

de Baraki débutera désormais à 18h30, au lieu de l'horaire précédent fixé à 15h00. Malgré l'écart entre les deux équipes, ce match promet une confrontation intense, notamment pour la JS Kabylie, qui nourrit une revanche après son élimination au 32e tour de l'édition précédente face à l'USMH.

FARES. B

HORAIRES DE PRIÈRES ALGER

Fadjar	06:09
Dohr	12:41
Asr	15:14
Maghreb	17:32
Icha	19:02

Tournoi du North American Judo
Imad Benazoug s'adjuge la médaille d'or à Philadelphie



Le judoka algérien Imad Benazoug a décroché une nouvelle médaille d'or sur les tatamis américains, cette fois-ci lors du tournoi du North American Judo, disputé dimanche à Wayne, confirmant son statut d'étoile montante de la discipline depuis son arrivée aux Etats-Unis il y a moins de quatre mois.

Installé à Philadelphie pour donner un nouvel élan à sa carrière, l'ancien pensionnaire d'El Harrach puis d'Ouled El Bahia (Oran) enchaîne les performances de haut niveau. Son dernier succès vient s'ajouter à une bonne série de performances: quatre médailles d'or et une de bronze obtenues depuis septembre dans plusieurs tournois régionaux et nationaux.

Dans une déclaration à l'APS, l'international algérien chez les -73 kg a indiqué que "cette nouvelle victoire confirme son adaptation express, passé en quelques semaines du statut de nouvel arrivant à celui d'adversaire redouté".

Déjà lauréat du North American Judo (7 septembre), du Liberty Bell 2025 (21 septembre), du Princeton Judo Fall Invitational (5 octobre) et du championnat Northeastern (fin novembre), Benazoug poursuit une dynamique ascendante remarquée.

Pour le judoka, cette nouvelle médaille d'or, décrochée dimanche passé, représente bien plus qu'un succès sportif: elle valide le choix assumé de franchir l'Atlantique pour progresser, se confronter à de nouveaux styles et enrichir son expérience internationale.

A 24 ans, Imad Benazoug s'impose comme l'un des espoirs prometteurs du judo algérien, porté par une ambition claire: "briller à l'étranger tout en faisant rayonner les couleurs nationales", a-t-il encore dit.

Rania.k

