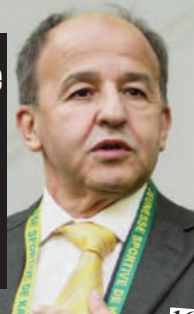


JS Kabylie
Hakim Medane
annonce
sa démission
du poste
de directeur
sportif



16

La CAN 2025 débute ce soir

Les Verts à l'heure de la reconquête africaine

Pourquoi pas une troisième étoile

Petković ajuste les derniers réglages, la volonté de briller est bien présente



www.almounasser.dz

Lire le dossier:

03-04-05-06-07-08-09

La première phase finale a eu lieu en 1957

CAN 2025 ...
Les chiffres
qui racontent
l'histoire



3

Visant à harmoniser le calendrier mondial du football

La CAN
se jouera tous
les quatre ans
à partir
de 2028



3

Mahrez, Hakimi et Salah



Qui sera le "Fierté des Arabes"
à la CAN 2025?

05

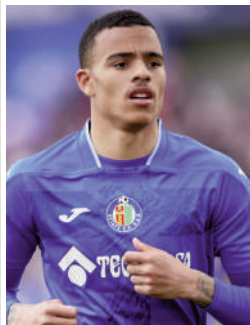
Mourad Bousbet élu président de la Zone 1 de la CAHB

Le président de la Fédération algérienne de handball (FAHB), Mourad Bousbet, a été élu président de la Zone 1 de la Confédération africaine de handball (CAHB). En marge du 24e Congrès ordinaire électif de l'instance continentale, tenu les 20 et 21 décembre au Caire (Égypte), a indiqué samedi la FAHB, le président de la Fédération algérienne de handball (FAHB), Mourad Bousbet, a été élu président de la Zone 1 de la CAHB. Ce



congrès a également été marqué pour un nouveau mandat de par la réélection du président sortant de la CAHB, le Béninois Mansourou Aremou, reconduit Confédération africaine de handball.

L'Algérie est favorite pour Mason Greenwood



Le joueur international anglais Mason Greenwood, ailier explosif de l'Olympique de Marseille, a désigné l'Algérie comme favorite pour remporter la Coupe d'Afrique des Nations 2025, dont le coup d'envoi a lieu aujourd'hui au Maroc. Interrogé sur les favoris pour le tournoi continental, Greenwood a déclaré : « La CAN 2025 ? Je parie sur l'Algérie pour remporter le titre ».

Luca Zidane est le numéro Un

L'ancien gardien international algérien et actuel entraîneur des gardiens, Boualem Saadoud, a affirmé que Luca Zidane, le portier international algérien, est le numéro un dans la sélection nationale en vue de la Coupe d'Afrique des Nations 2025, qui débute aujourd'hui. Saadoud a déclaré : « Zidane est, à mon sens, le numéro un



parmi les gardiens présents au Maroc pour la CAN. Le fait qu'il n'ait disputé qu'un seul match face à l'Ouganda n'a aucune importance. Il a montré sa personnalité et sa capacité à gérer de grandes rencontres. Il est professionnel et très à l'aise, comme s'il jouait régulièrement avec l'équipe nationale ».

L'Algérie parmi les sélections les plus en finale de la CAN présentes



La sélection nationale algérienne s'est hissée dans le classement des équipes africaines ayant disputé le plus de finales de la Coupe d'Afrique des Nations à travers l'histoire. Les « Verts » occupent la 6e position, ayant disputé 3 finales. La première remonte à 1980, face au Nigeria, match qui s'était soldé par une victoire 3-0 des Nigériens. La deuxième finale, également contre le Nigeria, s'est tenue au stade du 5 Juillet, où les Algériens, dirigés par Abdelhamid Kermali – que Dieu ait son âme – s'étaient imposés 1-0 grâce à un but de Wagani. La troisième et dernière finale fut celle de 2019, où l'équipe d'Abdelmadjid Boulmazi (Bélmadi) a battu le Sénégal 1-0 pour décrocher le titre continental. En tête de ce classement historique figure l'Égypte, avec 10 finales disputées et 7 titres remportés, suivie par le Ghana avec 9 finales, le Nigeria avec 8, le Cameroun avec 7, puis la Côte d'Ivoire avec 5 finales.

L'Algérie ne sortira pas dès le premier tour selon Moussa Niakhaté

Le défenseur central sénégalais Moussa Niakhaté, international et joueur de l'AS Lyon, a placé la sélection nationale algérienne parmi les favoris pour passer le premier tour de la Coupe d'Afrique des Nations 2025, soulignant que l'élimination des « Verts » pour la troisième fois consécutive au stade des poules est tout simplement

impensable. Dans des propos relayés par la presse, Niakhaté a déclaré : « L'Algérie ne sera pas éliminée dès le premier tour trois fois d'affilée. On dit souvent que les malheurs ne viennent jamais seuls, mais je connais mes amis algériens. Ils ne sont pas très portés sur les proverbes, mais c'est un peuple formidable, et ces hommes ont du cœur ».



La CAN 2025 débute ce soir

Les Verts en quête de rachat et pourquoi pas étoile d'une troisième

La 35^e édition de la Coupe d'Afrique des nations de football donnera son coup d'envoi ce soir. La compétition, organisée par le Maroc, se déroulera du 21 décembre 2025 au 18 janvier 2026, avec la participation de 48 sélections, dont l'équipe nationale algérienne, qui s'apprête à disputer sa 21^e CAN.

RANIA. K

la page

Les Verts ambitionnent d'ouvrir une nouvelle page dans cette compétition renouvelée et de signer un retour en force sur la scène africaine, après deux échecs consécutifs lors des dernières éditions : la CAN-2022 au Cameroun et la CAN-2024 en Côte d'Ivoire, des éliminations douloureuses devenues presque un complexe pour le football algérien.

Une volonté affirmée de tourner

Malgré la profonde déception laissée par ces deux campagnes infructueuses, les coéquipiers du capitaine Riyad Mahrez abordent cette édition avec une grande détermination. Forts d'un effectif remanié, ils sont animés par la volonté de rattraper le retard accumulé et de prouver que ces contre-performances ne reflètent en rien la véritable valeur de la sélection nationale. L'équipe nationale a rallié le Maroc avant-

hier vendredi, avec une liste de 28 joueurs, dont plusieurs disputent leur première Coupe d'Afrique des nations, tandis que 16 éléments avaient déjà pris part à la précédente édition organisée en Côte d'Ivoire.

Un groupe relevé et des débuts attendus

L'Algérie évoluera dans le groupe E, en compagnie du Burkina Faso, principal concurrent pour la première place, ainsi que des sélections du



Soudan et de la Guinée équatoriale.

Les Verts entameront leur parcours mercredi prochain face au Soudan, à partir de 16h00, dans un match où une entrée en matière réussie s'impose afin d'éviter toute pression supplémentaire pour la suite du tournoi.

La rencontre face aux « Étalons » du Burkina Faso, programmée pour le dimanche 28 décembre à 18h30, s'annonce comme le choc décisif du groupe et un rendez-vous clé dans la course à la

première place.

Une préparation mesurée mais rassurante

Sur le plan de la préparation, le staff technique s'est contenté de deux matchs amicaux disputés au mois de novembre dernier à Djeddah. Les Verts se sont imposés face au Zimbabwe (3-1) lors de la première rencontre, avant de confirmer contre l'Arabie saoudite (2-0). Ces deux tests ont permis d'apporter certains ajustements tactiques et de renforcer

la confiance au sein du groupe à l'approche de ce rendez-vous continental majeur.

Un véritable test pour Petković

Cette édition représente un véritable examen pour le sélectionneur national, Vladimir Petković, appelé à imposer la personnalité du onze algérien sur le terrain, à tourner définitivement la page des deux dernières désillusions et, pourquoi pas, à renouer avec les joies du sacre continental.

Il affrontera le Soudan avec ses onze types

Les Verts à l'heure de la reconquête africaine

L'équipe nationale algérienne séjourne actuellement à Marrakech, où elle met la dernière main à sa préparation en vue de sa première confrontation face au Soudan. Vladimir Petković est bien conscient que se fixer comme simple objectif la qualification pour le deuxième tour ne satisfait ni les supporters des Verts, ni même les joueurs, qui ont clairement en tête le retour avec le trophée continental, ou à défaut une place sur le podium final.

En se référant aux images et vidéos diffusées par la Fédération algérienne de football durant la phase de préparation au Centre technique de Sidi Moussa, l'ambiance de travail, la cohésion et la fraternité qui règnent au sein du groupe sont de bon augure. Tout cela laisse espérer une compétition réussie, à condition que le choix du onze de départ ne crée ni frustration ni sentiment d'injustice chez les joueurs appelés à débiter sur le banc, du poste de gardien jusqu'à l'attaquant de pointe.

Un onze déjà arrêté en Algérie

Selon les échos, Petković aurait déjà arrêté son équipe-type en Algérie et s'emploie désormais à la peaufiner afin qu'elle soit capable d'arracher une victoire convaincante face au Soudan, tant sur le plan du jeu que du résultat. Un succès inaugural permettrait d'insuffler un capital confiance important aux joueurs, d'autant plus que décrocher les trois points dès la première rencontre équivaut quasiment à poser un pied en huitièmes de finale.

Il faut rappeler que les Verts n'ont plus remporté de match d'ouverture en Coupe d'Afrique des nations depuis 2019, et qu'ils n'ont plus gagné le moindre match en phase finale depuis leur succès face au Sénégal lors de la finale du Caire.

Une situation plus confortable qu'en 2019

La situation de Petković lors de cette CAN semble plus favorable que celle de Djamel Belmadi au début de l'édition 2019, pourtant couronnée par un titre. Elle le serait encore davantage en cas de victoires lors des deux

premières rencontres face au Soudan et au Burkina Faso. Un tel scénario permettrait au sélectionneur de ménager ses cadres lors du troisième match contre la Guinée équatoriale, en alignant une équipe remaniée. Cependant, il est quasiment acquis que Petković procédera à des changements entre la première et la deuxième rencontre, au minimum deux joueurs, même en cas de large victoire contre le Soudan.

Une concurrence intense à plusieurs postes

Certains postes obligeront le technicien suisse à faire tourner son effectif. C'est notamment le cas du poste de latéral droit, où la concurrence est féroce entre Youcef Atal, Mohamed Farsi (Boulgali) et Cherki, trois options de grande qualité. Même constat au poste de meneur de jeu, disputé entre Ibrahim Maza et Himad Abdelli, ce dernier pouvant créer la surprise et s'imposer comme l'une des révélations du tournoi. Sur l'aile droite, le choix sera également délicat

entre le capitaine Riyad Mahrez et Anis Hadj Moussa, deux profils capables de faire la différence à tout moment.

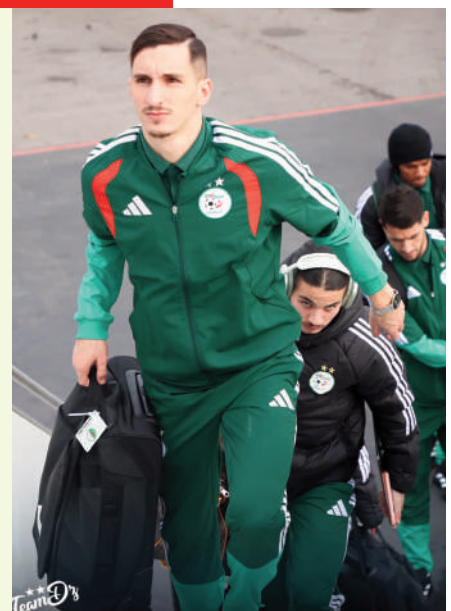
Une vitrine pour les recruteurs

Les joueurs savent pertinemment que la Coupe d'Afrique des nations constitue une vitrine majeure pour les recruteurs. Tous gardent en mémoire le parcours d'Ismaël Bennacer en 2019 : arrivé au Caire comme joueur méconnu évoluant à Empoli, alors relégué en Serie B, il est reparti auréolé d'un statut international qui lui a ouvert les portes de l'AC Milan.

À l'inverse, les éliminations précoces lors des deux dernières éditions n'ont offert aucune opportunité de progression ou de transfert aux joueurs algériens.

Un soutien populaire attendu

Bien que la présence des supporters algériens ne soit pas encore massive pour des raisons connues de tous, leur nombre devrait largement dépasser celui des adversaires durant la



phase de groupes. Ils devraient même constituer la deuxième plus forte affluence après les supporters du pays organisateur. L'afflux des fans devrait s'intensifier dès que les Verts franchiront le premier tour avec autorité et mérite.

Une odeur de sacre déjà perceptible

En 2019, lors du stage de

préparation au Qatar avant le départ pour le Caire, les supporters avaient déjà senti que « l'odeur du sacre » se rapprochait. Une sensation similaire semble se dégager aujourd'hui. Aucun joueur ne pense à autre chose qu'au retour avec le troisième titre continental pour le pays du football : l'Algérie.

LYDIA. K

Abdelli promet un visage conquérant à la CAN

Petković ajuste les derniers réglages, la volonté de briller est bien présente

La délégation de l'équipe nationale algérienne est arrivée avant-hier vendredi sur le sol marocain afin de prendre part à la phase finale de la Coupe d'Afrique des nations 2025. Une mission porteuse des espoirs de millions de supporters algériens, qui rêvent de voir leur sélection renouer avec l'exploit et décrocher un nouveau sacre continental, après deux échecs consécutifs lors des éditions du Cameroun 2021 et de la Côte d'Ivoire 2023, conclues par une élimination dès le premier tour sans la moindre victoire.

Une situation qui offre aujourd'hui aux hommes de Vladimir Petković l'opportunité d'effacer le passé et d'afficher un visage conquérant lors de cette nouvelle édition.

Une arrivée sous de bons auspices

La délégation des Verts a été conduite par le président de la Fédération algérienne de football, Walid Sadi, accompagné de l'ensemble du staff technique et médical, ainsi que des joueurs, à leur tête le capitaine Riyad Mahrez. L'avion transportant la sélection nationale a atterri aux alentours de 19h00, dans des conditions climatiques idéales, similaires à celles laissées en Algérie. Un facteur jugé positif pour l'équipe, qui évitera ainsi les contraintes liées à la chaleur et aux conditions difficiles souvent rencontrées dans certains pays du continent africain, renforçant l'optimisme des supporters quant à une participation réussie.

Début du travail à Rabat

La sélection nationale a entamé ses entraînements hier samedi en prévision de la première rencontre prévue mercredi face au Soudan. Le sélectionneur national, Vladimir Petković, assisté de son staff, a commencé à apporter les dernières retouches à l'équipe appelée à disputer cette confrontation, notamment après l'important travail physique effectué au Centre technique de Sidi Moussa.

Cette préparation spécifique a concerné en particulier les joueurs ayant manqué de temps de jeu ces dernières semaines, à l'image de Riyad Mahrez, Baghdad Bounedjah et d'autres

éléments évoluant dans les championnats arabes. Le préparateur physique des Verts avait ainsi mis en place un programme adapté afin de garantir une condition optimale à l'ensemble de l'effectif à l'entame du rendez-vous continental.

Accent sur l'aspect tactique

Lors des dernières séances, Petković compte accorder une importance particulière au volet tactique, d'autant que le temps ne joue pas en sa faveur pour installer un équilibre parfait entre les joueurs. Plusieurs séances vidéo ont été programmées afin d'analyser les points forts et les faiblesses de la sélection soudanaise, premier adversaire des coéquipiers de Riyad Mahrez. Parallèlement, des exercices tactiques spécifiques sont au

avec le maximum de concentration et de réactivité, conditions indispensables pour réussir une entrée en matière convaincante.

Abdelli affiche son optimisme

Par ailleurs, l'international algérien et milieu de terrain du SCO Angers, Himad Abdelli, a été le premier joueur à rejoindre le Maroc, suite à un appel de la Fédération algérienne de football pour remplacer Houssem Aouar, contraint de quitter le stage des Verts en raison d'une blessure. Abdelli s'est rendu directement avant-hier à Rabat, où il a été pris en charge par un représentant de la FAF, qui a facilité toutes les démarches avant l'arrivée du reste de la délégation nationale. Le joueur a exprimé sa grande confiance en le groupe algérien et en sa



précédentes éditions.

« Nous pouvons surprendre plus d'une sélection »

Dans des déclarations accordées au site Foot Mercato, Abdelli est revenu sur les éliminations précoces des Verts lors des deux dernières CAN, reconnaissant la difficulté de ces échecs pour les joueurs comme pour les supporters.

« Nous pourrions surprendre plus d'une sélection lors de cette Coupe d'Afrique des nations. Naturellement, quand on se rappelle les deux dernières éditions, nous avons été éliminés dès la phase de groupes, ce qui a été très dur pour nous en tant que groupe, joueurs et pour un pays sacré champion d'Afrique il y a seulement quelques années », a-t-il déclaré. Et d'ajouter : « Aujourd'hui, la situation est différente. Il y a eu beaucoup de changements

au sein de la sélection nationale. Beaucoup de gens s'attendent à nous voir sortir dès le premier tour, mais c'est justement là que notre rôle commence. À nous de les surprendre et d'effacer ces données, afin d'afficher le meilleur visage possible. Je pense qu'au Maroc, avec les conditions entourant la compétition, nous avons toutes les chances de bien faire. »

Le programme des Verts

Pour rappel, l'équipe nationale algérienne affrontera le Soudan mercredi prochain 24 décembre à partir de 16h00, avant de croiser le Burkina Faso le dimanche 28 décembre à 18h30. Les Verts boucleront la phase de groupes face à la Guinée équatoriale le mercredi 31 décembre à 17h00. L'ensemble des rencontres se déroulera au stade Moulay Hassan de Rabat.



programme pour permettre à l'équipe de s'adapter aux différentes situations de jeu et d'aborder la compétition

capacité à créer la surprise lors de cette CAN, malgré les prestations décevantes enregistrées lors des deux

La première phase finale a eu lieu en 1957

CAN 2025... Les chiffres qui racontent l'histoire

À quelques heures du coup d'envoi de la 35^e édition de la Coupe d'Afrique des Nations (CAN 2025), prévue du 21 décembre 2025 au 18 janvier 2026, tour d'horizon des chiffres et records marquants de la compétition reine du football africain.

Par : Salim. D

0 – Aucune équipe n'effectuera ses débuts lors de cette phase finale de la CAN 2025. Les 24 nations présentes ont déjà pris part, au moins une fois, à ce grand événement du football continental, bien que le Botswana et les Comores y soient pour la deuxième fois.

1 – Kennedy Mweene, gardien de but de la Zambie,



détient le record d'être le seul portier à avoir marqué à la CAN, ayant réussi un penalty lors d'un match nul 1-1 contre le Nigeria en phase de groupes en 2013. La Zambie, qui avait remporté le titre précédent, n'a pas réussi à le garder.

2 – L'attaquant égyptien Hassan El-Shazly détient le record du plus grand nombre de triplés marqués en Coupe d'Afrique des Nations, avec deux réalisations, l'une en 1963 et l'autre en 1970.

3 – Le Ghanéen Charles Gyamfi et l'Egyptien Hassan Shehata sont les deux entraîneurs à avoir remporté la trophée de la CAN à trois

reprises.

3 – L'Egypte est la seule nation à avoir remporté la CAN lors de trois tournois consécutifs, en 2006, 2008 et 2010.

5 – Laurent Pokou détient le record du plus grand nombre de buts inscrits lors d'un seul match de CAN, avec cinq réalisations pour la Côte d'Ivoire lors d'une victoire 6-1 contre l'Ethiopie en 1970.

6 – Quatre joueurs ont marqué lors de



et 4e en 1982 et 2010

8 – Le record du nombre de participations à la CAN en tant que joueur est détenu par le Camerounais Rigobert Song, l'Egyptien Ahmed Hassan, le Ghanéen André Ayew et le Tunisien Youssef Msakni, chacun ayant pris part à huit éditions.

9 – Ndaye Mulamba, attaquant du Zaïre (aujourd'hui République Démocratique du Congo), a inscrit un



record de neuf buts durant la phase finale de la CAN en 1974, permettant ainsi à son équipe de gagner le championnat.

9 – Claude Leroy, un entraîneur français, détient le record du plus grand nombre de participations avec ses équipes à la CAN, ayant dirigé neuf éditions entre 1986 et 2017. Il a réussi à

amener six équipes différentes en phase finale : le Cameroun (à deux reprises), le Sénégal (à deux reprises), le Ghana, la RD Congo (à deux reprises), le Congo-Brazzaville et le Togo.

12 – Douze des 34 nations hôtes précédentes ont remporté la CAN sur leur sol : 1959 : République Arabe Unie 1962 : Ethiopie 1963 : Ghana 1970 : Soudan 1978 : Ghana 1980 : Nigeria 1986 : Egypte 1990 : Algérie

1996 : Afrique du Sud 2004 : Tunisie 2006 : Egypte 2023 : Côte d'Ivoire 16 – Le joueur le plus jeune à avoir participé à une phase finale de la CAN est le Gabonais Shiva N'Zigou. Il était âgé de 16 ans et 93 jours lorsqu'il a pris part à la Coupe d'Afrique des Nations 2000 en Afrique du Sud.



17 – La Tunisie détient le record du plus grand nombre de participations consécutives à la CAN. L'Algérie sera à sa 21e participation. 18 – Le Camerounais Samuel Eto'o détient le record du plus grand nombre de buts inscrits en phase finale de la CAN, avec 18 réalisations en 29 matchs répartis sur six tournois entre

Seychelles, la Somalie et le Soudan du Sud n'ont jamais été présents.

111 – L'Egypte détient le record du plus grand nombre de matchs disputés en phase finale de la CAN. La Côte d'Ivoire (106), le Ghana (105) et le Nigeria (104) sont les autres nations ayant dépassé le cap des 100 matchs. L'Egypte



2000 et 2010. 26 – Avec 26 matchs joués en phase finale de la CAN, l'Egypte est la nation ayant le plus de participations, un de plus que la Côte d'Ivoire qui occupe la deuxième place. Le Ghana, avec 24 participations, se retrouve troisième.

44 – Le joueur le plus âgé à avoir participé à la CAN est le gardien de but égyptien Essam El-Hadary, qui avait 44 ans et 21 jours lorsqu'il a joué contre le Cameroun en 2017.

44 – Parmi les 54 nations africaines, 44 ont déjà participé aux phases finales de la CAN. En effet, la République centrafricaine, le Tchad, Djibouti, l'Erythrée, Eswatini, le Lesotho, São Tomé-et-Principe, les

détient également les records du plus grand nombre de matchs gagnés (60) et du plus grand nombre de buts inscrits (175).

119 – Les phases finales de 2023 ont établi un nouveau record avec 119 buts inscrits, dépassant l'ancien record de 102 buts enregistré en 2019. Ces deux éditions ont rassemblé 24 équipes. Le tournoi de 1962 demeure celui avec la plus forte moyenne de buts par match, atteignant 4,50, tandis que celui de 1988 détient le record du plus faible avec seulement 1,44 but par match.

1957 – La première phase finale de la CAN a eu lieu en 1957 et a réuni seulement trois équipes : l'Egypte, l'Ethiopie et le Soudan.

Maroc - les Comores

Le Congolais Ndala désigné pour arbitrer le match d'ouverture

La Confédération africaine de football (CAF) a désigné l'arbitre congolais Jean-Jacques Ndala (38 ans) pour diriger le match d'ouverture de la Coupe d'Afrique des nations, prévu ce dimanche soir, entre la sélection marocaine, pays hôte de la compétition, et les Comores, pour le compte du groupe A.

Ndala figure parmi les meilleurs arbitres du continent africain au cours des deux dernières années. Il a officié lors de nombreuses affiches de haut niveau dans différentes compétitions continentales, dont la rencontre ayant opposé récemment le Petro Atlético d'Angola à l'Espérance sportive de Tunis, lors de la deuxième journée de la Ligue des champions de la CAF. À l'issue de cette confrontation, le club tunisien avait vivement critiqué certaines décisions prises par l'arbitre congolais.

Une ascension progressive vers l'élite arbitrale africaine

Jean-Jacques Ndala a gravi les échelons avec patience et rigueur pour s'imposer aujourd'hui parmi l'élite de l'arbitrage africain. Après avoir débuté dans le championnat local, il a été inscrit sur la liste des arbitres internationaux de la FIFA en 2013. Depuis, il est devenu un habitué des grands rendez-vous, notamment le barrage



qualificatif pour la Coupe du monde 2022 entre le Sénégal et l'Égypte. L'arbitre congolais a également officié lors des compétitions majeures de la scène internationale. Il fait partie des arbitres présélectionnés par la FIFA pour la Coupe du monde 2026 et a récemment pris part à la Coupe du monde des clubs disputée aux États-Unis.

Une présence arabe à la VAR

L'arbitrage arabe sera également représenté lors de ce match d'ouverture par le

Mauritanien Dahane Beida, désigné comme arbitre assistant vidéo (VAR). Ce dernier avait déjà dirigé la finale de la précédente édition de la Coupe d'Afrique des nations entre la Côte d'Ivoire et le Nigeria. Il sera ainsi au rendez-vous du coup d'envoi de cette nouvelle édition de la CAN, qui s'annonce particulièrement attractive au regard de la valeur des sélections engagées et de l'ampleur des préparatifs déployés par les autorités marocaines pour assurer le succès de l'événement.

CAN 2025

L'Afrique du Nord en quête d'une nouvelle consécration



L'Algérie a été la dernière nation nord-africaine à remporter le trophée de la CAN en 2019 en Égypte, après un succès face aux Sénégal (1-0) en finale disputée au stade international du Caire. Un deuxième titre dans la compétition après un premier succès glané en 1990 à Alger. Avant le triomphe de l'Algérie, l'attente de l'Afrique du Nord durait presque une décennie, la dernière victoire d'une équipe de cette partie du continent remontant en 2010 lorsque l'Égypte soulevait son dernier trophée de la CAN, soit le troisième consécutif en Angola. Le pays des Pharaons totalise 7 trophées au total, ce qui en fait la nation la plus titrée de la compétition.

Les Verts qui visent un troisième titre africain à la CAN 2025, doivent d'abord vaincre le Burkina Faso, la Guinée équatoriale ainsi qu'une courageuse équipe du Soudan dans un Groupe E très imprévisible. Les Égyptiens, quant à eux, feront face à une rude bataille contre l'Afrique du Sud dans le groupe B. Ils auront à cœur de prendre leur revanche sur les Bafana Bafana, leurs bourreaux en huitième de finale en 2019 à domicile. Outre les champions d'Afrique de 1996, les égyptiens

défieront l'Angola, une équipe qui connaît une montée en puissance et le Zimbabwe.

Dans le groupe C, la Tunisie affrontera les Super Eagles qui ont échoué en finale en Côte d'Ivoire l'année dernière, ainsi que les co-organisateurs de 2027, l'Ouganda et la Tanzanie, qui porteront haut les couleurs de la région de l'Afrique de l'Est lors de la compétition de cette année.

Le pays hôte de la CAN 2025 est logé dans une poule A difficile en compagnie du Mali, puissante nation de football d'Afrique de l'Ouest, de la Zambie, vainqueur de la compétition en 2012 et des Comores, une équipe imprévisible qui fait sa deuxième apparition dans la compétition.

Pour rappel, la 35e édition de la CAN se déroulera du 21 décembre 2025 au 18 janvier 2026. Une compétition au cours de laquelle 24 nations africaines se disputeront le trophée le plus prestigieux d'Afrique, actuellement détenu par un pays d'Afrique de l'Ouest, les Eléphants de la Côte d'Ivoire.

Palmarès des équipes d'Afrique du Nord à la CAN depuis 1957: Algérie (1990, 2019) Égypte (1957, 1959, 1986, 1998, 2006, 2008, 2010) Maroc (1976) Tunisie (2004).

CAN 2025

La liste des arbitres sélectionnés pour le tournoi

La liste des arbitres retenus pour officier lors de la Coupe d'Afrique des Nations CAN 2025, qui se déroulera du 21 décembre au 18 janvier prochain.

Arbitres centraux: Ghorbal Mustapha (Algérie), Djindo Louis Hounnandande (Bénin), Mdabihawenimana Pacifique (Burundi), Nfere Aboub Abdoul (Cameroun), Alhadji Allalou Mahamat (Tchad), Messie Jessie Oved N. Moutouo (Congo), Kpan Clement Franklin (Côte d'Ivoire), Ndala Ngambo Jean-Jacques (RD Congo), Mohamed Mansour Maarouf (Égypte), Amin Mohamed Omar (Égypte), Atcho Pierre Ghislain (Gabon), Mebiam Patrice Tanguy (Gabon), Daniel Nii Ayi Laryea (Ghana), Kamaku Peter

Waweru (Kenya) Traore Boubou (Mali), Abdel Aziz Bouh (Mauritanie), Dahane Beida (Mauritanie), Herallal Ahmed Imthaz (Maurice), Jalal Jayed (Maroc), Kach Grafe Mustapha (Maroc) Uwikunda Samuel (Rwanda), Issa Sy (Sénégal), Omar Abdulkadir Artan (Somalie), Abongile Tom (Afrique du Sud), Mahmood Ali Mahmood Ismail (Soudan), Mehrez Melki (Tunisie), Shamira Nabadda (Ouganda).

Arbitres assistants: Abbes Akram Zerhouni, Adel Abane (Algérie), Jerson Emiliano Dos Santos, Lopes Ivanildo Meirelles de O Santos (Angola), Ayimavo Aymar Ulrich Eric (Benin), Elvis Guy Noupue Nguégoue, Carine Fomo Atezambong (Cameroun), Styven Danek Moutsassi, Malondi Chany Yanes (Congo), Liban Abdoulrazack Ahmed (Djibouti), Nguila Guylain, Mbilizi Mwanya Gradel (RD Congo), Ahmed Hossameldin Tahar, Mahmoud Ahmed K. Abouelregal (Égypte), Ditsoga Boris Marlaise, Amos B Abaigne Ndong (Gabon), Gilbert Cheruiyot Kipkoech, Yiembe Stephen Eleazar Onyango (Kenya), Souru Phatsoane (Lesotho) Dimbiniaina Andrianarivelo (Madagascar), Modibo Samake (Mali), Zakaria Brinsi, Akarkad Mostafa (Maroc), Arsenio Chadreque Maringule (Mozambique), Dos Reis Monte Negro Abelmiro (Sao Tomé Principauté), Nouha Bangoura (Sénégal), Siwela Zakhele Thusi Granville (Afrique du Sud), Ahonto Koffi Jonathan (Togo), Hassani Khalil (Tunisie), Mohamed Abdallah Ibrahim (Soudan), Diana Chikotesha (Zambie).

L'Algérie brille naturellement lors des CAN disputées en terres arabes

L'équipe nationale algérienne aborde la Coupe d'Afrique des nations 2025, organisée au Maroc, avec un atout moral non négligeable : son éclat naturel lors des éditions disputées dans les pays arabes, en Afrique du Nord plus précisément.

Une constante historique qui a souvent été synonyme de grandes performances et de consécration pour les Verts.

La plus prestigieuse compétition africaine des sélections se déroulera du 21 décembre 2025 au 18 janvier 2026. L'Algérie évoluera dans le groupe E, aux côtés du Burkina Faso, de la Guinée équatoriale et du Soudan. Les rencontres de cette poule se joueront toutes au stade Moulay Hassan de Rabat.

Les « Guerriers du désert » débiteront leur parcours face au Soudan le 24 décembre, avant d'affronter le Burkina Faso le 28 décembre, puis de conclure la phase de groupes contre la Guinée équatoriale, trois jours plus tard.

Effacer les dernières désillusions

Les coéquipiers du capitaine Riyad Mahrez chercheront, lors de cette CAN marocaine, à tourner définitivement la page des deux éliminations précoces enregistrées lors des précédentes éditions, au Cameroun puis en Côte d'Ivoire. Un objectif rendu plus crédible par le fait que la compétition se déroule hors des pays d'Afrique subsaharienne, où les conditions climatiques – chaleur extrême et forte humidité – ont souvent constitué un handicap pour les sélections nord-africaines.

Un bilan éclatant dans les CAN arabes

Historiquement, l'Algérie a



signé ses meilleures performances continentales lors des éditions disputées dans les pays arabes d'Afrique. Une réalité qui confirme le lien étroit entre le rayonnement des Verts et les compétitions organisées en Afrique du Nord, où les conditions climatiques, plus clémentes, favorisent l'expression du jeu et la performance.

Les Verts ont remporté deux titres continentaux sur ces terres. Le premier en 1990 à domicile, portés par une génération dorée emmenée par des figures emblématiques telles que le capitaine

Rabah Madjer, le regretté buteur Djamel Menad et le milieu de terrain combatif Chérif El-Ouazzani.

2019, un sacre fondateur en Égypte

L'Algérie a réédité cet exploit en 2019 en Égypte, sous la houlette du sélectionneur Djamel Belmadi. Une édition devenue emblématique dans l'histoire du football algérien, marquée par le parcours remarquable d'un groupe solide et conquérant, avec notamment Aïssa Mandi et ses partenaires, auteurs d'une CAN

référence.

Des résultats encourageants au fil de l'histoire

Outre ces deux sacres, l'Algérie a également réalisé d'autres performances notables lors des CAN disputées en terres arabes. Elle avait terminé troisième en 1988 au Maroc, quatrième en 1982 en Libye, et signé un parcours honorable lors de la CAN 2004 en Tunisie, atteignant les quarts de finale après avoir éliminé l'Égypte.

Un optimisme mesuré

mais réel

À chaque fois que la Coupe d'Afrique des nations se déroule dans un pays arabe, l'espoir renaît chez les supporters algériens. L'édition 2025 au Maroc ne fait pas exception. Les fans des Verts rêvent de voir leur sélection retrouver ce rayonnement naturel, effacer définitivement le traumatisme de deux éliminations consécutives dès le premier tour et, pourquoi pas, renouer avec les sommets du football africain.

Akram. K

Les records de la CAN depuis 1957

Les records de la Coupe d'Afrique des Nations CAN de football depuis la première édition en 1957 jusqu'à la CAN 2022 en Côte d'Ivoire. -Le meilleur buteur Avant d'être président de fédération, Samuel Eto'o a été le patron de la sélection camerounaise. L'attaquant passé par le FC Barcelone et l'Inter Milan est le recordman de buts inscrits à la CAN. Avec 18 buts au compteur en 29 matchs, il devance l'Ivoirien Laurent Pokou (14 buts en 12 matchs) et le Nigérian Rashid Yékini (13 buts en 20 matchs).

- Le meilleur buteur en finale En revanche, Samuel Eto'o n'a été buteur qu'une seule fois en finale, en 2000 contre le Nigeria. De nombreux joueurs ont marqué plus que lui à ce stade de la compétition, ils sont notamment neuf à avoir inscrit des doublés. Mais un se démarque, l'attaquant égyptien Mohamed Diab Al Attar, qui a inscrit un quadruplé lors de la finale de la toute première CAN en 1957.

Mention honorable tout de même au Nigérian Mudashiru Babatunde Lawal, qui a marqué deux buts lors de deux finales différentes (1980 et 1984), en plus de deux buts lors de la phase de groupe finale de la CAN 1976, qui s'est déroulée dans un format inhabituel. Ainsi que pour Pierre Ndaye Mulamba, qui a marqué un doublé en finale de la CAN 1974 pour le Zaïre, avant d'inscrire un nouveau doublé dans la finale rejouée 48h plus tard, car la première s'était terminée sur un match nul. Techniquement parlant, il a donc inscrit quatre buts en finale, lui aussi.

-Celui qui a joué le plus de matchs Rigobert Song domine le classement du nombre d'apparitions à la CAN avec 36 matchs joués dans le tournoi. En plus des quatre matchs dirigés en tant que sélectionneur à la tête du Cameroun.

- Ceux qui comptent le plus de participations En revanche, pour le nombre de participations au tournoi, Song partage son record avec trois autres joueurs. Tout

comme le défenseur camerounais, l'Égyptien Ahmed Hassan, le Ghanéen André Ayew et le Tunisien Youssef Msakni ont participé à huit CAN.

Rigobert Song a été sélectionneur du Cameroun pour la CAN 2023.

- Les hommes au plus gros palmarès Seuls deux joueurs peuvent se targuer d'avoir remporté quatre fois la CAN. Ce sont les Égyptiens Essam al-Hadary et Ahmed Hassan. Ils ont participé à l'incroyable triplé des Pharaons en 2006, 2008 et 2010. Avant ça, ils avaient déjà remporté le trophée en 1998. Côté sélectionneurs, le Ghanéen Charles Kumi Gyamfi et l'Égyptien Hassan Shehata ont remporté à trois reprises le trophée.

- Le joueur le plus âgé à avoir disputé un match Le gardien Essam al-Hadary n'a pas fait que remporter quatre CAN avec l'Égypte. Il a aussi gardé les buts des Pharaons pendant de très longues années, jusqu'en 2017 où il a joué à l'âge de 44 ans et 21 jours. En tant que gardien, il

n'avait pas vraiment de quoi devenir le plus vieux buteur du tournoi. Ce titre revient à un autre Égyptien, Hossam Hassan, qui a marqué contre la RD Congo à la CAN 2006 en quarts de finale à l'âge de 39 ans, 5 mois et 24 jours.

-Meilleur buteur sur une seule CAN et sur un seul match Voilà un record qu'il sera difficile d'aller décrocher, celui des 9 buts inscrits par le Congolais Ndaye Mulamba pendant la CAN 1974. Il a toutefois été aidé avec une finale qui s'est jouée deux fois, ce qui lui a permis de marquer deux doublés avec les Léopards du Zaïre. Un record que l'Ivoirien Laurent Pokou aurait pu obtenir grâce à un match extraordinaire contre l'Éthiopie remporté 6-1 en 1970, lors duquel il a inscrit cinq buts à lui tout seul. C'est le record de buts sur un seul match dans la compétition. Sur cette édition, il aura inscrit "seulement" huit buts, pas de quoi surpasser Mulamba.

Akram. K

MAHREZ, HAKIMI ET SALAH

Qui sera le "Fierté des Arabes" à la CAN 2025 ?

Tous les regards se tournent vers le trio arabe Riyad Mahrez (Algérie), Achraf Hakimi (Maroc) et Mohamed Salah (Égypte) pour savoir qui sera la "Fierté des Arabes" lors de la Coupe d'Afrique des Nations 2025, qui se déroulera au Maroc du 21 décembre 2025 au 18 janvier 2026.

Un trio de stars africaines reconnues

Le point commun entre Mahrez, Hakimi et Salah ? Chacun d'eux a remporté au moins une fois le titre de Meilleur joueur africain : Mahrez en 2016, Salah en 2017 et 2018, et Hakimi en 2025. Cependant, Mahrez se distingue par son parcours en CAN : il a remporté le tournoi avec l'Algérie lors de l'édition 2019 en Égypte, un exploit que ni Hakimi ni Salah n'ont encore réalisé malgré leurs nombreux titres individuels et succès en clubs.



se pose la question : qui sera la "Fierté des Arabes" en 2025 ? Mahrez et l'Algérie ? Hakimi et le Maroc ? Ou Salah et l'Égypte ? L'objectif ultime pour chacun est de mener son pays au sacre continental.

État de forme et préparation avant la CAN

Riyad Mahrez arrive en bonne condition physique avec l'Algérie, après sa dernière rencontre avec l'Al-Ahli d'Arabie Saoudite le 24 novembre contre Sharjah, perdue 0-1. Depuis, il n'a pas joué en raison de la pause du championnat saoudien liée à la Coupe du Monde des clubs 2025. Cette saison, Mahrez a participé à 19 matches, inscrit 4 buts et délivré 7 passes décisives, cumulant 11 contributions directes au score. La CAN 2025 sera sa sixième participation à la compétition.

Achraf Hakimi, quant à lui, arrive avec des doutes physiques et techniques à cause d'une blessure à la cheville contractée avec le Paris

Saint-Germain le 4 novembre dernier lors d'un match de Ligue des champions contre le Bayern Munich. Hakimi a été convoqué par Walid Regragui, sélectionneur du Maroc, pour mettre à profit son expérience et son talent, malgré sa récupération incertaine. Avant sa blessure, il avait disputé 14 matches, marqué 2 buts et délivré 3 passes décisives avec le PSG. La CAN 2025 sera sa quatrième participation avec le Maroc.

Mohamed Salah arrive avec un bilan mitigé en club. La saison en cours avec Liverpool a été difficile : temps de jeu limité, tensions avec l'entraîneur Arne Slot et exclusion de certaines rencontres de Ligue des champions. Toutefois, il a récemment participé en remplacement contre Brighton, délivrant une passe décisive, avant de rejoindre la sélection égyptienne pour sa cinquième CAN.

Qui décrochera le titre de



"Fierté des Arabes" ?

Historiquement, ce titre honorifique se disputait surtout entre Mahrez et Salah, mais Hakimi s'invite désormais dans la course. Il ne pourra le revendiquer que s'il mène son équipe à la victoire finale dans un tournoi organisé sur une terre arabe, le Maroc.

Mahrez possède l'expérience et des statistiques solides en CAN : 20 matches, 6 buts et 2 passes décisives. Il devra effacer les souvenirs des éliminations précoces en 2022 et 2024 et guider l'Algérie vers le troisième titre continental, pour s'adjuger le statut de "Fierté des Arabes".

Hakimi espère que son retour de blessure sera suffisant pour aider le Maroc à remporter la CAN pour la première fois depuis 1976 et décrocher, de fait, le titre symbolique de "Fierté des Arabes". Avec 13 matches, 3 buts et 2 passes décisives à son actif dans la compétition, il reste un atout majeur malgré les difficultés.

Salah, après deux finales perdues (2017 face au Cameroun et 2022 face au Sénégal), voit dans la CAN 2025 une opportunité de rédemption pour prouver que sa lumière n'est pas éteinte. Avec 19 matches, 7 buts et 4 passes décisives en CAN,

son objectif est de mener l'Égypte au titre, et

ainsi remporter également le label de "Fierté des Arabes".

Les groupes et adversaires des trois stars

Achraf Hakimi :

Groupe A – Maroc, Comores, Mali, Zambie

Mohamed Salah :

Groupe B – Égypte, Zimbabwe, Afrique du Sud, Angola

Riyad Mahrez :

Groupe E – Algérie, Soudan, Burkina Faso, Guinée équatoriale

La CAN 2025 sera donc l'occasion pour Mahrez, Hakimi et Salah d'inscrire leur nom dans l'histoire, de mener leurs nations vers la gloire africaine et, pour celui ou ceux qui soulèveront le trophée, de décrocher le prestigieux titre symbolique de "Fierté des Arabes".

Rania.k



Les entraîneurs africains en force à la 35^e édition

Les sélectionneurs africains seront en force lors de la 35^e édition de la Coupe d'Afrique des Nations CAN 2025 de football (21 déc-18 jan 2026), avec 14 techniciens contre 10 étrangers, dont la majorité sont du Vieux Continent, avec l'objectif de décrocher le graal.

La Côte d'Ivoire, défendra son titre acquis en 2023 à domicile, sous la houlette de son coach national Emerse Fae (Côte d'Ivoire), l'homme de la troisième consécration des Eléphants sur la scène africaine.

La sélection algérienne sera dirigée à la CAN-2025 par le technicien bosnien, Vladimir Petkovic, avec l'espoir de décrocher une troisième étoile africaine après les deux premières consécra-

en 1990 et 2019 sous la conduite de techniciens algériens, Abdelhamid Kermali et Djamel Belmadi. La filière européenne sera une nouvelle fois au rendez-vous de la CAN avec neuf sélectionneurs, dont trois belges, tandis que le continent sud-américain sera représenté par l'Argentin Miguel Gamondi, un ancien coach du CR Belouizdad. La liste des entraîneurs: 1- Afrique du Sud: Hugo Broos (Belgique) 2- Algérie: Vladimir Petkovic (Bosnie) 3- Angola: Patrice Beaumelle (France) 4- Burkina Faso: Brama Traoré (Burkina Faso) 5- Cameroun: David Pagou (Cameroun) 6- Maroc: Walid Regragui (Maroc) 7- Nigeria: Eric Chelle (Mali) 8- Mali: Tom Saintfiet (Belgique) 9- Ghana : Otto Addo (Ghana)

10- Côte d'Ivoire : Emerse Fae (Côte d'Ivoire) 11- RD Congo: Sébastien Desabre (France) 12- Tunisie: Sami Trabelsi (Tunisie) 13- Egypte : Hossam Hassan (Égypte) 14- Sénégal: Pap Thiaw (Sénégal) 15- Zambie: Moses Sichone (Zambie) 16- Cap Vert: Pedro Leitao Brito (Cap Vert) 17- Guinée-équatoriale: Juan Micha Obiang Bicogo (Guinée équatoriale) 18- Mozambique: Chiquinho Conde (Mozambique) 19- Tanzanie: Miguel Gamondi (Argentine) 20- Namibie: Collin Benjamin (Namibie) 21- Comores: Stefano Cusin (Italie) 22- Zimbabwe: Marian Mario Marinica (Roumanie) 23- Ouganda: Paul Put (Belgique) 24- Bénin: Gernot Rohr (Allemagne).

Serine.S

LES COACHS AFRICAINS A LA CAN 2025



Nom	Nationalité
CHIKUINDO CONDE	Guinée-équatoriale
DAVID PAGOU	Cameroun
WALID REGRAGUI	Maroc
ERIC CHELLE	Mali
EMERSE FAE	Côte d'Ivoire
HOSSAM HASSAN	Égypte
PAP THIAW	Sénégal
MOSES SICHONE	Zambie
SAMI TRABELSI	Tunisie
JUAN MICHA	Guinée-équatoriale
BRAMA TRAORÉ	Burkina Faso
THOMAS SAINTFIET	Belgique
OTTO ADDO	Ghana
Vladimir PETKOVIC	Bosnie
Patrice BEAUMELLE	France
Sébastien DESABRE	France
Stefano CUSIN	Italie
Marian MARIO MARINICA	Roumanie
Paul PUT	Belgique
Gernot ROHR	Allemagne
Hugo BROOS	Belgique
Miguel GAMONDI	Argentine
Collin BENJAMIN	Namibie
Moses SICHONE	Zambie
Pedro LEITAO BRITO	Cap Vert
Juan MICHA	Guinée-équatoriale
Chiquinho CONDE	Mozambique
Eric Chelle	Mali
David Pagou	Cameroun
Walid Regragui	Maroc
Emerse Fae	Côte d'Ivoire
Hossam Hassan	Égypte
Pap Thiaw	Sénégal
Moses Sichone	Zambie
Sami Trabelsi	Tunisie
Juan Micha	Guinée-équatoriale
Brama Traoré	Burkina Faso
Thomas Saintfiet	Belgique
Otto Addo	Ghana
Vladimir Petkovic	Bosnie
Patrice Beaumelle	France
Sébastien Desabre	France
Stefano Cusin	Italie
Marian Mario Marinica	Roumanie
Paul Put	Belgique
Gernot Rohr	Allemagne
Hugo Broos	Belgique
Miguel Gamondi	Argentine
Collin Benjamin	Namibie
Moses Sichone	Zambie
Pedro Leitao Brito	Cap Vert
Juan Micha Obiang Bicogo	Guinée équatoriale
Chiquinho Conde	Mozambique
Eric Chelle	Mali
David Pagou	Cameroun
Walid Regragui	Maroc
Emerse Fae	Côte d'Ivoire
Hossam Hassan	Égypte
Pap Thiaw	Sénégal
Moses Sichone	Zambie
Sami Trabelsi	Tunisie
Juan Micha	Guinée-équatoriale
Brama Traoré	Burkina Faso
Thomas Saintfiet	Belgique
Otto Addo	Ghana
Vladimir Petkovic	Bosnie
Patrice Beaumelle	France
Sébastien Desabre	France
Stefano Cusin	Italie
Marian Mario Marinica	Roumanie
Paul Put	Belgique
Gernot Rohr	Allemagne
Hugo Broos	Belgique
Miguel Gamondi	Argentine
Collin Benjamin	Namibie
Moses Sichone	Zambie
Pedro Leitao Brito	Cap Vert
Juan Micha	Guinée-équatoriale
Chiquinho Conde	Mozambique
Eric Chelle	Mali
David Pagou	Cameroun
Walid Regragui	Maroc
Emerse Fae	Côte d'Ivoire
Hossam Hassan	Égypte
Pap Thiaw	Sénégal
Moses Sichone	Zambie
Sami Trabelsi	Tunisie
Juan Micha	Guinée-équatoriale
Brama Traoré	Burkina Faso
Thomas Saintfiet	Belgique
Otto Addo	Ghana
Vladimir Petkovic	Bosnie
Patrice Beaumelle	France
Sébastien Desabre	France
Stefano Cusin	Italie
Marian Mario Marinica	Roumanie
Paul Put	Belgique
Gernot Rohr	Allemagne
Hugo Broos	Belgique
Miguel Gamondi	Argentine
Collin Benjamin	Namibie
Moses Sichone	Zambie
Pedro Leitao Brito	Cap Vert
Juan Micha	Guinée-équatoriale
Chiquinho Conde	Mozambique
Eric Chelle	Mali
David Pagou	Cameroun
Walid Regragui	Maroc
Emerse Fae	Côte d'Ivoire
Hossam Hassan	Égypte
Pap Thiaw	Sénégal
Moses Sichone	Zambie
Sami Trabelsi	Tunisie
Juan Micha	Guinée-équatoriale
Brama Traoré	Burkina Faso
Thomas Saintfiet	Belgique
Otto Addo	Ghana
Vladimir Petkovic	Bosnie
Patrice Beaumelle	France
Sébastien Desabre	France
Stefano Cusin	Italie
Marian Mario Marinica	Roumanie
Paul Put	Belgique
Gernot Rohr	Allemagne
Hugo Broos	Belgique
Miguel Gamondi	Argentine
Collin Benjamin	Namibie
Moses Sichone	Zambie
Pedro Leitao Brito	Cap Vert
Juan Micha	Guinée-équatoriale
Chiquinho Conde	Mozambique
Eric Chelle	Mali
David Pagou	Cameroun
Walid Regragui	Maroc
Emerse Fae	Côte d'Ivoire
Hossam Hassan	Égypte
Pap Thiaw	Sénégal
Moses Sichone	Zambie
Sami Trabelsi	Tunisie
Juan Micha	Guinée-équatoriale
Brama Traoré	Burkina Faso
Thomas Saintfiet	Belgique
Otto Addo	Ghana
Vladimir Petkovic	Bosnie
Patrice Beaumelle	France
Sébastien Desabre	France
Stefano Cusin	Italie
Marian Mario Marinica	Roumanie
Paul Put	Belgique
Gernot Rohr	Allemagne
Hugo Broos	Belgique
Miguel Gamondi	Argentine
Collin Benjamin	Namibie
Moses Sichone	Zambie
Pedro Leitao Brito	Cap Vert
Juan Micha	Guinée-équatoriale
Chiquinho Conde	Mozambique
Eric Chelle	Mali
David Pagou	Cameroun
Walid Regragui	Maroc
Emerse Fae	Côte d'Ivoire
Hossam Hassan	Égypte
Pap Thiaw	Sénégal
Moses Sichone	Zambie
Sami Trabelsi	Tunisie
Juan Micha	Guinée-équatoriale
Brama Traoré	Burkina Faso
Thomas Saintfiet	Belgique
Otto Addo	Ghana
Vladimir Petkovic	Bosnie
Patrice Beaumelle	France
Sébastien Desabre	France
Stefano Cusin	Italie
Marian Mario Marinica	Roumanie
Paul Put	Belgique
Gernot Rohr	Allemagne
Hugo Broos	Belgique
Miguel Gamondi	Argentine
Collin Benjamin	Namibie
Moses Sichone	Zambie
Pedro Leitao Brito	Cap Vert
Juan Micha	Guinée-équatoriale
Chiquinho Conde	Mozambique
Eric Chelle	Mali
David Pagou	Cameroun
Walid Regragui	Maroc
Emerse Fae	Côte d'Ivoire
Hossam Hassan	Égypte
Pap Thiaw	Sénégal
Moses Sichone	Zambie
Sami Trabelsi	Tunisie
Juan Micha	Guinée-équatoriale
Brama Traoré	Burkina Faso
Thomas Saintfiet	Belgique
Otto Addo	Ghana
Vladimir Petkovic	Bosnie
Patrice Beaumelle	France
Sébastien Desabre	France
Stefano Cusin	Italie
Marian Mario Marinica	Roumanie
Paul Put	Belgique
Gernot Rohr	Allemagne
Hugo Broos	Belgique
Miguel Gamondi	Argentine
Collin Benjamin	Namibie
Moses Sichone	Zambie
Pedro Leitao Brito	Cap Vert
Juan Micha	Guinée-équatoriale
Chiquinho Conde	Mozambique
Eric Chelle	Mali
David Pagou	Cameroun
Walid Regragui	Maroc
Emerse Fae	Côte d'Ivoire
Hossam Hassan	Égypte
Pap Thiaw	Sénégal
Moses Sichone	Zambie
Sami Trabelsi	Tunisie
Juan Micha	Guinée-équatoriale
Brama Traoré	Burkina Faso
Thomas Saintfiet	Belgique
Otto Addo	Ghana
Vladimir Petkovic	Bosnie
Patrice Beaumelle	France
Sébastien Desabre	France
Stefano Cusin	Italie
Marian Mario Marinica	Roumanie
Paul Put	Belgique
Gernot Rohr	Allemagne
Hugo Broos	Belgique
Miguel Gamondi	Argentine
Collin Benjamin	Namibie
Moses Sichone	Zambie
Pedro Leitao Brito	Cap Vert
Juan Micha	Guinée-équatoriale
Chiquinho Conde	Mozambique
Eric Chelle	Mali
David Pagou	Cameroun
Walid Regragui	Maroc
Emerse Fae	Côte d'Ivoire
Hossam Hassan	Égypte
Pap Thiaw	Sénégal
Moses Sichone	Zambie
Sami Trabelsi	Tunisie
Juan Micha	Guinée-équatoriale
Brama Traoré	Burkina Faso
Thomas Saintfiet	Belgique
Otto Addo	Ghana
Vladimir Petkovic	Bosnie
Patrice Beaumelle	France
Sébastien Desabre	France
Stefano Cusin	Italie
Marian Mario Marinica	Roumanie
Paul Put	Belgique
Gernot Rohr	Allemagne
Hugo Broos	Belgique
Miguel Gamondi	Argentine
Collin Benjamin	Namibie
Moses Sichone	Zambie
Pedro Leitao Brito	Cap Vert
Juan Micha	Guinée-équatoriale
Chiquinho Conde	Mozambique
Eric Chelle	Mali
David Pagou	Cameroun
Walid Regragui	Maroc
Emerse Fae	Côte d'Ivoire
Hossam Hassan	Égypte
Pap Thiaw	Sénégal
Moses Sichone	Zambie
Sami Trabelsi	Tunisie
Juan Micha	Guinée-équatoriale
Brama Traoré	Burkina Faso
Thomas Saintfiet	Belgique
Otto Addo	Ghana
Vladimir Petkovic	Bosnie
Patrice Beaumelle	France
Sébastien Desabre	France
Stefano Cusin	Italie
Marian Mario Marinica	Roumanie
Paul Put	Belgique
Gernot Rohr	Allemagne
Hugo Broos	Belgique
Miguel Gamondi	Argentine
Collin Benjamin	Namibie
Moses Sichone	Zambie
Pedro Leitao Brito	Cap Vert
Juan Micha	Guinée-équatoriale
Chiquinho Conde	Mozambique
Eric Chelle	Mali
David Pagou	Cameroun
Walid Regragui	Maroc
Emerse Fae	Côte d'Ivoire
Hossam Hassan	Égypte
Pap Thiaw	Sénégal
Moses Sichone	Zambie
Sami Trabelsi	Tunisie
Juan Micha	Guinée-équatoriale
Brama Traoré	Burkina Faso
Thomas Saintfiet	Belgique
Otto Addo	Ghana
Vladimir Petkovic	Bosnie
Patrice Beaumelle	France
Sébastien Desabre	France
Stefano Cusin	Italie
Marian Mario Marinica	Roumanie
Paul Put	Belgique
Gernot Rohr	Allemagne
Hugo Broos	Belgique
Miguel Gamondi	Argentine
Collin Benjamin	Namibie
Moses Sichone	Zambie
Pedro Leitao Brito	Cap Vert
Juan Micha	Guinée-équatoriale
Chiquinho Conde	Mozambique
Eric Chelle	Mali
David Pagou	Cameroun
Walid Regragui	Maroc
Emerse Fae	Côte d'Ivoire
Hossam Hassan	Égypte
Pap Thiaw	Sénégal
Moses Sichone	Zambie
Sami Trabelsi	Tunisie
Juan Micha	Guinée-équatoriale
Brama Traoré	Burkina Faso
Thomas Saintfiet	Belgique
Otto Addo	Ghana
Vladimir Petkovic	Bosnie
Patrice Beaumelle	France
Sébastien Desabre	France
Stefano Cusin	Italie
Marian Mario Marinica	Roumanie
Paul Put	Belgique
Gernot Rohr	Allemagne
Hugo Broos	Belgique
Miguel Gamondi	Argentine
Collin Benjamin	Namibie
Moses Sichone	Zambie
Pedro Leitao Brito	Cap Vert
Juan Micha	Guinée-équatoriale
Chiquinho Conde	Mozambique
Eric Chelle	Mali
David Pagou	Cameroun
Walid Regragui	Maroc
Emerse Fae	Côte d'Ivoire
Hossam Hassan	Égypte
Pap Thiaw	Sénégal
Moses Sichone	Zambie
Sami Trabelsi	Tunisie
Juan Micha	Guinée-équatoriale
Brama Traoré	Burkina Faso
Thomas Saintfiet	Belgique
Otto Addo	Ghana
Vladimir Petkovic	Bosnie
Patrice Beaumelle	France
Sébastien Desabre	France
Stefano Cusin	Italie
Marian Mario Marinica	Roumanie
Paul Put	Belgique
Gernot Rohr	Allemagne
Hugo Broos	Belgique
Miguel Gamondi	Argentine
Collin Benjamin	Namibie
Moses Sichone	Zambie
Pedro Leitao Brito	Cap Vert
Juan Micha	Guinée-équatoriale
Chiquinho Conde	Mozambique
Eric Chelle	Mali
David Pagou	Cameroun
Walid Regragui	Maroc
Emerse Fae	Côte d'Ivoire
Hossam Hassan	Égypte
Pap Thiaw	Sénégal
Moses Sichone	Zambie
Sami Trabelsi	Tunisie
Juan Micha	Guinée-équatoriale
Brama Traoré	Burkina Faso
Thomas Saintfiet	Belgique
Otto Addo	Ghana
Vladimir Petkovic	Bosnie
Patrice Beaumelle	France
Sébastien Desabre	France
Stefano Cusin	Italie
Marian Mario Marinica	Roumanie
Paul Put	Belgique
Gernot Rohr	Allemagne
Hugo Broos	Belgique
Miguel Gamondi	Argentine
Collin Benjamin	Namibie
Moses Sichone	Zambie
Pedro Leitao Brito	Cap Vert
Juan Micha	Guinée-équatoriale
Chiquinho Conde	Mozambique
Eric Chelle	Mali
David Pagou	Cameroun
Walid Regragui	Maroc
Emerse Fae	Côte d'Ivoire
Hossam Hassan	Égypte
Pap Thiaw	Sénégal
Moses Sichone	Zambie
Sami Trabelsi	Tunisie
Juan Micha	Guinée-équatoriale
Brama Traoré	Burkina Faso
Thomas Saintfiet	Belgique
Otto Addo	Ghana
Vladimir Petkovic	Bosnie
Patrice Beaumelle	France
Sébastien Desabre	France
Stefano Cusin	Italie
Marian Mario Marinica	Roumanie
Paul Put	Belgique
Gernot Rohr	Allemagne
Hugo Broos	Belgique
Miguel Gamondi	Argentine
Collin Benjamin	Namibie
Moses Sichone</	

COUPE D'AFRIQUE DES NATIONS

Une malédiction qui a résisté à cinq légendes

Mohamed Salah, star de la sélection égyptienne, rêve de sortir de la liste des légendes malchanceuses qui n'ont jamais remporté la Coupe d'Afrique des Nations, alors qu'il s'apprête à guider les "Pharaons" lors de la prochaine édition qui se tiendra entre décembre 2025 et janvier 2026 au Maroc.

Le joueur de Liverpool a participé régulièrement à la compétition au cours des huit dernières années. Ses meilleurs résultats : deux fois vice-champion – en 2017 contre le Cameroun (défaite 1-2) et en 2022 contre le Sénégal (perte aux tirs au but). Ce classement met en lumière cinq légendes qui ont pris leur retraite sans jamais soulever le trophée le plus prestigieux du continent africain.

Hassan El-Shazly – Le roi buteur sans couronne

L'Égyptien Hassan El-Shazly reste l'un des meilleurs joueurs arabes et africains de tous les temps. Meilleur buteur historique du championnat égyptien, il n'a jamais joué pour les deux grands clubs que sont Al Ahly et Zamalek. Il détient le meilleur ratio de buts par match en CAN : 12 buts en seulement 8 matches, répartis sur les éditions de 1963, 1970 et 1974. Malgré ce bilan impressionnant, El-Shazly n'a jamais été couronné champion, ce qui lui vaut une place dans la liste des légendes qui n'ont pas conquis le titre.

Laurent Pokou – Un attaquant ivoirien exceptionnel

Laurent Pokou est considéré comme l'un des meilleurs joueurs de l'histoire de la Côte d'Ivoire. Avec 14 buts en 12 matches sur quatre éditions (1968, 1970, 1974, 1980), il affiche un ratio exceptionnel de 1,17 but par match, mais n'a jamais remporté le trophée. Pokou est décédé à l'âge de 69 ans, laissant derrière lui un héritage immense sans titre continental.

Didier Drogba – L'Ivoirien malchanceux

Didier Drogba a également souffert d'une malédiction en CAN. Malgré une équipe ivoirienne très talentueuse – avec des stars comme Yaya Touré – et ses exploits avec Chelsea en Premier League, Drogba n'a jamais remporté la CAN : 11 buts en 24 matches sur cinq éditions. L'ironie : la Côte d'Ivoire a été sacrée un an après sa retraite internationale, le privant du trophée.

Asamoah Gyan – Sept participations, zéro titre

L'attaquant ghanéen Asamoah Gyan est l'un des meilleurs joueurs africains contemporains. Pourtant, il n'a jamais touché le sacre continental, malgré 7 participations consécutives entre 2008 et 2019. Il a disputé 31 matches et marqué 8 buts, avec pour meilleur résultat la deuxième place en 2010 et 2015.

Youssef Msakni – Un rêve tunisien inachevé

Youssef Msakni a marqué le football tunisien et africain par son talent. Prometteur dès ses débuts au Club Africain puis au Espérance Sportive de Tunis, il semblait destiné à un parcours prestigieux en clubs et avec la sélection tunisienne. Pourtant, malgré ses exploits et son influence sur le terrain, Msakni n'a jamais soulevé le trophée continental, rejoignant ainsi la liste des légendes frappées par la malédiction de la CAN. Ces cinq légendes illustrent que le destin de la CAN peut être cruel, même pour les plus grands joueurs africains et arabes. Mohamed Salah, en participant à la CAN 2025 au Maroc, a l'occasion de briser cette malédiction et de s'inscrire dans l'histoire en rejoignant le club très fermé des champions africains.

Fares. B

Les meilleurs buteurs de la compétition depuis la première édition en 1957

Les meilleurs buteurs de l'histoire des phases finales de la Coupe d'Afrique des Nations depuis la première édition de la compétition continentale disputée en 1957 au Soudan, à la veille du coup d'envoi de la 35 édition prévue du 21 décembre 2025 au 18 janvier 2026.

Samuel Eto'o (Cameroun) – 18 buts

Eto'o est le meilleur buteur de l'histoire des phases finales de la Coupe d'Afrique des Nations, avec 18 buts inscrits en 29 matches (0,62 but par match) lors de six participations entre 2000 et 2010. Il a remporté le titre avec le Cameroun lors de ses deux premières participations et a décroché le Soulier d'or à deux reprises (2006 et 2008) avec cinq buts à chaque édition. Sa carrière internationale s'est étendue sur 17 ans, durant lesquels il a inscrit 56 buts en 114 sélections, devenant le meilleur buteur de l'histoire des Lions Indomptables.

Laurent Pokou (Côte d'Ivoire) – 14 buts

Pokou a remporté le Soulier d'or à deux reprises lors de la CAN (1968 et 1970), inscrivant six buts lors de la première et huit lors de la seconde, dont cinq buts en un seul match face à l'Éthiopie, un record de la compétition. Il totalise 14 buts en 12 matches, soit une moyenne exceptionnelle de 1,17 but par match.

Rashidi Yekini (Nigeria) – 13 buts

Yekini a conduit le Nigeria au sacre continental en 1994 et a terminé vice-champion à trois reprises (1984, 1988 et 1990). Considéré comme l'un des plus grands attaquants de l'histoire du football nigérian, il a remporté le Soulier d'or et le trophée de meilleur joueur lors de l'édition 1994. Il a achevé sa carrière internationale avec 37 buts en 62 sélections, dont 13 buts en 20 matches de Coupe d'Afrique des Nations.

Hassan El-Chazly (Égypte) – 12 buts

El-Chazly détient la meilleure moyenne de buts parmi les grands buteurs, avec 12 réalisations en seulement huit matches (1,50 but par match). Il a participé à trois éditions (1963, 1970 et 1974). Lors de sa première participation, il a inscrit un triplé face au Nigeria et remporté le Soulier d'or grâce à ses six buts. Il a ajouté cinq autres buts lors de l'édition 1970, dont un triplé face à la Côte d'Ivoire, devenant ainsi le seul joueur à avoir réussi deux triplés en phases finales de la CAN.

Didier Drogba (Côte d'Ivoire) – 11 buts

Drogba est considéré comme l'un des meilleurs attaquants de sa génération au niveau mondial. Il a pris part à cinq éditions de la CAN et a inscrit 11 buts en 21 matches, soit une moyenne de 0,45 but par match. Membre du "génération dorée" ivoirienne, il n'est toutefois jamais parvenu à remporter le trophée, malgré deux finales perdues en 2006 et 2012. Il a terminé sa carrière internationale avec 65 buts en 105 sélections, devenant le meilleur buteur de l'histoire de la Côte d'Ivoire.

Hossam Hassan (Égypte) – 11 buts

Hossam Hassan a participé à sept éditions de la CAN et a remporté trois titres, espacés sur une période de 20 ans. Il a gagné son premier trophée en 1986 et a marqué 12 ans plus tard, contribuant à la victoire de l'Égypte face à l'Afrique du Sud (2-0). Il a terminé meilleur buteur de l'édition 1998 à égalité avec le Sud-Africain Benni McCarthy, avec sept buts. Son dernier but en CAN a été inscrit lors de l'édition 2006 face à la RD Congo (4-1) en quart de finale, sur la route d'un nouveau sacre. Il totalise 11 buts en 21 matches (0,52 but par match) et demeure le meilleur buteur de l'histoire de l'Égypte avec 69 buts en 177 sélections.

Patrick Mboma (Cameroun) – 11 buts

Mboma a été un élément clé de la sélection camerounaise sacrée championne d'Afrique en 2000 et 2002. Il a inscrit 11 buts en 17 matches (0,65 but par match) lors de quatre participations. Il a notamment réussi un triplé face au Zimbabwe en 2004, marqué en finale de la CAN 2000 contre le Nigeria (2-0), ainsi qu'un but décisif face à l'Égypte en quart de finale de l'édition 2002 (1-0). Karim. H



République Algérienne Démocratique et Populaire

Wilaya de M'sila
 Daira de AIN EL MELEH
 Commune de BIR FODDA
 N- FISCAL : 098428365038022

Avis d'Appel d'Offres National Ouvert avec exigence de capacités minimales

le président de L'Assemblée populaire communal de Bir fouda lance un avis d'Appel d'offres national ouvert pour la réalisation le projet suivant :

PROJET: Modernisation du stade municipal de Bir Fouda

Les entreprises intéressées par le présent avis peuvent retirer contre paiement de la somme 2000 DA le cahier des charges du bureau des marchés de la commune .

Les offres devront être obligatoirement accompagnées des pièces suivantes dument légalisées:

01- dossier de candidature

- 1- Déclaration de candidature, signée et datée
- 2- La déclaration de probité, signée et datée
- 3- les statuts particuliers de l'entreprise (copie).
- 4- Documents relatifs aux autorisations permettant aux individus d'engager l'organisation
- 5- Chaque document permet d'évaluer les capacités des contractants
- 6- Copie du certificat de qualification et classification professionnelle activité principale ou secondaire construction 2eme degré et plus.
- 7- registre commercial électronique

02 - dossier technique

- 1- Déclaration à souscrire, signée et datée.
- 2- Planning d'exécution des travaux , signée et datée et cachetée
- 3- tout document permettant d'évaluer l'offre technique un mémoire technique justificatif
- 4- Cahier des charges partout à la dernière page la mention manuscrite (lu et acceptée).
- 5- Attestation de paiement cnas + casnos + cacobath - valide
- 6- La liste des moyens humains
- 7- liste du matériel pour travaux à réaliser copie originale de l'expert ou copie dument par le même l'expert ou un notaire et huissier de justice (cartes d'immatriculation automobiles +certificats d'assurances de matériels mobiles copies)
- 8- Dans le cas d'un groupe d'établissements sous forme de coentreprise ou de partenariat, en plus des documents précédents , un contrat doit être fourni indiquant le pourcentage de chaque établissement

03 - dossier financier

- 1- La Lettre de soumission rempli , signée et cachetée.
 - 2- Devis estimatif et quantitatif rempli , signée et datée et cachetée
 - 3- Bordereau des prix unitaires rempli , signée et datée et cachetée
- Et doivent parvenir sous enveloppe Une enveloppe extérieure qui contiendra trois enveloppes séparées 1 une portant La mention **dossier de candidature** et l'autre **dossier technique** et l'autre **dossier financier** Cachetée et anonyme portant la mention suivante AVIS D'APPEL D'OFFRES .

Avis d'Appel d'Offres National Ouvert avec exigence de capacités minimales N° 06 /2025
PROJET: Modernisation du stade municipal de Bir Fouda
 (à n'ouvrir que par la commission d'ouverture des plis et d'évaluation des offres)

- La date limite de dépôt des offres est fixée de 15 jours à première parution dans les quotidiens nationaux ou bulletin officiel des marchés de l'opérateur public (BOMOP) .
- L'ouverture des plis se fera en séance publique le même jour ouvrable suivant la date limite du Dépôt des offres au siège de la commune à 11H00 .
- Les soumissionnaires resteront engagés par leur offres pendant une durée de 90 jours à compter de la limite de dépôt des offres.

N.B: Si ce jour coïncide avec un jour férié ou un jour de repos légal la date de dépôt des offres est prorogée jusqu'au jour ouvrable suivant .

AL MOUNASSER 21 Décembre 2025

ANEP 2516039727

REPUBLIQUE ALGERIENNE DEMOCRATIQUE ET POPULAIRE

WILAYA D'ADRAR
 DAIRA D'AOULEF
 COMMUNE D'AOULEF
 NIF : 040300921108890 .

APPEL D'OFFRES OUVERT AVEC EXIGENCE DE CAPACITES MINIMALES -DEUXIEME FOIS- N° : 08 /0252

Le président de l'assemblée populaire communal de la commune d'Aoulef lance un APPEL D'OFFRES AVEC EXIGENCE DE CAPACITES MINIMALES

— **Opération :** réalisation d'un groupement scolaire au quartier Haouari Boumediane classe 01 réparti sur 05 parts.
 Lot N°03 : Réalisation d'un bloc administratif+ salle polyvalente+ salle des profs+ salle de lecture et laboratoire d'informatique.

Tout soumissionnaire ou candidat qualifié, remplissant les conditions minimales suivantes :

- 1-Avoir un certificat de qualification et classification professionnelle en cours de validité ; catégorie deux (02) ou plus activité principale en Bâtiment
 - 2-Avoir un montant total des attestations de bonne exécution justifiée que l'entreprise a réalisée des projets dans le domaine de construction n'est pas inférieur à 12.000.000,00 DA .
- Il Peut, ou par son représentant désigné juridique à cet effet, retirer le cahier des charges auprès de : APC AOULEF après un versement de 5 000,00 DA, Tél : 049 32 76 91 - Fax : 049 32 77 55.

CONTENU DE L'OFFRE
Dossier de candidature

- 1- Une déclaration de candidature (Remplie, signée et cachetée).
- 2- Une déclaration de probité (Remplie, signée et cachetée).
- 3- Copie de registre de commerce
- 4-copie des statuts pour les sociétés
- 5-Certificat de qualification et classification professionnelle en cours de validité ; catégorie deux (02) ou plus activité principale en Bâtiment.
- 6-copie de Carte d'immatriculation fiscale
- 7- Avoir un montant total des attestations de bonne exécution justifiée que l'entreprise a réalisée des projets dans le domaine de construction n'est pas inférieur à 12.000.000,00 DA , durant les trois années (2022-2023-2024).

Offre technique : ce dossier contient

- 1-Une déclaration à souscrire (Remplie, signée et cachetée).
- 2-tout document permettant d'évaluer l'offre technique.
- 3- le cahier des charges portant à la dernière page, la mention manuscrite «lu et accepté» .
- 4- mémoire technique (Remplie, signée et cachetée).
- 5- planning et délai d'exécution des travaux datée et signée.
- 6-liste des moyens humains accompagnés des attestation ou diplômes et déclaration CNAS +attestation d'affiliation
- 7- liste du matériel accompagnés de carte grise et assurances pour le matériel roulant et facture d'achat pour le reste au certificat

Offre financière : ce dossier contient

- 1- la lettre de soumission (Remplie, signée et cachetée).
- 2- le bordereau des prix unitaires (BPU) (Rempli, signé et cacheté).
- 3- le détail quantitatif et estimatif (DQE) (Rempli, signé et cacheté).

PRESENTATION DES OFFRES CACHETÉES ET SCÉLÉES : Le dossier de candidature l'offre technique et l'offre financière sont insérés dans des enveloppes séparées et cachetées, indiquant :

- La dénomination de l'entreprise
 - La référence et l'objet de l'appel d'offre
 - La mention « dossier de candidature » « offre technique » ou « offre financière » selon le cas.
- Ces enveloppes sont mises dans une autre enveloppe cachetée et anonyme, comportant la mention :
- « À n'ouvrir que par la commission d'ouverture des plis et d'évaluation des offres » .
 - La référence et l'objet de l'appel d'offres.

Et sera déposée par le porteur à l'adresse : **APC AOULEF**

DUREE DE PREPARATION DES OFFRES. La durée de préparation des offres est fixée à dix (10) jours à compter du premier jour de la publication de l'appel d'offres dans le BOMOP ou la presse.

DATE ET HEURE LIMITE DE DEPOT DES OFFRES: sera le dernier jour de la durée de préparation des offres de 8:30h à 12h.

OUVERTURE DES PLS : L'ouverture des plis sera tenue, en séance publique, au siège de L'APC AOULEF le jour de dépôt des offres à treize heures (13h00) ; Si ce jour coïncide avec un jour férié ou un repos légal, la durée de la préparation des offres pour le jour ouvrable suivant sera prolongée en même temps .Les soumissionnaires intéressés peuvent y assister.

VALIDITE DE L'OFFRE : Les offres resteront valides pendant une durée équivalente à quatre-vingt-dix (90) jours plus le délai de préparation des offres, à compter de la date de dépôt des offres.

AL MOUNASSER 21 Décembre 2025

ANEP 2516038856



L'équipe ne perd jamais lorsqu'il marque
Houssam Aouar, un porte-bonheur pour Al-Ittihad Saudi

VOTRE QUOTIDIEN SPORTIF
Mounasser
 Quotidien sportif N°59 Jeudi 30 Octobre 2025 Prix 20 DA
 71e anniversaire du déclenchement de la Guerre de libération nationale

Ces footballeurs qui ont libéré l'Algérie avec un ballon

La Garde républicaine sacrée aux tirs au but (5-3)
Le président Tebboune préside la 53e finale de la Coupe d'Algérie militaire de football

CHAMPIONS



VOTRE QUOTIDIEN SPORTIF
Mounasser

POUR TOUTES VOS ANNONCES, CONTACTEZ NOTRE SERVICE PUBLICITAIRE AU:

TEL: 0560266287

OU PAR EMAIL:

CONTACT@ALMOUNASSER.DZ

La mise au point musclée de De Zerbi sur le cas Balerdi

En conférence de presse, Roberto De Zerbi est revenu sur la rumeur au sujet de sa relation fragilisée avec son défenseur et capitaine Leonardo Balerdi. L'entraîneur de l'OM a démenti, en dénonçant des « choses mensongères ».

Non, il n'y a pas de malaise Leonardo Balerdi (26 ans) à Marseille. C'est le message qu'a voulu faire passer Roberto De Zerbi ce vendredi face aux récentes rumeurs à propos d'une relation fragilisée entre l'entraîneur marseillais et son défenseur central. L'Italien a d'abord fait un câlin à son joueur sous les yeux des journalistes à l'entraînement, puis il a exprimé le fond de sa pensée en conférence de presse lorsqu'il a été interrogé sur la situation de son capitaine, remplaçant à trois reprises lors des quatre derniers matchs de l'OM.

R. De Zerbi - «il n'y a pas d'affaire Balerdi»

« Mon accolade avec Balerdi ? Je l'ai fait pour que ceux qui vous lisent comprennent, car vous ne dites pas

toujours la vérité. L'an passé, on avait dit que j'avais perdu mon vestiaire, qu'il y avait une guerre en interne... Puis notre film est sorti et il était assez clair : je n'ai jamais perdu mon vestiaire. Je ne le perdrai jamais, je suis une bonne personne, je respecte tout le monde, je ne dis pas de mensonges », a assuré le coach olympien. Et de poursuivre : « Il n'y a pas de cas Balerdi, il n'y a pas d'affaire Balerdi, il reste le capitaine de cette équipe, son potentiel est énorme. C'est l'un des plus grands défenseurs d'Europe en termes de potentiel. Peut-être qu'il n'est pas heureux de son temps de jeu mais il est toujours positif, il est bien élevé ». De Zerbi a ensuite évoqué des « choses mensongères » écrites par des personnes « de mauvaise foi » avec des « mauvaises intentions ». « On peut critiquer les résultats, j'accepte. Mais les choses qui sortent exprès pour créer du bruit, ça je n'accepte pas », a-t-il conclu.

Medina est de retour

Moins performant cette saison, Balerdi doit composer avec une nouvelle concurrence incarnée par Nayef

Aguerd et Benjamin Pavard. L'Equipe expliquait cette semaine que l'ancien joueur de Dortmund n'avait pas bien compris sa présence sur le banc contre Toulouse (2-2), fin novembre, alors qu'Aguerd, diminué, lui avait été préféré. Il avait été titulaire ensuite contre Lille (0-1), avant de retourner sur le banc face à l'Union Saint-Gilloise (3-2) et Monaco (1-0). Dès ce week-end, le Sud-Américain devra également composer avec le retour de son compatriote Facundo Medina. Absent depuis le 30 septembre et son entorse à la cheville contre l'Ajax Amsterdam (4-0), l'ancien Lensois va retrouver le groupe marseillais dimanche pour le 32e de finale de Coupe de France contre Bourg-Péronnas. « Medina a ce qu'il nous manque un petit peu : la folie positive, la personnalité, un peu de méchanceté. On n'aurait pas pris le but de Toulouse avec Medina », a lancé De Zerbi. Même s'il n'est pas directement pointé du doigt par son entraîneur, Balerdi était entré un quart d'heure avant et peut se sentir également visé.

Deux recrues estivales déjà sur le départ ?

Peu performants depuis leur arrivée à Marseille l'été dernier, le milieu Angel Gomes et le défenseur central CJ Egan-Riley pourraient déjà quitter l'OM cet hiver. « Le mercato de janvier doit permettre de maintenir le niveau de compétitivité de l'équipe, qui s'est amélioré par rapport à la saison dernière, et chercher à alléger les coûts économiques au sein du club. » En conférence de presse jeudi, Pablo Longoria a annoncé la couleur : Marseille compte vendre cet hiver pour améliorer sa situation financière. Au rayon des possibles départs, on retrouve des joueurs peu utilisés comme Pol Lirola, Neal Maupay et Ulisses Garcia, trois éléments pour lesquels l'OM n'a pas trouvé de porte de sortie l'été dernier. Mais les décideurs phocéens pourraient également se séparer de deux joueurs arrivés l'été dernier dans la cité phocéenne : Angel Gomes et CJ Egan-Riley.

Gomes, la déception
Utilisé comme double



pivot ou en position de meneur de jeu, Gomes peine à convaincre sous le maillot marseillais. Trop neutre, pas assez décisif, l'Anglais ne propose pas suffisamment sur le terrain. Au point de lasser Roberto De Zerbi ? L'entraîneur marseillais, qui ne l'a jamais titularisé en Ligue des Champions, ne l'utilise plus du tout depuis trois matchs et sa sortie à la pause contre Toulouse (2-2, le 29 novembre). Selon les infor-

mations de L'Equipe, le départ de l'ancien Lillois lors du prochain mercato est une éventualité. L'entourage du milieu de 25 ans, qui croit encore à une participation à la Coupe du monde, serait d'ailleurs ouvert à un changement de club en cours de saison. Sous contrat jusqu'en 2028, il est évalué à 18 millions d'euros par le site Transfermarkt. L'OM, qui cherche un meneur de jeu, pourrait ainsi réaliser une plus-

value intéressante pour un joueur recruté libre après la fin de son contrat au LOSC.

Une rude concurrence pour Egan-Riley

De son côté, Egan-Riley (22 ans) a été recruté comme doublure, donc avec moins d'attente. Néanmoins, l'ancien joueur de Burnley n'a pas montré grand-chose de rassurant lorsqu'il a eu l'opportunité de jouer. Son carton rouge récolté après 29 minutes contre Lyon (0-1) en début de saison ne l'a sans doute pas aidé à engranger de la confiance.

Quoi qu'il en soit, l'Anglais ne joue plus beaucoup : sur les cinq derniers matchs, il n'a disputé qu'une petite minute en fin de match face à Toulouse. Dans la hiérarchie, le natif de Manchester est aujourd'hui loin derrière Nayef Aguerd, Benjamin Pavard et Leonardo Balerdi, voire Amir Murillo dans une défense à trois. Malgré un contrat jusqu'en 2029, la question d'un départ se pose et l'OM pourrait être tenté de le vendre pour récupérer autour de 10 millions d'euros. Alors qu'ils étaient quatre Anglais au lancement de la saison (avec Jonathan Rowe, depuis parti à Bologne), il pourrait n'en rester qu'un en février : Mason Greenwood, qui est lui intransférable.

MANCHESTER CITY

"Tôt ou tard, je partirai", Guardiola répond aux rumeurs

Une petite bombe lâchée par The Athletic jeudi : Pep Guardiola pourrait quitter Manchester City au terme de la saison, et la direction penserait à Enzo Maresca pour le remplacer. Fake news ?

L'article publié ce jeudi par nos confrères de The Athletic, réputés pour leur sérieux, a eu l'effet d'une bombe. Malgré l'excellente première partie de saison réalisée par Manchester City, la direction redouterait un départ anticipé de Pep Guardiola - pourtant sous contrat jusqu'en 2027 - au mois de juin. Et, en conséquence, l'état-major penserait à Enzo Maresca, lié à Chelsea pour les trois prochains exercices, en tant que successeur. Le technicien italien a été le premier à réagir.

E. Maresca - « C'est de la spéculation à 100% »

« C'est de la spéculation à 100%. En ce moment, il n'y a pas de temps à perdre avec ces choses-là. J'ai un contrat jusqu'à 2029. Je me concentre sur ce club uniquement, je suis très fier d'être ici », a répondu l'ancien adjoint de Guardiola en conférence de presse. Davantage expérimenté, et donc davantage habitué à gérer des rumeurs, son homologue de Manchester City s'est montré plus loquace, mais tout aussi clair : pas question pour lui de quitter le navire. « Est-ce que je vais partir un an avant

la fin de mon contrat ? Je suis là, a répondu le technicien catalan en conférence de presse. Depuis trois ou quatre ans, on me pose systématiquement la même question. Tôt ou tard, à 75 ou 76 ans, je vais quitter City. Je comprends la question, mais il me reste 18 mois de contrat et j'en suis ravi. Cette question revient chaque saison et ça ne me dérange pas. Je ne serai pas éternel, nul n'est éternel. Point final ».

Guardiola comprend sa direction

Les journalistes présents sur place ont insisté, Guardiola a donc dû préciser sa pensée. Quand bien même la direction préparerait d'ores et déjà la suite, cela ne le surprendrait pas. Professionnalisme oblige. « Ce qui doit arriver, arrivera, et le club doit être prêt à toute éventualité, mais ce sujet n'est pas à l'ordre du jour pour le moment. Que va-t-il se passer ? Nul ne le sait. Avec un contrat de dix ans ou de six mois, le football est imprévisible », a poursuivi l'ancien coach du Barça. « Pour l'instant, je me concentre sur West Ham, puis je jouerai au golf quelques jours avec mon père, et c'est tout », a finalement conclu Guardiola, avec un petit sourire. Un démenti en bonne et due forme pour calmer les rumeurs ? Le Catalan a raison : tout est possible dans le football, mais il semble actuellement difficile de l'imaginer partir au terme de l'exercice. En attendant, les Skyblues continuent d'engranger des victoires et des points.



LIVERPOOL

Mohamed Salah a présenté ses excuses au vestiaire

Mohamed Salah a fait son mea-culpa. L'Égyptien de 33 ans a tenu à présenter ses excuses à ses coéquipiers de Liverpool après sa récente sortie médiatique, qui avait semé le doute sur son avenir au club. L'attaquant égyptien avait notamment dénoncé le fait d'être pris pour un bouc émissaire après une série de résultats décevants, évoquant même une relation dégradée avec son entraîneur, Arne Slot. Mais avant de rejoindre la sélection égyptienne pour la CAN, le joueur de 33 ans a reconnu que ses propos avaient pu affecter le vestiaire et s'est

excusé de son coup de sang à l'issue du match contre Leeds United. « Mo peut dire ce qu'il veut. (...) Il s'est excusé auprès de nous en disant : "si j'ai affecté quelqu'un ou si je vous ai fait ressentir quoi que ce soit, je m'en excuse", a confié Curtis Jones, assurant que l'incident était clos. Quand il y a eu de la colère de notre part, moi y compris, ça a toujours été pour de bonnes raisons. Sur le moment, ça n'est peut-être pas sorti de la meilleure façon, mais ce n'était jamais pour nuire à l'équipe, au staff, à l'entraîneur ou à qui que ce soit. C'est derrière nous maintenant, on se sent bien ensemble, on joue bien et on recommence à gagner », a ajouté le joueur de Liverpool, affirmant que la sortie de Mohamed Salah a redynamisé le groupe des Reds.

BUNDESLIGA

BL : Dortmund enfonce le Borussia M'Gladbach

Le Borussia Dortmund se rapproche du Bayern Munich. Après son nul la semaine passée contre Fribourg, le BVB devait se relancer contre le Borussia M'Gladbach afin de rester proche du leader bavarois. Brandt a rapidement ouvert le score pour les Marsupiaux (1-0, 10e), avant que Beier n'assure la victoire dans les derniers instants (2-0, 90e+7). Une victoire importante pour Dortmund, assuré de terminer l'année au deuxième rang et revient provisoirement à six points du Bayern Munich. De son côté, le Borussia Mönchengladbach enchaîne une troisième défaite avant de recevoir Augsburg.



PREMIER LEAGUE

La terrible prédiction de Sir Alex Ferguson pour MU



Sixième du classement de Premier League, Manchester United n'a plus été champion d'Angleterre depuis 2013. Cette saison, les Red Devils sont d'ailleurs partis pour conclure une treizième année sans être sacrés. Et pour l'émblématique coach de MU, Sir Alex Ferguson, les Mancuniens risquent de devoir s'armer de patience. « Il (Ruben Amorim) a une bonne personnalité. Ce n'est pas facile. Je me souviens de mon passage là-bas, à l'époque où Liverpool était au sommet de sa gloire. C'était un club fantastique qui avait remporté quatre fois la Coupe d'Europe, mais il lui a fallu 31 ans pour remporter à nouveau le championnat. Nous sommes aujourd'hui dans la même situation. Cela pourrait prendre dix ans, voire onze ans, en raison de ce cycle. Il faut y réfléchir attentivement et nous devons nous assurer que le recrutement sera meilleur qu'il ne l'était auparavant », a-t-il déclaré dans un entretien accordé à Press Box.



REAL MADRID

Xabi Alonso se prononce sur sa situation tendue

Plusieurs fois annoncé sur la sellette ces dernières semaines, Xabi Alonso (44 ans) conserve pour le moment la confiance du Real Madrid.



Interrogé sur sa situation en conférence de presse, le coach espagnol a avoué : « je vais bien, et j'espère que vous aussi. On se voit souvent. Je vous vois plus souvent que ma propre famille. Je suis motivé, plein d'énergie et en pleine forme. Nous voulons terminer en beauté. La période a été difficile et éprouvante. Nous voulons bien commencer l'année 2026 (...) Ça fait partie du boulot, je ne suis pas venu ici pour

souffrir. Ce genre de choses s'est toujours produit. Dans ce métier, il y a toutes sortes de situations. Ce n'est pas un problème du tout ». Il poursuit : « le club aspire toujours à l'excellence, nous connaissons notre objectif. Nous savons comment nous voulons le construire. Nous sommes tous unis, du président aux joueurs, pour donner le meilleur de nous-mêmes. C'est indéfinissable (...) Depuis le début, nous avons entretenu une relation étroite, fondée sur le respect et l'affection. Les exigences sont extrêmement élevées. Le chemin est long ; il y aura des

hauts et des bas ». Il espère connaître un haut demain soir lors de l'ultime rencontre de l'année civile face à Séville. « C'est le dernier match de l'année. Nous avons joué beaucoup de matchs et nous voulons finir en beauté, décrocher notre troisième victoire et aborder 2026 avec énergie et optimisme. L'adversaire est exigeant, il demande beaucoup d'efforts, il joue beaucoup en un contre un, ses joueurs s'engagent dans de nombreux duels. Ils sont bons avec le ballon. Nous voulons que les supporters prennent du plaisir ».

Le FC Barcelone tout proche de boucler sa première recrue hivernale

Cet hiver, le mercato devrait être au ralenti pour le FC Barcelone. « Trouver quelque chose qui améliore l'équipe est pratiquement impossible. C'est dur de trouver des joueurs de qualité qui s'adaptent au mercato hivernal. J'insiste, je ne pense pas qu'on soit actif en janvier », avait reconnu le directeur sportif Deco, début décembre. Pourtant, le Barça sait se montrer intelligent pour recruter des jeunes joueurs aussi bien pour l'équipe première que pour les catégories inférieures, afin de les intégrer à La Masia. Dans ce contexte et en raison des finances du club catalan, toujours aussi instables, la presse locale annonce que les Blaugranas sont tout proches d'enrôler une pépite du football anglais. Il s'agit d'Ajax Tavares, un ailier gauche de 15 ans, capable de jouer avant-centre en raison de sa taille et de sa puissance. Il évolue actuellement à Norwich City et s'est distingué dans les catégories des jeunes Canaries, avec un but en huit matches

cette saison, mais surtout en sélection. Après être passé par les U15 et U16, il a fait ses débuts avec l'équipe d'Angleterre U17.

Le Barça n'aura pas à attendre sa majorité

La presse catalane affirme que le jeune talent a suscité l'intérêt de plusieurs équipes de Premier League ainsi que de clubs étrangers, mais le Barça s'est montré plus convaincant, à tel point qu'il reste très proche de finaliser son recrutement. De plus, Tavares possède un passeport européen, ce qui lui permettra d'être transféré dès qu'il aura 16 ans, le 28 décembre, sans devoir attendre sa majorité. Le club catalan a agi efficacement dans ce dossier, en passe d'être finalisé. S'il venait à rejoindre Barcelone lors du mercato hivernal à venir, Ajax Tavares pourrait rapidement se faire une place parmi les attaquants du Barça Atlètic, dirigé par Juliano Belletti, même s'il évolue actuellement chez les juniors de



Norwich et a réussi à s'imposer dans des équipes composées de joueurs qui ont deux ou trois années de plus que lui. Avant de prétendre, en cas de bonnes per-

formances, à une potentielle place dans le groupe d'Hansi Flick, comme l'a fait régulièrement le FC Barcelone ces dernières années.

COUPE DE FRANCE

Avranches s'offre Brest, Angers passe difficilement face aux Herbiers



L'entrée en lice des clubs de Ligue 1 en Coupe de France avait lieu avant hier. Pour les 32es de finale de la compétition, un multiplex avait lieu ce vendredi soir et trois clubs de l'élite disputaient leur premier match dans la compétition ce vendredi : Lens, Angers et Brest. Alors que Lens ont débuté leur match face à Feignies-Aulnoye (N2) à 21h, Brest se déplaçait à Avranches dans une rencontre qui pouvait vite s'avérer piègeuse. Sur la pelouse de

l'équipe de National 2, les Brestoïls, auteurs d'un début de saison mi-figue mirraisin dans l'élite, ont rencontré de nombreuses difficultés. Après une entame difficile marquée par un poteau touché par Avranches (11e), les Brestoïls ont été réduits à dix avec l'expulsion de Julien Le Cardinal sur une faute en tant que dernier défenseur sur Lambartette. Dans la foulée, les locaux ont ouvert le score sur une superbe frappe enroulée de Sahibi (1-0, 24e). Sous l'eau, les Brestoïls

se sont rebiffés et n'ont pas tardé avant de revenir au score. Trouvé sur un centre de Del Castillo, Rémy Labeau-Lascary a égalisé sur un superbe retourné acrobatique (1-1, 34e). Au retour des vestiaires, Avranches a accéléré et s'est procuré de belles occasions (51e, 52e). Après une dernière grosse action pour le club semi-professionnel (64e), le SB29 s'est réveillé et a accéléré en s'offrant 20 minutes intenses. Finalement, cela n'a pas suffi et Brest a été envoyé aux tirs au but. Et après le raté de Romain Del Castillo d'entrée, Avranches n'a raté aucune de ses cinq tentatives pour réaliser l'exploit et éliminer le premier club de Ligue 1 à entrer en lice dans le tournoi.

Angers passe difficilement, Reims écrase Croix

Angers, autre club de Ligue 1 en lice à 20h45, s'est également fait peur. A Massabielle, le SCO s'est fait peur face aux Herbiers. Après un premier acte équilibré, le club de N2 a été réduit à dix à la 53e minute de jeu. Solidaires et malgré les barouds d'honneur scoïstes, les Herbiers ont tenu bon et ont réussi à

ramener Angers aux tirs au but. Finalement, à la différence de Brest, le SCO n'a pas chuté face à l'équipe de N2. Après un raté des deux côtés, Angers a profité des deux derniers tirs au but ratés des Herbiers pour se qualifier en souffrance. Les Herbiers peuvent néanmoins être fiers de leur belle prestation qui aurait mérité d'être récompensée par une qualification. Face à un valeureux Canet-en-Roussillon, Montpellier s'en est sorti (0-1) à l'entame du dernier quart d'heure grâce à Alexandre Mendy (76e). Dans le même temps, Reims se déplaçait sur la pelouse de Croix, pensionnaire de N3. Les Rémois n'ont fait qu'une bouchée de leurs adversaires en marquant les quatre buts de la rencontre en première période (0-4). Face à Périgny, club de R1, Le Mans s'est fait peur. Ouvrant le score avant d'être repris juste avant la pause sur penalty, les Sarthois ont repris l'avantage à la 72e minute pour se qualifier grâce à l'entrant Milan Robin (1-2). Guingamp s'est incliné en toute fin de rencontre face à Laval sur un but du héros Houdayer (0-1, 90+4e).

Graisse sous-cutanée Petit guide pour cibler les zones tenaces

2e partie

Comment mesurer la graisse sous-cutanée ?

On peut estimer l'importance de la graisse sous-cutanée avec une balance impédancemètre, qui donne un taux de masse grasse globale, ou en mesurant le pli cutané avec un adipomètre. Les examens médicaux comme l'IRM ou le scanner permettent une analyse plus précise, mais sont rarement nécessaires en dehors d'un contexte clinique.

Pourquoi vouloir perdre de la graisse sous-cutanée ?

Si elle n'est pas néfaste pour la santé alors pourquoi vouloir s'en débarrasser ? Tout simplement pour des raisons esthétiques. « Surtout lorsque la silhouette est déséquilibrée, avec par exemple une culotte de cheval marquée ou des bourrelets localisés. Ces zones peuvent être très résistantes à la perte de poids conventionnelle, en raison de la morphologie propre à chaque individu », selon Yaël Berdah. Mais il y a aussi une

aussi être le signe d'une alimentation trop riche ou déséquilibrée. « Même si cette graisse n'est pas inflammatoire comme la graisse viscérale, elle reste un

phénomène n'est pas un problème en soi, mais il peut inciter à surveiller son poids pour des raisons de santé.



marqueur à surveiller, surtout si elle s'accumule rapidement", selon l'experte.

L'importance de la répartition de la graisse cutanée

La répartition de la graisse cutanée peut être trompeuse. Certaines personnes, par exemple, peuvent avoir de longues jambes fines voire un thigh gap même à un poids normal, ce qui leur donne une impression de corps très mince, un « faux skinny ». Dans ce cas, la silhouette peut paraître fine, mais la

À l'inverse, d'autres individus accumulent de la graisse au niveau des fesses et des



cuisses alors même que le haut du corps et le ventre restent minces, ce « faux fat » peut créer des complexes si cela ne correspond pas à un idéal esthétique. Ces personnes doivent cependant éviter de tomber dans les pièges de la dysmorphophobie ou des troubles du comportement alimentaire (TCA).

Un régime hypocalorique pour cibler les graisses cutanées ?

Oui, un régime légèrement hypocalorique peut aider à réduire les graisses sous-cutanées.



Mais attention : si une zone est génétiquement programmée comme « zone de stockage » (comme les cuisses ou les hanches), elle restera toujours un peu plus développée, même après une perte de poids qui elle sera globale, prévient la diététicienne Sandra Ferreira. L'idéal n'est pas de s'affamer, mais de consommer légèrement moins que ses besoins tout en conservant une alimentation équilibrée : des protéines (viandes, poissons, œufs, légumineuses, représentant environ un quart de l'assiette), une petite portion de

une collation saine (fruits frais, fruits secs, chocolat noir, yaourt nature...). Et n'oubliez pas : le stress favorise les pics d'insuline, les fringales... et donc le

ne permet pas de cibler la perte de graisse sur une zone précise. Le renforcement musculaire rend la zone plus ferme et galbée, mais pas forcément plus fine. Et



stockage des graisses. Des heures de sommeil suffisantes et quelques moments de relaxation peuvent vraiment faire la différence.

Le sport pour cibler des zones spécifiques : est-ce que ça marche ?

Oui, l'exercice physique régulier est un excellent allié pour brûler des calories et améliorer sa composition corporelle. En effet, le muscle augmente la dépense énergétique au repos : plus vous êtes musclé plus vous brûlez de calories, même sans rien faire. Mais attention : le sport

oui, un muscle très développé peut donner l'impression de volume. C'est le cas par exemple des abdominaux externes, qui peuvent faire ressortir le ventre s'ils sont trop travaillés, ou encore des cuisses et fessiers très musclés. Pour affiner et tonifier harmonieusement, il est donc conseillé de travailler tout le corps, avec une combinaison de renforcement musculaire (Pilates, fitness, TRX, poids du corps,...), et cardio doux à modéré (marche rapide, course, natation, vélo, entraînement de haute intensité (hiit)...).



dimension santé à ne pas négliger. Un excès important de graisses sous-cutanées peut

graisse est tout de même présente, notamment au niveau du ventre ou des

Sport de haut niveau

Quels risques pour la santé mentale ?

Troubles du sommeil, dépressifs, du comportement alimentaire... La pratique d'un sport de haut niveau peut avoir un impact délétère sur la santé mentale. Quels facteurs de risque ? Les signaux d'alerte ? Les clés pour prévenir plutôt que guérir.

La gymnaste la plus titrée de l'histoire, Simone Biles, les nageurs Camille Lacourt et Michael Phelps... De plus en plus de sportifs évoquent leurs difficultés psychologiques, brisant ainsi les tabous sur la santé mentale. Le 19 juin 2024, à un mois des Jeux de Paris 2024, cette thématique était au cœur de la conférence « Médecine des sports olympiques », organisée par l'Académie de médecine.

Impact sous-estimé sur la santé mentale

Si l'on reconnaît volontiers l'impact de la pratique du sport de haut niveau sur la santé physique, les répercussions sur la santé mentale sont largement sous-estimées... ou glissées sous le tapis. Et pourtant, « les projets sportifs, personnels et socioprofessionnels des athlètes peuvent être pourvoyeurs de troubles psychologiques », constate Sébastien Le Garrec, chef du pôle médical de l'Institut national du sport, de l'expertise et de la performance (Insep), à Paris. Principal frein ? La

stigmatisation. « Les choses avancent mais, pour beaucoup, c'est compliqué d'avouer que l'on ne va pas bien », répond-il, déplorant, encore une 2024, une vision négative de la prise en charge psychologique.

Quelle manifestation clinique ?



Selon les données publiées par le groupe de travail sur la santé mentale du Comité international olympique en 2019, cette altération de la santé mentale se manifeste principalement par des troubles du sommeil (entre 49 et 64 % des athlètes touchés), dépressifs, anxieux et apparentés (entre 4 et 15 %), du comportement alimentaire qui touchent majoritairement les femmes (entre 6 et 45 %, contre 0 à 19 % pour les hommes) et les sports à catégorie de poids, d'endurance ou « artistiques », ou encore une consommation de substances (alcool entre 7 et 10 %, cannabis...).

Début et fin de carrière : 2 périodes à risque

Le médecin du sport identifie deux périodes particulièrement à risque : l'entrée dans une structure professionnelle

(qui s'accompagne notamment d'une hausse de l'intensité des entraînements et des compétitions, de l'éloignement familial, d'une concurrence au sein du groupe et d'une exigence accrue de l'entraîneur), puis l'arrêt du projet sportif. Cette « petite mort » marque un

changement important du rythme de vie, de nouveaux projets qui peuvent être source d'anxiété et entraîne parfois un sentiment de « perte d'identité ».

Blessures et surentraînement : aïe !



Les troubles psychologiques peuvent également intervenir au cours de la carrière en raison de blessures physiques, qui peuvent avoir des conséquences économiques (perte de sponsor) et sociales (écartement du groupe). La commotion cérébrale, « blessure invisible sous-estimée », entraîne par exemple « un syndrome dépressif dans 20 % des cas », indique Sébastien Le Garrec. Autre facteurs déclenchants : le surentraînement.

Comment le reconnaître ? « L'athlète s'entraîne plus de cinq à sept fois par semaine, fait état d'une

fatigue persistante depuis plus d'un mois, d'une baisse de performance supérieure à 10 % ou encore d'une réduction du volume d'entraînement supérieure à 20 %, sans maladie qui pourrait expliquer ses symptômes », explique l'expert. Depuis juin 2016, un questionnaire obligatoire a été mis en place pour faciliter son repérage.

Contreperformance et pression de l'entourage

La non-sélection et la contreperformance peuvent également provoquer un « choc ». « C'est un véritable drame quand on s'entraîne pendant quatre ans pour cet objectif ultime et que brutalement tout s'arrête », observe Mr Le Garrec, faisant écho aux Jeux olympiques et

anormale, blessures à répétition, inquiétude et rumination, variation de poids, perte de motivation, difficulté de concentration, perte de l'estime de soi, isolement... Plutôt que guérir, il faut prévenir,

amélioration de la prise en compte de la santé mentale mais insiste sur la nécessité d'écouter toujours plus les athlètes et de les informer, ainsi que les staffs techniques et l'entourage, pour optimiser la prévention et



milite Sébastien Le Garrec. Pour cela, « la communication entre les différents professionnels de santé et avec l'environnement sportif et familial de l'athlète est indispensable, de même que la surveillance médicale réglementaire annuelle », martèle-t-il. Depuis 2006, un suivi psychologique est proposé (recommandé ?) à tous les athlètes, majeurs comme mineurs. Le Dr Le Garrec appelle à être « particulièrement attentif aux plus jeunes », pointant la nécessité d'échanger régulièrement

prise en charge psychologique. « Soyez attentifs aux micro-signaux ! », lance-t-il à ses collègues.

Troubles alimentaires : les sportifs en 1ère ligne !

Fin mai 2024, l'Association française anorexie boulimie lançait de son côté une grande campagne pour inciter au repérage précoce des TCA (troubles des conduites alimentaires) dans les milieux sportifs qui ont notamment fait entrer Emma Oudiou,



avec les parents.

Miser sur la prévention !

« En bref », il note une

athlète française spécialiste du 3 000 m steeple, dans une « logique extrêmement malsaine ».



L'ancien défenseur international Mehdi Tahrat
« Je suis optimiste pour le parcours des Verts à la CAN »

L'ancien défenseur international Mehdi Tahrat a salué le travail considérable accompli par le sélectionneur national, Vladimir Petković, depuis sa prise de fonction à la tête des « Verts ». Dans un long entretien accordé au site français RMC Sport, Tahrat a évoqué la mission qui attend la sélection algérienne à la Coupe d'Afrique des Nations, dont le coup d'envoi sera donné ce dimanche, après deux déceptions consécutives depuis le sacre de 2019. L'ancien joueur de 36 ans a expliqué que l'équipe avait connu une belle période avant de décliner, mais qu'elle entrait aujourd'hui dans une nouvelle phase grâce à l'arrivée de Petković et à l'intégration de nouvelles recrues. « Lors des deux dernières éditions de la CAN, nous n'étions pas au niveau et nous avons été éliminés dès le premier tour. Mais maintenant, nous entamons un nouveau cycle... Nous avons obtenu la qualification pour la Coupe du monde, et nous disposons d'une équipe équilibrée alliant expérience et ambition. Tous les ingrédients sont réunis et je suis très optimiste ». Tahrat a ajouté : « Petković a reconstruit l'équipe et insufflé du sang neuf en renouvelant l'effectif. Ce changement était nécessaire et le coach a travaillé dans ce sens... L'équipe a eu besoin de temps pour trouver sa cohésion, mais au fil des matchs, la confiance s'est renforcée ». L'ancien international a souligné que l'équipe avait conservé ses cadres expérimentés, comme Riyad Mahrez et Aïssa Mandi, tout en intégrant des joueurs en forme tels que Amoura, ainsi que des jeunes talents comme Hedjam, Maza et Hadj Moussa. « Les Verts ont dépassé la phase du doute, mais il faut noter la pression énorme qui pèse sur l'équipe, avec des supporters passionnés qui exigent toujours des résultats. »

Meriem. A

13 °C | F
Précipitations : 65%
Humidité : 72%
Vent : 31 km/h

Météo
lundi
Faible pluie

VOTRE QUOTIDIEN SPORTIF

Mounasser®

Dimanche 21 Décembre 2025

En plein essor avant la CAN 2025

La valeur de maza grimpe à 25 millions d'euros

Le jeune international algérien Ibrahim Maza continue de confirmer sa présence remarquée sur la scène européenne, sa valeur marchande connaissant une hausse spectaculaire, reflet de ses performances en constante progression depuis le début de la saison avec Bayer Leverkusen.

Lydia. K

Selon les dernières mises à jour du site spécialisé Transfermarkt, le milieu offensif algérien voit sa valeur grimper à 25 millions d'euros, un chiffre qui illustre le bon travail réalisé en très peu de temps, alors que sa valeur n'excédait pas 12 millions d'euros en juin dernier. Cette progression le positionne parmi les joueurs algériens ayant le plus progressé au cours des derniers mois. Maza attribue cette montée en puissance à ses prestations remarquables durant la première moitié de la saison, où il s'est imposé comme un élément déterminant au sein de l'équipe de Leverkusen. Sa régularité et sa capacité à gagner rapidement la confiance du staff technique ont confirmé le pari effectué par le club lorsqu'il l'a recruté en provenance de Hertha Berlin pour un montant proche de 12 millions d'euros.



En 21 matchs disputés toutes compétitions confondues cette saison, Maza a inscrit quatre buts et délivré trois passes décisives, des statistiques qui témoignent de son impact offensif et qui le placent quatrième joueur algérien le plus cher, derrière Ryan Aït-Nouri, Mohamed Amine Amoura et Amin Guéri. Au sein de Bayer Leverkusen, il occupe la sixième place parmi les éléments les plus précieux, avec un contrat courant jusqu'à l'été 2030, soulignant la confiance à

long terme que le club place en lui. Il figure également parmi les cinquante joueurs les mieux valorisés de la Bundesliga. Actuellement, Maza se trouve au Maroc avec la sélection nationale algérienne, en préparation pour la Coupe d'Afrique des Nations 2025, où il vivra sa première grande expérience continentale. Les attentes sont élevées, et le joueur espère confirmer sous le maillot national les indicateurs positifs qui ont propulsé sa valeur marchande à un tel niveau.

Jeux africains de la jeunesse 2025

101 médailles pour l'Algérie

Les jeunes talents algériens continuent de briller lors des Jeux africains de la jeunesse 2025, qui se déroulent actuellement à Luanda, en Angola, et qui se termineront aujourd'hui, samedi 20 décembre. Depuis le coup d'envoi

de la quatrième édition de cet événement majeur sur le continent, le 10 décembre, les jeunes membres de la sélection algérienne ont démontré leur supériorité et leur détermination dans plusieurs disciplines sportives. À quelques heures seulement de la clôture

des Jeux, la sélection nationale a déjà remporté un total impressionnant de 101 médailles, réparties comme suit : 39 en or, 26 en argent et 36 en bronze. L'Algérie devrait terminer cette édition de Luanda à la deuxième place du classement, derrière

HORAIRES DE PRIÈRES ALGER

Fadjer	06:16
Dohr	12:46
Asr	15:17
Maghreb	17:35
Icha	19:06

Visant à harmoniser le calendrier mondial du football

La CAN se jouera tous les quatre ans à partir de 2028



La Confédération africaine de football a annoncé hier que la Coupe d'Afrique des Nations sera désormais organisée tous les quatre ans au lieu de deux, un changement visant à harmoniser le calendrier mondial du football. Ce changement s'inscrit dans la volonté de restructurer le football sur le continent africain afin que son "calendrier dans le monde soit davantage harmonisé", a déclaré Patrice Motsepe lors d'une conférence de presse à la veille du coup d'envoi de la CAN 2025. "En 2027 nous irons en Tanzanie, au Kenya et en Ouganda (les trois pays organisateurs, ndr) et la CAN suivante aura lieu en 2028", a expliqué le patron

de la CAF. Une nouvelle compétition, basée sur le modèle de la Ligue des Nations de l'UEFA et qui se tiendra tous les ans à partir de 2029, va parallèlement être créée. "Après la Coupe du monde des clubs de la FIFA en 2029, nous aurons la première Ligue des Nations africaines... avec plus de prize-money, plus de ressources, plus de compétition", a détaillé Patrice Motsepe. "Dans le cadre de cet arrangement, la CAN aura désormais lieu tous les quatre ans", a-t-il conclu. La Coupe d'Afrique des Nations se joue tous les deux ans (depuis 1968, puis en années impaires après 2013). La CAN 2023 a été décalée en 2024.

Lydia. K



L'Afrique du Sud, en attendant les dernières récompenses qui seront décernées aujourd'hui

lors de la cérémonie de clôture des Jeux africains de la jeunesse.

Rania.k

JS Kabylie

Hakim Medane annonce sa démission du poste de directeur sportif

Le directeur sportif de la Jeunesse Sportive de Kabylie (JSK), Hakim Medane, a annoncé sa démission de ses fonctions, suite à la lourde défaite de l'équipe face au CS Sétif (0-1), lors de la 13e journée de la Ligue Professionnelle 1.

Lors de la conférence de presse qui a suivi la rencontre, Medane a exprimé sa grande déception face à cette défaite, soulignant que la situation actuelle du club n'évolue pas dans la bonne direction : « Je souhaite partir. Nous souffrons beaucoup pour obtenir de bons résultats,

et il est temps de confier les rênes à une personne plus compétente ».

Le directeur sportif démissionnaire a ajouté : « Nous avons affronté un match très difficile contre le CS Sétif. Je pense qu'un changement pourrait être bénéfique pour que quelqu'un d'autre conduise l'équipe

sur le bon chemin ». Medane a également évoqué les difficultés rencontrées par le club ces derniers temps, tout en précisant son attachement à la JSK : « Nous faisons face à de nombreux défis, mais je resterai fidèle au club en tant que supporter et continuerai à aider

l'équipe quand elle aura besoin de moi ».

Il a conclu en insistant sur le fait que l'intérêt du club prime sur tout, déclarant : « Dans le football, ce ne sont pas les individus qui comptent le plus, mais le club. J'espère que le moment opportun viendra pour la JS