

Hajam pour remplacer Aït Nouri...et Bennacer le grand absent:

Les choix de Petković pour affronter le Botswana et la Guinée

3

Jeux africains
de la jeunesse 2025

Mustapha Berraf:
«L'Angola est prêt pour
accueillir la 4^{ème} édition»

16

Ligue de Diamant 2025 d'athlétisme:

Sedjati et Triki présents en finale, ce soir à Zurich

www.almounasser.dz



Meddani reprend les
entraînements individuels

Bangoura
pourrait être
la surprise
de
la JS Kabylie



5

Après quatre saisons
à la JSK

Ksila
Boualalia
rejoint
l'Espérance
de Tunis



5

Petkovic « sommé » de le suivre de près



**Belghali, seul Algérien
en Serie A italienne**

4

Fares Chaïbi démarre fort en Bundesliga

L'international algérien Fares Chaïbi a brillé dès la première journée de Bundesliga avec l'Eintracht Francfort. Auteur d'une prestation remarquable ponctuée d'une passe décisive lors du succès 4-1 face au Werder Brême, il a été récompensé par une place dans l'équipe-type de la journée.

Aux côtés de stars comme Harry Kane et Luis Díaz, Chaïbi confirme son ascension et son adaptation rapide au championnat allemand. À seulement 22 ans, le milieu de terrain s'impose déjà comme un élément clé pour son club et une valeur sûre pour Vladimir Petkovic en vue des éliminatoires du Mondial 2026.



Oran abrite la formation du 3e groupe d'entraîneur

Le village méditerranéen d'Oran abritera du 06 au 11 septembre prochain, le premier module de la formation d'entraîneur Licence CAF A au profit des candidats du 3ème groupe (CLIC), inscrits sur la plateforme de la CAF et confirmés par le système en 2025, a indiqué un communiqué de la Fédération

algérienne de football (FAF). Organisé par le département de la formation de la Direction technique nationale (DTN), le stage devra concerner 25 candidats, appelés à s'acquitter des frais de participation au module avant le 2 septembre, avec le versement du bordereau de paiement, a conclu le communiqué de l'instance fédérale.

Ismaël Bousouf quitte le CR Belouizdad

L'attaquant algérien Ismaël Bousouf a annoncé hier la fin de son aventure avec le CR Belouizdad, après trois saisons passées au club. Arrivé en 2022 en provenance de Lommel SK (Belgique) sous forme de prêt, son transfert avait été définitivement acquis en 2023. Dans un message publié sur Facebook, l'ancien joueur du ES Sétif a confirmé la résiliation de son contrat à l'amiable afin d'entamer une nouvelle étape dans sa carrière. Bousouf a tenu à remercier ses coéquipiers, le staff technique ainsi que les supporters du Chabab pour leur soutien indéfectible, tout en assurant que « l'empreinte du club restera gravée » dans son cœur.

La Corée du Sud convoque un jeune international allemand

Le joueur du championnat d'Allemagne Jens Castrop, international allemand dans les catégories de jeunes, a été appelé pour défendre les couleurs de la Corée du Sud, avec l'ambition de s'imposer et de participer à la Coupe du monde 2026. Âgé de 22 ans, le milieu de terrain est né en Allemagne d'un père allemand et d'une mère coréenne. Longtemps cadre des sélections de jeunes avec la Mannschaft



– y compris chez les U21 –, il a récemment fait ses débuts en Bundesliga sous les couleurs du Borussia Mönchengladbach. Désormais, il aspire à rejoindre définitivement les « Guerriers Taeguk ».

Le Bayern s'intéresse à l'attaquant sénégalais Nicolas Jackson

Selon plusieurs médias, le Bayern Munich, champion en titre de Bundesliga, maintient un vif intérêt pour l'attaquant sénégalais de Chelsea, Nicolas Jackson. Le quotidien allemand Bild révèle que des discussions sérieuses devraient avoir lieu entre le club bavarois et les Blues concernant l'avenir du joueur. D'après la même source, le Bayern aurait déjà trouvé un accord de principe avec Jackson, et les négociations se concentrent désormais sur les modalités d'un prêt éventuel. La chaîne Sky Sports avait déjà confirmé l'intérêt de longue date du Bayern pour l'international sénégalais, indiquant que cette piste reste toujours d'actualité.



Neymar écarté de la sélection brésilienne

L'attaquant Neymar ne figure pas dans la liste du Brésil pour les deux dernières rencontres des éliminatoires de la Coupe du monde 2026 face au Chili et à la Bolivie, prolongeant ainsi son absence de la Seleção à près de deux ans. L'entraîneur Carlo Ancelotti a justifié, lundi, l'exclusion de la star de Santos de sa liste de 23 joueurs par une légère blessure musculaire au mollet survenue il y a quelques jours. Le Brésil étant déjà qualifié pour le Mondial 2026, le technicien italien a préféré se montrer prudent. Neymar n'a plus porté le maillot de la sélection depuis octobre 2023, date à laquelle il avait subi une grave blessure au genou qui avait freiné ses tentatives de retour.

Hajam pour remplacer Aït Nouri...et Bennacer, grand absent:

Les choix de Petković pour affronter le Botswana et la Guinée

Le sélectionneur national, Vladimir Petković, animera une conférence de presse aujourd'hui à 11h au stade Nelson-Mandela de Baraki.

Par : Akram. K

Acette occasion, il dévoilera la liste officielle des joueurs convoqués pour le prochain stage des Verts, marqué par deux rendez-vous cruciaux dans le cadre des éliminatoires de la Coupe du monde 2026.

Aït Nouri forfait, Hadjam en renfort

L'une des grandes interrogations concernait l'état de forme du latéral gauche Rayan Aït Nouri. Blessé ce week-end avec Wolverhampton, l'international algérien est contraint de déclarer forfait. Pour pallier son absence, le sélectionneur devrait faire appel à Yanis Hadjam, pensionnaire de Young Boys de Berne, qui a récemment signé une belle saison en Suisse.

Des gardiens à trouver

Le secteur des gardiens suscite de vives inquiétudes. Alexandre Oukidja, gardien expérimenté du FC Metz, est blessé et indisponible. Quant à Anthony Mandrea (Caen) et Alexis Guendouz (USM Alger), ils manquent de temps de jeu et de rythme. Cette situation



sans Bennacer

devrait pousser Petković à élargir ses choix et à convoquer de nouveaux portiers pour assurer la relève.

Une défense en chantier

Le compartiment défensif traverse une véritable zone de turbulences. En plus de l'absence prolongée d'Aïssa Mandi, capitaine habituel de la charnière centrale, d'autres cadres comme Carl Medjani ne figurent plus dans les plans. Le forfait d'Aït Nouri complique encore l'équation. Des profils comme Naoufel Khacéf (Pau FC) ou Sofiane Alilet (ES Sétif) pourraient ainsi bénéficier d'une chance inespérée pour s'imposer.

Un milieu amoindri

Le milieu de terrain ne sera pas épargné. Ismaël Bennacer, longtemps pilier de l'entrejeu, peine à retrouver son meilleur niveau après une saison difficile. Ses absences répétées obligent le sélectionneur à miser sur des valeurs sûres comme Haris Belkebla (OH Louvain), Nabil Bentaleb (Lille) ou encore Farès Chaïbi (Francfort), dont la régularité et la polyvalence constituent des atouts indéniables.

L'attaque reste stable

C'est en attaque que la stabilité semble de mise. Riyad Mahrez, Youcef Belaïli, Baghdad Bounedjah, Farès Chaïbi, Mohamed Amine Amoura et Amine Gouiri devraient

tous figurer sur la liste. Petković privilégie ainsi la continuité pour un secteur offensif qui demeure le point fort des Verts.

L'enjeu : six points pour le Mondial 2026

Avec quatre points déjà engrangés en deux journées, l'Algérie doit confirmer sa place de leader. La double confrontation à venir face au Botswana à Alger (4 septembre) puis contre la Guinée au Maroc (8 septembre) revêt une importance capitale. Deux victoires rapprocheraient considérablement les Verts d'une qualification au Mondial 2026 et permettraient à Petković d'asseoir sa légitimité auprès des supporters et observateurs.

Petkovic «sommé» de le suivre de près Belghali, seul Algérien en Serie A italienne

L'horloge de la rencontre entre Vérone et l'Udinese, disputée à l'extérieur lors de la première journée de Serie A, approchait de la fin, précisément à la 93^e minute du temps additionnel, alors que le score était d'un but partout. C'est à ce moment que l'entraîneur de Vérone fit entrer en jeu le défenseur algérien au teint basané, Rafik Belghali, qui n'eut même pas le temps de toucher le ballon, mais dont l'apparition marqua la présence du seul joueur algérien en Serie A cette saison.

Depuis le départ d'Ismaël Bennacer du championnat italien et le flou qui entoure l'avenir de Mohamed Farès avec son club d'origine, la Lazio de Rome, la Serie A avait perdu toute trace d'Algériens. Toutefois, Rafik Belghali, arrivé de Malines en Belgique, a sauvé l'honneur. Il évolue désormais au Hellas Vérone, club historiquement réputé pour recruter des joueurs scandinaves depuis près de quarante ans.

Le nul décroché par Vérone lors de ce déplacement à Udine constitue un bon résultat pour débiter le championnat. L'entrée en jeu, même furtive, de Rafik Belghali est porteuse d'espoir pour un joueur qui a beaucoup souffert de blessures la saison dernière, ne disputant que 240 minutes en tout, la majorité de son temps étant passé à l'infirmerie. La saison précédente, en revanche, il avait cumulé plus de 2400 minutes avec son ancien club de Malines, qu'il avait rejoint à l'automne 2023 en provenance du Lommel SK, autre club belge. Belghali est d'ailleurs un pur produit de la

formation belge. Le coach de Vérone l'a aligné en défense centrale. Si Belghali parvient à enchaîner et s'imposer comme titulaire dans ce poste, il pourrait devenir la nouvelle recrue des Verts à court terme. L'Algérie a d'ailleurs une belle tradition avec des défenseurs évoluant en Italie : on pense à Djamel Mesbah avec Lecce et l'AC Milan, Faouzi Ghoulam avec Naples, ou encore Mohamed Farès avec la Lazio. Désormais, les regards se tournent vers Rafik Belghali.

Le Hellas Vérone est actuellement dirigé par le duo italien Paolo Zanetti et Rangajek Costa, et son effectif est un véritable melting-pot de nationalités, à l'image de la majorité des clubs italiens : Maroc, Brésil, Croatie, Espagne, France, et bien sûr les pays scandinaves comme la Norvège ou la Suède.

De nombreux Algériens ont déjà évolué en Serie A – Abdelkader Ghezzal, Adam Ounas, Hassan Yebda, Houssem Aouar, Rachid Ghezzal, Saphir Taïder, Ishak Belfodil – et tous ont constitué un apport considérable pour la sélection. La Serie A apporté en effet une véritable rigueur professionnelle, notamment sur le plan tactique. Il serait donc illogique qu'un joueur comme Rafik Belghali, s'il parvient à gagner sa place de titulaire, soit ignoré par les Verts. Petkovic sait désormais que la pression populaire sur la convocation de tel ou tel joueur est une donnée incontournable, mais dans le cas de Belghali, la question ne se pose pas : ayant déjà porté le maillot des sélections de jeunes, sa nationalité sportive ne souffre d'aucune ambiguïté.

Akram. K

Equipe nationale algérienne de football U16

Clôture du premier stage de la sélection de Karim Ziani

L'équipe nationale algérienne de football des moins de 16 ans a bouclé, lundi, son premier stage préparatoire au Centre technique national de Sidi Moussa, avec la participation de 31 joueurs, a indiqué la Fédération algérienne de football sur son site officiel. Ce premier rassemblement, qui a duré six jours, s'est conclu par un match d'application disputé contre la formation du CR Belouizdad, sur l'un des terrains du centre technique national de

Sidi Moussa. Ce stage a permis au sélectionneur national, Karim Ziani, d'effectuer une première évaluation des potentialités de ses joueurs, en attendant l'organisation d'autres regroupements à l'avenir, avant de dresser la liste définitive des éléments qui composeront cette nouvelle sélection. Il convient de rappeler qu'il s'agit de la première expérience de Karim Ziani (43 ans) en tant qu'entraîneur national, six ans après avoir mis un terme à sa carrière de joueur en



2019, sous les couleurs de l'US Orléans (France). Avec 62 sélections et 5 buts inscrits, Ziani reste l'un des figures les plus emblématiques de l'histoire de l'équipe nationale. Il faisait partie de l'effectif qui

avait atteint les demi-finales de la Coupe d'Afrique des Nations 2010 en Angola, et avait également contribué à la qualification de l'Algérie pour la Coupe du monde 2010 en Afrique du Sud.

Akram. K

APRÈS QUATRE SAISONS À LA JSK

Ksila Boualalia rejoint l'Espérance de Tunis

L'Espérance Sportive de Tunis a officialisé lundi la signature de l'ailier droit algérien Ksila Boualalia, en provenance de la JS Kabylie, pour un contrat de quatre ans.

Le club tunisien a présenté le joueur de 24 ans à ses sup-

porters via ses réseaux sociaux officiels. De son côté, la direction de la JS Kabylie a tenu à remercier son ancien joueur, lui souhaitant plein succès dans cette nouvelle étape de sa carrière.

Boualalia quitte la JS Kabylie après avoir disputé 117 matches et marqué 36 buts depuis son intégration dans l'équipe première en 2020, bouclant ainsi quatre saisons pleines sous le maillot « Canari ».

Avec son arrivée à l'Espérance jusqu'en 2029, Boualalia retrouvera ses compatriotes algériens Amin Tougaï et Youcef Belaïli au sein de l'effectif tunisien. Cette signature constitue la deuxième expérience professionnelle pour l'ailier algérien, et le club compte sur lui pour dynamiser le secteur offensif.

Lors de ce mercato estival, l'Espérance de Tunis a également renforcé son

effectif avec plusieurs autres recrues : l'ailier gauche burkinabé Jack Diarra, en provenance du club de Salitas, le latéral gauche Nidal El Lyfi (Stade Tunisien), le latéral droit mauritanien Ibrahim Keita (Mazembe, RD Congo), l'ailier tunisien Younes Rachid (ES Jerissa) et l'attaquant Ahmed Bousaïda (Étoile Métlaoui).

Wassim. k



ENTRE BLESSURES PASSÉES ET NÉGOCIATIONS AVORTÉES

Ismaël Bennacer toujours sans club

A quelque heures de la conférence de presse que tiendra la sélectionneur national algérien, Vladimir Betkovic, pour dévoiler la liste des joueurs concernés par les deux prochains matches de qualification pour la Coupe du Monde 2026, Ismaël Bennacer reste sans club. Cette situation pourrait contraindre le sélectionneur à se passer de ses services et à chercher un remplaçant. La saison estivale s'avère compliquée pour le milieu de terrain international, qui tente en vain de trouver un nouveau club. Considéré comme l'une des plus grandes talents de son poste, Bennacer se retrouve aujourd'hui dans une position difficile après être sorti des plans de l'entraîneur Massimiliano Allegri. Sous contrat avec Milan AC jusqu'en juin 2027, le joueur cherche toutes les options pour quitter San Siro. Il espérait rejoindre Marseille, mais a finalement reçu une offre de Torino, qui a rapidement été retirée après des négociations avec Bennacer et Milan. Torino a alors tourné son attention vers Inter Milan, qui a pu recruter Cristian Asllani en prêt. Les tentatives de Bennacer pour retourner à Marseille se heurtent à des difficultés supplémentaires, l'administration du club français étant concentrée sur le transfert de Dani Ceballos en provenance du Real Madrid, compliquant davantage la situation de l'international algérien. Dans ce contexte de rareté des offres en Europe et dans le monde arabe, Bennacer se retrouve dans une position délicate. Ce scénario inattendu, même pour les plus pessimistes, contraste avec la réputation qu'il avait il y a deux ans, lorsqu'il était considéré comme l'un des joueurs clés des cinq grands championnats européens. Âgé de 27 ans, Bennacer possède une valeur marchande estimée à 15 millions d'euros selon la plateforme Transfermarkt. Avec son contrat actuel jusqu'en 2027, il attend désormais une nouvelle opportunité qui pourrait lui permettre de relancer sa carrière.

Salim. D

APRÈS NEUF MOIS D'ABSENCE Mohamed Bachir Belloumi retrouve la compétition officielle

Le joueur international algérien, Mohamed Bachir Belloumi, a fait son retour sur les terrains après une absence prolongée de neuf mois due à une blessure. Belloumi a participé aux six dernières minutes du match de son club, Hull City, face à Blackburn Rovers, comptant pour la troisième journée du Championship anglais. Il est entré sous les applaudissements du public, en reconnaissance de sa saison précédente, malgré sa faible participation. Le match s'est soldé par une défaite lourde pour Hull City (3-0), mais l'entrée de Belloumi apporte des nouvelles positives pour le club et ses supporters après une longue période de convalescence depuis la fin de l'année dernière.

Belloumi rejoint Hull



City en provenance du club portugais de Varzim, avec l'ambition de progresser dans l'un des championnats les plus compétitifs, mais sa blessure a retardé ses débuts. Avec son retour sur le terrain, l'entraîneur devrait lui accorder progressivement plus de minutes afin de retrouver sa condition physique et sa confiance. Le retour de Mohamed Bachir Belloumi représente un rayon d'espoir pour le club et ses fans, d'autant plus qu'il avait impressionné au début de la saison précédente. Les supporters des « Verts » attendent également qu'il devienne, à terme, le successeur de Riyad Mahrez en sélection nationale, notamment après la Coupe du Monde 2026.

Halim. B

Meddani reprend les entraînements individuels

Le Guinéen Bangoura pourrait être la nouvelle recrue surprise de la JS Kabylie

Selon des sources proches de la JS Kabylie, la direction du club est entrée en négociations avancées avec l'international guinéen Bachir Aboubacar Bangoura, qui pourrait rejoindre les Canaris durant ce mercato estival. L'ailier gauche du FC Milo de Kankan (Guinée) a donné son accord pour tenter une nouvelle aventure en Ligue 1 Mobilis, séduit notamment par la réussite de son compatriote Mohamed Bangoura avec le Mouloudia d'Alger lors du précédent exercice.

ELYAS. CH

L'arrivée de l'international guinéen en Algérie est attendue dans les prochaines heures pour finaliser les discussions avec Hakim Meddane. Il convient de rappeler que Bangoura a récemment été convoqué pour la première fois en sélection nationale par le Portugais Paulo Duarte, en vue de la rencontre face à la Somalie comptant pour la 7^e journée des éliminatoires de la Coupe du monde 2026, début septembre. Parallèlement, la JS Kabylie a profité du marché estival pour consolider son groupe



avec plusieurs renforts de choix. Le défenseur Laïd Chahine Belloul, en provenance du CS Constantine, l'attaquant Aymen Mahious (ex-CR Belouizdad) et le latéral gauche Hamza Mouali (ex-MC Alger) ont ainsi rejoint les Canaris. À leurs côtés, l'Ivoirien Josaphat Arthur Bada, débarqué du club tanzanien Singida, ainsi

que le défenseur central Zineddine Belaïd, transféré de Saint-Trond en Belgique, viennent compléter une campagne de recrutement ambitieuse. En revanche, le club a décidé de se séparer officiellement de Aymen Ben Daoud. Le défenseur, jugé hors des plans du technicien allemand Zinnbauer,

Avant le choc face au ES Mostaganem

Ben Daoud rejoint le CSC, Sfico récupère Bouhalfaya et Ben Sayah



L'actualité du Chabab de Constantine reste animée en cette fin de mercato, entre la volonté de l'administration de renforcer l'effectif et la préparation de l'équipe en prévision de la 2^e journée de championnat face au ES Mostaganem.

Selon des sources proches du club, le milieu de terrain burkinabé Salifo Tabousba a rejeté toutes les propositions de résiliation à l'amiable présentées par la direction. Le joueur insiste pour percevoir l'intégralité de ses salaires jusqu'au 30 juin 2026, date d'expiration de son contrat, ou poursuivre l'aventure avec le CSC jusqu'à cette échéance. Cette position complique sérieusement les plans de la direction, qui souhaite libérer une place pour recruter un attaquant africain avant la clôture du marché estival, prévue le 31 août. Parallèlement, l'administration constantinoise a quasiment bouclé le transfert du défenseur de la JS Kabylie, Aymen Ben Daoud, qui devrait rejoindre l'effectif des "Sanafirs" dans les prochaines heures, après avoir obtenu sa lettre de libération de la part de la direction kabyle.

Sur le plan technique, l'entraîneur bosnien Rossimir Sfico a accordé un repos supplémentaire à son milieu de terrain M'sila Merbah, éprouvé par la fatigue accumulée après sa participation avec la sélection nationale locale au CHAN 2024 disputé au Kenya, en Tanzanie et en Ouganda. À l'inverse, le coach pourra compter sur le retour du gardien Zakaria Bouhalfaya, qui sera aligné face au Tréllige Mostaganem, ainsi que sur le nouvel attaquant Reda Ben Sayah, dont la qualification a été actée suite à la réception de sa lettre de sortie de la Fédération saoudienne. Le néo-recrue Nassim Ghoule, pour sa part, a déjà intégré les séances collectives lors du stage de préparation à Oran. Dans l'optique du prochain déplacement, Sfico a analysé la prestation du ES Mostaganem à travers une vidéo de son premier match en championnat, perdu face à l'Olympique Akbou (0-1). L'objectif du technicien bosnien est d'identifier les points faibles de l'adversaire afin de rééditer la performance de la première journée, où le CSC s'était imposé avec autorité (2-0) contre la Mouloudia d'El Bayadh.

FARES. B

Décision «conservatoire» contre le président

Rezgui Hamroun signe pour deux saisons avec l'Olympique Akbou

La décision de la Commission de discipline de suspendre à titre conservatoire le président de l'Olympique Akbou, Karim Taqa, jusqu'à l'audience prévue ce mercredi 27 août 2025, a suscité de nombreuses interrogations et une vague d'incompréhension dans le milieu sportif. En effet, le dirigeant avait simplement partagé la joie de la victoire avec ses joueurs et ses supporters lors de la première journée du championnat de Ligue 1, face au Trari Mostaganem. Pourtant, la Commission a choisi une autre orientation

en prononçant sa suspension provisoire, dans l'attente de ses explications. La même mesure a été appliquée au dirigeant Djenane Farès Ben Belkacem, convoqué également à la même séance, tandis que le dossier reste ouvert jusqu'à la clôture de l'enquête. Ces sanctions ont été jugées par beaucoup comme sévères et difficilement compréhensibles, d'autant qu'elles visent une manifestation de liesse collective n'ayant en rien porté atteinte à la loi ni à l'esprit de la compétition. Plusieurs soutiens du président

de l'Olympique Akbou ont exprimé leur indignation, rappelant que Karim Taqa s'est toujours distingué par son sérieux et son engagement sans faille en faveur de son club et du sport en général. Le voir aujourd'hui mis en cause simplement pour avoir partagé la ferveur de ses supporters et insufflé un élan moral à ses joueurs en début de saison, est perçu par ses partisans comme une injustice. Pour eux, se solidariser avec le président n'est pas qu'un geste personnel, mais une défense de l'équité sportive et du droit des équipes et des supporters de savourer leur victoire

en toute liberté. Parallèlement, la direction de l'Olympique Akbou a conclu un accord officiel avec l'attaquant Rezgui Hamroun, qui s'est engagé pour deux saisons. Un renfort jugé de taille pour l'équipe, grâce à son expérience et sa capacité à dynamiser le secteur offensif, en apportant des solutions supplémentaires à l'entraîneur. Les Jaune et Bleu poursuivent d'ailleurs leur préparation avec sérieux, en vue d'un duel relevé contre le MC Oran, à l'occasion de la deuxième journée du championnat.

ELYAS. CH

Coupe du Monde Féminine de la FIFA, Brésil 2027

Le rêve de l'attaquante brésilienne Amanda Gutierrez

La Coupe du Monde Féminine de la FIFA, Brésil 2027™ donnera son coup d'envoi dans moins de deux ans et l'attaquante brésilienne Amanda Gutierrez pense déjà à la manière dont elle célébrera ses buts si elle est de la partie. Elle a de bonnes chances d'en être si l'on se fie à sa forme du moment. Lors de la récente Copa América Femenina 2025 remportée par le Brésil, la joueuse de 24 ans a en effet terminé meilleure buteuse avec six réalisations.

En Colombie, Amanda avait d'ailleurs une célébration signature puisqu'après avoir fait trembler les filets, elle encadrait généralement son visage avec ses mains ouvertes, un geste qui pourrait bien être répliqué à l'avenir par de plus jeunes joueuses en quête d'un modèle, comme l'attaquante brésilienne l'était étant jeune. La native de Santa Cruz de Monte Castelo avait alors jeté son dévolu sur nulle autre que l'icône Cristiane.

Lorsqu'Amanda vu le jour en 2001, Cristiane s'apprêtait à fêter ses 16 ans et la future légende brésilienne n'était alors qu'au début d'une carrière internationale remarquable qui la verrait inscrire pas moins de 11 buts en Coupe du Monde Féminine de la FIFA. Malgré ses 40 ans, l'ancienne joueuse du Paris Saint-Germain continue d'ailleurs à briller au plus haut niveau. Sous les couleurs de Flamengo, en première division brésilienne, elle fait actuellement partie du top 3 des meilleures buteuses du championnat. Toujours aussi admirative de son idole, Amanda mesure pleinement la responsabilité qui lui incombera de faire vivre son héritage lorsqu'elle aura raccroché les crampons.

"C'est évidemment une énorme responsabilité de suivre les pas de Cristiane et de toute sa carrière incroyable", a reconnu Amanda au micro de la FIFA. "Au-delà des comparaisons, ce qui compte vraiment, c'est les buts que tout le monde marque et tout ce qu'elle a apporté à la Seleção. Je m'inspire de la façon dont 'Cris' joue quand elle est dans la surface – il n'y en a

pas d'autres comme elle, mais surtout, son parcours m'inspire pour tout ce qu'elle a accompli."

Après la Copa América, la FIFA a réservé une surprise à Amanda : Cristiane lui a enregistré un message personnel, qui lui a été adressé lors d'une interview sur le terrain d'entraînement de Palmeiras, à São Paulo.

"Dans ce petit message pour Amanda, je tiens tout d'abord à la féliciter", a déclaré Cristiane. "C'est un moment très important, que toute joueuse espère vivre. Elle récolte maintenant les fruits de plusieurs années



modèle de classe mondiale."

Pour marcher dans les pas de son idole, l'ancienne joueuse des Girondins de Bordeaux sait qu'il lui faudra bientôt briller à la Coupe du Monde Féminine

pourrait alors bien se présenter en 2027 puisque c'est nul autre que le Brésil qui accueillera le Mondial féminin sur ses terres. Inutile d'expliquer combien le pays hôte sera surmotivé, d'autant que la nation – l'un des berceaux du football mondial – ne figure pas encore au palmarès de l'épreuve.

"C'est un rêve d'enfance", poursuit Amanda. "Les attentes sont très élevées, surtout parce qu'elle se déroule au Brésil. Chaque joueuse rêve d'un tel moment, avec les membres de sa famille présents aux matches, les fans brésiliens remplissant les stades... J'ai déjà très hâte. Le temps passe très vite, et on se prépare pour remporter ce titre à domicile."



de travail acharné. Elle est encore très jeune, avec une longue carrière devant elle, et je suis derrière elle pour continuer à la pousser vers les sommets et à être parmi les meilleures du monde. Nous la soutiendrons, ainsi que toutes les filles, pour perpétuer cette génération victorieuse qui a mis des années à se construire et qui est maintenant florissante."

La FIFA a été témoin de la réaction de la jeune joueuse. Aussi, elle a souri en découvrant le message de la meilleure buteuse de l'histoire du Tournoi Olympique de Football féminin et a exprimé toute sa gratitude envers celle avec son ex-coéquipière à Santos : "Je suis très heureuse de recevoir ce message de 'Cris'. C'est un modèle pour moi, un

de la FIFA. Celle qui vendait autrefois des légumes sur le marché avec



ses oncles s'est déjà rapprochée de ses objectifs et lorsqu'on lui demande quel est son plus grand rêve, elle n'hésite pas une seule seconde : "Gagner la Coupe du Monde avec les Brésil !" répond-elle de volée. L'occasion rêvée

"Je pense que la Coupe du Monde Féminine au Brésil sera extraordinaire, tout comme l'avait été la Coupe du Monde FIFA 2014™ chez les hommes. Le pays s'illumine pour la Coupe du Monde. Ce sera sensationnel", a ajouté la

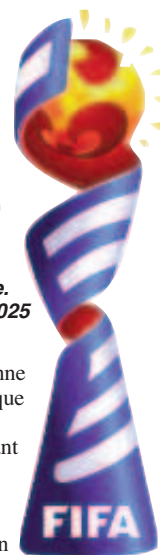
championne d'Amérique du Sud.

Maintenant qu'elle s'est invitée tout en haut du classement des buteuses lors de la Copa América Femenina, la jeune Brésilienne a de bonnes chances de figurer au sein de la liste de joueuses qui disputeront le Mondial féminin à domicile. Elle a d'ailleurs reconnu qu'elle comptait déjà les jours d'ici à 2027, elle qui est impatiente de continuer à écrire son histoire avec la Seleção.

"La Coupe du Monde approche... est-ce que j'y serai ? Comment vais-je célébrer mes buts ? Et avoir toute ma famille dans les gradins pour regarder les matches... J'y pense déjà beaucoup. Je suis impatiente d'être à 2027", a déclaré Amanda, soulignant que l'épopée continentale avait constitué une excellente préparation pour son équipe.

"La Copa América a beaucoup évolué, et elle nous a aidées à mieux nous préparer pour le Mondial", conclut-elle. "Finir meilleure buteuse signifie beaucoup pour moi, vu tout le travail que j'ai fourni et le soutien de mes coéquipières, mais c'est encore plus gratifiant d'être la meilleure buteuse et de gagner le titre ! Tout cela représente bien plus – c'est le résultat de tout un travail acharné."

Et nul doute que Cristiane n'hésitera pas à enregistrer de nouveaux messages de félicitations à la jeune buteuse auriverde si d'aventure elle réalise d'autres exploits lors de la Coupe du Monde Féminine.





Cristiano Ronaldo

L'obsession de la perfection

Cristiano Ronaldo dos Santos Aveiro, né le 5 février 1985 à Funchal, sur l'île de Madère au Portugal, incarne plus que n'importe quel autre footballeur moderne la force de la volonté. De ses débuts modestes sur une petite île de l'Atlantique à son statut de légende vivante du football mondial, son parcours est l'exemple même de la réussite forgée par le travail, l'ambition et la discipline.

Le grand départ : quitter Madère à 12 ans

A seulement 12 ans, Cristiano prend une décision qui changera sa vie : quitter Madère pour intégrer le centre de formation du Sporting Portugal à Lisbonne. Ce fut une épreuve difficile, car il devait se séparer de sa famille et s'adapter à une nouvelle vie, loin de son île natale.

À Lisbonne, il impressionne rapidement par sa technique, sa vitesse et sa détermination. Mais il doit aussi surmonter une malformation cardiaque décelée chez lui à l'adolescence. Opéré avec succès, il retrouve très vite les terrains, avec encore plus de rage de vaincre.



Une enfance modeste mais pleine de rêves

Ronaldo grandit dans une famille modeste. Son père, José Dinis Aveiro, était jardinier municipal, tandis que sa mère, Maria Dolores, travaillait comme cuisinière. L'argent manquait, mais Cristiano, dernier d'une fratrie de quatre enfants, trouvait son bonheur dans un ballon. On raconte qu'il jouait pendant des heures dans les ruelles de son quartier, parfois avec des balles de chiffon lorsqu'il n'avait pas de vrai ballon. À l'école, il se faisait remarquer par son hyperactivité et sa passion unique pour le football, au point que ses enseignants le qualifiaient de « gamin qui ne pense qu'à courir après un ballon ». Dès son plus jeune âge, il est surnommé « l'abeille », tant il était rapide et insaisissable sur le terrain.

Manchester United : la révélation internationale

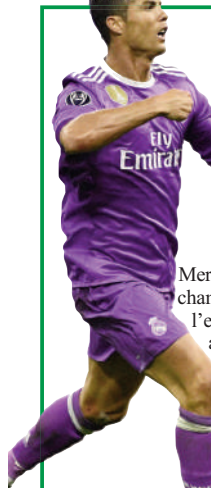
En 2003, lors d'un match amical entre le Sporting et Manchester United, un jeune ailier portugais de 18 ans attire tous les regards : Cristiano Ronaldo. Séduit, Sir Alex Ferguson n'hésite pas à le recruter. Avec les « Red Devils », Ronaldo se transforme. Il affine son jeu, gagne en efficacité et devient une machine à

marquer. En 2008, il remporte la Ligue des champions et son premier Ballon d'Or, prouvant qu'il est destiné à écrire l'histoire du football.



Real Madrid : l'apogée d'une légende

En 2009, Cristiano rejoint le Real Madrid pour un transfert record de 94 millions d'euros. Dès ses débuts au Santiago Bernabéu, il s'impose comme l'homme fort du club. Ses statistiques deviennent ahurissantes : 451 buts en 438 matches, soit plus d'un but par rencontre. Avec les « Merengues », il remporte quatre Ligues des champions (2014, 2016, 2017, 2018) et devient l'ennemi juré mais aussi le miroir de Lionel Messi, avec lequel il entretient une rivalité légendaire. Chaque Clásico face au Barça devient un duel planétaire, suivi par des millions de spectateurs. Dans cette période, Ronaldo accumule quatre Ballons d'Or supplémentaires, confirmant son statut de joueur d'exception.



Une machine de travail

Au-delà de son talent, Cristiano Ronaldo est admiré pour son éthique de travail. Premier à arriver à l'entraînement, dernier à repartir, il s'impose une discipline de fer. Son corps devient un outil de haute performance : détente verticale impressionnante, vitesse de sprint de sprinteur, puissance de frappe phénoménale. On raconte qu'il refusait parfois de rentrer chez lui après les séances d'entraînement pour continuer à travailler seul, perfectionnant ses tirs ou sa condition physique. Cette obsession pour la perfection lui a valu le surnom de « machine » dans le monde du football.



L'icône planétaire

En dehors des terrains, Cristiano Ronaldo est devenu une marque mondiale. Son numéro 7, associé à ses initiales « CR7 », orne des vêtements, des parfums, des salles de sport et même des hôtels. Mais derrière le businessman se cache aussi un homme généreux. Il fait régulièrement des dons à des hôpitaux, participe à des actions caritatives et s'investit dans des causes humanitaires. Père de cinq enfants, Ronaldo affiche une image de père attentionné et protecteur, en même temps qu'une figure publique suivie par des centaines de millions de fans sur les réseaux sociaux.



L'héritage d'un champion

Cristiano Ronaldo est aujourd'hui le meilleur buteur de l'histoire de la Ligue des champions, mais aussi celui des sélections nationales, avec plus de 130 buts marqués sous le maillot du Portugal. Son héritage dépasse les statistiques : il représente la détermination, la discipline et la faim de victoire. Alors que beaucoup de joueurs auraient ralenti avec l'âge, lui continue d'écrire l'histoire, prouvant que le talent n'est rien sans un travail acharné.

« Cristiano Ronaldo, c'est l'histoire d'un enfant de Madère devenu une légende mondiale, grâce à une volonté de fer et une obsession de la perfection. Un champion qui restera dans les mémoires non seulement pour ses buts, mais pour son incroyable capacité à toujours repousser ses limites »

Le héros du Portugal

Avec la sélection portugaise, Ronaldo a connu de grandes déceptions avant de toucher au sommet. Après plusieurs échecs en phase finale (Euro 2004, Coupe du monde 2006, Euro 2012), il finit par offrir à son pays une victoire historique : l'Euro 2016 face à la France, malgré sa sortie prématurée en finale sur blessure. Trois ans plus tard, il conduit encore le Portugal à un nouveau titre, en remportant la Ligue des Nations 2019. Ces triomphes le consacrent comme le plus grand joueur de l'histoire du football portugais, surpassant même la légende Eusébio.



FC BARCELONE

Entre incertitudes, pertes financières et choix sportifs douloureux

Deux semaines après le lancement de la Liga, le flou persiste autour du stade du FC Barcelone. Pour la deuxième saison consécutive, le club évolue à l'Estadi Olímpic Lluís Companys de Montjuïc, faute de pouvoir réintégrer un Camp Nou en pleine rénovation, un chantier colossal estimé à 1,5 milliard d'euros.



La direction blaugrana avait promis un retour partiel dès cet été, avec une capacité réduite à 27 000 spectateurs. Mais à ce jour, les documents nécessaires pour obtenir les autorisations d'accès n'ont pas encore été déposés. Une inspection conjointe de la Liga et de l'UEFA a même conclu que ce retour pourrait être reporté jusqu'à la mi-saison.

Laporta sous pression

Cette situation fragilise l'image du président Joan Laporta, déjà critiqué par les socios. Sur le plan financier, l'impact est lourd : l'accord sur les loges VIP, qui représente près de 100 millions d'euros, ne peut toujours pas être inclus dans le

calcul de la masse salariale. À cela s'ajoutent les difficultés logistiques. Le match contre Valence, prévu le 14 septembre, coïncide avec un concert de Post Malone à Montjuïc. Le Barça envisage même de délocaliser la rencontre à Mestalla ou de solliciter le stade Montilivi de Gérone, une hypothèse qui témoigne du malaise actuel.

Casadó, symbole d'un dilemme économique

Sur le marché des transferts, le club tente d'enregistrer auprès de la Liga trois recrues : Wojciech Szczęsny, Gerard Martín et Roony Bardghji. Mais pour respecter le fair-play financier, des départs s'imposent. Oriol Romeu et Iñaki Peña

sont pressentis, mais le dossier le plus sensible reste celui de Marc Casadó. Formé à La Masia, le milieu de 21 ans a disputé 36 matchs la saison dernière et contribué au triplé (Liga, Coupe et Supercoupe). Pourtant, son temps de jeu s'est réduit avec l'éclosion du prodige Marc Bernal. Courtisé par West Ham et Wolverhampton, Casadó est valorisé à 30 millions d'euros. Le club pourrait céder pour alléger la masse salariale, même si le joueur a montré sa volonté de rester.

Rashford testé, Flick ajusté

Le récent match contre Levante a illustré les hésitations tactiques du Barça. Marcus Rashford a été titularisé sur l'aile gauche, entouré de Raphinha dans un rôle axial et

de Ferran Torres en pointe. L'expérience n'a pas été concluante : si l'Anglais a brillé par quelques dribbles en début de match, il a peu à peu disparu, et l'équipe a encaissé deux buts en contre.

À la mi-temps, Hansi Flick a réajusté ses choix : Dani Olmo est entré, Raphinha a retrouvé son couloir droit et le Barça a renversé la rencontre pour s'imposer 3-2. Les statistiques de Rashford (30 passes réussies, une frappe cadrée) ne suffisent pas à convaincre : le coach allemand a retenu une leçon claire, l'équipe ne peut pas débiter avec trois attaquants de métier en même temps.

Une semaine cruciale pour l'avenir

L'actualité s'annonce décisive. Le tirage au sort de la Liga des champions déterminera aujourd'hui les futurs adversaires des Blaugrana, encore marqués par leur élimination en demi-finale la saison dernière contre l'Inter.

Lundi, le mercato fermera ses portes avec plusieurs décisions attendues : Casadó sera-t-il vendu ? Bardghji restera-t-il avec l'équipe première ou sera-t-il redescendu au Barça Atlètic pour contourner les contraintes salariales ?

Entre chantier de stade, équilibres financiers et choix sportifs risqués, le FC Barcelone navigue toujours dans l'incertitude. Mais un objectif reste inchangé : réintégrer un Camp Nou flambant neuf et renouer enfin avec une gloire européenne qui fuit depuis trop longtemps.

LORS D'UNE NUIT MARQUÉE PAR L'ÉCLAT DE RIO

Liverpool renverse Newcastle à la dernière seconde



Liverpool a arraché une victoire précieuse sur le fil face à Newcastle (3-2), dimanche soir, à l'occasion de la 2^e journée de Premier League. Dans une rencontre électrique, tendue par la polémique entourant le Suédois Alexander Isak – en plein bras de fer pour rejoindre Liverpool – et par les échanges virulents entre les deux clubs avant le coup d'envoi, les Reds ont fini par faire la différence au bout du suspense. Dès la reprise, Hugo Ekitike a doublé la mise pour Liverpool, profitant de l'expulsion d'Anthony Gordon dans le temps additionnel de la première période. Réduits à dix, les Magpies ont pourtant trouvé les ressources pour réagir : Bruno

Guimarães a réduit l'écart à la 57^e minute, avant que William Osula n'arrache l'égalisation à la 88^e. Alors que tout semblait indiquer un partage des points, le jeune remplaçant Rio Ndomouha a délivré les siens à la 100^e minute, offrant aux Reds un succès renversant et une soirée mémorable. Avec ce deuxième succès en autant de rencontres, Liverpool compte désormais six points, à égalité avec Arsenal et Tottenham mais devancé à la différence de buts. Les hommes de Jürgen Klopp occupent ainsi la 3^e place, juste devant Chelsea (4 points). Newcastle, de son côté, reste bloqué à une seule unité au 15^e rang, après son nul inaugural face à Aston Villa.

APRÈS LA DÉCISION CHOC DE GUARDIOLA

Omar Marmoush enflamme la colère des supporters de Manchester City

Les répercussions de la défaite de Manchester City face à Tottenham (0-2) à l'Etihad Stadium, lors de la 2^e journée de Premier League, continuent d'alimenter la presse britannique. Non seulement à cause du résultat décevant, mais surtout en raison de la décision surprenante de Pep Guardiola de remplacer prématurément la star égyptienne Omar Marmoush. Le technicien espagnol s'est retrouvé sous le feu des critiques après avoir sorti Marmoush, surnommé « le Prince », à la 53^e minute de jeu en même temps que Rayan Cherki, pour faire entrer Jérémy Doku et Bernardo Silva. Le média spécialisé « City Extra » a qualifié ce choix d'inattendu, soulignant que Marmoush avait été la principale source de danger des Skyblues malgré quelques occasions manquées. De son côté, « Football Insider » a estimé que l'international égyptien avait livré l'une de ses meilleures prestations depuis son arrivée l'hiver dernier en provenance de l'Eintracht Francfort, et que son remplacement rapide n'était pas justifié. La BBC a, elle, salué la performance de Marmoush, affirmant qu'il faisait partie des meilleurs joueurs de City lors de cette rencontre et

qu'il avait même obtenu la meilleure note de son équipe malgré la défaite. La chaîne britannique a pointé du doigt les occasions gâchées par Erling Haaland, contrastant avec l'efficacité clinique de Tottenham. Pour sa part, le Manchester Evening News a relevé que Marmoush avait débuté le match avec beaucoup d'énergie, avant de se montrer trop précipité dans certaines situations. Toutefois, le journal n'a pas manqué d'exprimer son étonnement face à la décision du coach espagnol. La polémique a également gagné les rangs des supporters de Manchester City, très actifs sur les réseaux sociaux, qui ont vivement critiqué Guardiola. Beaucoup estiment que Marmoush devrait évoluer en pointe ou comme second attaquant, plutôt qu'au poste d'ailier gauche qu'il occupait face à Tottenham.

L'un d'eux a écrit sur X : « Marmoush n'a aucun avenir à City s'il continue à jouer à gauche. Nous avons vu une autre version de lui dans d'autres rôles ». Un autre a renchéri : « Le poste d'ailier gauche ne lui convient pas », tandis qu'un troisième a ajouté : « Sortir Marmoush si tôt est ridicule, cela va le démoraliser et nuire à ses performances ». Entre critiques médiatiques et grogne des supporters, l'avenir d'Omar Marmoush à Manchester City semble désormais lié aux prochains choix de Guardiola, d'autant que l'Égyptien a déjà prouvé qu'il pouvait faire la différence lorsqu'il évolue à son poste de prédilection.



POUR 30 MILLIONS D'EUROS

Donnarumma tout proche de Manchester City

Selon la presse italienne, Manchester City est sur le point de finaliser l'arrivée du gardien international italien Gianluigi Donnarumma en provenance du Paris Saint-Germain, dans une opération estimée à environ 30 millions d'euros. Le site « Football Italia » rapporte que les négociations entre les deux clubs avancent rapidement et qu'un accord définitif pourrait être conclu dans les prochains jours, la confiance étant réciproque quant à

l'issue positive du dossier. Âgé de 26 ans, Donnarumma aurait déjà trouvé un accord sur les conditions personnelles avec Manchester City, donnant ainsi son feu vert pour débiter un nouveau chapitre de sa carrière. Initialement, le PSG réclamait entre 45 et 50 millions d'euros, mais la proximité de la fin de contrat du joueur a incité le club parisien à envisager sérieusement l'offre des Citizens, afin d'éviter de le voir partir libre à l'issue de la saison. Arrivé à

Paris à l'été 2021 en provenance de l'AC Milan, Donnarumma a remporté plusieurs titres nationaux et européens avec le PSG, dont la Ligue des champions 2025, première de l'histoire du club francilien. Le gardien italien figure parmi les profils très appréciés par Pep Guardiola, qui considère cette opportunité comme idéale pour collaborer avec lui avant que toute chance de le recruter ne disparaisse.



Liverpool envisage de recruter Rodrygo du Real Madrid plutôt qu'Isak

Liverpool poursuit ses manœuvres sur le marché des transferts estivaux, et le nom de l'ailier brésilien Rodrygo Goes, joueur du Real Madrid, est apparu comme une option sérieuse pour renforcer l'attaque des Reds avant la clôture du mercato. Selon plusieurs rapports de presse, Rodrygo songerait sérieusement à relever un nouveau défi après avoir vu son rôle diminuer au Real Madrid. Cette situation a ouvert la porte aux clubs de Premier League, dont Liverpool, Manchester City, Chelsea et Arsenal, qui suivent attentivement son dossier. Le

journaliste spécialisé dans les transferts, Sacha Tavorieri, a confirmé que Liverpool se tournerait résolument vers Rodrygo en cas d'échec des négociations avec le Suédois Alexander Isak, attaquant de Newcastle United. Ce dernier a vu son club refuser une offre de 110 millions de livres sterling, exigeant pas moins de 150 millions pour envisager un départ. De son côté, le Real Madrid serait disposé à écouter les propositions concernant Rodrygo, à condition qu'elles atteignent au minimum 100 millions d'euros. Le temps presse puisque le marché des transferts européen fermera ses portes le 1er septembre prochain.



EN PROVENANCE DE SOUTHAMPTON Everton recrute Tyler Dibling

Everton, pensionnaire de Premier League, a officialisé l'arrivée de l'ailier Tyler Dibling, en provenance de Southampton, pour un contrat d'une durée de quatre ans. Âgé de 19 ans, le jeune joueur a disputé 33 rencontres avec les Saints avant de rejoindre les Toffees, où il évoluera désormais sous la houlette de David Moyes. Si le montant du transfert n'a pas été communiqué, plusieurs médias britanniques l'estiment à environ 42 millions de livres sterling. Dans ses premiers mots au

micro de la chaîne officielle du club, Dibling a déclaré : « Je pense que j'arrive à Everton au bon moment et j'espère pouvoir rester ici de nombreuses années. » Et d'ajouter : « Mon objectif cette saison est simplement de disputer le plus grand nombre de matchs possible et d'aider l'équipe en marquant des buts et en délivrant des passes décisives. » Everton a entamé sa nouvelle saison de Premier League avec une victoire et une défaite lors des deux premières journées. Le club affrontera Mansfield Town mercredi en Coupe de la Ligue anglaise, avant de se déplacer sur la pelouse de Wolverhampton samedi en championnat.



Les blessures fragilisent la défense de Stuttgart

Sebastian Hoeneß, l'entraîneur de Stuttgart, fait face à une véritable crise défensive à la veille du début de la campagne de son équipe en Coupe d'Allemagne. Le défenseur Luca Jachas s'est fracturé le nez lors de la rencontre face à l'Union Berlin samedi, en ouverture de la Bundesliga, tandis que Ameen Dakhlil et Jeff Chabot souffrent de blessures musculaires. Lors d'une conférence de presse tenue lundi, Hoeneß a déclaré : « Malheureusement, nous serons privés de Leonidas Stergiou, Silas, Luca Jachas, Jeff Chabot, Ameen Dakhlil et Justin Diehl. » Le début de saison du VfB Stuttgart est préoccupant : défait par le Bayern Munich en Supercoupe d'Allemagne, le club souabe a ensuite chuté face à l'Union Berlin (1-2), nourrissant ainsi les craintes d'une élimination prématurée en Coupe. Hoeneß a ajouté : « Notre victoire en Coupe d'Allemagne appartient désormais au passé. Nous abordons cette saison en tant que tenants du titre et nous voulons aller le plus loin possible dans cette compétition. »



COUP DUR POUR BOLOGNE Ciro Immobile absent huit semaines

Bologne a reçu une mauvaise nouvelle en ce début de saison de Serie A : son nouvel attaquant vedette, le joueur italien de 35 ans s'est blessé samedi lors de la défaite face à la Roma (0-1), comptant pour la première journée du championnat. Dans un communiqué, le club a précisé que l'atteinte musculaire concerne la cuisse droite et nécessitera près de deux mois de récupération. Revenu cet été en Serie A après une saison passée en Turquie sous les couleurs du Beşiktaş, Immobile sortait d'un exercice réussi, ponctué de 15 buts en 31 rencontres, avant de résilier son contrat qui courait initialement jusqu'en juin 2026 avec option pour une année supplémentaire. Formé à la Juventus, Immobile a porté successivement les maillots de Gênes, Torino, le Borussia Dortmund (2014-2015) et le Séville FC (2015-2016), avant de marquer l'histoire de la Lazio Rome entre 2016 et 2024. Avec le club romain, il a inscrit 207 buts en 340 matchs, remportant à quatre reprises le titre de meilleur buteur de Serie A. Lors de la saison 2019-2020, il a égalé le record

de 36 buts en une seule saison, jusque-là détenu par Gonzalo Higuaín. Cependant, sa dernière saison à Rome a été marquée par une mise à l'écart progressive et une rupture avec une partie des tifosi, allant jusqu'à des menaces à l'encontre de sa famille. Vainqueur de l'Euro 2021 avec l'Italie (17 buts en 57 sélections), Immobile reste l'un des attaquants les plus prolifiques de la dernière décennie. Désormais, Bologne devra composer sans lui alors qu'il s'apprête à disputer la Ligue Europa, grâce à sa victoire historique en Coupe d'Italie, le premier trophée du club depuis 1974.





Direction Générale D'Algérie poste
Direction de l'Unité postale de la wilaya de Béchar

N°:151/ DUPWB/SDRHM/MG/2025

Service contractant : Direction de l'Unité postale de la wilaya de Béchar
Centre-ville Béchar.

Partenaire cocontractant: Bureau d'étude INCHAA GROUPE représenté par
M^r ACHOUR Abdelkader
Nouvelle Chaaba N° 22 B 01 Béchar.

Mise en demeure N°02

- Vu le décret présidentiel N° 15-247 du 16/09/2015 portant réglementation des marchés Public et des délégations de service public.
- Vu la convention d'étude et suivi N°16/2022 signée en date du 09/11/2022.
- Vu le marché N°02/2023 DU 17/02/2023 signé avec l'entreprise TOUATI SAAD EDDINE.
- Vu l'ordre de service N°04/2023 signé le 24/12/2023.
- Vu la décision de résiliation du marché N° 02/2023 du 17/12/2023 du 10/06/2025
- Vu notre lettre N°116 du 17/06/2025 pour vous informer de la décision de résiliation du marché N° 02/2023 du 10/06/2025.
- Vu notre lettre N°39 du 19/06/2025 notifier le DWPTIC de la décision de résiliation du marché N° 02/2023 du 10/06/2025.
- Vu notre lettre N°93 du 09/07/2025.
- Vu votre convocation au siège de la Direction de l'Unité Postale par tous les moyens réglementaire et juridiques.
- Vu la mise en demeure N°01.

M^r ACHOUR Abdelkader
Gérant du Bureau d'étude INCHAA Groupe
Est mis en demeure
Dans un délai de (04) quatre jours
Pour :

- Soumettre un DGD lié aux travaux de réalisation de l'établissement postal zone bleue (1500 logements) pour finaliser les procédures de la résiliation.
- Soumettre le devis quantitatif et estimatif des travaux restants pour achever la construction du bureau de poste.

Dans le cas contraire, les dispositions de l'article 25 de la convention N° 16 du 09/11/2023 relative aux travaux de réalisation de l'établissement postal zone bleue (1500 logements) seront exécutées automatiquement, et qui stipule que le service contractant peut unilatéralement précéder à la résiliation du marché. En outre les surcoûts induits sont supportés par ce dernier, conformément à l'article 160 de la procédure de passation des marchés de l'EPIC Algérie poste du 22/01/2018.

AL MOUNASSER 27 Août 2025

ANEP 2516027496



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



TEL:
0560266287

OU PAR EMAIL:



CONTACT@ALMOUNASSER.DZ

« Nous sommes sortis de la compétition avec les honneurs »

VOTRE QUOTIDIEN SPORTIF
Mounasser®
Quotidien sportif N°03 Mardi 20 Avril 2025 Prix 20 DA

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

Qualifications du CHAM-2025
Première séance
légère pour les Verts

Championnat de France
Amine Gouiri
dynamite Brest!

28e journée de Ligue 2 amateur
L'ES Ben Aknoun
retrouve l'élite

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

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

La jeunesse sportive de Kaylie

La défense inquiète Zienbauer

Boudaoui dans le viseur de Wolfsburg

« Elle sera repoussée à huis clos »
MB Rouissat – USM Harrach programmé le 3 mai

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

VOTRE QUOTIDIEN SPORTIF
Mounasser®
Quotidien sportif N°02 Lundi 28 Avril 2025 Prix 20 DA

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

Lancement d'un grand complexe sportif au sud

Le président Abdelmadjid Tebboune tient parole

Koundé offre la Coupe du Roi au Barça

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

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



L'histoire du karaté

L'histoire du karaté remonte à l'origine de l'homme sur la terre et au moment où il a dû apprendre à se défendre contre ses ennemis naturels. D'autre part, ses méthodes de combat sont issues de l'observation des animaux ou encore des anciens mouvements de gymnastique corporelle destinés à maintenir la santé.

Les véritables origines se perdent dans la nuit des temps et se mélangent abondamment avec de nombreuses légendes. En remontant à l'antiquité, nous pouvons retracer dans la mythologie grecque l'existence de méthodes similaires au karaté aujourd'hui connu.

Les premières traces d'une méthode utilisant des coups de poing et de pied apparaissent dès le VI^{ème} siècle de notre ère en Chine. Cette preuve de l'existence des arts martiaux date de 770 et 480 avant J.C. dans le livre des chants I-CHIN CHING, décrivant avec abondance la vie de cette époque.

C'est à un moine bouddhiste venu de l'Inde, BODHIDHARMA, également connu sous le nom de DARUMA TAISHI, que nous devons la mise au point de la méthode appelée SHAOLIN-SZU-KEMPO. Elle avait pour but d'améliorer la santé physique des moines du temple SHAOLIN, tout

mettant surtout l'accent sur l'utilisation des poings telles que le PANGAI-NOON, le KUNG-FU, le PAKUA, le TAI-CHI, le KEMPO, et plus encore.

Okinawa : fusion de diverses techniques de combat

Le karaté moderne tient ses origines de l'Okinawa, île principale



de la chaîne des RYU KYU et située au sud du Japon. Cette terre de rencontre des cultures chinoises et japonaises a été le témoin et l'intermédiaire entre deux civilisations, faisant d'Okinawa le de fusion des diverses techniques de combat. C'est à cet endroit précis

Okinawa a été unifiée sous le règne du roi SHO HASHI de CHUZAN en 1429 et plus tard sous le règne du roi SHO SHIN qui, pour s'assurer du pouvoir et décourager ses rivaux militaires, proclama un édit interdisant la pratique des arts martiaux et saisit toutes les armes du royaume en décrétant leur possession comme

un crime envers l'État. En 1609, le clan SATSUMA de KOGOSHIMA interdit à nouveau le port des armes à Okinawa. En réponse aux envahisseurs qui les opprimaient et leur interdisaient le port des armes, les Okinawaïens ont pris un vif intérêt à l'art des poings qu'ils combinèrent à leurs propres techniques de combat de mains à mains, produisant ce qu'on appelait alors l'OKINAWA-TE. C'est par la suite que naquirent le SHURI-TE, le NAHA-TE et le TOMARI-TE.

En 1853, un fait important transforma l'image de la pratique des arts martiaux traditionnels, soit l'apparition des armes à feu que le Japon découvrit avec l'expédition américaine de Perry. Le déclin de certaines valeurs sociales qui avait été amorcé au XVII^{ème} siècle fut accéléré par cette découverte qui fut suivie de près par l'unification du Japon à la période de

Restauration MEIJI, en 1868, alors que le système féodal fut aboli pour faire place à une société nouvelle avec l'ère TOKUGAWA (1868-1912).

Funakoshi : Père du karaté moderne

Gichin Funakoshi naquit cette même année à SHURI comme unique enfant d'une famille modeste et, en 1879, Okinawa était incorporée comme préfecture japonaise à l'empire de MUTSOHITO.

L'enseignement et la pratique du karaté restèrent secrets jusqu'en 1900 où l'Okinawa-te ou Tode devint le style le plus systématisé. Le voile fut levé en 1902 quand un commissaire de l'Éducation de la Préfecture de Kagoshima, SHINTARO OGAWA, recommanda d'inclure le karaté dans le programme scolaire d'éducation physique de certaines écoles de SHURI.

L'Okinawa-te, nom ancien de ce qu'on appelle aujourd'hui Karaté, fut alors enseigné ouvertement, essentiellement comme méthode d'éducation physique. De cette époque, nous sont parvenus les noms de deux maîtres qui allaient devenir les chefs de file des principales écoles actuelles : Ankoh Itosu enseignait une méthode basée sur les techniques longues, les déplacements rapides et légers (SHORIN), tandis que Kanryo Higaonna donnait la préférence à un style basé sur des techniques de force, en contraction, et sur des déplacements courts, surtout efficaces pour le combat à faible distance (SHOREI). Ces deux maîtres instruisirent des hommes qui, un peu plus



tard, révélèrent leurs techniques martiales au Japon.

C'est FUNAKOSHI GICHIN, considéré comme le père du karaté moderne, qui en 1906 avec ses collègues, fit la

bouddhisme Zen, soit le SHORINJI KEMPO. Ils se mirent à l'étude de cette méthode de combat encore inconnue et si efficace sous la direction de Maître Funakoshi.

C'est alors seulement



première démonstration publique à Okinawa. De plus, en 1922, il fit connaître au Japon l'existence du karaté lors d'une fête sportive (First National Athletic Exhibition) qui eut lieu à Tokyo sous les auspices du Ministère de l'Éducation. Les Japonais ne connaissaient à cette époque que le JIU-JITSU, une méthode dont le JUDO tire sa source. Il y avait également une connaissance de certaines formes de self-défense venues au Japon au XII^{ème} siècle avec le

que Maître Funakoshi coupa le lien avec l'origine chinoise et okinawaïenne de son art et l'appela KARATE. Mais tandis que certains instructeurs continuaient à enseigner à Okinawa une forme plus traditionnelle et plus proche de l'Okinawa-te, d'autres voyant le succès de Funakoshi passèrent au Japon et y apportèrent leur technique.

Même si celle-ci fut à chaque fois légèrement différente, ils l'appelèrent tous karaté en raison de la forte notoriété dont bénéficiait déjà cette désignation.



en leur enseignant une méthode d'autodéfense efficace.

Cette première forme codifiée de science du combat puise ses racines dans une méthode guerrière de l'Inde appelée VAJRAMUSHTI. En Chine, elle se mêla à la technique locale de poings nommée CH'UAN-FA. Il en résulte une grande variété de techniques



que s'est développé une forme de combat excessivement dur et efficace directement à l'origine du karaté japonais actuel. Le tout en réponse à deux périodes de répression qui débutèrent avec l'invasion des Mongols en Chine, entraînant une vive réaction de la part des seigneurs des dynasties Ming (1368-1644) et Ting (1644-1911).

MONDIAL 2025 DE VOLLEY-BALL

La sélection algérienne poursuit sa préparation en Pologne

La sélection algérienne masculine de volley-ball poursuit sa préparation en prévision de sa participation au Mondial 2025, prévu aux Philippines du 12 au 28 septembre, avec un stage précompétitif qui s'étalera jusqu'au 5 septembre en Pologne, a indiqué la Fédération algérienne de la discipline (FAVB).

● PAR : RANIA. K

Lors de ce stage précompétitif, l'équipe nationale disputera six matchs amicaux, ajoute la FAVB. Avant ce stage en Pologne, la sélection nationale avait effectué, début août, un premier regroupement en Tunisie, ponctué par trois matchs amicaux face à son homologue tunisienne.

Les volleyeurs algériens avaient également pris part au tournoi international de l'Amitié, disputé en juillet dernier à Béjaïa, aux côtés de, la Tunisie, la Libye et l'Egypte. Au Mondial 2025, l'Algérie a été versée dans la poule (F), aux côtés de l'Italie, de l'Ukraine et de la Belgique.

La sélection nationale entamera la compétition face à son homologue italienne (tenante du titre), le 14 septembre à



Manille (14h30 heures algériennes), avant d'affronter le 16 septembre l'Ukraine (07h00), puis la Belgique le 18 septembre (07h00), pour le compte de la dernière journée de la phase poules. Pour cette première édition qui se jouera

avec 32 pays, les deux meilleures équipes du classement final de chaque poule accéderont à la phase à élimination directe de la compétition mondiale. Le mondial se déroulera dans deux sites : à Manille - le Smart Arena Coliseum et la

SM Mo Arena - du 12 au 28 septembre 2025. Pour rappel, le Six national avait composé son billet pour le Mondial 2025 en atteignant la finale du Championnat d'Afrique 2023, perdue face à l'Egypte (1-3).

L'ENTRAÎNEUR KAMEL IMLOUL

"Le stage en Pologne nous sera très bénéfique"



La sélection algérienne (seniors/messieurs) de volleyball est astreinte à un programme biquotidien pendant son stage de préparation actuellement en cours en Pologne, où elle est également appelée à "disputer six matchs amicaux", selon l'entraîneur Kamel Imlou.

"Ces joutes amicales nous seront très bénéfiques, car nous serons appelés à défier des clubs d'élite, qui nous permettront de bien jauger nos capacités dans le haut niveau", a expliqué le coach national, dans une interview accordée lundi soir au site officiel de la Fédération (FAVB).

"Pour l'instant, tout se passe bien pour notre équipe. Elle dispose de tous les moyens nécessaires pour réaliser une bonne préparation, ici à Katowice. D'ailleurs, malgré l'importante charge de travail, les joueurs répondent bien", a-t-il encore assuré. Ce stage bloqué s'étendra jusqu'au 5 septembre prochain, dans la perspective des Mondiaux 2025 qui se dérouleront du 12 au 28 du même mois aux Philippines et Imlou espère que d'ici là, "la sélection algérienne aura suffisamment progressé, pour montrer un bon visage pendant la phase de groupes".

R. K

MONDIAUX 2025 DES CADETS DE JUDO

L'Algérie présente avec quatre athlètes en Bulgarie

L'Algérie sera représentée par quatre judokas (2 garçons et 2 filles) aux Mondiaux 2025 des cadets, prévus du 27 au 30 août courant à Sofia (Bulgarie), suivant la liste d'admission, dévoilée lundi par les organisateurs.

Il s'agit d'Ala-Eddine Sahraoui (-50 kg) et Mohamed Amine Degouah (-60 kg) chez les garçons, ainsi que Chiraz Nadine Dahoumane (-40 kg) et Asma Rym Miloudi (+70 kg) chez les filles. Les catégories de poids retenues pour cette compétition sont celles des -50 kg, -55 kg, -60 kg, -66 kg, -73 kg, -81 kg, -90 kg et +90 kg, chez les garçons, et celles des -40 kg, -44 kg, -48 kg, -52 kg, -57 kg, -63 kg, -70 kg et +70 kg en filles. Selon les organisateurs, 556 athlètes (298 Garçons et 258 Filles), représentant 72 pays, des six continents, ont confirmé leur participation à ces Mondiaux.

Avec 20 athlètes engagés, le Canada, le Kazakhstan et le Kirgizstan font partie des pays les mieux représentés dans cette compétition, devant la Mongolie (19) et la Grèce (18).

Les athlètes seront fixés sur leurs adversaires respectifs à partir de mardi soir, à l'issue du tirage au sort qui sera effectué sur place par les organisateurs, soit un peu



moins de 24 heures avant le début de la compétition.

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

D'après les organisateurs, seuls 221 judokas (107 Garçons et 114 Filles), représentant 16 pays, seront engagés dans ces épreuves.

Conduite par le membre du Bureau fédéral Djamel Salhi, la délégation algérienne embarquera pour la Bulgarie ce lundi, à partir de l'Aéroport International Houari Boumediene d'Alger. La sélection nationale sera encadrée par les entraîneurs Omar Chelhi et Ihcène Mazari, secondés dans leur tâche par le soigneur Chabane Benkhemou.

SERINE. S

US OPEN DE TENNIS

Alcaraz déjoue le piège Opelka et rallie le 2^e tour

Le N.2 mondial Carlos Alcaraz a réussi son entrée en lice à l'US Open, terrassant le géant américain Reilly Opelka (2,11 m) sur le Central pour rejoindre le deuxième tour.

En quête à New York d'un sixième titre en Grand Chelem et d'un retour au sommet de la hiérarchie mondiale, l'Espagnol s'est imposé 6-4, 7-5, 6-4 contre

le 67e mondial, un redoutable serveur qu'il affrontait pour la première fois. Appliqué de bout en bout, Alcaraz s'est contenté d'un break dans chaque manche pour l'emporter en à peine plus de deux heures au terme du dernier match de la deuxième journée de l'US Open. Le dauphin de Jannik Sinner, lequel affrontera mardi le Tchèque Vit Kopriva (89e), avait été battu l'an dernier au deuxième tour par le Néerlandais Botic van de Zandschulp.

Vainqueur de son premier Grand Chelem à New York en 2022, un

titre qui avait fait de lui le plus jeune N.1 mondial de l'histoire du classement ATP, Alcaraz aura pour prochain adversaire l'Italien Mattia Bellucci (65e).

R. S



L'US OPEN Venus Williams s'incline avec les honneurs au premier tour

Revenue fin juillet sur le circuit WTA à 45 ans passés, la star américaine Venus Williams s'est inclinée lundi au premier tour de l'US Open, vaincue en trois sets par la 13e mondiale Karolina Muchova.

Demi-finaliste

des deux dernières éditions du Grand Chelem new-yorkais, la Tchèque s'est imposée 6-3, 2-6, 6-1 face à la septuple lauréate en Grand Chelem. "Vous m'avez fait stresser (...) j'étais un peu perdue dans le deuxième set", a lancé la gagnante au public du Central dans son interview d'après-match.

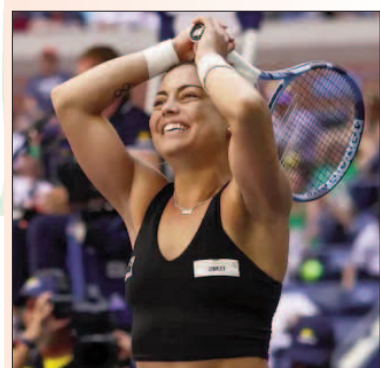
Si l'aînée des sœurs Williams n'a pas réussi à rééditer sa performance du tournoi de Washington, quand elle avait gagné fin juillet son premier match officiel après 16 mois loin du circuit, elle a offert une belle résistance à son adversaire, qui l'avait déjà dominée au premier tour de l'US Open en 2020. Breakée dès

son premier jeu de service, l'Américaine a immédiatement répliqué pour recoller à 2-2. Elle a finalement perdu la première manche 6-3 mais a pris le service de Muchova dès l'entame du deuxième acte, s'octroyant une avance suffisante pour lui assurer le gain du deuxième set 6-4. Malgré les encouragements des spectateurs massés autour du court Arthur-Ashe, Williams n'a plus réussi à menacer Muchova, qui a conclu la partie par un jeu blanc au bout de deux heures de duel. La Tchèque affrontera au deuxième tour la Roumaine Sorana Cirstea ou l'Argentine Solana Sierra. Williams achève pour sa part la tournée américaine sur dur avec un bilan (en simple) d'une victoire pour trois défaites. Retombée à la 582e place du classement WTA, l'ex-N.1 mondiale avait intégré le tableau final à New York grâce à une invitation des organisateurs.

R. S



L'US OPEN Keys battue d'entrée par la Mexicaine Zarazua



L'Américaine, Madison Keys, lauréate de l'Open d'Australie, a été éliminée lundi dès son entrée en lice à l'US Open, surprise 7-6 (12/10), 6-7 (3/7), 7-5 par la Mexicaine Renata Zarazua. La 6e mondiale est la première membre du top 10 féminin à chuter sur les courts en dur du dernier Grand Chelem de la saison. Classée 82e, Zarazua décroche sa première victoire en sept matches contre des membres du top 10 et affrontera au prochain tour la Française Diane Parry (107e). Elle est devenue lundi la première Mexicaine depuis trente ans (Open d'Australie 1995) à battre une des dix premières têtes de série d'un Grand Chelem. Keys n'avait pour sa part plus perdu au premier tour d'un Grand Chelem depuis l'édition 2021 de l'US Open, quand elle s'était inclinée contre sa compatriote Sloane Stephens, lauréate du tournoi en 2017.

R. S

RUGBY CHAMPIONSHIP Jasper Wiese de retour dans le groupe des Springboks

Le sélectionneur de l'équipe d'Afrique du Sud de Rugby, Rassie Erasmus a rappelé le joueur Jasper Wiese dans le groupe des Springboks pour leurs deux matches du Rugby Championship contre la Nouvelle-Zélande en septembre. Jasper Wiese, qui purgera son quatrième match de suspension après le coup de tête asséné au pilier Danilo Fischetti lors d'Afrique du sud-Italie en juillet, manquera cependant le premier des deux tests face aux All Blacks, le 6 septembre à Auckland.

Retenu en son absence, son frère



Cobus Erasmus disparaît de la liste des Springboks communiquée lundi. Une

liste où ne figure pas, le pilier droit Asenathi Ntlabakanye, après être contrôlé positif à une substance interdite lors d'un contrôle aléatoire. Les troisième-lignes Pieter-Steph du Toit et Siya Kolisi, blessés et absents lors de la victoire face aux Australiens samedi, font, eux, leur réapparition. Le talonneur Jan-Hendrik Wessels, le troisième-ligne Jean-Luc du Preez et l'arrière aux 100 sélections Willie le Roux, qui ont manqué les deux rencontres face aux Wallabies, sont également de retour.

R. S

La Bigorexie: Quand le sport devient une passion un peu trop dévorante

Vous vous êtes toujours dit que trop de sport ne pouvait pas vous nuire. Et pourtant, connaissez-vous la bigorexie ? Cette maladie désigne l'addiction au sport et peut avoir des conséquences psychologiques et physiques. Entre diagnostics et prises en charge, M comme Mutuelle vous dit tout sur cette pathologie encore trop peu connue.

La bigorexie en quelques mots

Oui, faire trop de sport peut nuire. Zoom sur la bigorexie, cette addiction au sport qui fait souffrir.

Qu'est-ce que la bigorexie ?

La bigorexie, ou sportoolisme, est une addiction excessive au sport qui touche aussi bien les sportifs amateurs que professionnels. Elle vient du mot anglais «big» («gros») et du mot grec «orexia» («appétit»). Depuis 2011, elle est reconnue comme maladie par l'Organisation mondiale de la santé (OMS) et se classe dans les troubles addictifs du comportement au même titre que l'addiction à la drogue, à l'alcool, au tabac ou à la nourriture. Dans cette pathologie, le sport n'est plus un plaisir, mais un véritable besoin qui fait souffrir.

La bigorexie, comment ça marche ?

Le sport, c'est bon pour la santé. Lors de la pratique, le corps sécrète de l'endorphine. C'est lui qui diminue les douleurs et donne ce sentiment agréable anxiolytique et euphorisant après un exercice. Le sportif atteint de bigorexie va aller toujours plus loin pour trouver ce sentiment de bien-être : au-delà du surentraînement, la bigorexie met à mal autant le physique que le mental.

Les signes de la bigorexie, de la passion à l'addiction

Ce sont les mêmes que les signes d'addiction, avec pour symptôme principal : le désir intense et compulsif de faire du sport. Il est souvent associé à une préoccupation pathologique de la minceur et de la musculature. Au fil du temps, le sportif va consacrer toute son énergie et son temps à l'activité sportive. Cela engendre :

- La recherche de performances au détriment de sa santé et la multiplication de blessures

répétitives toujours plus graves et irréversibles

- Un isolement et des difficultés familiales, conjugales et sociales au risque de divorcer ou perdre son emploi

- Un sentiment de perte de contrôle et une répétition obsessionnelle de certains gestes des troubles du sommeil et du comportement (dépression, anxiété, irritabilité, nervosité...), surtout en cas de sevrage

Êtes-vous un sportif à risques ?

La bigorexie concerne tous les sportifs amateurs ou professionnels. Environ 15% des sportifs pratiquant plusieurs heures de sport par jour, voire plus d'une dizaine d'heures par semaine auraient plus de risques d'être concernés.

La bigorexie et ses effets sur la santé

Dans l'assiette, dans la tête et dans le corps, la bigorexie a des conséquences sur la santé du sportif pouvant mener à une profonde dépression.

Attention à votre santé physique !

La bigorexie entraîne un surentraînement du sportif qui va pousser toujours plus loin ses performances sans écouter son corps. Trop d'efforts prolongés peuvent conduire à des problèmes physiques, comme :

- Un épuisement physique
- Des fractures osseuses
- Des déchirures musculaires
- Des atteintes tendineuses
- Un infarctus

La santé psychique est en jeu ! Psychologiquement, le sportif atteint de bigorexie développe des troubles compulsifs et comportementaux pouvant conduire à une grave dépression voire à des idées suicidaires. Lors de phases d'abstinence, il peut développer de l'irritabilité, de la nervosité, de l'anxiété et des troubles du sommeil. Dans les cas les plus extrêmes, le sportif est dans un tel état de détresse

psychique qu'il peut compenser par la prise de drogues, de caféine, d'alcool, de produits dopants.

La bigorexie est souvent associée à des anorexies comportementales (anorexie mentale inversée, anorexie athlétique ou orthorexie), visant à modifier son alimentation pour prendre de la masse musculaire, maintenir son poids de forme ou à ne manger que des aliments sains.

Un risque pour tout l'entourage !

Même l'entourage est impacté par le comportement du bigorexique. Celui-ci n'a pas toujours conscience qu'il pratique trop d'activité physique et est sourd aux conseils de ses proches et aux contre-indications médicales. De plus, il consacre son temps et son argent au sport au risque de modifier son mode de vie et de négliger sa vie de couple, de famille ou même professionnelle.

Les causes psychologiques de la bigorexie

Souvent, la bigorexie cache un traumatisme passé ou présent, affectif ou professionnel (rupture, dépression, harcèlement). De plus, la bigorexie est une forme de distorsion de l'image corporelle. Et, la recherche de la performance et la quête d'un corps parfait aident à combler un vide psychique, à répondre à une pression sociale ou restaurer un manque de confiance en soi.

Les causes environnementaux de la bigorexie

Aujourd'hui, notre société voue un culte à la performance et donne toujours plus d'importance à l'apparence physique, à la minceur et à l'alimentation «healthy» via les réseaux sociaux ou les médias. À la recherche de l'exploit, du corps parfait et du contrôle du corps et de la force, le bigorexique peut accentuer

sa maladie.

Les causes chimiques de la bigorexie

En plus du rôle de l'endorphine toujours plus recherché, la bigorexie détraque tout le circuit de la récompense. Le cerveau va subir une hausse des taux de dopamine et de noradrénaline. Lors de l'arrêt de l'activité physique, la sérotonine, qui module la perception et le seuil de tolérance, engendre colère, irritabilité et dépression.

Du diagnostic à la prise en charge

La bigorexie est classée parmi les dépendances comportementales et addictions sans substances. Même si le chemin est long, il est possible de guérir de la bigorexie.

Comment diagnostiquer la bigorexie ?

Comme toutes les dépendances, la bigorexie se mesure par le diagnostic du DMS (Diagnostic and Statistical manual of Mental disorders) de l'American psychiatric association ou la CIM-10 (10ème révision de la classification statistique internationale) de l'Organisation mondiale de la santé (OMS). Le diagnostic d'addiction est posé, si vous présentez trois de ces critères : Un désir puissant ou compulsif -Des difficultés à contrôler le temps dédié à l'activité -Un syndrome de sevrage physiologique quand le sujet diminue ou arrête de pratiquer le sport - La mise en évidence d'une tolérance aux effets de la pratique

-Un abandon progressif des autres sources de plaisir et d'intérêt au profit de la substance, et augmentation du temps passé à se procurer la substance et à la consommer Poursuite de l'activité en dépit des effets nocifs

Une prise en charge pluridisciplinaire comme solution ?

Un accompagnement pluridisciplinaire peut vous être proposé. L'idée est de reprendre goût à la pratique sportive. Vous pouvez consulter un psychologue, un addictologue, un médecin du sport, une diététicienne... Le centre de soins d'accompagnement et de prévention en addictologie (CSAPA) peut vous apporter son aide. Parmi les solutions : la thérapie cognitive et comportementale (TCC), la sophrologie, un rééquilibrage alimentaire, la pratique d'un sport collectif... La prise de médicaments est réservée en cas de troubles anxieux ou de dépression.

Quelle prise en charge pour la bigorexie ?

La bigorexie est une maladie chronique prise en charge par la Sécurité Sociale. Pour une prise en charge complète, la souscription à une mutuelle complémentaire vous aidera à couvrir les dépenses de santé supplémentaires (dépassement d'honoraires et hospitalisation).

3 conseils pour une pratique sportive équilibrée

1- On noue une relation saine avec l'exercice physique. Le sport, ça fait du bien. Trouvez la pratique qui vous épanouit sans vous mettre la pression. De plus, posez-vous les bonnes questions si votre sport nuit à vos relations personnelles et familiales.

2-On n'oublie pas la récupération et le repos. Laissez votre corps se reposer et soignez les phases de récupération, cela vous évitera blessures et fatigue excessive. Pensez aussi aux séances de relaxation entre deux séances de sport pour faire baisser votre taux d'endorphine.

3- On pense «body positive». Délaissez les réseaux sociaux souvent artificiels et le «summer body». Le sport est là pour faire du bien dans votre tête et dans votre corps... à votre rythme.



Pourquoi vos bonnes résolutions sont vouées à l'échec ?

Chaque début d'année, c'est la même rengaine : en Janvier, on prend des bonnes résolutions à la pelle, notamment côté sport (je vais marcher/courir tous les jours !) et alimentation (fini le sucre !). Mais soyons lucides : combien de fois avez-vous abandonné vos résolutions dès la première averse glaciale de janvier, ou après une deuxième part de galette des rois ?

Aujourd'hui, on vous explique pourquoi les résolutions de début d'année échouent la plupart du temps. Et surtout comment, cette fois-ci, vous pouvez changer les choses en adoptant une approche plus positive ! Objectif : améliorer durablement son hygiène de vie.

1. Pourquoi les bonnes résolutions échouent

Les bonnes résolutions, c'est le passage un peu obligé de début janvier, qu'on aimerait souvent éviter. Parce que si ça a l'air super sur le papier, on sait que ça va être difficile (impossible ?) à tenir

de se remettre à courir dehors ? Sans oublier les multiples

arrive : à base de « et de bien-être à nos journées. Par exemple, plutôt



invitations à déguster une part de galette des rois, ou les boîtes de chocolats qui « doivent » être finies...

Résultat : il ne faut pas bien longtemps pour que nos bonnes

enchaîner les excès, à l'exact opposé de nos bonnes résolutions. Voilà comment on finit janvier avec un moral en berne, dans son canapé, en grignotant les restes de chocolats...

2. Adopter une philosophie positive pour des changements durables

Au lieu de se focaliser sur des résolutions strictes et contraignantes, pourquoi ne pas repenser l'approche des bonnes résolutions ? Ce n'est pas une question de tout changer du jour au lendemain, ni de « forcer » notre corps ou notre esprit dans des objectifs rigides. L'idée est de choisir des actions simples, mais efficaces, qui peuvent se glisser naturellement dans notre quotidien. Ce sont des habitudes agréables, qui ne sont pas perçues comme une corvée, mais comme une opportunité d'ajouter un peu plus de plaisir

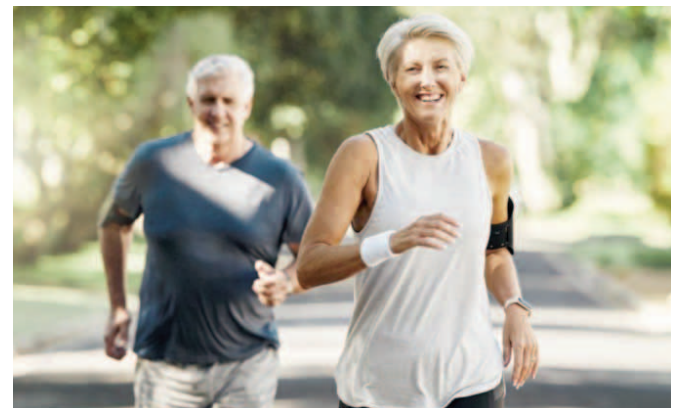
du bien-être tout en étant simples à maintenir : marcher en écoutant un podcast inspirant. Ce n'est pas une session de sport intensif, mais c'est un moyen de prendre soin de soi tout en s'accordant un peu de temps pour se détendre ou se motiver, en pleine nature. Ces petites habitudes peuvent avoir un grand impact, non pas parce qu'elles sont exigeantes, mais parce qu'elles sont intégrées de manière douce et plaisante à la routine quotidienne. Au lieu de se fixer des objectifs de « perfection », la clé est d'opter pour une évolution progressive, où chaque petit pas compte. Il s'agit de créer un équilibre, et d'agir à son propre rythme, sans pression. En adoptant cette approche, on se donne la possibilité de

que de vous imposer des changements drastiques, choisissez de mettre en place des habitudes positives, simples et agréables. Ces petites actions qui vous font plaisir peuvent avoir un impact bien plus grand qu'un objectif imposé, et, surtout, elles se maintiendront sur le long terme. Pas de pression, juste de la douceur et de la bienveillance envers soi-même. En 2025, offrez-vous la possibilité de faire évoluer votre hygiène de vie à votre rythme, avec des gestes qui enrichissent votre quotidien et vous apportent du bien-être. À la fin, ce ne sont pas les résolutions qui comptent, mais les petites habitudes joyeuses et durables qui vous accompagneront tout au long de l'année. Alors, à vous de jouer



ensuite... La réalité, c'est qu'on se lance souvent avec des objectifs trop ambitieux, et que le timing est rarement parfait. Quand on y réfléchit, entre la pluie incessante, la grisaille et les journées qui commencent à peine qu'elles sont déjà presque finies, est-ce vraiment le moment

résolutions retombent comme un soufflé. Le pire dans tout ça ? On on se juge durement, on se reproche de ne pas avoir été assez fort, assez motivé ou assez discipliné pour tenir le cap. La déception s'installe, et avec elle, la tentation de tout laisser tomber. Et puis, bien sûr, il y a l'effet rebond qui



pression, juste un moment de détente qui fait du bien au corps et renforce les liens sociaux. On peut aussi réfléchir à des petites actions qui apportent

construire des habitudes durables, qui se maintiendront sur le long terme. Cette année, pourquoi ne pas aborder vos bonnes résolutions différemment ? Plutôt

: quels petits changements agréables pouvez-vous intégrer dès maintenant pour rendre votre quotidien un peu plus doux et motivant ?

Après leur brillante performance en Afrique
Sadi félicite les champions algériens de taekwondo



Le ministre de la Jeunesse et des Sports, Walid Sadi, a reçu avant hier au siège du ministère la délégation de l'équipe nationale algérienne de taekwondo (jeunes et juniors, filles et garçons), à leur retour du championnat d'Afrique organisé au Nigeria du 20 au 24 août. Cette réception, tenue dans une ambiance festive en présence des cadres du ministère et du président de la Fédération algérienne de taekwondo, visait à honorer les athlètes pour leurs résultats remarquables. La moisson algérienne s'est soldée par une médaille d'or remportée par Abdelrahmane Toumi, deux médailles d'argent et trois de bronze. Dans son allocution, le ministre Sadi a exprimé sa fierté et son admiration envers ces jeunes talents qui ont su porter haut les couleurs nationales sur la scène continentale. Il a réaffirmé l'engagement du ministère à accompagner cette élite prometteuse, à renforcer la politique de soutien aux jeunes talents et à élargir la pratique du taekwondo à travers l'ensemble du territoire national.

R.S

VOTRE QUOTIDIEN SPORTIF
Mounasser®

Météo
jeudi
Partiellement couvert

34 °C | °F Précipitations : 5% Humidité : 41% Vent : 29 km/h

Mercredi 27 Août 2025

Jeux africains de la jeunesse 2025

Mustapha Berraf:

«L'Angola est prêt pour accueillir la 4^{ème} édition»

«L'Angola dispose des infrastructures sportives et des ressources humaines nécessaires pour faire de cette édition un événement inoubliable», a déclaré le président de l'Association des Comités Olympiques Nationaux Africains Mustapha Berraf, à l'occasion de la signature du protocole d'accord avec les autorités angolaises.

Par : mohamed. K

Le pays lusophone accueillera ainsi la 4^{ème} édition des Jeux africains de la jeunesse 2025, prévue du 10 au 20 décembre, une première pour un pays de langue portugaise. Cette compétition multisports est réservée aux athlètes âgés de 14 à 17 ans et se déroulera dans la capitale Luanda ainsi que dans cinq autres villes : Benguela, Lobango, Huambo, Mossamedes et Caxito. La participation de jeunes venus de 54 pays africains est attendue. Le programme de la compétition comprendra environ 33 disciplines sportives, incluant l'athlétisme, le football et la natation, ainsi que des disciplines émergentes comme le skateboard, la danse acrobatique



(breakdance) et des jeux traditionnels africains tels que le «Kiela» et le «Wila». Cette édition coïncide avec le 50^{ème} anniversaire de l'indépendance de l'Angola, offrant au pays une occasion de mettre en avant ses capacités organisationnelles et ses infrastructures sportives. Un rassemblement des chefs de mission est prévu du 11 au 15 septembre 2025 à Luanda. Cette réunion sera déterminante

pour finaliser l'hébergement, le transport, la sécurité et l'organisation générale des délégations participantes. Enfin, la 4^{ème} édition des Jeux africains de la jeunesse servira également de compétition qualificative pour les Jeux olympiques de la jeunesse Dakar 2026, offrant une vitrine idéale aux jeunes talents africains pour se faire remarquer à l'échelle internationale.

HORAIRES DE PRIÈRES ALGER	
Fadjer	04:35
Dohr	12:49
Asr	16:23
Maghreb	19:23
Icha	20:52

Ligue de Diamant 2025 d'athlétisme :
Sedjati et Triki présents en finale, ce soir à Zurich



Le demi-fondiste Djamel Sedjati et triple-sauteur Yasser Mohamed Tahar Triki seront les seuls représentants algériens en finale de l'édition 2025 de la Ligue de Diamant d'athlétisme, prévue mercredi et jeudi à Zurich (Suisse), puisque leur compatriote Slimane Moula (800 mètres) a finalement raté la qualification au dernier moment. Sedjati, médaillé de bronze aux Jeux olympiques de Paris-2024 sera engagé sur le 800 mètres, aux côtés des plus grands champions actuels de cette spécialité, notamment, le Canadien Marco Arop, le Kenyan Emmanuel Wanyonyi, l'Espagnol Mohamed Attaoui, et les Américains Josh Hoey et Bryce Hoppel.

Une forte concurrence, qui devrait donner lieu à une course rapide, avec peut-être un nouveau record à la clé, surtout que la plupart des candidats ont affiché une forme éblouissante au cours des dernières semaines. De son côté, Triki sera confronté entre autres au Portugais Pedro Pichardo, au Jamaïcain Jordan Scott, et au Burkinabé, Hugues Fabrice Zongo. Triki sera le premier à faire son entrée en lice dans la compétition, puisque son concours est prévu jeudi, à partir de 17h19 (heure algérienne), alors que la course Sedjati est prévue un peu plus tard dans la soirée, vers 20h20 (heure algérienne).

Hamid. H

La CAF réunit ses 54 associations

La Confédération Africaine de Football (CAF) organise, du 24 au 29 août 2025, le tout premier atelier stratégique de la Table Ronde du programme CAF IMPACT, en marge du Championnat d'Afrique des Nations CAF TotalEnergies,

PAMOJA 2024, à Kampala (Ouganda) et à Nairobi (Kenya), a indiqué un communiqué de la Fédération algérienne de football (FAF). Le programme CAF IMPACT qui constitue une initiative phare de la CAF, vise à renforcer la

transparence et la responsabilité dans l'utilisation des fonds de développement de la CAF, à accompagner les Associations Membres et à assurer une croissance durable ainsi qu'une compétitivité mondiale du football africain.

R. S

