

Algérie – Palestine ce soir à 20h30 à Annaba

Bougherra face à un test révélateur

04



VOTRE QUOTIDIEN SPORTIF

Mounasser®

Quotidien sportif N°45 Jeudi 09 Octobre 2025 Prix 20 DA



Le défunt a beaucoup donné au CR Belouizdad

Reda Malek rend hommage à Djilali Salmi

16

9e journée des éliminatoires africaines du Mondial 2026

Aujourd'hui à partir de 17h à Oran — Somalie – Algérie

Les Verts à trois

points du mondial

Noureddine Kourichi

L'équipe nationale

a besoin de stabilité et ce sont les résultats qui jugeront **Petkovic**

Lakhdar Belloumi, ancien international algérien:

«Les joueurs doivent sceller la qualification, tout un peuple est derrière eux»

www.almounasser.dz



Barcelone presse le retour de Lamine Yamal avant le Clasico

Selon plusieurs sources espagnoles, le FC Barcelone travaille contre la montre pour remettre sur pied sa jeune pépite Lamine Yamal, dans l'espoir de le voir prêt pour le Clasico du 26 octobre au Santiago Bernabéu.

D'après le quotidien Marca, le joueur suit actuellement un programme de récupération intensif destiné à accélérer son retour. Les estimations laissent espérer une participation partielle contre Gérone, afin de retrouver du rythme avant le choc face au Real Madrid. Yamal devrait reprendre l'entraînement collectif le 18 octobre, ce qui pourrait lui permettre de jouer en Ligue des champions contre l'Olympiakos, puis d'être apte pour le Clasico. Au classement de la Liga, le Real Madrid occupe la première place avec 21



points en 8 journées, devant seulement — un écart qui Barcelone de deux unités promet une bataille intense.

L'Atlético Madrid nomme Mateu Alemany directeur du football



L'Atlético Madrid a officielisé la nomination de Mateu Alemany, ancien directeur sportif du FC Barcelone, au poste de directeur du football professionnel. Alemany, 62 ans, supervisera toutes les opérations liées à l'équipe première dirigée par Diego Simeone, ainsi que le développement de

l'académie. Ancien dirigeant de Majorque, Valence et Barcelone, Alemany a une longue expérience dans la gestion sportive espagnole. Il a été présenté aux joueurs et au staff du centre d'entraînement de Majadahonda, accompagné de Carlos Bucero, directeur administratif du football. Sa prise de fonction est immédiate.

L'Olympique d'Akbou, modèle de gestion et d'ambition



Depuis sa montée en Ligue 1 professionnelle, l'Olympique d'Akbou ne cesse d'impressionner. Le club, véritable révélation de la saison passée, s'impose comme un exemple de sérieux et de bonne gestion. Grâce à la mobilisation de la direction et des autorités locales, le stade des Martyrs a été entièrement rénové, tandis qu'un parking à deux niveaux, d'une capacité de 210 véhicules, a vu le jour. Une première à ce niveau de compétition, illustrant la volonté du club de s'ancrer durablement parmi l'élite.

Petkovic sous le feu des critiques avant la Somalie

Le sélectionneur national Vladimir Petkovic fait face à une vague de critiques après la diffusion d'une vidéo où il tente de motiver ses joueurs avant le match contre la Somalie.

Le coach helvético-bosnien y admet la difficulté de la rencontre, une déclaration jugée étonnante face à un adversaire lanterne rouge du groupe. Les



supporters s'interrogent : que les Verts ne sont qu'à trois points du Mondial ? Les joueurs, eux, assurent rester concentrés et déterminés à atteindre l'objectif.

Nébouche fait parler de lui... par son survêtement !

À peine nommé à la tête du Nadjm Béni Ouelbane, promu cette saison en deuxième division amateur (Centre-Est), Abdelmadjid Nébouche a créé la surprise... non pas par une méthode d'entraînement novatrice ni par des résultats éclatants, mais à

cause de sa tenue ! Lors de ses premières séances, le technicien est apparu vêtu d'un survêtement de la Juventus de Turin, un détail qui n'a pas échappé aux observateurs. Une scène insolite dans un club amateur, où l'image et le professionnalisme restent pourtant des valeurs essentielles.

Samir Chergui, la nouvelle assurance de la défense des Verts

Le défenseur du Paris FC, Samir Chergui, impressionne dès ses premières séances avec la sélection nationale. Ses mouvements précis et son agressivité dans le duel ont été salués, au point que certaines photos de l'entraînement rappellent le logo emblématique de la Bundesliga ! Motivé et concentré, Chergui compte profiter de l'absence de Tougaï pour s'imposer durablement dans la charnière centrale des Verts.

La JSK sous-estimée par un ex-international tunisien

Autrefois maître incontesté de la Coupe de la CAF avec trois titres consécutifs, la JS Kabylie peine aujourd'hui à retrouver son lustre d'antan. Au point que l'ancien international tunisien Khaled Korbi estime que l'Union Monastirienne est largement favorite dans leur affrontement du

deuxième tour préliminaire de la Ligue des champions africaine : « Le Monastir a 80 % de chances de se qualifier. Il possède tout pour éliminer la JSK », a-t-il déclaré à la presse. Une déclaration jugée provocatrice du côté de Tizi Ouzou, où les supporters espèrent une réponse cinglante sur le terrain.

Moustakbal Rouissat en grève malgré ses bons résultats

Rien ne va plus au Moustakbal Rouissat. Malgré un parcours honorable en Ligue 1, les joueurs ont décidé de boycotter les entraînements pendant la trêve internationale. En cause : deux mois d'arriérés de salaire. Une situation délicate pour le promu, qui risque de perturber la stabilité d'un groupe jusque-là exemplaire. Les dirigeants sont désormais appelés à réagir rapidement pour éviter une crise prolongée.

9e journée des éliminatoires africaines du Mondial 2026

Aujourd'hui à partir de 17h à Oran — Somalie – Algérie

Les Verts à un pas du rêve mondial

L'équipe nationale d'Algérie affronte aujourd'hui, jeudi, son homologue somalien à partir de 17h, dans le cadre de la 9e journée des éliminatoires africaines pour la Coupe du Monde 2026 prévue aux États-Unis, au Canada et au Mexique.

Par: akram. K

Les coéquipiers du capitaine Riyad Mahrez n'ont besoin que d'une victoire, quel qu'en soit le score, pour décrocher officiellement leur billet pour le Mondial avant le dernier match des qualifications contre l'Ouganda, prévu mardi prochain au stade du moudjahid Hocine Aït Ahmed à Tizi Ouzou. L'entraîneur Vladimir Petkovic ne devrait pas reconduire la même composition alignée contre le Mozambique et la Guinée en septembre dernier. Le gardien de la MCA, Alexis Guendouz, gardera probablement sa place malgré la convocation du portier de Grenade, Luca Zidane. En défense, en l'absence de Rayan Aït-Nouri et Youcef Atal (blessés), Joan Hajjam occupera sans doute le côté gauche tandis que Kevin Guitoun prendra le côté droit. Le duo Ramy Bensebaïni — Aïssa Mandi, qui a purgé sa suspension après le dernier match face à la Guinée, assurera l'axe central. Au milieu de terrain, le trio Hicham Boudaoui, Nabil Bentaleb et Farès Chaïbi devrait être aligné, avec une vocation offensive



marquée. En attaque, le capitaine Riyad Mahrez sera accompagné de Mohamed Amoura et Baghdad Bounedjah. Petkovic s'appuiera sur l'expérience de ses cadres pour sceller la qualification avant d'entamer, plus tard, un renouvellement de l'effectif et relancer la concurrence.

Petkovic appelle à la concentration

Lors d'une réunion à Sidi Moussa, Petkovic a insisté sur l'importance d'aborder la rencontre face à la Somalie avec une grande concentration, sans sous-estimer l'adversaire : « Ce sera un match très difficile face à une équipe qui a montré un bon niveau lors de ses trois ou quatre dernières sorties », a-t-il averti.

En conférence de presse, il a ajouté : « Les deux prochains matchs, face à la Somalie et à l'Ouganda, sont très importants. Nous avons constaté que toutes les sélections jouent à leur meilleur niveau contre nous. La Somalie semble être une équipe d'un autre calibre ; lors de ses deux dernières rencontres, elle a prouvé qu'elle pouvait prendre des points. Je pense que l'Ouganda est la plus compétitive de notre groupe. Depuis sa défaite contre nous, elle n'a plus perdu, que ce soit en éliminatoires du Mondial ou de la CAN ».

Arbitres et diffusion

La rencontre sera dirigée par un quatuor malawite composé de Godfrey Philip Nkhakananga (arbitre central), Clemence Kandoko et

Bondamali Tembo (assistants), tandis que David Chinoko officiera comme quatrième arbitre. L'Algérie domine le groupe G avec 19 points, obtenus grâce à six victoires, un nul et une défaite. Elle compte quatre points d'avance sur l'Ouganda et le Mozambique (15 points chacun). Une victoire ce soir suffira aux "Verts" pour valider officiellement leur ticket pour la Coupe du Monde 2026, sans attendre la dernière journée. Le match sera diffusé sur les chaînes saoudiennes SSC, détentrices des droits TV des éliminatoires africaines dans la région MENA, ainsi que sur la chaîne terrestre algérienne qui proposera un plateau d'analyse avant et après la rencontre.

Lakhdar Belloumi, ancien international algérien :
«Les joueurs doivent sceller la qualification, tout un peuple est derrière eux»



L'ancienne légende du football algérien Lakhdar Belloumi se souvient encore avec émotion des instants précédant la toute première qualification de l'Algérie pour la Coupe du Monde 1982 en Espagne. Interrogé sur les critiques adressées à l'équipe après le match contre la Guinée, Belloumi a répondu : « Honnêtement, non, cela ne doit pas les affecter. Les joueurs ont une chance unique : disputer une Coupe du Monde, c'est le rêve ultime. Sans sous-estimer la Somalie, je ne vois pas d'autre issue que la victoire ». Enfin, il conclut : «Après la qualification, il faudra penser à la CAN. Petkovic dispose d'un large éventail de joueurs talentueux et de temps pour bâtir une équipe compétitive. De jeunes talents frappent à la porte du onze national, il faut leur donner leur chance ». « Si je suis invité, je viendrai avec grand plaisir au stade Miloud-Hadefi. Mais une chose est sûre : que je sois dans les tribunes ou devant mon téléviseur, je serai là, à encourager nos joueurs et à prier pour la qualification ».

persuadés que la qualification ne pouvait pas nous échapper. Malgré les difficultés, notre détermination nous a menés jusqu'en Espagne ». Interrogé sur les critiques adressées à l'équipe après le match contre la Guinée, Belloumi a répondu : « Honnêtement, non, cela ne doit pas les affecter. Les joueurs ont une chance unique : disputer une Coupe du Monde, c'est le rêve ultime. Sans sous-estimer la Somalie, je ne vois pas d'autre issue que la victoire ». Enfin, il conclut : «Après la qualification, il faudra penser à la CAN. Petkovic dispose d'un large éventail de joueurs talentueux et de temps pour bâtir une équipe compétitive. De jeunes talents frappent à la porte du onze national, il faut leur donner leur chance ». « Si je suis invité, je viendrai avec grand plaisir au stade Miloud-Hadefi. Mais une chose est sûre : que je sois dans les tribunes ou devant mon téléviseur, je serai là, à encourager nos joueurs et à prier pour la qualification ».

Fares. B

A 90 minutes d'un cinquième Mondial victoire obligatoire et revanche psychologique

Contrairement à ce que pensent beaucoup d'Algériens, la rencontre de ce soir contre la Somalie — avant-dernière journée des éliminatoires africaines — s'annonce difficile et piègeuse pour les coéquipiers de Riyad Mahrez. Les "Verts" jouent en réalité deux matchs en un : le premier pour valider leur qualification, le second pour tourner la page du traumatisme de la défaite

face au Cameroun en mars 2022, qui avait privé l'Algérie d'un billet pour le Mondial du Qatar. Toutes les statistiques placent les Algériens favoris, face à un adversaire classé 201e au dernier classement FIFA. Mais la prudence reste de mise : la Somalie, déjà éliminée, jouera libérée et sans pression, ce qui peut en faire un adversaire dangereux. Conscient du piège, le sélectionneur Petkovic a

insisté dès lundi à Sidi Moussa sur la nécessité d'aborder ce match "avec sérieux et concentration maximale", avertissant ses joueurs contre tout excès de confiance. « Vous allez jouer un match difficile contre une équipe qui s'est bien comportée lors de ses trois ou quatre derniers matchs », leur a-t-il rappelé. À noter que la Somalie est officiellement l'équipe "recevante" de cette rencontre : faute

d'infrastructures homologuées, elle a choisi le stade Miloud-Hadefi d'Oran pour disputer ses deux derniers matchs de qualification — contre l'Algérie ce soir, puis contre le Mozambique la semaine prochaine. Avec 19 points au compteur, les "Verts" n'ont besoin que de trois points supplémentaires (contre la Somalie ou l'Ouganda) pour assurer définitivement leur place parmi les qualifiés pour



la Coupe du Monde 2026, sans dépendre des résultats du Mozambique

et de l'Ouganda (15 points chacun).

Lydia. K

**Match amical en préparation du Championnat arabe
Algérie – Palestine (ce soir à 20h30 au stade du 19 Mai 1956 à Annaba)**

Bougherra face à un test révélateur

Le sélectionneur de l'équipe nationale A' (locale), Madjid Bougherra, sera soumis à un véritable test ce soir face à la Palestine, lors d'un match amical destiné à évaluer la forme de ses joueurs et à valider ses choix techniques.

Serine. S

Cette rencontre servira de premier examen grandeur nature avant la sélection définitive des joueurs qui prendront part au Championnat arabe des nations, prévu à la fin de l'année au Qatar.

Un groupe en reconstruction

Cette double confrontation face à la Palestine intervient à un moment clé pour la sélection locale, en pleine phase de reconstruction. Les deux rencontres programmées au cours de cette trêve internationale permettront à Bougherra de peaufiner ses automatismes avant le tournoi arabe, qui se déroulera du 1er au 18 décembre 2025. L'Algérie évoluera dans le groupe D, et entamera la compétition le 3 décembre au stade Al Bayt d'Al Khor, contre le vainqueur du barrage Soudan – Liban (23 novembre). Elle affrontera ensuite le gagnant du match Bahreïn – Djibouti (7 décembre au stade 974, ex-Ras Abou Aboud), avant de croiser le 11 Irakien le 9 décembre, toujours à Al Khor.



Quinze joueurs écartés du « CHAN »

Le technicien algérien devrait présenter, ce soir, une équipe largement remaniée par rapport à celle ayant disputé le dernier Championnat d'Afrique des nations (CHAN) en Afrique de l'Est. Fidèle à sa promesse d'opérer une véritable « révolution » au sein du groupe, Bougherra a écarté quinze joueurs ayant participé au précédent tournoi, soldé par une élimination en quarts de finale face au Soudan aux tirs au but.

Nouvelles têtes à l'essai

Pour ce premier test, le sélectionneur compte offrir du temps de jeu à un maximum de

joueurs, afin d'évaluer leur niveau et leur disponibilité avant de dresser la liste définitive des participants au Qatar. Parmi les nouveautés, on note l'arrivée du duo du club russe Makhachkala, Mohamed Aizzi et Houssam-Eddine Merezak, ainsi que la convocation du défenseur de la JS Kabylie, Reda Benchaâ, appelé en renfort après le forfait d'Abdessamed Bounasser. Le défenseur de l'USM Alger, Dhairi, a également été appelé pour remplacer Zineddine Belaïd, retenu avec la sélection A.

Bougherra veut une équipe compétitive et soudée

Depuis le début du stage, Bougherra a multiplié les échanges directs avec ses joueurs, insistant sur la nécessité de gagner leur place par le travail et la rigueur. Il a également laissé entendre que certaines figures absentes pourraient retrouver le groupe si elles retrouvaient leur forme physique, à l'image de Mahiouz, Medani ou encore du gardien Bouhalfaya.

En somme, cette rencontre face à la Palestine s'annonce comme un banc d'essai décisif pour les Verts locaux, à deux mois du coup d'envoi du Championnat arabe, où l'Algérie tentera de défendre son titre acquis en 2021 à Doha.

Trois qualifications décrochées en Algérie, la quatrième à Omdurman

Oran appelée à offrir une cinquième qualification historique

Certes, les chances de qualification au Mondial se sont multipliées depuis l'élargissement du nombre de représentants africains à près de dix sélections (contre une seule jusqu'en 1978). Mais prétendre que la tâche est aujourd'hui facile serait injuste envers la génération actuelle menée par Riyad Mahrez, tant le football africain est devenu beaucoup plus compétitif qu'autrefois. Les "Verts" valideront leur billet pour le Mondial 2026 après avoir disputé dix matchs. Lors de la qualification pour le Mondial 2010 en Afrique du Sud, ils avaient dû passer par deux phases de groupes et un barrage décisif à Omdurman – soit treize rencontres en tout. À titre de comparaison, la génération des années 1980 n'avait disputé que huit matchs pour se qualifier au Mondial d'Espagne 1982 (face à des adversaires relativement abordables comme la Sierra Leone, le Niger et le Soudan). Le seul obstacle sérieux fut le Nigeria, en barrage.

Pour mémoire

En 1982, la qualification s'était jouée à Lagos, où les coéquipiers de Rabah Madjer s'étaient imposés 2-0 (buts de Zidane et Belloumi), avant de confirmer à Constantine (2-1).

En 1986, les Fennecs avaient éliminé la Tunisie après un large succès 4-1 à l'aller à Tunis, puis 3-0 au retour au stade du 5-Juillet à Alger.

En 2010, la qualification historique pour l'Afrique du Sud était passée par le fameux barrage d'Omdurman contre l'Égypte, décidé par le but légendaire d'Anwar Yahia. En 2014, face au Burkina Faso, une défaite 3-2 à l'aller à Ouagadougou avait été compensée par une victoire 1-0 au retour à Blida grâce à Madjid Bougherra.

Ce jeudi à Oran, Aïssa Mandi et ses coéquipiers peuvent écrire une nouvelle page d'histoire : un cinquième billet mondial, le premier arraché à l'Ouest du pays, et surtout sans passer par un match de barrage, face à un adversaire sans enjeu.

Elyas. Ch

Déjà concentrée sur le choc face à la Somalie

Les Verts posent leurs valises à Oran

Les joueurs de l'équipe nationale algérienne sont arrivés, ce mercredi en milieu de journée, à Oran, en prévision de leur confrontation face à la Somalie, prévue demain jeudi, dans le cadre de la 9e et avant-dernière journée des éliminatoires du Mondial 2026. À leur arrivée à l'aéroport Ahmed Ben Bella, les "Verts" ont été accueillis par le wali d'Oran, Samir Chibani, en présence de plusieurs responsables locaux et supporters venus saluer la

délégation nationale.

Dernière séance d'entraînement au stade Miloud-Hadefi

Les coéquipiers du nouveau venu Rafik Belghali ont effectué, en fin d'après-midi, leur ultime séance d'entraînement au stade Miloud-Hadefi, qui abritera la rencontre face aux Somaliens. Le sélectionneur Vladimir Petković a profité de cette session pour peaufiner les derniers réglages tactiques et arrêter définitivement la

composition de départ qui entamera le match.

Une victoire pour valider le billet mondial

Les "Fennecs" n'ont besoin que d'un succès demain face à la Somalie pour assurer officiellement leur qualification au Mondial 2026, avant même la dernière journée. Cette ultime rencontre aura lieu le 14 octobre prochain au stade Hocine Aït Ahmed de Tizi Ouzou, face à l'Ouganda. Les hommes de Petković abordent cette étape



oranaise avec la ferme ambition de boucler la mission de qualification devant leur public, dans une ambiance que l'on annonce déjà électrique.

Hamid. H

MC Oran

Zoubir Ouasti, le retour d'un capitaine pour remettre de l'ordre

Le MC Oran a officialisé, hier, la nomination de Zoubir Ouasti au poste de coordinateur général. Un choix fort, hautement symbolique, puisque l'ancien capitaine emblématique des Hamraoua a été formé au club et y a passé la majeure partie de sa carrière.

Fares. B

Par ce geste, la direction du MCO envoie un message clair : celui d'un retour aux sources et d'un ancrage dans les valeurs historiques du Mouloudia.

Un contexte fragile à stabiliser

Cette décision intervient dans un moment délicat pour le club oranais, en quête de repères et de stabilité après un début de saison jugé en demi-teinte. Depuis plusieurs saisons, le MCO peine à retrouver son lustre d'antan, miné par les changements successifs de dirigeants, d'entraîneurs et de staff technique. La direction espère ainsi que l'arrivée d'Ouasti permettra de fluidifier la communication interne et d'améliorer la gestion quotidienne de l'équipe première.

Un relais entre le vestiaire et la direction

Connu pour sa rigueur et son sens du devoir, l'ancien latéral droit a été



choisi pour son profil de meneur et sa proximité avec les joueurs actuels. Sa mission principale : rétablir la cohésion entre les différents composants du club, apaiser les tensions internes et servir de lien de confiance entre le vestiaire et la direction. La direction attend de lui qu'il contribue à instaurer une culture de la performance, fondée sur le respect du maillot et l'esprit hamraoui, synonyme de combativité et de fidélité.

Une décision saluée, mais accueillie avec prudence

Sur les réseaux sociaux, les supporters du MCO ont réagi diversement à cette annonce. Certains y voient un signe d'espoir et saluent le retour d'une figure formée au club, convaincus qu'Ouasti saura insuffler un nouvel élan de sérieux et d'unité. D'autres, plus mesurés, préfèrent attendre des résultats concrets avant de se prononcer. «Les Hamraoua ont besoin de continuité, pas de promesses», commente un internaute, résumant bien l'état d'esprit d'une frange de supporters fatiguée des

bouleversements récurrents.

Le symbole d'une reconstruction

En confiant cette mission à l'un de ses anciens capitaines, le MC Oran tente de reconstruire son identité et de renouer avec l'esprit de ses années glorieuses. Si le pari s'avère payant, cette nomination pourrait marquer le début d'une ère plus stable et ambitieuse pour le Mouloudia, où les valeurs du passé serviront enfin de boussole pour bâtir l'avenir.

Un choix qui ne fait pas l'unanimité

Ghaly Mascara parie sur Amine Guemouz

La direction du Ghali de Mascara a officialisé la nomination de l'entraîneur algérois Amine Guemouz à la tête de l'équipe, en remplacement d'Omar Belatoui, parti après la troisième journée du championnat de Ligue 2 (groupe Ouest). Cette décision intervient alors que le club traverse une période difficile : il occupe la dernière place du classement, avec quatre défaites

consécutives depuis le début de la saison. Le choix de Guemouz ne fait toutefois pas l'unanimité parmi les supporters, dont une partie aurait préféré un technicien plus expérimenté pour redresser la barre. Avant sa nomination, l'intérim avait été assuré par le vétéran Mohamed Henkouche, mais une nouvelle défaite à domicile contre le NA Hussein Dey a précipité l'urgence de trouver une solution durable.



La mission de Guemouz s'annonce périlleuse : redonner confiance à ses joueurs et engranger les premiers points du club afin d'espérer le maintien.

Les fans du Ghaly misent sur la jeunesse et la motivation du nouvel entraîneur pour provoquer un déclin et relancer la saison.

Lydia. K

Discipline à la JS Saoura Boucheiba et Hamia traduits en conseil disciplinaire



La direction de la JS Saoura, dirigée par le président du conseil d'administration Mourad Benkhedra et le directeur général Mohamed Djabar, a décidé de traduire le capitaine Adel Boucheiba et l'attaquant vétéran Mohamed Amine Hamia devant le conseil disciplinaire. Les deux joueurs sont accusés d'avoir enfreint le règlement intérieur : Boucheiba aurait séché les entraînements pendant huit jours sans autorisation. Hamia, quant à lui, s'est absenté trois jours avant de quitter Béchar pour rejoindre sa ville natale de Mohammadia, sans

l'accord du staff technique ni administratif. Ces manquements sont survenus avant le match contre l'Olympique Akbou, provoquant la colère de la direction. Les deux joueurs devront s'expliquer devant le conseil à leur retour, qui décidera des sanctions disciplinaires. C'est la quatrième procédure disciplinaire de la saison, après les cas de Saïd Ahmed Maâtallah et Djoba Kaci. La direction insiste sur la nécessité de maintenir la rigueur et la discipline, éléments essentiels à la stabilité du club en cette période sensible.

Akram. K

Un renfort attendu en défense cet hiver

Retour annoncé de Mouad Haddad au Mouloudia d'Alger



L'ancien défenseur du MC Alger, Mouad Haddad, aujourd'hui joueur d'Al Ahli Tripoli (Libye), est tout proche de faire son retour au sein du club algérois.

Selon des sources proches de la direction, les discussions sont bien avancées et un accord de principe a été trouvé. Le joueur, désireux de revenir au pays, a confié à son entourage son envie de retrouver le

«Doyen» et de clore son aventure libyenne dès le mercato hivernal.

Ce transfert représenterait un renfort précieux pour l'entraîneur Makwina, confronté à un déficit de solutions en défense centrale. Les supporters du MCA espèrent que le retour de Haddad apportera plus de solidarité et d'expérience à l'arrière-garde du club lors de la seconde moitié de saison.

ÉQUIPE-TYPE DE LA 7^E JOURNÉE DE LIGUE 1 MOBILIS

Des prestations de haut niveau et Mahious en vedette

La Ligue de football professionnel algérienne (LFP) a dévoilé, la composition de l'équipe-type de la 7^e journée du championnat. Cette sélection met à l'honneur plusieurs joueurs qui se sont particulièrement distingués par leurs performances remarquables et leur impact décisif sur les résultats de leurs clubs respectifs.

Une attaque explosive menée par Mahious

En pointe, Aymen Mahious (JS Kabylie) s'est une nouvelle fois illustré comme l'homme fort de la journée. Auteur d'un but et d'une passe décisive face à l'Athlétic Paradou, l'attaquant kabyle a confirmé son retour en forme et son rôle de leader offensif. À ses côtés, Nassim El Ghoul (CS Constantine) et Sokko (Paradou AC) complètent la ligne d'attaque, après avoir livré des prestations pleines d'énergie et de justesse technique.

Un milieu de terrain équilibré et créatif

Le cœur du jeu est occupé par un trio complémentaire Bachir Bekir (US Khenchela), véritable métronome de son équipe, Mohamed Benkhemassa (MC Alger), dominateur dans la récupération et la relance, et Boutiche (JS Saoura), inspiré dans la construction et la projection vers l'avant. Tous trois ont brillé par leur vision de jeu, leur volume d'activité et leur capacité à dicter le rythme du match.

Une défense solide et disciplinée

Derrière, la LFP a retenu un quartet ayant su conjuguer rigueur et efficacité : Hamidou (Moustakbel El-Rouissate), Abada (ASO Chlef), Helaïmia (MC Alger) et Akacem (JS Saoura). Leur coordination et leur sens du placement ont permis à leurs formations respectives de limiter les occasions adverses tout en relançant proprement le jeu.

Letim, le dernier rempart infranchissable

Dans les buts, la palme revient à Letim (US Khenchela), auteur d'un match héroïque face au MC Oran. Grâce à plusieurs arrêts



décisifs, il a préservé sa cage inviolée, offrant ainsi trois points précieux à son équipe. Cette 7^e journée de Ligue 1 Mobilis aura donc mis en lumière

des joueurs constants et décisifs, à l'image d'un championnat qui gagne en intensité et en spectacle à chaque rendez-vous.

Elyas. Ch

MOUSTAKBEL EL ROUISSAT

Amrani : «La situation a atteint un point de non-retour»

Le Moustakbel El Rouissat traverse une période de turbulence majeure. L'entraîneur Abdelkader Amrani a tiré la sonnette d'alarme après la décision des joueurs de boycotter les entraînements, un signe évident du malaise qui secoue le vestiaire.

Un boycott qui surprend le staff technique

Face aux médias, Amrani n'a pas caché sa désillusion : «J'ai accordé trois jours de repos après notre match face au CR Belouizdad, mais au moment de la reprise, aucun joueur n'est venu. C'est un signal très préoccupant». Ce mouvement de grève, inédit depuis le début de la saison, traduit un profond malaise interne, que la direction devra résoudre au plus vite pour éviter l'effondrement du projet sportif.

Les choses ne seront plus comme avant

L'expérimenté coach a reconnu la gravité de la situation : «Les choses ont atteint un point critique. Après un tel épisode, il sera difficile de reprendre sur les mêmes bases». Amrani, qui a déjà connu des contextes similaires dans d'autres clubs, craint désormais une rupture de confiance entre les joueurs, le staff et la direction. «Gérer un groupe en crise devient extrêmement compliqué», a-t-il ajouté avec réalisme.

Un avenir incertain pour le Moustakbel

Cette crise vient s'ajouter à une série de difficultés sportives et administratives rencontrées par le club depuis le début du championnat. Les supporters, eux, s'inquiètent d'un avenir sombre si des mesures concrètes ne sont pas prises rapidement. La direction est désormais face à ses responsabilités : rétablir le dialogue et ramener la sérénité dans un groupe en perte de repères.

Serime. S



LIGUE 1 MOBILIS

La LFP dévoile le programme de la 8e journée

La Ligue de football professionnel (LFP), a dévoilé mardi, le programme de la 8^e journée du championnat de Ligue 1 Mobilis, qui débutera le vendredi 17 octobre. Deux matchs ouvriront le bal de cette journée, prévus le 17 octobre : ES Mostaganem-ASO Chlef et Olympique Akbou - MC El-Bayadh. Les péripéties de la 8^e journée se poursuivront le samedi 18 octobre, avec également deux affiches au menu : ES Ben Aknoun - CS Constantine et MC Oran - JS Saoura. Les deux représentants algériens en Ligue des champions d'Afrique : le MC Alger et la JS Kabylie, joueront leurs matchs un

peu plus tard. Les "Canaris" recevront la surprenante formation de l'USM Khenchela, le mardi 21 octobre, alors que le "Doyen" accueillera le Paradou AC, le mercredi 22 octobre. Deux matchs ont été reportés à une date ultérieure : CR Belouizdad - ES Sétif et USM Alger - MB Rouissat, en raison de l'engagement des deux clubs algériens au 2^e tour préliminaire de la Coupe de la Confédération africaine. Au terme de la 7^e journée, la JS Saoura trône provisoirement en tête du classement avec 14 points, à deux longueurs de son poursuivant direct, le MB Rouissat.

Akram. K

TARRAJI DE MOSTAGANEM

Le club fait le point sur ses blessés

La direction de Tarraji de Mostaganem a communiqué, ce mardi, une mise à jour médicale concernant l'état de santé de plusieurs joueurs blessés lors de la 7^e journée du championnat, disputée face au MC Alger.

Benlamri victime d'une fatigue musculaire

Sorti prématurément lors de la première mi-temps face au "Doyen", Djamel Benlamri souffre d'une fatigue musculaire sans gravité. Selon le staff médical, le défenseur international devra observer quatre jours de repos avant de reprendre pro-



gressivement les entraînements collectifs.

Boulekaboul légèrement touché

De son côté, Chouaïb Boulekaboul présente une légère contusion contractée au cours du même match. Il bénéficiera

d'une pause de deux à trois jours assortie d'un traitement intensif au sein de la clinique du club.

Le gardien Hennan écarté une semaine

Enfin, le gardien de but Abdessalem Hennan

Voici par ailleurs le programme de la 8e journée :

Vendredi, 17 octobre 2025 :

ES Mostaganem - ASO Chlef
Olympique Akbou - MC El-Bayadh

Samedi, 18 octobre 2025 :

ES Ben Aknoun - CS Constantine
MC Oran - JS Saoura

Mardi, 21 octobre 2025 :

JS Kabylie - USM Khenchela

Mercredi, 22 octobre 2025 :

MC Alger - Paradou AC Reportés
CR Belouizdad - ES Sétif
USM Alger - MB Rouissat.

souffre d'un étirement musculaire qui devrait le tenir éloigné des terrains pendant environ une semaine. Des examens complémentaires pourraient être effectués pour préciser la nature exacte de la blessure et éviter toute rechute. Un effectif sous surveillance avant la prochaine journée Le staff technique du Mostaganem reste prudent, préférant préserver ses cadres avant la prochaine rencontre de championnat. Le club espère récupérer l'ensemble de ses joueurs blessés avant la reprise des compétitions, afin de maintenir la dynamique de début de saison.

Fares. B

Real Madrid face au cauchemar de la trêve internationale

Le Real Madrid devra se passer de douze joueurs de l'équipe première pendant la trêve internationale actuelle, tous convoqués par leurs sélections nationales pour des matchs amicaux ou qualificatifs à la Coupe du Monde 2026.

L'entraîneur Xabi Alonso devra donc composer sans la majorité de ses cadres, à l'exception de Jude Bellingham, resté à Madrid après que le sélectionneur allemand Thomas Tuchel a choisi de ne pas le convoquer, lui offrant ainsi l'occasion de travailler avec le groupe. Comparé à la dernière trêve, le Real Madrid sera cette fois bien plus affaibli, après avoir bénéficié le mois précédent d'un heureux concours de circonstances : la plupart de ses internationaux brésiliens avaient été dispensés de rassemblement, ce qui

avait suscité la polémique. La presse catalane, proche du FC Barcelone, avait alors accusé Carlo Ancelotti, sélectionneur du Brésil et ancien coach madrilène, d'avoir favorisé son ex-club en accordant un repos « injustifié » à ses joueurs. Cette fois, la trêve pourrait peser lourd : le Real Madrid doit disputer plusieurs affiches, notamment le Clásico contre Barcelone le 26 octobre, et les longs voyages de ses internationaux — en particulier Vinícius Júnior, Rodrygo et Éder Militão — risquent d'entraîner fatigue et risques de blessure. Les

joueurs madrilènes seront éparpillés entre les sélections du Brésil, d'Autriche, de France, de Turquie, du Maroc, d'Espagne, d'Argentine et de Belgique, presque tous titulaires avec leurs pays respectifs. À leur retour, Xabi Alonso pourrait être contraint d'effectuer une rotation prudente pour éviter la surcharge physique et préserver ses stars. L'objectif : aborder la suite de saison avec un effectif frais et complet, d'autant plus que le Real Madrid a repris la tête de la Liga juste avant la trêve et entend défendre sa position avec détermination.



RODRYGO : «Le Real Madrid m'a volé au Barça à la dernière minute»

Le Brésilien Rodrygo Goes, attaquant du Real Madrid, a révélé une anecdote surprenante sur ses débuts en Europe : il était sur le point de signer au FC Barcelone avant que le Real Madrid ne s'impose in extremis. Transféré en 2019 depuis Santos pour 45 millions d'euros, Rodrygo raconte à AS : « Avant de signer au Real Madrid, tout était prêt avec Barcelone. J'avais même signé les documents. Mais mon père m'a dit que Madrid nous avait contactés. À ce moment-là, la décision a été facile : je savais ce que je voulais, quel était mon rêve. Je n'ai pas hésité une seconde ». « J'étais performant à Santos, Barcelone est un grand club que je respecte, mais le Real Madrid a toujours été mon rêve d'enfant. Quand l'opportunité s'est présentée, nous l'avons saisie immédiatement ». Concernant les rumeurs de départ cet été, il a ajouté : « Chaque été, c'est la même histoire : on dit que je vais partir ou que j'ai des offres. Si je croyais tout ce qui se dit, je jouerais pour un club différent chaque semaine ! Oui, il y a eu des propositions, mais j'ai toujours dit que je voulais rester ici ». « Gagner deux Ligues des champions si jeune est une fierté, mais je veux plus. Tant que le club me veut, je resterai. Et si un jour on me demande de partir, je partirai. Mais pour l'instant, on m'a toujours confirmé que je faisais partie du projet ».



Matthäus : «Le Bayern Munich est actuellement la meilleure équipe d'Europe»

L'ancien capitaine du Bayern et champion du monde Lothar Matthäus estime que le club bavarois est actuellement le meilleur d'Europe, saluant le travail de son entraîneur Vincent Kompany. Le Bayern a remporté ses dix premiers matchs de la saison, un record historique pour le club. Dans sa chronique



sur Sky TV, Matthäus écrit : « Ce n'est pas seulement une question de résultats. Le Bayern joue un football plaisant, avec une hiérarchie claire, ce qui manque

aux soucis financiers du Barça, et à la pression ressentie à Liverpool malgré des dépenses massives. Selon lui, le mérite revient aussi à la direction, qui a imposé une politique salariale stricte : « Personne ne se croit plus important que le club ou l'équipe ». Enfin, il a salué la gestion intelligente de Kompany, qui fait tourner son effectif pour éviter les blessures dues à la surcharge des matchs.

Kane : «Gagner le Ballon d'Or exige une saison parfaite»

Harry Kane, attaquant du Bayern Munich, a rejeté les rumeurs d'un retour en Premier League, réaffirmant son engagement total envers le club allemand et son intérêt à prolonger son contrat actuel, qui court jusqu'en 2027. À 32 ans, il a déjà inscrit 19 buts cette saison pour le Bayern et l'Angleterre, dépassant la barre symbolique des 100 buts avec le club bavarois. Dans un entretien au Guardian, il a confié se sentir épanoui à Munich : « Je n'ai aucune raison de précipiter les choses. L'environnement ici est idéal, le projet est solide, et j'apprécie le travail de Kompany ». Concernant le Ballon d'Or, il a ajouté : « C'est un rêve pour tout joueur. Mais pour le gagner, il faut une saison parfaite — que ce soit en Ligue des champions ou en Coupe du monde. C'est avant tout une récompense collective ». Kane a terminé 13e du classement du Ballon d'Or 2025, mais il reste déterminé à viser plus haut.

Le Bayern Munich veut arracher Guehi de Liverpool

Le défenseur anglais Marc Guehi (Crystal Palace) attire l'intérêt du Bayern Munich, séduit par ses performances remarquables en club comme en sélection. Agé de 25 ans, Guehi est sous contrat avec Palace jusqu'à l'été 2025, mais il devrait changer de club dès l'été prochain. D'après Sky Sports, le directeur sportif du Bayern, Max Eberl, est un grand admirateur du joueur et souhaite l'associer à Harry Kane pour solidifier la défense bavaroise. Liverpool avait déjà tenté de recruter Guehi l'été dernier, mais la transaction a échoué faute de remplaçant à Palace. Les Reds restent toutefois intéressés, tandis que le Real Madrid surveille aussi sa situation, voyant en lui une option potentielle pour l'avenir. Selon certaines sources, Guehi préférerait un transfert vers un grand club européen, et Madrid pourrait constituer sa destination privilégiée s'il quittait l'Angleterre.



PROMESSE ET GRATITUDE

Cristiano Ronaldo commente son hommage au Portugal



Le Portugais Cristiano Ronaldo, capitaine et buteur d'Al-Nassr (Arabie saoudite), a exprimé sa gratitude après avoir reçu le prix "Globe Prestige", à l'occasion de la trêve internationale avec la sélection portugaise.

Ronaldo se trouve actuellement avec l'équipe du Portugal, qui prépare ses matchs face à l'Irlande et

à la Hongrie, comptant pour les qualifications à la Coupe du Monde 2026, prévues samedi et mardi prochains.

Sur son compte X, l'attaquant a publié une photo tenant le trophée qui lui a été décerné en hommage à sa longue et brillante carrière avec les clubs et la sélection nationale. Il a exprimé sa reconnaissance pour cette distinction exceptionnelle et promis de poursuivre sa carrière avec la même passion. « Fiers de cette reconnaissance particulière. Vingt-deux ans avec la sélection nationale, et la même passion qu'au premier jour. Merci à tous les entraîneurs et coéquipiers qui m'ont aidé à arriver ici... Merci à vous tous », a déclaré Ronaldo.

Cristiano Ronaldo reste le meilleur buteur de l'histoire du Portugal avec 141 buts, et le joueur le plus capé avec 223 sélections. Il est aussi le premier joueur de l'histoire à marquer dans cinq éditions consécutives de la Coupe du Monde (2006-2022) — un record inédit. Sa régularité et son professionnalisme font de lui une icône de longévité et d'excellence. En plus de ses statistiques, Ronaldo a été un leader charismatique, inspirant par son ambition sans limites. Il a contribué à hisser le Portugal au rang des grandes nations du football mondial. À 39 ans, il demeure un joueur influent, symbole d'un héritage bâti sur l'effort et la persévérance.

D'UN VENDEUR AMBULANT À COÉQUIPIER DE MESSI

L'incroyable destin de Lautaro Rivero

Le sélectionneur argentin Lionel Scaloni a créé la surprise en convoquant Lautaro Rivero, défenseur de 21 ans, ancien vendeur ambulant, pour les matchs amicaux contre le Venezuela et Porto Rico. Son histoire inspire toute l'Argentine : originaire d'un quartier populaire de Moreno, il vendait des alfajores (petits gâteaux typiques d'Amérique du Sud) dans la rue pour aider sa famille, composée de cinq frères et sœurs. Rivero a commencé au petit club local Los Halcones, avant d'intégrer les jeunes du River Plate à 14 ans, d'abord comme milieu de terrain puis défenseur. En 2021, il rejoint l'équipe réserve du club et, en 2024, attire l'attention de Martín Demichelis, entraîneur du River Plate professionnel. Faute de temps de jeu, il est prêté à Central Córdoba, où il fait ses débuts en juin 2024. Ses performances convainquent rapidement les observateurs, et il est désormais considéré comme l'un des meilleurs jeunes défenseurs d'Argentine, au point d'être rappelé par River Plate et sélectionné par Scaloni.

Une ascension fulgurante pour celui qui, il y a encore quelques années, ne rêvait que de vendre assez de gâteaux pour nourrir les siens.

Haaland : "Je vis la meilleure période de ma vie"

L'attaquant norvégien Erling Haaland, star de Manchester City, a affirmé n'avoir jamais été aussi en forme, après avoir inscrit son neuvième but en Premier League cette saison, offrant la victoire (1-0) à son équipe contre Brentford. Selon le site officiel du club, Haaland a désormais marqué dans 22 des 23 stades où il a joué en Premier League. Il reste également sur une série de 9 matchs consécutifs avec au moins un but toutes compétitions confondues (10 avec City et 6 avec la Norvège), soit la meilleure série de sa carrière. Interrogé après le match pour savoir s'il vivait la meilleure période de sa vie, il a répondu : « On peut le dire, je ne me suis jamais senti aussi bien ». Et d'ajouter : « La naissance de mon fils m'a rendu meilleur, car je parviens davantage à me détacher du football et à me détendre à la maison. Je dois le remercier pour ça ». À propos du match, il a reconnu : « C'était une rencontre très difficile. Brentford a des touches longues qui partent presque du milieu du terrain ! Mais nous étions prêts grâce au travail du staff ».



Arsenal envisage de quitter temporairement l'Emirates pour Wembley

Arsenal étudie un projet d'agrandissement majeur de l'Emirates Stadium, afin de porter sa capacité de 60 700 à plus de 70 000 spectateurs, ce qui en ferait le plus grand stade appartenant à un club londonien. D'après Football London, les travaux envisagés impliqueraient une refonte intérieure des gradins et des sièges pour améliorer l'expérience des supporters, tout en conservant l'architecture extérieure du stade. Le coût estimé du projet est d'environ 500 millions de livres sterling, et le club espère ainsi augmenter considérablement ses revenus les jours de match, sachant que plus de 100 000 fans figurent déjà sur liste d'attente pour un abonnement. Cependant, ces travaux obligeraient Arsenal à jouer provisoirement ailleurs, et Wembley apparaît comme l'option la plus plausible — une solution déjà adoptée par Tottenham lors de la construction de son nouveau stade. Le club n'a pas encore tranché définitivement, mais cette expansion est perçue comme un investissement stratégique à long terme pour renforcer la position d'Arsenal à Londres et en Europe.



West Ham veut sauver Endrick du « cauchemar madrilène »



Selon la presse britannique, West Ham United envisagerait de formuler une offre de prêt au Real Madrid pour le jeune prodige brésilien Endrick, dès le mercato hivernal. Agé de 18 ans, Endrick a rejoint le Real l'été dernier en provenance de Palmeiras, mais il peine à obtenir du temps de jeu sous Carlo Ancelotti. West Ham souhaite profiter de cette situation pour lui offrir une place de titulaire régulier en Premier League, un championnat jugé idéal pour son développement physique et tactique. Le staff londonien estime que le joueur pourrait apporter de la polyvalence offensive et que cette expérience accélérerait sa maturité. Cependant, à Madrid, la direction reste prudente : le club préfère gérer la progression du joueur en interne, misant sur une intégration progressive. Le Real a déjà refusé plusieurs demandes de prêt venues d'Europe, mais reste ouvert à un départ à condition que la destination garantisse du temps de jeu. De son côté, Endrick craint que son faible temps de jeu nuise à ses chances de sélection avec le Brésil. Une expérience en Angleterre pourrait lui offrir la visibilité nécessaire. Les observateurs jugent qu'un prêt à West Ham serait gagnant-gagnant : l'équipe anglaise renforcerait son attaque, tandis que le Real récupérerait un joueur plus expérimenté. Aucune confirmation officielle n'a encore été donnée, mais le dossier devrait se préciser à l'approche du mercato hivernal.



PIRE QUE TEN HAG

Le compte à rebours a-t-il commencé pour Amorim à Manchester United ?

Chaque jour qui passe rend la situation de Manchester United plus inquiétante. Malgré les changements d'entraîneurs, le club semble s'enfoncer dans la crise, saison après saison. En octobre 2024, la direction, menée par le milliardaire Jim Ratcliffe, avait décidé de

se séparer de Erik ten Hag pour nommer le Portugais Rúben Amorim. Mais un an plus tard, ce dernier paraît suivre le même chemin. La saison dernière avait débuté de manière catastrophique, avec trois défaites à Old Trafford face à Tottenham, Liverpool et West Ham. Un an plus tard, le constat est encore plus sombre : sous Amorim, l'équipe a

régressé, malgré un changement complet de philosophie de jeu. Selon le Daily Mail, United n'a remporté que 10 matchs sur 34 en Premier League depuis l'arrivée d'Amorim — la moitié de ces victoires ayant été obtenues contre des clubs promus. En un an, les Red Devils n'ont jamais réussi à enchaîner deux victoires consécutives en champion-

nat, illustrant la profonde irrégularité du groupe. Les supporters espéraient que les nouvelles recrues — Benjamin Šeško, Matheus Cunha, Bryan Mbeumo et le gardien Senne Lammens — changeraient la donne. Mais selon Opta, United compte 4 points de moins que la saison dernière à la même période (10 points contre 14 sous Ten Hag).

Onana se rapproche d'un départ définitif de Manchester United

Selon plusieurs médias anglais, André Onana, actuellement prêté à Trabzonspor (Turquie), devrait quitter Manchester United de manière permanente. Arrivé à Old Trafford en 2023 pour 55 millions d'euros en provenance de l'Inter Milan, le gardien camerounais a connu une saison compliquée, multipliant les erreurs et perdant sa place de titulaire, ce qui a conduit à son prêt à l'été 2025. Mais en Turquie, il a retrouvé confiance : 2 clean sheets en 4 matchs et un rôle

de leader reconnu par son entraîneur Fatih Tekke. Le président du club turc a confirmé vouloir négocier un transfert définitif, même si le prêt ne comprend pas d'option d'achat. Onana s'est dit heureux : « Je n'avais pas ressenti autant d'amour depuis longtemps. Je me suis senti chez moi dès le premier jour ». Le principal obstacle reste financier : Manchester United serait prêt à vendre à prix réduit, son niveau et sa valeur marchande ayant nettement



DÉPLACEMENT DU MATCH DE MILAN EN AUSTRALIE :

Adrien Rabiot : «Une décision folle qui pénalise nos supporters »

Le Français Adrien Rabiot, milieu du Milan AC, a vivement critiqué la décision de jouer le match de championnat contre Como en Australie, qualifiant l'idée de « complètement folle ». « J'ai été choqué d'apprendre que nous devons disputer un match de Serie A en Australie. C'est insensé ! Le football ici, c'est une question de vie », a-t-il confié à Tutto

Mercato Web. Rabiot reconnaît que la décision est motivée par des raisons économiques, mais estime qu'il est injuste d'obliger les équipes à parcourir des milliers de kilomètres pour un match national. « Les supporters italiens vivent pour leurs clubs. Les priver de la possibilité d'assister à un match de Serie A est regrettable », a-t-il ajouté.

La Ligue italienne a obtenu l'accord de l'UEFA pour disputer ce match à Perth, en février prochain, dans le cadre d'une opération promotionnelle inédite.



Caicedo élu joueur de la semaine en Premier League



L'équatorien Moisés Caicedo, milieu de terrain de Chelsea, a été élu meilleur joueur de la 7e journée de Premier League après sa brillante performance contre Liverpool. Il a ouvert le score d'une superbe frappe lointaine lors de la victoire 2-1 à Stamford Bridge samedi dernier. Caicedo a non seulement

brillé par sa capacité à distribuer le jeu, mais aussi par son activité défensive, neutralisant en grande partie l'attaque des Reds. Avec trois buts cette saison — soit plus que sur ses deux dernières saisons réunies — il figure parmi les meilleurs buteurs de Chelsea. Il domine également les statistiques défensives de son équipe : 28 tacles réussis, 18 interceptions, soit le meilleur total parmi tous les joueurs du championnat à ce stade. Caicedo a recueilli 31 % des votes des fans, devançant Antoine Semenyo (Bournemouth, 22 %), Declan Rice (15 %), Benjamin Šeško (14 %), Mohammed Kudus (8 %), et Jack Grealish (4 %).

COUP DUR POUR L'ARGENTINE Otamendi forfait pour le match d'ouverture du Mondial 2026

Mauvaise nouvelle pour l'Argentine : le défenseur expérimenté Nicolás Otamendi manquera le premier match de la Coupe du Monde 2026, en raison d'une suspension. Expulsé lors du dernier match des éliminatoires contre l'Équateur (défaite 1-0), le joueur de 36 ans, pilier de la défense de Lionel Scaloni, devra purger un match de suspension. Le staff technique devra donc lui trouver un remplaçant pour le match d'ouverture du tournoi, qui se déroulera du 11 juin au 19 juillet 2026 dans 16 villes réparties entre les États-Unis, le Canada et le Mexique.



Florenzi : « J'ai vécu des expériences formidables dans ma carrière »

L'ancien joueur de la Roma, Alessandro Florenzi, a évoqué son parcours lors de son passage dans l'émission Sky Calcio Club. « Quand j'ai quitté Rome, j'étais triste, car j'étais supporter avant d'être joueur. Mais chaque personne suit son propre chemin, et j'ai eu la chance de vivre de belles expériences dans ma carrière », a-t-il déclaré. Concernant Gian Piero Gasperini, nouvel entraîneur de la Roma, Florenzi s'est montré confiant : « Avec lui, il y a un vrai potentiel de victoire. Il reste quelques détails à régler, mais l'essentiel est déjà là ».



REPUBLIQUE ALGERIENNE DEMOCRATIQUE ET POPULAIRE

WILAYA DE CHLEF
 DAIRA DE BENI HAOUA
 COMMUNE DE BREIRA
 NIF : 02340100011

Mise en demeure n°01

-conformément aux dispositions de l'article 149 du décret présidentiel 15/247 de la 16/09/2015 portant réglementation des marchés publics et des délégations des services publics.

-vu le marché n°2025/31 du 2025/07/14 relatif au projet :

****SUIVI ET REFECTION DE LA ROUTE COMMUNAL RELIANT ENTRE BREIRA ANCIENNE ET BENI AKIL (TRANCHE 02SUR 2.5KM)**

- Vu l'ordre de service n°31 de démarrage des travaux du 14/07/2025. Le président de L'APC de BREIRA wilaya de CHLEF en sa qualité de maître d'ouvrage met en demeure l'entreprise BELAICHE AMINE SISE A AOUELED ABBASS WILAYA DE CHLEF pour la reprise des travaux et renforcement du chantier en moyens humains et matériels nécessaires dans un délai de trois (03) jours à compter de la date de la publication de cette mise en demeure au BOMOP et quotidiens nationaux .

Passé ce délai, le maître d'ouvrage procédera à l'application des mesures coercitives de la réglementation en vigueur.

AL MOUNASSER 09 Octobre 2025 — ANEP 2516031555

REPUBLIQUE ALGERIENNE DEMOCRATIQUE ET POPULAIRE

Ministère De L'Hydraulique
 Direction De L'Hydraulique de la wilaya de Tamanrasset
 Adresse: BP 126 rue Amir Abdelkader lakasElfougani Tamanrasset

MISE EN DEMEURE N°02

Projet : Réalisation Des Systèmes Epuratoire des localité Indalague (Commune de Tamanrasset), Hirafouk (commune D'Idles) et Daghmouli (commune De Abalessa).

Lot N°03: Réalisation Du Système Epuratoire Et De la localité Daghmouli (commune De Abalessa)

- Vu le marché n°02/2025 en date du 24/04/2025 passé conformément à l'article 44 du décret présidentiel n° 15/247 en date de la 16/09/2015 portant réglementation des marchés publics et délégation de service public Cocontractant : entreprise des travaux hydrauliques KORICHI MOHAMED ELHABIB

- Vu l'ODS de départ n°34/2025 concernant le démarrage d'exécution des travaux signé le 11/05/2025.
- Vu l'arrêt des travaux au chantier.
- Vu le non disponibilité des moyens humains et matériels au chantier.
- Vu le non respect du planning de réalisation des travaux.

L'entreprise des travaux hydrauliques KORICHI MOHAMED ELHABIB titulaire du marché n°02/2025 en date du 24/04/2025 concernant Lot N°03: Réalisation Du Système Epuratoire Et De la localité Daghmouli (commune De Abalessa) est Mise en Demeure N°02 de reprendre les travaux et la présence effective en chantier avec toutes les moyens matériels et humains demandées et de rattrapé le retard enregistré dans un délai de huit (08) jours à partir de l'apparition de la présente mise en demeure dans les quotidiens nationaux.

Faute de quoi toutes les mesures correctives seront prises à l'encontre de l'entreprise selon la réglementation en vigueur

AL MOUNASSER 09 Octobre 2025 — ANEP 2516031526

L'entraîneur du CSC Khair-Eddine Madoui: « Nous sommes sortis de la compétition avec les honneurs »

VOTRE QUOTIDIEN SPORTIF
Mounasser
 Quotidien sportif N°03 Mardi 29 Avril 2025 Prix 20 DA

Championnat de France
 Amine Gouri dynamite Brest

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

Qualifications de CHAN-2025
 Première séance légère pour les Verts

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

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

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

La jeunesse sportive de kaylie

Boudaoui dans le viseur de Wolfsburg

La défense inquiète Zionbauer

VOTRE QUOTIDIEN SPORTIF
Mounasser

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

 **TEL:
 0560266287**

OU PAR EMAIL:

 **CONTACT@ALMOUNASSER.DZ**



AUX ORIGINES DU PARALYMPISME

On trouve des traces de pratiques « sportives » par des personnes blessées ou mutilées dès la fin du XIXe siècle. Mais ces dernières sont souvent perçues, à cette époque, comme des « phénomènes de foire »...

Une « course des jambes de bois » est par exemple relatée par la presse en 1894 ! Nous sommes alors bien loin des compétitions réglementées et de l'olympisme naissant.

1948-1960, DES JEUX À L'HÔPITAL

En 1948, le neurochirurgien Ludwig Guttmann lance une expérience innovante de promotion du sport rééducatif. Médecin chef à l'hôpital

il propose à ses patients de prendre part à une grande compétition de tir à l'arc : les « Jeux de Stoke ».

Ces derniers sont renouvelés chaque été dans l'enceinte de l'hôpital. À partir du début des années 1950, ils accueillent des délégations étrangères. L'Amicale sportive des mutilés de France (ASMF) y participe pour la première fois en 1955. Ces « Jeux de Stoke » constituent ainsi un rassemblement

création des « Jeux de Stoke » en 1948, le choix est fait de les délocaliser à Rome, qui accueille les Jeux Olympiques de 1960. Ces premiers « Jeux para-olympiques » restent réservés aux athlètes en fauteuil roulant.

Ils auront désormais lieu tous les quatre ans dans la foulée des JO, si possible dans la même ville, comme à Tokyo en 1964.

La période est marquée par un rapprochement vers le modèle du sport de compétition et la participation progressive d'autres athlètes ayant une diversité de handicaps. Les revendications d'intégration des personnes amputées et des personnes aveugles et malvoyantes aboutissent lors des Jeux de Toronto (1976) ; celles des personnes avec une infirmité motrice cérébrale à New York (1984).

En 1989, la création du Comité International Paralympique (IPC) marque la fin du processus de regroupement des handicaps et permet un rapprochement avec le Comité International Olympique (CIO).

1989-2012, LE NOUVEAU PARALYMPISME

En 1989 s'ouvre une troisième période, celle d'un nouveau paralympisme qui cherche à s'élargir et à



2012-2024, VERS LE GRAND SPECTACLE DE LA FIERTÉ

rassembler toutes les fédérations sportives internationales représentant des sportifs avec différents types de déficience ou d'incapacité. Au tournant du XXIe siècle, le paralympisme se transforme radicalement et bénéficie d'une reconnaissance publique et politique grandissante. Des adaptations et innovations permanentes sont nécessaires pour créer les conditions de l'égalité des chances dans des compétitions rassemblant des sportifs aux incapacités extrêmement diverses. De ce fait, chaque épreuve a sa propre classification, qui repose sur les « situations de handicap » qu'elle implique pour chacun.

grande démonstration de l'inclusion et de la fierté. Les médias s'emparent de l'événement pour mettre en scène des performances sportives d'un genre inédit.

La rupture est affirmée avec le slogan « Rencontrez les superhumains » et un clip vidéo qui mêle des références aux super-héros des bandes dessinées à des images choc.

Les Jeux de Tokyo, en 2021, voient l'apparition de nouveaux para-sports : le para-badminton et le para-taekwondo.

Les paralympiennes prennent désormais plus de place, comme Marie-Amélie Le Fur, qui



de Stoke Mandeville, près de Londres, il intègre des jeux sportifs au processus de réhabilitation des personnes paralysées suite à une blessure à la colonne vertébrale.

Le 29 juillet 1948, jour de l'ouverture des Jeux Olympiques de Londres,

international de plus en plus important, mais réservé aux personnes en fauteuil roulant.

1960-1989, DES JEUX « PARALYMPIQUES » DE ROME AU PARALYMPISME

Douze ans après la



Les Jeux de Londres, en 2012, marquent un point de bascule vers une

concoure en saut en longueur et en 100 m, 200 m et 400 m, équipée d'un Flexfoot. Cette dernière remporte 9 médailles dans la catégorie T44 (simple amputation d'une jambe sous le genou) entre 2008 et 2016.

L'évolution des mascottes paralympiques révèle la possibilité d'exhiber désormais un appareillage sportif prothétique avec fierté.



COMEGYM 2025

Trois médailles pour l'Algérie, dont deux en argent

La sélection algérienne (garçons/filles) de gymnastique artistique a décroché trois médailles (deux argents et une bronze) au COMEGYM 2025, organisé du 5 au 8 octobre courant en Turquie. La première médaille d'argent a été l'œuvre d'Elina Nemour, la sœur cadette de la championne olympique Kaylia, dont c'était la toute pre-

mière participation sous maillot national, et qui avait réussi à décrocher la deuxième place sur la Poutre. La deuxième médaille d'argent a été remportée par Sirine Chidouah, dans l'épreuve du saut, alors que la médaille de bronze a été remportée par la sélection pré-juniors/garçons. Le COMEGYM est une compétition de gymnastique des Championnats méditerranéens,

organisée par la Fédération turque de gymnastique dans la ville d'Istanbul. Cet événement sportif a réuni des jeunes gymnastes (Youth / Junior) dans diverses disciplines, comme la gymnastique artistique masculine (GAM), la gymnastique artistique féminine (GAF), la gymnastique rythmique (GR) et l'aérobic.

AKRAM. K



CHAMPIONNAT DE HANDBALL

Programme des matchs de la deuxième journée

Programme des matchs de la deuxième journée du championnat de Division Nationale Excellence (A) seniors messieurs de handball, prévus vendredi (15h00). Groupe A :

Vendredi, 10 octobre 2025 :

- O. El-Oued - OM Annaba
- AB Barika - MC Alger
- JS Saoura - MCO Tiélat
- IC Ouargla - MB Bordj Bou Arréridj

TENNIS

Le Championnat national (Seniors) du 28 octobre au 1^{er} novembre à Alger

L'édition 2025 du Championnat d'Algérie seniors de tennis se déroulera du 28 octobre au 1^{er} novembre prochain, au Centre Fédéral de Ben Aknoun (Alger), a annoncé la fédération algérienne (FAT). "Les tableaux finaux seront précédés de la phase de qualification, prévue le 27 octobre", a indiqué la même source, en promettant des "d'importantes dotations aux lauréats", grâce notamment à l'apport des nouveaux sponsors. Le règlement de la compétition sera publié incessamment", a précisé l'instance fédérale dans un bref communiqué publié sur ses réseaux sociaux.

AYMEN.CH

MASTERS 1000 DE SHANGHAI DE TENNIS

Djokovic en quart pour la 11^e fois de sa carrière

Le Serbe Novak Djokovic, s'est qualifié pour la 11^e fois de sa carrière, aux quarts de finale du tournoi de tennis Masters 1000 de Shanghai, en battant l'Espagnol Jaume Munar, mardi. "Djoko" (5^e Mondial) a battu Munar. (41e) 6-3, 5-7, 6-2 et rejoint les quarts à Shanghai où il a soulevé quatre fois la coupe du vainqueur (2012, 13, 15, 18). L'ancien N.1 Mondial affrontera en quarts Zizou Bergs (44e), également difficile vainqueur en huitième du Canadien Gabriel Diallo (35e) 3-6, 7-5, 7-6 (10/8) après avoir effacé deux balles de match. Le Belge atteint à 26 ans son premier quart en Masters 1000. Bergs est passé de justesse, le passing de revers long de ligne de Diallo atterrissant de peu dans le couloir sur la première des deux balles de match qu'a obtenues le Canadien dans le tie-break final avant de céder. Le Danois Holger Rune (11e) disputera également les quarts après avoir battu, lui aussi en trois sets, le Français Giovanni Mpetshi Perricard 6-4, 6-7 (7/9), 6-3.



R.S

JUDO

Un séminaire national sur l'arbitrage le 10 octobre à Ghardaïa

La Direction technique nationale de la Fédération algérienne de judo (DTN/FAJ) a annoncé, hier, l'organisation d'un séminaire national sur l'arbitrage, le vendredi 10 octobre courant, à la salle omnisports "Tafilalt", dans la commune de Béni Isguen, wilaya de Ghardaïa. "Outre les arbitres, la présence des entraîneurs sera obligatoire à ce séminaire, pour pouvoir participer aux différentes compétitions de la saison 2025-2026" a insisté la DTN dans un bref communiqué, diffusé sur le site officiel de la FAJ. Plusieurs sujets seront débattus au cours de ce séminaire, à commencer par les nouvelles règles d'arbitrage, introduites dernièrement, selon le programme dévoilé par la DTN. "Le séminaire sera clôturé par des évaluations individuelles dans le domaine de l'arbitrage", a-t-on ajouté de même source.



Cette initiative tend à développer la discipline, l'arbitrage en étant une partie intégrante, pas uniquement durant la compétition.

FARES.B

SÉLECTIONS ALGÉRIENNES (U17) ET (U20) Des matchs amicaux au menu en Côte d'Ivoire

Les sélections algériennes des U17 et U20 garçons, actuellement en stage en Côte d'Ivoire (6-14 octobre 2025), affronteront leurs homologues ivoiriennes respectives en amical, a indiqué la Fédération algérienne de football (FAF). La sélection nationale des moins de 17 ans disputera deux matchs amicaux face à celle de la Côte d'Ivoire. La première rencontre se jouera ce mercredi 8 octobre à 17h00 au Centre sportif de Bingerville à Abidjan, et la seconde aura lieu dimanche 12 octobre (17h00) dans la même enceinte sportive. De son côté, la sélection algérienne des moins de 20 ans, croisera le fer avec son homologue ivoirienne les 9 et 13 octobre à 17h00 toujours à Abidjan. Pour rappel, les deux sélections nationales des moins de 17 ans et de moins de 20 ans préparent les éliminatoires de la Coupe d'Afrique des Nations de leurs catégories respectives.



WASSIM. K

C'EST UN GRAND FAN DE MO

Carlos Sainz révèle les coulisses de son amitié avec Tadej Pogacar

Comme de nombreux sportifs, Carlos Sainz réside à l'année à Monaco. Et le pilote espagnol de Formule 1 y croise régulièrement Tadej Pogacar, le taulier du cyclisme mondial, qui vit également sur le Rocher. Les deux stars, qui se côtoient dès que possible, ont noué une véritable amitié sur la côte méditerranéenne.

Avec son décor de rêve, ses logements de luxe et ses avantages fiscaux, Monaco accueille à l'année de nombreuses personnalités. Et notamment des sportifs venus du monde entier. Plusieurs d'entre eux sont basés dans la Principauté, où ils profitent d'un cadre privilégié face à la Méditerranée. C'est le cas de Carlos Sainz. Le pilote de Formule 1, qui évolue cette saison chez Williams, a choisi de poser ses bagages sur le Rocher. Et il s'est lié d'amitié avec un certain Tadej Pogacar, qui vit également sur place lorsqu'il n'enchaîne pas les victoires sur la route. Dans une interview accordée à l'émission El Partidazo de COPE, l'Espagnol de 31 ans a raconté sa connexion avec le meilleur cycliste de la planète, de quatre ans son cadet. "Parmi ceux qui vivent à Monaco actuellement, c'est l'un

de mes meilleurs amis, celui que je vois le plus souvent", souffle Carlos Sainz, dans des propos rapportés par Marca. "On va souvent dîner ensemble, on fait du vélo... Enfin, comme je le dis toujours, on ne fait pas vraiment du vélo, c'est lui qui m'accompagne, parce qu'il est à un autre niveau! On va prendre un café, manger une focaccia quelque part, on se capte et on parle de nos sports respectifs. C'est un grand fan de moi et de la Formule 1. On passe de très bons moments ensemble, vraiment."

C'est un type très simple

Le natif de Madrid, passé par Renault, McLaren et Ferrari depuis ses débuts en F1, apprécie particulièrement la personnalité du taulier slovène, quadruple vainqueur du Tour de France et récemment sacré champion du monde et d'Europe après des raids solitaires impressionnants. "Je l'admire énormément parce



que c'est quelqu'un de très humble, très accessible", souffle Carlos Sainz. "C'est un type très simple. C'est l'un des meilleurs sportifs que je n'ai jamais rencontrés et avoir le plaisir de pou-

voir l'appeler mon ami aujourd'hui, c'est quelque chose d'incroyable. Après 18 Grand Prix cette saison, Carlos Sainz occupe la 12e place du classement des pilotes en F1. Toujours aussi

dominant, Tadej Pogacar vient de remporter mardi les Trois Vallées Varésines, en partant seul dans une descente à 21km de l'arrivée.

R.S

Le tennisman Lucas Bouquet suspendu pendant six semaines pour corruption

Formé dans le Val-d'Oise, et passé par l'Isère et la Gironde, Lucas Bouquet (67e joueur français) a été suspendu, le 1er octobre, pour corruption par l'Agence internationale pour l'intégrité du tennis. Un coup d'arrêt. À 28 ans, Lucas Bouquet a été suspendu, le 1er octobre, par l'Agence internationale pour l'intégrité du tennis (ITIA) après avoir reconnu qu'il n'avait pas signalé des faits de corruption en 2023 et 2024. Originaire du Val-d'Oise, le joueur de tennis français a également écopé d'une amende de 5.000 dollars. "Lucas Bouquet a reconnu avoir omis de signaler des faits de corruption active, avoir fourni des informations privilégiées et avoir omis de signaler une pratique corrompue, en violation du Programme anticorruption du tennis (TACP)", précise l'ITIA dans un communiqué. Formé à Goussainville, dans le Val-d'Oise, Lucas Bouquet ne pourra plus jouer au tennis et s'entraîner jusqu'au 30 octobre prochain. Sa suspension a débuté le 19 septembre, mais l'ITIA n'a communiqué sur le sujet que le 1er octobre.



Passé par l'Isère et la Gironde

Le jeune joueur aura aussi interdiction "d'assister à tout événement de tennis autorisés par les membres de l'ITIA (ATP, ITF, WTA, Tennis Australia, Fédération française de tennis, Wimbledon et USTA) ou toute association nationale", prévient l'ITIA. Après sa formation, Lucas Bouquet était ensuite passé à TC Sarcelles et à l'OS Sannois, avant de quitter le Val-d'Oise pour l'Isère et le club d'Échirolles. Désormais, le joueur de 28 ans évolue à la Villa Primrose, à Bordeaux (Gironde). Le Val-d'Oisien avait atteint son meilleur classement mondial en février 2025, à la 478e place. Actuellement classé 705e mondial et 67e joueur français, Lucas Bouquet avait remporté, en septembre, le tournoi national de Versailles. Son dernier match sur le circuit international avait eu lieu le 30 août, sur le tournoi Futures du Cap d'Agde. R.S

LE GRAND RETOUR DU CAPITAINE

Antoine Dupont sera dans le groupe du XV de France

Antoine Dupont, gravement blessé au genou droit en mars dernier, participera au rassemblement du XV de France en novembre. Le capitaine des Bleus s'entraînera seulement avec ses partenaires mais ne jouera pas. Le retour du patron. Antoine Dupont, capitaine du XV de France, participera à la tournée d'automne aux côtés de ses partenaires. Mais seulement à l'entraînement, pas en match. Le demi de mêlée est toujours en convalescence après avoir été victime d'une rupture du ligament croisé du genou gauche lors du match en Irlande (27-42), le 8 mars dernier dans le Tournoi des VI Nations. Il avait été opéré et son retour à la compétition n'est pas attendu avant fin novembre ou début décembre.

"Il participera avec mesure aux entraînements"

Dans une interview à Sud-Ouest, Fabien Galthié a confirmé la présence de son capitaine dans un groupe de 42 joueurs +1, tout comme celle du pilier Unii Atonio

(blessé aux ischio-jambiers) qui, lui, ne s'entraînera pas. Mais il dément cette présence de Dupont pour apporter plus de leadership au groupe. "Il ne faut pas lui demander l'impossible, Antoine termine sa rééducation et prépare son retour au jeu, au terrain. Il participera avec mesure aux entraînements", a-t-il précisé.

Antoine Dupont a effectué son grand retour à l'entraînement avec Toulouse, mardi. Une reprise en douceur lors de la séance collective avec un tennis-ballon au programme. Il a aussi travaillé en spécifique avec Sébastien Carrat, le préparateur en charge de la rééducation, en se contentant de courses à allure moyenne, d'allers retours dans l'enduit et de quelques changements de direction. Une heure environ d'entraînement, sans pour le moment toucher le ballon de rugby. Le demi de mêlée de 28 ans est supposé uniquement participer aux ateliers techniques avec le staff et ne pas prendre directement part aux exercices collectifs avec le reste du groupe tou-

lousain. Vainqueur du dernier Tournoi des VI Nations, le XV de France doit affronter l'Afrique du Sud, le 8

novembre au Stade de France (21h10) lors de leur premier test-match de cette tournée. Un rendez-vous placé sous le signe de la revanche deux ans après la cruelle défaite face aux Springboks en quarts de finale de la Coupe du monde, à l'issue duquel Dupont avait déploré l'arbitrage trop favorable aux Sud-Africains. Les Bleus affronteront ensuite les Fidji, le 15 novembre à Bordeaux (21h10) et termineront par un choc face à l'Australie, le 22 novembre au Stade de France (21h10).

R.S



La posture "jambes sur le mur" : une vraie astuce bien-être ?

En vérité, il y a "peu de contre-indications chez les personnes en bonne santé et qui cherchent à se relaxer", constate Cédric Vincent. Cependant, "les personnes ayant des pathologies artério-veineuse, cardiaques ou systémiques connues, doivent toujours demander un avis à leur médecin généraliste avant de pratiquer". Même chose pour les femmes enceintes.

Et encore une fois, en cas de doute, n'hésitez pas à solliciter l'avis de médecins pour obtenir des conseils adaptés au mieux à votre condition physique et votre niveau de forme. Et s'il suffisait de s'allonger quotidiennement quelques minutes, les jambes contre le mur, pour régler tous nos soucis ? Vous êtes sceptique ?

Toujours curieux des tendances sport et bien-être, j'ai vu la posture "demi-chandelle" vantée pour digestion, sommeil, stress... Mais ça marche ? Pour le savoir, j'ai testé et interrogé Cédric Vincent, masseur-kinésithérapeute.

On s'installe ?

Pour ne pas mourir bêta et aussi parce qu'une petite dose de bien-être, ça ne se refuse jamais, j'ai voulu essayer. À peine réveillée,

d'araignées admirées au plafond, je m'ennuie assez vite. J'attrape donc un livre, mais au bout de 2 pages, les bras en l'air au-dessus de la tête, je le lâche malencontreusement et celui-ci fini... sur mon nez : mauvaise idée. Un bon podcast dans les oreilles : ah voilà, ça, ça marche. Allez maintenant, je profite du moment !

Pour être à l'aise et tenir l'équilibre ainsi lors de votre pratique, vous pouvez aussi glisser un petit coussin sous vos fesses, et l'ajuster en fonction de votre confort (et de votre souplesse). Si l'étirement est un peu trop intense, vous pouvez également surélever un peu votre tête et maintenant... relâchez-vous ! D'ailleurs, pour profiter au mieux de la "détente" du moment, vous pouvez combiner la tenue de cette posture avec

Combien de temps lever et surélever ses jambes contre le mur ?



En yoga, on vous encouragera à tenir cette position au moins 5 minutes pour en ressentir les bénéfices. Ensuite, c'est en fonction de vos ressentis et de vos besoins bien-sûr... 10 minutes, 20 minutes, c'est bien aussi ! Bon, arrêtez-vous quand même avant d'être immobilisé par l'apparition de "fourmis" ou de sensations de picotements intenses dans vos pieds ou vos jambes. De mon côté, maintenant que j'ai ajouté cette pratique de manière régulière à ma petite routine, je suis capable de tenir la position environ 20 minutes, mais je ne me chronomètre pas ! Je me fie surtout à mes ressentis et je vous conseille de faire de même.

Ensuite, ne vous relevez pas non plus en deux temps trois mouvements ! Laissez-vous le temps d'atterrir. Commencez par glisser vos jambes sur le sol. Vous pouvez aussi rester allongé encore quelques instants avant de relever progressivement.

Pourquoi surélever et mettre les jambes en hauteur contre le mur ?

De façon totalement analytique et pragmatique, cette position amène les membres inférieurs en déclive (en pente ndlr.), ce qui favorise un meilleur retour veineux dans notre



corps grâce à l'action de la pesanteur", explique le kinésithérapeute Cédric Vincent. En fait, elle

La détente : le plus grand bénéfice

Enfin, retenez que "la stimulation du système nerveux parasympathique, qui favorise grâce à certains neurotransmetteurs le ralentissement du rythme cardiaque, la baisse de la tension artérielle par vasodilatation, l'amélioration de la motricité digestive..." etc. En fait, ce que m'explique Cédric Vincent, c'est que tous les bienfaits que l'on peut tirer de cette pratique sont davantage "dues à la stimulation de notre système nerveux parasympathique, qui favorise grâce à certains neurotransmetteurs le ralentissement du rythme cardiaque, la baisse de la tension artérielle par vasodilatation, l'amélioration de la motricité digestive..." etc. En fait, ce que m'explique Cédric Vincent, c'est que tous les bienfaits que l'on peut tirer de cette pratique sont davantage "dues à la stimulation de notre système nerveux parasympathique, qui favorise grâce à certains neurotransmetteurs le ralentissement du rythme cardiaque, la baisse de la tension artérielle par vasodilatation, l'amélioration de la motricité digestive..." etc.

prendre du temps pour soi, pour ne "rien faire", respirer... C'est ainsi que l'on entre dans une forme de relaxation, de repos et de détente qui aide à faire fuir nos petits maux du quotidien. Personnellement, c'est comme ça que je le vois : un petit moment de détente et de relaxation rien que pour moi. Mais je ne m'acharne pas à le faire tous les jours ! Même chose quand je sens que ça tiraille, que ça m'est inconfortable ou que tout simplement, je n'en ai pas envie : j'arrête ! Hors de question de se faire mal : bienveillance, on a dit

Pourquoi mettre les jambes en l'air après le sport ?

Peut-être avez-vous entendu parler de cette posture dans le cadre de la récupération sportive ? C'est possible ! Il arrive en effet qu'elle soit recommandée aux sportifs après une séance, notamment en course à pied... Est-ce que ça marche ? Comme l'expliquait un peu plus haut Cédric Vincent, cette posture offre un meilleur retour veineux et c'est tout particulièrement sur ce point qu'elle peut être bénéfique pour la récupération sportive.

Quelles contre-indications ?

En vérité, il y a "peu de contre-indications chez les personnes en bonne santé et qui cherchent à se relaxer", constate Cédric Vincent. Cependant, "les personnes ayant des pathologies artério-veineuse, cardiaques ou systémiques connues, doivent toujours demander un avis à leur médecin généraliste avant de pratiquer". Même chose pour les femmes enceintes.



bin non plus, qu'on se le dise).

Fatalement, la demi-chandelle entraîne donc une meilleure circulation du sang et c'est ce phénomène qui permet d'atténuer certains inconforts comme la rétention d'eau ou les sensations de gonflement. Musculairement parlant, s'installer allongé sur le sol, les jambes en l'air contre le mur, "permet d'étirer les chaînes postérieures des membres inférieurs". On pense notamment aux ischio-jambiers, avec l'extension du genou et la flexion de notre hanche.

kinésithérapeute.

"On ne peut pas dire que cette posture soigne les différents maux évoqués, mais plutôt qu'elle favorise notre bien-être en général", poursuit l'expert. Et ce, rien que par le fait de



mon verre d'eau avalé, je déplie mon tapis de pilates devant le mur avant de m'y allonger. Jusqu'ici, tout va bien.

Ensuite, je tente de placer mon bas du dos et mes fesses le plus proche possible du mur, jusqu'à les y adosser. Je tends mes jambes le long du mur afin qu'elles soient les plus droites possible et je positionne mes bras le long de mon corps. J'ai réussi ! Le plus dur est devant moi : faire preuve de patience. J'essaie de profiter du moment, mais une fois les quelques toiles

des exercices de respiration.

Mettre ses jambes en l'air

Cette posture des jambes en l'air ou sur le mur n'est pas née de la dernière pluie. Elle a été reprise du yoga. Dans ce sport, elle est même connue pour être une posture réparatrice. Cet asana -c'est comme cela que l'on appelle une position en yoga- se fait communément appeler la demi-chandelle, mais il est aussi possible que vous entendiez parler sous le nom de "Viparita Karani".



LE MEILLEUR PETIT-DÉJEUNER POUR MAIGRIR

Petit-déjeuner équilibré: les bons réflexes

Le petit-déjeuner est sacré pour beaucoup. Mais quand on veut perdre du poids, on peut vite être perdu. Matthieu, diététicien chez Decathlon, vous donne ses astuces pour maigrir sans se priver !

2ème partie

1) L'hydratation :

Au réveil, l'hydratation est primordiale ! Elle permet de réactiver en douceur le système digestif. Alors si vous voulez bien faire les choses, optez pour un grand verre d'eau minimum au saut du lit. Chez certains cela peut apporter de l'appétit, chez d'autres le couper un peu. Écoutez-vous et vos sensations pour ajuster la quantité en fonction. Et pour ceux que cela rebute, vous pouvez tenter le petit twist sympa pour agrémente l'eau : le citron pressé ! En plus d'apporter un saveur supplémentaire, il est anti-oxydant et contient de la vitamine c. Une fois encore il faut essayer pour voir si cela vous convient, certains

riches en sucre, il possède moins d'intérêts sur le plan nutritionnel. Pour ce qui est des pains industriels, passez votre chemin. Entre levure avec moins de



vitamines, beaucoup d'additifs, de sucre, d'édulcorant et de texturant, le pain frais du boulanger gagne haut la main ! Et disons-le, il

chaque repas représente 30% du ratio calorique de la journée. Soit le petit-déjeuner 30%, le déjeuner 30% et le dîner 30%, les 10% restants servent de collation dans la journée. Petite variante pour un profil sédentaire et peu sportif : le petit-déjeuner représente plutôt 20% avec 10% de collation à 10h et 10% de collation à 16h. Pour un programme personnalisé, nous vous recommandons de consulter une nutritionniste ou une diététicienne.

Comme dit précédemment, vous pouvez également remplacer le pain par des flocons d'avoine ou du muesli peu sucré.

Petit-déjeuner salé :
- Oeufs brouillés, durs, sur le plat, pochés, mollets, à la coque... Faites selon vos goûts !

- Deux tartines de pain pour leur apport en fibres et les glucides.

- Un fruit de saison pour son apport en vitamines. Vous pouvez également ajouter du jambon

chaque repas représente 30% du ratio calorique de la journée. Soit le petit-déjeuner 30%, le déjeuner 30% et le dîner 30%, les 10% restants servent de collation dans la journée. Petite variante pour un profil sédentaire et peu sportif : le petit-déjeuner représente plutôt 20% avec 10% de collation à 10h et 10% de collation à 16h. Pour un programme personnalisé, nous vous recommandons de consulter une nutritionniste ou une diététicienne.

Petit-déjeuner sucré :
Dans les grandes lignes, vous pouvez partir sur de l'eau citronnée si vous aimez et digérez cela, deux tartines et un fruit de saison comme une pomme, un kiwi, des framboises ou encore une banane. À quoi vous pouvez ajouter du fromage blanc 0% pour l'apport en fermeté lactique et en protéines si vous le souhaitez.

Petit-déjeuner de sportif :

Les flocons d'avoine ne sont pas magiques... mais presque ! Grâce à leur forte teneur en fibres, ils sont excellents pour la satiété. Côté protéines, c'est aussi un bon allié avec entre 9 et 15 g pour 100 g d'où le fait que ce soit particulièrement recommandé pour les

très bien avec le porridge ou le muesli en les laissant une nuit au frais. Et surtout, cela vous évite de vous tourner vers les snacks de la machine à café, du supermarché ou autre. Le conseil à appliquer pour bien digérer et manger à sa faim est de prendre le temps. C'est parfois difficile dans une vie à 100 à l'heure et pourtant c'est peut-être ce qu'il y a de plus important. Mastiquer, poser votre cuillère ou fourchette entre les bouchées sont des habitudes saines à appliquer tout au long de votre vie. Résultat, vous bénéficiez d'un meilleur confort digestif et d'une meilleure assimilation des nutriments. Alors on ralentit ! Si le jeûne intermittent vous tente, sachez qu'il possède de multiples bienfaits pour la santé ! Retenez juste qu'il n'aura pas d'impact sur la perte de poids, ce n'est pas son objectif.

Sur les tranches de pain, préférez :

Le miel pour les raisons citées plus haut.
Le beurre de cacahuète ou d'amande pour leur apport en protéines et en nutriments minéraux.
Le fromage frais si vous ne prenez pas de fromage blanc.

Comme dit précédemment, vous pouvez également remplacer le pain par des flocons d'avoine ou du muesli peu sucré.

Petit-déjeuner salé :
- Oeufs brouillés, durs, sur le plat, pochés, mollets, à la coque... Faites selon vos goûts !
- Deux tartines de pain pour leur apport en fibres et les glucides.
- Un fruit de saison pour son apport en vitamines. Vous pouvez également ajouter du jambon



- Le miel pour les raisons citées plus haut.
- Le beurre de cacahuète ou d'amande pour leur apport en protéines et en nutriments minéraux.
- Le fromage frais si vous ne prenez pas de fromage blanc.

Comme dit précédemment, vous pouvez également remplacer le pain par des flocons d'avoine ou du muesli peu sucré.

Petit-déjeuner salé :
- Oeufs brouillés, durs, sur le plat, pochés, mollets, à la coque... Faites selon vos goûts !

- Deux tartines de pain pour leur apport en fibres et les glucides.
- Un fruit de saison pour son apport en vitamines. Vous pouvez également ajouter du jambon

chaque repas représente 30% du ratio calorique de la journée. Soit le petit-déjeuner 30%, le déjeuner 30% et le dîner 30%, les 10% restants servent de collation dans la journée. Petite variante pour un profil sédentaire et peu sportif : le petit-déjeuner représente plutôt 20% avec 10% de collation à 10h et 10% de collation à 16h. Pour un programme personnalisé, nous vous recommandons de consulter une nutritionniste ou une diététicienne.

Petit-déjeuner sucré :
Dans les grandes lignes, vous pouvez partir sur de l'eau citronnée si vous aimez et digérez cela, deux tartines et un fruit de saison comme une pomme, un kiwi, des framboises ou encore une banane. À quoi vous pouvez ajouter du fromage blanc 0% pour l'apport en fermeté lactique et en protéines si vous le souhaitez.

Petit-déjeuner de sportif :

Les flocons d'avoine ne sont pas magiques... mais presque ! Grâce à leur forte teneur en fibres, ils sont excellents pour la satiété. Côté protéines, c'est aussi un bon allié avec entre 9 et 15 g pour 100 g d'où le fait que ce soit particulièrement recommandé pour les

très bien avec le porridge ou le muesli en les laissant une nuit au frais. Et surtout, cela vous évite de vous tourner vers les snacks de la machine à café, du supermarché ou autre. Le conseil à appliquer pour bien digérer et manger à sa faim est de prendre le temps. C'est parfois difficile dans une vie à 100 à l'heure et pourtant c'est peut-être ce qu'il y a de plus important. Mastiquer, poser votre cuillère ou fourchette entre les bouchées sont des habitudes saines à appliquer tout au long de votre vie. Résultat, vous bénéficiez d'un meilleur confort digestif et d'une meilleure assimilation des nutriments. Alors on ralentit ! Si le jeûne intermittent vous tente, sachez qu'il possède de multiples bienfaits pour la santé ! Retenez juste qu'il n'aura pas d'impact sur la perte de poids, ce n'est pas son objectif.

Sur les tranches de pain, préférez :

Le miel pour les raisons citées plus haut.
Le beurre de cacahuète ou d'amande pour leur apport en protéines et en nutriments minéraux.
Le fromage frais si vous ne prenez pas de fromage blanc.

Comme dit précédemment, vous pouvez également remplacer le pain par des flocons d'avoine ou du muesli peu sucré.

Petit-déjeuner salé :
- Oeufs brouillés, durs, sur le plat, pochés, mollets, à la coque... Faites selon vos goûts !
- Deux tartines de pain pour leur apport en fibres et les glucides.
- Un fruit de saison pour son apport en vitamines. Vous pouvez également ajouter du jambon

chaque repas représente 30% du ratio calorique de la journée. Soit le petit-déjeuner 30%, le déjeuner 30% et le dîner 30%, les 10% restants servent de collation dans la journée. Petite variante pour un profil sédentaire et peu sportif : le petit-déjeuner représente plutôt 20% avec 10% de collation à 10h et 10% de collation à 16h. Pour un programme personnalisé, nous vous recommandons de consulter une nutritionniste ou une diététicienne.

Petit-déjeuner sucré :
Dans les grandes lignes, vous pouvez partir sur de l'eau citronnée si vous aimez et digérez cela, deux tartines et un fruit de saison comme une pomme, un kiwi, des framboises ou encore une banane. À quoi vous pouvez ajouter du fromage blanc 0% pour l'apport en fermeté lactique et en protéines si vous le souhaitez.

Petit-déjeuner de sportif :



très bien avec le porridge ou le muesli en les laissant une nuit au frais. Et surtout, cela vous évite de vous tourner vers les snacks de la machine à café, du supermarché ou autre. Le conseil à appliquer pour bien digérer et manger à sa faim est de prendre le temps. C'est parfois difficile dans une vie à 100 à l'heure et pourtant c'est peut-être ce qu'il y a de plus important. Mastiquer, poser votre cuillère ou fourchette entre les bouchées sont des habitudes saines à appliquer tout au long de votre vie. Résultat, vous bénéficiez d'un meilleur confort digestif et d'une meilleure assimilation des nutriments. Alors on ralentit ! Si le jeûne intermittent vous tente, sachez qu'il possède de multiples bienfaits pour la santé ! Retenez juste qu'il n'aura pas d'impact sur la perte de poids, ce n'est pas son objectif.

Sur les tranches de pain, préférez :

Le miel pour les raisons citées plus haut.
Le beurre de cacahuète ou d'amande pour leur apport en protéines et en nutriments minéraux.
Le fromage frais si vous ne prenez pas de fromage blanc.

Comme dit précédemment, vous pouvez également remplacer le pain par des flocons d'avoine ou du muesli peu sucré.

Petit-déjeuner salé :
- Oeufs brouillés, durs, sur le plat, pochés, mollets, à la coque... Faites selon vos goûts !

- Deux tartines de pain pour leur apport en fibres et les glucides.
- Un fruit de saison pour son apport en vitamines. Vous pouvez également ajouter du jambon

chaque repas représente 30% du ratio calorique de la journée. Soit le petit-déjeuner 30%, le déjeuner 30% et le dîner 30%, les 10% restants servent de collation dans la journée. Petite variante pour un profil sédentaire et peu sportif : le petit-déjeuner représente plutôt 20% avec 10% de collation à 10h et 10% de collation à 16h. Pour un programme personnalisé, nous vous recommandons de consulter une nutritionniste ou une diététicienne.

Petit-déjeuner sucré :
Dans les grandes lignes, vous pouvez partir sur de l'eau citronnée si vous aimez et digérez cela, deux tartines et un fruit de saison comme une pomme, un kiwi, des framboises ou encore une banane. À quoi vous pouvez ajouter du fromage blanc 0% pour l'apport en fermeté lactique et en protéines si vous le souhaitez.

Petit-déjeuner de sportif :

Les flocons d'avoine ne sont pas magiques... mais presque ! Grâce à leur forte teneur en fibres, ils sont excellents pour la satiété. Côté protéines, c'est aussi un bon allié avec entre 9 et 15 g pour 100 g d'où le fait que ce soit particulièrement recommandé pour les

très bien avec le porridge ou le muesli en les laissant une nuit au frais. Et surtout, cela vous évite de vous tourner vers les snacks de la machine à café, du supermarché ou autre. Le conseil à appliquer pour bien digérer et manger à sa faim est de prendre le temps. C'est parfois difficile dans une vie à 100 à l'heure et pourtant c'est peut-être ce qu'il y a de plus important. Mastiquer, poser votre cuillère ou fourchette entre les bouchées sont des habitudes saines à appliquer tout au long de votre vie. Résultat, vous bénéficiez d'un meilleur confort digestif et d'une meilleure assimilation des nutriments. Alors on ralentit ! Si le jeûne intermittent vous tente, sachez qu'il possède de multiples bienfaits pour la santé ! Retenez juste qu'il n'aura pas d'impact sur la perte de poids, ce n'est pas son objectif.

Sur les tranches de pain, préférez :

Le miel pour les raisons citées plus haut.
Le beurre de cacahuète ou d'amande pour leur apport en protéines et en nutriments minéraux.
Le fromage frais si vous ne prenez pas de fromage blanc.



le digèrent très bien quand chez d'autres cela favorise les RGO (reflux gastro-œsophagiens).

2) Les fibres :

En composant votre petit-déjeuner, incorporez toujours une source des fibres, ce sont elles qui vous permettront d'être rassasié e. Pain complet, noir, au sarrasin ou encore au petit épeautre de chez le boulanger sont d'excellentes options. Le seul à éviter est le pain blanc car en plus d'être

est aussi bien meilleur alors ce serait dommage de s'en priver !). Pour varier les plaisirs, les flocons d'avoine dans du porridge ou le muesli composé d'un minimum de sucre fonctionnent très bien aussi !

Que manger le matin pour maigrir ?

Hydratation et fibres, ok mais en quelle quantité ? Evidemment, cela dépend de chacun car nous n'avons pas tous besoin du même apport calorique. L'activité physique effectuée au

Sur les tranches de pain, préférez :

Ligue 2 amateurs
**MO Bejaia-
IB Khemis
El Khechna
avancé
au 16 octobre**



Le match MO Bejaia - IB Khemis El Khechna comptant pour la cinquième journée du championnat de Ligue 2 groupe Centre-Est, initialement prévu le vendredi 17 octobre, a été avancé de 24 heures et se jouera le jeudi 16 octobre à 15h00, a indiqué la Ligue nationale du football amateur (LNFA). Les autres rencontres de cette journée dans le groupe Centre-Est ainsi que les matchs du groupe Centre-Ouest sont programmés le vendredi 17 octobre à 15h00. Après quatre journées de compétition, l'US Biskra et le CA Batna sont en tête du groupe Centre-Est avec 10 points, tandis qu'un duo composé du RC Kouba et l'ASM Oran (10 pts) dominent le groupe Centre-Ouest.

26 °C | F Précipitations : 15% Humidité : 64% Vent : 19 km/h

Météo
vendredi
Partiellement ensoleillé

VOTRE QUOTIDIEN SPORTIF

Mounasser

Jeudi 09 Octobre 2025

HORAIRES DE PRIÈRES ALGER	
Fadjer	05:17
Dohr	12:35
Asr	15:50
Maghreb	18:19
Icha	19:43

Algérie-Palestine Deuxième séance d'entraînement de la sélection nationale A' à Annaba



La sélection algérienne A' de football poursuit son stage de préparation à Annaba, en prévision des deux matchs amicaux contre son homologue palestinienne, prévus les 9 et 13 octobre au stade du 19 mai d'Annaba, dans le cadre de la préparation de la Coupe arabe Fifa 2025, prévue au Qatar du 1er au 18 décembre prochain. Les coéquipiers d'Amir Sayoud ont pris part mardi à leur deuxième séance d'entraînement, programmée sur le terrain annexe du stade du 19 Mai 1956. Débutée à 19h00, la séance, d'une durée de près d'une heure et demie, a été marquée par une grande assiduité de la part des joueurs. Après un échauffement collectif et une mise en route physique, le staff technique, conduit par le sélectionneur, Madjid Bougherra, a enchaîné avec un atelier de combinaisons techniques, puis une opposition entre les joueurs en terrain réduit, destinée à affiner les automatismes collectifs. De leur côté, Houssef Mrezigue et Mohamed Azz se sont entraînés en marge du groupe, en individuel sous la supervision du préparateur physique. En vue de cette double rencontre, les hommes de Bougherra ont entamé lundi un stage bloqué, qui s'étalera jusqu'au 14 octobre, avec la participation de (25) joueurs. Pour rappel, la sélection algérienne (tenante du titre arabe) est qualifiée directement pour la phase finale de la prochaine Coupe arabe Fifa 2025, alors que la Palestine, devra affronter la Libye, dans un duel unique, prévu en novembre prochain à Doha. Au Qatar, la sélection algérienne jouera dans le groupe D aux côtés de l'Irak, ainsi que des vainqueurs des barrages : Bahreïn-Djibouti et Liban-Soudan. A l'issue de la phase des groupes de la Coupe arabe, les deux premiers de chaque groupe se qualifieront pour la phase à élimination directe, qui comprendra des quarts de finale, deux demi-finales et la finale.

Hakim. T

Noureddine Kourichi L'équipe nationale a besoin de stabilité et ce sont les résultats qui jugeront Petkovic

L'ancien international algérien Noureddine Kourichi a appelé à préserver la stabilité au sein de l'équipe nationale, estimant que les résultats doivent rester le seul critère d'évaluation du sélectionneur Vladimir Petkovic.

Farid. S

Les résultats parlent d'eux-mêmes

Dans un entretien accordé au média La Gazette du Fennec, Kourichi a tenu à défendre le technicien helvético-bosnien, arrivé à la tête des "Verts" il y a quelques mois seulement. "Les résultats, à eux seuls, jugeront le sélectionneur national Vladimir Petkovic", a-t-il déclaré.

Il faut lui laisser le temps de travailler

Kourichi estime que les performances récentes de l'équipe plaident pour le maintien de Petkovic à son poste. Jusqu'à présent, les résultats enregistrés par



l'équipe nationale sont positifs pour Petkovic. Il faut le laisser travailler sur la durée", a-t-il souligné.

Un appel à la continuité

Pour l'ancien défenseur des Fennecs, la clé du

succès réside dans la continuité du projet et la stabilité du staff technique. L'équipe nationale a besoin de stabilité. Il faut permettre à Petkovic de poursuivre son travail sereinement, a conclu Kourichi.

La Somalie veut croire à l'exploit

Bashir Salah : L'Algérie est forte, mais rien n'est impossible

Le chef de la délégation somalienne, Bashir Salah, s'est montré confiant à la veille du match entre son équipe et l'Algérie, prévu ce soir au stade Miloud Hadefi d'Oran. "Nous sommes très heureux d'être en Algérie pour affronter une grande équipe. Nous savons que la mission sera difficile, mais nous n'avons pas peur", a-t-il

déclaré. Reconnaisant la supériorité des "Verts", Salah a tenu à rappeler que "le football ne connaît pas l'impossible". Il a souligné la bonne atmosphère d'accueil réservée à sa délégation et a affirmé que la Somalie jouera sans complexe. Les supporters algériens espèrent, eux, voir leurs favoris valider leur billet pour le Mondial 2026 dès cette avant-dernière



journée des qualifications.

Karim. H

Le défunt a beaucoup donné au CR Belouizdad

Reda Malek rend hommage à Djilali Salmi

L'ancien président du CR Belouizdad, Reda Malek, a salué la mémoire de Djilali Salmi, figure emblématique du club algérois, rappelant son immense contribution en tant que joueur puis dirigeant.

Un homme qui a marqué l'histoire du Chabab

Présent lors des funérailles du défunt, Reda Malek a tenu à exprimer toute son émotion et sa reconnaissance : « Le regretté Salmi a énormément apporté au CR Belouizdad,

aussi bien en tant que joueur qu'en tant que dirigeant », a-t-il déclaré avec émotion.

Un président qui a ramené la gloire au CRB

Reda Malek a rappelé que sous la présidence de Djilali Salmi, le Chabab de Belouizdad avait retrouvé les sommets du football national : « Durant son mandat à la tête du club, Salmi a conduit l'équipe à deux titres de champion d'Algérie, après trente années d'attente ». Ce retour triomphal sur le devant

de la scène a marqué une renaissance historique pour le club le plus titré d'Alger.

Un dernier adieu empreint de respect

La cérémonie d'inhumation de Djilali Salmi a rassemblé de nombreuses figures sportives — anciens joueurs, dirigeants et responsables — venues rendre un dernier hommage à un homme respecté et aimé de tous. Sa disparition laisse un grand vide dans la famille du CR Belouizdad et dans le



football algérien, où il restera une référence de loyauté et de dévouement.

LYDIA. K