

# La Presse • Magazine

Dimanche 5 janvier 2025

N°7

ISSN 0330-5791

## ÉCHAPPÉES BELLES

Site archéologique d'Utique  
UN LIEU EXCEPTIONNEL  
DE BRASSAGE CIVILISATIONNEL

## COACHING

PARENTALITÉ : QUE DEMANDENT  
LES PARENTS À LEURS ENFANTS  
DE SEPTEMBRE À JUIN ?

## KARIM GHARBI

“ L'ÉTIQUETTE FILM COMMERCIAL  
N'A RIEN DE DÉVALORISANT ”

المنازل  
El Mbanar



# La Presse •tn

L'actualité  
en temps réel



71 240 178



lapressepa@gmail.com

lapressepub@gmail.com


# SOMMAIRE

**4** Interview



**ENTRETIEN AVEC KARIM GHARBI**  
«L'ÉTIQUETTE FILM COMMERCIAL  
N'A RIEN DE DÉVALORISANT»

**8** Échappées belles



**SITE ARCHÉOLOGIQUE D'UTIQUE**  
UN LIEU EXCEPTIONNEL  
DE BRASSAGE CIVILISATIONNEL



## Animaux

**18**

**LES MALADIES  
TRANSMISSIBLES  
DES ANIMAUX À L'HOMME**

**High Tech**

**10** QUAND LES SMARTPHONES  
SIMPLIFIENT NOTRE QUOTIDIEN



**La Presse**  
**Magazine**

Édité par la SNIPE  
Rue Garibaldi - Tunis  
Tél. : 71 341 066 / Fax : 71 349 720

**IMPRESSION - SNIPE LA PRESSE**

mail : lapressepub@gmail.com  
Tél. : 71 240 178

**PRÉSIDENT-DIRECTEUR GÉNÉRAL :**  
Said BENKRAIEM

**RÉDACTEUR EN CHEF PRINCIPAL :**  
Salem TRABELSI

**RESPONSABLE DE LA RÉDACTION :**  
Samira HAMROUNI

**CONCEPTION GRAPHIQUE :**  
Feten ABID TURKI

**DIRECTION COMMERCIALE & MARKETING :**  
Tél. : 21 132 760

**Dimanche 5 janvier 2025 - N°7**

## 12 Coaching

**PARENTALITÉ : QUE DEMANDENT  
LES PARENTS À LEURS ENFANTS  
DE SEPTEMBRE À JUIN ?**

## 14 Auto

**Housses pour sièges auto**  
EMBEILLIR SON HABILLAGE  
INTÉRIEUR

## 16 Gastronomie

**Healthy et gourmet**  
CIGARES DE CREVETTES  
AUX FRUITS SECS

## 20 Agenda culturel

- NOUVEAUX FILMS À L'AFFICHE
- EXPOSITIONS EN COURS
- SPECTACLES EN VEDETTE

## 21 Sport

**BEST OF DE LA SEMAINE**

## 22 - 26 Détente

**MOTS FLÉCHÉS**  
**MOTS CROISÉS**  
**SUDOKU**

## ENTRETIEN AVEC KARIM GHARBI

“ L'ÉTIQUETTE FILM COMMERCIAL  
N'A RIEN DE DÉVALORISANT ”

Karim Gharbi est incontestablement l'un des visages les plus drôles du paysage comique actuel ! Que ce soit sur scène, dans des émissions télévisées ou à travers ses rôles au cinéma, il a su conquérir le cœur du public grâce à son talent et ses improvisations. Avec son dernier film *Sahbek rajel*, il continue de briller et de faire rire aux éclats, tout en repoussant toujours plus loin les limites de la comédie. Sur un scénario de Zine Abeddine Mastouri et Ahmed Sayed, cette comédie familière, signée Kais Chekir et produite par le groupement Gobantini, porte à l'affiche et met en vedette Yassine Ben Gamra, Dorra Zarrouk, Sofiane Dahech et bien d'autres stars. Un film qui, selon Karim Gharbi, n'est pas un simple divertissement, mais également une critique acerbe. Dans cet entretien, nous explorerons son parcours, sa vision du comique, ses inspirations et les coulisses de *Sahbek rajel*. Autant de questions auxquelles il a répondu avec sa franchise et son humour caractéristiques.

Par Amal BOU OUNI



**Le public vous a connu à travers vos sketches dans l'émission de Naoufel Ouertani. Racontez-nous comment vous vous êtes lancé dans cette carrière...**

Ce que les gens ne savent pas, c'est que j'ai fait des études universitaires de théâtre. J'ai naturellement entamé mon parcours avec des pièces soutenues et réalisées par de grands noms comme Fadhel Jaziri et bien d'autres. J'ai joué sur scène dans des festivals au Maroc et en Egypte. Puis, avec Zine Abeddine Mastouri et Khalil Ben Jouira, nous avons créé une série inti-

tulée « Debbouz », inspirée des sketches de Jamel Debouze. Avec des outils simples, en tout une caméra installée dans un dépôt avec un fond blanc, nous avons tourné des épisodes que nous avons postés sur internet. La série a réalisé un nombre de vues considérable et c'est ainsi que Heifel Ben Youssef nous a contactés pour une mise en scène plus professionnelle avec évidemment plus de moyens. Puis, j'ai enchaîné avec des rôles dramatiques. Jusqu'ici, c'est un parcours classique loin de ce qu'on connaît de moi. J'étais invité sur un plateau

télé pour présenter mon rôle dans un nouveau feuilleton. L'émission était présentée par Naoufel Ouertani. Ma manière un peu spéciale de raconter les choses a attiré son attention sur mon talent d'humoriste. C'est ainsi qu'on m'a proposé de collaborer avec la chaîne en faisant des sketches de stand-up. Devant l'appréciation du public, Sami Fehri, qui n'a jamais travaillé sur des feuilletons comiques auparavant, a eu l'idée de me proposer « Denya Okhra ». Après est venue l'idée de « Oumour Jeddia » puis les quatre films que vous connaissez. J'ai



également à mon compte trois one man shows « Mahouch mawjoud », « Double face » et « Visa ».

**Entre le cinéma, le théâtre et les séries télévisées, quel genre vous convient le mieux ?**

Les one man shows évidemment. C'est aussi mon point fort.

**Pourtant, on voit dans vos films des scènes dramatiques où il y a de l'émotion et qui sont très bien jouées.**

Ce que vous ne savez pas, c'est que les rôles comiques sont de loin les plus difficiles. D'ailleurs, si on se pose la question sur les feuilletons dramatiques qui marquent la mémoire des Tunisiens, on peut citer une cinquantaine. Par contre, les bonnes productions comiques se comptent sur les doigts d'une main. C'est la preuve que la comédie est plus difficile. De grands acteurs, même à l'échelle internationale, se sont essayés à ce genre et ne sont pas parvenus à y exceller. Ça donne un rendu fade, sans âme.

**Quels sont les acteurs qui vous font rire et que vous considérez comme des références dans le genre comique ?**

Je pourrais citer Nasreddine Ben Mokhtar pour son imagination débordante, Lamine

*Nous avons besoin d'encourager davantage les producteurs qui sortent de leur zone de confort avec de nouveaux thèmes et de nouvelles expériences.*

Nahdi dans ses pièces anciennes, Adel Imam et Kevin Hart. Je suis plutôt pour l'école ancienne. Cette nouvelle vague d'humoristes maniérés n'est pas à la hauteur des générations précédentes.

**Il y a une ligne très fine entre le comique et le ridicule. Comment trouver le bon équilibre selon vous ?**

Le rire se déclenche de l'inattendu. C'est toute une philosophie décortiquée dans plein de livres spécialisés. Le scénario

est important dans ce sens, mais ce qui compte le plus, c'est la manière de dire les choses, de transmettre des images. Il y a également une part d'improvisation. De plus, à chaque époque, un sens de l'humour qui lui est propre. Il y a des thèmes et des effets qui ne sont plus au goût du jour : les personnages caricaturaux, les gesticulations, les cris... Le public fait aujourd'hui la comparaison avec les productions internationales sur Netflix et les autres plateformes et devient ainsi de plus en plus exigeant. Il y a des productions anciennes qu'on vénère et qui, passées au crible selon les critères contemporains, auraient déclenché des critiques et des campagnes de boycott. Il faut être audacieux et ne pas avoir peur d'innover. Un autre point important, c'est qu'on ne doit pas trop se fier aux commentaires négatifs sur les réseaux sociaux. Les Tunisiens qui adorent le *kaf-teji* et le *lablebi*, après avoir eu le ventre plein, postent pour dénoncer la nourriture unhealthy. Il en est de même pour tous les domaines.

**Sahbek rajel fait rire. Cependant, ce film d'apparence léger semble porter beaucoup de messages à passer...**

Oui. On critique avec humour. Mais, là aussi, il faut trouver le bon équilibre. Il y a

deux personnages principaux : le policier patriote et le pervers. Dans tous les secteurs, il y a une part de corruption. L'idéal n'existe pas. Mais, on ne parle que des trains qui font du retard, jamais de ceux qui arrivent à l'heure. C'est ça la vocation des artistes, dénoncer ce qui ne va pas. On ne peut pas vivre dans sa bulle, détaché des soucis de sa communauté. Mais, il y a des manières d'attaquer directement que même le public n'apprécie pas.

**On colle à *Sahbek rajel*, comme vos films précédents, l'étiquette « cinéma commercial ». Est-ce que cette catégorisation vous dérange ?**

Dire que c'est un film commercial n'a rien de dévalorisant. Le public cherche un divertissement, un contenu à apprécier en famille. Nous faisons un produit qui répond à sa demande. On ne peut pas lui imposer par force le cinéma d'auteur qui se veut élitiste. Au contraire, nous devons nous réjouir de voir les Tunisiens renouer avec les salles de cinéma qui étaient jadis désertes et faire la queue devant les guichets avec leurs enfants. D'ailleurs, tout métier est commercial. Da Vinci lui-même, quand il peignait ses toiles, était en train de faire son métier. La différence, c'est qu'il y a des films qui remplissent les salles et d'autres qui ne couvrent même pas leurs dépenses. Quand on fait appel à de grands noms pour l'interprétation et

la réalisation et qu'on fait une campagne publicitaire, on attend un retour sur investissement.

**Il y a des scènes d'action dans *Sahbek rajel* : le lion, le cirque, les explosions... Comment les avez-vous gérées ?**

La production a eu recours à une équipe chinoise très professionnelle avec des cascadeurs. Finalement, nous avons fait la plupart des scènes sans doublures, ce qui a étonné nos amis chinois.

Yassine Ben Gamra s'est chargé de toutes ses séquences. D'ailleurs, avec sa grande taille et ses muscles, il n'a rien d'un Chinois et on ne pouvait pas lui trouver un doubleur. Moi, j'en ai eu besoin pour deux scènes seulement. Par contre, les expositions et les scènes où les personnages étaient pris par le feu étaient bien réelles. On ne pouvait pas se permettre d'utiliser des effets visuels. Le public est bien averti et il sait les déceler rapidement.

Je tiens à féliciter Kaïs Chekir pour son perfectionnisme. C'est, en effet, notre cinquième collaboration.

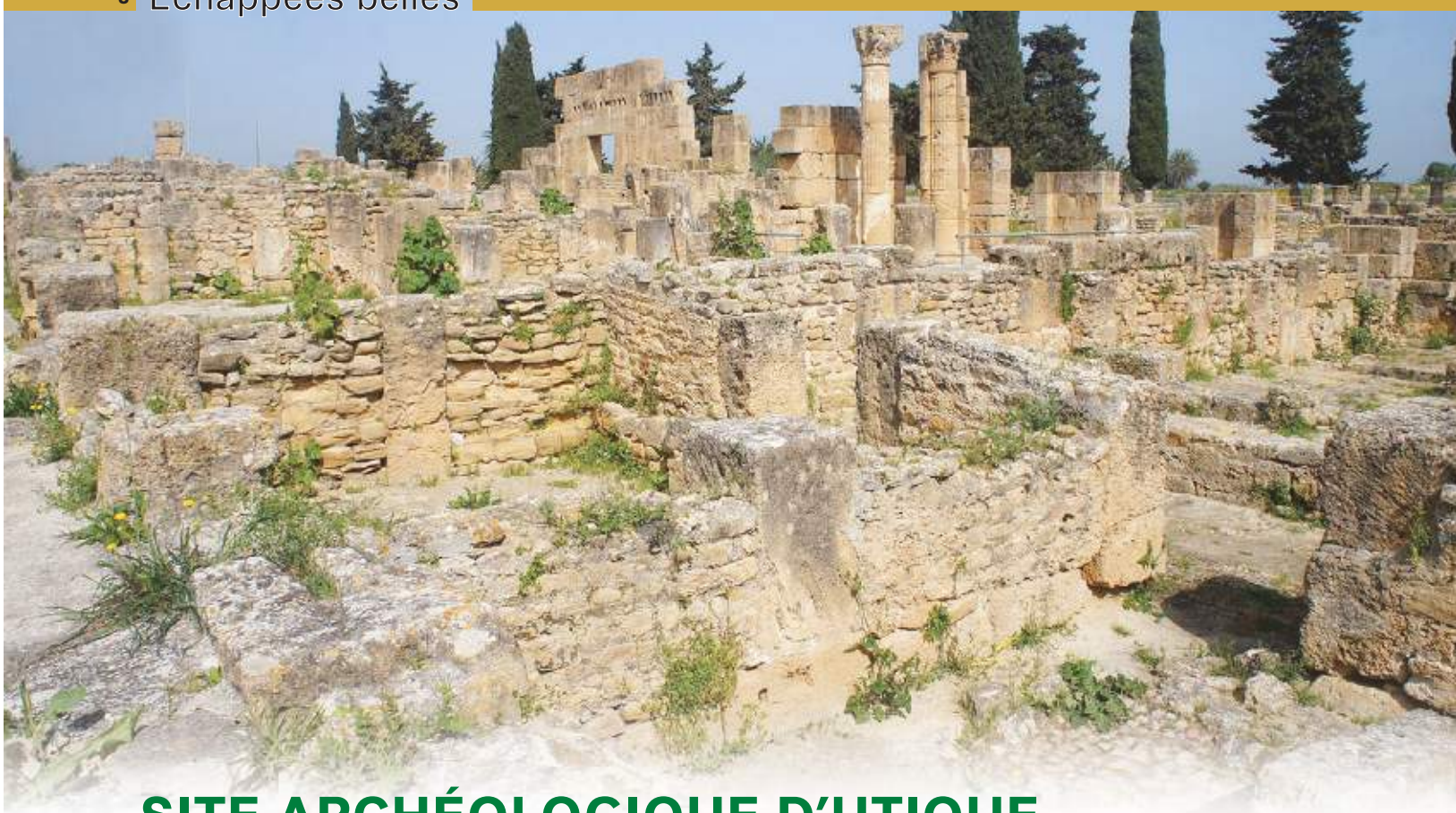
Je dois également remercier le producteur qui a misé sur ce projet et a fourni tout le nécessaire pour que le tournage se déroule dans des conditions excellentes. Nous avons besoin d'encourager davantage les producteurs qui sortent de leur zone de confort avec de nouveaux thèmes et de nouvelles expériences. C'est à force de travailler, d'essayer, d'échouer parfois que l'on avance. Les Egyptiens et les Américains n'ont atteint un niveau aussi élevé qu'avec la multiplication des productions.

**Après le succès de *Sahbek rajel*, quels sont vos nouveaux projets ?**

Je pars bientôt pour une série de représentations de « Visa » en France. En parallèle, je prépare une sitcom avec la même équipe. Vous le verrez sur Nessma TV au mois de Ramadan.

*Le public fait aujourd'hui la comparaison avec les productions internationales sur Netflix et les autres plateformes et devient ainsi de plus en plus exigeant. Il y a des productions anciennes qu'on vénère et qui, passées au crible selon les critères contemporains, auraient déclenché des critiques et des campagnes de boycott.*





## SITE ARCHÉOLOGIQUE D'UTIQUE

# UN LIEU EXCEPTIONNEL DE BRASSAGE CIVILISATIONNEL

Utique, la splendide, est une destination fort agréable en cette période de l'année. Située à mi-chemin entre Tunis et Bizerte, à quelque trente kilomètres, la ville est implantée dans l'histoire. Elle est l'un des premiers comptoirs phéniciens ancrés en Tunisie. Utique a été fondée par les Phéniciens en 1101 avant J.-C. Au début, cette cité portuaire, construite au bord de la mer, jouait un rôle commercial important. Elle facilitait les échanges commerciaux entre Tyr (Liban) et Cadix (Espagne).

Par Samira HAMROUNI



Aujourd'hui, Utique se situe à l'intérieur des terres suite aux défluviations successives de la Medjerda dès l'Antiquité jusqu'à la période historique. La plaine du fleuve a occupé, donc, l'emplacement de l'ancien golfe marin. Le site archéologique, dont les ruines sont les plus dominantes au gouvernorat de Bizerte, est éloigné de 12 km du bord de mer. Il s'étend sur une centaine d'hectares au cœur de la campagne. Entouré de verdure, Il est le témoin d'une histoire riche et atypique. Grâce à leur résistance à l'œuvre du temps, ses ruines gardent jusqu'à aujourd'hui les traces des civilisations qui se sont succédé: les Phéniciens, les



Carthinois et les Romains.

Ce lieu exceptionnel de brassage de plusieurs civilisations recèle des monuments d'une grande valeur historique : nécropole, forum, thermes, maisons romaines, grandes citernes et des traces d'amphithéâtre, de cirque et de théâtres. Les visiteurs de ce fameux site archéologique vont tomber sous le charme de sa nécropole (cité des morts). Ce cimetière de l'époque punique renferme de nombreux sarcophages en tuf coquillier, les uns monolithes, les autres formés de plusieurs dalles. Mais ce qui caractérise les sarcophages d'Utique, ce sont leurs énormes couvercles.

L'exploration du lieu se poursuit. Le site offre aux regards les vestiges des constructions romaines. Le quartier romain est, sans doute, le mieux conservé. Il abrite les maisons les mieux entretenues. La maison de la cascade qu'on nomme ainsi d'après une mosaïque de l'une de ses fontaines, la maison du chapiteau historié, la maison de la chasse et la maison du trésor. En sillonnant ces habitations romaines, on peut encore voir les sols dallés en marbre ou de mosaïque. Notons que l'Institut national du patrimoine et l'Agence de mise en valeur du patrimoine et de promotion culturelle ont mis en place un programme de sauvegarde avec la clôture de la zone archéologique, la restauration des pavements de mosaïque conservés en place, l'aménagement d'un circuit de visite avec signalétique à l'appui, l'illumination des vestiges archéologiques (quartier des maisons romaines et nécropole punique).

A 700m du site archéologique, on trouve un petit musée qui abrite une collection archéologique distincte et rare comprenant des œuvres de l'époque punique et romaine.

Bon voyage !



**ATB**

البنك العربي التونسي

**E-pay**

**UNE CARTE VIRTUELLE  
DU PARTAGE RÉEL**

@ArabTunisianBank



www.atb.tn



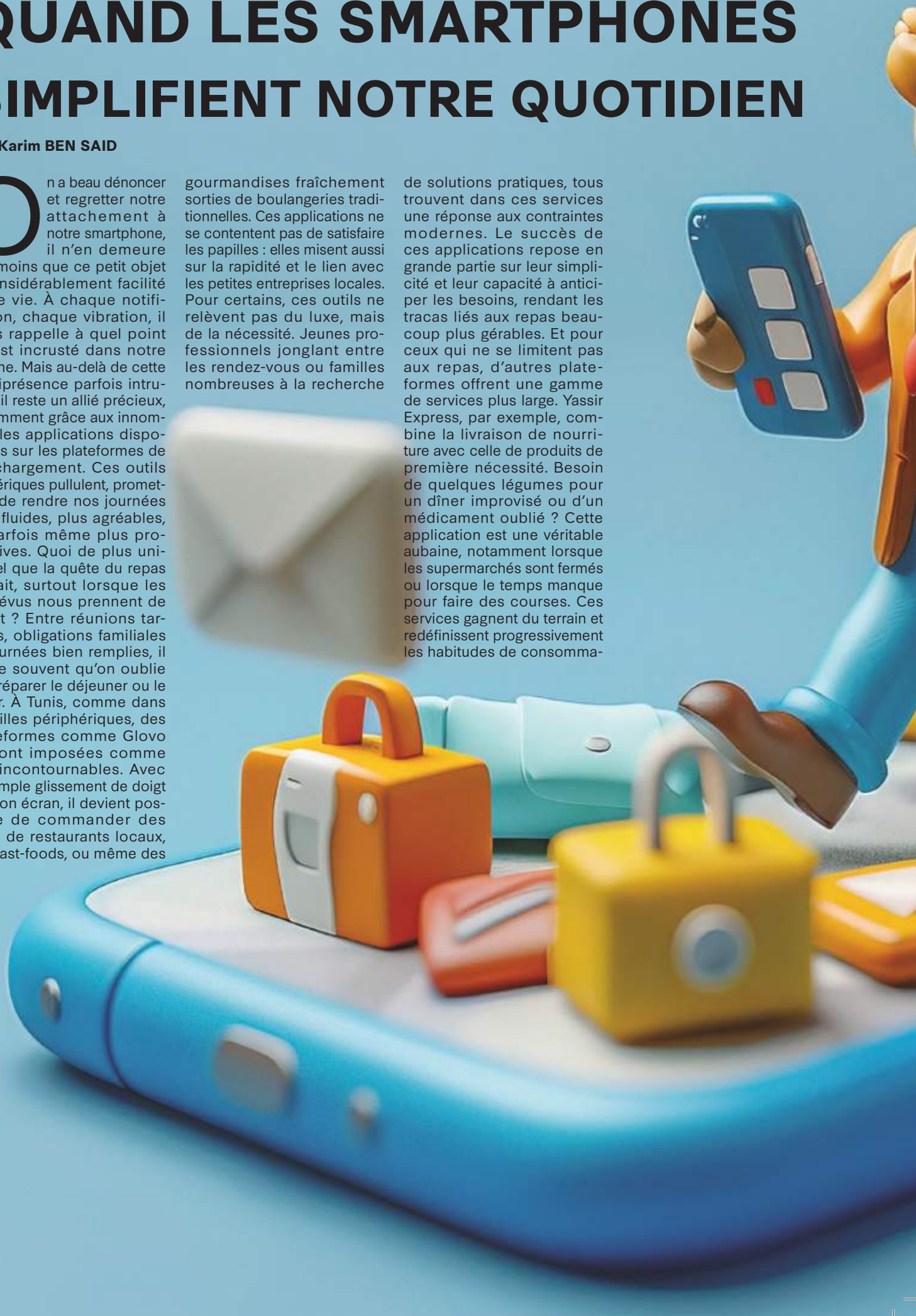
# QUAND LES SMARTPHONES SIMPLIFIENT NOTRE QUOTIDIEN


Par Karim BEN SAID

O n a beau dénoncer et regretter notre attachement à notre smartphone, il n'en demeure pas moins que ce petit objet a considérablement facilité notre vie. À chaque notification, chaque vibration, il nous rappelle à quel point il s'est incrusté dans notre routine. Mais au-delà de cette omniprésence parfois intrusive, il reste un allié précieux, notamment grâce aux innombrables applications disponibles sur les plateformes de téléchargement. Ces outils numériques pullulent, promettant de rendre nos journées plus fluides, plus agréables, et parfois même plus productives. Quoi de plus universel que la quête du repas parfait, surtout lorsque les imprévus nous prennent de court ? Entre réunions tardives, obligations familiales et journées bien remplies, il arrive souvent qu'on oublie de préparer le déjeuner ou le dîner. À Tunis, comme dans les villes périphériques, des plateformes comme Glovo se sont imposées comme des incontournables. Avec un simple glissement de doigt sur son écran, il devient possible de commander des plats de restaurants locaux, des fast-foods, ou même des

gourmandises fraîchement sorties de boulangeries traditionnelles. Ces applications ne se contentent pas de satisfaire les papilles : elles misent aussi sur la rapidité et le lien avec les petites entreprises locales. Pour certains, ces outils ne relèvent pas du luxe, mais de la nécessité. Jeunes professionnels jonglant entre les rendez-vous ou familles nombreuses à la recherche

de solutions pratiques, tous trouvent dans ces services une réponse aux contraintes modernes. Le succès de ces applications repose en grande partie sur leur simplicité et leur capacité à anticiper les besoins, rendant les tracas liés aux repas beaucoup plus gérables. Et pour ceux qui ne se limitent pas aux repas, d'autres plateformes offrent une gamme de services plus large. Yassir Express, par exemple, combine la livraison de nourriture avec celle de produits de première nécessité. Besoin de quelques légumes pour un dîner improvisé ou d'un médicament oublié ? Cette application est une véritable aubaine, notamment lorsque les supermarchés sont fermés ou lorsque le temps manque pour faire des courses. Ces services gagnent du terrain et redéfinissent progressivement les habitudes de consomma-





tion dans les foyers tunisiens. Un autre défi majeur du quotidien en Tunisie est la circulation. Entre embouteillages interminables, transports en commun parfois imprévisibles et taxis souvent difficiles à trouver aux heures de pointe, se déplacer devient difficile. Pourtant, les applications comme InDrive ou Bolt ont révolutionné la mobilité pour des milliers d'usagers. Quoi qu'on en dise, ces applications de déplacement nous facilitent la vie

InDrive, par exemple, introduit une fonctionnalité originale : la possibilité de négocier directement le prix de la course avec le chauffeur. Une manière de rendre le transport plus accessible et adapté aux budgets variés. Quant à Bolt, il se distingue par son professionnalisme et sa rapidité, devenant une alternative sérieuse aux taxis traditionnels. Ces services ne se contentent pas de combler un vide, ils redéfinissent

la mobilité dans un pays où la voiture individuelle reste omniprésente.

Sur un tout autre registre, le secteur de la santé voit également émerger des solutions numériques prometteuses. Parmi elles, la plateforme tunisienne Doqtoor ambitionne de devenir une référence dans le domaine de la télémédecine, non seulement en Tunisie, mais également sur tout le continent africain. Sous la direction de Mohamed Ben Hmida, expert en gestion de projets hospitaliers, Doqtoor propose un accès instantané à des professionnels de santé, quel que soit l'endroit où se trouvent les patients : à domicile, au bureau ou même en déplacement. Mais Doqtoor va au-delà des simples consultations en ligne. En combinant la gestion des rendez-vous à des forfaits de télé-coaching personnalisés, la plateforme s'adresse à un public diversifié, qu'il s'agisse de particuliers soucieux de leur bien-être ou d'entreprises désireuses d'améliorer la qualité de la vie de leurs employés. Le succès des

applications ne se limite pas à la logistique ou à la santé. Dans un monde où l'économie circulaire séduit de plus en plus, Dabchy offre une solution pratique et écologique pour vendre et acheter des vêtements de seconde main. À travers cette plateforme, les utilisateurs peuvent prolonger la durée de vie de leurs vêtements tout en réalisant des économies.

Avec un modèle basé sur la durabilité et la réduction du gaspillage, Dabchy illustre parfaitement les nouvelles attentes des consommateurs, à la recherche de solutions à la fois responsables et économiques. Ce trio gagnant : écologique, pratique, et économique, fait de l'application un véritable levier de changement dans les comportements d'achat.

Ces applications, loin d'être de simples gadgets, incarnent une transformation profonde des usages. Elles fluidifient les échanges, résolvent des problèmes du quotidien et répondent à des attentes grandissantes en matière de praticité et d'instantanéité. Qu'il s'agisse de commander un repas, de trouver un moyen de transport ou de prendre soin de sa santé, ces services numériques redessinent les contours de nos habitudes et de nos priorités.



# PARENTALITÉ :

## QUE DEMANDENT LES PARENTS À LEURS ENFANTS DE SEPTEMBRE À JUIN ?

Il est évident de croire que les études sont très importantes, que c'est le moyen le plus crucial pour trouver un sens à sa vie, honorer ses parents, trouver la notoriété, le respect, l'estime, la reconnaissance, la valeur sociale, etc.

Par Malak LABIDI (Coach d'accompagnement, formatrice énergétique hypnothérapeute)



**B**eaucoup de nos enfants sont programmés sur une réalité principale, une seule réalité : étudiez sinon vous êtes voués à l'échec. Ce genre de message se présente comme unique et orienteur dans nos familles.

Un air sérieux car on n'a pas le droit de lâcher prise au risque de perdre les pédales.

Une attitude de restriction : pas le droit de jouer, ni de prendre plaisir, ni de voir des amis, ni d'aller aux clubs ou salles de sport ou autres, pendant l'année scolaire, et surtout lors de la période des examens qui n'en finissent pas d'ailleurs...

Bref, on n'a pas le droit ni le mérite de se connecter à quoi que ce soit d'autre que les études et les examens, sinon fort possible de se ruiner dans la culpabilité car on ne devait pas agir ainsi.

La peur de la punition donc est le seul propulseur de réussite chez l'enfant ! Sinon la culpabilité va le détruire et il va se sentir coupable et responsable de son échec car il n'a pas tout, tout, tout, donné aux études et aux examens, comme lui ont recommandé de faire ses parents !

Cette vision des choses est de plus en plus contraignante pour nos élèves justement, dont certains, tellement sensibles, deviennent susceptibles et son atteints de maladies comme la phobie sociale, le toc, la dépression, l'hyperactivité mentale, le désespoir total, la tristesse, la peur, la paranoïa, etc.

L'enfant est tellement censé assumer la responsabilité des émotions de ses parents qu'il ne se donne pas accès à quoi que ce soit qui peut lui faire plaisir car ils risquent de se fâcher contre lui...

Je reçois, assez fréquemment, des enfants victimes de tels parents, dans mon bureau : et qui souffrent de stress, d'anxiété, d'une faible estime de soi, etc.

Un père m'a dit un jour qu'il n'a jamais dit à sa fille : je t'aime. Il m'a affirmé que c'est interdit car le père doit se montrer respectueux devant sa fille !

Imaginez une fille qui est privée de « jtm » de son papa car l'éducation patriarcale de ce dernier lui interdit ce supposé tort !

Et puis il me ramène sa fille en consultation pour lui apprendre la confiance en soi ?

Mais comment pourrait-elle gagner en confiance alors qu'elle se sent rejetée par son papa ?

Nos enfants sont chers et nous sont très chers, soyons conscients et dans l'action ; voici des règles d'or pour nous rattraper en tant que parents et sauver nos mêmes des souffrances dues à nos peurs inconscientes :

-Apprenons à oublier le stress du travail et le laisser dehors avant de rentrer à la maison, comme ça nous serons disponibles pour vivre en famille en toute conscience et paix, pendant 1 ou 2 heures par jour.

-Félicitons nos enfants sur la moindre réussite, cela développera leur confiance en eux et les aidera à mieux être et vivre.

-Adoptons la communication constructive et l'écoute attentive avec nos enfants : notre problème est qu'on est tout le temps à donner des enseignements à nos enfants, si vous voulez des enfants miraculeux, soyez vous-même miraculeux !

-Profitons de cette fin d'année 2024 et faisons des ateliers de planification de nos objectifs 2025 avec nos petits, question de les motiver à vivre dans l'évolution pré-visualisée et visée à l'avance.

-Intégrons le coaching parental à nos habitudes de vie pour qu'un coach nous comprenne et nous aide à cerner la difficulté existante, la comprendre et la dépasser sans dégâts.

-Acceptons dès ce jour nos enfants, comme ils sont, et heureusement, comme ça ils vont eux aussi nous accepter et nous pardonner nos erreurs inconscientes avec eux.

Finalement, nos enfants sont des êtres d'amour, issus de Dieu, le temple même de l'Amour infini, et issus également d'un acte d'amour sacré ; prenons conscience de tout cet Amour en nous et autour de nous et nous serons heureux car rien ne désamorce la violence autant que l'AMOUR.

**HOUSSES POUR SIÈGES AUTO**

**EMBELLIR SON HABILLAGE  
INTÉRIEUR**

Que ce soit pour des raisons d'hygiène, de soin ou d'éclat, changer l'habillage de ses sièges auto par des housses neuves et parfaitement adaptées et un bon design à l'intérieur de son automobile, le plaisir est le même. A savoir embellir l'esthétique générale de la voiture que l'on conduit tous les jours et par n'importe quel temps.

Par Mohamed Salem KECHICHE

**Q**uand il faut équiper son véhicule de nouvelles housses de sièges auto, il ne faut pas lésiner sur les moyens et encore moins sur les efforts. L'installation de housses de sièges auto est une décision personnelle qui dépend des besoins de chacun et de ses préférences. Quelques méthodes peuvent être particulièrement utiles, pour embellir son habillage intérieur efficacement. La protection avec des sièges auto d'origine est souvent indispensable. Quand on est conducteur avec des enfants à charge, possédant des animaux domestiques ou que l'on utilise fréquemment sa voiture pour transporter des objets salissants, les housses peuvent protéger ses sièges d'origine contre les taches, les déchirures et l'usure. La housse est « une enveloppe souple dont on recouvre certains objets pour les protéger, et qui épouse leur forme ». C'est une enveloppe de tissu ou de cuir servant à recouvrir des meubles, en l'occurrence des sièges de voiture. Mais un florilège de questions s'empare de l'acheteur potentiel, avant de fixer son choix final sur des housses appropriées et tendance. L'installation de housses de sièges auto est une décision personnelle qui dépendra des besoins et des préférences de chacun. La revalorisation de l'intérieur est une option envisageable avec les housses qui peuvent donner un coup de jeune à l'intérieur de son véhicule et le personnaliser, selon les goûts de chacun. Aussi, si on souhaite vendre sa voiture au plus offrant, des housses propres et en bon état peuvent améliorer l'aspect général de la voiture et faciliter sa vente.

#### ÉTAPES DE PRÉ-INSTALLATION

Pour équiper convenablement son véhicule avec des housses de sièges auto toutes neuves, il y a une installation requise qui dépend du modèle de housse que l'on a choisi. Il faut s'assurer que les sièges sont propres et secs avant d'installer les housses et lire attentivement les instructions. Chaque modèle de housse est livré avec des instructions spécifiques. Les housses sont généralement équipées d'élastiques, de crochets ou de sangles pour les fixer aux sièges. Là aussi, il faut suivre scrupuleusement les instructions du fabricant pour une installation correcte et optimale, avant l'ajustement. Une fois la housse en place, il faut l'ajuster pour qu'elle soit bien tendue et sans plis. Il y a une nécessité de privilégier les matériaux résistants lors du choix de la taille et du modèle qui correspondent aux sièges. Les housses en néoprène, en cuir ou en similicuir sont plus faciles à nettoyer et plus durables. Il faut s'assurer de leur compatibilité avec les airbags. Opter pour des housses qui ne gênent pas le déploiement des airbags en cas d'accident. Si on a des difficultés à installer les housses, il vaut mieux envisager de faire appel à un professionnel. En résumé, les housses de siège auto sont un excellent moyen de protéger les sièges, de personnaliser son véhicule et d'améliorer son aspect général. L'installation est généralement simple et rapide, mais il est important de procéder étape par étape pour un résultat optimal. Le choix de la meilleure housse de siège-auto dépend de nombreux facteurs, tels que le type de véhicule, le tissu d'origine des sièges, le budget et les préférences esthétiques. Cependant, certaines marques et certains

modèles se distinguent par leur qualité et leur popularité. Certaines housses offrent un confort supplémentaire grâce à des matériaux doux et éclatants. Les housses permettent de personnaliser l'intérieur du véhicule et de lui donner un nouveau look.

#### L'EMBARRAS DU CHOIX

Il y a différents types de housses. Les housses universelles qui s'adaptent à la plupart des sièges de voiture et sont généralement moins chères. Cependant, leur ajustement peut être moins précis. Les housses sur mesure qui sont conçues pour un modèle de véhicule spécifique et offrent un ajustement parfait. Les housses en néoprènes : imperméables et résistantes, elles sont idéales pour les familles avec enfants. Les housses en cuir ou en similicuir donnent un aspect luxueux à l'intérieur du véhicule et sont faciles à nettoyer. Celles en tissu aussi sont un « must ». Plus économiques, elles offrent un large choix de couleurs et de motifs. Il y a quelques marques populaires. Une première est de fabrication allemande connue pour ses housses universelles de bonne qualité et à prix abordable. Une deuxième de fabrication chinoise propose un large choix de housses universelles et sur mesure avec différents designs. D'autres marques sont spécialisées dans les housses de siège auto et offrent des produits de qualité à des prix compétitifs. Il existe également une marque haut de gamme proposant des housses en cuir sur mesure. En clair, le choix de la housse de siège auto est une affaire personnelle. Il faut prendre le temps de comparer les différents modèles et de choisir celui qui correspond le mieux à ses besoins et à son budget.

#### LE BUDGET IDÉAL

Le budget pour des housses de siège auto peut varier considérablement en fonction de plusieurs facteurs. Les housses universelles sont généralement moins chères que celles sur mesure conçues pour un modèle de voiture spécifique. Il faut tenir compte du matériau choisi, car les housses en tissu sont plus abordables que celles en cuir ou en similicuir. Les marques reconnues ont souvent des prix plus élevés. Le nombre de places dans le package est un élément important.

Les housses pour 5 places sont naturellement plus chères que celles pour 2 places. Certaines housses offrent des fonctionnalités supplémentaires comme des poches de rangement, des systèmes de refroidissement ou des protections pour les sièges enfants, ce qui peut augmenter le prix. La fourchette de prix indicative en dinars tunisiens pour les housses universelles en tissu se situe à partir de 50 D et jusqu'à plusieurs centaines de dinars pour des modèles haut de gamme.

Les housses sur mesure en cuir classées dans la catégorie de luxe peuvent coûter plusieurs centaines de dinars. On peut trouver des housses de siège auto dans les grandes surfaces, espaces commerciaux et les magasins de pièces détachées auto qui proposent généralement un large choix de housses universelles et sur mesure. Les magasins de puériculture proposent des housses de sièges auto pour enfants.



**HEALTHY ET GOURMET**

# **CIGARES DE CREVETTES AUX FRUITS SECS**





Elles sont les vedettes des festins par excellence ! Les crevettes représentent, indéniablement, les mollusques les plus prisées. Elles ont le génie de métamorphoser les plats les plus simples en des recettes hautement raffinées. Misant, essentiellement sur leur saveur, les gourmets ignorent, probablement, que les crevettes sont riches en lipides insaturés, c'est-à-dire, en gras alliés de la santé. Elles contiennent, de surcroît, de l'oméga Z et de l'oméga G. Pour tirer profit de leurs bienfaits tout en régaland les convives en ces jours de fête, voici une recette simple et healthy.

Par Dorra BEN SALEM

## PRÉPARATION :

On va commencer par faire fondre le beurre ou la margarine dans une casserole à feu doux. Entre-temps, on coupe des bandelettes de feuilles de brick de trois centimètres de largeur et de dix centimètre de long et on les met de côté. Puis, on lave les crevettes décortiquées à l'eau abondante, les égoutte et les éponge à l'aide d'un papier absorbant. On les place, par la suite, dans un saladier et on les assaisonne de sel, poivre ainsi que d'un peu de thym et de romarin moulu. Il convient de bien mélanger les crevettes et les condiments afin que chaque pièce puisse être aromatisée à souhait.

Séparer, par la suite, les jaunes des blancs des œufs et préserver les jaunes en les fouettant légèrement à l'aide d'une fourchette. Une fois que tous les ingrédients sont prêts à l'usage, les disposer sur la table de travail et commencer par préparer les cigares de crevettes.

Ainsi, l'on prend les crevettes, une à une, et on les fixe à la longitudinale sur la brochette en bois. On reprend cette étape jusqu'à épuisement de la quantité. Puis, on prend une bandelette de feuille de brick, la badigeonne de beurre ou de margarine sur les deux côtés et on la roule sur la crevette en prenant soin de coller l'extrémité à l'aide d'un tout petit peu de jaune d'œuf.

Une fois les cigares réalisés, on les badigeonne de jaune d'œuf. On saupoudre le tiers de la quantité de noisettes concassées. Le deuxième tiers sera recouvert d'amandes effilées et le dernier tiers, de pistaches moulus. On place les cigares en brochettes sur un plateau tapissé de papier de cuisson et on les enfourne à 160°C pendant vingt-cinq à trente minutes. Il est impératif de veiller à ce qu'elles prennent une belle dorure tout en s'assurant de la cuisson des crevettes. Pour ce, il est recommandé d'éteindre le feu d'en haut et de se contenter du feu d'en bas durant le deuxième quart d'heure de cuisson.

On déleste les cigares de crevettes des brochettes en bois et on les sert, accompagnés de sauce fromagère, de sauce tartare ou encore de sauce pesto.

Bon appétit !

## INGRÉDIENTS :

- 500g de crevettes décortiquées
- 50gr de beurre ou de margarine
- Cinq feuilles de brick
- Deux jaunes d'œufs
- 50g d'amandes effilées
- 50g de noisettes concassées
- 50g de pistaches moulus
- Sel et poivre
- Thym et romarin moulu
- Brochettes en bois



# LES MALADIES TRANSMISSIBLES DES ANIMAUX À L'HOMME



Les zoonoses regroupent l'ensemble des maladies et des infections qui se transmettent des animaux à l'homme. Il existe plusieurs maladies transmissibles de l'animal à l'homme, mais le mode de transmission diffère d'une maladie à une autre.

Par D<sup>r</sup> Ines BEN AMARA (vétérinaire)

**O**n distingue la teigne qui est provoquée par un champignon sous forme de spores. Les enfants et les adultes dont l'immunité est faible se contaminent par contact direct avec l'animal porteur de la spore, ou indirectement par contact avec des objets, des murs ou des sols infestés de spores.

Le traitement chez l'homme comme chez l'animal nécessite des soins locaux parfois complétés de traitements oraux d'une durée de trois semaines à un mois pour rompre le cycle de ces champignons. L'environnement de l'animal doit être traité soit par aspiration rigoureuse, soit par nettoyage avec de l'eau et du savon de Marseille et une désinfection avec de l'eau oxygénée et un antifongique sous forme de poudre. Il existe aussi la gale animale fréquente chez les chiens qui vivent exclusivement dans la rue et rare chez les chats. Elle se manifeste chez l'homme par des démangeaisons et des boutons, à ne pas confondre avec la gale humaine. L'homme se contamine par contact direct avec un animal atteint, mais la guérison est rapide après des bains d'acaricides en lotion associés à des traitements locaux. Concernant les chats, il existe la maladie des griffes du chat, elle est due à une bactérie, qui contamine les chats par l'intermédiaire des puces. Cette bactérie se multiplie dans l'appareil digestif des puces et survit plusieurs jours dans leurs déjections. La contamination se fait par les griffes du chat infestées par des déjections de puces. En fait, la lésion des griffades permet d'ouvrir une brèche dans la peau, pouvant ainsi laisser passer la bactérie.

Chez l'homme, la maladie commence par des lésions cutanées comme des papules et vésicules avant d'évoluer en symptômes généraux, tels que fatigue et fièvre associées à une hypertrophie des ganglions drainant la zone de griffure. Cette maladie est bénigne et régresse en 1 à 4 mois et sa prévention passe essentiellement par un traitement efficace et constant contre les puces chez les chats.

Quant aux chiens, ils peuvent transmettre aux humains la leptospirose qui est due à une bactérie. Elle est essentiellement une zoonose professionnelle assez grave pour l'homme et potentiellement mortelle. Les vétérinaires, le personnel des chenils, d'élevage ou de refuges peuvent contracter la maladie par contact avec les urines des chiens infectés. Elle peut être aussi une maladie de loisir car elle se contracte dans les plans d'eau contaminés par les urines des animaux atteints ou porteurs de la bactérie dont le rat est le principal réservoir. L'incubation de la leptospirose est de 10 jours en moyenne. Les premiers symptômes évoquent un syndrome grippal avec des signes digestifs. Les symptômes varient ensuite en fonction des organes touchés, on distingue : une atteinte rénale, hépatique, pulmonaire, cardiaque ou neurologique et le traitement étiologique se fonde sur une antibiothérapie ciblée.

Il ne faut pas négliger la rage, une maladie très grave due à un virus, touchant l'homme et l'animal dont l'issue est fatale. La contamination chez l'homme comme chez l'animal se fait par morsure ou plus rarement par griffure profonde.

Chez l'animal, les symptômes apparaissent souvent en quelques jours, très exceptionnellement après 45 jours. Ils se manifestent par des changements de comportement tel qu'une agressivité exagérée ou au contraire une apathie, et le symptôme le plus évocateur est l'incapacité à déglutir d'où l'animal commence à baver.

Concernant cette maladie assez grave, il est nécessaire d'appliquer certaines règles de prévention. Tout chien ou chat ayant mordu un humain doit rentrer dans le protocole de « surveillance mordeurs » qui consiste en 3 visites chez un vétérinaire puis une évaluation chez un vétérinaire expert.

Si vous craignez d'avoir été contaminé, nettoyez la plaie avec de l'eau et du savon de Marseille pendant plusieurs minutes pour éliminer le maximum de souillure et surtout ne pas utiliser des antiseptiques contenant de l'alcool car l'alcool aide à la propagation du virus puis contactez très rapidement un centre de traitement antirabique au sein de l'institut Pasteur.

Afin d'éviter ces maladies, la vaccination et la stérilisation de nos animaux de compagnie jouent un rôle important dans leur prévention. La vaccination de nos chiens et chats contre certaines maladies infectieuses et essentiellement la rage ainsi que leurs stérilisations afin d'éviter les bagarres, l'agressivité et les portées indésirables sont un acte citoyen responsable pour prévenir la santé animale et par conséquent la santé humaine qui sont intimement liées.

La contamination se fait par les griffes du chat infestées par des déjections de puces. En fait, la lésion des griffades permet d'ouvrir une brèche dans la peau, pouvant ainsi laisser passer la bactérie.

Cette page est votre guide incontournable pour ne rien manquer des principaux événements culturels qui animent le Grand Tunis. Que vous soyez passionné de musique, de cinéma, de théâtre ou d'arts visuels, notre agenda est là pour vous aider à planifier vos sorties culturelles et à découvrir des activités qui enrichiront vos journées. Voici notre sélection du 6 au 12 janvier.

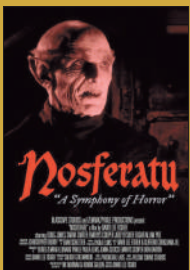
Par Amal BOU OUNI

## NOUVEAUX FILMS À L'AFFICHE



### • SONIC 3 : ANIMATION

Sonic, Knuckles et Tails se retrouvent face à un nouvel adversaire, Shadow, mystérieux et puissant ennemi aux pouvoirs inédits. Dépassée sur tous les plans, la Team Sonic va devoir former une alliance improbable pour tenter d'arrêter Shadow et protéger notre planète.



### • NOSFERATU : HORREUR

Nosferatu est une fable gothique, l'histoire d'une obsession entre une jeune femme tourmentée et le terrifiant vampire qui s'en est épris, avec toute l'horreur qu'elle va répandre dans son sillage.

### • L'AMOUR AU PRÉSENT : COMÉDIE ROMANTIQUE

Almut et Tobias voient leur vie à jamais bouleversée lorsqu'une rencontre accidentelle les réunit.



### • LA SOURCE : DRAME (FILM TUNISIEN)

Dans un village reculé de la Tunisie, Aicha et Brahim sont dévastés par le départ inexplicable de leurs fils, partis pour une guerre indicible. Quand l'un d'eux revient avec une mystérieuse fiancée voilée et muette, les parents décident de taire ce retour. Mais Bilal,

un policier et ami de longue date, enquête sur des événements inquiétants. Ses suspicions ne tardent pas à le mettre sur la piste de la famille.

### • AICHA : DRAME (FILM TUNISIEN)

Aya, la vingtaine, vit encore chez ses parents dans le sud de la Tunisie. Un jour, le minibus dans lequel elle fait quotidiennement la navette s'écrase. Seule survivante, elle se réfugie à Tunis sous une nouvelle identité pour commencer une nouvelle vie. Mais, tout est bientôt compromis lorsqu'elle devient le principal témoin d'une bavure policière.



### • CRIMINAL SQUAD : PANTERA : ACTION, POLICIER

La suite des aventures de «Big Nick» O'Brien qui traque les méchants dans les rues d'Europe et se rapproche de la capture de Donnie. Pendant ce temps, ce dernier s'est laissé entraîner dans le monde dangereux des voleurs de diamants et de la mafia des Panthères.

## EXPOSITIONS EN COURS



• «SORORITÉ», exposition céramique de Jannet Saidani et Laetitia Scialla à la Librairie Fahrenheit 451 jusqu'au 10 janvier



• Jusqu'au 20 janvier 2025 : «FANTASMAGORIE CACAO» organisée par Al Gallery



L'exposition «SALAMMBÔ. De Flaubert à Carthage» se tient jusqu'au 12 janvier 2025 au musée du Bardo. Une exposition phare dédiée à l'ouvrage de Gustave Flaubert

## SPECTACLES EN VEDETTE

### MERCREDI 8 JANVIER :

« Me ydhahakech » de Karim Salhi au Théâtre municipal de Tunis

### DIMANCHE 12 JANVIER :

• « El Awela » de Chokri Omar au Théâtre municipal de Tunis  
• Concert caritatif de Rotary Club La Marsa avec l'Orchestre Nagham et Zine El Haddad au Théâtre des régions à la Cité de la Culture

# BEST OF DE LA SEMAINE

Par Mohamed Salem KECHICHE

## SPORTIFS TUNISIENS 2024

5 athlètes, 5 catégories de récompenses honorifiques, suite au référendum annuel de l'agence de presse TAP. Le meilleur joueur de football est Ali Abdi (Nice/France). Le titre de meilleur athlète est revenu à Firas Katoussi en taekwondo. Celui de la meilleure athlète féminine, Marwa Bouzayani en athlétisme. Le titre de meilleur athlète paralympique hommes et femmes a été décerné respectivement à Amanallah Tissaoui et Raoua Tlili.



## GREALISH « GROUND ZERO »

Le milieu offensif et international anglais des Citizens, Jack Grealish, 29 ans, a bouclé une année 2024 controversée, malgré le titre de champion d'Angleterre. Le vainqueur de l'Uefa Champions League 2023 n'a pas marqué le moindre but sur l'année civile 2024. Une statistique à peine croyable pour une équipe ultra-offensive. Chose qui a suscité l'étonnement des aficionados du ballon rond, d'autant plus que son compère Rodri a été récemment sacré « Ballon d'Or 2024 ».



## LE TABARKA « TRAIL EL MACHINA »

Cette course pédestre qui s'est déroulée hier a offert aux passionnés de course à pied une expérience unique dans la région de Jendouba. D'après le Running Tunisia Magazine, d'autres courses vont suivre ce mois-ci, à savoir le dimanche 12 Nature&Challenge AJIK «Oudhna», le samedi 18, Ultra Gazelles «Hazoua» et le dimanche 26 Veneria Trail «Medjez el-Bab» ou encore le semi-marathon Khélidia «Khalidia».



## GRILLE TV SPORT

Semaine du dimanche 5 au samedi 11 janvier 2025

### FOOTBALL

#### Aujourd'hui :

ESS-CA à 14h sur Watania 1 HD et Al Kass HD  
CAF Confédération /  
Stade Malien-RS Berkane (coach Chaabani) à 14h et  
CSS-Simba à 17h sur beIN Sport Mena HD (IPTV)  
CAF CL / Pyramids-EST à 17h sur beIN sport MENA HD (IPTV)  
Liverpool-Manchester United à 17h30 sur Canal+ Foot (Astra/sharing)  
Super coupe PSG-Monaco à 17h30 sur DAZN HD (Astra/sharing)  
AS Roma-Lazio à 20h45 sur l'Equipe Tv (Astra/sharing)

#### Mercredi 8/01

Supercopa Athletic Bilbao-FC Barcelona à 20h sur Saudia Sport Channel HD (IPTV)

#### Jedi 9/01

Supercopa Real Madrid-Mallorca à 20h sur Saudia Sport Channel HD (IPTV)

#### Samedi 11/01

St Pauli (Saad)-Francfort (Skhiri) à 15h30 sur beIN Sport HD (Astra/sharing)

#### Le classico

CSS-ESS à 14h sur Watania 1 HD et Al Kass HD  
Rennes-OM à 21h sur TV5 Europe HD et Maghreb (en clair/Astra et nilsat)

Mots fléchés

RÉUSSIR ELLE DONNE UNE BELLE ALLURE	LA COULEUR D'UN FILM DEMI KILO	PERMISSION À PERM EMMA POUR STEED	CLÔT PORTE CAUSE DE LA PEINE	RELEVÉES DEVANT LA SPÉCIALITÉ CLERC OU DORÉ	CUIR DE GANTERIE
GRANDE DE LA FÊTE RAYONS DES HÂLES	RETOMBE DES GOUTTES VINS DOUX	IL EST MIS AU TAPIS ÉPAISSE CASSEROLE	SOIGNEUR DE BOX APPROUVAS		
PLACE À PRENDRE ENNEMI DE TOUTE LOI	DANSEUR AU SOMMET POINTE DE LA LANGUE	CE N'EST PAS RIEN QUANTITÉ			DÉGÂTS DE LA NARINE
MODÈLE DE PERFECTION POUR AVANT	FAIRE DES CANCANS COUCHE DE BOIS	A PRIS DE LA BRIOCHE ŒUF DU CHEF	APPEL LANCÉ PROPRETTE		
DEMEURE AU PÈRE ALLEMAND DE BONN RENDU ININ- FLAMMABLE	SERT MAL DEMEURAI SUR PLACE	ON NE PEUT PLUS JUSTE			
SIGLE DE TÉLÉPHONIE DANS LE CHAMP	DOIT ÊTRE ÉLIMINÉE FÏT REPOSER	ANCIEN TRAIN TORCHIS			
ÉCRIVAIN NORVÉGIEN ÉTAT NÉ EN 1949	CREUSERA DE SILLONS VILLE DE PÉRUVIENS	LETTRES DE POSTIERS DÉSERTS PÉTRÉS			TONDU
COURANTES HÉRISSA LE POIL	UN TYPE EXCEP- TIONNEL	MAILLON DE LA CHAÎNE PRÉCÈDE LE PAS			
OBJETS DE DÉCO- RATION		COUPE UNE TARTINE			

Sudoku

				7		2		
		7						3
	8	3	4				9	
			5	6		8		
	3	9			1	5		
			7	2		6		
	9	6	1				2	
		8						1
				5		4		

solutions

P	D	P	P	A	D	E	P	R
G	A	L	O	P	A	D	E	P
U	V	R	O	P	R	E	J	E
A	N	D	A	R	P	O	L	A
P	I	N	D	E	R	P	A	L
P	R	E	D	R	P	O	L	E
C	I	S	E	M	X	P	A	N
R	I	B	S	E	R	L	E	S
A	F	S	A	S	E	R	P	E
A	G	A	C	I	A	T	E	S

9	1	5	3	7	8	2	4	6
4	6	7	2	9	5	1	8	3
2	8	3	4	1	6	7	9	5
1	7	2	5	6	9	8	3	4
6	3	9	8	4	1	5	7	2
8	5	4	7	2	3	6	1	9
5	9	6	1	8	4	3	2	7
7	4	8	6	3	2	9	5	1
3	2	1	9	5	7	4	6	8

Mots fléchés

RELAXANT FIT SCION	REPÈRE SUR LE GREEN IL PIQUE	PRIT DE VITESSE MIS À L'OMBRE GROUPE SUÉDOIS	CAMP POLITIQUE CŒUR GREC	HOMME RICHE CHOISIT UN PARTI	LARGEMENT OUVERTE
PÂTE À TARTINER COMITÉ OLYMPIQUE	ÇA AIDE À FAIRE SON BEURRE VIORNE	TUBE MÉDICAL MOIS TROP MODESTE	PROMOTION PUBLICITAIRE ART MAJEUR	MEITNÉRIUM DE TABLE A 10 EN GÉO	
PRÉCIEUX RIDICULE MESURE D'ESSENCES	LANGAGE DE PC SUCCESIONS	DU POIL DE LA BÊTE FOSSÉ TECTONIQUE	BÊTE NOIRE PARTIES D'OUVRAGE	ARGENT À RÉCOLTER SALVE FLATTEUSE	ORIFICE NATUREL
UN MÉDIA ACHE DÉTERRÉE	ESPRITS DES GNOSTIQUES	ÉTÉ AUX ORDRES IMBIBER UN FÛT	EMPLOYÉ À MI-TEMPS ANCIEN ATHLÈTE	FAIRE DES AFFAIRES ARTÈRE	
SANS FANTAISIE PARFOIS FÉTIDE	DÉPOUILLE AU JEU MIS DU PIMENT	UN RIDEAU LA CACHAIT LÉPORIDÉ	PRÉPARÂT AU FOUR ROBERT EN BREF	RACINE COMESTIBLE MODÈLE DE GAÏÉTÉ	
MESURE DE CYLINDRÉE CHEFS D'ŒUVRES	RELEVÉ SANS LIEU	MIS AU RANCARD	PETIT PLUS	MESURE DE CYLINDRÉE CHEFS D'ŒUVRES	VERSION TRADUITE
LIT DE PÉRIGUEUX					



Sudoku

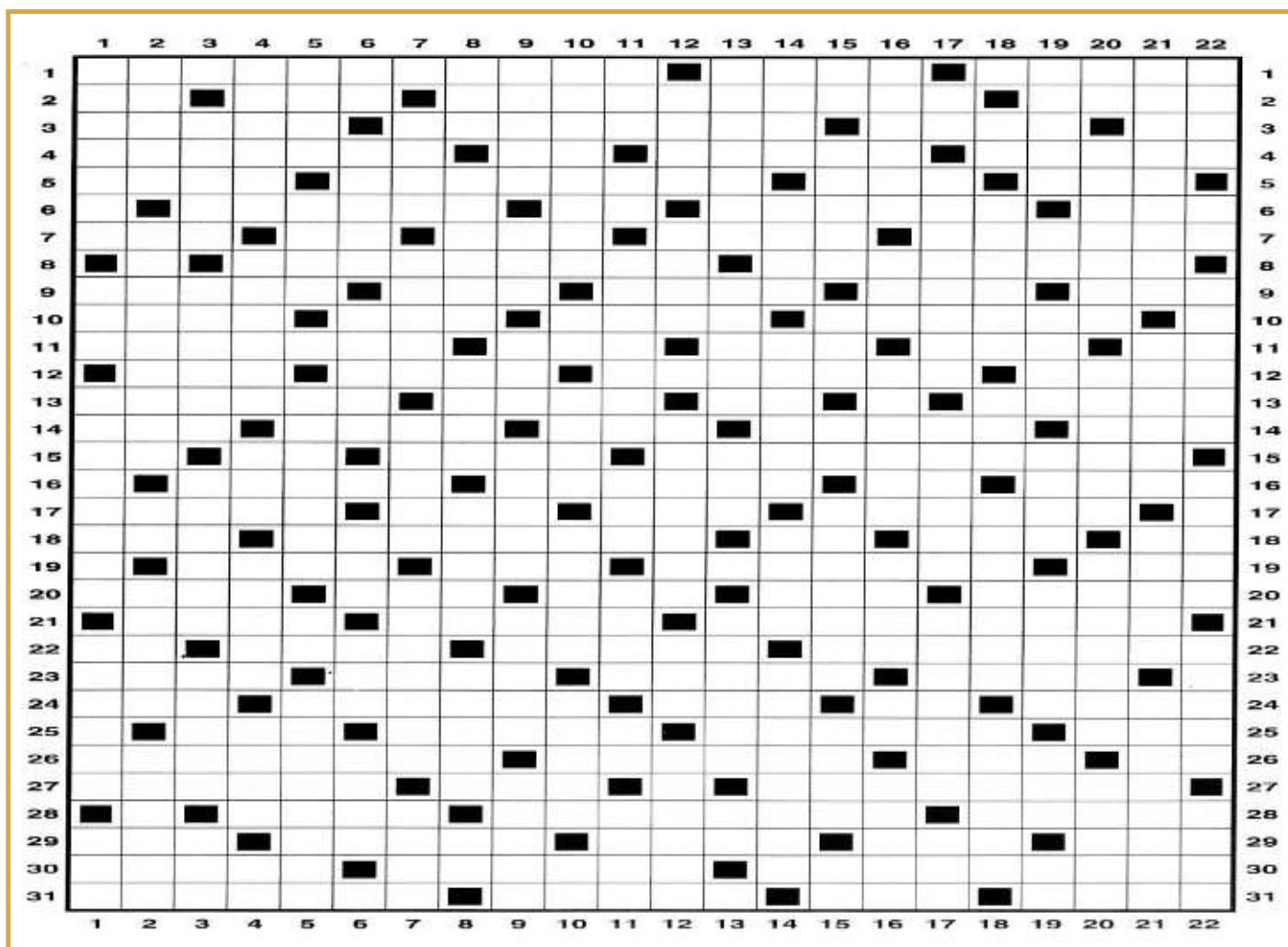
	7	2				9	4	
			9		5			
9		1				6		3
			3		6			
	6						3	
			1		7			
8		7				4		2
			7		2			
	9	3				8	5	

solutions

A	P	S	L	M				
E	N	T	A	R	A	M	A	R
C	I	A	R	A	B	A	D	R
S	T	N	O	B	B	A	D	R
S	T	R	A	I	B	A	S	I
C	E	L	E	R	I	C	H	A
A	S	E	R	F	O	B	I	L
X	P	E	N	A	V	A	M	A
P	I	N	A	N	A	M	A	R
M	A	C	S	R	E	B	A	T
I	S	E	S	T	R	O	B	S

3	7	2	6	1	8	9	4	5
6	8	4	9	3	5	7	2	1
9	5	1	2	7	4	6	8	3
1	2	9	3	4	6	5	7	8
7	6	5	8	2	9	1	3	4
4	3	8	1	5	7	2	9	6
8	1	7	5	9	3	4	6	2
5	4	6	7	8	2	3	1	9
2	9	3	4	6	1	8	5	7

Mots croisés



HORIZONTALEMENT

1 Il pratique la médecine de points. Fleurissent sur les murs. Un modèle de discrétion. 2 Déclinaison de ton. N'a plus cours en Suède depuis 2010. Heureux caractère. Ne s'ens pas la rose. 3 Avalés tout cru. Sa vie ne tient souvent qu'à un fil. Gourbet. Procurent un maître carré. 4 Majorer. Ne peut pas remplacer une femme. Bien calé. Produit marin. 5 Hors de vue. Interdite. Ville de Belgique. Est saisi dans un pavillon. 6 Converse. Immédiatement, avec tout de cela. Fut prophète en son pays. Contemporain du smurt. 7 Habitat traditionnel. Il ajoute quelque chose. Echappé. Au-delà de la licence. Crépes. 8 Lieux de confidences. Sert à capturer. 9 Non réalisés. Descendant de Noé. A de grands bois. On y trouve des petits Suisses. Etendue rocailleuse. 10 Anti-autonté. Fourreaux de mininettes. Coalition. Travaux forcés. 11 Produire de fécurme. Désavoué. Principe de la pensée chinoise. Un de Beaumont. Soulève un problème de direction. 12 Précède oméga. A été rouge en Amérique. Bien augmenter. Brillant, pour un sou. 13 Passage. Il babille ou il jase. Note. Vergue ou gui. 14 Martagon, parfois. Trinqué. Parmi les conifères. Souillé. Emplumé. 15 Forme d'être. A moitié. Rempart occidental. Endroit où ça jase. 16 Se danse en couple. Fumeur italien. Proche de Dijon. As de la guerre. 17 Effacé. Trois en chimie. Principe d'existence. Dépouille au jeu. 18 Grandes chaleurs. Logé au sous-sol. Instrument de dessinateur. Agence. Du verbe avoir. 19 Fleuve irlandais. Point sensible. Est tourmenté. Ouvre ou ferme. 20 Laissez loin derrière. Bien suffisant. Mousse à Portsmouth. Serpent. Le sherry de ces dames. 21 Ancien grand dingeant. Glace. Boutiquières. 22 Pure hypothèse. Mettre en communication. Avec le sommet en moins. Fiplos. 23 Rumine dans le désert. Grandes aiguilles. Peut être suivie d'une annonce. Tribun d'antan. 24 Réalisateur américain. Qui ne tient plus debout. S'amuse. Fils indéformables. Aplattit la pointe d'un clou. 25 Pour saluer. Sont enrobés de paraffine. Hommes de caractères spéciaux. Maître penseur. 26 Pose un problème de conduite. Convient aux édentés. Redevable. Article de sport. 27 Perdre sa fraîcheur. Résistant au gel. De côté. 28 Le roi pouvait le révoquer. Moroseau de zinc. Préjudicier. 29 Etablissement britannique. Ouvre l'appétit. Grimace. Fait bêtement son âge. Mauvais. 30 Adepté condamné par deux conciles. Drôle de type. Faux platanes. 31 Connus. Tires et donc allonges. Partie de volley. Signe japonais.

VERTICALEMENT

1 Suscite des souhaits. Regret toujours grand. Chiens écurants. Faire des coûts bas. Indique le passage. 2 C'est limite quand c'est le dernier. Ils régnerent sur l'Égypte. Descendu plus ou moins vite. Laminé. A besoin de protection. 3 Cours échoués. Origines. Ils préservent dans la réserve. Ecrivain irlandais. Dispositif d'alarme. 4 Pose une colle. Figue en profondeur. Va avec des fleurs. S'échangeaient en Espagne. A l'eau de roses. Coin de Seine-Maritime. 5 Union imposée. Amateurs de galas. Propre à un onguent. Porte un numéro. Égyptant. 6 Est doublé pour le robot. Chevillie conique. Légèrement lité. Grand navire à voiles. Bois à sculpter. État de drogué. 7 Habitué du perchoir. Elle descend de haut. Chaussures. Assurer contre le tempête. Ainsi. 8 Appelle une réponse identique. Des fruits ou rien. Est influent. Excédent. A décrypter. Disque ancien. 9 Génie arabe. Sur le Danube ou en l'air. Sans végétation. Active. Mesure d'induction magnétique. As de la FI. 10 Etude des ovnis. Grand qui roula. A dû apprendre à partager. Fait la différence. Reste sourd aux prières. Petite classe. 11 Plus à la cantine. Une jolie fleur dans une peau de vache. Qui ou quoi. Belle essence. As de rallye. Donc appris. Grâce au vaincu. 12 Pièces à charge. Accueillit des JO d'hiver. Dooie. Instrument persan. Il tombe quand on le bat. 13 Faisant partie de la noblesse. Qui ne se tourne pas les pouces. A une odeur résineuse. Ville bâtie sur un groupe d'îlots. Non cité. 14 Hors programme. Filma *La Route des Indes*. Endort. On fendant partout. Débarassées de leur harnachement. 15 S'est fait débarquer. Au culte polythéiste. Lait à le sien. Moi-même. Remariement. Paya cher son repas. Fut submergée. 16 Bières. Ereinta. Comblée. Musique avec deux notes. Point de départ. Ne perd pas de temps. 17 Psychiatre français. Abriler. Province de l'île d'Irlande. Partie de saison. Est visée par des amoureux intéressés. 18 A un jour de fête. Un enfant remuant. Tas de lustres. Ni mâles ni femelles. Sobriquet. 19 Mis fin au dilemme. Peut être accompagné de fine. Eau du Danube. Une des incarnations de Vishnou. S'adresser au Palais. Réserve du château. « All correct » pour un Américain qui ne savait pas bien écrire en 1839. 20 Vraiment déplacé. Coups de coin. Affaiblisse. Préfecture d'Île-de-France. Remit. 21 Sauce. Protégée des firmas. On la met au padock. Mot à mont. 22 Croc. Lettres sur lettres. Est souvent présente lors de fêtes foraines. Traces de feu. Encelste d'un athlète. Ses yeux étaient pleins de poésie.

solution



# أحسن SERVICE CLIENT لسادس مرّة على التوالي

طوّر  
عالمك



ooredoo®

Pour tous vos travaux **d'impression**  
**de qualité supérieure**

Contactez-nous



71 240 178

lapressepa@gmail.com



lapressepub@gmail.com



**La Presse Magazine**  
Dimanche 24 novembre 2024

**HIGH-TECH**  
Mohamed Nabli  
LE GAMING  
POUR PASSION

**ÉCHAPPÉES BELLES**  
Village de Beni Mzir  
L'IRRÉSISTIBLE  
APPEL  
DE LA NATURE !

**COACHING**  
LE « JE », LE « TU »  
ET LE « NOUS »,  
L'ÉQUILIBRE DU COUPLE

**DORRA ZARROUK**  
« MON FILM EST UN TÉMOIGNAGE  
SUR LE NETTOYAGE ÉTHNIQUE À GAZA »

**La Presse Magazine**  
Dimanche 7 décembre 2024

**HIGH-TECH**  
Les montres connectées  
pour enfants :  
FUTUR COOL OU  
GADGET SUPERFLU ?

**COACHING**  
Société moderne  
JAMAIS SANS  
MON COACH

**ÉCHAPPÉES BELLES**  
Ain Sultane  
UN PARADIS  
SUR TERRE !

**EYA DAGHNOUJ**  
« J'AIME CE QUI EST FÉMININ,  
MAIS EN TOUTE DISCRÉTION »

La Presse | Graphique