

# La Presse. Magazine

Dimanche 12 janvier 2025

N°8

ISSN 0330-5791

## ÉCHAPPÉES BELLES

Béja  
UNE MISE AU VERT PENDANT  
LE WEEK-END

## COACHING

Loi de l'attraction  
QUE VOULEZ-VOUS  
OBTENIR EN 2025  
ET COMMENT L'ATTIRER ?

## NAJLA BEN ABDALLAH

“ JE NE SUIS PAS UNE ICÔNE  
DE LA MODE ”



LA CIGALE  
— TABARKA —  
HÔTEL - THALASSO & SPA - GOLF

JOYAU HÔTELIER ET SPORTIF  
AU NORD-OUEST TUNISIEN

Lire la 2<sup>ème</sup> couverture et pages centrales

LE JOYAU HÔTELIER ET SPORTIF



LA CIGALE

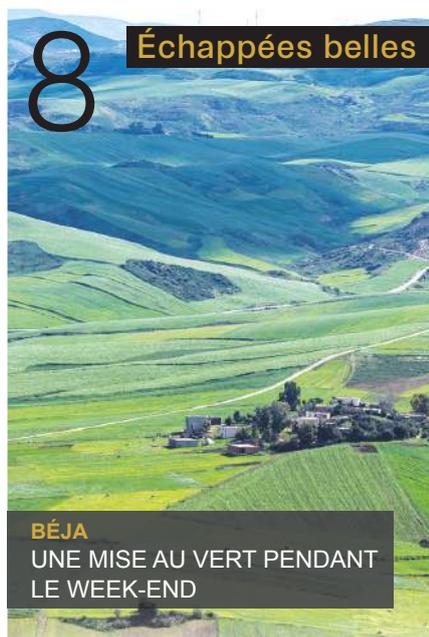
— T A B A R K A —

HÔTEL - THALASSO & SPA - GOLF

PÔLE ATTRACTIF  
AU NORD-OUEST TUNISIEN

Regarder reportage pages centrales

# SOMMAIRE



## La Presse • Magazine

Edité 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 12 janvier 2025 - N°8

### 12 Coaching

**Loi de l'attraction**  
QUE VOULEZ-VOUS OBTENIR  
EN 2025 ET COMMENT L'ATTIRER ?

### 16 Auto

**Enjoliveurs de roues**  
BEAUX ENJOLIVEURS,  
BELLE VOITURE

### 18 Gastronomie

**Healthy et gourmet**  
«MARQA HLOWA» OU SOURIS  
D'AGNEAU AUX FRUITS SECS  
ET AUX FRUITS SÉCHÉS

### 22 Agenda culturel

- CONCERTS DE MUSIQUE
- SPECTACLES COMIQUES
- PRÉSENTATIONS DE LIVRES  
ET DÉDICACES
- CINÉMA

### 23 Sport

BEST OF DE LA SEMAINE

### 24 - 26 Détente

MOTS FLÉCHÉS  
MOTS CROISÉS  
SUDOKU

ENTRETIEN AVEC NAJLA BEN ABDALLAH

“**JE NE SUIS PAS UNE ICÔNE  
DE LA MODE**”



Actuellement à l'affiche de la comédie « 10 ans de mariage » avec Mohamed Dahech, Najla Ben Abdallah fait aussi partie des figures marquantes du petit écran. Elle se trouve propulsée au rang de star grâce à son rôle dans le célèbre feuilleton tunisien «Maktoub». Les années suivantes, elle a continué de s'illustrer dans diverses productions aux tonalités éclectiques, entre séries et films. En 2021, elle a reçu sa première nomination aux Césars du Cinéma, à Paris, pour son rôle «Mariem», dans le film tunisien «Bik Naïch». Elle est également ambassadrice pour de grandes marques de cosmétiques et autres. Najla Ben Abdallah nous a accordé cet entretien, l'occasion de revenir sur les grands choix qui ont façonné sa carrière.

Par Amal BOU OUNI

**Le public vous a connue à travers «Maktoub» de Sami Fehri. Est-ce que c'est votre premier rôle ?**

J'ai commencé avec des spots publicitaires. Puis, j'ai participé au feuilleton «Donia» qui a été diffusé sur la chaîne Al Watania en 2010. Depuis, j'ai enchaîné les rôles avec notamment des expériences cinématographiques. J'ai joué dans «Fausse note» avec Mejdi Smiri en 2012. Mais le personnage que Sami Fehri m'a proposé est celui qui a boosté ma carrière et qui m'a mise en valeur. Depuis, je n'ai pas arrêté.

**Feryel que vous avez interprétée est une séductrice qui déploie ses charmes pour détruire des innocents. C'était un rôle audacieux à l'époque. Est-ce que vous n'avez pas eu peur qu'il vous catalogue dans une image particulière ?**

C'est juste un personnage pour moi, qui ne me ressemble certainement pas. Un rôle que j'ai fait sans qu'il me colle. Après, qu'on le veuille ou pas, les gens vont toujours critiquer. Ça les a choqués au début mais sans pour autant qu'ils me manquent de respect. Quand on fait bien ce jeu

d'acteur, on a sûrement moins de critiques.

**Un autre grand rôle, c'est dans le film «Un fils» de Mehdi Barsaoui. Vous avez été en lice pour le César de la meilleure actrice. Est-ce que vous avez prévu ce succès ?**

Je ne peux pas prévoir si un rôle sera primé. Je le fais bien et c'est tout. Je prends le scénario qui me captive et me convient et je ne m'attends pas à des distinctions après. C'était une excellente collaboration avec un réalisateur sensible, qui sait ce qu'il veut.

*Feryel de «Maktoub» est juste un personnage pour moi, qui ne me ressemble certainement pas. Un rôle que j'ai fait sans qu'il me colle.*



C'était aussi une ambiance magnifique avec mon partenaire Sami Bouajila. Je pense que c'est ça l'essentiel. Après, les nominations et les prix, c'est bien, mais je ne me concentre pas vraiment sur ça.

**Est-ce que vous avez une préférence pour des scénarios particuliers ?**

Je veux un texte qui sache me convaincre et qui soit épanouissant. Je n'aime pas les rôles très linéaires. Si on me donne à choisir entre 20 jours de tournage pour jouer un personnage monotone et un petit rôle bien riche de trois jours seulement, je prendrai le deuxième.

**Vous avez longtemps gardé votre métier d'hôtesse de l'air en parallèle avec votre vie d'actrice. Comment était-ce possible de gérer deux carrières à la fois ?**

Je me suis trouvée obligée de démissionner finalement. C'était à contre-cœur, mais il a fallu faire un choix. Je devais aussi passer plus de temps avec mes filles, surtout après mon divorce.

La principale contrainte de mon ancien métier était le fait d'être injoignable pendant des heures, ce que je ne pouvais pas me permettre avec ce nouveau train de vie imposé par mes engagements artistiques et familiaux. Mais je continue à aimer la compagnie à laquelle je travaillais et à la défendre. Je garde toujours ce sentiment d'appartenance.

**Une autre casquette de Najla Ben Abdallah, vous représentez de grandes marques en Tunisie. Peut-on vous considérer comme une icône de la mode ?**

Je ne peux pas dire que j'appartiens vraiment au milieu de la mode. Je ne sais même pas me prendre de beaux clichés. D'autres célébrités

tunisiennes sont plus dignes de cette étiquette et ne se contentent pas de suivre les tendances, mais les créent carrément. Moi, je m'habille simplement. J'opte toujours pour des couleurs sobres. Mais, en contrepartie, je viens du milieu publicitaire. C'est ainsi que je me suis fait connaître dès le début. Donc, ma collaboration



*Je veux un texte qui sache me convaincre et qui soit épanouissant. Je n'aime pas les rôles très linéaires.*



*Je ne peux pas dire que j'appartiens vraiment au milieu de la mode. D'autres célébrités tunisiennes sont plus dignes de cette étiquette.*

avec des marques sur *Instagram* n'est pas loin de ce que j'ai toujours fait, notamment à travers les spots filmés diffusés à la télé. C'est une continuité avec le même esprit.

**Vous avez plus d'un million et demi de fans sur *Instagram*. À quel point votre présence sur les réseaux sociaux est-elle importante dans votre vie ?**

Je ne suis pas sur *Instagram* pour ce qu'il est réellement. Je ne poste pas quotidiennement comme d'autres noms qui se sont popularisés sur les réseaux sociaux. J'ai beaucoup d'autres occupations à gérer. La création de contenus est un métier à part. Je ne maîtrise pas tous ces détails. D'ailleurs, des fois, je mets des publications sur la guerre, l'écologie. Des choses qui n'intéressent pas vraiment les utilisateurs de cette application, mais je le fais quand même. Quand je prends des photos pour partager des moments personnels, je le fais spontanément. Le reste, c'est un contenu publicitaire par rapport aux marques avec lesquelles je collabore.

**Est-ce qu'on vous verra sur écran au mois de Ramadan prochain ?**

Probablement oui. Il y a un projet en cours de négociation en Tunisie. J'ai également fait un rôle principal dans une série historique marocaine intitulée «Al waad» (La promesse). Elle a été diffusée sur une plateforme digitale et a eu beaucoup de succès. Mon rôle est en arabe littéraire. Nous avons tourné deux autres saisons qui seront diffusées prochainement. La série reprend l'histoire de la région et la Tunisie y est fortement présente. D'ailleurs, le réalisateur, Mohamed Khiari, est tunisien.



# BÉJA

## UNE MISE AU VERT PENDANT LE WEEK-END

Fuir la ville pendant quelques heures et aller dans la nature pour vivre des moments de tranquillité peuvent nous aider à nous ressourcer, faire le plein d'énergie et éliminer le stress. Champs, forêts, montagnes, lacs et barrages, la Tunisie regorge de magnifiques endroits où on peut redécouvrir la nature et passer des moments agréables en famille ou entre amis.

Par Samira HAMROUNI

**B**éja, ce gouvernorat du nord de la Tunisie, s'apprête à être une destination idéale pour vivre une expérience exceptionnelle avec la nature, de prendre une grande bouffée d'air pur et d'améliorer notre santé morale. Des chaussures confortables, une tenue adaptée à ce type de sortie et surtout une bonne dose d'humour pour passer une agréable journée. Et les enfants vont certainement aimer ce mode de divertissement. A 120 km du centre-ville de Tunis, les amateurs de la nature vont explorer le gouvernorat de Béja à leur rythme. Ils peuvent s'arrêter, pour profiter des vues panoramiques et prendre des photos souvenirs. Ils vont certainement apprécier ce refuge de paix et jouir de ces moments de détente en pleine nature. Rien n'empêche les visiteurs d'explorer les villages cachés et de se balader sur les chemins qui traversent les champs. De part et d'autre, les plaines s'étendent à perte

de vue. Après les fortes pluies de ces dernières semaines, la terre se couvre de verdure, offrant un paysage stupéfiant. La vue s'étend jusqu'aux sommets des montagnes qui sont couverts de brouillard. Une vue panoramique qui se mérite. Pour profiter au maximum de cette balade en pleine nature, on peut se rendre à Oued Zarga, une ville rattachée à la municipalité de Testour, située sur les rives d'Oued Zarga et du barrage de Sidi Salem. Le paysage est verdoyant et les randonneurs peuvent admirer les ruines de l'église catholique construite sur une colline en 1928 et rendre visite au cimetière de guerre qui se trouve à proximité de cette église. Au cours de ce voyage, les visiteurs peuvent admirer le Pont Cinquième de Béja situé sur la route Béja-Nefza. Ce pont est formé de 12 arches reliant deux collines distantes de 350 mètres. Tout en maçonnerie, sa construction s'est étendue sur trois ans de 1912 à 1915. Il porte le nom du 5<sup>e</sup> régiment

du génie (5° RG) qui a effectué les travaux de cet ouvrage. Sur cette même route qui relie Béja et Nefza, les paysages ruraux sont magnifiques, ils comportent une beauté naturelle insolite : collines verdoyantes, vastes champs, lacs, auberges... Et pour terminer la balade en extase, les visiteurs peuvent prendre un déjeuner traditionnel dans ce cadre naturel offert par plusieurs restaurants implantés en pleine nature. Ils peuvent donc déguster le bourzguène qui est un couscous au goût sucré-salé, préparé avec du lait et en alternant des couches de semoule de couscous, des fruits secs, des dattes et de la viande d'agneau. Sans oublier le *ftet*, ce plat atypique composé de tranches de pain fines accompagnées d'un morceau de viande d'agneau épicé et assaisonné au romarin. Bon voyage !



## SOUK EL KAHINA, L'ÉTENDARD DE L'ARTISANAT TUNISIEN

**C'est à la Cité de la culture qu'Enda a pris ses quartiers depuis 3 ans pour le marché citoyen et solidaire Souk El Kahina, une véritable ode à la beauté artisanale tunisienne.**

Du 25 au 29 décembre, le théâtre des régions, connu plus communément sous le nom de la cité de la culture, a revêtu l'allure d'un véritable tableau pittoresque célébrant à la fois le savoir-faire des régions et la singularité du terroir.

Depuis 3 ans, Enda inter-arabe et Enda Tamweel s'associent pour l'organisation de ce grand marché citoyen et solidaire Souk El Kahina qui érige l'appui à la commercialisation en profession de foi. Une opportunité pour une communauté d'artisans et de producteurs de mettre en exergue leur talent et ingéniosité et une promesse toujours réitérée à consommer tunisien et à soutenir le savoir-faire des aïeuls.

Cette année, les organisateurs ont mis un point d'honneur à

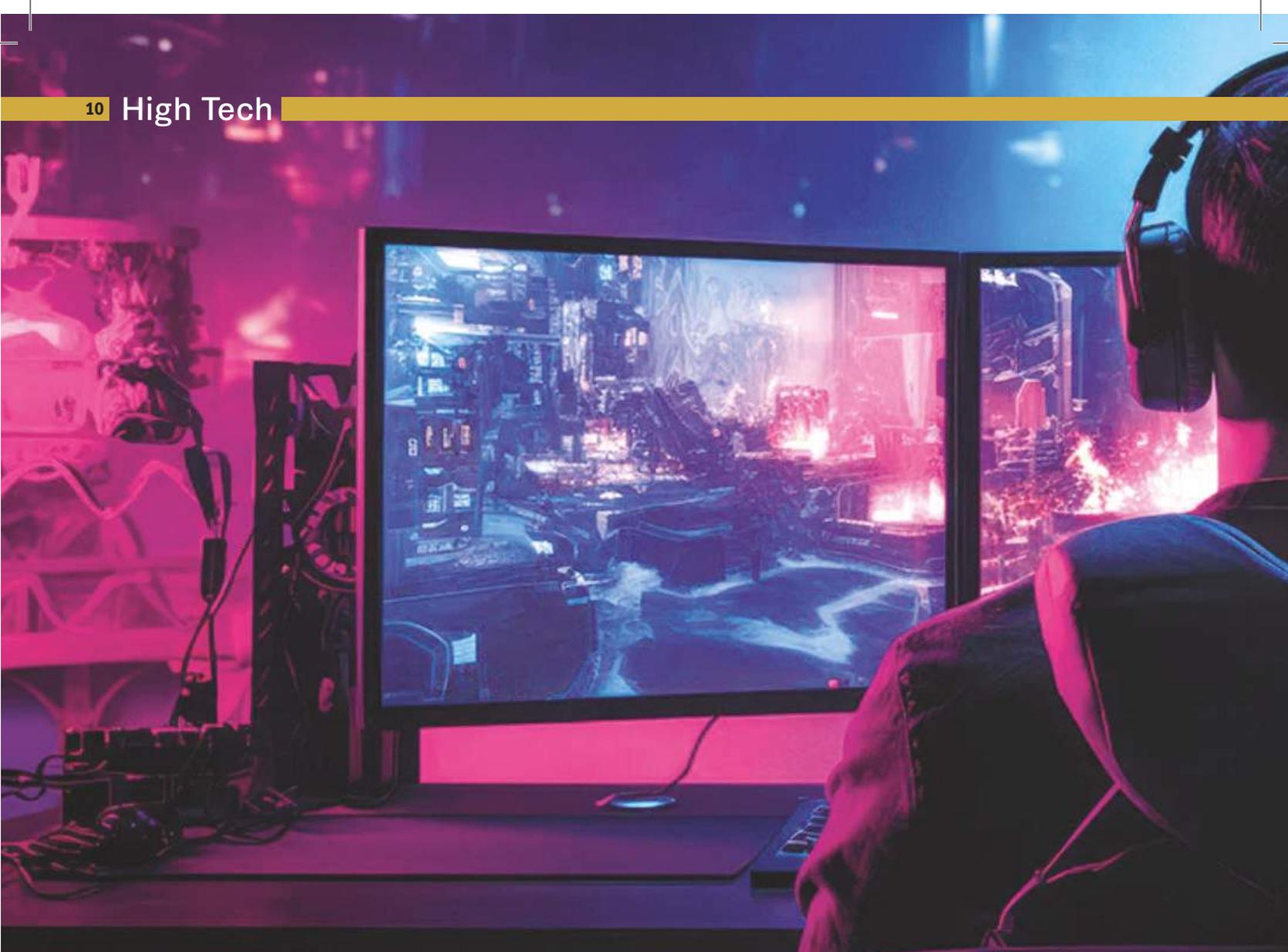
initier les jeunes à ces métiers considérés parfois comme ancestraux et anachroniques et à faire une place à part entière pour la gent masculine. «L'artisanat est également dédié aux hommes», s'est exclamée Seloua Zeki, cheffe du projet Souk El Kahina, qui a invité les hommes à venir y dénicher leur bonheur.

Au-delà d'une grande foire, Souk El Kahina est aussi un projet qui s'est évertué depuis sa mise en œuvre à promouvoir les principes de l'économie solidaire, c'est d'ailleurs dans cet esprit qu'il a vu le jour en 2019 avant de connaître sa mue et de mettre au profit de toute la communauté d'artisans différents canaux pour commercialiser leurs produits et ainsi participer à leur inclusion.

69



Photo : 66 KIF



## GRAND RETOUR ET NOUVEAUTÉS

# CE QUE 2025 RÉSERVE AUX GAMERS

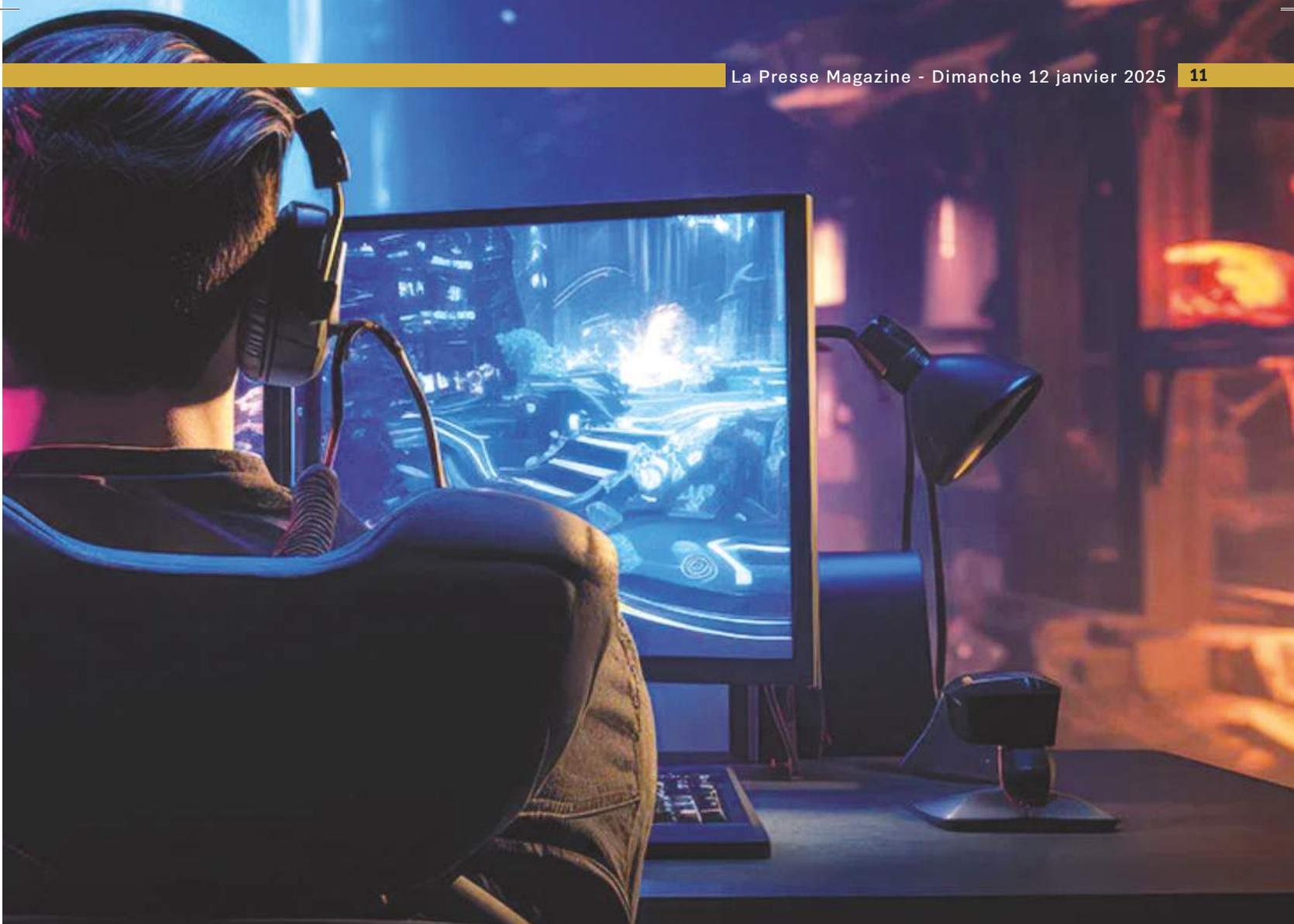
L'année 2025 s'annonce passionnante, non seulement pour les amateurs de jeux vidéo, mais aussi pour ceux qui souhaitent découvrir cet univers en pleine évolution. Cette année promet des expériences immersives, des récits captivants et des mondes fantastiques qui repousseront les limites de la créativité. Voici un aperçu des sorties majeures qui vont marquer cette année exceptionnelle.

Par Karim BEN SAID

**D**epuis son annonce en 2018, «The Elder Scrolls VI» intrigue les amateurs de fantasy. Ce jeu de rôle (RPG) offre aux joueurs la possibilité de se plonger dans un monde vaste et détaillé où chaque décision peut avoir un impact. Bien que peu de détails aient été dévoilés, les rumeurs suggèrent une

aventure dans une région exotique appelée Hammerfell, avec des graphismes révolutionnaires et une liberté d'exploration inégalée.

Le hic, c'est que le jeu tarde à voir le jour, certains parlent même de retard historique. Selon les informations disponibles, «The Elder Scrolls VI» ne sortira pas en 2025. Lors d'une



audience de la FTC en 2023, Microsoft a indiqué que le jeu n'était pas prévu avant 2026.

#### **GTA, ENCORE**

En parallèle de l'attente pour «The Elder Scrolls VI», «Grand Theft Auto VI» se prépare à séduire les fans d'action et de narration immersive. Le prochain volet de la célèbre série «GTA» nous emmène dans une version modernisée de Vice City, une ville fictive inspirée de Miami. Ce jeu d'action propose un monde ouvert où l'on peut explorer, interagir et vivre des aventures palpitantes. Ce nouveau chapitre promet une narration riche, des personnages mémorables et une expérience en ligne repensée pour les fans et les nouveaux venus.

Dans un registre totalement différent, mais tout aussi attendu, «Final Fantasy XVII» arrive pour charmer les amateurs de récits touchants et d'univers fantastiques. Ce nouvel épisode de la saga «Final Fantasy» mélange la fantaisie et la science-fiction, offrant une histoire touchante et des visuels inédits. Les joueurs découvriront de nouveaux héros, exploreront des paysages majestueux et se battront dans un système de combat fluide et dynamique. Une expérience conçue autant pour les fans de longue date que pour les curieux.

Après les grandes sagas, place à une pépite indépendante, en effet, «Hollow Knight : Silksong» est un jeu d'aventure indépendant qui a su captiver des millions de joueurs grâce à son style artistique unique et son genre exigeant. Dans ce nouvel opus, vous incarnerez Hornet, une héroïne courageuse explorant des royaumes mystérieux. Un titre parfait pour ceux qui aiment les défis et les histoires intrigantes.

Les amateurs de science-fiction ne sont pas en reste avec «Star Wars Eclipse», un jeu qui nous transporte dans l'univers riche de la saga galactique. Plongée dans l'univers de «Star Wars», cette aventure interactive promet de faire vivre une

histoire où vos choix auront un véritable impact. Situé dans une époque fascinante appelée l'ère de la Haute République, ce jeu invite les joueurs à explorer des planètes lointaines tout en façonnant leur propre destin.

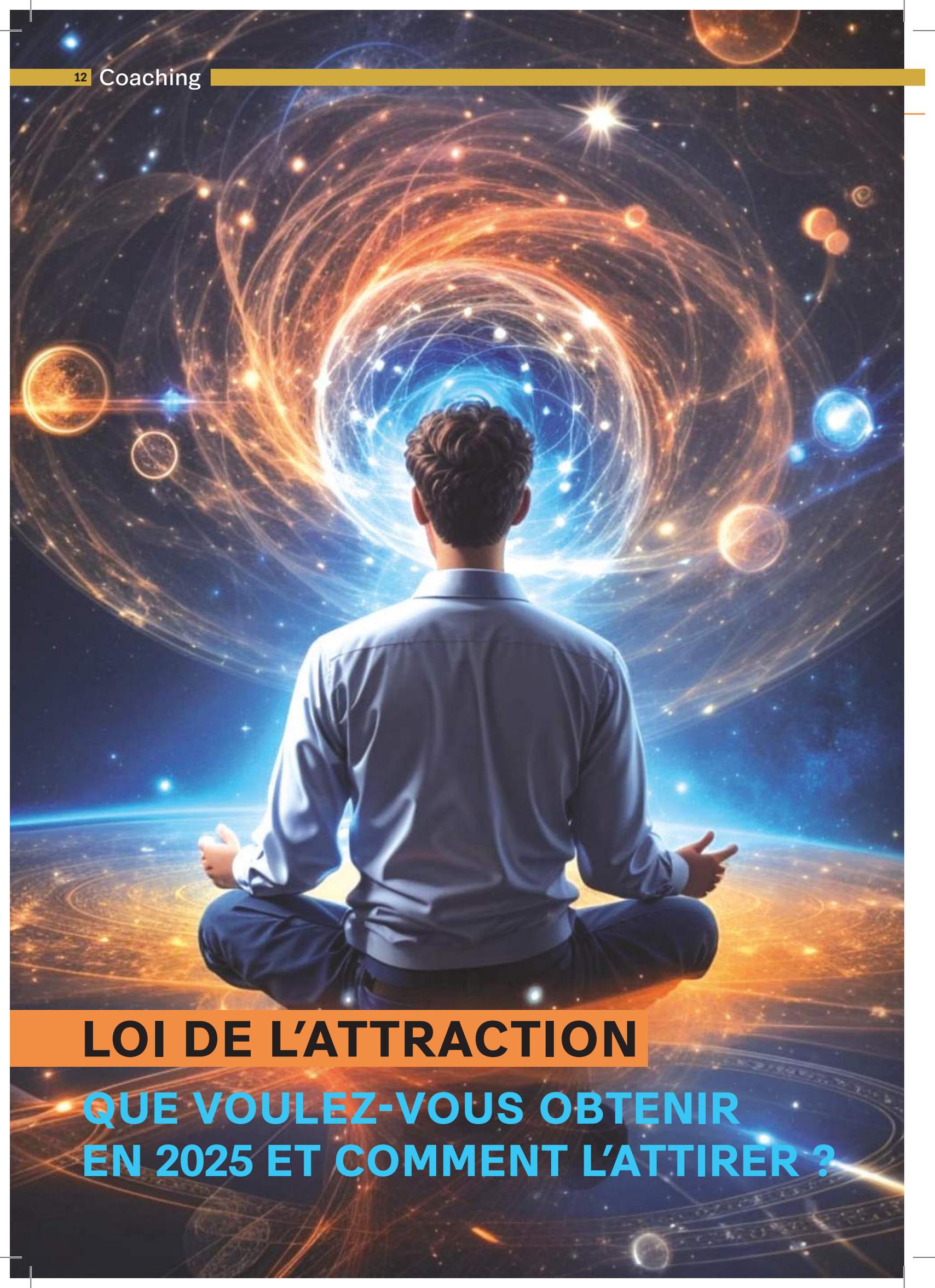
Pour les nostalgiques des classiques, «Metroid Prime 4» marque un retour attendu. Ce jeu combine exploration, résolution d'énigmes et combats intenses, le tout dans un univers de science-fiction captivant. Les débutants comme les fans de longue date trouveront leur compte dans cette aventure immersive.

#### **LE MONDE AVATAR**

Enfin, pour ceux qui souhaitent s'émerveiller devant des paysages fantastiques, «Avatar: Frontiers of Pandora» est un incontournable. Inspiré du film à succès «Avatar», ce jeu vous plonge dans un monde ouvert magnifique sur la planète Pandora. Vous incarnerez un Na'vi, un habitant local, défendant sa terre contre les envahisseurs. Ce titre promet des graphismes impressionnants et une aventure palpitante pour les joueurs de tous niveaux.

Joueur expérimenté ou simplement curieux, les jeux prévus pour 2025 offrent des expériences pour tous les goûts, pour une raison simple, mais qui constitue une recette gagnante dans l'univers des jeux vidéo : ces titres ne se contentent pas de divertir, ils repoussent les limites de la narration et de la technologie.

Malgré les apparences et des revenus atteignant 184 milliards de dollars en 2023, la fin du boom pandémique (lié au confinement lors de la période Covid) a entraîné un ralentissement du marché, avec des joueurs passant moins de temps devant leurs écrans et dépensant moins. Cette crise a été marquée par plus de 10.000 licenciements en 2024 et la fermeture de nombreux studios depuis 2022.

A man in a white shirt is shown from behind, sitting in a meditative lotus position. He is surrounded by a vibrant, futuristic cosmic environment. The background is a deep blue space filled with numerous stars, glowing orange and yellow energy fields, and several planets of various colors (orange, blue, white). The overall atmosphere is one of spiritual energy and cosmic connection.

# LOI DE L'ATTRACTION

**QUE VOULEZ-VOUS OBTENIR  
EN 2025 ET COMMENT L'ATTIRER ?**

Bonne année 2025, qu'elle soit l'année de la réussite, la prospérité, l'apprentissage et l'évolution. Mais justement, comment pouvons-nous réussir sans planification ? Et que font les riches pour l'être presque sans effort ?

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

**S**achons d'abord que, statistiquement, 95% des gens qui vivent sur terre ne fixent pas leurs objectifs et vivent au jour le jour, dans des situations imprévues ! Toujours stressés à courir pour atteindre le temps injoignable et grand coureur.

Que se passe-t-il quand on se lève le matin sans avoir au préalable un plan d'action clair de la journée, de la semaine, du mois, de l'année, de cinq ans à l'avant et même dix ans aussi ? Que se passe-t-il ?

Quand on se lève le matin, d'habitude on mange, on fait sa toilette, on s'habille et on sort travailler ou étudier. On passe la journée, soit 16 heures, réveillé, dans cette boîte à tourner en rond. On sent donc la routine, la lassitude, la mélancolie et la révolte contre ce quotidien très répétitif et redondant, sans savoir comment le dépasser.

En fait, les mêmes causes génèrent les mêmes conséquences. Si on choisit de subir cette routine, on ne va pas s'en sortir sain. Mais si on aborde le sujet autrement, on change de regard, on regarde les choses d'un autre angle. On va sûrement s'apercevoir que tout ce qu'on fait consciemment ou inconsciemment est synonyme d'objectif à atteindre. Donc, si vous mangez à midi spontanément, sachez que c'est un acte réalisé par votre mécanisme inconscient comme objectif habituel à obtenir. Si vous vous fâchez et la colère monte aux yeux car un voisin n'a pas répondu à votre «bonjour», ça aussi c'est un objectif inconscient réalisé selon une programmation déjà préétablie dans vos neurones spécialement transmetteurs, vous vous identifiez alors à la situation et vous la subissez inconsciemment, par ignorance de ce qui se passe et par habitudes et fausses croyances de voir les choses ainsi et pas autrement !

Du coup, pour obtenir quelque chose de bien, la procédure est la même : l'information coule fluidement dans vos neurones transmetteurs et votre inconscient la reçoit et l'accepte puis ça devient une réalité. Vous la vivez donc comme un observateur sans aucune action car vous avez réussi à mobiliser votre inconscient pour vous aider à aboutir à cet exploit, tout comme l'exemple cité plus haut de celui atteint par la colère à cause de son voisin malin.

Vous allez me dire, les mots sont possibles, mais ça ne résout en rien le problème, c'est tellement difficile et rêveur cette histoire de loi d'attraction !

#### COMMENT JUSTEMENT Y ABOUTIR ET ARRIVER À NOS FINS AISÉMENT ?

A partir d'aujourd'hui, apprenez à mettre noir sur blanc tout ce que vous avez à faire tout au long de la journée, semaine, mois, an, etc. Classez ça dans le détail du détail, soyez proche de ce que vous pensez et écrivez, croyez-y fort, et laissez l'univers agir.

Ce dernier, vous percevant très engagé dans ce que vous décidez, sans peur ni hésitation ni procrastination, va mobiliser son mouvement, pour se rallier à votre inconscient et agir pour votre bien sans que vous fassiez grand-chose à part cette force d'attraction.

Vous allez vous rendre compte alors que l'extérieur et l'intérieur sont en train de se synchroniser pour vous, pour vos volitions, vos désirs forts et votre engagement.

La loi d'attraction n'est rien d'autre que cet agencement entre les énergies universelles macrocosmiques et notre organisme microcosmique. C'est de leur symbiose que naît l'action que ce soit consciemment ou inconsciemment. Tout mal vient de là et tout bien en ressort, selon ce que vous voulez, ou selon ce que votre inconscient installe car si vous ne fixez pas votre objectif positif de réussite et évolution consciemment, vous allez vous trouver en train de subir votre vie, par une réalisation spontanée d'objectifs négatifs inconscients qui prennent le chemin sur votre tao.

Il n'y a pas de vide dans la nature. Soyez donc vigilants pour cette nouvelle année et si ça vous pose problème, n'hésitez pas à demander mon aide ou à voir un expert en coaching d'objectifs, mais ne ratez pas une année de plus à cause de l'ignorance.

Bonne année

**Sachons d'abord que, statistiquement, 95% des gens qui vivent sur terre ne fixent pas leurs objectifs et vivent au jour le jour, dans des situations imprévues ! Toujours stressés à courir pour atteindre le temps injoignable et grand coureur.**

# LE JOYAU HÔTELIER ET SPORTIF



## LA CIGALE

— T A B A R K A —

HÔTEL - THALASSO & SPA - GOLF

## PÔLE ATTRACTIF AU NORD-OUEST TUNISIEN



Victor Nazeem Agha, Président du groupe Majda Holding

Le groupe Qatari Majda Tunisia Holding ne cesse d'élargir ses activités touristiques et sportives au Nord-Ouest tunisien autour de son unité phare, Hôtel **La Cigale** à Tabarka. Des sources proches du holding indiquent que le groupe compte investir près de trois cent millions de dinars dans le développement et l'extension de son activité dans la région, ce qui va entraîner une nouvelle dynamique, notamment en matière de tourisme de luxe, de possibilités d'investissement dans les activités annexes, permettant la création d'emplois indirects. Ce nouvel investissement va ainsi contribuer à la relance économique de cette région frontière tuniso-algérienne, en dynamisant ce qui est existant et offrant plusieurs nouvelles opportunités. Il va d'abord renforcer l'offre de tourisme de luxe, aussi bien pour les Tunisiens que pour les Algériens. Cet élargissement va renforcer la réussite du complexe hôtelier et sportif **La Cigale**, qui bénéficie déjà d'une notoriété internationale dans ce segment de tourisme huppé. Les investisseurs qataris ont misé sur le potentiel touristique immense de la région de Tabarka-Béni Mtir, basé sur la proximité montagne/neige - forêt - mer, en plus des plages de rêve, un mix rare sur les bords de la Méditerranée.

La Cigale offre un hébergement de luxe et une infrastructure sportive digne des meilleurs complexes, ainsi que l'un des meilleurs parcours de Golf en Afrique



L'extension du complexe hôtelier et sportif «La Cigale» va permettre de dynamiser les activités de l'aéroport de Tabarka

## SPORTS

Le Complexe hôtelier et sportif **La Cigale** offre une infrastructure adéquate en matière de préparation des équipes sportives, en exploitant les avantages de son emplacement en hauteur. Le complexe a déjà hébergé les préparatifs de la saison en cours de l'équipe belge d'Underlacht, ainsi que ceux des deux grands clubs tunisiens, l'Espérance Sportive de Tunis et le Club Africain, en attendant que cette dynamique se propage parmi les grandes équipes tunisiennes et algériennes ainsi que des teams venant d'Europe et du pourtour méditerranéen. Le complexe **La Cigale** offre également l'un des meilleurs parcours de Golf en Afrique, pouvant drainer un segment spécifique de tourisme haut de gamme.

Le complexe hôtelier et sportif **La Cigale** a déjà hébergé les préparatifs de la saison en cours de l'équipe belge d'Underlacht, ainsi que ceux des deux grands clubs tunisiens, l'Espérance Sportive de Tunis et le Club Africain.

## AÉROPORT

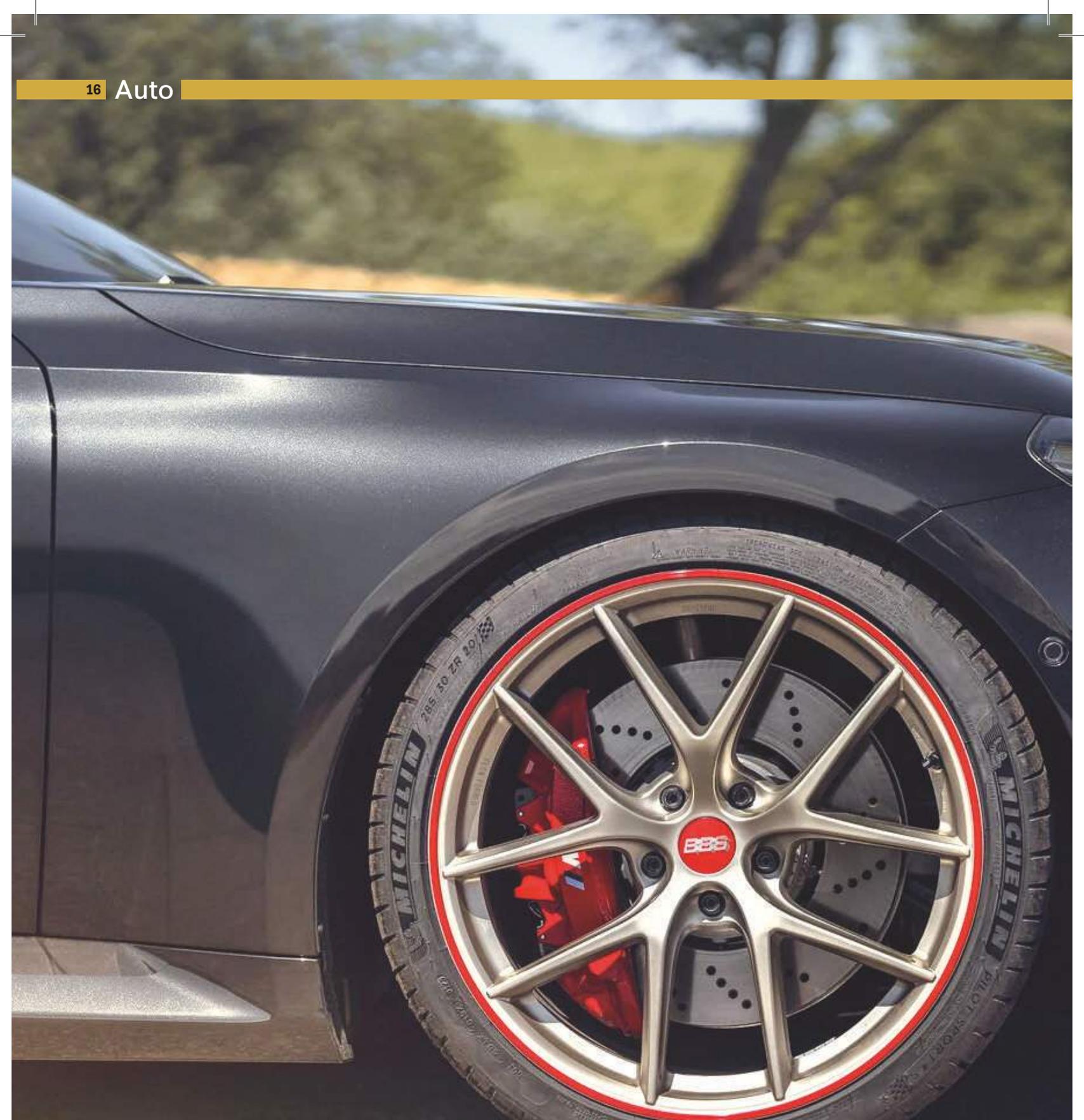
L'aéroport de Tabarka n'est qu'à quelques petites heures de vol d'Europe et des divers pays de la Méditerranée et l'extension du complexe hôtelier et sportif

Le potentiel touristique immense de la région Tabarka-Béni Mtir, basé sur la proximité montagne/neige - forêt - mer, en plus des plages extraordinaires, constitue un mix rare sur les bords de la Méditerranée.

**La Cigale** va permettre de dynamiser les activités de cet aéroport, à travers des vols réguliers, charters, voire même des expéditions privées en matière d'expéditions d'affaires, tourisme de chasse, randonnée équestre ou plongée sous-marine. La relance de cet aéroport ne saurait que faciliter une nouvelle dynamique régionale puisqu'elle servirait au développement du tourisme, de l'artisanat et des services dans cette région qui a déjà vu la fermeture de plusieurs unités hôtelières ces dernières années.

## SOCIOÉCONOMIQUE

La réussite des investissements du Holding Al Majda en Tunisie a, par ailleurs, des portées socioéconomiques. Le complexe hôtelier et sportif **La Cigale** offre déjà près de 500 emplois durant l'année. Sa présence permet également de renforcer la vie socio-économique annexe dans des secteurs comme l'artisanat, le transport, la restauration et les services. L'extension prévue, dirigée selon nos sources, au tourisme de familles, va permettre la réouverture d'un hôtel fermé et la création de centaines d'emplois. La région Tabarka / Béni-Mtir / Aïn Drahem peut ainsi garder espoir en un meilleur avenir. Al Majda Tunisia Holding est le fer de lance de la coopération tuniso-qatarie.



# ENJOLIVEURS DE ROUES BEAUX ENJOLIVEURS, BELLE VOITURE

Par Mohamed Salem KECHICHE

**Q**ui n'a pas eu l'idée, au moins une fois, de vouloir changer les enjoliveurs de ses 4 roues, « rien que pour faire plus joli » ? Un véhicule sans enjoliveur est totalement inesthétique et inacceptable pour les puristes. Alors il faut faire le bon choix et chouchouter sa bagnole...

Le mot enjoliveur est le nom tiré du verbe enjoliver, qui signifie rendre plus joli, embellir. L'enjoliveur est la garniture métallique pour enjoliver des roues de voiture. Apparu pour orner la partie centrale métallique qui soutient le pneu, l'enjoliveur est devenu au fur et à mesure une composante principale du design du véhicule. Il y en a pour tous les prix selon la qualité et la finesse recherchée. On peut en trouver facilement à partir de 30/50 dinars sur le marché pour l'entrée de gamme jusqu'à 100, 200, voire 400 dinars pour la gamme moyenne et bien plus en fonction du matériau des ornements adoptés. Les enjoliveurs ont des caractéristiques bien déterminées, qui les dissocient des jantes dans une roue par exemple, qui sont des composants structurels essentiels des roues de voiture. Les enjoliveurs sont des accessoires décoratifs qui recouvrent la partie centrale de la roue, généralement le moyeu, pour améliorer l'esthétique de la voiture. Contrairement aux jantes, les enjoliveurs ne supportent pas le poids du véhicule et n'ont pas de rôle fonctionnel dans la performance de la roue. Ils sont généralement fabriqués en plastique et sont conçus pour s'adapter à la forme spécifique de la roue et du moyeu. Les enjoliveurs sont souvent utilisés pour cacher les écrous de roue et les parties non esthétiques de la roue, donnant à la voiture une apparence plus propre et plus élégante. Il y en a pour tous les goûts et pour toutes les couleurs, même si le gris est dominant.

#### MODÈLES D'ENJOLIVEURS DE CHOIX

Suite à une recherche sur Internet, dopée par l'IA, quelques modèles ont été proposés comme les meilleurs et tendance 2025. Il y a la référence «NRM Quad 13 pouces» qui sont des enjoliveurs compatibles avec la plupart des jantes en acier de 13 pouces. Ils offrent un look sportif grâce à leur apparence de jante en aluminium. Ensuite, les modèles référencés sous «WRC 007597 14 pouces » qui sont conçus pour les roues de 14 pouces, ces enjoliveurs en ABS injecté sont résistants aux chocs et faciles à entretenir. Leur design noir mat et gris Silver ajoute une touche sportive à la voiture. Il y a également les enjoliveurs «Michelin 009114 NVS 15 pouces » qui sont fabriqués en ABS injecté pour une durabilité accrue. Leur finition noir et gris métallisé donne un aspect de jante en aluminium, et le système NVS assure une visibilité optimale la nuit grâce à des pastilles réfléchissantes. La référence « WRC 007469 15 pouces » est un kit de 4 enjoliveurs bicolores idéal pour ceux qui recherchent un look moderne et sportif. Ils sont faciles à fixer par simple clipsage. Le jeu d'enjoliveurs « VR 14 pouces » est compatible avec toutes les marques de voitures. Ces enjoliveurs offrent un look carbone et sont faciles à monter et à enlever. Ces modèles sont appréciés pour leur design, leur durabilité et leur facilité d'installation. Il existe des produits de lustrage des enjoliveurs pour moins de 100 dinars et qui permettent de nettoyer les enjoliveurs de manière efficace quand on le souhaite. Pour attacher ses enjoliveurs, il y a seulement 2 choses à faire correctement. Tout d'abord, on doit placer l'armature (sous forme de cercle métallique) qui permettra de maintenir en place l'enjoliveur en question. Et la seconde, il suffit de placer la valve du pneu dans l'encoche prévue à cet effet. Mais il faut penser à les fixer solidement...

#### ATTENTION AU VOL !

Les enjoliveurs sont pour la plupart faciles à équiper et ne nécessitent pas le recours à un professionnel auto ou un garagiste pour exécuter la tâche. Toutefois il faut envisager les accrocher au moyen d'accroches en gaine plastique pour les fixer et surtout de les empêcher d'être facilement retirables, et faire le bonheur des voleurs d'enjoliveurs... Pour le verrouillage des enjoliveurs, des verrous existent pour empêcher que les enjoliveurs soient démontés ou volés. Autre antivol efficace, l'utilisation de colliers de serrage en acier inoxydable est une solution simple, économique et facile à mettre en œuvre. En seulement 5 minutes, les garnitures seront solidement fixées aux roues. On peut également faire graver ses enjoliveurs avec un numéro d'identification. Ce numéro les rendra plus difficiles à voler, puisque plus faciles à retrouver en cas de vol. Il existe des clés antivol d'enjoliveurs et des boutons de protection. Enfin, on termine avec cette devinette qui ne manque pas d'humour. «Comment s'appelle l'ange gardien des roux ? L'ange Oliver parce que l'enjoliveur protège les roues».



**HEALTHY ET GOURMET****«MARQA HLOWA»****OU SOURIS D'AGNEAU AUX FRUITS SECS  
ET AUX FRUITS SÉCHÉS**

La recette de cette semaine est gourmande à souhait. Il s'agit d'un ragoût haut en saveur et, certainement, en calories. Cependant, il demeure un plat de fêtes et de cérémonies. La « marqa hlowa » ou ragoût d'agneau, sucré-salé, agrémenté de fruits secs et de fruits séchés, constitue un plat qui fait régaler le palais à coup sûr.

Par Dorra **BEN SALEM**



## INGRÉDIENTS :

( pour quatre personnes )

- Quatre souris d'agneau
- Six cuillères à soupe d'huile végétale
- Un petit poireau ( facultatif )
- Cinquante grammes d'amandes grillées
- Cinquante grammes de noisettes grillées
- Cinquante grammes de pistaches grillées
- Cinquante grammes de pignons
- Cent grammes de pruneaux
- Cent grammes d'abricots séchés
- Cinquante grammes de raisins secs noirs
- Une cuillère à café de sel
- Une demi-cuillère à café de poivre
- Une demi-cuillère à café de curcuma
- Une cuillère à café de safran
- Une demi-cuillère à café de cannelle moulue
- Une demi-cuillère à café de boutons de roses séchés et moulus
- Un quart de cuillère à café de gingembre moulu
- Une cuillère à soupe de sucre.

## PRÉPARATION :

Dans une marmite, on met six cuillères à soupe d'huile végétale et on fait dorer un petit poireau finement haché. On ajoute les souris d'agneau préalablement nettoyées et on assaisonne de sel, de poivre, de curcuma et de gingembre. Une fois que la viande a pris une légère couleur dorée sur tous les côtés, on la couvre d'eau chaude et on attend que la sauce prenne en ébullition.

Entre-temps, on fait infuser une cuillère à café de safran dans de l'eau chaude pendant cinq minutes, et ce, afin que ce condiment puisse libérer toute sa saveur dans l'eau. La sauce commence à bouillonner. On filtre le safran et on ajoute l'eau safranée dans la marmite. On rabaisse le feu et on laisse cuire pendant pas moins d'une heure et quart à feu moyen.

Le temps de cuisson passé, la viande semble alors cuite à point. C'est à ce moment-là qu'on incorpore les pruneaux, les abricots séchés et les raisins secs et on laisse mijoter pendant dix minutes. Puis, on ajoute la cannelle, les boutons de roses séchés et moulus ainsi que les fruits secs grillés ( à l'exception des pignons). On laisse mijoter le tout pendant cinq minutes avant d'ajouter une cuillère à soupe de sucre. Au bout de cinq minutes supplémentaires de cuisson, la viande prendra un aspect légèrement caramélisé ; la sauce, quant à elle, sera plus onctueuse.

On retire la «marqa hlowa» du feu. On la sert chaude en prenant soin de garnir le plat de pignons et de boutons de roses séchés en guise de décoration.

Bon appétit !





# LE TOILETTAGE DES CHIENS ET DES CHATS, EST-CE UNE OBLIGATION ?

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

**L**e toilettage des chiens et des chats améliore leur qualité de vie en contribuant à une bonne hygiène, à un pelage propre et sain, ainsi que la réduction des risques d'infection de la peau.

Le chat est un animal très propre car il se nettoie tout seul, mais il peut être nécessaire de le laver. Contrairement aux chiens, les félins ne sont pas de grands adeptes des bains et la tâche n'est pas toujours facile. Peut-on alors laver son chat ? Et pour quelles raisons ?

Plusieurs raisons font qu'il est parfois nécessaire de laver son petit félin parce que tout simplement votre chat s'est sali s'il a accès à l'extérieur. Il a pu se rouler dans la boue ou ramener de mauvaises odeurs. Il peut également avoir des restes de déjections collés à l'arrière-train. Les races à poils longs sont fréquemment sujettes à ce problème et en se nettoyant il pourra former des boules de poil au niveau de l'estomac. Si ces

boules de poil n'étaient pas évacuées ça pourrait causer des obstructions intestinales. Les chats se nettoient tout seuls, par un léchage régulier de leurs poils à partir de l'âge de 3 mois.

Si vous observez que votre chat a du mal ou ne fait plus sa toilette ou bien il ne se laisse pas se brosser et se laver, prenez rendez-vous avec votre vétérinaire, il trouvera la solution adéquate pour le toiletter.

Les chiens ne savent pas se toiletter tout seuls contrairement aux chats. Quelle que soit la race de votre chien, il doit être bien entretenu, car, faute d'hygiène, il pourra être sujet aux mauvaises odeurs, aux otites, aux conjonctivites et à une inflammation de la gencive suite à l'accumulation du tartre.

Un chien habitué au toilettage fera un compagnon beaucoup plus docile et obéissant.

En supportant toutes les manipulations du toilettage, il montre qu'il accepte l'autorité de son maître d'une manière très concrète



tout en étant confiant. L'hygiène du chien influe aussi sur son comportement, car son état physique joue indéniablement sur son moral.

Le toilettage des chiens comporte le brossage régulier du pelage, les bains et le séchage qui est essentiel pour ne pas développer des levures au niveau de la peau, le nettoyage des oreilles avec une compresse imbibée d'eau oxygénée, le nettoyage des yeux avec une solution pour lavage ophtalmique, ainsi que le brossage des dents avec un doigtier et du dentifrice spécial pour animaux de compagnie afin d'éviter l'accumulation du tartre.

Certaines races, comme le Dalmatien, n'ont pas besoin de plus de deux bains par an tandis que pour les races à poils longs, une fréquence de lavage plus soutenue sera nécessaire. Mais les bains ne doivent pas être fréquents, une fois par mois sera l'idéal et il faut impérativement éviter de laver à l'intérieur des

oreilles car l'accumulation des petites gouttes d'eau au niveau du conduit auditif développera des levures et des champignons d'où la mauvaise odeur.

Un chien ou un chat ne doit pas être lavé avec un shampoing pour humains et pour choisir le shampoing le plus adapté, vous devez tenir compte du type du poil. Les lotions sans rinçage permettront une remise en beauté rapide et élimineront toutes les saletés du pelage et on pourra même les utiliser à une fréquence rapprochée; ça ne posera aucun problème pour la santé du pelage ou de la peau de votre animal.

Enfin le brossage, le soin des oreilles et des yeux ainsi que le brossage des dents pourront se faire au minimum deux fois par semaine. Un détartrage annuel est conseillé pour votre chien ou chat afin d'éviter des inflammations de la gencive, des caries et au pire le refus de s'alimenter à cause de la douleur générée par les gingivites.

Quoi de neuf cette semaine au Grand-Tunis et ses alentours? Amateurs de musique, de théâtre et de cinéma, préparez-vous à vivre des moments inoubliables ! Nous mettons en lumière les concerts les plus attendus, les comédies, les films et les livres qui nourrissent l'âme. Suivez notre Agenda Culturel pour rester informés des événements à venir.

Par Amal BOU OUNI

## CINÉMA

### FILMS TUNISIENS



- « **Le Pont** »  
Foued, Tita et Safa se retrouvent pour tourner un clip de hip-hop. Ils découvrent un énorme sac de cocaïne dans la rivière.



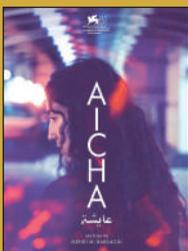
- « **Sahbek Rajel** »  
Azouz et Mehdi, deux policiers aux extrêmes opposés: l'un opportuniste, impulsif et sans moral, l'autre intègre, honnête et patriote. Entre action, comédie et romance, leur collaboration improbable les mène dans des

situations aussi hilarantes que dangereuses.



- « **La Source** »  
Aïcha et Brahim sont dévastés par le départ inexplicable de leurs fils. Quand l'un d'eux revient avec une mystérieuse fiancée voilée et muette, 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.



- « **Aïcha** »  
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.

### FILMS ÉTRANGERS

- « **Sonic 3** » : animation
- « **Nosferatu** » : horreur
- « **L'amour au présent** » : comédie romantique
- « **Criminal Squad: Pantera** » : action, policier.

## PRÉSENTATIONS DE LIVRES ET DÉDICACES



### LE 16 JANVIER

- Aux origines du capital-risque en Tunisie-La SPPI 1990-2009  
De Samir Marrakchi  
A la librairie Al Kitab Mutuelleville

## CONCERTS DE MUSIQUE

### LE 12 JANVIER

- « **El Awela** » de Chokri Omar  
Au Théâtre municipal de Tunis

- Concert caritatif de Zine El Hadad et Orchestre Nagham  
Au Théâtre des régions à La Cité de la Culture

### LE 15 JANVIER

- « **Arabica** »  
Au Théâtre municipal de Tunis



### LE 18 JANVIER

- « **Méodies andalouses** » du Carthage Symphony Orchestra  
Au Théâtre municipal de Tunis

- « **Ward Lilia** » de Lilia Nachi  
A La Maison des Jeunes El Menzah 6

### LE 19 JANVIER

- **Al Jil Dhahabi Yghani**  
Au Théâtre municipal de Tunis

- **Le Ballet "The Nutcracker"** de Little Ballerina sur la musique de Tchaïkovski  
Au Théâtre Le Quatrième Art

### DÉMARRAGE DES JOURNÉES MUSICALES DE CARTHAGE QUI SE TIENDRONT DU 18 AU 24 JANVIER.

Au programme du 19 janvier, trois concerts tunisiens et étrangers à la Cité de la culture de Tunis.

- **Mosaic** de Hamdi Jamoussi (Tunisie, Bulgarie, France, Portugal) à 16h au Théâtre des Régions

- **Sinouj de Benjemy** (Tunisie) à 18h30 au Théâtre des Jeunes Créateurs

- **Bab El West** de Amane (Maroc, France) à 19h00 au Théâtre des Régions

## SPECTACLES COMIQUES

### LE 16 JANVIER

- « **Tounsi w Nos** » de Nebil Kolleb  
Au Théâtre municipal de Tunis

### LE 17 JANVIER

- « **Lellahom** » avec Rym Zribi et Kaouther Bardi  
Au Théâtre municipal de Tunis

# BEST OF DE LA SEMAINE

Par Mohamed Salem KECHICHE

## UN VIBRANT HOMMAGE

La direction de l'Etoile Sportive du Sahel a rendu un vibrant hommage à Sousse, lors du classico face au CA, à la famille du défunt footballeur Lassad Ouertani ravi à la vie un triste 4 janvier 2013. Tout comme ceux réservés en mémoire de feu Hédi Berrehissa surnommé « Balha », l'ancien libéro espérantiste en 1997. L'ex-Etoilé Mohsen Hbacha, vétéran du club, est décédé ce même jour de 2025 et a suscité de l'émotion dans les travées du stade olympique de Sousse... Un trio de joueurs inoubliables qui ont régalié les amateurs du ballon rond.



## DÉBUT DU MONDIAL DE HANDBALL

La XXIX<sup>e</sup> édition du championnat du monde masculin de handball débutera ce mardi 14 janvier pour se poursuivre jusqu'au 2 février 2025. Trois pays organisent ce tournoi mondial, à savoir le Danemark, pays hôte du groupe de la Tunisie, la Norvège et la Croatie. La chaîne nationale Watania devrait être au rdv de la diffusion.



## LA BEAUTÉ DU FOOTBALL

André Ayew a marqué l'unique et tardif but du Havre AC face à l'OM, lors de la défaite 5-1, mais n'a pas célébré face à son ancien club et a été acclamé par les supporters marseillais. Le Stade Vélodrome lui a même réservé une standing ovation lors de sa sortie du terrain et le fils de l'ancienne gloire ghanéenne de Marseille, Abedi Pelé, a fondu en larmes sur le banc. Le football comme on aime, à l'état pur et avec passion.



## GRILLE TV SPORT

Semaine du dimanche 12 au samedi 18 janvier 2025

### FOOTBALL

#### Aujourd'hui

Milan AC-Naples à 12h30 sur l'Equipe TV (Astra/sharing)  
Chabab Constantine-CSS à 14h00 sur beIN sport Mena HD (IPTV)

Al Sadd-Shamal SC (Sliti) à 16h30 sur Al Kass 1 HD (Nilesat)

AS Roma-Napoli à 20h45 sur l'Equipe TV (Astra/sharing)

#### Mercredi 15/01

Arsenal-Tottenham à 21h00 sur Canal + Foot HD (Astra/sharing)

#### Vendredi 17/01

Espérance de Tunis-Sagrada Esperança à 16h00 sur Watania 1 HD (TNT/réseau terrestre)

#### Samedi 18/01

Juventus-Milan AC à 18h00

Lyon-Toulouse à 21h00 sur TV5 Europe HD et Maghreb (en clair/Astra et Nilesat)

### HANDBALL

#### Mardi 14/01

Tunisie-Italie à 18h00 sur beIN sport FR 1 HD (IPTV)

#### Jedi 16/01

Danemark-Tunisie à 20h30 sur beIN sport FR 1 HD (IPTV)

#### Samedi 18/01

Tunisie-Algérie à 18h00 sur beIN sport FR 2 HD (IPTV)

Mots fléchés

RENSEIGNAT FORME D'ÉNERGIE	PÉPÉE PAS CONCENTRÉ	RAPPORT DE TÊTE NOM DE WATT	TROIS FOIS JEU QUI A DE L'AVENIR	PIÈCES DE RACINE CENT UN ROMAIN PROCHE DE BORDEAUX!	UN PROPHÈTE BIBLIQUE
UN COURS DE RUSSE BARRER LE PASSAGE			IL A LA COTE! REBELLES EN CHEF		
INSTITUT SUPÉRIEUR BOVIDÉ SAUVAGE		CALOTTE GLACIAIRE COMPTA		RESSOURCES LIMITÉES CORDONS	PASSA OU PERÇA
DESSUS DE PANIERS GÉANT MYTHIQUE		NOTRE PAIN QUOTIDIEN ENNEMI DES CROISÉS		NAVETTE SPACIEUSE MILLET	GRANDE AGITATION
AVOIR UNE FORTE GRIPPE MONT BIBLIQUE TROMPERAS			BOUT DU JEU ACCROCHÉS AU PASSÉ		BRAQUER À GAUCHE IL COMPTE POUR NOUS
ASSEMBLAI DU MÉTAL RUTHÉNIUM DE TABLE		MIT EN RÉSERVE ORGUEIL		VETO FAMILIER DÉCEPTION	
AFFAIRES PRIVÉES ABSTINENCE	SCIE MUSICALE VA BRILLER				AUX MEMBRES REMARQUABLES
GENS D'ARME ORNÉ À L'EXCÈS		MANTE À L'EAU ARTICLE DE SOUK	HORMONE DE LA JEUNESSE REÇOIVE	PIED DANS LE BORDELAIS PARLE	ARTICLE
PROCÉDÉ INDÉLICAT				RÉFORMATEUR TCHÈQUE	

Sudoku

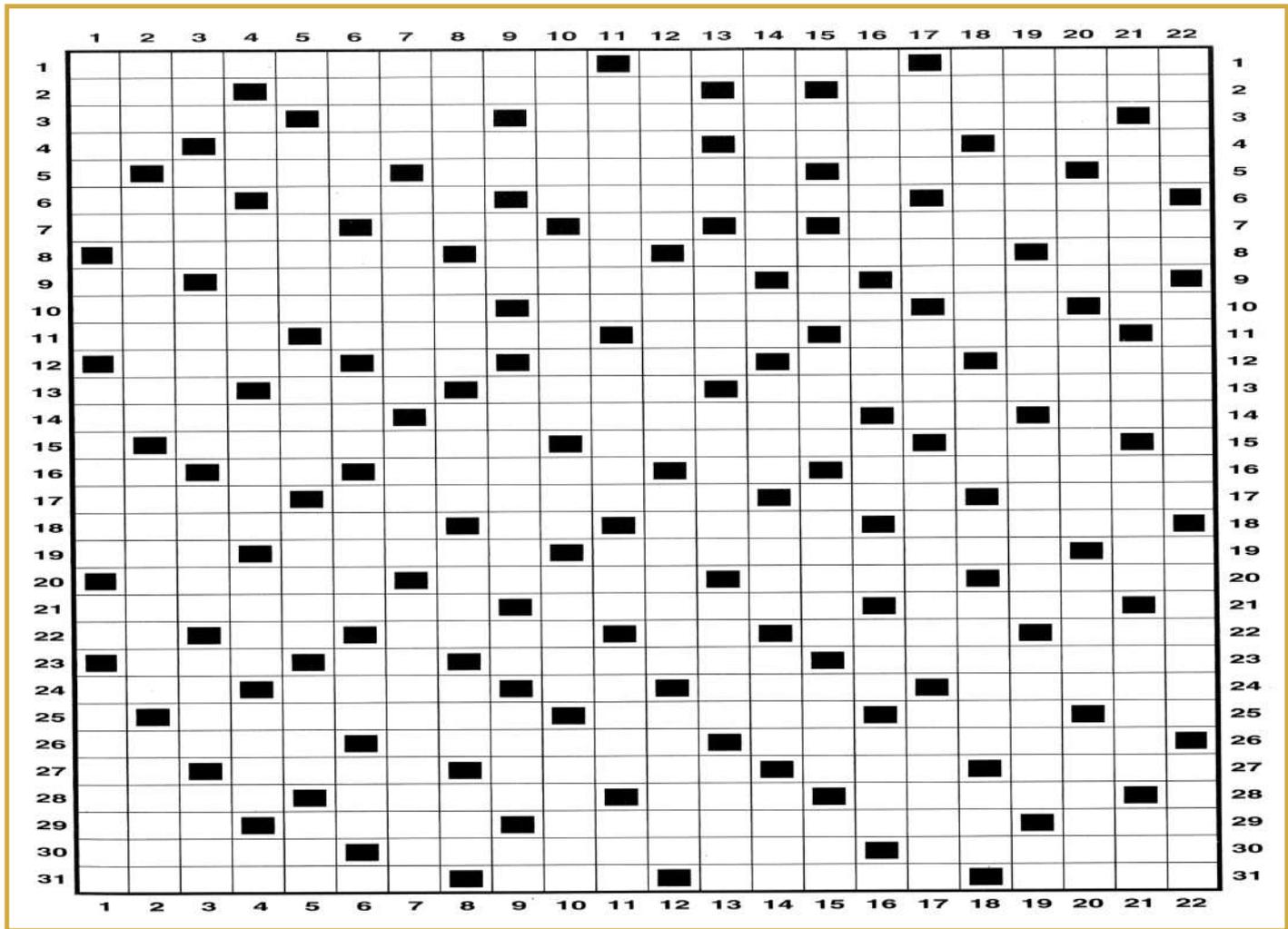
1			6	7	4			3
		6				4		
5				1				4
9		7		4		6		8
		1	9		8	2		
3	5						4	7
			3	2	5			

solutions

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

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

Mots croisés



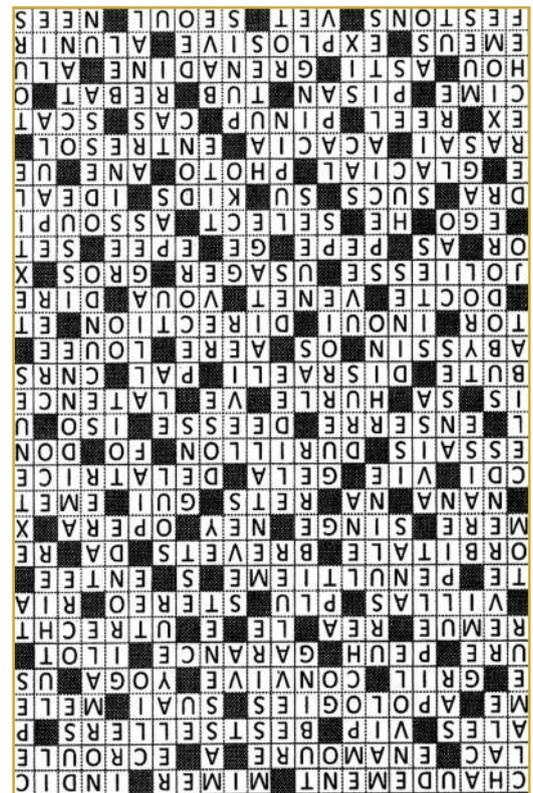
HORIZONTALEMENT

**1** Voilà comment être habillé pour l'hiver. Reproduire par gestes. Il est entre le poulet et le faisan. **2** Il est artificiel derrière le barrage. Amouraché. Réduit à la ruine. **3** Elle a son Gardon. A souvent sa loge réservée. Ils se vendent comme des petits pains. **4** Entrée du métro. Discours de défense. Éliminai. Bat le jeu. **5** Ça permet de saisir. Fait partie des invités. Inspire à mieux respirer. Au col du Gl. **6** Ancien à cornes. Mot de dédain. Rouge vif. Groupe à part. **7** On y pait bien. Son profil dévoile sa gorge. C'est déterminant. Ville de traités. **8** Maisons élégantes. Tombé en abondance. Une manière d'écouter. Echancreur de la côte. **9** La ligne est son dessin. Avant-dernier. Adjointe. **10** D'une station spatiale. Sortes d'assurances. On le double pour faire du cheval. Avait un disque sur la tête. **11** Femme qui a fait l'enfant. Adroit et malin ! Il a terminé devant le peloton. On l'écoute et on le savoure. **12** Jeune femme populaire. Mot de petit diable. Piège tendu. Vieille bôme. Distribue le programme. **13** Disque optique. Fleuve tranquille ? Interrompt une activité. Elle vend beaucoup. **14** Vérifications. Callosité. Défend ses membres. Capacité. **15** Met en lieu sûr. Femme adorée. A son échelle. **16** Une petite bourguignonne. Devant un prince. Donne du coffre. Queue de fauve. Invisibilité. **17** Tue. Homme d'Etat britannique. Outil de vigneron. Haut lieu de recherches. **18** Sorte de chat. Difficulté qui arrête. Met au courant. Conseillée. **19** Dieu scandinave. In vraisemblable. Organisation. Restra un temps sur terre. **20** Savant. Piège à marée basse. Mit sous protection. Affirmer. **21** Beauté. Créateur d'emploi. Fort, intense. **22** Son cours fluctue. Un cœur qui bat. Homme d'âge. Terre d'Homère. Attribut d'immortel. Décor de table. **23** Personnel de patricien. Se prononce en appel. Chouette. Affaibli. **24** Coule en Afrique. Jus de fruit. Mis en tête. Petits bouts d'Amérique. Type parfait. **25** Fait mauvais accueil. A perdu sa graphie depuis bien longtemps. Il désespère sa maîtresse. Union. **26** Coupai sans blesser. Même faux, cela reste un arbre. Est destiné aux individus de bas étage. **27** Préfixe. Pas imaginaire. Femme qui s'affiche. Fait décliner. Style d'improvisation vocale. **28** Partie d'un relief. Ugoïin l'était. Bain turc. S'apprête à redonner. **29** Pour conspuer. Cru en Italie. Andalouse. Papier. **30** Retourne. A manier doucement. Se poser après un long voyage. **31** Guirlandes ou broderies. Couvre le sujet. En Corée du Sud. Des nôtres.

VERTICALEMENT

**1** Sort de la foule. Un oncle à « caser ». Paix de nonne. Auront marqué Paris en 2024. Encore une fois. **2** Coloré. S'adressent à des ministres anglais. Avoir l'intuition. Vérité non démontrable. **3** Joli coup. Larmoyé. Galette, dans le milieu. En Autriche. Ils cherchent à nous faire rire. Transformations visibles ou audibles. **4** Ingrédient de bouillabaisse. Jurisconsulte romain. Baies peu profondes. Bon vent à Florence. Protecteur domestique. Première de gamme. **5** Protège un doigt de fée. Personnage des *Mystères de Paris*. Remarque. Valent le coup. Vêtement militaire. Fume au Japon. **6** Décollé. Feuilles piquantes. Au pied de Nagoya. Déjeunes au Canada. Missionnaire originaire de Caylus. Cours où l'on peut faire des pompes. **7** Dans le courrier. Femme à voile. Parfois avec un pharyngite. Varient selon les régions. **8** Ramasse le blé. Fleuve sibérien. Comme les blés, certaines années. Tunisie anatomique. On le vide sans ménagement. Peut être de cœur. **9** Attendrit la mousmé. Casse-tête. Cité du Vaucluse. Part au combat. Ajout de dernière minute ? Prit l'eau. Papillon mal-aimé. **10** Descente de lit. Laisser rompu. Escadrons de frégates. Cintré. **11** Revoir le prix. Supprimée. A partir de. Type du gentleman cambrioleur. Dans un vieux menu. **12** Titre honorifique. Dans le citron. Aliment nutritif. Reculées dans le temps. **13** Pour inciter. Forces vitales. Aide les soulèvements. Animal grimpeur. Collés. **14** Il fit *Le Mage*. Psychiatre de Banyuls. On doit la respecter. On a connu celui de Martin Luther King. Paul lui aurait écrit une épître. Sort avec rage. **15** Pris à la gorge. Le premier à voir le soleil. Ce ne sont pas des bêtes. Pimbêche. Par conséquent. Sauve qui pue. **16** Il vise le témoin. Plus que bien. Juge d'Israël. Discret ou familial. La porte a le sien. Épuisé. **17** Muse de l'Histoire. Ne reste pas planté très longtemps. Moineau de Paris. Bonnes combinaisons ? Club anglais. **18** Était mauvaise conseillère. Elle nous fait dire 33 ! Couvre son home. Lac en altitude. Le pin en produit. Bien de sa personne. **19** Perpendiculaire. Chercher à faire du net. Point deux. Sur la mer Noire. Départ vers l'infini. **20** Actrice italienne. Terre rouge. Empêse. Moyen de se tirer d'embarras. Il fournit un indice. **21** Ne remplacera jamais une femme. Profession de Stradivarius. Auteur de best-seller. Matérialiser. S'apprête à faire feu. Précipité. **22** On mange leur chapeau. Modulation de ton. Sur le flanc. Peut être tricoté. Forteresses.

solution



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 Nabif  
LE GAMING  
POUR PASSION

**ÉCHAPPÉES BELLES**  
Village de Beni Mtir  
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 1<sup>er</sup> 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

# La Presse •tn

L'actualité  
en temps réel



71 240 178



lapressepa@gmail.com

lapressepub@gmail.com