

NOV 16 | 25

By Lodi week

L'HEBDO EN BRÈVES

100 % WEB
CONNECTÉ
AUGMENTÉ
PAR L'ODJ MEDIA

IMAGE GÉNÉRÉE PAR L'IA

J-30

YES WE CAN 2025



BREAKING NEWS

Le gouvernement débloque 6 milliards de dirhams pour soutenir directement les éleveurs de bétail

LE ROUND-UP

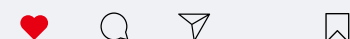
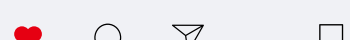
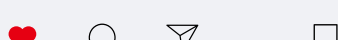
Fin du calvaire pour Boualem Sansal : après un an de prison, l'écrivain retrouve la liberté



www.lodj.ma

N°: 105 SEMAINE: 3

LAST NEWS



Certaines images de ce magazine peuvent avoir été créées par intelligence artificielle.

SOMMAIRE

**ÉDITO
D'OUVERTURE**

04

**BREAKING
NEWS**

06

**CULTURE
HEBDO**

30

**LIFESTYLE
HEBDO**

38

**DIGITAL
HEBDO**

46

**SPORT
HEBDO**

54

**SANTE
HEBDO**

62

**AUTO
MOTO**

70

IWEEK

LODJ



Imprimerie Arrissala

LODJ IWEEK

105

NOV | 2025

DIRECTEUR DE PUBLICATION : ADNANE BENCHAKROUN
DIRECTION DIGITALE & MÉDIA : MOHAMED AIT BELLAHGEN
ÉQUIPE DE RÉDACTION : BASMA BERRADA - SALMA LABTAR
NISRINE JAOUADI - AICHA BOUSKINE - SOUKAINA BENSaid - MAMOUNE ACHARKI
KARIMA SKOUNTI - MAMADOU BILALY COULIBALY
INSÉRSION ARTICLES & MISE EN PAGE : MAMOUNE ACHARKI & IMAD BENBOURHIM
MAQUETTES / QUOTIDIENS 7DAYS : RIM KHAIROUN
ALIMENTATION & MISE EN PAGE : IMAD BEN BOURHIM
WEBDESIGNER / COUVERTURE : IMAD BEN BOURHIM
SOCIAL MEDIAS TEAM : KARIMA SKOUNTI - NADA DAHANE
STUDIO TEAM : WAFAE SNINA - FAHD WAHIDAL

L'ODJ Média - Groupe de presse Arrissala SA

Retrouver tous nos anciens numéros sur :

www.pressplus.ma



J-30 / YES WE CAN CAN 2025 : IMMERSION DANS LES NEUF STADES MAROCAINS QUI ACCUEILLERONT LA COMPÉTITION CONTINENTALE

À un an du coup d'envoi, le Maroc s'apprête à devenir le centre névralgique du football africain. La 35^e édition de la Coupe d'Afrique des Nations, programmée du 21 décembre 2025 au 18 janvier 2026, mobilise le pays à une échelle inédite. Pas moins de neuf stades répartis dans six grandes villes serviront de théâtre aux 52 rencontres prévues. Entre projets titanesques, reconstructions complètes et rénovations de grande ampleur, le Royaume entend marquer les esprits et proposer une compétition à la hauteur de ses ambitions continentales et mondiales. Tour d'horizon de ces enceintes qui constitueront la colonne vertébrale de la CAN 2025.

Rabat, capitale stratégique de la compétition

La capitale administrative du Maroc sera l'épicentre du tournoi, grâce à un quadrillage d'infrastructures flambant neuves ou entièrement réhabilitées.

Le Complexe sportif Prince Moulay Abdellah, véritable pièce maîtresse, domine le paysage sportif national. Reconstitué intégralement sur le site du stade inauguré en 1983, il a rouvert ses portes le 4 septembre 2025 avec une capacité portée à plus de 69 000 places. Habitué aux grands rendez-vous – notamment la Coupe du monde des clubs 2022 ou la CAN U-23 en 2023 – il accueillera plusieurs affiches majeures et figure parmi les plus vastes stades du tournoi.

À ses côtés, le Stade Olympique de Rabat, inauguré le 25 mai 2025 lors du Meeting international Mohammed VI d'athlétisme, apporte une nouvelle dimension à l'offre sportive de la ville. Avec ses 21 000 places, il sera l'une des plus petites enceintes de la compétition,



mais son architecture moderne et sa configuration compacte en font un lieu idéal pour des rencontres intenses et conviviales.

En pleine renaissance, le Stade Moulay El Hassan s'ajoute à l'ensemble des infrastructures haut de gamme de la capitale. Démoli en 2024 puis reconstruit pour atteindre désormais 22 000 places, il arbore une identité visuelle inspirée des motifs et traditions marocaines. Il accueillera notamment les matchs de l'Algérie, ce qui en fera l'un des sites les plus surveillés et les plus animés de cette édition.

Le quatrième site de Rabat, le stade Al Barid, a lui aussi bénéficié d'une reconstruction sur son emplacement originel. L'antre habituel de l'Union Touarga Sports disposera de 18 000 places après travaux, et servira pour plusieurs rencontres de groupes. Une preuve supplémentaire de la volonté de la capitale de proposer une offre diversifiée, adaptée à toutes les configurations de match.

Casablanca, Tanger, Agadir, Marrakech et Fès en renfort

Au-delà de Rabat, cinq autres villes prendront part à l'organisation de la CAN, chacune apportant son propre héritage et ses récentes évolutions en matière d'infrastructures.

À Casablanca, la mythique enceinte du stade Mohammed V demeure l'un des symboles du football national. Inauguré en 1955 et rénové en profondeur, ce stade de plus de 45 000 places reste le fief bouillonnant du Wydad et du Raja. Modernisé depuis avril 2025, il promet une ambiance unique pour les rencontres les plus attendues.

Plus au nord, le stade Ibn Battuta de Tanger s'impose comme la plus grande enceinte de la CAN 2025 avec ses 75 000 places. Dédié à l'explorateur marocain qui lui a donné son nom, ce stade inauguré en 2011 a déjà accueilli de nombreux événements internationaux. Ses récentes rénovations en font aujourd'hui l'un des équipements les plus avancés du continent, un atout de taille pour la compétition.

Dans le sud, le stade Adrar d'Agadir, construit en 2013, figure également parmi les sites clés. Avec 41 000 places, il héberge les clubs du Hassania d'Agadir et de l'Olympique Dcheira. Les travaux menés jusqu'en mai 2025 permettent désormais d'organiser huit matchs dans une enceinte modernisée et mieux adaptée au standing de la CAN.

Le Grand Stade de Marrakech, inauguré en 2011 et doté d'environ 42 000 places, complète le tableau. Réputé pour son accès fluide et son ambiance conviviale, il fait partie des sites déjà prêts depuis longtemps pour accueillir un événement de cette ampleur.

Enfin, le Complexe sportif de Fès, d'une capacité de 35 500 places, a été officiellement inauguré en juin 2025 à l'occasion d'un amical entre le Maroc et la Tunisie. Après la CAN, une seconde phase de modernisation doit être engagée pour le préparer aux exigences de la Coupe du monde 2030.

Un laboratoire grandeur nature avant le Mondial 2030

Avec une telle armada d'infrastructures, le Maroc ambitionne d'organiser la CAN la plus moderne de l'histoire du continent. Cet investissement massif place le pays à la pointe des standards internationaux et sert de répétition générale avant la Coupe du monde 2030, coorganisée avec l'Espagne et le Portugal. Plus qu'un simple événement sportif, cette CAN 2025 sera la vitrine d'un pays qui mise sur le sport comme levier de modernisation et de rayonnement international



RÉDIGÉ PAR
**MOHAMED AIT
BELLAHSEN**



LE GOUVERNEMENT DÉBLOQUE 6 MILLIARDS DE DIRHAMS POUR SOUTENIR DIRECTEMENT LES ÉLEVEURS DE BÉTAIL

Dans une initiative inédite, le gouvernement marocain a lancé une aide directe d'une première tranche de 6 milliards de dirhams pour soutenir les éleveurs de bétail. Cette décision vise à préserver le cheptel national et renforcer la résilience du secteur face aux difficultés.

Soutien inédit aux éleveurs marocains : 6 milliards pour maintenir le cheptel national

Lors de la conférence de presse ayant suivi les travaux du Conseil du gouvernement, Mustapha Baitas, porte-parole de l'exécutif, a annoncé une mesure de soutien sans précédent pour les éleveurs marocains. Cette première tranche de 6 milliards de dirhams fait partie d'une aide totale de 12,8 milliards qui sera distribuée en deux phases. Ce soutien inédit, selon le gouvernement, intervient après une instruction royale visant à répondre aux besoins urgents du secteur de l'élevage.

Baitas a expliqué que cette aide serait utilisée pour plusieurs objectifs essentiels : l'achat d'aliments pour le cheptel national, la préservation des femelles de moutons et de chèvres destinées à la reproduction, le soutien aux dettes des éleveurs auprès des institutions agricoles, ainsi que des campagnes de vaccination et un appui technique à destination des éleveurs.

Le programme a démarré début novembre et touche déjà 580 000 bénéficiaires, représentant environ 48 % des éleveurs recensés. À ce jour, un montant de 2,42 milliards de dirhams a été alloué aux bénéficiaires.

LIRE LA SUITE

TOP

LE MAROC ACCUEILLE UN NOUVEAU TRAITEMENT RÉVOLUTIONNAIRE CONTRE LE DIABÈTE DE TYPE 2

Le Maroc franchit une étape majeure dans la lutte contre le diabète de type 2

Un traitement innovant et révolutionnaire arrive enfin pour changer la vie des patients.



FLOP



Le Maroc recense une hausse marquante des crimes de faux et d'usurpation

Un rapport de l'Observatoire national de la criminalité révèle que les crimes de falsification, de contrefaçon et d'usurpation de fonction, de titre ou d'identité ont connu une évolution significative au Maroc sur les vingt dernières années, atteignant des niveaux record en 2005 et 2019.

PLF 2026: LE GROUPE ISTIQLALIEN PLACE L'UNITÉ NATIONALE AU CŒUR DU CAP ROYAL

L'unité territoriale comme matrice budgétaire

Le débat sur le Projet de loi de finances 2026 s'est ouvert sur une tonalité résolument politique. Le chef du groupe istiglalien, Mr. ALLAL AMRAOUI, a choisi de lier l'architecture budgétaire aux "avancées stratégiques" du Royaume, plaçant en première ligne la question du Sahara. Citant les souverains Hassan II et Mohammed VI, il a rappelé la constance de la doctrine d'État, "la Sahara est une question d'existence, non de frontières", et salué ce qu'il présente comme une "nouvelle étape" née d'un alignement d'appuis internationaux et d'un "momentum onusien" favorable. L'orateur situe ainsi le PLF 2026 dans la continuité d'un cap royal fait de stabilité, de diplomatie posée et de réformes graduelles.

Dans une allocution au Parlement, le président du groupe istiglalien a inscrit le débat budgétaire 2026 dans une séquence "historique", saluant la "consolidation internationale" de la marocanité du Sahara et réaffirmant l'option de l'autonomie sous souveraineté marocaine comme cadre unique de règlement. Hommage aux Forces armées, appel au sérieux budgétaire et reconnaissance des partenaires internationaux ont rythmé une intervention qui fait de l'unité nationale l'axe politique et économique du prochain exercice.

Au cœur du propos, l'hommage appuyé aux Forces armées royales, aux services de sécurité et aux autorités territoriales, "pour des sacrifices exceptionnels dans la défense de l'intégrité territoriale". Le message est clair: l'unité nationale n'est pas seulement un récit, elle impose une hiérarchie des priorités publiques, dont le budget doit être le reflet. Cette articulation entre souveraineté et allocation des ressources traverse toute l'intervention: consolidation des régions du Sud, sécurisation des frontières, et poursuite des investissements structurants comme déclinaisons concrètes d'une "doctrine d'unité".

Sur le plan international, le député a remercié nommément les alliés perçus comme des pivots du dossier, citant les États-Unis, la France, le Royaume-Uni et l'Espagne, dans le sillage de positions qui reconnaissent la pertinence du plan d'autonomie. L'insistance sur la "coopération crédible" et la "fiabilité diplomatique" entend ancrer l'environnement extérieur du PLF 2026 dans une logique de partenariats stables, utiles à l'attraction d'investissements et à la résilience macroéconomique.

[LIRE LA SUITE](#)

CHRONIQUES VIDÉO

'Véritable', le mot de l'année 2026





ESPAGNE- MAROC: UN RÉSEAU DE TRAFIC DE HASCHICH PAR DRONES DÉMANTELÉ

Une opération conjointe entre les autorités espagnoles et marocaines a mis fin à un réseau de contrebande qui utilisait des drones de grande capacité pour acheminer jusqu'à 200 kilos de haschich en une seule nuit. L'affaire révèle une sophistication croissante des trafiquants sur l'axe du détroit de Gibraltar et la réponse coordonnée des services des deux rives.

Drones trafiquants: un pont aérien du haschich stoppé

C'est une affaire emblématique des nouvelles méthodes employées par les narcotrafiquants sur l'axe Maroc-Espagne. Selon les autorités judiciaires espagnoles, un réseau a été démantelé après plusieurs mois de surveillance conjointe avec les services marocains, mettant au jour l'utilisation de drones spécialement conçus et assemblés par les membres du groupe. Ces appareils, capables de voler à basse altitude et d'opérer de nuit, permettaient de transporter des cargaisons de haschich en plusieurs rotations, jusqu'à un total estimé à 200 kilogrammes par nuit. Les enquêteurs décrivent une logistique distribuée, avec des ateliers d'assemblage improvisés, des pilotes formés en interne et des points d'atterrissage dissimulés à proximité des côtes andalouses.

L'opération aurait débuté par le repérage d'activités anormales de radiocommunications et de vols non autorisés dans des couloirs aériens proches d'Algésiras et de la baie de Cadix. Côté marocain, la surveillance des zones côtières du nord a permis de croiser les signaux et d'identifier des préparatifs nocturnes, notamment le chargement d'appareils au sol et des tests de portée. Le réseau s'appuyait sur des drones multirotors à grande autonomie, modifiés pour accroître la charge utile,

[LIRE LA SUITE](#)



By Lodi WEB TV



100% digitale
100% Made in Morrocco



WWW.LODJ.MA



REPRISE DES VOLS DIRECTS ISRAËL-MAROC : ROYAL AIR MAROC SE DISSOCIE

La reprise des vols directs entre le Maroc et Israël a fait l'objet d'une annonce ce jeudi par la presse israélienne, mais Royal Air Maroc (RAM) a précisé qu'elle n'est pas impliquée dans ces liaisons pour le moment.

Reprise des vols directs entre Israël et le Maroc : La RAM n'est pas concernée

Ce jeudi, des médias israéliens, dont la chaîne Channel 24, ont révélé la reprise des vols directs entre le Maroc et Israël, après une interruption qui avait duré plus d'un an. Selon leurs informations, cette reprise intervient après des discussions officielles entre les autorités de Rabat et Tel-Aviv, et elle représente une première depuis le déclenchement des tensions à Gaza le 7 octobre 2023. Les autorités israéliennes auraient ainsi donné le feu vert aux liaisons aériennes directes, qui seraient assurées par une compagnie israélienne.

Cependant, Royal Air Maroc, la compagnie aérienne nationale du Maroc, a réagi à ces informations en précisant qu'elle n'est pas concernée par cette reprise. Une source proche de la compagnie a expliqué qu'à ce stade, aucun vol à destination ou en provenance d'Israël n'est prévu dans les plannings de RAM. Le communiqué de la compagnie a affirmé : « A l'heure actuelle, aucun appareil de la RAM n'est programmé pour un vol vers Israël ».

La reprise des vols directs entre Israël et le Maroc est d'autant plus significative qu'elle marque un tournant après une période de suspension des liaisons aériennes directes entre les deux pays, suite aux tensions liées à la guerre à Gaza.

assurait la liaison entre Casablanca et Tel-Aviv, tandis que la compagnie israélienne El Al opérait également une ligne vers Tel-Aviv. Marrakech était également desservie par un autre transporteur. Cette suspension avait été décidée en raison des préoccupations liées à la sécurité des voyageurs et au contexte géopolitique tendu.

Cette reprise, si elle se confirme, pourrait marquer une nouvelle phase de rétablissement des relations aériennes entre les deux pays. Cependant, la position de la RAM, qui se démarque de cette reprise, soulève des questions quant à l'implication de la compagnie nationale dans ce processus de normalisation.

La reprise des vols directs entre Israël et le Maroc est un développement à surveiller de près, surtout au regard des implications diplomatiques et économiques qu'elle pourrait avoir. Pour le moment, Royal Air Maroc n'est pas impliquée, mais la situation pourrait évoluer dans les mois à venir. L'impact de cette reprise sur la normalisation des relations entre les deux pays et sur l'industrie touristique marocaine reste à observer, d'autant plus qu'Israël et le Maroc partagent des intérêts stratégiques dans la coopération régionale.



PORTS MÉDITERRANÉENS 13 516 TONNES DÉBARQUÉES À FIN OCTOBRE, UNE HAUSSE DE 6 %

Les statistiques récentes de l'Office National des Pêches (ONP) révèlent une dynamique positive pour la pêche côtière et artisanale sur la Méditerranée marocaine. À fin octobre 2025, les débarquements des ports de cette région ont atteint 13.516 tonnes (T), marquant une hausse de 6% par rapport à la même période de 2024. En termes financiers, cette activité a généré un revenu de plus de 601,21 millions de dirhams (MDH), en hausse de 3% par rapport à l'an passé.

Une légère baisse des céphalopodes et crustacés, mais une hausse des poissons blancs

Les poissons pélagiques, représentant une part importante des débarquements dans la région méditerranéenne, ont cependant connu une légère baisse de 1% en quantité, totalisant 4.786 T à fin octobre. Cela correspond à des revenus de 120,17 MDH, en recul par rapport aux 122,49 MDH de 2024. Cette baisse semble être compensée par des augmentations notables dans d'autres catégories. Les poissons blancs, par exemple, ont enregistré un bond de 17%, atteignant 2.404 T et générant des recettes de 88,97 MDH.

Autre secteur touché par des baisses : les céphalopodes, qui ont chuté de 5% avec 4.425 T débarquées, générant des recettes de 304,23 MDH. En revanche, les crustacés ont connu une légère baisse de 8% en quantité (1.061 T), mais les revenus ont augmenté de 3%, atteignant 81,22 MDH.

Ces chiffres illustrent une saison de pêche contrastée mais globalement positive sur la Méditerranée. Cette évolution, bien que favorable, soulève plusieurs questions pour les acteurs du secteur : comment gérer la baisse dans certaines catégories tout en maintenant une dynamique positive pour les autres ? Les variations peuvent aussi être interprétées comme un signe des effets changeants des conditions climatiques, des pratiques de pêche et de la demande sur le marché.

Les pêcheurs artisanaux, fortement dépendants des variations des espèces et des fluctuations des prix, observent ces chiffres avec attention. Les efforts pour diversifier les espèces pêchées et améliorer la durabilité des méthodes de pêche devraient être renforcés pour éviter de futures baisses importantes.

[LIRE LA SUITE](#)



La MINURSO a opéré un changement important dans sa structure en décidant de relever de leurs fonctions quatre chefs de secteurs et de départements, une décision prise par le chef de la mission, Alexander Ivanko. Ce remaniement intervient dans un contexte de réorganisation interne au sein de la mission, au moment où la question du Sahara marocain prend une tournure nouvelle, après l'adoption de la résolution 2797 du Conseil de sécurité.

La MINURSO change de cap : des hauts responsables relevés dans une mission en déclin ?

Cette décision fait partie d'un processus plus large lancé par les Nations Unies visant à rationaliser les coûts opérationnels de la MINURSO. Le budget de la mission est sous pression depuis la décision de l'administration Trump de réduire les contributions financières allouées aux missions de maintien de la paix de l'ONU, une situation qui a exacerbé le déficit budgétaire de l'opération. Ce réajustement vise également à ajuster les priorités de la mission, qui a déjà réduit ses activités sur le terrain, avec une baisse notable des déplacements logistiques et la mise en retrait de l'un de ses deux avions utilisés pour les déplacements dans la région.

Pour certains observateurs, ce changement de personnel au sein de la MINURSO n'est pas une simple mesure administrative. Il pourrait être perçu comme un indicateur du recul progressif de la mission sur le terrain, et d'une évolution vers la fin de sa fonction après plus de trente ans d'existence.

SAHARA : LA MINURSO ENTAME UNE RESTRUCTURATION AVEC LE DÉPART DE PLUSIEURS HAUTS RESPONSABLES

En effet, la réduction des opérations logistiques et la réorganisation interne semblent signifier une réorientation des priorités, alors que le Royaume du Maroc voit son initiative d'autonomie pour le Sahara marocain de plus en plus soutenue par la communauté internationale.

Les autorités marocaines considèrent cette initiative comme la solution la plus réaliste et la plus durable au différend régional sur le Sahara, et plusieurs pays l'ont désormais soutenue de manière plus affirmée. L'adoption de la résolution 2797 par le Conseil de sécurité a encore renforcé cette dynamique, donnant un poids accru à l'initiative marocaine, tandis que le rôle de la MINURSO continue de s'estomper progressivement.

Ce retrait progressif de la MINURSO intervient dans un contexte politique en pleine évolution. Les Nations Unies, confrontées à un manque de financements et à un contexte géopolitique changeant, sont appelées à revoir leurs priorités au Sahara.

[LIRE LA SUITE](#)

GOOD NEWS GOOD NEWS

BAISSE DE 17% DES DEMANDES D'AUTORISATION DE MARIAGE DE MINEURS EN 2024



Le Conseil Supérieur du Pouvoir Judiciaire (CSPJ) a fait état, dans son rapport au titre de l'année 2024, d'une baisse de 17,02% des demandes d'autorisation de mariage de mineurs par rapport à 2023.

FIN DU CALVAIRE POUR BOUALEM SANSAL : APRÈS UN AN DE PRISON, L'ÉCRIVAIN RETROUVE LA LIBERTÉ

Le célèbre écrivain algérien Boualem Sansal a été gracié ce mercredi 12 novembre, un an après son arrestation à l'aéroport d'Alger, suite à une intervention du président allemand Frank-Walter Steinmeier. Cette décision, prise par le président algérien Abdelmadjid Tebboune, met fin à plusieurs mois de tensions diplomatiques et juridiques, et marque un tournant dans le parcours judiciaire de l'auteur.

Libération de Boualem Sansal : l'Algérie répond à l'appel de l'Allemagne

Le 16 novembre 2024, Boualem Sansal, en provenance de Paris, est arrêté sans explication à son arrivée à l'aéroport d'Alger. Pendant plusieurs jours, son arrestation reste secrète, laissant sa famille dans l'incertitude. Une semaine après, son avocat, François Zimeray, organise la première conférence de presse, créant le Comité international de soutien. Le monde apprend que l'écrivain est accusé d'atteinte à l'unité nationale, une accusation politique et sans fondement.



Malgré son état de santé dégradé, avec un cancer de la prostate, les autorités algériennes refusent de libérer l'écrivain. En mars 2025, il est condamné à cinq ans de prison ferme, une décision jugée inhumaine par ses soutiens, qui dénoncent un jugement trop lourd, surtout pour un homme malade. Le combat diplomatique pour sa libération atteint son apogée en novembre 2025, lorsque le président algérien, Abdelmadjid Tebboune, accède à la demande de grâce faite par son homologue allemand, Frank-Walter Steinmeier.

L'arrestation de Boualem Sansal a mis en lumière les tensions diplomatiques entre la France et l'Algérie, un contexte déjà tendu par les désaccords sur le Sahara marocain et d'autres questions politiques. L'écrivain, connu pour ses positions critiques envers le régime algérien, est devenu une figure symbolique de la lutte pour la liberté d'expression en Algérie.

[**LIRE LA SUITE**](#)

FAKE DE LA SEMAINE



L'ONSSA DÉMENT LES RUMEURS SUR LE RETRAIT DE L'HUILE D'OLIVE MAROCAINE

Suite à des allégations circulant sur les réseaux sociaux concernant le prétendu retour d'un lot d'huile d'olive marocaine par un pays européen en raison de résidus de pesticide, l'Office National de la Sécurité Sanitaire des produits alimentaires (ONSSA) tient à apporter les clarifications suivantes.





TRUMP CONTRE L'AMENDE UE DE 35 MILLIARDS INFLIGÉE À GOOGLE

Donald Trump promet de combattre l'amende record de 35 milliards d'euros infligée par l'Union européenne à Google, qu'il qualifie de décision politique aux conséquences économiques lourdes. Cette prise de position relance le débat sur la souveraineté numérique, la concurrence et la diplomatie commerciale entre les États-Unis et l'Europe.

Antitrust: Washington contre Bruxelles

La contestation annoncée par Donald Trump s'inscrit dans une tradition de tensions transatlantiques autour de la régulation des grandes plateformes. L'amende, si elle est confirmée dans son montant et son fondement juridique, s'inscrit dans une série de décisions antitrust européennes visant les pratiques de domination, de couplage ou de favoritisme dans la recherche, la publicité et les systèmes d'exploitation.

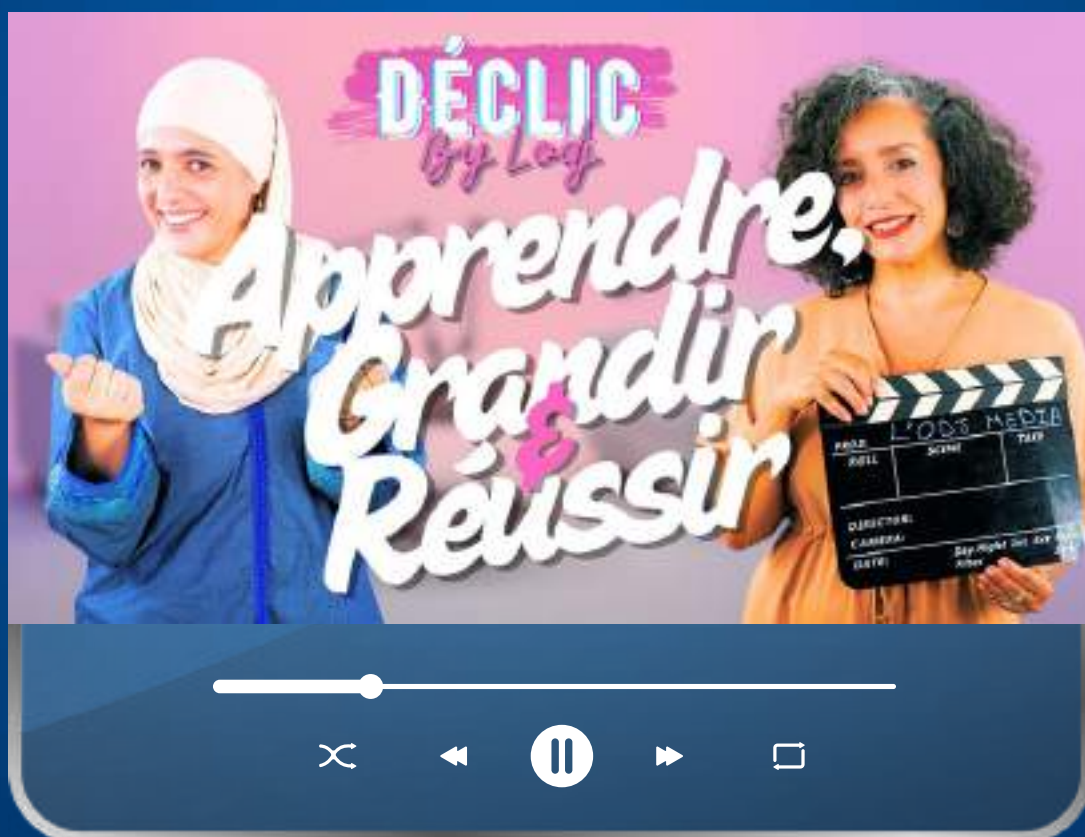
La posture de Trump, qui défend l'idée d'une régulation perçue comme discriminatoire à l'égard des champions américains,

cherche à mobiliser l'argument de l'emploi et de l'investissement tout en mettant la pression politique sur Bruxelles. Sur le plan juridique, Google dispose de voies de recours devant les juridictions européennes, et l'issue dépendra de la capacité à démontrer soit des erreurs de droit, soit une disproportion de la sanction.

Pour l'Union européenne, l'enjeu est de crédibiliser sa politique de concurrence et l'architecture émergente du Digital Markets Act, conçue pour prévenir les abus de position dominante en amont. À court terme, la controverse peut influencer les relations commerciales et technologiques, notamment sur l'alignement des normes, la fiscalité du numérique et l'accès au marché.


Pour les utilisateurs et les annonceurs, l'effet pratique immédiat reste limité: ce type de contentieux se joue sur des années. Mais l'effet d'annonce pèse sur les anticipations du secteur, qui ajuste ses stratégies de conformité et de diversification. Le bras de fer annoncé dépasse le seul cas Google : il porte sur la capacité des blocs à imposer leur lecture de la concurrence à l'ère des écosystèmes numériques intégrés.

ÉMISSION



KHADIJA BENNIS : APPRENDRE, GRANDIR & RÉUSSIR
AUTREMENT..



A photograph of Donald Trump, President of the United States, signing a document. He is wearing a dark suit and a red tie. He is looking down at the document with a serious expression. His hands are visible, holding the document. The background is blurred, showing other people in suits.

SHUTDOWN AUX ÉTATS-UNIS : APRÈS 43 JOURS DE PARALYSIE, DONALD TRUMP SIGNE LA FIN DU BLOCAGE HISTORIQUE

Le plus long shutdown de l'histoire des États-Unis touche à sa fin grâce à une nouvelle loi budgétaire adoptée par le Congrès le 12 novembre. Le président Donald Trump a immédiatement signé le texte, mettant fin à 43 jours de paralysie budgétaire, qui ont perturbé l'économie américaine et affecté des millions de citoyens.

Le congrès américain met fin au shutdown le plus long de l'histoire

Le 12 novembre, après plusieurs semaines de blocage intense, le Congrès américain a adopté une proposition de loi permettant de lever le shutdown, la plus longue paralysie budgétaire de l'histoire du pays. Le président Donald Trump a immédiatement signé le texte, saluant ce qu'il a qualifié de « victoire pour l'Amérique ».

Cette décision intervient après un bras de fer acharné entre républicains et démocrates, qui a débuté le 1er octobre. Le texte adopté au Sénat et à la Chambre des représentants prévoit la réintégration des fonctionnaires licenciés et le maintien du programme d'aide alimentaire (SNAP), mais laisse dans l'incertitude la prolongation des subventions pour "Obamacare", une question centrale du débat politique actuel.

Le shutdown a provoqué des perturbations majeures dans l'économie américaine : plus d'un million de fonctionnaires ont été privés de salaire, des centaines de milliers de vols ont été annulés, .

[**LIRE LA SUITE**](#)

PERSONNALITÉ DE LA SEMAINE

**UN PROFESSEUR
MAROCAIN CLASSÉ
PARMI LES 2 %
DES MEILLEURS
SCIENTIFIQUES AU
MONDE PAR
STANFORD.**

LIBÉRATION DÉJÀ DE NICOLAS SARKOZY APRÈS SEULEMENT 20 JOURS DE DÉTENTION

Après vingt jours d'incarcération, Nicolas Sarkozy, l'ex-président français, a été libéré lundi après-midi par la cour d'appel de Paris, sous contrôle judiciaire strict. Il reste interdit de quitter le territoire et doit respecter plusieurs conditions imposées par la justice.

L'ex-président français reste interdit de quitter le territoire et doit se tenir éloigné des témoins

L'ex-président de la République, Nicolas Sarkozy, a quitté la prison de la Santé ce lundi 10 novembre, après avoir été placé en détention pour une durée de 20 jours suite à sa condamnation pour association de malfaiteurs dans le cadre de l'affaire du financement libyen de sa campagne présidentielle de 2007. La cour d'appel de Paris a décidé de sa libération, mais celle-ci est assortie de plusieurs restrictions, notamment l'interdiction de quitter le territoire français.



Sarkozy est également soumis à un contrôle judiciaire strict, notamment l'interdiction d'entrer en contact avec le garde des Sceaux, Gérard Darmanin, ainsi qu'avec d'autres témoins clés de l'affaire.

La condamnation de Nicolas Sarkozy, prononcée le 25 septembre dernier, a provoqué une onde de choc dans la politique française. Reconnu coupable d'avoir organisé un financement occulte pour sa campagne de 2007 grâce à Mouammar Kadhafi, l'ex-président a été condamné à cinq ans de prison ferme, dont un an ferme sous mandat de dépôt, décision inédite pour un ancien chef d'État en France. Cependant, Nicolas Sarkozy a fait appel de cette décision, et c'est dans l'attente de ce recours que sa détention provisoire a été ordonnée.

La libération sous contrôle judiciaire s'inscrit dans le cadre de ce recours, mais elle suscite une nouvelle vague de polémiques, notamment au sujet de l'exécution provisoire de la décision de justice. Les syndicats de surveillants pénitentiaires se sont également insurgés contre la présence d'un dispositif de protection policière autour de Sarkozy, jugé excessif par certains. De plus, des menaces proférées par d'autres détenus à son encontre ont soulevé des inquiétudes.



AHMAD AL-CHAREH : UNE PREMIÈRE VISITE D'UN PRÉSIDENT SYRIEN À WASHINGTON DEPUIS 1946

Un tournant historique dans les relations internationales. Le président intérimaire syrien Ahmad al-Chareh a entamé samedi une visite inédite à Washington, où il sera reçu lundi à la Maison Blanche par Donald Trump. C'est la première visite d'un chef d'État syrien aux États-Unis depuis 1946, symbolisant le rapprochement spectaculaire entre Damas et Washington après des décennies de rupture et de guerre.

L'arrivée d'Ahmad al-Chareh dans la capitale américaine intervient au lendemain de son retrait de la liste noire du terrorisme par les États-Unis et de la levée des sanctions onusiennes décidée par le Conseil de sécurité. L'ancien chef du groupe islamiste Hayat Tahrir al-Sham (HTS), autrefois lié à Al-Qaïda, a pris le pouvoir en décembre 2024 après avoir renversé Bachar al-Assad, mettant fin à 13 années de guerre civile. Selon l'émissaire américain pour la Syrie, Tom Barrack, cette visite doit permettre à Damas de rejoindre officiellement la coalition internationale antijihadiste

menée par Washington. Une base militaire américaine près de Damas serait même en projet, selon une source diplomatique citée par l'AFP, un signal fort du retour de la Syrie dans le jeu géopolitique mondial.

Ce rapprochement intervient dans un contexte de reconfiguration profonde du Moyen-Orient, où les anciennes lignes de fracture se redessinent. Depuis son arrivée au pouvoir, Ahmad al-Chareh tente de rompre avec son passé jihadiste, menant une campagne de raids contre les cellules de l'État islamique (EI) et affichant une volonté d'ouverture envers l'Occident et même Israël, avec lequel la Syrie reste officiellement en guerre. Jeudi dernier, l'ONU a salué son « engagement à lutter contre le terrorisme », ouvrant la voie à une normalisation progressive avec Washington et ses alliés arabes.

La rencontre de lundi à la Maison Blanche sera hautement symbolique : elle pourrait redéfinir l'équilibre des forces au Moyen-Orient, rouvrir le chantier colossal de la reconstruction syrienne (estimée à 216 milliards de dollars) et sceller le retour diplomatique d'un pays exsangue sur la scène internationale. Mais pour beaucoup, une question demeure : jusqu'où Ahmad al-Chareh pourra-t-il convaincre qu'il n'est plus le chef de guerre d'hier, mais bien l'homme d'État de demain ?

TÉLÉGRAMME

• BY LODJ

Khouribga : cinq membres d'une famille se noient dans un bassin

Un drame familial a frappé la commune d'Ouled Abdoun, à Khouribga, où cinq membres d'une même famille se sont noyés dans un bassin d'irrigation.

L'accident a débuté lorsque la mère est tombée dans l'eau, entraînant successivement son mari, leur fils, leur fille et un autre membre de la famille. Les autorités locales et la protection civile sont intervenues pour repêcher les corps, tandis qu'une enquête a été ouverte pour déterminer les circonstances exactes.

[**LIRE LA SUITE**](#)



Maroc : vents forts et pluie avec la tempête Claudia

La tempête « Claudia », née au large de la péninsule Ibérique, apportera au Maroc des conditions météorologiques instables avec vents forts, averses orageuses et chutes de neige sur le Haut Atlas.

Les pluies toucheront notamment Tanger, le Rif, le Moyen Atlas, le Souss et certaines côtes nord et centre. Les rafales seront localement soutenues, provoquant parfois des chasses de poussière.

[**LIRE LA SUITE**](#)

Un élu du RNI interpellé à Fès pour implication présumée dans un trafic de drogue international

Un membre du Rassemblement National des Indépendants (RNI), parti de la coalition gouvernementale, a été arrêté le samedi 8 novembre à l'aéroport de Fès-Saïs. Identifié comme Y. M., secrétaire régional du parti pour la région Fès-Meknès, il était visé par un mandat de recherche national pour son implication présumée dans un réseau de trafic international de stupéfiants.

[**LIRE LA SUITE**](#)



PROCHAINEMENT ..

**FESTIVAL INTERNATIONAL DU FILM
DE MARRAKECH : UNE SÉLECTION
OFFICIELLE DE 82 FILMS
REPRÉSENTANT 31 PAYS**

من 28 نونبر إلى 6 دجنبر
NOVEMBER 28 TO DECEMBER 6

MARRAKECH
INTERNATIONAL FILM FESTIVAL
المهرجان الدولي للفيلم بمراكش
MARRAKECH INTERNATIONAL FILM FESTIVAL

marrakech-festival.com

PERISCOPE MAROC

• BY LODJ

L'Ambassade des États-Unis à Rabat annonce la reprise normale de ses activités administratives

L'Ambassade des États-Unis au Maroc a annoncé, ce jeudi 13 novembre, la reprise normale de ses activités administratives et missionnaires au Maroc, à la suite de l'adoption par le Congrès Américain d'une résolution de financement provisoire pour le Gouvernement Fédéral qui met fin théoriquement au « Shut-Down »



L'Ambassade des États-Unis à Rabat annonce la reprise normale d'activités administratives et missionnaires au Maroc après la fin du « Shut-Down »



Mariages de mineurs : baisse notable en 2024

Maroc : les demandes d'autorisation de mariage de mineurs en recul de 17% selon le CSPJ

Le Conseil Supérieur du Pouvoir Judiciaire (CSPJ) a révélé une baisse de 17% des demandes d'autorisation de mariage de mineurs en 2024, comparé à l'année précédente.

Malgré ce recul, le phénomène persiste, touchant surtout les zones rurales, où plus de 78% des demandes sont enregistrées. Les filles représentent près de 99% des cas, majoritairement dans les régions de Marrakech, Fès, Kénitra, El Jadida et Beni Mellal.

[LIRE LA SUITE](#)

Le Maroc, destination phare pour 2026 selon "Travel and Tour World"

Le Maroc parmi les 10 destinations touristiques incontournables pour 2026 selon Travel and Tour World

Le Maroc figure parmi les 10 destinations incontournables pour 2026, salué pour sa culture dynamique, son patrimoine riche et ses paysages uniques, selon le magazine américain Travel and Tour World.

Le Royaume continue de battre des records touristiques avec 16,6 millions de visiteurs à fin octobre 2025,

[LIRE LA SUITE](#)



VIDÉO DE LA SEMAINE



SAHARA MAROCAIN : ABDELLAH TOURABI EN DÉBAT
À L'INFO EN FACE



PERISCOPE MONDE

• BY LODJ

Maroc-France : exercice naval « Chebec 2025 »

Coopération maritime : le Maroc et la France lancent l'exercice « Chebec 2025 » entre Toulon et Tanger. Les marines marocaine et française ont lancé l'exercice « Chebec 2025 », du 3 au 22 novembre, entre Toulon et Tanger, pour renforcer leur coopération stratégique.

Cette 32e édition combine phases à quai, manœuvres en haute mer et patrouilles conjointes, avec un accent sur la lutte anti-sous-marine et la surveillance maritime. Le Maroc déploie la frégate Mohammed VI et un hélicoptère Panther STD2, tandis que la France mobilise une frégate furtive et un sous-marin nucléaire d'attaque.

[LIRE LA SUITE](#)



Des manifestants perturbent l'Orchestre philharmonique d'Israël à Paris

À Paris, des militants pro-Palestine ont perturbé un concert de l'Orchestre philharmonique d'Israël avec fumigènes et sirènes, provoquant panique et évacuation. Les autorités françaises dénoncent un acte antisémite et une attaque contre la liberté culturelle.



Shein suspendue en pleine ouverture à Paris

Scandale et suspension : la France bloque Shein le jour de l'inauguration de sa première boutique à Paris.

Coup de théâtre à Paris : alors que Shein inaugurerait sa première boutique mondiale au BHV, la France a annoncé vouloir suspendre la plateforme pour non-conformité aux lois, après la découverte de poupées sexuelles à l'apparence d'enfants sur son site.

[LIRE LA SUITE](#)



CHIFFRE DE LA SEMAINE



ÉDUCATION INCLUSIVE : 5.000 ENFANTS EN SITUATION DE HANDICAP INTÉGRÉS DANS LES ÉCOLES PUBLIQUES EN 2025

Le secrétaire d'État chargé de l'Inclusion sociale, Abdeljabbar Rachidi, a annoncé ce mardi, lors de son intervention à la Chambre des conseillers, que 5.000 enfants en situation de handicap ont été intégrés dans les écoles publiques au cours de l'année 2025, dans le cadre du projet d'éducation inclusive.

L'UNESCO et la Fondation Maroc 2030 : Un partenariat stratégique pour faire du sport un levier de développement durable

CULTURE

Dans un contexte où le sport devient un outil incontournable pour le développement territorial, un partenariat majeur a été signé entre l'UNESCO et la Fondation Maroc 2030.

Ce partenariat stratégique, couvrant la période 2025–2030, marque un tournant décisif dans l'utilisation du sport comme levier pour le développement durable, notamment en vue des événements sportifs de grande envergure qui se dérouleront au Maroc, tels que la CAN 2025, la Coupe du Monde Féminine U17 et la Coupe du Monde 2030.



Cet accord représente la première collaboration de la Fondation Maroc 2030 avec l'UNESCO, et il pose les bases d'une coopération sur cinq ans pour inscrire les grands événements sportifs dans une logique de développement durable. Selon Audrey Azoulay, Directrice générale de l'UNESCO, cette alliance traduit une vision commune où « le sport devient un moteur d'éducation et d'inclusion », soulignant l'importance de transformer l'énergie générée par ces événements en actions concrètes pour les jeunes et les communautés locales.

Le président de la Fondation Maroc 2030, Fouzi Lekjaa, a également salué cet accord, le plaçant dans la continuité de la vision royale de Sa Majesté le Roi Mohammed VI. Selon lui, cet accord « consolide le rôle du sport, et du football en particulier, comme levier de développement durable et vecteur d'inclusion sociale ».

Ce partenariat vise ainsi à renforcer la dimension éducative et inclusive des événements sportifs tout en créant des opportunités pour les jeunes et les femmes.

La première initiative conjointe issue de cet accord porte le nom de « Des stades aux territoires : le sport, moteur de changement ». Ce programme, financé par l'UNESCO et mis en œuvre par la Fondation Maroc 2030, repose sur trois volets complémentaires : des tournois communautaires sous le nom de « CAN de la citoyenneté », une campagne nationale « Valeurs du sport » et un festival « Égalité et développement par le sport ». Un module spécifique sera dédié aux jeunes filles et aux femmes pour renforcer leur inclusion dans le domaine sportif et leur développement personnel.

Cette initiative vise à créer un héritage social et éducatif durable à travers les événements sportifs, en particulier la CAN 2025, et à établir un modèle durable de lien entre sport, éducation et développement local. L'UNESCO, en tant qu'agence onusienne référente pour l'éducation physique et le sport, accompagnera le Maroc dans la mise en place de ce modèle pionnier.

Ce partenariat a pour objectif de transformer l'impact des événements sportifs en un vecteur de changement social et de développement durable pour les jeunes, les femmes et les communautés locales. À travers des initiatives concrètes et participatives, telles que des tournois de football communautaire, des campagnes de sensibilisation et des festivals valorisant l'égalité, cette collaboration entre l'UNESCO et la Fondation Maroc 2030 entend laisser un héritage positif et durable.

Ce programme vise également à renforcer les liens sociaux et à promouvoir les valeurs du sport comme levier de cohésion sociale.

Ce partenariat entre l'UNESCO et la Fondation Maroc 2030 marque une étape clé dans la stratégie du Maroc pour utiliser le sport comme un outil puissant de développement durable. Grâce à ce programme ambitieux, le sport devient non seulement un vecteur de réussite sportive mais aussi un moyen d'inclusion, d'éducation et de transformation sociale pour les générations à venir.

La collaboration entre ces deux institutions ouvre la voie à un modèle où les grands événements sportifs deviennent des moteurs de changement durable, au service des jeunes, des femmes et des communautés locales.

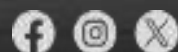
LODj

Reel

DE LA SEMAINE



MrBeast y goûte... et balance sa note sur 10.
Et toi, combien tu lui donnerais ?



Actualités culturelles



Festival Afrique du Rire : une 6^e édition qui

unit le continent

Placée sous le Haut patronage de Sa Majesté le Roi Mohammed VI, la 6^e édition du Festival Afrique du Rire démarre le 12 novembre à Casablanca et Fès avant de poursuivre sa tournée en Afrique subsaharienne.

Porté par l'humoriste maroco-ivoirien Tahar Lazrak, alias Oualas, l'événement célèbre l'esprit panafricain à travers le rire, vecteur de solidarité et de dialogue.

La programmation réunit des humoristes venus du Maroc, de Côte d'Ivoire, du Niger, de France et d'autres pays du continent. Entre rires, émotions et rencontres, cette édition s'annonce comme une véritable ode à la convivialité et à l'unité africaine.

Rabat célèbre 30 ans de cinéma d'auteur

La capitale marocaine accueille jusqu'au 14 novembre la 30^e édition du Festival international du film d'auteur, réunissant plus de 150 films venus du monde entier.

Cette édition, placée sous le signe de la créativité et du dialogue entre les cultures, met à l'honneur le Sultanat d'Oman et rend hommage à plusieurs figures du cinéma arabe et africain.

Un jury international présidé par Jean-Claude Barny encadre les compétitions, désormais élargies au documentaire.



SILEJ 2025 : l'Institut Cervantès initie les enfants à la langue espagnole

À l'occasion du SILEJ 2025, l'Institut Cervantès et l'ambassade d'Espagne offrent aux jeunes visiteurs d'Anfa Park une plongée ludique dans la langue espagnole.

Sur leur stand, une sélection d'ouvrages issus de la Bibliothèque Ana María Matute côtoie des ateliers interactifs et des mini-cours intitulés « Premiers mots pour petits lecteurs », animés par les professeures Bárbara Moreno et Marisé Rodríguez. Les enfants découvrent la lecture à travers le jeu, la prononciation et le vocabulaire. Le spectacle « 1 livre, 1 bulle », signé du groupe 7 Burbujas, ajoute une touche de magie à cette expérience éducative et joyeuse.



IMAGE DE LA SEMAINE



Le ballon de la CAN Maroc 2025 dévoilé

Actualités culturelles



Manal Benchlikha revient sur la scène artistique avec une campagne promotionnelle mystérieuse

La chanteuse marocaine, Manal Benchlikha, fait son retour sur la scène artistique avec un style innovant, ayant suscité l'enthousiasme de son public à travers une campagne promotionnelle mystérieuse pour son dernier projet. Récemment, des affiches ont été vues dans plusieurs rues de Casablanca, arborant des phrases accrocheuses. Manal a ensuite révélé sur son compte Instagram qu'elle était l'initiatrice de cette campagne. La chanteuse se prépare à lancer un nouveau projet qui marquera son retour officiel après une pause consacrée à la maternité suite à la naissance de sa première fille.

Elam Jay chante "Sahra Dyalna"

À l'occasion du 50^e anniversaire de la Marche Verte, Elam Jay signe son grand retour avec « Sahra Dyalna », une chanson à la fois patriotique et moderne.

Sorti le 6 novembre, ce titre mêle émotion et innovation pour célébrer l'unité territoriale du Maroc et la fierté nationale.

L'artiste y rend hommage à l'histoire tout en parlant d'avenir, évoquant une jeunesse marocaine pleine d'espoir et d'énergie.

Ce premier extrait de son nouvel EP marque une nouvelle ère artistique pour Elam Jay, qui unit tradition et modernité dans un message fort de dignité et de réconciliation.



Casablanca célèbre la Fête de l'Unité avec un grand événement musical

Le 22 novembre, le Studio des arts vivants de Casablanca accueillera l'événement musico-culturel « Aux rythmes d'un Maroc uni », organisé par The Moroccan Association of Music sous l'égide du ministère de la Culture.

Cette soirée rend hommage à l'unité nationale à travers un voyage musical réunissant Sanaa Marahati, l'Orchestre Mohamed Al Arbi Tamsamani et les Femmes de Tétouan.

L'initiative célèbre la diversité du patrimoine marocain et la transmission d'un héritage commun.

POST DE LA SEMAINE



Le Maroc confirme son leadership financier sur le continent. Attijariwafa Bank, Banque Centrale Populaire et Bank of Africa figurent parmi les 10 banques les plus sûres d'Afrique selon le classement 2025 du magazine américain Global Finance.



@lodjmaroc



Visa For Music 2025 : quand Rabat devient la capitale des sons du monde

CULTURE

Du 19 au 22 novembre 2025, la capitale marocaine accueillera la 12^e édition du festival Visa For Music, rendez-vous majeur des musiques du monde et vitrine du renouveau artistique africain et arabe.

Chaque automne, Rabat se métamorphose en une scène à ciel ouvert. Les murs résonnent, les ruelles s'illuminent, et les voix venues d'Afrique, du monde arabe et d'ailleurs s'unissent dans une même pulsation : celle de Visa For Music, le marché des musiques d'Afrique et du Moyen-Orient.



Rabat, scène du monde : la musique comme passeport universel

Créé en 2014, Visa For Music n'a cessé de redessiner la carte musicale mondiale. Ce n'est pas qu'un festival, mais un pont culturel entre continents, une plateforme d'échange entre artistes, producteurs, labels et professionnels du secteur. Cette année, l'événement réunit plus de 40 artistes venus de 20 pays, du Maroc au Ghana, du Liban à la France.

Sur scène, les rythmes gnawa, les sons électro-orientaux, les chœurs amazighs et les mélodies sahéliennes se croisent, se répondent, se fondent. Rabat devient ainsi le centre névralgique d'un dialogue sonore mondial, où les frontières s'effacent au profit d'une langue universelle : la musique.

L'esprit du festival reste fidèle à sa mission première : mettre en lumière les talents africains et arabes souvent méconnus du grand public international, tout en offrant une plateforme professionnelle aux créateurs émergents.

De Casablanca à Dakar : les artistes africains en lumière

Cette édition 2025 s'annonce comme une ode à la diversité africaine. On y retrouve la puissance du maloya réunionnais, la profondeur du blues touareg, ou encore la vitalité du hip-hop marocain. La scène marocaine sera, elle aussi, riche et audacieuse : des artistes comme Khtek, Oum, Moulay Ahmed El Hassani, ou encore des jeunes formations comme Daraa Tribes viendront incarner la nouvelle génération musicale du royaume. Visa For Music ne se contente pas d'un alignement d'artistes.

Le festival est une expérience multisensorielle : concerts, conférences, projections, masterclasses, et rencontres professionnelles rythment quatre jours de découvertes et d'inspiration. L'Afrique s'y raconte autrement non pas comme un continent à explorer, mais comme une terre d'innovation sonore, un laboratoire de tendances où tradition et modernité s'entrelacent.

Une édition sous le signe de la jeunesse et de l'innovation

Le thème de cette 12^e édition est clair : "Créer l'avenir du son". Cette année, l'accent sera mis sur la jeunesse créative, les nouvelles technologies et la durabilité culturelle. Le festival accueillera des showcases hybrides mêlant musique et intelligence artificielle, des tables rondes sur l'économie musicale en Afrique, et des ateliers immersifs autour de la production numérique.

Le but : donner aux jeunes talents les outils pour s'émanciper dans un secteur en pleine mutation. Mais au-delà de la technologie, Visa For Music revendique une vision humaine. Dans un monde où la musique est souvent formatée, le festival prône la liberté artistique et la sincérité émotionnelle. C'est ce souffle d'authenticité qui attire chaque année des centaines de professionnels, de curieux et de mélomanes venus du monde entier.

Visa For Music, vitrine d'un Maroc créatif et ouvert

En accueillant Visa For Music, le Maroc confirme sa position de hub culturel régional. Rabat, déjà classée "Ville créative" par l'UNESCO, s'impose comme un carrefour des arts vivants et un espace de rayonnement pour toute une génération d'artistes africains et arabes.

NOMINATION DE LA SEMAINE

**S.M. LE ROI FÉLICITE
KHALED EL-ENANY À
L'OCCASION DE SON
ÉLECTION DIRECTEUR
GÉNÉRAL DE
L'UNESCO**



Romeo Couture : l'audace marocaine qui redéfinit le caftan de luxe

LIFESTYLE

Entre héritage et avant-garde, le créateur marocain Romeo Couture trace sa propre voie dans l'univers du caftan.

En mariant tradition et innovation, il transforme ce symbole patrimonial en œuvre d'art contemporaine, célébrant une féminité libre et souveraine.



Un nom qui incarne l'élégance marocaine

Dans les salons feutrés de Casablanca, Romeo Couture s'impose comme une référence du luxe marocain. Le créateur, fidèle à son amour du détail, revisite le caftan avec une précision digne des maisons de haute couture.

Son univers ? Des silhouettes sculpturales, des étoffes nobles, une palette de couleurs subtilement choisie, et cette touche de lumière qui semble propre au Maroc.

Chaque création porte la signature d'une main sûre et d'un regard visionnaire.

L'empreinte d'un créateur visionnaire Romeo ne se contente pas de perpétuer l'héritage : il le transcende. Dans ses ateliers, les broderies ancestrales côtoient les découpes modernes, les fils d'or se mêlent aux matières nouvelles. Le résultat ? Des caftans qui ne sont plus seulement des vêtements, mais des manifestes de style. Ses créations captivent autant par leur équilibre entre tradition et modernité que par leur audace esthétique. Dans une époque où la mode cherche sans cesse à se réinventer, Romeo Couture rappelle que l'innovation la plus puissante naît souvent du respect du passé.

Quand la tradition rencontre la modernité

Si le caftan marocain évoque le faste des cérémonies et le raffinement des gestes d'autrefois, Romeo en offre une lecture contemporaine. Son approche s'adresse à une nouvelle génération de femmes : indépendantes, cosmopolites, mais profondément attachées à leurs racines.

Ses collections récentes misent sur des lignes épurées, des coupes plus fluides, et un jeu de transparences subtiles tout en conservant la richesse du travail artisanal marocain.

Chaque pièce semble raconter une histoire : celle d'un Maroc moderne qui avance sans renier son âme.

Un savoir-faire qui rayonne à l'international

Aujourd'hui, Romeo Couture séduit bien au-delà des frontières du royaume. Ses créations s'invitent sur les tapis rouges, dans les mariages d'exception, et sur les pages des magazines spécialisés.

Mais loin du simple effet de mode, son succès repose sur une conviction forte : préserver un art vivant. En réinterprétant le caftan avec audace et respect, Romeo participe à inscrire la couture marocaine dans une dynamique mondiale où authenticité et création dialoguent enfin à égalité.

Romeo Couture, c'est plus qu'un nom :

C'est une promesse. Celle d'un Maroc où l'artisanat se fait couture, et où la beauté ne se démode jamais.

BUZZ DE LA SEMAINE



"3SSILA" : LE PETIT RATEL QUI FAIT TREMBLER LES LIONS... ET LES RÉSEAUX

Dans un monde où tout va vite et où les héros se comptent sur Instagram, un petit animal têtu a chamboulé les timelines marocaines : "3ssila", le ratel intrépide, devient la star du moment. Mais pourquoi ce petit casse-cou a-t-il fait fondre le cœur des internautes ?



Brèves Lifestyle



Les chaussures rouges, l'audace de l'hiver

Cet hiver, les chaussures rouges s'imposent comme le détail qui transforme une tenue monotone en look tendance.

Bottines, escarpins ou sneakers, la couleur attire l'œil et dynamise toutes les silhouettes, surtout associée à des tons neutres comme le beige, le gris ou le noir. Pour un twist moderne, osez les mariages avec du vieux rose ou du cerise, créant un contraste subtil mais percutant.

Accessoires et textures sont essentiels pour maintenir l'harmonie et éviter l'excès.

Qu'il s'agisse d'une tenue de bureau ou d'une sortie nocturne, les chaussures rouges deviennent la pièce maîtresse qui réveille l'hiver.

Le lait, détachant surprise pour vos vêtements

Pour venir à bout des taches tenaces d'encre ou de fruits rouges, il suffit parfois d'un ingrédient inattendu : le lait.

Riche en protéines, il attire et dissout les pigments sans abîmer les fibres, offrant une alternative douce aux produits chimiques. Il suffit d'imbiber la zone tachée, de laisser tremper plusieurs heures, puis de laver délicatement le tissu.

Rapidité et patience sont les clés pour un résultat optimal, surtout sur les taches fraîches. Cette astuce économique et naturelle redonne vie aux vêtements et nappes, même aux textiles les plus utilisés durant l'automne.



L'erreur qui ruine le nettoyage des WC

Si vos toilettes restent sales ou sentent mauvais malgré vos efforts, c'est peut-être parce que vous inversez l'ordre du nettoyage. Beaucoup commencent par l'intérieur de la cuvette, or ce réflexe propage bactéries et éclaboussures sur les autres surfaces. La bonne méthode consiste à nettoyer d'abord l'abattant et la lunette, puis la cuvette et enfin la chasse d'eau et le sol, avec un chiffon propre à chaque étape. Ce simple changement élimine les germes et les odeurs persistantes, pour des WC enfin frais et impeccables.

INSOLITE DE LA SEMAINE

**DANS UNE SCÈNE SPECTACULAIRE ET
SANS PRÉCÉDENT, DES ROBOTS
EXÉCUTENT LA DANSE « AL-RAZFA »
ÉMIRATIE AVEC UNE PRÉCISION
ÉTONNANTE ET UN RYTHME
SAISSANT.**



Brèves Lifestyle



L'astuce japonaise qui décuple l'efficacité des crèmes

Alors que le froid ternit l'éclat du teint, une astuce japonaise séduit de plus en plus les adeptes du skincare : la serviette chaude avant la crème.

Ce geste ancestral réchauffe la peau, stimule la microcirculation et dilate les pores, permettant aux soins de mieux pénétrer. Résultat : une peau plus lumineuse, hydratée et rebondie dès les premières applications.

Facile à reproduire chez soi, ce rituel devient une véritable pause bien-être qui allie efficacité et douceur. Un petit geste cocooning pour redonner vie à la peau fatiguée de novembre.

Le marc de café, faux ami des plantes

Beaucoup pensent bien faire en versant leur marc de café au pied des plantes... à tort ! Utilisé brut ou en excès, ce résidu peut former une croûte étouffante, bloquer l'eau et nuire à la croissance. Pourtant, bien maîtrisé, il devient un atout redoutable pour nourrir et protéger le jardin. Composté ou mélangé à du terreau, il aère le sol et stimule les racines. L'astuce d'expert ? Ne jamais dépasser 50 g par mètre carré et l'utiliser une fois par mois, pour un jardin plus vert, plus sain et sans overdose de caféine !



Avec cette astuce, le dos de poêle retrouve son éclat

Finis la corvée du dos de poêle noirci !

À l'approche de l'hiver, où les plats mijotés reprennent du service, il existe des astuces simples et naturelles pour retrouver des casseroles éclatantes sans se ruiner les bras. Exit les produits agressifs : bicarbonate, vinaigre, citron ou cristaux de soude suffisent à dissoudre la crasse et rendre le métal brillant.

Ces méthodes douces préservent le revêtement tout en garantissant une cuisson homogène.

Avec un peu de régularité, vos poêles retrouveront fière allure et votre cuisine, tout son plaisir.



INAUGURATION DE LA SEMAINE

**LA RAM INAUGURE SA
NOUVELLE LIGNE
DIRECTE CASABLANCA -
ES-SMARA**



Parfums de niche : quand l'exception séduit les sens et le Maroc

Dans un monde saturé de fragrances standardisées, les parfums de niche s'imposent comme la quintessence du raffinement olfactif.

Entre artisanat, émotion et exclusivité, ils redéfinissent notre rapport à la beauté et séduisent une clientèle marocaine en quête de sens et d'identité.



LIFESTYLE

Le retour du parfum comme œuvre d'art Longtemps, le parfum s'est démocratisé au point de perdre son mystère. Les grandes maisons ont multiplié les lancements saisonniers, les campagnes aux visages lisses et les accords copiés-collés. Mais depuis quelques années, un mouvement inverse émerge : celui des parfums de niche, ces créations indépendantes qui revendiquent la rareté et l'audace. Ici, pas de stratégie marketing millimétrée. Le parfum devient une œuvre d'auteur, une déclaration d'intention portée par un nez libre de toute contrainte commerciale.

Chaque flacon raconte une histoire : celle d'une matière première, d'un souvenir, d'une émotion. Un boisé profond qui évoque une pluie sur le cuir, un accord fumé qui rappelle un feu de camp au désert, ou une touche d'ambre gris qui semble capter le soleil lui-même.

Ces compositions singulières redonnent au parfum son rôle premier : parler à la mémoire et au cœur.

Un marché en pleine effervescence mondiale

Les chiffres confirment cet engouement : selon un rapport de Fortune Business Insights, le marché mondial du parfum de niche a dépassé les 4 milliards de dollars en 2024, avec une croissance annuelle estimée à près de 9 %. Derrière ce succès, un besoin de se distinguer dans une époque d'uniformisation. Porter un parfum de niche, c'est faire le choix de l'authenticité plutôt que de la mode, du détail plutôt que du déjà-vu.

Les consommateurs d'aujourd'hui veulent savoir d'où viennent les essences, qui les fabrique, et pourquoi elles sentent ainsi. Le flacon devient un manifeste personnel, une signature invisible. Les maisons indépendantes rivalisent désormais d'audace : Le Labo et ses senteurs brutes personnalisables, Byredo et son univers mélancolique, ou encore Diptyque, qui a fait du voyage et du souvenir une identité olfactive.

Ces marques ne vendent pas seulement un parfum : elles proposent une expérience sensorielle et émotionnelle.

Le Maroc, nouveau terrain de jeu olfactif

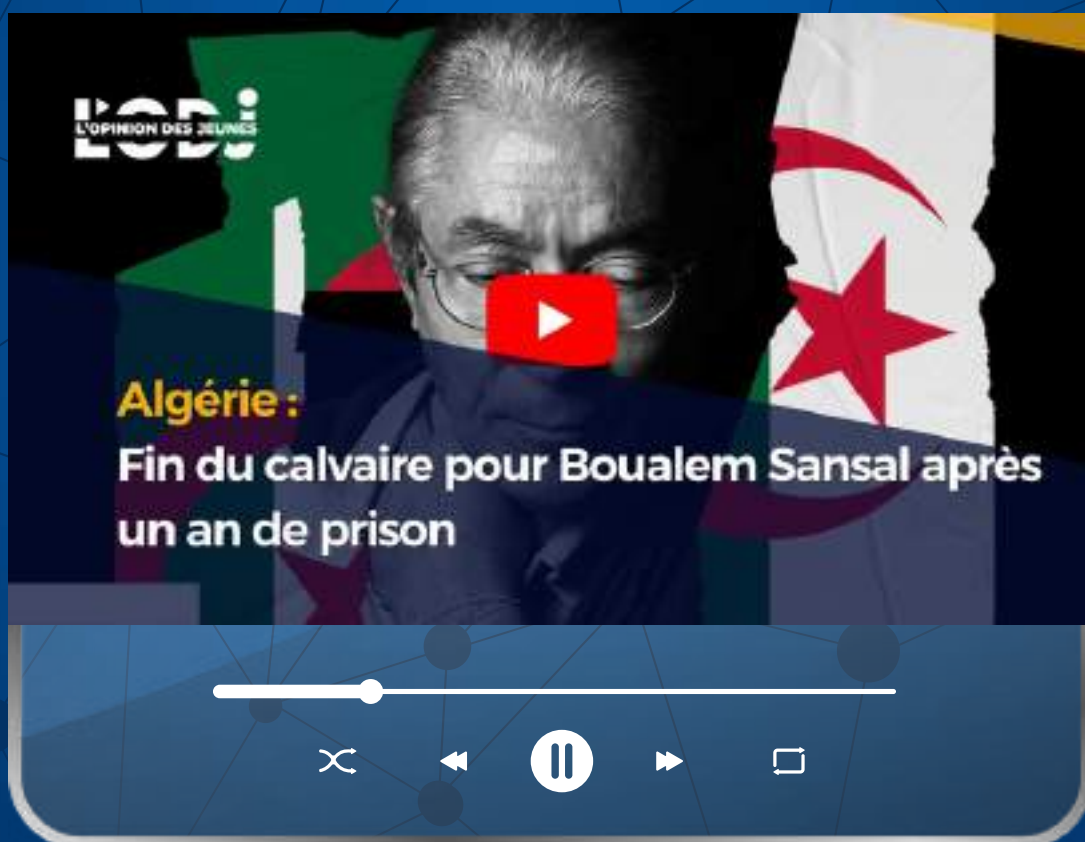
Depuis peu, cette vague d'exclusivité a trouvé un écho au Maroc, pays de senteurs et de contrastes. Longtemps attaché à la parfumerie traditionnelle : l'eau de rose, le musc, l'ambre, ou encore le bois de oud, le Maroc voit émerger une nouvelle génération de créateurs qui fusionnent savoir-faire ancestral et modernité. À Casablanca, Marrakech ou Rabat, les parfumeries de niche se multiplient.

Certaines importent des labels internationaux, d'autres proposent des créations maison inspirées du terroir olfactif marocain. Les notes de safran, de fleur d'oranger, de cèdre de l'Atlas ou de miel sauvage deviennent la base de nouvelles compositions d'auteur.

Parmi les noms qui marquent cette scène montante, on retrouve Obvious Maroc, L'Orée du Désert, ou encore Maison Saaqara, qui mise sur la transparence des ingrédients et la fabrication artisanale.

Ces maisons marocaines émergentes n'ont rien à envier à leurs homologues européens : elles cultivent une identité forte, nourrie de lumière, de matière et de mémoire.

AI DOCUMENTAIRE



ALGÉRIE : FIN DU CALVAIRE POUR BOUALEM SANSAL
APRÈS UN AN DE PRISON



La 5G, une révolution technologique au Maroc

Alors que le Maroc vient d'entrer dans l'ère de la 5G, le débat ne doit pas se réduire à de simples chiffres techniques.



Opportunités et enjeux sociétaux

Chaque génération de réseau mobile a façonné une génération d'êtres humains, avec sa façon de penser, de travailler et d'habiter le monde.

La 2G a démocratisé la voix et le SMS, permettant de réduire les distances et de connecter les groupes humains. La 3G a fait entrer l'Internet dans la poche, transformant le rapport au temps et à l'information.

La 4G a donné le pouvoir à l'image, faisant de l'individu un profil numérique.

Aujourd'hui, la 5G change d'échelle. Il ne s'agit plus seulement de connecter des personnes, mais des objets, des machines, des infrastructures.

C'est une décision de société pour le Maroc : va-t-on en faire un simple argument marketing pour consommer plus, ou une plateforme pour éduquer, soigner, produire, innover et gouverner autrement ?

Les Marocains qui ont grandi avec la 2G/3G ont appris à s'adapter à la technologie. Ceux de la 4G ont appris à se raconter à travers elle.

Ceux de la 5G apprendront à vivre dans un monde où la technologie est invisible, mais omniprésente.

Pour le Maroc, la 5G n'est donc pas qu'une question de confort pour le streaming.

C'est un levier stratégique pour accélérer son développement économique, en connectant les usines, les ports, les fermes et les villes de manière intelligente.

Mais c'est aussi un choix de société, qui déterminera la façon dont les Marocains vivront, travailleront et habiteront leur pays dans les années à venir.

GRANDES RETRouvailles des INSEAistes

À l'initiative de notre chère professeure
Mme Najat BENNOUNA, en coordination
avec M. le Directeur de l'INSEA et
l'engagement d'un comité volontaire.



Pr. Najat BENNOUNA

Initiatrice de l'édition
2025



Samedi de 9h à 15h,
15 Novembre 2025



SALLE DE CONFERENCES
ALIMANI, INSEA, RABAT
INSTITUTS, MAROC

Signatures d'ouvrages

- ✓ **M. Lahcen ACHY**
عيسى يفادر الكهف
- ✓ **M. Mohammed SAAD**
Le digital: de l'efficacité à l'excellence
- ✓ **M. Adil KABBAJ**
La science déclare la mort du matérialisme
- ✓ **M. Abdelmjid ZOUBDI**
الربع الصناعي ونهاية الهيمنة الغربية ونموذجها الليبرالي
- ✓ **M. Khaled LIMAMY**
TPAM® Model en 2015 et CAMIL® Model en 2021
- ✓ **Mme. Amal HARFI**
عبور

Au Programme

- ✓ Networking
- ✓ Hommages
- ✓ Signatures d'ouvrages
- ✓ Animation artistique
- ✓ Brunch de clôture

REGISTER NOW



+212-668-689-537
+212- 669-517-782

• EN PARTENARIAT AVEC



Brèves digitales



Kindle Translate : l'IA traductrice d'Amazon

Amazon mise sur l'intelligence artificielle pour casser les barrières linguistiques.

Avec Kindle Translate, un nouveau service en version bêta, les auteurs de Kindle Direct Publishing peuvent désormais traduire leurs livres automatiquement en anglais, espagnol ou allemand.

L'objectif : rendre les ebooks accessibles à un public plus large et augmenter les ventes. Les traductions seront d'abord évaluées avant publication, et les lecteurs verront une mention précisant qu'il s'agit d'une œuvre traduite par IA.

WhatsApp : videz votre corbeille cachée

Vous trouvez votre téléphone saturé à cause de WhatsApp ? L'application cache une corbeille méconnue qui peut accumuler plusieurs gigaoctets de fichiers inutiles. Photos, vidéos, audios ou documents s'y entassent sans que vous le sachiez.

En accédant à "Paramètres > Stockage et données", vous pouvez gérer vos discussions, supprimer les fichiers lourds et même désactiver le téléchargement automatique pour éviter la surchauffe du stockage.

En quelques clics, vous gagnerez de l'espace et de la fluidité, sans perdre vos conversations importantes.



Apple TV dit non à la pub

Apple TV, désormais débarrassée du "+" dans son nom, écarte l'idée d'un abonnement avec publicité, malgré la tendance générale des plateformes de streaming.

Son responsable des services, Eddy Cue, a confirmé qu'aucun projet n'est prévu pour introduire des annonces, préférant maintenir une expérience sans interruption pour les abonnés à 9,99 euros par mois. Une décision à contre-courant de Netflix, Disney+ et Prime Vidéo, dont les formules "avec pub" rencontrent pourtant un large succès. Si Apple TV reste déficitaire, la marque continue de miser sur la qualité visuelle et la simplicité de son offre, sans céder à la tentation publicitaire.

DÉCLARATION DE LA SEMAINE

***MA FILLE DE 7
ANS M'A DIT
QU'ELLE VOULAIT
FAIRE DU TIKTOK
PARCE QU'IL Y A
DE L'ARGENT***

Zineb Simou

« Une parlementaire marocaine »



Brèves digitales



OpenAl vise les 20 milliards dollars de revenus

Sam Altman a enfin brisé le silence sur les finances d'OpenAI. Le patron de ChatGPT a révélé que l'entreprise prévoit de clôturer 2025 avec un chiffre d'affaires annualisé dépassant les 20 milliards de dollars, et vise plusieurs centaines de milliards d'ici 2030.

Une croissance colossale qui devrait soutenir ses investissements massifs dans l'IA, notamment le partenariat à 78 milliards de dollars avec Amazon. OpenAI compte aussi lancer de nouveaux produits pour entreprises, du matériel IA et des projets robotiques, tout en gardant la possibilité de lever davantage de fonds, voire d'envisager une future entrée en bourse.

iPhone : Apple booste ses fonctions satellites

Apple ne compte pas s'arrêter à la simple fonction SOS d'urgence. La marque à la pomme travaillerait sur de nouvelles fonctionnalités par satellite, comme l'usage de Plans ou de certaines applications tierces sans connexion mobile. D'après le journaliste Mark Gurman, la firme prévoirait aussi d'améliorer la messagerie par satellite, avec l'envoi de photos et une meilleure connectivité. Ces innovations pourraient devenir payantes à terme, selon les partenariats conclus avec Globalstar, son fournisseur actuel.



Danemark : réseaux sociaux interdits aux moins de 15 ans

Le Danemark devient le premier pays européen à interdire les réseaux sociaux aux moins de 15 ans

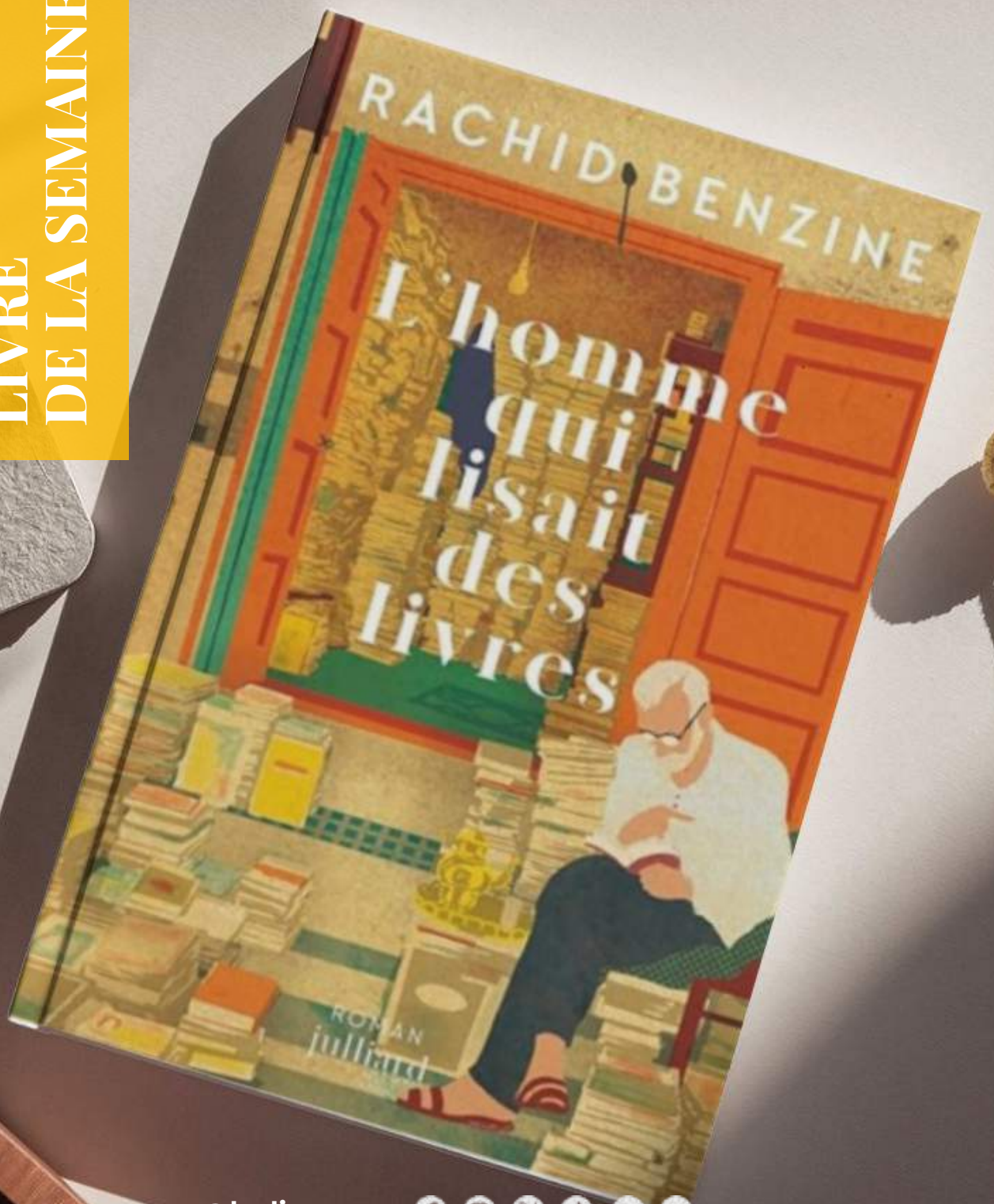
Le Danemark franchit un cap inédit en Europe : il compte interdire l'accès aux réseaux sociaux aux moins de quinze ans, pour protéger les jeunes de l'addiction et des contenus dangereux. Soutenue par tous les partis, la mesure s'inscrit dans une logique de santé publique et de sécurité numérique. Le gouvernement danois prépare une loi stricte, encore en cours de définition, qui pourrait servir d'exemple à d'autres pays.

Numéro
105

L'homme qui lisait des livres

Rachid benzine

LIVRE
DE LA SEMAINE



IA et justice : quand les algorithmes commencent à peser sur les tribunaux marocains

DIGITAL

L'introduction d'outils d'intelligence artificielle dans l'appareil judiciaire promet gains d'efficacité et meilleure gestion des dossiers mais soulève aussi des enjeux d'éthique, de transparence et de responsabilité.

Au Maroc, le débat est pratique et juridique : quelles tâches confier à l'IA, et comment préserver l'équité ?

IA & JUST

Où en est le Maroc ? déploiements et feuilles de route

Le ministère marocain de la Justice a annoncé une stratégie visant l'intégration progressive d'outils numériques et d'IA pour améliorer l'accès à la justice et l'efficacité des procédures. Des documents ministériels et des reportages (2024-2025) mentionnent l'utilisation d'outils pour automatiser des tâches administratives, aider à la rédaction de projets de décisions et anonymiser des décisions publiées. Des plans pluriannuels (2025+) visent un déploiement encadré par des principes de responsabilité. (sources officielles et articles de presse sur l'intégration de l'IA).

Quelles applications aujourd'hui ? assistance, non remplacement

Dans la pratique, les outils actuellement testés au Maroc servent surtout à assister les magistrats : structuration de dossiers, reconnaissance de documents, propositions de plans de rédaction, ou anonymisation pour publication.

Ces usages réduisent les tâches répétitives et accélèrent la diffusion des décisions. Mais les acteurs insistent sur une règle : l'IA doit rester un outil d'aide, la décision finale revenant toujours au juge. Des études juridiques locales examinent ces usages et appellent à des garde-fous.

Les risques : biais, inexplicabilité et responsabilité

Les critiques portent sur trois points majeurs : le biais algorithmique (les données historiques peuvent reproduire des inégalités), le manque d'explicabilité des modèles complexes et la question de la responsabilité en cas d'erreur.

Des chercheurs marocains et des juristes demandent des audits, des normes de transparence et des mécanismes de recours ouverts au public pour éviter un recours aveugle aux résultats produits par l'IA. Plusieurs publications académiques récentes appellent à une réglementation proactive et à la formation des magistrats aux outils numériques.

Vers quel cadre légal ? recommandations et gouvernance

L'expérience internationale montre qu'un cadre légal clair, comprenant audit des algorithmes, conservation des logs et contrôle humain obligatoire, est indispensable.

Plusieurs institutions internationales (UNESCO, OECD) recommandent la prudence et la mise en place de référentiels d'éthique pour les déploiements en justice ; ces recommandations nourrissent les réflexions marocaines.

Le défi local sera d'équilibrer efficacité administrative et garanties procédurales pour préserver la confiance publique.

L'ODJ MEDIA

WE'RE HIRING

**NOUS RECHERCHONS
DES STAGIAIRES EN :**

- **COMMUNITY
MANAGEMENT**
- **WEB TV / LIVE STREAMING
/ VIDEO EDITING**
- **WEB RÉDCATION
ARABOPHONE**
- (*) STAGE PRÉ-EMBAUCHE**

Send your CV to
lodjmaroc@gmail.com

For more information

@lodjmaroc
www.lodj.ma

L'ODJ
L'OPINION DES JEUNES



Munir Mohamedi : « Une fierté historique pour Berkane et pour tout le football marocain »

SPORT

Le capitaine et gardien de la Renaissance Sportive de Berkane (RSB), Munir Mohamedi, a exprimé sa grande fierté après la qualification historique de son équipe pour la phase de groupes de la Ligue des Champions africaine, une première dans l'histoire du club.



Dans une déclaration accordée au site officiel de la CAF, l'international marocain a affirmé que cette qualification est le fruit de plusieurs années de travail et de progression constante, soulignant la détermination de toute l'équipe à représenter dignement la ville de Berkane et ses supporters.

« Les joueurs sont très heureux d'avoir atteint pour la première fois de notre histoire la phase de groupes de la Ligue des Champions », a déclaré Mohamedi. « C'est une étape importante pour tout club qui aspire à briller sur la scène continentale. Nous savons la responsabilité qui nous attend, et nous ferons tout pour honorer notre maillot. »

Un défi de taille dans un groupe relevé

La RS Berkane évoluera dans un groupe A particulièrement relevé, aux côtés du Pyramids FC (Égypte), du Rivers United (Nigeria) et du Power Dynamos (Zambie). Une configuration que le capitaine orange préfère voir comme une source de motivation plutôt qu'un obstacle :

« Nous savons que nous affronterons certaines des équipes les plus fortes du continent, mais nous avons confiance en notre force collective. Nous formons un groupe soudé, composé de joueurs talentueux, d'un staff technique compétent et de supporters extraordinaires qui nous poussent à donner le meilleur. »

Un message fort aux supporters

Conscient des attentes du public, Munir Mohamedi a tenu à adresser un message fort aux fans de la RSB: *« Nous nous battons jusqu'au bout pour atteindre nos objectifs, défendre les couleurs du club et rendre fière la ville de Berkane. Nous ferons tout pour offrir à nos supporters un parcours à la hauteur de leurs espérances et de l'histoire de notre équipe. »*

Une nouvelle page pour le football marocain

Déjà double vainqueur de la Coupe de la Confédération africaine, le club oriental franchit un nouveau cap avec cette qualification historique en Ligue des Champions CAF. Les hommes de Mouine Chaâbani entameront leur campagne entre le 21 et le 23 novembre en accueillant les Power Dynamos, avec l'ambition de confirmer leur statut grandissant sur la scène continentale.

La RS Berkane entend bien capitaliser sur cette première pour poursuivre son ascension et s'imposer durablement parmi les grands clubs africains.

@lodjmaroc



LODj



By Lodj
**L'ACTUALITÉ
NE S'ARRÊTE JAMAIS.**

Pour ne rien manquer, branchez-vous sur YouTube, Kick et Twitch.
L'information se vit en direct. Et vous y avez votre place.

www.lodj.ma

Brèves Sportives



Ayoub El Kaabi brille encore avec

l'Olympiakos

Ayoub El Kaabi continue de faire parler de lui en Grèce ! L'attaquant marocain a offert la victoire à l'Olympiakos face à Kifisia (3-1) grâce à un doublé sur penalty, ce dimanche 9 novembre. Déjà en tête du classement des buteurs, il conforte son avance avec désormais 8 réalisations et une passe décisive depuis le début de la saison. Un nouveau coup d'éclat pour le Lion de l'Atlas, déjà meilleur buteur du championnat la saison dernière.

Le Wydad reprend la tête de la Botola

Le Wydad de Casablanca a signé une précieuse victoire sur la pelouse de l'Olympic de Safi (2-1), ce dimanche 9 novembre, lors de la 8e journée de la Botola Pro Inwi.

Thembinkosi Lorch a ouvert le score avant que Nordin Amrabat ne double la mise sur penalty juste avant la pause.

Malgré un but tardif de Sofian El Moudane pour Safi, les Rouges ont tenu bon jusqu'au coup de sifflet final. Grâce à ce succès, le Wydad grimpe provisoirement en tête du classement avec 20 points, laissant l'OCS en bas du tableau.



Nayef Aguerd incertain pour la CAN 2025

Mauvaise nouvelle pour les supporters marocains : Nayef Aguerd pourrait manquer la Coupe d'Afrique des Nations 2025.

Le défenseur de l'Olympique de Marseille souffre d'une pubalgie aggravée lors du match contre Brest, une blessure jugée préoccupante par son entraîneur. À un mois du coup d'envoi de la CAN au Maroc, cette incertitude s'ajoute à celle d'Achraf Hakimi, déjà forfait plusieurs semaines. Le staff de Walid Regragui suit de près l'évolution du joueur, espérant un rétablissement rapide avant la grande compétition continentale.

Numéro
105

HIT DE LA SEMAINE

Bahlawan



@lodjmaroc

LODJ



Brèves Sportives



Lajudokate Soumiya Iraoui offre le premier bronze au Maroc à Riyad

Belle entrée en matière pour la délégation marocaine aux Jeux de la solidarité islamique ! La judokate Soumiya Iraoui a offert au Maroc sa première médaille en décrochant le bronze dans la catégorie des moins de 52 kg. Victorieuse face à la Kazakhe Tolganay Abeuova, l'athlète confirme sa place parmi les meilleures du continent. Avec 82 sportifs engagés dans 12 disciplines, le Royaume démarre fort cette compétition qui réunit 57 pays à Riyad, sous le signe de la fraternité et de l'excellence sportive.

OL-IRT : un deal foot entre Lyon et Tanger

L'Olympique lyonnais s'apprête à s'allier à l'Ittihad de Tanger dans le cadre d'un partenariat de trois ans, selon « L'Équipe ». Après une première collaboration avec le FUS de Rabat, le club français veut renforcer sa présence au Maroc, séduit par le potentiel de la Botola et des jeunes talents africains. Ce futur accord permettra à Lyon d'identifier et de former des joueurs prometteurs au sein de l'IRT, profitant des infrastructures tangéroises et du dynamisme du football marocain avant la CAN et le Mondial 2030.



Jeux de la solidarité islamique : les Lions du futsal marocain filent en finale

Les Lions de l'Atlas du futsal ont décroché leur billet pour la finale des Jeux de la solidarité islamique en battant l'Arabie Saoudite 6-3 à Riyad.

Après une première mi-temps stérile, les hommes de Hicham Dguig ont accéléré en seconde période grâce à Reddaf, Amzal et Bourite. Malgré un retour saoudien, le Maroc a arraché la victoire en prolongations, porté par Chaaraoui, Rais El Fenni et El Bakkali.

Les Marocains affronteront l'Iran ce mardi à 17h pour tenter de décrocher un nouveau titre continental.



ÉVÉNEMENT DE LA SEMAINE



**KHALID AMIN : UN PILIER DE LA
CULTURE THÉÂTRALE AU FESTIVAL
NATIONAL DE TÉTOUAN 2025**

Rabat accueille le premier Forum FIFA-joueurs professionnels pour renforcer le bien-être des footballeurs



La capitale marocaine a été le théâtre, ce week-end, d'un événement majeur pour le football mondial : le premier Forum de concertation entre la FIFA et les joueurs professionnels, organisé en marge de la finale de la Coupe du monde féminine U17, remportée par la Corée du Nord.

Ce rendez-vous inédit a réuni des représentants de 30 syndicats de joueurs venus des cinq continents, marquant une étape importante dans la politique sociale de la FIFA. L'instance mondiale a annoncé la création d'une plateforme permanente dédiée à la défense des droits et au bien-être des footballeurs professionnels.

Présidée par Gianni Infantino, aux côtés du secrétaire général Mattias Grafström, la rencontre a également réuni d'anciennes légendes du ballon rond, dont George Weah, ainsi que plusieurs championnes du monde.

L'objectif du Forum : améliorer les conditions de travail des joueurs, instaurer un dialogue direct et régulier entre la FIFA et leurs représentants, et établir un cadre global de protection sociale et juridique. « La FIFA s'engage à renforcer le bien-être des joueurs et à améliorer leur environnement de travail à travers des actions concrètes », a déclaré Gianni Infantino, avant d'annoncer la création d'un Fonds de soutien aux joueurs doté de 20 millions de dollars pour la période 2026-2029, destiné à aider ceux dont les clubs rencontreraient des difficultés financières.

Le Forum a également adopté plusieurs mesures prioritaires pour la récupération et la gestion de la charge physique :

- Minimum de 72 heures de repos entre deux matches officiels,
- 21 jours consécutifs de repos entre deux saisons,
- Un jour de congé obligatoire par semaine,
- Prise en compte des voyages longs et conditions climatiques extrêmes dans le calendrier international.

Ces recommandations visent à garantir un équilibre durable entre performance, santé et vie personnelle, un enjeu central du football moderne.

La FIFA a par ailleurs confirmé l'intégration de représentants des syndicats dans plusieurs de ses commissions décisionnelles, afin de prendre en compte leurs intérêts dans l'élaboration des politiques sportives et réglementaires. Une cellule conjointe FIFA-syndicats sera également créée pour examiner les questions juridiques sensibles, notamment les transferts, contrats et litiges, ainsi que les standards minimums pour les joueurs professionnels.

Le choix de Rabat pour accueillir ce premier Forum n'est pas anodin. Le Maroc s'affirme comme un pôle de gouvernance sportive internationale, renforçant son rôle dans la réforme et la modernisation du football mondial.

Le Forum s'est conclu sur un engagement clair : maintenir ce dialogue institutionnel dans la durée et faire du Maroc un point d'ancrage des futures concertations entre la FIFA et les acteurs du jeu.

By Lody

CIVISME

التحضر

ENGAGEMENT

التخراط

LES

5V

DE L'ODJ MÉDIA

PARTICIPATION

المشاركة

CITOYENNETÉ

المواطنة

BÉNÉVOLAT

التطوع

Cholestérol : les clés d'une alimentation saine pour le combattre

Le cholestérol reste un enjeu majeur de santé publique, car un taux trop élevé peut entraîner des complications cardiovasculaires graves.

Heureusement, adopter un régime adapté permet de réduire efficacement le cholestérol sanguin.

Mais quels sont les principes d'une alimentation anti-cholestérol et quels aliments privilégier ou éviter ?



SANTÉ & BIEN ÊTRE

Les principes d'un régime anti-cholestérol

Un régime anti-cholestérol repose sur trois grands principes : limiter les graisses saturées et trans, favoriser les graisses insaturées et augmenter l'apport en fibres solubles.

Concrètement, cela signifie : consommer des huiles végétales (comme l'huile d'olive ou de colza), privilégier les poissons gras riches en oméga-3, et multiplier les légumes, fruits et céréales complètes.

Alimentation : l'ennemi numéro un du cholestérol

Parmi les aliments à éviter, le beurre figure en tête de liste. Riche en graisses saturées, il favorise l'élévation du « mauvais » cholestérol (LDL).

De même, les charcuteries, certaines pâtisseries et produits frits sont à consommer avec parcimonie.

Alternatives au beurre au petit-déjeuner

Pour remplacer le beurre, plusieurs options saines existent. L'avocat écrasé, le fromage frais allégé, ou encore les purées de noix (amandes, noisettes) constituent des alternatives délicieuses et moins risquées pour le cœur.

Peut-on manger des biscottes ?

Oui, mais à condition de choisir des biscottes complètes. Elles apportent des fibres qui contribuent à réguler le cholestérol. À éviter en revanche : les biscottes trop sucrées ou enrichies en graisses saturées.

Quelle boisson privilégier le matin ?

Le thé vert ou les infusions sont idéaux pour le petit-déjeuner. Le café peut être consommé avec modération, tandis que les boissons très sucrées, comme les jus industriels, sont à limiter.

L'eau reste, bien sûr, la meilleure option pour l'hydratation et la santé cardiovasculaire.

Confiture et cholestérol : est-ce compatible ?

La confiture peut être consommée, mais avec modération. Les sucres ajoutés n'influencent pas directement le cholestérol, mais peuvent favoriser le surpoids, facteur de risque cardiovasculaire. Privilégiez les confitures maison ou celles à teneur réduite en sucre.

Flocons d'avoine : l'allié incontournable

Riches en fibres solubles, les flocons d'avoine aident à réduire le LDL. Consommés au petit-déjeuner sous forme de porridge ou mélangés à des fruits, ils constituent un excellent allié anti-cholestérol.

Les fruits anti-cholestérol

Certaines variétés sont particulièrement bénéfiques : les pommes, les poires et les agrumes grâce à leur pectine, et les baies, riches en antioxydants. Intégrer ces fruits dans l'alimentation quotidienne contribue à la régulation du cholestérol.

Exemple de petit-déjeuner anti-cholestérol

- Porridge d'avoine : flocons d'avoine cuits avec lait végétal (avoine ou amande)
- Toppings : fruits frais (pomme, myrtilles), graines de chia
- Boisson : thé vert ou infusion
- Accompagnement : tartine de pain complet avec purée d'avocat ou fromage frais allégé

LODJ

WWW.PRESSPLUS.MA



LE KIOSQUE 2.0 DE L'ODJ MÉDIA

SCAN ME



PRESSPLUS EST LE KIOSQUE %100 DIGITAL & AUGMENTÉ
DE L'ODJ MÉDIA GROUPE DE PRESSE ARRISSALA SA

MAGAZINES, HEBDOMADAIRES & QUOTIDIENS...

QUE VOUS UTILISIEZ VOTRE SMARTPHONE, VOTRE TABLETTE OU MÊME VOTRE PC



Brèves Santé & Conso



Tarfaya : un nouvel hôpital provincial inauguré

À l'occasion du 50^e anniversaire de la Marche verte, le ministre de la Santé Amine Tehraoui a inauguré l'hôpital provincial de Tarfaya, un projet de 170 millions de dirhams qui marque une étape importante pour la région. Doté de 70 lits et d'un personnel de plus de 100 professionnels, l'établissement modernise l'offre de soins dans le Sud et réduit les déplacements des habitants vers d'autres provinces. Cette infrastructure s'inscrit dans la réforme nationale de la santé et dans le chantier royal de généralisation de la couverture sanitaire universelle.

Cœur : les femmes ont besoin de deux fois moins de sport que les hommes

Bonne nouvelle pour les femmes : selon une étude britannique publiée dans Nature Cardiovascular Research, elles auraient besoin de deux fois moins de sport que les hommes pour obtenir les mêmes bénéfices sur le cœur. En pratiquant environ 4 heures d'activité physique par semaine, les femmes réduisent leur risque de maladie coronarienne autant qu'un homme qui s'entraîne près de 9 heures. Une différence que les chercheurs attribuent notamment aux hormones féminines et à la composition musculaire, deux facteurs qui semblent offrir un avantage naturel au cœur des femmes.



Pollution : un danger caché pour les nourrissons

Une étude de l'Inserm révèle qu'une exposition précoce aux particules fines (PM_{2,5}) pourrait accroître jusqu'à 70 % le risque de leucémie aiguë chez les enfants.

Basés sur les données du registre national des cancers de l'enfant, les chercheurs ont montré que les nourrissons exposés à un air pollué dès la naissance sont plus vulnérables à cette maladie grave.

Ces résultats renforcent l'inquiétude autour de la pollution atmosphérique et de ses effets sur la santé infantile, notamment dans les zones urbaines.

RAPPORT DE LA SEMAINE

MICROSOFT RECENSE 12,6 MILLIONS DE TENTATIVES DE CYBERATTAQUES CONTRE LE MAROC EN 2024

Porté par l'explosion de l'IA générative, la prolifération des identités synthétiques et des techniques d'intrusion toujours plus furtives, le Maroc fait désormais face à une vague de cyberattaques d'une ampleur inédite.

Brèves Santé & Conso



UE : un accord climatique arraché de justesse avant la COP30

Après une nuit de négociations tendues à Bruxelles, les 27 pays de l'Union européenne ont finalement trouvé un accord pour réduire de 90 % leurs émissions de gaz à effet de serre d'ici 2040. Ce compromis, conclu à quelques jours de la COP30, accorde toutefois plusieurs assouplissements, notamment la possibilité d'utiliser jusqu'à 10 % de crédits carbone internationaux et un report d'un an de certaines mesures.

Un pas en avant symbolique, mais qui laisse les écologistes sceptiques quant à la réelle ambition climatique de l'Europe.

Le vélo, meilleur qu'un régime ?

Des chercheurs de l'Université Laval ont découvert que sept jours de cyclisme intensif pouvaient réduire jusqu'à 14 % de la graisse viscérale, sans aucune restriction alimentaire. Cette activité brûle la graisse la plus dangereuse pour le cœur, améliore le cholestérol et fait fondre le tour de taille — le tout sans perte de poids majeure. Contrairement aux régimes, le vélo stimule durablement le métabolisme et renforce la santé cardiovasculaire. Moralité : mieux vaut pédaler que se priver !



Climat : la planète franchira bientôt la barre des +1,5 °C

Selon le dernier rapport du Programme des Nations unies pour l'environnement, la planète dépassera inévitablement la limite de +1,5 °C de réchauffement dès la prochaine décennie. Malgré les engagements des États, le monde se dirige vers une hausse des températures comprise entre +2,3 et +2,5 °C d'ici la fin du siècle. Les experts appellent à une action immédiate pour réduire les émissions de gaz à effet de serre et limiter la durée de ce dépassement. Alors que la COP30 s'ouvre à Belém, la communauté scientifique presse les gouvernements d'accélérer la transition vers les énergies renouvelables avant qu'il ne soit trop tard.

LODJ

WEB RADIO

By Lodj

R212

La web
Radio
des
marocains
du monde



@lodjmaroc



WWW.LODJ.MA

Magnésium : l'allié naturel du sommeil, de la détente et du bien-être

Le magnésium, souvent qualifié de « minéral anti-stress », joue un rôle essentiel dans le fonctionnement de notre organisme. De la relaxation musculaire à la régulation du sommeil, en passant par la réduction de la fatigue et de la tension, ce nutriment est au cœur de notre équilibre physique et mental.



SANTÉ & BIEN ÊTRE

Sommeil, fatigue et relaxation : les effets du magnésium

Le magnésium intervient dans plus de 300 réactions biochimiques de l'organisme. Parmi ses effets les plus notables :

- Amélioration du sommeil : il favorise la production de mélatonine, l'hormone qui régule le cycle veille-sommeil.
- Réduction de la fatigue : en participant à la production d'énergie au niveau cellulaire, il aide à lutter contre l'épuisement.
- Relaxation musculaire et diminution de la tension : il détend les muscles, contribue à la régulation de la tension artérielle et peut réduire les crampes.
- Ces propriétés font du magnésium un allié précieux pour ceux qui vivent sous pression, souffrent d'anxiété ou ont un sommeil perturbé.

Les aliments les plus riches en magnésium

Le magnésium se trouve dans une variété d'aliments, et l'équilibre alimentaire est clé pour en assurer un apport suffisant :

- Céréales complètes : avoine, quinoa, riz complet.
- Fruits secs et graines : amandes, noix, graines de tournesol, graines de courge.
- Légumineuses : haricots, lentilles, pois chiches.
- Légumes verts : épinards, blettes, brocolis.
- Chocolat noir : en quantité modérée, c'est une source appréciable de magnésium.

Magnésium et stress : l'effet des cures

Des études scientifiques montrent qu'une cure de magnésium peut contribuer à diminuer le stress et l'anxiété, surtout chez les personnes dont les apports alimentaires sont insuffisants.

Les compléments peuvent être prescrits sous forme de gélules, comprimés ou poudres à diluer, souvent pour des cures de plusieurs semaines. Ils sont particulièrement utiles dans les périodes de tension, de surmenage ou de troubles du sommeil.

Précautions à connaître

Bien que le magnésium soit généralement bien toléré, un excès peut provoquer des troubles digestifs tels que diarrhées ou crampes abdominales. Il est donc conseillé de respecter les doses recommandées et de consulter un professionnel de santé avant toute supplémentation, surtout en cas de troubles rénaux.

Le magnésium apparaît comme un minéral incontournable pour la santé physique et mentale. En associant une alimentation riche à des cures adaptées lorsque nécessaire, il devient un véritable allié pour mieux dormir, réduire la fatigue et gérer le stress au quotidien.

LODJ

خليفة JEUNE



www.lodj.ma



SCAN ME

SUIVEZ L'ACTUALITÉ DE L'OPINION DES JEUNES

POLITIQUE, ÉCONOMIE, SANTÉ, SPORT, CULTURE, LIFESTYLE, DIGITAL, AUTO-MOTO
ÉMISSION WEB TV, PODCASTS, REPORTAGE, CONFÉRENCES, CHRONIQUES VIDÉOS

PERFORMANCE DU MARCHÉ AUTOMOBILE AU MAROC : OCTOBRE 2025

Le marché automobile marocain a connu une performance remarquable en octobre 2025, avec des ventes de véhicules particuliers en hausse de 32,65%, atteignant 17 208 unités, contre 12 972 unités en octobre 2024.

BILAN GLOBAL DU MARCHÉ



es véhicules utilitaires légers ont également enregistré une augmentation significative de 15,85%, avec 2 353 unités vendues en octobre 2025, par rapport à 2 031 unités l'année précédente.

En somme, les ventes totales pour le mois d'octobre 2025 se chiffrent à 19 561 unités, marquant une hausse de 30,38% par rapport aux 15 003 unités vendues en octobre 2024.

À la fin d'octobre 2025, le marché automobile global totalise 186 415 unités, soit une augmentation de 35,13% par rapport aux 137 953 unités vendues à la même période l'année précédente.

Catégorie	Octobre 2024	Octobre 2025	Variation (%)
Véhicules particuliers	12 972	17 208	+32,65
Véhicules utilitaires légers	2 031	2 353	+15,85
Ventes totales	15 003	19 561	+30,38
Total cumulé à fin octobre	137 953	186 415	+35,13

Ces résultats témoignent d'un regain de confiance des consommateurs et d'une dynamique positive sur le marché automobile marocain. Les prévisions indiquent que cette tendance devrait se poursuivre, renforçant ainsi la croissance du secteur et contribuant à la stabilité économique du pays.

Numéro
105

**IL NOUS
A QUITTÉ**

Le père d'Amir Richardson est décédé

By Lody



IWEEK LE GÉANT DE L'ACTU

L'essentiel du Maroc et du monde

www.pressplus.ma

