

7 Days Lifestyle

By Lodj

25-12-2025

Fès, destination incontournable en Afrique en 2026 selon Condé Nast Traveler

Bonheur : hommes et femmes, pas la même recette

Pourquoi le "silence volontaire" devient le nouveau luxe de 2025 ?

By Lodj WEB TV



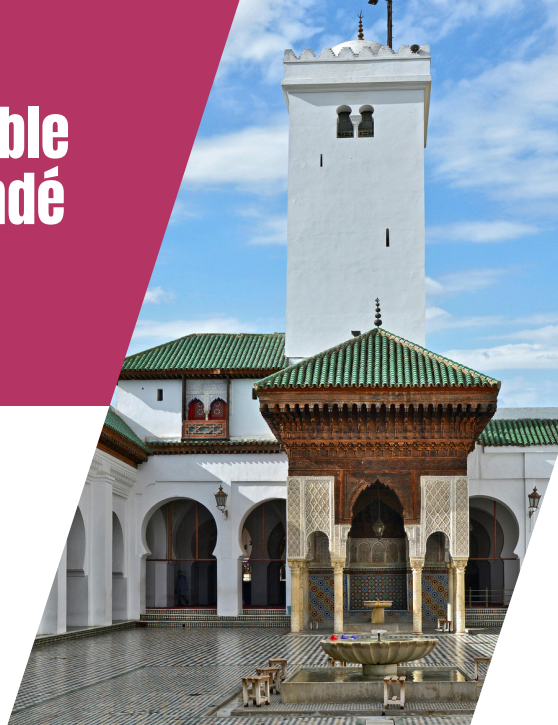
100% digitale
100% Made in Morrocco



WWW.LODJ.MA

Fès, destination incontournable en Afrique en 2026 selon Condé Nast Traveler

En 2026, Condé Nast Traveler sacre Fès parmi les meilleures destinations africaines : et pour cause, la ville impériale mêle histoire, artisanat et une culture vivante qui fascine le monde entier.



LIFESTYLE

Une médina millénaire à redécouvrir

Fès, c'est avant tout sa médina, la plus grande et la mieux préservée d'Afrique. Chaque ruelle, chaque porte raconte une histoire vieille de plusieurs siècles.

Condé Nast Traveler souligne la réouverture prochaine du Palais Jamaï, joyau patrimonial construit en 1879, après une décennie de rénovation.

Mais ce n'est pas qu'un hôtel de luxe : c'est un symbole de renaissance pour toute la médina, où la pierre et le bois reprennent vie.

La bibliothèque Al Quaraouiyine, fondée au IX^e siècle, continue d'attirer les curieux et les érudits, rappelant que Fès est aussi capitale intellectuelle et centre culturel du Maroc.

Le patrimoine vivant de Fès

Au-delà des palais, la ville séduit par ses fonduks, ces anciennes maisons de commerce des XIV^e et XV^e siècles, désormais transformés en ateliers d'artisans.

Chemmaine, Sbitryine et Barka dévoilent des trésors d'artisanat local, tandis que le Fonduk Kaat Smen prépare sa réouverture avec un marché du miel historique, unique en son genre.

Ici, chaque objet, chaque création raconte le savoir-faire ancestral des Fassis, offrant aux visiteurs un voyage sensoriel entre couleurs, senteurs et textures.

Festivals, musées et football : Fès entre culture et modernité

La ville n'est pas figée dans le passé. Le Festival de Fès des Musiques Sacrées du Monde rappelle son rôle central dans le soufisme et les traditions andalouses.

Le musée Al Batha, quant à lui, illustre l'histoire dynastique et artistique du pays à travers des objets et manuscrits d'une finesse exceptionnelle.

Et pour les amateurs de sport, 2026 marquera l'accueil de matchs de la Coupe d'Afrique des Nations, mêlant modernité et vitalité dans la cité millénaire.

Une ville qui se vit

Fès est un mélange rare : patrimoine millénaire, artisanat vivant et événements contemporains.

Sa médina, ses fonduks et ses festivals nous rappellent que certaines villes ne se visitent pas seulement, elles se vivent.

Alors, prêts à marcher dans les ruelles qui ont traversé le temps et à savourer l'âme d'une ville qui ne cesse de surprendre ?

Brèves Lifestyle



L'astuce pour un repassage parfait sans produits chimiques

Une astuce de grand-mère revient sur le devant de la scène pour faciliter le repassage sans produits chimiques. La fécule de maïs, utilisée en spray maison, agit comme un apprêt naturel qui redonne tenue et netteté aux chemises. Elle forme un film invisible sur les fibres, aidant le fer à glisser et les plis à disparaître plus rapidement. Facile à préparer, économique et inodore, cette solution convient particulièrement aux textiles en coton.

Elle permet de gagner du temps tout en respectant la peau et l'environnement. Une alternative simple et efficace aux sprays industriels.

Bonheur : hommes et femmes, pas la même recette

Une vaste étude internationale montre que le bonheur ne s'exprime pas de la même manière chez les hommes et les femmes.

Les hommes affichent de meilleurs scores sur des critères comme le confort, le repos ou la gestion des émotions négatives.

Les femmes, en revanche, déclarent une satisfaction globale de vie plus élevée, portée par la qualité des relations sociales. Le respect, le soutien et l'harmonie relationnelle jouent un rôle clé dans leur épanouissement.

Menée auprès de près de 392 000 personnes dans 142 pays, l'étude rappelle que le bonheur reste multidimensionnel.



La Chine lance une école pour robots

La Chine vient d'ouvrir la première école professionnelle dédiée aux robots humanoïdes à Pékin.

Dans ce centre de formation, les machines s'entraînent dans des environnements réalistes inspirés de l'industrie, des services et de la vie domestique. Le robot Kuafu, développé par Leju Robotics, y apprend à soulever des colis, cuisiner ou ranger une pièce grâce à la répétition intensive des gestes. Cette méthode vise à compenser les limites actuelles de l'intelligence artificielle en misant sur l'expérience concrète.





Un avion atterrit sans pilote pour la première fois !

Un jet privé a atterri sans pilote actif pour la première fois à l'aéroport de Broomfield, dans le Colorado. Le pilote, soudainement incapable de diriger l'appareil peu après le décollage, a laissé le système Autoland de Garmin prendre le relais.

Cette technologie, conçue pour gérer les situations d'urgence, a assuré seule la descente et l'atterrissage de l'avion environ trente minutes plus tard.

Le dispositif analyse plusieurs paramètres comme les aéroports disponibles, la longueur des pistes et le carburant restant.

Vinaigre et chaussures : l'astuce anti-odeurs

En hiver, l'humidité, le manque d'aération et les matières synthétiques transforment souvent les chaussures en nids à mauvaises odeurs. Une astuce simple, consistant à utiliser du vinaigre blanc, surprend par son efficacité, au point d'intriguer les spécialistes du pied.

Grâce à ses propriétés antibactériennes, le vinaigre neutralise les odeurs incrustées et assainit les semelles textiles.

Facile à mettre en place, cette méthode convient surtout aux baskets et chaussures en toile. Bien utilisée, elle redonne fraîcheur et confort aux souliers du quotidien.

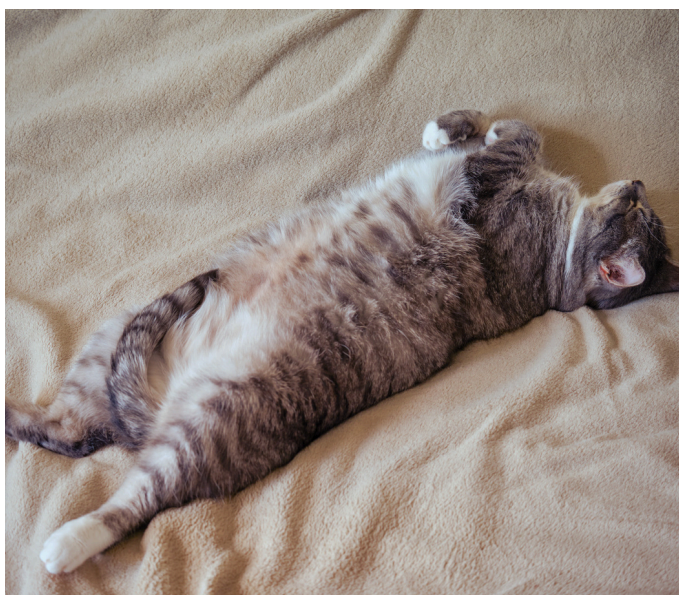


Chat glouton : comment ralentir sans stress

Certains chats engloutissent leur repas en quelques secondes, souvent par instinct, habitude ou anxiété, ce qui entraîne vomissements et troubles digestifs.

Ce comportement, fréquent en hiver, peut aussi favoriser la prise de poids et le stress. Pour y remédier, il est conseillé de fractionner la ration quotidienne en plusieurs petits repas. Les gamelles antiglouton ou les dispositifs ludiques permettent également de ralentir l'ingestion.

En installant la gamelle dans un endroit calme et en rendant le repas plus apaisant, le chat retrouve un rythme alimentaire plus sain.



Pourquoi le “silence volontaire” devient le nouveau luxe de 2025 ?

Pendant des années, le luxe s’est exprimé par l’accumulation : plus d’objets, plus de destinations, plus d’expériences à partager.

En 2025, une tendance radicalement différente s’impose doucement mais sûrement : le silence volontaire.

Se taire, s’éloigner du bruit, refuser la stimulation permanente est devenu un marqueur social inattendu, presque un privilège.



Ce changement ne concerne pas seulement le bien-être personnel. Il transforme nos habitudes, nos intérieurs, nos loisirs et même notre manière de nous définir dans la société.

Nous vivons dans un environnement saturé de sons et d’informations. Notifications, conversations continues, vidéos en arrière-plan, musique constante, bruit urbain. Le silence est devenu rare, presque inconfortable.

Beaucoup de personnes le comblent instinctivement, par peur de l’ennui ou du vide.

Or, le cerveau humain n’a jamais été conçu pour fonctionner dans une stimulation continue. Cette exposition permanente crée une fatigue cognitive diffuse, difficile à identifier mais profondément épuisante.

On se sent “plein” mentalement, sans pouvoir expliquer pourquoi.

C’est précisément dans ce contexte que le silence commence à reprendre de la valeur.

Le silence comme choix, pas comme absence

Ce nouveau rapport au silence n’a rien à voir avec l’isolement ou la solitude subie. Il s’agit d’un choix conscient. Couper volontairement les sons, limiter les interactions, ralentir les échanges.

Non pas pour fuir le monde, mais pour mieux y revenir. Dans les grandes villes, de plus en plus de personnes aménagent des espaces sans télévision, sans musique, parfois même sans téléphone.

Le silence devient un élément de design intérieur, au même titre que la lumière ou les matières naturelles. Dans les loisirs aussi, cette tendance s’impose. Marcher sans écouteurs, lire sans bruit de fond, voyager sans documenter chaque instant.

Ces pratiques, autrefois banales, sont aujourd’hui perçues comme des gestes presque radicaux.

Un nouveau statut social discret

Fait intéressant : le silence volontaire est en train de devenir un signe de distinction sociale. Pouvoir se permettre de ralentir, de ne pas être joignable en permanence, de refuser l’urgence constante, suppose une certaine maîtrise de son temps et de ses priorités.

Là où l’ostentation dominait autrefois, le luxe contemporain se fait plus invisible.

Ne pas répondre immédiatement, ne pas être partout, ne pas commenter tout devient une forme de pouvoir silencieux. Ce n’est pas une absence de vie sociale, mais une sélection. On choisit quand et comment être présent. Dans la mode, la décoration et même la gastronomie, cette recherche de silence se traduit par des choix plus épurés. Couleurs neutres, formes simples, textures douces, plats minimalistes.

Tout ce qui réduit le bruit visuel ou sensoriel gagne en popularité. Ce n’est pas un rejet du plaisir, mais une redéfinition. Le plaisir ne vient plus de l’excès, mais de la justesse. Le silence comme résistance moderne.

Le silence volontaire ne signifie pas l’indifférence. Il signifie le discernement. En 2025, être capable de se taire, de ralentir et d’écouter devient une compétence rare. Et peut-être l’une des plus précieuses.

Monde culinaire, quoi de neuf ?



Une recette géniale pour vous

La salade de maïs grillé au feu de bois



Le maïs grillé au feu du bois en fait partie. Son odeur légèrement fumée, sa texture à la fois tendre et croquante, son goût naturellement sucré relevé par la chaleur du feu... tout évoque quelque chose de simple, de vrai, presque ancestral.

Longtemps cantonné aux stands de rue ou aux souvenirs d'été, le maïs grillé revient aujourd'hui dans nos cuisines sous une forme plus contemporaine, plus réfléchie, mais toujours aussi réconfortante.

Une salade tiède, généreuse, qui peut se suffire à elle-même ou accompagner un repas, parfaite pour les journées où l'on veut bien manger sans passer des heures en cuisine.

Le maïs, star discrète mais puissante Le secret de cette salade repose sur la cuisson du maïs. Idéalement, on choisit des épis frais, encore bien jaunes, que l'on fait griller directement sur des braises ou à défaut sur une flamme vive.

Le feu du bois apporte ce goût fumé incomparable, légèrement caramélisé, qui change tout.

On laisse les grains noircir par endroits, éclater légèrement sous la chaleur, jusqu'à ce que l'épi dégage cette odeur chaude et enveloppante qui annonce qu'il est prêt.

Cliquer sur l'image pour découvrir la recette complète

By Lodj



R212 ويب راديو

مخاربة العالم



WWW.LODJ.MA