

7 Days Lifestyle

By Lodi

08-01-2026



Royal Air Maroc x Chiils : mode, lifestyle et patrimoine à bord

Pull rétréci : l'astuce simple qui le sauve

Elle déguste une huître et découvre une perle à l'intérieur

By Lodj WEB TV

NUIS SOMMES
DEJÁ DEMAIN

www.neolodj.ma/ling/wwwneolodj.ma

LODJ24

3208 75 - 10 mibrenia - 2341 vidéos

Gaffe ènnid feceria le LOD LI Mieür - pba

web flastbook.rrom/LOD Ilién Officath où surcia loris

Accueil Video In direct Podcasts Playasts

Top do - abto foa Top Sintogi

LOD

LOD

LOD

Paroosetiq.ksuññamnulo Latina
Xaxar h. i. osanteo
Himtu

Olo MGR. oprovisata k. topri
Worlntuññamnutea
Vieññamn

Adèle Rucuññap. Ñukuramnua
Graññuññ
Graññuññ

LOD

LOD

LOD

Aoao Otoño fo caesos para Giroños
Rimoces
Vivir di suerte

L Caturongkis amigas lñmoces
dñmoces dñmoces

Graññuññ
Graññuññ

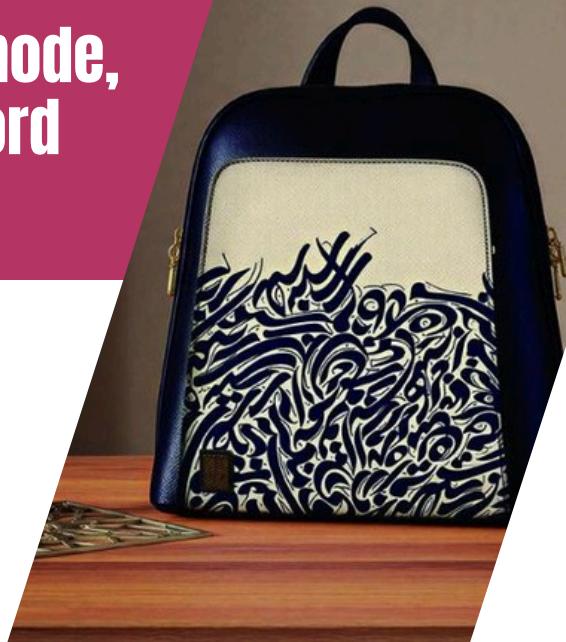
www.neolodj.ma/ling/wwwneolodj.ma

100% digitale
100% Made in Morocco



Royal Air Maroc x Chiils : mode, lifestyle et patrimoine à bord

RAM s'associe à Chiils pour proposer à bord des pièces célébrant l'artisanat marocain et africain: Bogolan, Khmissa et trousse «Dima Maghrib!» en précommande sur E-Sky Shop, dans la gamme «Treasures of Morocco».



Royal Air Maroc et la marque marocaine Chiils s'allient pour offrir aux voyageurs une expérience qui conjugue mode, lifestyle et patrimoine.

À bord, les passagers pourront découvrir des pièces emblématiques mettant en lumière l'artisanat marocain et africain, entre élégance et innovation à la marocaine.

Ce partenariat stratégique, scellé entre la compagnie nationale et la marque de lifestyle et fashion, entend célébrer l'excellence marocaine et africaine, tout en proposant une expérience de voyage élégante, innovante et authentique.

«Aujourd'hui, Royal Air Maroc, en tant que compagnie nationale, affirme sa volonté de valoriser les produits marocains et africains. Pour nous, c'est un tournant: nous passons d'une mise en avant classique à un univers de fashion et lifestyle, et Chiils est la première marque à bénéficier de cette visibilité», explique Ibtissam Cherradi, cofondatrice de Chiils, qui voit dans cette collaboration un hommage à son père, Driss Cherradi, premier président-directeur général de RAM, et à sa vision du rayonnement du Maroc.

Le projet Chiils doit aussi son impulsion à Ismaïl Chafachaf, cofondateur et initiateur de la marque, pionnier du marketing direct au Maroc, dont la vision et l'expertise ont permis de concevoir un concept singulier, alliant patrimoine, design et modernité, et d'inscrire Chiils dans une trajectoire ambitieuse au Maroc et à l'international.

Dans le cadre de ce partenariat, deux articles de Chiils seront proposés en permanence à bord. Le premier s'inspire de l'Afrique à travers le tissu «Bogolan», symbole de savoir-faire et de beauté africaine, illustrant la vocation de RAM, «ailes de l'Afrique», à mettre en lumière la richesse du patrimoine du continent.

Le second met à l'honneur les Khmissas, emblèmes de la culture marocaine, symboles de protection et de tradition. Un troisième article sera disponible en précommande sur l'E-Sky Shop, la plateforme en ligne de RAM: la trousse de voyage «Dima Maghrib!», pensée comme un must-have pour les voyageurs, idéale à l'occasion de la CAN 2025.

Les trois pièces intègrent désormais le catalogue de vente à bord et en ligne, dans le cadre de l'extension de la gamme «Treasures of Morocco» de Royal Air Maroc, offrant aux passagers la possibilité de les découvrir et de les précommander avant leur voyage.

Brèves Lifestyle



Achraf Hakimi en couverture de Rolling Stone Africa

Achraf Hakimi fait la couverture de Rolling Stone Africa à un moment fort de son actualité, entre CAN à domicile et reconnaissance continentale. Le magazine salue son parcours inspirant, des origines marocaines à la scène footballistique mondiale, en le présentant comme un symbole d'ambition africaine.

Dans une interview intime, le joueur met en avant son attachement profond à sa famille, notamment à sa mère, qu'il considère comme sa plus grande source d'inspiration.

Fier d'avoir choisi de représenter le Maroc, il évoque avec émotion le soutien populaire qu'il reçoit.



Mocassins d'hiver : le détail qui change tout

Cet hiver, un simple détail suffit à moderniser les mocassins, souvent cantonnés à un style trop classique. Mini-guêtres fines ou chaussettes à liséré contrastant s'invitent discrètement pour réveiller la silhouette. Ce choix subtil apporte à la fois chaleur, élégance et une touche mode assumée.

En mettant la cheville en valeur, il affine la jambe et donne du relief à une tenue hivernale.

Facile à adopter, cette astuce fonctionne avec tous les styles et toutes les morphologies. Une manière simple de conjuguer confort et allure tout au long de l'hiver 2026.



Pull rétréci : l'astuce simple qui le sauve

Un pull en laine qui rétrécit à la machine n'est pas forcément perdu. La chaleur et le frottement provoquent le feutrage des fibres, mais une solution simple permet de les détendre.

Un bain d'eau tiède avec un adoucissant naturel comme l'après-shampoing ou la glycérine aide à assouplir la laine.

Le secret réside ensuite dans des gestes lents et délicats pour remodeler le vêtement sans l'abîmer.

Un séchage à plat et quelques bonnes habitudes prolongent la douceur retrouvée.



Éducation canine : combien de temps pour les bases ?

Apprendre les ordres de base à un chien ne relève ni de la magie ni des méthodes miracles, mais d'un travail régulier et bienveillant.

Dès deux à trois mois, un chiot peut assimiler rapidement des commandes simples grâce à des séances courtes, ludiques et répétées. La clé réside dans la constance, le renforcement positif et l'adaptation au caractère de l'animal. Les progrès peuvent être rapides au début, mais seule la régularité permet un apprentissage durable. Les petits blocages font partie du processus et doivent être abordés sans stress.



Hiver connecté : passer à la slow tech

Avec l'arrivée du froid, le temps passé devant les écrans explode, entre streaming, réseaux sociaux et soirées canapé.

Cette surconsommation numérique, loin d'être immatérielle, alourdit la facture énergétique et fatigue le mental.

On vous invite à adopter la « slow tech », une approche plus sobre qui privilégie des usages choisis plutôt que automatiques.

Réduire la qualité du streaming, couper les appareils en veille et baisser la luminosité des écrans font déjà la différence.

Au-delà de l'économie d'énergie, cette sobriété numérique apaise l'esprit et améliore le sommeil.



Elle déguste une huître et découvre une perle à l'intérieur

Pascale, 60 ans, habitante du Maine-et-Loire en France, a eu la surprise de trouver une perle dans une huître dégustée lors des fêtes de Noël en famille.

L'huître, achetée en supermarché à Angers, appartenait à la variété bretonne numéro 2.

Au moment de la dégustation, la sexagénaire a senti une petite boule sous sa dent et a découvert la perle blanche.

Une découverte rare, car l'espèce *Crassostrea gigas*, majoritairement cultivée en France, produit très peu de perles.

Ongles : les tendances qui dominent (et dureront)

Quand la manucure devient un vrai langage esthétique :

Longtemps considérée comme un simple détail beauté, la manucure est aujourd’hui un véritable terrain d’expression.

En 2025, et plus encore en ce début d’année 2026, les ongles ne se contentent plus d’être “jolis” : ils racontent une intention, un style, parfois même une humeur.



Parmi les grandes stars de la saison, certaines tendances s’imposent avec une force remarquable, tandis que d’autres confirment leur statut d’intemporelles.

Difficile de passer à côté du cat-eye, qui s’impose comme l’un des effets les plus désirés du moment. Inspiré du regard félin, ce style repose sur des vernis magnétiques capables de créer un jeu de lumière hypnotisant. En noir profond, il évoque une élégance mystérieuse presque couture.

En rouge intense, il devient plus audacieux, plus sensuel, flirtant avec une esthétique glamour assumée.

Ce qui séduit dans le cat-eye, c’est sa capacité à capter la lumière différemment selon l’angle, donnant aux ongles un aspect presque vivant, jamais figé.

Autre tendance forte : l’effet léopard

Longtemps réservé aux imprimés mode, il s’invite désormais sur les ongles avec beaucoup plus de subtilité qu’on ne l’imagine. Oublie le total look criard : la version actuelle est maîtrisée, parfois minimaliste, souvent utilisée en accent nail ou intégrée à des bases nude, beige ou caramel.

Le léopard version 2025-2026 joue avec les contrastes doux et les détails fins. Il apporte une touche sauvage, mais chic, et s’inscrit parfaitement dans cette envie de motifs inspirés de la nature, sans excès.

Dans un registre beaucoup plus délicat, le pearly white, ou blanc perlé, séduit celles qui recherchent une manucure raffinée et lumineuse.

Cette teinte, subtilement irisée, rappelle la surface d’une perle naturelle. Ni totalement blanche, ni franchement nacrée, elle capte la lumière avec douceur et donne aux ongles un aspect soigné, presque précieux.

C’est une couleur qui fonctionne aussi bien sur des ongles courts que longs, et qui s’adapte à toutes les carnations. Elle est particulièrement prisée pour son côté “clean luxury”, très en phase avec les tendances actuelles.

Impossible également de ne pas mentionner les milky whites et les nudes, qui restent des valeurs sûres

Le blanc laiteux, légèrement translucide, continue de séduire par son élégance discrète. Il donne l’impression d’ongles naturellement parfaits, sans artifices visibles.

Les nudes, quant à eux, se déclinent aujourd’hui dans une palette beaucoup plus large qu’auparavant, afin de s’adapter à toutes les teintes de peau.

Beige rosé, sable chaud, caramel clair ou nude rosé froid : le mot d’ordre est l’harmonie. Ces teintes rassurent, traversent les saisons et incarnent une sophistication sans effort.

Et puis, il y a le grand retour de la French manucure

Mais attention, pas celle des années 2000. La French version 2025-2026 se réinvente. Plus fine, plus graphique, parfois colorée, parfois inversée, elle devient un terrain de jeu créatif. Les contours sont plus subtils, les lignes plus douces, et les combinaisons de couleurs plus audacieuses.

C’est une tendance qui a su évoluer avec son temps, tout en conservant son ADN élégant. Et tout porte à croire qu’elle continuera de dominer encore longtemps.

Monde culinaire, quoi de neuf ?



Délice de la semaine

La verrine chia fruits rouges et chocolat noir : le dessert sain qui fait vraiment plaisir



Il y a des recettes qui cochent toutes les cases sans en faire trop. Des recettes simples, jolies, nourrissantes, et surtout... qui donnent envie dès la première cuillère.

La verrine aux graines de chia, fruits rouges et chocolat noir fait clairement partie de cette catégorie.

À mi-chemin entre le dessert et le petit-déjeuner healthy, elle s'impose comme une valeur sûre pour celles et ceux qui veulent se faire plaisir sans culpabiliser, tout en misant sur des ingrédients bruts et intelligents.

Ce qui rend cette verrine si séduisante, ce n'est pas seulement son esthétique en couches bien nettes.

C'est surtout l'équilibre qu'elle propose : des fibres, des bons gras, des antioxydants et juste ce qu'il faut de gourmandise.

Les graines de chia, souvent considérées comme un simple "super-aliment", prennent ici toute leur dimension. Une fois hydratées, elles se transforment en une texture douce et légèrement gélifiée, parfaite pour accueillir la fraîcheur des fruits et l'intensité du chocolat noir.

Les fruits rouges, eux, apportent cette touche acidulée qui réveille le palais

Cliquer sur l'image pour découvrir la recette complète

By Lodj



راديو 92.12

مغاربة العالم



WWW.LODJ.MA