



# L'ODJ i-MAG

## MAGAZINE

**JOUAHRI TIRE  
LA SONNETTE D'ALARME  
ET LAHLIMI L'AMPLIFIE,  
OÙ EST AKHANNOUCH ?**

**ET SI ON ARRÊTAIT  
D'EXPORTER NOS FRUITS  
ET LÉGUMES  
ET NOS RESSOURCES  
EN EAU ?**



**LA GUERRE DES IA AURA BIEN LIEU  
MAIS AU DÉTRIMENT DE L'IB ET DU TIERS-MONDE**

# LA GUERRE EST DÉCLARÉE

# SOMMAIRE

MAGAZINE WEB CONNECTÉ EN FORMAT FLIPBOOK

- 09** L'ODJ ROOM
- 17** SANTÉ & BIEN-ÊTRE
- 34** ENVIRONNEMENT
- 38** CULTURE
- 46** POLITIQUE INTERNATIONALE
- 54** CHRONIQUEURS INVITÉS
- 60** QUARTIER LIBRE

L'ODJ I-MAG EST UN MENSUEL DE L'ODJ MÉDIA DU GROUPE DE PRESSE ARRISSALA, PUBLIÉ LA FIN DE CHAQUE MOIS, CE N'EST PAS UN MAGAZINE PAPIER, NI UN PDF CLASSIQUE.

**66** ÉCONOMIE

**70** ÉDUCATION

**75** DIGITAL

**83** SPORT

**89** ARTZONE

**94** CHRONIQUES  
RADIO / VIDÉO

**97** LIFESTYLE - ASTUCES -  
INSOLITES



**L'ODJ I-MAG N°28 : MARS 2023**

Retrouver tous nos anciens numéros sur :  
[lodj.ma/magazine](http://lodj.ma/magazine)

DIRECTEUR DE PUBLICATION : AHMED NAJI  
RESPONSABLE ÉDITORIALE ONLINE & MARKETING :  
RIM KHAIROUN  
WEBDESIGNER : NADA DAHANE  
DIRECTEUR DIGITAL : MOHAMED AIT BELLAHCEN  
L'ODJ MÉDIA- GROUPE DE PRESSE ARRISSALA SA

Ahmed Naji

Directeur de  
publication



## Bing, Bard, taux et eau

Du pain et du spectacle, c'est ainsi que les dirigeants de la Rome antique veillaient à s'attirer les bonnes grâces de la population.

Aux prix actuels des denrées alimentaires, il n'est pas certain que le gouvernement parvienne à se faire bien voir des Marocains les moins aisés, ceux qui dépendent l'essentiel de leurs revenus juste pour se nourrir.

Du pain et du spectacle, c'est ainsi que les dirigeants de la Rome antique veillaient à s'attirer les bonnes grâces de la population.

Aux prix actuels des denrées alimentaires, il n'est pas certain que le gouvernement parvienne à se faire bien voir des Marocains les moins aisés, ceux qui dépendent l'essentiel de leurs revenus juste pour se nourrir.

Bank Al Maghrib a, encore une fois, haussé son taux directeur de 50 points de base, qui atteint 3%, justement pour tenter de juguler cette inflation devenue interne, rappelle notre économiste, Noureddine Batije. Mais cela ne saurait se faire sans porter atteinte à la croissance (Voir page 66).

Que valent encore, en effet, les engagements du gouvernement de réaliser, au terme de cette année, un taux de croissance de 4% ?

Selon la loi des finances 2023, l'inflation ne devait pas dépasser les 2%. Elle se chiffre actuellement à 10%.

SM Mohammed VI vient d'appeler de ses vœux un essor de l'industrie nationale, autant pour renforcer la souveraineté du Maroc, en réduisant sa dépendance aux importations, que pour la création d'emplois.

L'accès à des financements consistants et bon marché est indispensable pour concrétiser une telle ambition.

Une allocation plus efficiente des ressources ne commence-t-elle pas par celle de l'une des plus rares et plus vitales entre toutes, l'eau, s'interroge Hafid Fassi Fihri. Avec seulement 600 m<sup>3</sup> d'eau par habitant et par an, le Maroc est déjà plongé dans le stress hydrique. Ce qui ne l'empêche pas d'exporter son eau, s'insurge notre écologiste (Voir page 34).

Si un kilogramme d'avocat absorbe pas moins de 800 litres d'eau, notre « tête d'avocat » local, l'entraîneur de l'équipe nationale de football, ne se montre pas aussi exigeant pour que ses protégés affichent de bons scores.

L'appétit nouvellement aiguisé des Marocains, en matière de ballon rond, va désormais jusqu'à la candidature pour l'organisation de la Coupe du Monde 2030, avec l'Espagne et le Portugal (Voir page 83).

Dans un monde en pleine redistribution géopolitique des cartes, les loups de mer anglo-saxons étant déterminés à en découdre avec l'ours russe et le dragon chinois, sur les steppes d'Ukraine et l'océan Pacifique, l'entente entre les descendants des Maures et des Ibères pourrait donner une nouvelle dimension stratégique à la Méditerranée occidentale.

Bien sûr, il faudra faire avec une France qui vit mal sa perte d'influence en Afrique et une Algérie tout aussi mal à l'aise dans la poursuite de sa quête identitaire.

« Bing », dirait Microsoft, pour signifier, en vocabulaire d'IA générative, que le dernier mot lui revient.

« Bard » répond Google, fermement décidé à lutter jusqu'au dernier emploi d'être humain. Vous reconnaissez cette musique ?

C'est la bande sonore du film Terminator, produite à titre prémonitoire par Brad Fiedel, en 1984 (bizarrement, « 1984 » est également le titre de la dystopie de George Orwell).

Allah soit loué, le Muezzin ne va pas tarder à appeler à la rupture du jeûne. Les esprits creux produisent d'étranges bruits.

### Nos autres éditos !

#### Découvrez en un clic !

- Le Maroc industriel
- Des vertus d'une spiritualité renouvelée
- Halte aux cultures gourmandes en eau
- La chanson que nous voulons, le cinéma que nous espérons
- Les derniers soubresauts d'une ère finissante
- Balance des risques : le spectre de l'inflation l'emporte sur la croissance
- Trouble de concentration en hausse sur les bancs d'école
- Serons- nous gouvernés par l'IA ?
- Merci Majesté

**Appel à supprimer les noms français des rues marocaines**

Dans un contexte de tensions diplomatiques entre la France et le Maroc, le groupe parlementaire de l'Istiqlal a soulevé la question des noms à connotation coloniale française donnés à des rues, places et artères dans plusieurs villes marocaines. Le groupe de la Balance a appelé à leur remplacement par des noms de figures marocaines de la Résistance, de la culture, de la politique et des arts, dans le but de consolider les valeurs du patriotisme, de préserver la mémoire nationale, de rendre hommage à des symboles marocains et de rappeler des événements historiques.



**Emballement et acharnement d'une justice expéditive contre Achraf Hakimi**

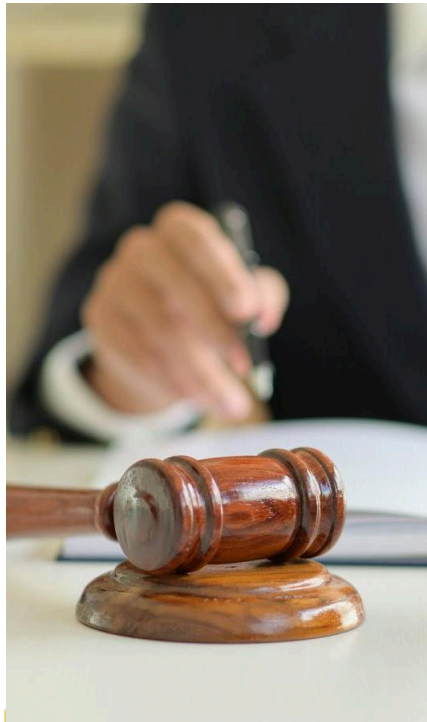
Achraf Hakimi a été mis en examen pour viol, a indiqué le parquet de Nanterre contacté par l'AFP.

La mise en examen de Achraf Hakimi va-t-elle révéler une scandaleuse affaire de racket !?

Achraf Hakimi, joueur du Paris Saint-Germain, a été mis en examen pour viol, a fait savoir le vendredi 3 mars le parquet de Nanterre.

La latérale marocain a été placé sous contrôle judiciaire.

Visé par une enquête pour viol, le joueur du PSG Achraf Hakimi vient d'être mis en examen dans cette affaire, avait appris l'AFP auprès du parquet de Nanterre.



**Une plateforme pour la justice pour détecter des faux témoignages**

Le Conseil Supérieur du Pouvoir Judiciaire a adressé une circulaire aux premiers présidents des cours d'appel et aux présidents des tribunaux de première instance, les informant de la disponibilité d'un nouveau mécanisme pour l'aide à la détection des faux témoignages.

Il s'agit d'une plateforme numérique élaboré par le ministère de la Justice qui permet, à l'aide d'un moteur de recherche intégré, de consulter les données des précédents dossiers, PV et plaintes. Ceci permettra de démasquer les «professionnels» des faux témoignages qui offrent leurs services moyennant de l'argent.



### Scandale de la billetterie de Qatar 2022 : Des pressions sur Fawzi Lekjaa ?

Alors que le scandale du trafic de billets des rencontres de l'équipe du Maroc lors de la récente Coupe du Monde a terni l'image de la FRMF, la vérité tarde à éclater après que la BNPJ a remis les résultats de ses investigations au président de la fédération.

La Brigade nationale de la police judiciaire a terminé son enquête sur le scandale lié à la revente des tickets gratuits destinés aux supporters marocains lors du mondial Qatar 2022 et il se dit que beaucoup de têtes pourraient tomber selon certaines sources.

Sauf que certains font tout pour retarder l'échéance et tenteraient même d'échapper à des sanctions ou à la justice.



### Mission 2030

On s'attendait à la remise du Prix de l'excellence décerné par la CAF à Sa Majesté, mais franchement sans plus. On s'attendait, ou du moins on espérait que la CAF passe le cap et déclare officiellement le Maroc pays organisateur de la CAN 2025, au lieu de tergiverser et de faire durer bêtement le suspens, et surtout le calvaire des voisins ! Juste une petite parenthèse si vous permettez : si la CAF a reporté à deux reprises la date de l'annonce, arguant que des commissions d'inspection vont se rendre dans les pays candidats, c'est que certainement une visite au Maroc avec accueil Royal et séjour de très haut standing à Marrakech, Tanger, Fès, Agadir, Rabat, Dakhla et Casablanca cela ne se refuse absolument pas alors pourquoi s'en priver après tout !?

### Lancement de la campagne digitale 2023 : semaine\_contre\_discriminations

Un début d'année 2023 marqué au fer rouge des discriminations raciales.

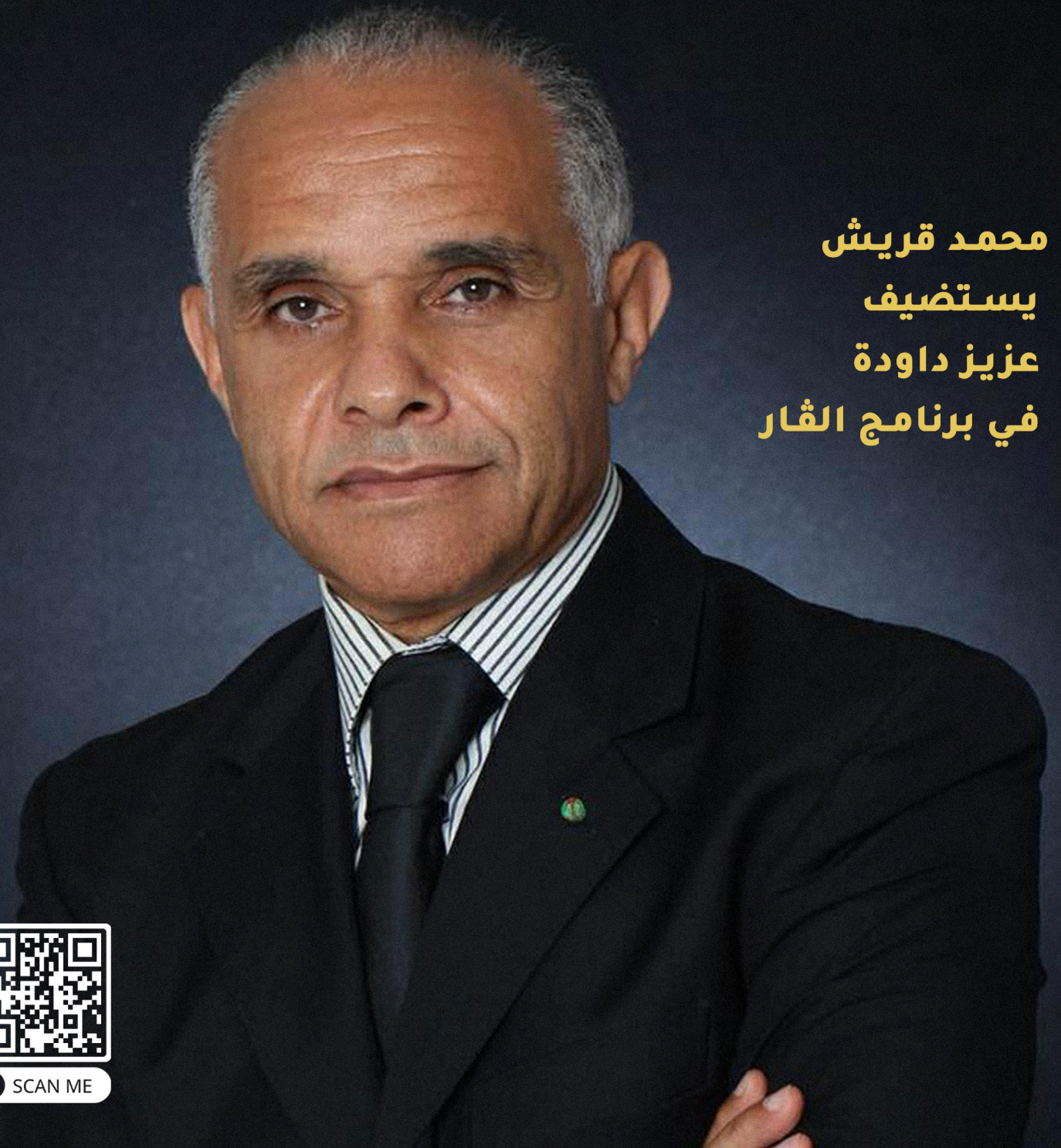
Discours d'incitation à la haine raciale sur les réseaux sociaux, stigmatisation et rejet des personnes noires étrangères au Maroc, propos et violences racistes particulièrement virulentes en Tunisie... ce début d'année 2023 a été fortement marqué par un contexte lourd.

Le GADEM s'inquiète de la situation actuelle, et appelle à des actions concrètes et à un véritable débat démocratique, ouvert et franc sur ces questions à l'occasion de cette nouvelle journée internationale de lutte contre toutes les formes de discriminations raciales.



”القانون 30/09 خصو يتعاد فيه النظر،

ما تيخدمش مصلحة الرياضة في المغرب“



محمد قريش

يستضيف

عزيز داودة

في برنامج القار



SCAN ME

# CHRONIQUEURS INVITÉS



SCAN ME

LODJ PODCAST    LODJ RADIO



Ahmed Naji

## Le Maroc industriel

SM Mohammed VI en a fait l'annonce. Le Maroc s'engage dans « une nouvelle ère industrielle portée vers et par la notion de souveraineté ».

Des leçons ont été tirées de la pandémie du Covid, basées sur le constat de la forte dépendance du royaume aux importations et de la vulnérabilité des chaînes mondiales d'approvisionnement.

Réduire la vulnérabilité aux sources d'approvisionnement externes est une question de souveraineté nationale, qui passe par la promotion du tissu industriel.



Tel est, en substance, l'esprit du message adressé par le Souverain aux participants à la 1<sup>ère</sup> édition de la Journée nationale de l'industrie, que le Roi veut « un rendez-vous annuel du secteur et de ses opérateurs », organisé dès l'année prochaine dans toutes les régions du pays.

Autre mot clé du message du Souverain : la création d'emplois. Doter la jeunesse marocaine de formations adaptées aux besoins des secteurs industriels est le levier nécessaire pour concrétiser une telle ambition.

Comme l'a souligné Mohamed Benchaâboun, directeur général du Fonds Mohammed VI pour l'Investissement : « On ne peut pas parler d'une amélioration des process, de la productivité, de l'amélioration des coûts et de la qualité sans investir dans la formation des ressources humaines et la formation de base ».

Autre élément d'importance du message royal, et non des moindres, la recherche & développement, facteur primordial de tout développement industriel endogène, malheureusement souvent négligé.

Le Souverain insiste, donc, sur la mise en œuvre et l'élargissement des « dispositifs d'accompagnement en faveur du renforcement de l'infrastructure technologique et de la recherche et développement au

sein des entreprises marocaines et de la création d'un écosystème industrie-université-centres de recherche, pour soutenir l'innovation et en faire un moteur de croissance de l'industrie marocaine ».

Selon le rapport de la Banque africaine de développement (Bad) intitulé « Indice de l'industrialisation en Afrique », le Maroc est le 2<sup>ème</sup> pays le plus industrialisé du continent, derrière l'Afrique du Sud et suivi de l'Égypte et de la Tunisie.

Le royaume n'en est pas à ses premiers pas en matière d'industrialisation et, comme l'a précisé le Roi, c'est déjà une « destination mondiale incontournable » pour plusieurs secteurs de pointe. L'industrie automobile, à titre d'exemple, a généré 100 milliards de Dhs de recettes à l'export, en 2022, juste derrière les phosphates (108 milliards de Dhs).

Le Maroc assume, par ailleurs, une grande responsabilité dans la sécurité alimentaire mondiale, plus particulièrement sur le continent africain, étant un important producteur d'engrais. De par ses importantes réserves de phosphates, dont est extrait l'acide phosphorique qui entre dans la fabrication de fertilisants, le Maroc jouit d'un avantage compétitif naturel, qu'il s'agit d'exploiter au mieux des intérêts du royaume. En l'an de grâce 2023, le Maroc industriel a obtenu ses lettres de créance pour prendre son envol.

Par Jamal HAJJAM

## Emmanuel Macron, chercherait-il l'apaisement avec le Maroc ?

**Emmanuel Macron cherche l'apaisement avec le Maroc et se dit résolu à avancer dans ce sens au-delà des « polémiques » et des « péripéties ».**

**Lors d'une conférence de presse sur sa stratégie en Afrique, à la veille d'un périple qui devrait le conduire dans quatre pays subsahariens, le président français, interrogé par la presse sur la relation avec le Maroc, a pointé du doigt ceux qui « essaient de monter en épingle des péripéties ».**



Par « polémiques » et « péripéties » Emmanuel Macron renvoie aux soupçons qui pèsent sur la France s'agissant de la campagne anti-marocaine menée au sein du Parlement européen et des sorties souvent incendiaires des médias français. Il l'a même explicité en précisant que des gens essaient de « monter en épingle des péripéties, des scandales au Parlement européen, des sujets d'écoute qui ont été révélées par la presse ». « Est-ce que c'est le fait du gouvernement de la France ? Non. Est-ce que la France a jeté de l'huile sur le feu ? Non » a-t-il avancé sur un ton catégorique.

Le président français qui n'a pas exprimé de position sur les accusations dont le Maroc fait l'objet, notamment celle de corruption de députés européens, se disant juste « profondément préoccupé » par ces allégations, dégage ici la responsabilité du gouvernement et de la France officielle.

Ce qui n'exclue pas celle de lobbies français et des tireurs de ficelles qui se trouvent derrière, les positions du Parlement européen hostiles au Maroc étant le résultat de l'activisme du groupe français Renaissance via le groupe d'eurodéputés Renew Europe.

Toujours est-il qu'Emmanuel Macron tente de faire valoir une « volonté sincère » d'avancer avec le Maroc et met en avant ses relations personnelles avec le Souverain. « Ma volonté est de vraiment avancer avec le Maroc. Le Roi le sait, nous avons eu plusieurs discussions, il y a des relations personnelles qui sont amicales » assure-t-il.

L'intention du président français part certainement d'un bon sentiment, mais c'est par les actes que les choses se définissent. La question de la clarification de la position de la France à l'égard de l'intégrité territoriale du Maroc demeure entière, alors que le Maroc, par sa voix la plus autorisée, n'a eu de cesse d'aviser que le dossier du Sahara est le prisme à travers lequel le Maroc considère son environnement international. **Emmanuel Macron franchira-t-il enfin le pas pour faire sortir la France de la zone grise à ce sujet ?**



Dans le cadre de sa volonté de renforcer aussi la relation de la France avec l'Algérie qui passe actuellement par une forte turbulence en raison de l'affaire de la franco-algérienne Amira Bouraoui, saura-t-il faire entendre raison au régime algérien sur la question du Sahara marocain pour pouvoir s'assurer une coopération sereine et apaisée avec les deux pays maghrébins ?

Ce n'est pas un secret de dire que la France est en train de perdre complètement pied au Maroc où, pourtant, il y a une visibilité et un cap bien clair en tant qu'économie et en tant que nouvelle puissance africaine.

*Cliquer sur l'image pour la version web ou scanner le code QR pour la version pdf*

### L'après Covid-19 : Le nouveau système des valeurs espéré peut attendre...

**Mise en place en 2020 pour lutter contre la propagation du Covid-19, la mesure de l'état d'urgence sanitaire a pris fin dans notre pays le 1er mars 2023. Trois années durant, le Maroc s'était mis en situation d'urgence pour se prémunir contre un mal qui avait pris l'humanité tout entière en otage.**

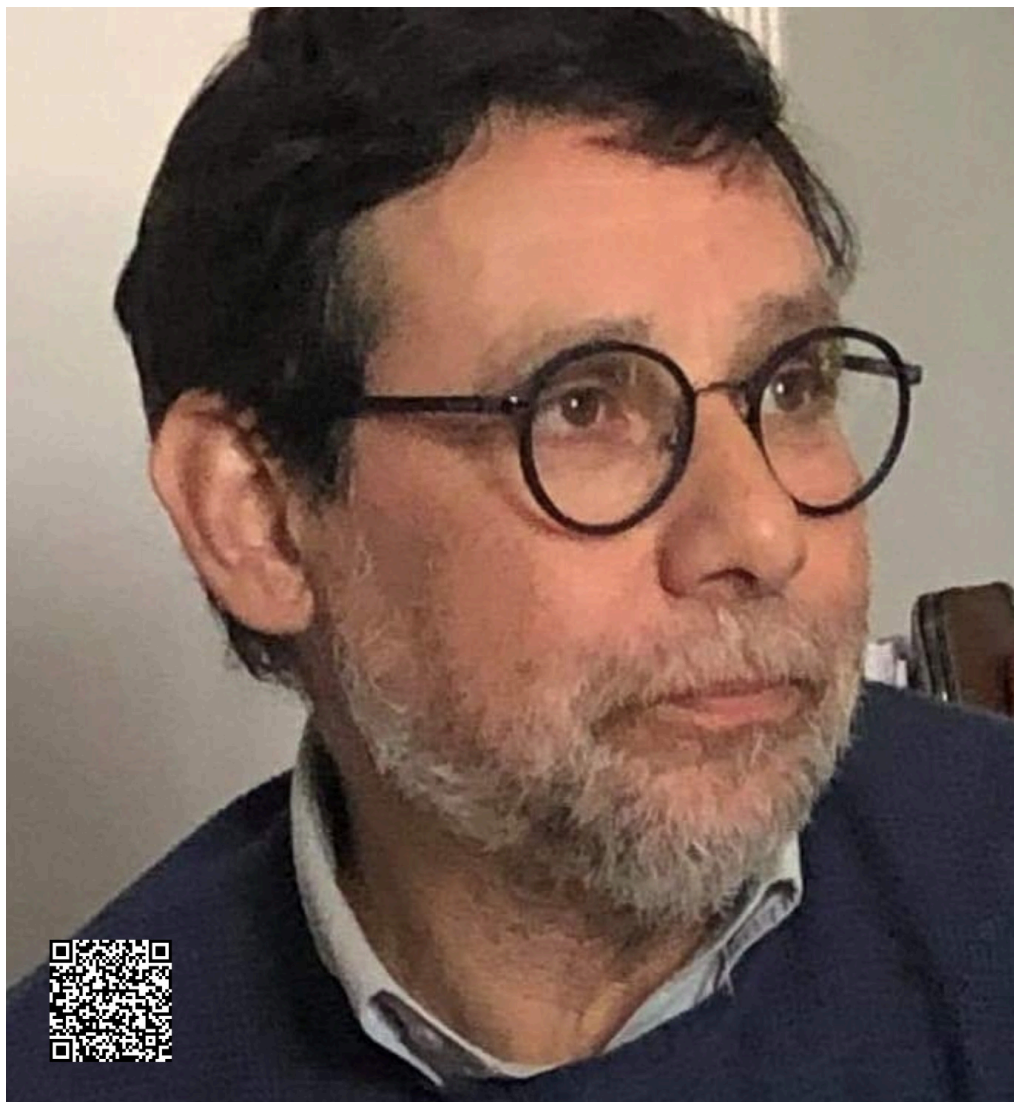
A une vitesse foudroyante, la bête nanométrique couronnée avait chamboulé notre train de vie, déstabilisé l'économie, la vie sociale et familiale, nos habitudes bourgeoises tout en suffisance et hypothéqué l'avenir de centaines de milliers de familles.

Pendant les épisodes de confinement, nos rues s'étaient vidées, de nombreuses entreprises furent à l'arrêt et, dans l'urgence, nous avons tenté de trouver de nouveaux fonctionnements pour produire, soigner, continuer à informer, éduquer les enfants... Comme si le virus nous prenait par la main et nous conduisait vers une nouvelle dimension que nous ne nous figurions pas, mais que nous savions foncièrement différente...

Le Covid-19 qui s'est moqué royalement du pouvoir scientifique des hommes, fut tantôt pris pour une "revanche de la nature" sur l'outrecuidance humaine, tantôt pour un "complot" ourdi, tantôt pour un "rédempteur" ou un "chevalier occulte" ; c'était selon le choix idéologique. Mais il n'en demeurerait pas moins que cet infiniment petit a été une catastrophe économique à l'échelle planétaire, doublée d'un dérèglement majeur de la vie sur terre.

Cependant, il a aussi constitué une aubaine pour procéder à des réglages et à des réajustements en vue de transcender les défaillances de nos politiques publiques qui se sont révélées, dans de nombreux secteurs inefficaces contrairement aux apparences.

La crise Covid-19 devait, selon toute logique, inciter à une redistribution des cartes pour un nouveau système de valeurs où la santé, l'enseignement, l'éducation, l'écologie, reprendraient le dessus sur une uniformisation déculturante et une libéralisation outrancière. En a-t-il été ainsi ? La question mérite amplement d'être posée. La communion nationale que nous avons vécue dès que le virus s'était invité chez nous, ainsi que la résilience et le sens du devoir et de solidarité qui avaient animé les Marocains, laissaient espérer une remise en cause profonde de certains choix, avec redistribution des richesses sur des bases innovantes où les secteurs économiques dominants soient ceux de l'empathie et non de l'indifférence et de l'apathie.



Au regard des fragilités sectorielles et sociales dont l'évidence s'était imposée à tous, on avait alimenté l'espoir de voir la crise marquer de ses enseignements les contours d'une gouvernance fondée sur davantage d'éthique, tout en nous faisant réfléchir sur nos relations humaines et sur l'impérieux besoin de solidarité en tant que réflexe systématique de gouvernance.

#### **Est-ce vraiment ce dont nous jouissons après le passage de la crise covid ?**

La réponse à ces trois interrogations est objectivement négative. Le libéralisme débridé et prédateur s'est, au contraire, donné des ailes et continue à imposer sa loi creusant davantage l'écart entre les classes sociales. C'est le constat qui s'impose aujourd'hui à tout le monde, vérifiable et lisible d'ailleurs sur les visages.

La libéralisation des prix débridée et l'encouragement des monopoles de fait et déguisés, semblent être le maître-mot alors que l'Etat régulateur et protecteur paraît, quant à lui, dans l'expectative.

**Par Jamal HAJJAM**

*Cliquer sur l'image pour la version web ou scanner le code QR pour la version pdf*

Par **Salma LABTAR**

## Pour nous les femmes, pour elles et pour celles qui viendront après nous...

Le 25 octobre 2022 marque le décès d'Aïcha Ech-Chenna, une figure emblématique de la lutte pour les droits des femmes au Maroc. Son engagement en faveur des mères célibataires et des enfants nés hors mariage a été une source d'inspiration pour de nombreuses personnes. Elle a contribué, avec d'autres femmes, à remporter des victoires importantes dans cette lutte.

Nous avons maintenant la responsabilité de continuer leur combat en leur hommage.

À l'occasion de la Journée internationale de lutte pour les droits des femmes, nous, les militant-e-s féministes marocain-e-s lançons un appel pressant au Gouvernement, au Parlement et à la population pour prendre des mesures radicales. Il s'agit d'une question de survie pour les femmes, et nous insistons sur l'importance de faire progresser nos lois pour mettre fin aux violences...

### 2004-2023 : un grave constat d'échec dans la protection des femmes

Au cours des 19 dernières années, de nombreuses affaires ont révélé l'échec de notre société à garantir la sécurité des femmes.

Certaines femmes ont été soumises à des peines d'emprisonnement injustifiées, ce qui leur a retiré le contrôle de leur propre corps.

Nous pouvons prendre l'exemple de celles qui ont été condamnées pour des relations sexuelles en dehors du mariage ou pour avoir avorté.

La privation de liberté fondamentale peut avoir des conséquences mortelles, comme cela a été le cas pour Meriem qui a été violée à l'âge de 14 ans et est décédée des suites d'un avortement clandestin. Les cas de féminicides, qu'ils soient conjugaux, intra-familiaux ou liés à des avortements clandestins, sont malheureusement fréquents et sont souvent relégués au rang de faits divers.

Enfin, il convient de rappeler les affaires de violences sexuelles qui ont choqué les consciences, telles que l'enlèvement, le viol et la torture de Khadija par douze hommes, ainsi que les agressions sexuelles subies par une femme de Casablanca dans un bus par un groupe de garçons, et par une femme de Tanger en plein rue par un homme qui était filmé par un autre individu.

Dernièrement, un chanteur très apprécié des Marocains a été reconnu coupable de viol aggravé et condamné à six ans de prison. Ce procès et ce verdict ont mis en lumière une culture du viol profondément enracinée dans les mentalités, puisque Saad Lamiarred a reçu plus de soutien que l'ensemble des femmes victimes de violences sexuelles évoquées précédemment. Le constat amer dressé dépeint une société caractérisée par la violence patriarcale, qui tend à blâmer les femmes tout en protégeant les auteurs de violences à leur encontre. L'inégalité des sexes persiste aussi bien dans la réalité que dans les droits.



### La famille marocaine de 2023 n'est plus celle de 2004

Après un laps de temps de dix-neuf ans depuis la dernière réforme de la Moudawana, les façons d'aimer, de se lier, de fonder et de gérer une famille ont changé. Les mariages sont moins fréquents, tandis que les divorces et les familles monoparentales sont en hausse. Par ailleurs, il y a plus de femmes occupant des postes de responsabilité et davantage d'entreprises dirigées par des femmes.

**Cliquer sur l'image pour la version web ou scanner le code QR pour la version pdf**

## 8 Mars : Que réclame le Collectif de Marocaines Féministes ?

La Moudouana 19 ans après, le débat est ouvert.

SM Le Roi a placé en tête du discours du Trône (2022), la question des droits de la femme, ouvrant la porte à une révision de la Moudawana et à une mise à jour des textes en vigueur relatifs à cette question.

**Le Collectif de Marocaines Féministes : Une refonte totale de la Moudawana, 19 ans après la dernière réforme en trois grandes mesures :**

1) Nous réclamons un Code de la Famille qui interdit et pénalise le mariage des enfants. Qui prend en compte l'intérêt supérieur de l'enfant comme clé de voûte de la législation et la prise de décisions judiciaires. Des lois qui suppriment les formes désuètes de divorce. Qui prennent en compte et valorisent le travail des femmes au sein du foyer. Qui mettent en place l'autorité parentale conjointe (tutelle, garde et responsabilité conjointe). Qui autorisent les femmes à être témoins. Qui mettent en place l'égalité dans l'héritage. Qui reconnaissent le mariage d'une femme marocaine avec un non-musulman non-converti et enfin, qui interdise la polygamie et qui institue un droit successoral équitable.

2) La création d'un dispositif de protection efficace contre les violences faites aux femmes, et de lutte contre les féminicides, comprenant la légalisation de l'avortement.

3) Une refonte totale du Code Pénal comprenant l'abrogation des dispositions qui pénalisent l'exercice des libertés individuelles et un renforcement de la lutte contre la pédocriminalité.

### Que fait le gouvernement ?!

Intervenant à la conférence d'ouverture de la 2<sup>e</sup> édition du Sommet de la femme Rniste organisée à Marrakech, M. Akhannouch a souligné que le gouvernement accorde une grande importance à la question de l'autonomisation de la femme conformément aux Objectifs du développement durable (ODD) et aux orientations du Nouveau modèle de développement (NMD). « Nous nous attelons à mettre en œuvre une politique publique intégrée et complémentaire dans le cadre du Plan gouvernemental de l'égalité, visant à lutter contre toutes les formes de discrimination et violence à l'égard des femmes et garantir leurs droits économiques ».

**Le CESE a appelé à une révision du Code de la famille en accélérant le lancement d'un débat public « ouvert, pluraliste et responsable »**



Le président du CESE Ahmed Réda Chami s'exprimant lors d'un colloque national sur l'égalité et la justice au sein de la famille marocaine :

**« Conscient de l'importance de disposer d'un arsenal juridique garantissant la sécurité juridique des citoyens, en particulier des femmes, et leur protection contre toute forme de discrimination ou de violence, le CESE appelle à une révision du Code de la famille en accélérant le lancement d'un débat public ouvert, pluraliste et responsable, et d'une dynamique de réflexion collective fondée sur l'avis d'instances compétentes autour de l'ensemble des questions liées notamment au mariage, au divorce, à la filiation, à la garde des enfants et à la reconnaissance du travail domestique des femmes ».**

L'odj media

Cliquer sur l'image pour la version web ou scanner le code QR pour la version pdf

## L'odj média

### La Banque mondiale accorde 250 millions de dollars pour la réforme de l'éducation au Maroc

La Banque mondiale a approuvé un financement additionnel de 250 millions de dollars pour le Programme d'appui à l'éducation au Maroc, en sus du programme initial de 500 millions de dollars approuvé en 2019.



Ce financement est destiné à soutenir le gouvernement du Maroc dans la mise en œuvre d'un ambitieux programme de réformes de l'éducation. Le programme comprend l'expansion de services d'éducation de qualité pour la petite enfance, un soutien en matière de pratiques d'enseignement dans le primaire et le secondaire, un renforcement des capacités de gestion, et de la responsabilisation pour de meilleurs résultats d'apprentissage.

introduit également un financement de projets d'investissement (IPF) dans le programme, permettant d'apporter un appui technique au ministère de l'Éducation nationale, du Préscolaire et des Sports pour mettre en œuvre des réformes clés menant à de meilleurs résultats en matière d'éducation.

« Le cadre stratégique du programme est basé sur le renforcement du capital humain et le soutien à la décentralisation sectorielle pour une responsabilité claire sur les résultats et la prestation de services », a déclaré Abel Bove, Spécialiste senior du secteur public et co-responsable du programme à la Banque mondiale.

Parmi les réformes soutenues par le programme figure la contribution aux efforts d'atténuation et d'adaptation au changement climatique.

À cet égard, le programme favorisera une évolution des mentalités, encouragera le changement de comportement, développera les compétences nécessaires à la transition vers une économie verte, et contribuera finalement à la résilience des populations face aux chocs.

***Cliquez sur le texte pour la version web***

« Ce programme bénéficiera à 100 000 enfants inscrits dans des unités préscolaires auxquelles sera attribué un label de qualité et développera les qualifications professionnelles des enseignants en utilisant des approches pédagogiques innovantes. À titre d'exemple, 10 000 éducateurs suivront un programme de formation préscolaire initiale, 10 000 autres une formation préscolaire continue, et 12 000 nouveaux étudiants seront inscrits en 1<sup>ère</sup> année du programme de Cycle spécialisé de licence en éducation (CLE) pour une durée de trois ans pour l'année académique 2023-2024 »  
Le financement additionnel

Par Ahmed Naji

## Le Souverain, le dépourvu et le casque républicain

L'année 2022 n'a pas été très reluisante pour nos chers partenaires de la vieille Europe. Les Russes les ont giflés en Ukraine et leurs alliés Américains ont exploité leur détresse énergétique pour leur vendre leur onéreux gaz liquéfié.

La situation est encore pire pour la France, que les Africains n'écotent plus, ne supportent plus.



Paris a, donc, cherché du regard une issue de secours dans son proche voisinage. Désormais tourné vers l'Atlantique et en bonne entente avec les Anglo-saxons, il y a Rabat, qui exige désormais un ticket d'entrée, marqué « Sahara marocain », pour permettre l'accès à ses juteux marchés.

Plus à l'Est, Alger est tellement torturée par son passé de colonisée et obnubilée par les avancées socioéconomiques et les succès diplomatiques de son voisin frère-ennemi, qu'elle accepte de se contenter d'un casque de garde républicain pour se remettre à chanter la Marseillaise.

Le sort est jeté. Paris caresse Alger dans le sens du poil, tout en lui ôtant une journaliste de la gueule pour ne pas l'abîmer, et lâche les eurodéputés corrompus sur le Maroc, en s'imaginant pouvoir ainsi l'intimider.

Tout y passe, des accusations portés contre le Maroc d'avoir versé des pots-de-vin à des eurodéputés, sans gêne aucune de s'avouer véreux, à celles d'espionner le chef d'Etat français, dont les services de sécurité seraient incapables de protéger le téléphone. Sans oublier le passage obligé par la sempiternelle rengaine sur les droits humains, tout en espérant que personne ne fasse attention à la situation en Algérie.

Paris jette à nouveau un coup d'œil au Sud du détroit de Gibraltar et s'en trouve plutôt froissée. La campagne de dénigrement orchestrée contre le royaume n'a pas du tout produit les effets escomptés. Tout au contraire.

Les Marocains désirent désormais rouler sur des rails chinois et les plus jeunes préfèrent s'exprimer dans la langue de Trump plutôt que celle de Voltaire. Des rumeurs font même état d'une fission de l'atome qui se ferait dans la langue de Pouchkine. Le désarroi de Paris est total. Une proposition d'octroi de visas pourrait éventuellement intéresser la partie francophile de l'élite marocaine. Sauf que c'est la masse de ceux qui ne font pas leur shopping sur les bords de la Seine qui a présenté une demande, et ce au nom de la statue du Maréchal Lyautey, qui enlaidit jusqu'à présent Casablanca.



Le texte de la requête précise que ladite statue, qui aurait du faire l'objet d'un article de l'accord d'Aix-les-Bains, a été oubliée par les Français, quand ils ont été « invités » à quitter le Maroc.

L'Élysée peine à comprendre le message. Mais constate un fait : le Maroc, vêtu d'une darrayia sahraouie, s'étend sur les marchés d'Afrique de l'Ouest, où les soldats français se font éconduire sans ménagement. Dépitée, Paris se console du simple d'esprit en casque de garde républicain, même pas conscient d'avoir déçu le Tsar de toutes les Russies. Ave Paris, pleine de crasse, que ton nom soit effacé des annales de l'Histoire plus que millénaire du royaume.

*Cliquer sur l'image  
pour la version web  
ou scanner le code QR  
pour la version pdf*



#SURLERING

# #SURLERING

RACHID HALLAOUY REÇOIT

**ABDESLAM SEDDIKI**

INFLATION/ PPS/ GOV/ OPPOSITION  
EMPLOIS/ CHÔMAGE/ URBAIN/ RURAL



SCAN ME



*Hafid Fassi Fihri*

## Des vertus d'une spiritualité renouvelée

Passée la cinquantaine, on s'aperçoit que l'on a traversé de longues années à perdre son temps à ne pas comprendre la signification profonde et véritable de la prière.

N'étant pas spécialement adepte de ce concept d'excès de religiosité qui nous revient un mois sur douze, il est, néanmoins, permis de s'armer de lucidité pour chercher cette sagesse qui nous fuit.

### Un rendez-vous avec Dieu

Se réfugier dans le confort que vous procure la richesse immatérielle de la foi, aucun rapport avec la relative sécurité matérielle que vous confère votre statut social et votre position économique, est un excellent moyen de se ressourcer, loin de toutes les tentations qui nous harcèlent sans cesse

des réseaux sociaux et de la course effrénée que nous impose, à nos frais et à nos dépens, notre quotidien.

Avec les vicissitudes de la conjoncture et les turpitudes de notre époque, les cinq prières quotidiennes ne sont-elles pas un rendez-vous avec Dieu qui procurent bien-être, équilibre et qui permettent surtout de se détacher et de relativiser par rapport à ce monde où tout finit, tout s'en va ?

Maintenant, pourquoi jeune-t-on !?

Est-ce seulement pour surmonter la faim et renoncer à la sexualité, à échapper, en somme, aux instincts biologiques ?

Est-ce, comme le stipule Al Ghazali, pour résister au mal en gardant l'ouïe, la vue, la langue, les mains, les pieds et tous les autres membres du corps exempts de péché ?

Pour Al Ghazali, toujours et encore, le stade ultime et suprême du jeune est celui qui passe par le cœur : « il faut jeûner des préoccupations du monde et des pensées mondaines, et s'abstenir complètement de penser à autre chose que Dieu.

Se détourner de ce qui est autre que Dieu, être complètement enveloppé par le sens de ses paroles. Il n'est plus seulement question de discipliner notre vie terrestre, mais de nous détacher, le plus possible, de celle-ci, car toutes nos préoccupations ici-bas, mêmes bonnes, forment un obstacle à la relation au divin ».



La métaphore est saisissante, car notre existence, ici-bas, se ferait sous un ciel ombrageux et très couvert par nos péchés, par l'amour de l'argent chez certains et la course aveugle pour les jouissances terrestres.

Dieu tout puissant nous offre, ainsi, une purge pour nous purifier, renoncer à nos égoïsmes et s'émanciper de toutes les tentations.

***Cliquer sur l'image  
pour la version web  
ou scanner le code QR  
pour la version pdf***

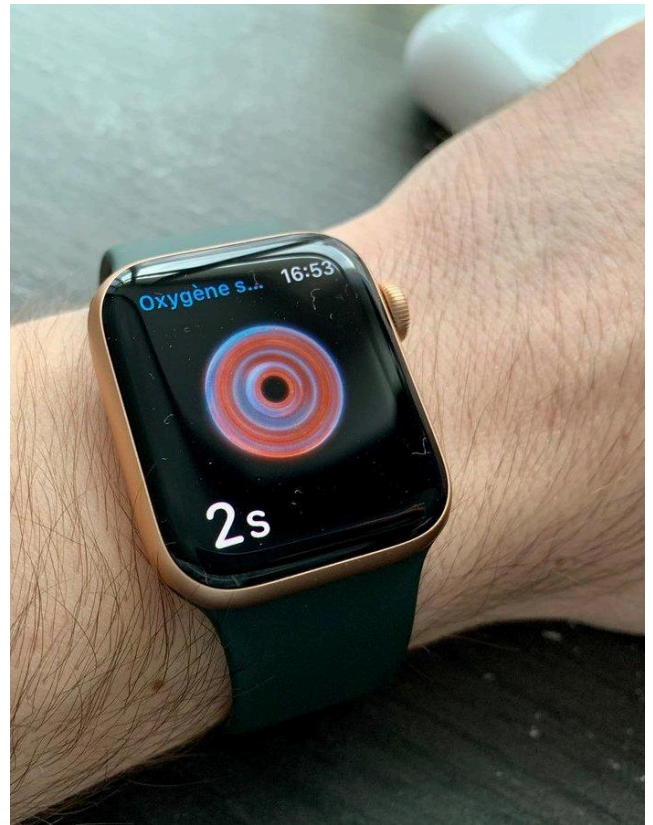
### Apple Watch pourra mesurer la glycémie sans piqûre ni goutte de sang

Après des années de recherche, Apple serait parvenu à créer une technologie permettant de mesurer la glycémie des gens sans qu'ils aient besoin de se piquer.

Selon Bloomberg elle serait tout particulièrement adaptée à l'Apple Watch, même si le dispositif actuel fait encore « à peu près la taille d'un iPhone ».

Quelques efforts de miniaturisation sont donc nécessaires avant que la montre connectée d'Apple n'en soit équipée.

Pour mesurer le taux de glucose dans le sang à la surface de la peau et de manière non invasive, il utilise un procédé de spectrométrie d'absorption.



### La FDA refuse à Neuralink l'autorisation de tester ses puces sur les humains

La Food and Drug Administration (FDA), l'organisme chargé aux États-Unis d'autoriser ou non la mise sur le marché de nouveaux médicaments, refuse à Neuralink le droit de passer sur des tests humains.

Neuralink espère pouvoir guérir toute une variété de maladies : dépression, obésité, schizophrénie, mais surtout paralysie ou cécité.

L'organisme américain a pointé plusieurs dizaines de problèmes à régler avant toute tentative de fusionner une puce et le cerveau d'un humain.

Un rejet de la FDA n'est pas définitif et l'entreprise d'Elon Musk tente de répondre aux problèmes soulevés pour passer cette étape décisive avant de vendre ces dispositifs.

### Cresson de fontaine : l'aliment le plus sain au monde

Surprenant mais vrai : le cresson de fontaine est considéré comme l'aliment le plus sain au monde.

Le cresson de fontaine est une plante aquatique qui pousse dans les ruisseaux et les sources d'eau fraîche. Il est riche en vitamines et minéraux essentiels tels que le calcium, le fer, la vitamine C et la vitamine A.

Il contient également des composés phytochimiques tels que les flavonoïdes, les caroténoïdes et les polyphénols, qui ont des propriétés antioxydantes et anti-inflammatoires. Le cresson de fontaine est également une source importante d'acide alpha-linolénique, un acide gras essentiel qui est important pour la santé cardiovasculaire et le fonctionnement du cerveau.



Par Nisrine Jaouadi

## Le régime méditerranéen : une alimentation saine et savoureuse

Tout droit venu de la méditerranée, le régime méditerranéen est un mode d'alimentation aux multiples bienfaits.

Le régime méditerranéen, également connu sous le nom de diète méditerranéenne, est un modèle alimentaire basé sur les habitudes alimentaires des pays méditerranéens, tels que l'Italie, la Grèce et l'Espagne.

Cette alimentation est riche en fruits, légumes, légumineuses, noix, graines, céréales complètes, poisson et huile d'olive, et modérée en viande rouge, produits laitiers et sucre.



Le régime méditerranéen est considéré comme l'un des modèles alimentaires les plus sains au monde.

De nombreuses études ont montré qu'il est associé à une réduction du risque de maladies chroniques telles que les maladies cardiaques, le diabète, l'obésité et certains types de cancer.

En plus de ses bienfaits pour la santé, le régime méditerranéen est également apprécié pour sa convivialité et son respect des traditions culinaires locales. En effet, il met l'accent sur le partage des repas en famille ou entre amis.

### Comment fonctionne le régime méditerranéen ?

Remplissez votre assiette d'un large éventail d'aliments. Mangez quotidiennement des fruits, des légumes, des céréales complètes, des haricots, des noix, des légumineuses, de l'huile d'olive, des herbes et des épices. Mangez des fruits de mer et du poisson au moins deux fois par semaine. La volaille, les œufs, le fromage et les yaourts sont acceptables avec modération. La viande rouge et les sucreries doivent être considérées comme des petits plaisirs occasionnels.

Il n'y a pas "un" régime méditerranéen. Les Grecs mangent différemment des Italiens, qui mangent différemment des Français et des Espagnols. Mais ils partagent beaucoup des mêmes principes. En collaboration avec l'école de santé publique de Harvard et l'Organisation mondiale de la santé, Oldways, un groupe de réflexion à but non lucratif de Boston, a mis au point une pyramide du régime méditerranéen facile à consulter qui donne des indications sur la manière de remplir son assiette à la manière méditerranéenne. Ce type d'alimentation pauvre en graisses laisse peu de place aux graisses saturées, aux sucres ajoutés et au sodium. Les personnes qui suivent un régime de type méditerranéen ont une durée de vie plus longue, une meilleure qualité de vie et sont moins susceptibles de souffrir de maladies chroniques telles que le cancer et les maladies cardiaques.



De nombreuses idées fausses circulent sur le régime méditerranéen, notamment celle selon laquelle manger des masses de pâtes féculentes et de fromage fondu répond aux exigences d'un régime méditerranéen.

Il est possible de manger une petite quantité de pâtes complètes dans le cadre du régime méditerranéen, mais celles-ci doivent être garnies d'une grande quantité de légumes frais et de haricots, assaisonnées d'huile d'olive et éventuellement saupoudrées d'une petite quantité de fromage naturel.

*Cliquer sur l'image pour la version web ou scanner le code QR pour la version pdf*

## La Solastalgie, le changement climatique a déjà sa maladie

La Solastalgie, un mot qui ne cesse de faire parler de lui depuis quelques années. Cette néologisme, créé par l'australien Glenn Albrecht, décrit le sentiment de nostalgie et de tristesse ressenti par les personnes en raison de la détérioration de leur environnement naturel.

La Solastalgie est un concept qui a été introduit pour la première fois en 2003, mais il n'a pas tardé à faire des émules, en particulier dans les cercles écologistes et les milieux universitaires. Il a également été largement discuté dans les médias, car il décrit un état d'esprit qui est de plus en plus répandu à l'heure actuelle.

La Solastalgie reflète une préoccupation croissante pour l'environnement et les changements environnementaux qui ont lieu à travers le monde. Elle met en évidence les impacts négatifs de l'activité humaine sur la nature et la planète, et la manière dont cela affecte notre bien-être émotionnel.

Ce terme est particulièrement pertinent dans un monde où nous assistons à des événements climatiques extrêmes, à des catastrophes naturelles et à une perte massive de biodiversité. Les personnes atteintes de Solastalgie peuvent ressentir une profonde tristesse, un sentiment de perte et une anxiété face à l'avenir.

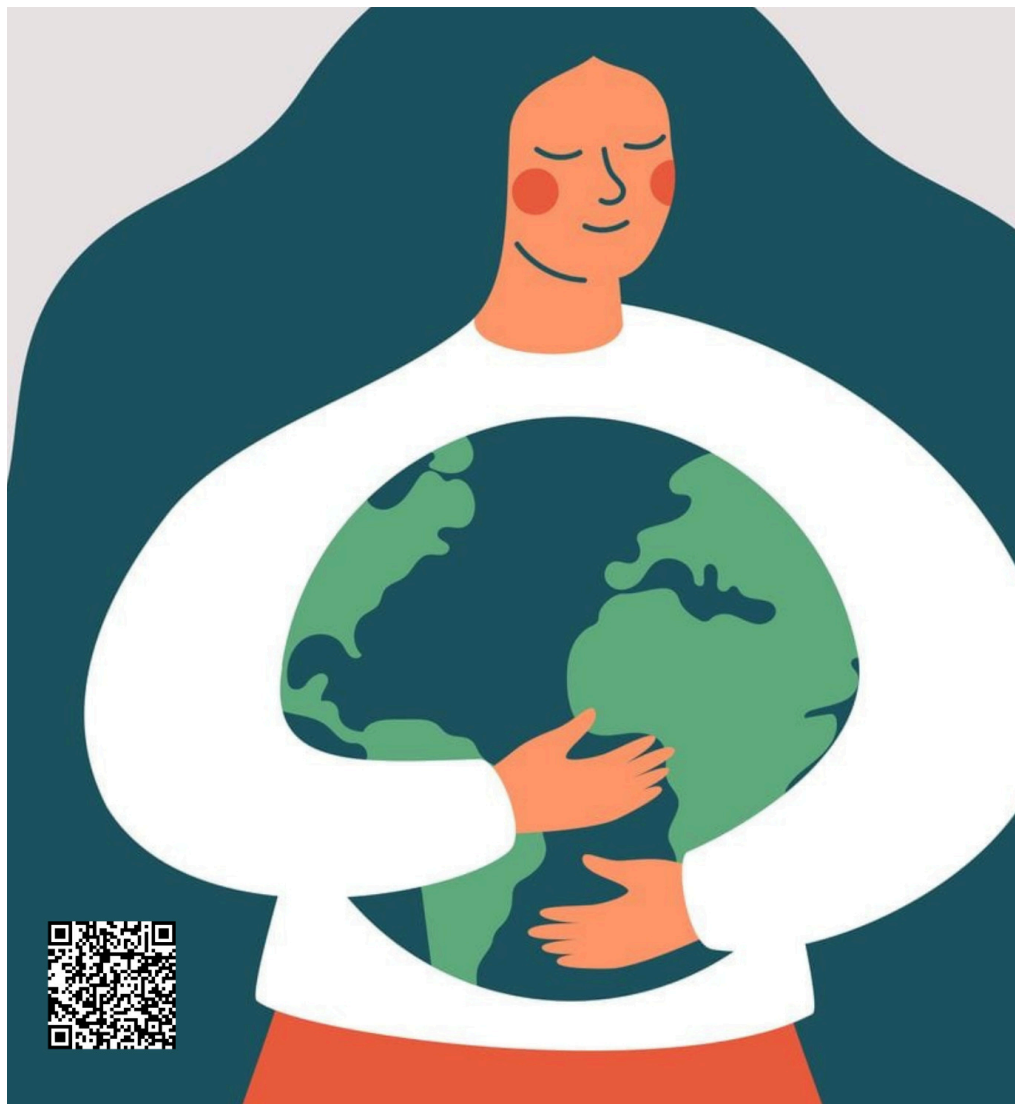
En fin de compte, la Solastalgie est un avertissement que nous devons prendre soin de notre planète. Elle nous rappelle que nous sommes tous liés à l'environnement et que les choix que nous faisons ont des répercussions sur notre bien-être émotionnel, ainsi que sur celui de la planète.

### Les symptômes sont un mix d'émotions négatives :

Un sentiment d'impuissance et de perte de contrôle, l'impression que les choses n'ont plus de sens, la peur de l'avenir.

Mais aussi de la tristesse, du regret, des troubles anxieux qui peuvent se manifester par des insomnies, des crises de panique. Le traitement de la solastalgie est complexe car il s'agit d'une réponse émotionnelle à des changements environnementaux qui sont souvent hors de notre contrôle. Cependant, il existe des mesures que nous pouvons prendre pour aider à atténuer ce sentiment de perte et de tristesse.

Tout d'abord, il est important de prendre conscience de la situation et de reconnaître que la solastalgie est une réponse tout à fait normale à des changements environnementaux négatifs.



Il est important de ne pas minimiser ou ignorer ces sentiments, mais plutôt de les reconnaître et de les exprimer. Il est également important de prendre des mesures pour préserver l'environnement et réduire notre impact négatif sur la planète. Des actions comme le recyclage, la réduction de notre consommation d'énergie et l'utilisation de moyens de transport durables peuvent tous aider à réduire notre empreinte environnementale.

Le soutien social peut également être très utile pour traiter la solastalgie. Parler à des amis, à des membres de la famille ou à un thérapeute peut aider à exprimer les sentiments de tristesse et d'anxiété et à trouver des moyens de faire face à ces émotions.

Enfin, se reconnecter à la nature peut être un moyen efficace de soulager la solastalgie. Passer du temps dans des espaces verts, faire des randonnées ou simplement passer du temps en plein air peut aider à renouer avec la nature et à réduire le stress émotionnel.

*L'odj media*

*Cliquer sur l'image pour la version web et sur le code QR pour la version pdf*

Par Dr Anwar **CHERKAOUI**

## Mesdames, quels sont les examens radiologiques les plus utiles pour vous ?

A l'occasion de la journée mondiale de la femme (8 mars 2023), l'ODJ a demandé au Dr Bounhir BOUMEHDI, Médecin Radiologue, quels sont les principaux examens radiologiques dont doit bénéficier une femme durant sa vie ?

L'imagerie médicale de la femme regroupe différentes techniques de radiologie médicale s'appuyant sur des ultrasons, des rayons X ou encore des champs magnétiques. Parmi les principaux examens d'imagerie médicale figurent l'échographie gynécologique, l'échographie étudiant la cavité utérine, l'échographie obstétricale en cas de grossesse, la mammographie, l'ostéodensitométrie et l'IRM mammaire et pelvienne.

Ces différents exemples radiologiques peuvent être prescrits par le médecin généraliste ou par le médecin gynécologue obstétricien pour suivre la grossesse, notamment l'échographie obstétricale du 1er, 2d et 3e trimestre.

Puis, il y a l'échographie endovaginale ou échographie pelvienne pour dépister les pathologies favorisées par la ménopause, avec des examens de sénologie (par exemple une mammographie), une hystérosonographie, ou encore une ostéodensitométrie pour diagnostiquer l'ostéoporose, qui augmente avec l'âge. De même, pour diagnostiquer diverses pathologies de la femme, principalement le dépistage du cancer du col de l'utérus et du sein, de l'endométriose, de l'infertilité...

On distingue aussi la sénologie interventionnelle qui regroupe divers actes et examens du sein réalisés sous contrôle radiologique.

Ils comprennent essentiellement des ponctions (prélèvement de liquide à l'aide d'une aiguille très fine) et des biopsies (prélèvements d'un petit fragment de tissu organique) pour diagnostiquer le cancer du sein ou identifier des tumeurs bénignes comme des kystes.

A noter que si les ponctions ne demandent pas toujours une anesthésie, les biopsies mammaires se déroulent en revanche sous anesthésie locale.

On a recours à la mammographie pour diagnostiquer la cause d'un symptôme suspect tel une boule dans le sein, un aspect anormal de la peau, ou un écoulement au niveau d'un mamelon.

Il faut avoir à l'esprit que dans le cadre du dépistage du cancer du sein à des stades très précoces, la femme peut faire une mammographie, même en l'absence de tout symptôme.



Avant l'examen, il ne faut rien appliquer sur les seins et les aisselles tels un déodorant ou un parfum. Il est également essentiel de signaler toute grossesse en cours ou grossesse potentielle à l'équipe de radiologie.

La mammographie se déroule torse nu : l'un après l'autre, chaque sein est comprimé brièvement entre deux plaques de verre, afin d'obtenir des images sous différents angles. Il ne faut pas respirer durant les clichés.

**Cliquer sur l'image pour la version web et sur le code QR pour la version pdf**



L'ODJ.TV



## L'odj media

La période spirituelle et festive de Ramadan est, généralement, associée aux repas tardifs et copieux, accompagnés de collations sucrées ou grasses. On vous présente quelques conseils pour adapter votre nutrition à votre pratique sportive durant ce mois sacré. Le jeûne du Ramadan peut poser des défis nutritionnels et physiologiques pour les athlètes et les personnes pratiquant une activité sportive régulière. En réalité, il est difficile de maintenir le même programme, la même cadence et le même effort. Cependant, les experts conseillent les sportifs « d'essayer » de suivre les programmes adaptés à cette période spirituelle pour minimiser le changement d'objectifs.



## Nutrition et sport : des conseils pour le ramadan

# U

### Une hydratation correcte

Il est recommandé de boire beaucoup d'eau, ou bien de prendre 1 à 2 verres de jus de fruits entre la rupture du jeûne et le coucher pour maintenir un état d'hydratation adéquat. Il est important de noter que la consommation excessive de thé peut être diurétique et conduire à une augmentation de la quantité d'urine, ce qui peut entraîner une perte de sels minéraux essentiels pour le corps. A ne noter que le thé à la menthe marocain est souvent trop sucré et doit être consommé avec modération.

### Éliminer les aliments lourds au moment de la rupture du jeûne

Il peut être tentant de manger des aliments riches en graisses et en sucre pour se remplir rapidement après une journée de jeûne, mais cela peut entraîner une digestion difficile et une baisse d'énergie. Optez plutôt pour des aliments légers, nutritifs et faciles à digérer comme les soupes, les fruits et les légumes.

### Consommer des glucides complexes

Il est important de consommer des glucides complexes riches en fibres alimentaires (comme le pain complet, les pâtes complètes, le blé complet, le riz complet, l'avoine, les lentilles et les pois chiches) pendant le mois de jeûne en raison des longues heures de jeûne. Ces aliments ont une digestion plus lente par rapport aux aliments rapidement digestibles (tels que les sucres et les produits raffinés), ce qui permet de prolonger la sensation de satiété et d'éviter les fringales.


### Ne pas sauter les repas après le ftour

La rupture du jeûne est un repas important qui doit être bien équilibré et nutritif pour fournir l'énergie et les nutriments nécessaires pour le reste de la soirée et pour le lendemain.

*Cliquer sur l'image pour la version web et sur le code QR pour la version pdf*

# Les principes fondamentaux de la nutrition

Interview avec Aurélien un coach en nutrition



La nutrition est l'un des aspects les plus importants de la santé et du bien-être. Une alimentation saine et équilibrée peut aider à prévenir de nombreuses maladies chroniques telles que l'obésité, le diabète et les maladies cardiaques. Cependant, il peut être difficile de savoir comment manger de manière saine, surtout dans un monde où les choix alimentaires sont souvent limités et où les régimes à la mode peuvent être trompeurs.

Dans cette interview, nous avons parlé à un coach en nutrition, Aurélien, qui nous a expliqué les principes fondamentaux de l'alimentation saine, les erreurs courantes que les gens font lorsqu'ils essaient de manger mieux, et les meilleures pratiques pour adopter un mode de vie sain et durable. Aurélien a partagé son expertise sur les questions les plus courantes que les gens se posent sur la nutrition et a donné des conseils pratiques pour aider à améliorer votre alimentation et votre santé globale.

■ *Salma Labtar*



## Pouvez-vous vous présenter ?

Je m'appelle Aurélien, et je suis coach sportif. Je donne des conseils sur les réseaux sociaux sous le pseudo @aurelie\_coaching (Instagram et Tik Tok) pour aider les gens à se remettre en forme et perdre les kilos dont ils veulent se débarrasser !

Pourquoi avez-vous choisi le coaching ?

C'est avant tout une passion pour le sport et la nutrition que j'avais envie de partager. Et j'ai toujours aimé aider les gens à se sentir mieux. Un jour j'ai eu envie d'en faire mon métier ! Je me suis demandé sur quel domaine je pouvais apporter mon aide aux autres. Et comme on me demandait souvent des conseils en sport et alimentation, j'ai décidé de me former et me lancer.

## Comment avez-vous démarré ?

J'ai commencé par être coach en salle de sport, et accompagner des gens dans leurs séances, leur construire des programmes adaptés... J'ai adoré ça ! La proximité avec les personnes, être à leur écoute, voir leurs résultats et leur confiance en eux augmenter au fil des semaines.

Puis j'ai voulu donner des conseils sur les réseaux sociaux pour aider plus de personnes.

## Quelle était votre formation ?

J'ai suivi des études à l'université en STAPS (Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives) jusqu'au Master (bac +5).

J'ai obtenu ma carte d'éducateur sportif, et depuis je continue de me former en dehors de la fac.

## Quand avez-vous créé votre page Instagram ? Et c'était quoi votre but au début ?

J'ai lancé mon compte @aurelie\_coaching en juin 2020, après le 1er confinement. Au début, je voulais partager des conseils pour aider les gens à se remettre en forme, perdre du poids, se sentir mieux dans leur corps.

Je voulais continuer d'accompagner des personnes en coaching, mais aussi à distance.

## Le métier de coach sportif, c'est quoi d'après vous ?

Pour moi c'est un métier dans lequel il faut être à l'écoute, empathique. Laisser l'élève s'exprimer, et lui apporter une solution adaptée à son mode de vie. C'est un métier humain, où on doit savoir se mettre à la place de la personne en face de nous.

Un coach doit aussi connaître les méthodes qui vont permettre à son élève d'avoir les résultats qu'il recherche (perte de poids, remise en form...). Il doit donc connaître le corps humain et ses principes pour permettre à son élève de se transformer.

## Est-ce que vous appliquez à vous-même la discipline que vous imposez aux autres ?

Faire appel à un coach peut être très judicieux. Ça permet de savoir exactement quoi faire pour atteindre son objectif, pour ne pas perdre de temps.

Ça permet aussi d'être encadré, d'avoir une personne à qui rendre des comptes pour tenir ses habitudes. Car franchement, ce qui pose problème le plus souvent, c'est de tenir ses nouvelles habitudes. Investir dans un coach augmente considérablement les chances de ne rien lâcher et de voir les résultats devenir réalité !

## Pourquoi faire appel à un coach ?

Pour ce qui est de la discipline, il faut savoir que j'applique vraiment les conseils que je donne sur les réseaux ! Je m'efforce d'être presque irréprochable. C'est important pour moi d'appliquer ce que je prêche, pour être crédible et comprendre par quoi passent mes élèves.

Du coup je mange vraiment végétal et non transformé au maximum, avec beaucoup de fruits et légumes, une hydratation régulière, du sport quotidien, assez de sommeil etc ! Mais c'est possible de me voir parfois manger au restau ou dans un fast food, je reste humain ahah

## Avez-vous des rituels quotidiens, pour vous sentir bien dans votre corps et votre esprit ?

J'ai effectivement des rituels (j'adore les suivre !) que je m'efforce de respecter tous les jours pour optimiser mes performances sportives, ma santé physique et mentale.

- Côté nutrition : je mange chaque jour des plats maison, avec des légumes crucifères, des fruits rouges, des noix, des graines de lin...
- Côté sport : je fais une séance de sport chaque jour, en salle ou chez moi, de renforcement ou de cardio, ou de boxe en club.

Je sors me balader chaque jour, si possible dans la nature.

J'ai une routine du soir avec des moments de relaxation pour laisser la pression redescendre (respiration, étirements, lecture...).

J'évite les sources de stress (la TV, la radio, et même...les réseaux sociaux parfois).

## Quelles sont les erreurs nutritionnelles les plus courantes que les gens commettent?

Je dirais que la plus courante est d'arrêter de manger presque totalement pour perdre du poids. C'est le raccourci que veulent emprunter les gens, sans se méfier des conséquences (rapport malsain à la nourriture, reprise des kg..).

Ils ont tendance aussi à avoir un esprit de « tout ou rien ». Si leur alimentation ne peut pas être parfaite, ils abandonnent tout d'un coup.

Et surtout, les gens aiment souvent les approches extrêmes : supprimer totalement un groupe d'aliment, changer de régime alimentaire du jour au lendemain...

Tout ça est très préjudiciable à leurs progrès, et leur fait perdre un temps précieux.

C'est quoi pour vous une bonne alimentation?

Il y a évidemment une part d'individualisation à appliquer pour qu'une alimentation soit optimale pour une personne donnée. Tout le monde est différent.

Mais j'aime donner les principes suivants, qui permettent d'optimiser sa santé et garder son poids sous contrôle : manger au maximum des aliments végétaux, non transformés, faits maison. Inclure un maximum de fruits, légumes, légumineuses, oléagineux, graines, et champignons.

J'ajouterai qu'une bonne alimentation est aussi une alimentation qu'on peut tenir sur la durée, en appréciant ses repas !

En conclusion, nous tenons à remercier chaleureusement Aurélien pour son temps, ses connaissances et ses conseils précieux. Grâce à son expertise et à ses explications claires, nous avons appris l'importance d'une alimentation saine et équilibrée, ainsi que des stratégies pratiques pour améliorer nos habitudes alimentaires.

Nous sommes également reconnaissants pour les recommandations spécifiques qu'il a partagées avec nous, qui peuvent aider à améliorer notre santé et notre qualité de vie à long terme. En tant que coach en nutrition expérimenté, il a su répondre à toutes nos questions et fournir des informations utiles pour mieux comprendre comment notre corps fonctionne et ce qu'il faut pour maintenir une bonne santé.

Encore une fois, nous tenons à remercier Aurélien pour son temps et son expertise, et nous sommes impatients de mettre en pratique ses conseils pour améliorer notre alimentation et notre santé globale.



# GÉNÉRATION STARTUP



# LODJ .TV

Par Dr Anwar CHERKAOUI

## Faites connaissance avec l'anesthésie, avant de rentrer au bloc opératoire

L'anesthésie générale se définit comme un état réversible induit par des agents agissant sur la conscience pour les hypnotiques, l'analgésie ( antidouleur ) pour les morphiniques et le relâchement musculaire pour les curares.

Ne rien manger 6 heures avant l'acte anesthésique. La possibilité de boire des boissons claires jusqu'à 2 heures avant est tolérée.  
Pour en savoir plus, un entretien avec un médecin anesthésiste réanimateur.



*Entretien avec Pr Jamal Eddine KOHEN  
Médecin Anesthésiste réanimateur Président  
de la Société Marocaine d'Anesthésie,  
Analgésie et Réanimation ( SMAAR)*

**Dr Anwar CHERKAOUI :** Lorsqu'on ai anesthésié, est ce qu'il y a un risque qu'on se réveille avant la fin de l'opération ?

**Dr Jamal Eddine KOHEN :** Normalement , une anesthésie générale bien conduite et bien surveillée par un suivi de monitoring de plusieurs facteurs pour donner une sédation très profonde qui assure entre autres les conditions optimales à une chirurgie ou autre exploration diagnostique avec un réveil programmé à la fin de l'intervention en général . En plus de la surveillance clinique continue , le monitoring de la profondeur de l'anesthésie peut se faire aussi par un index spécifique pour la surveillance continue de l'activité électrique du cerveau ( EEG).

Ceci permet de guider et de calibrer l'administration des agents anesthésiques pour répondre aux exigences des différentes phases opératoires.

**Dr Anwar CHERKAOUI :** Est ce qu'on peut assimiler une anesthésie générale à un sommeil profond ?

**Dr Jamal Eddine KOHEN :** L'anesthésie s'apparente plus au coma qu'au sommeil car l'activité cérébrale est minimale, rien à voir avec le sommeil paradoxal. Pendant l'anesthésie, on est inconscient. Par conséquent, on ne garde aucun souvenir de la période sous anesthésie. Certaines personnes se souviennent des effets hallucinatoires des anesthésiques survenant les premières minutes avant l'endormissement.

**Dr Anwar CHERKAOUI :** La péridurale allonge-t-elle de façon anormale le temps de l'accouchement ?

**Dr Jamal Eddine KOHEN :** La technique de péridurale analgésique est souvent utilisée en obstétrique. C'est une technique d'analgésie ( antidouleur) réalisée par le médecin anesthésiste.

Elle permet de meilleures conditions de travail pour l'accouchement par voie basse pour toutes les parturientes mais surtout en cas d'accouchement à risque accru par les contraintes des contractions douloureuses . Cette péridurale analgésique peut devenir à visée anesthésique en cas d'indication urgente de césarienne : une technique plus sécurisante qu'une anesthésie générale urgente dans ce cas particulier . Cependant , la péridurale analgésique doit être continue et bien calibrée à des doses antalgiques pour que les parturientes puissent pousser efficacement et assurer un travail normal en temps normal comme le prouvent plusieurs études scientifiques.

**Dr Anwar CHERKAOUI :** Est ce qu'après un acte d'anesthésie on peut avoir des troubles de la mémoire au réveil ?

**Dr Jamal Eddine KOHEN :** Des troubles de l'attention et de la mémoire peuvent survenir au réveil, et disparaître rapidement. Éprouver des difficultés à mémoriser ce qu'il se passe dans les premières minutes en salle de réveil est fréquent. Les troubles de l'attention concernent plutôt le sujet âgé et fragile, et peuvent durer vingt-quatre heures.

**Dr Anwar CHERKAOUI :** Est ce que l'anesthésie locale comporte moins de risques ?

**Dr Jamal Eddine KOHEN :** Il n'a presque aucun risque à endormir une dent en vue de soins dentaires ou d'extraction. Il faut préciser que ce qu'on appelle anesthésie locale sont en réalité locorégionales. Elles servent à endormir toute une région anatomique dans son ensemble ( rachianesthésie ou péridurale dites médullaires pour anesthésier le bas du corps, par exemple).

Cependant, que ce soit l'anesthésie médullaire ou générale, chacune comporte un risque potentiel mais gérable par le médecin anesthésiste.

**Dr Anwar CHERKAOUI :** quel temps faut-il respecter entre le dernier repas et une anesthésie ?

**Dr Jamal Eddine KOHEN :** Il faut cesser de manger des aliments solides au moins six

**Cliquer sur le texte pour la version web**



SCAN ME



# Ramadan:

## Comment éviter les troubles digestifs ?



- **Dr Anwar Cherkaoui**
- **Dr Aicha BARGACH,**  
*spécialiste des maladies digestives*

**Dr Anwar CHERKAOUI :** Durant le mois sacré de Ramadan, notre système digestif est mis à rude épreuve à cause de notre mode de vie et surtout nos habitudes alimentaires.

**Dr Aïcha BARGACH :** Pour y remédier, il existe un certain nombre de règles à suivre pour éviter un bon nombre de troubles digestifs qui surgissent durant le mois de Ramadan comme : les Troubles dyspeptiques sous forme de gêne avec inconfort abdominal, le Reflux gastro oesophagien, l'Ulcère gastro oesophagien et la Constipation.

**Dr Anwar CHERKAOUI :** Comment éviter les troubles digestifs a près la rupture du jeûne ?

**Dr Aïcha BARGACH :** La première règle d'or est liée à notre mode de nutrition .

Il faut Boire beaucoup d'eau et consommez des aliments hydratants pendant le Ramadan : buvez beaucoup d'eau entre le ftour et le shour. Vous pouvez également augmenter votre consommation d'eau en mangeant des aliments hydratants.

La salade composée contient beaucoup de concombres et de tomates riches en eau. Évitez les boissons caféinées telles que le café, le thé et le coca-cola, car la caféine peut provoquer chez certaines personnes un besoin d'uriner plus fréquentes, ce qui peut entraîner une déshydratation.

N'oubliez pas non plus que les boissons gazeuses contenant du sucre ajoutent des calories à votre alimentation.

Des aliments riches en eau peuvent être servis, tels qu'une soupe ou une salade de légumes frais.

**Dr Anwar CHERKAOUI :** Quelle est la 2eme règle d'or pour éviter les désagréments digestifs ?

**Dr Aïcha BARGACH :** il faut veiller à recharger votre énergie en prenant un ftour sain et équilibré. Manger des dattes lors de la rupture de votre jeûne est une façon traditionnelle et saine de commencer le ftour.

Les dattes sont une excellente source de fibres.

Incorporez beaucoup de légumes à vos plats pour faire le plein de vitamines et nutriments essentiels. Choisissez des céréales entières, qui fournissent à l'organisme fibres et énergie.

Régalez-vous de viande maigre grillée ou cuite au four, de poulet et de poisson sans peau, pour avoir une bonne portion de protéines saines.

En général, évitez les aliments frits et transformés riches en gras ou en sucre. Savourez votre repas en mâchant lentement.

Plutôt que la friture, il est recommandé d'utiliser d'autres méthodes de cuisson, comme la cuisson à la vapeur, la cuisson en sauce, le sauté dans une petite quantité d'huile et la cuisson au four.

Évitez les aliments contenant de grandes quantités de sel, comme les saucisses, les produits à base de viande ou de poisson transformés et salés.

Il est recommandé de réduire autant que possible l'utilisation du sel et, bien sûr, de retirer la salière de la table. Utilisez des herbes pour rehausser la saveur des aliments cuits.

Manger lentement et en quantité adaptée aux besoins de chacun. Les gros repas causent des brûlures d'estomac et de l'inconfort.

Essayez de bouger le plus possible et d'être actif le soir, par exemple en faisant une promenade quotidienne régulière.

**Dr Anwar CHERKAOUI :** y a t il des précautions à prendre lors du jeûne chez certains groupes de personnes ?

**Dr Aïcha BARGACH :** Il est recommandé de prendre un Shour : Le shour est le repas léger pris avant le début du jeûne tous les jours.

Ceci s'applique tout particulièrement aux groupes ayant des besoins particuliers comme les personnes âgées, les adolescents, les femmes enceintes et les mères allaitantes, ainsi que les enfants qui choisissent de jeûner.

Ce repas, qui constitue un petit-déjeuner léger, doit comprendre des légumes, une portion de glucides comme du pain/des galettes de blé entier, des aliments riches en protéines tels que les produits laitiers (fromage non salé/yaourt/lait) et/ou les œufs.

**Dr Anwar CHERKAOUI :** Qu'en est-il du Jeûne en cas de diabète et d'hypertension artérielle ?

**Dr Aicha BARGACH :** On conseille généralement aux personnes atteintes de diabète de type 1 de ne pas jeûner.

Les personnes atteintes de diabète de type 2 et d'hypertension artérielle dont l'état est sous contrôle, que ce soit par le biais d'un régime alimentaire ou de médicaments, peuvent être en mesure de jeûner. Toutefois, on leur conseille de consulter leur médecin ou leur diététicien pour recevoir des conseils adaptés à leur situation.

**Dr Anwar CHERKAOUI :** Ramadan et grossesse ou pendant l'allaitement ?

**Dr Aicha BARGACH :** Les femmes enceintes et les mères allaitantes devraient consulter leur médecin pour des conseils adaptés.







# LE PITCH GÉNÉ RATION START UP L'ODJ

**G** **GÉNÉRATION  
STARTUP**

## PRÉSENTÉ PAR NOUAFAL CHAMA

UNE SÉRIE DE CAPSULES DÉDIÉES AUX STARTUPS MAROCAINES ET AFRICAINES AYANT PARTICIPÉ À LA 4ÈME ÉDITION DU STARTUP AFRICA SUMMIT, QUI PERMETTENT AUX FONDATEURS DE PRÉSENTER LEURS PROJETS EN METTANT EN AVANT LEURS SOLUTIONS, ILS RECUEILLENENT DES AMBITIONS ET EXPLIQUENT LEUR BUSINESS MODEL ET LES OBSTACLES QUI ENTRAVENT LEUR DÉVELOPPEMENT.

L'ODJ TV EN PARTENARIAT AVEC STARTUP MAROC DIFFUSE "LE PITCH GÉNÉRATION STARTUP", UN RENDEZ-VOUS HEBDOMADAIRE QUI VOUS FAIT DÉCOUVRIR DES STARTUPS INNOVANTES ET LEURS PRODUITS.

[www.lodj.ma/webtv](http://www.lodj.ma/webtv)  
[www.lodj.ma/webradio](http://www.lodj.ma/webradio)



<https://www.lodj.ma>

### Halte aux cultures gourmandes en eau

Véritable aberration écologique, les cultures hydrovores n'ont plus le droit d'exister, vu également leur coût social.

Le Maroc a cette ambition d'être un champion de la lutte contre le dérèglement climatique et a même cette prétention de devenir un modèle en ce qui concerne les efforts d'adaptation aux effets du changement climatique.

Prétention, oui, car pour que cette ambition soit crédible et rationnelle, d'un point de vue scientifique, on ne peut continuer à engoulir 800 litres d'eau pour produire un kilo d'avocat, et de surcroît en période de sécheresse et de stress hydrique.

Irréversible et inévitable, le dérèglement climatique devrait nous inciter à adopter une nouvelle éthique à tous les étages, et à mettre en marche une révolution dans les comportements et surtout des modes de production.

#### **800 litres d'eau pour produire un kilo d'avocat !**

800 litres pour produire un kilo d'avocat, c'est une donnée qui nous vient d'Espagne, où cette culture a été abandonnée après l'assèchement des nappes phréatiques, et où les agriculteurs ont été invités à se diriger vers le fruit de la passion, qui ne demande pas autant d'eau que l'avocat.

Chez nous, au Maroc, l'information n'est pas disponible. Notre pays a devancé les Etats-Unis en ce qui concerne l'exportation des myrtilles et figure, désormais, dans le podium des exportateurs de framboises vers l'Europe. Il est également devenu neuvième exportateur mondial d'avocat.

N'est-il, alors, pas permis de se demander combien nous coûtent ces performances à l'export, en termes d'impact sur les ressources en eau et, dans ce cas d'espèce, sur les nappes phréatiques ?

Le pire, c'est que si des compagnies espagnoles sont déjà bien installées chez nous et produisent des fruits rouges destinés à la péninsule ibérique, il est prévu que des sociétés britanniques et israéliennes s'implantent également au Maroc, notamment pour la culture de l'avocat. Ce qui signifie une pression accrue sur la demande en eau, même lorsque les stations de dessalement de l'eau de mer et celles de traitement des eaux usées commenceront à produire des eaux non conventionnelles destinées à l'irrigation.



*Hafid Fassi Fihri*

Face à un important déficit pluviométrique en 2022, le Maroc était condamné à prendre des mesures draconiennes pour rationaliser et optimiser l'irrigation.

Plusieurs cultures, dont notamment l'avocat, les pastèques et les agrumes, ont ainsi vu leurs superficies se rétrécir.

Et dès septembre 2022, le ministère de l'agriculture avait annulé le programme d'octroi de subventions pour l'irrigation de nouvelles plantations de ces cultures.

Véritable aberration écologique et économique, ces cultures, principalement destinées à l'export, doivent être interdites, car gourmandes en eau et hydrovores !

Exactement comme on l'a fait pour les pastèques de Zagora.

## Le Maroc signe le CCDD 2023-2027 des Nations Unies

Le nouveau Cadre de coopération des Nations unies pour le développement durable pour la période 2023-2027 se veut un programme ambitieux en phase avec les priorités nationales en matière de développement, a affirmé le ministre des Affaires étrangères, de la Coopération africaine et des Marocains résidant à l'étranger, Nasser Bourita lors de la signature aux côtés de la Coordinatrice résidente des Nations Unies au Maroc, Nathalie Fustier du Cadre de coopération des Nations Unies pour le Développement Durable (CCDD) 2023-2027.



## Le changement climatique : rôle notable dans l'économie du Maroc

Le changement climatique fréquent joue un mauvais tour à l'économie marocaine en entravant la mise en oeuvre de plusieurs projets. De là, Nadia Fettah, ministre de l'économie et des finances déclare que le Maroc doit adapter son économie pour faire face à la menace croissante du changement climatique. Marquée par la sécheresse, l'année 2022 est également l'année où, d'après la déclaration de Nadia Fettah, "nous avons décidé que nous n'avions pas besoin de plans d'action pour des années spécifiques, mais d'une vision à long terme".



## L'économie bleue : Pour le nouveau modèle de développement du Maroc

Le président du conseil économique et social, Ahmed Reda Chami s'est exprimé lors d'une rencontre organisée par l'Université Abdelmalek Essaâdi, en partenariat avec le CESE, en expliquant que "l'économie bleue constitue une véritable source de création de richesse".

M. Chami explique, en présence d'étudiants et d'universitaires, que cette économie dispose d'un important patrimoine halieutique avec un littoral qui s'étend sur 3500 km, et un espace maritime d'environ 1,2 million de km<sup>2</sup>, relevant que le littoral marocain couvre 9 des 12 régions du royaume.

## Bio Cannat achève les travaux de construction de la première usine de cannabis au Maroc

Au Maroc, la coopérative Bio Cannat vient de conclure la phase de construction de son unité de traitement de cannabis basée à Bab Berred dans la province de Chefchaouen située dans le Nord du pays. L'annonce a été faite dans un communiqué publié sur la page Facebook de l'entreprise.

Cette nouvelle usine qui s'inscrit dans le cadre d'un partenariat public-privé est considérée comme la première usine de transformation de cannabis opérationnelle du pays. Elle est notamment équipée pour extraire différentes substances présentes dans la feuille de cannabis, dont le cannabidiol (CBD), le cannabigérol (CBG) ou encore le cannabinoïl (CBN).



### L'haricot plébiscité par l'ONU pour lutter contre le réchauffement climatique

L'un des aliments les plus bénéfiques pour la planète, en plus d'être bon pour notre santé, c'est le haricot, aussi appelé "bean" dans le british breakfast.

Ainsi, l'ONU vient de lancer une campagne pour démultiplier sa production et inciter à le consommer deux fois plus d'ici 2028.

Les beans réunissent tout un tas de bons points pour la santé : ils sont nourrissants d'une part, mais sont aussi de véritables sources de protéines, l'une des plus durables offerte par la nature.

Cela fait d'eux une bonne alternative aux produits animaux, qui se trouvent être nettement plus polluants.



### Un accord historique pour la protection de la haute mer signé à l'ONU

Les Etats membres de l'ONU se sont accordés le 4 mars à New York, sur un traité international pour la protection de la haute mer.

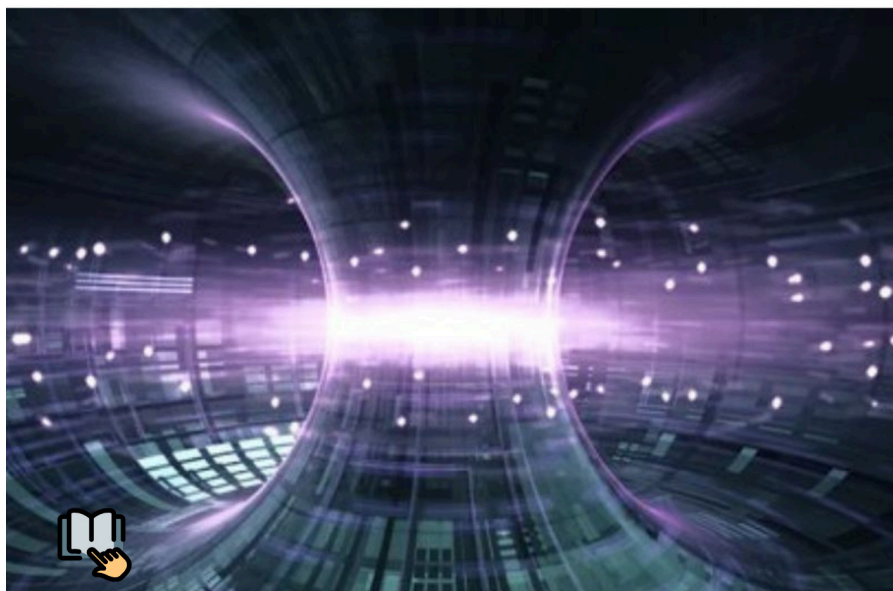
Ils se sont enfin mis d'accord sur le premier traité international destiné à lutter contre les menaces qui pèsent sur des écosystèmes vitaux pour l'humanité.

Mais il sera formellement adopté à une date ultérieure après avoir été passé au crible par les services juridiques et traduit pour être disponible dans les six langues officielles de l'ONU. Le traité sur "la conservation et l'utilisation durable de la biodiversité marine des zones ne relevant pas de la juridiction nationale" est jugé indispensable pour espérer protéger d'ici 2030.

### Une énergie décarbonée et illimitée capable de répondre aux besoins énergétiques

Il faut juste retenir pour commencer que si nous voulons libérer de l'énergie nucléaire, il nous faut : Soit casser des gros noyaux pour en faire de moins gros, c'est la fission nucléaire. (Centrale nucléaire actuelle) Soit assembler des petits noyaux pour en faire de plus gros ; c'est la fusion nucléaire (centrale nucléaire du futur). Cette dernière vise à mettre au point une source d'énergie totalement décarbonée capable de répondre aux besoins énergétiques de l'humanité. Le 5 décembre 2022 restera marqué dans les livres d'histoire.

**Pour résumer : On mobilise 2,05 mégajoules et on génère 3,15 mégajoules, soit 1.10 mégajoules produites.**



# EXPERTS INVITÉS



SCAN ME

**LODJ** **PODCAST** **LODJ** **RADIO**

*Hafid Fassi Fihri*

## La chanson que nous voulons, le cinéma que nous espérons

Quelle chanson marocaine voulons-nous écouter aujourd'hui ?

La question est vaste mais, sans aucun jugement de valeur, il y a tout un débat autour du cachet marocain d'une chanson avec un label artistique certain.

Il n'y a pas longtemps, l'artiste Nouamane Lahlou avait jeté un véritable pavé dans la mare, interpellant le ministère de la culture et la Snrt quant à leur responsabilité par rapport à la qualité des chansons produites au Maroc en termes de paroles, de voix, et de composition.



Le célèbre chanteur, avec qui nous sommes complètement d'accord puisque sa démarche est absolument légitime, justifie ses propos en argumentant qu'au Caire, tout candidat à la chanson doit d'abord passer une sorte d'examen de passage devant le jury de la Maison de la Radio et de la Télévision égyptienne pour avoir ou non l'aval de ce dernier.

Un aval qui vaut son pesant d'or puisque le chanteur y tient une reconnaissance officielle de son talent artistique. Après quoi, toutes les maisons de production, tous les festivals et toutes les chaînes de télévision lui ouvrent leurs portes.

Il y a quarante ou cinquante ans, cela se faisait également du côté de la RTM, mais il faut dire que si le principe était bon, la méthode n'était pas forcément toujours efficace.

La preuve, Feu Abdeslam Ameer avait été recalé avant de voir son talent artistique exploser, par la suite, à la face du Maroc de la chanson, dont les maîtres-penseurs et les décideurs résidaient au siège de la radio, dans la capitale.

Aujourd'hui, n'importe qui chante n'importe quoi, enregistre n'importe comment, et YouTube peut révéler des talents d'une manière tout à fait relative, car, à notre époque, le talent se mesure aux nombres de vues qu'on peut très bien trafiquer.

Il y a un besoin légitime et urgent de savoir quelle chanson marocaine nous voulons aujourd'hui et c'est aux véritables artistes de nous éclairer.

Ce qui est valable pour la chanson, l'est également pour le cinéma, sauf que le soutien financier de l'Etat pourrait courir le danger d'une tutelle idéologique et politique subventionnée.

Il y a trente ans, suite à la vague de séries turques, avec des acteurs et des comédiennes trop charmantes filmées dans des résidences de luxe et des décors de grand standing, le président égyptien avait décidé qu'il ne voulait plus de misérabilisme et encore moins de quartiers très pauvres dans les films égyptiens et ce sera chose faite.

Oui, certes le rôle du cinéaste est de montrer son pays tel qu'il est selon la réalité telle qu'il la voit, mais il y a toujours un moment où le producteur qui ramène son argent pèse et influence le réalisateur, décision politique ou pas.

Comme dirait l'autre, tu veux faire ton cinéma, alors fais-le avec ton argent et pas celui du contribuable.

On ne le répétera jamais assez : la création artistique, c'est d'abord un débat intellectuel et puis une décision politique.

## FCMT : le long métrage turc "Clous de girofle et œillets" remporte le Grand prix

Lors de la 28ème édition du Festival du cinéma méditerranéen de Tétouan (FCMT) qui s'est tenue du 03 au 10 mars, le Grand prix a été décerné au film turc "Clous de girofle et œillets", réalisé par Bekir Bülbul.

Le film qui a remporté le Grand prix de la ville de Tétouan "Tamouda" raconte l'histoire de Musa, un ancien réfugié qui, avec sa petite-fille Halime, transporte le corps de sa femme décédée dans leur pays natal à travers les routes enneigées et désolées du sud-est de l'Anatolie. Leur périple devient de plus en plus difficile à mesure qu'ils approchent de la frontière d'un pays en guerre et, après avoir été rattrapés par la police, ils sont séparés en trois différentes destinations.



## "Art and Roll", une exposition en hommage à Ghany Belmaachi

"Art and Roll", une exposition en hommage à Ghany Belmaachi Artiste aux convictions solides, il explore son œuvre plus comme une représentation réaliste de la quotidienneté que comme métaphore sociale et humaine plus large.

L'art de Ghany reflète la pureté intérieure et la tranquillité de sa personnalité.

Son œuvre révèle un esprit universel et une large vision philosophique du monde, il n'est donc pas surprenant que les thèmes choisis par l'artiste soient communs à tous, et suscitent l'intérêt collectif de tous les citoyens du monde abstraction faite de frontières.

## Première exposition de Mourad Fedouach

Grand gagnant de l'émission Dream Artist diffusée sur 2M fin 2022, l'artiste photographe Mourad Fedouach a inauguré sa toute première exposition « From Douar Shanty to New York » à l'American Arts Center de Casablanca.

Mourad Fedouach, un artiste âgé de seulement 23 ans et originaire du douar de Sidi Yahya Gharb, a réalisé un travail remarquable en capturant les conditions de vie de son douar, ainsi que les rites, traditions, jeux d'enfants, rêves de vie meilleure, rires et douleurs qui y sont présents. Sa performance a été révélée lors de la première édition du prime télévisé Dream Artist diffusé sur 2M en octobre et en novembre 2022, laissant ainsi une empreinte indélébile dans l'émission.



## Parution d'un livre collector en hommage aux joueurs des Lions de l'Atlas

Intitulé «Epopée des Lions de l'Atlas», ce bel ouvrage de 220 pages retrace toutes les étapes de ce mois magique de décembre 2022 et les répercussions nationales et mondiales de ces exploits footballistiques, indique un communiqué de « Première Ligne Edition ».

"Dans un devoirs de mémoire, l'ouvrage «Epopée des Lions de l'Atlas» retrace ainsi les exploits Historique du Onze National, mais aussi de tout un peuple marocain", explique l'éditeur dans un communiqué.



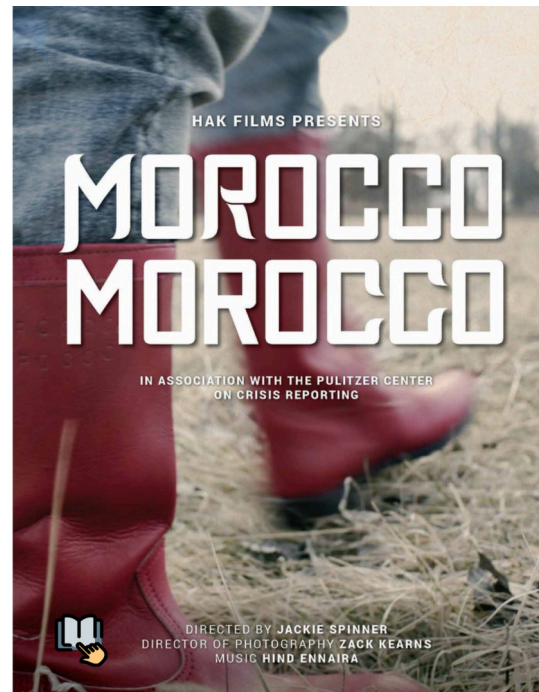
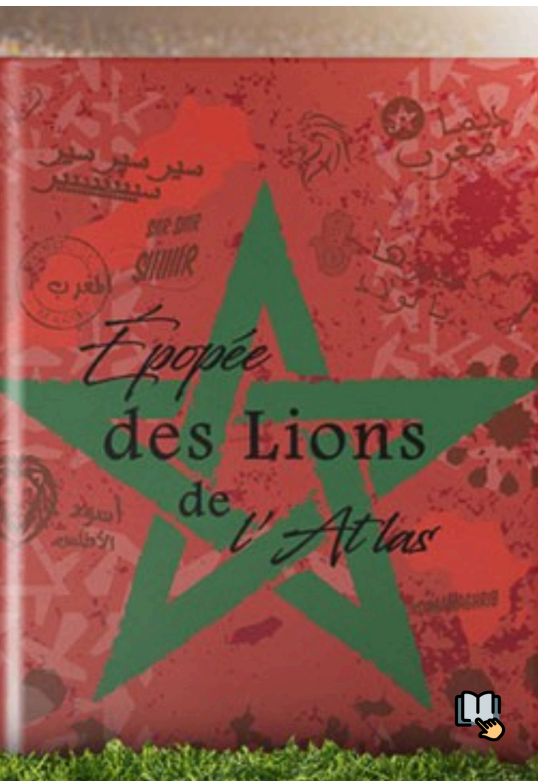
## "Mano sobre Mano" : une exposition qui rend hommage aux artisans et créateurs marocains

L'exposition «Mano sobre Mano» prend place du 02 mars au 22 juillet 2023 à la Casa Árabe de Madrid. Une initiative qui vise à promouvoir l'artisanat marocain. Dans le cadre d'un partenariat structurant entre l'ambassade du Maroc en Espagne et la Casa Árabe de Madrid, la Maison de l'Artisan organise, sous l'égide du ministère du Tourisme, de l'Artisanat et de l'Économie Sociale et Solidaire, la participation de grands artisans et créateurs marocains à l'exposition «Mano sobre Mano» à la Casa Árabe de Madrid. Cet évènement d'envergure, qui se tient du 02 mars au 22 juillet 2023, met en exergue le savoir-faire artisanal marocain dans toute sa diversité, sa richesse et son originalité.

## Washington : Projection du documentaire "Morocco, Morocco"

Le documentaire "Morocco, Morocco", réalisé par l'Américaine Jackie Spinner, a été projeté à Washington, à l'initiative du Centre Pulitzer.

Le documentaire «Morocco, Morocco» représente un flashback sur les origines du nom de la ville de Morocco, dans l'Indiana, au centre des Etats-Unis, tout en essayant d'avoir une idée globale sur la perception des habitants de cette ville sur le Maroc et celle des Marocains sur l'Amérique en général, en donnant la parole notamment à des enfants.



## Le cinéma espagnol à l'honneur du Marché du film à Cannes

L'Espagne a été choisi en tant qu'invité d'honneur, c'est une reconnaissance du secteur audiovisuel espagnol, qui remporte un grand succès international.

Le Marché du Film est la plus importante rencontre professionnelle internationale de l'industrie cinématographique.

Organisé dans le cadre du Festival de Cannes du 16 au 24 mai 2023, il réunit chaque année 12.500 professionnels de l'industrie audiovisuelle à Cannes pour présenter environ 4.000 films et projets en développement dans 33 espaces de projection.





# L'ODJ MÉDIA : ON EST DÉJÀ DEMAIN !



## ALL INCLUSIVE MEDIA

Media Hyper Connecté :  
Transformation digitale - Dissémination - Multicanal

Par Rachid Boufous

## Comme un Palace à Tamuda...

**Une mission à Mdiq m'oblige à y aller à la dernière minute. Mdiq c'est Tamuda Bay, le nouveau nom de la station balnéaire du nord, prisée par la JetSet marocaine. Anciennement on l'appelait, selon les projets balnéaires Kabila, Ristinga, Smir ou CaboNegro.**

**Mais le développement touristique de ces dernières années, a poussé les autorités à lui choisir un nom plus chic : Tamuda Bay, en référence au site romain de Tamuda, première présence humaine sur les bords du Rio Martin qui longe Tetouan.**

La côte de Mdiq en hiver c'est comme être à Cuba à l'approche d'un cyclone. Vents ténébreux et pluies battantes. Et quand il pleut au Nord, c'est vraiment la douche, ininterrompue... Je décide de prendre la route de nuit pour aller à Mdiq. Avec mon insomnie actuelle, je préfère rouler la nuit, plutôt que le jour où je suis en général impraticable avant midi.

Cela m'arrive occasionnellement, d'inverser totalement mon cycle de sommeil. Je ne veux pas prendre de melatonine ou d'autres comprimés pour réguler mon sommeil. Cela redevient normal au bout d'un moment. J'arrive à Tetouan vers minuit et demi. La ville blanche somnole déjà.

Je traverse ses grandes artères calmement. Il pleut finement. Je choisis d'aller passer la nuit dans un hôtel cinq étoiles de la côte nord, car le lendemain j'ai une réunion de travail importante.

L'hôtel en question est un de ces palaces, où on atterrit contraint quand l'offre touristique moyenne gamme est restreinte et de qualité inégale. J'appelle auparavant pour réserver. Plusieurs fois. Personne ne répond. Au bout de la huitième tentative et après un long moment d'attente, quelqu'un me répond. J'ai préalablement vu les prix sur internet.

Cela oscille entre 1350 à 2020 dirhams pour le même produit de base ; une chambre single avec petit déjeuner. Le réceptionniste, me dit que ce qu'il a de disponible est à 2020 dirhams, taxes de séjours touristiques comprises, arguant qu'à ce prix il me fait sa meilleure offre. Même si je lui cote les autres offres glanées sur internet, chez lui, rien n'y fait, il s'accroche à son prix qui est similaire à celui de Booking, qui par ailleurs affiche le prix le plus haut.

Il me prend vraiment pour un gong. Nous sommes en hiver, à Mdiq, dans ce Maroc nord où il ne faut mettre le pied et le maillot qu'à partir de mi-juillet, car avant cela, il n'y a pas un chat dans les environs, et encore moins de touristes...

Je suis venu tellement de fois ici, en toutes saisons, que je sais de quoi je parle. Mais il est minuit passée et je n'ai pas envie de me prendre la tête, à aller ailleurs. Je me dis que de temps en temps, « ma fiha bass ». Après tout je viens pour le travail et autant que je sois logé dans de bonnes conditions. De plus j'ai déjà séjourné dans cet hôtel par le passé.



Je me suis dit qu'avec le temps, peut-être que l'accueil s'est amélioré et qu'une nouvelle expérience, moins décevante que la première pourrait me satisfaire cette fois-ci.

Je sais par expérience qu'en hiver, cette saison morte est à appréhender avec prudence dans beaucoup d'hôtels situés principalement dans les stations balnéaires et les villes de la côte : très peu de fréquentations personnelles réduits et service au minimum.

**Cliquer sur l'image pour la version web ou scanner le code QR pour la version pdf**

## Sanae GHOUATI, nous fait voyager au cœur de l'art Bennaï, un monde des merveilles

**Dans le cadre de l'échange culturel qui vise à promouvoir l'art comme moyen d'expression artistique et culturel**

Chaque œuvre parle sa langue avec sa propre mélodie de l'universel mettant en valeur la culture du Bénin, les pensées et même les croyances.

Faisant de l'art un instrument qui parle beaucoup plus que les mots en eux même.

La palette qui dépeint ses œuvres est multicolore chose qui fascine et donne envie d'examiner attentivement chaque détail avec attention.

C'est là où la scène artistique béninoise s'ouvre comme une invitation au voyage de la modernité, faisant de l'art sa carte de jeu.

Qui dit art dira sûrement aller voir au-delà de limites pour découvrir ce qui se passe dans le monde, un monde mondialisé par une communauté riche par sa culture qui s'hérite et se conquiert.

# C

Comme toujours la prestigieuse professeure universitaire madame Sanae GHOUATI, nous fait voyager au cœur de la culture et cette fois-ci, c'est au cœur du musée Mohamed VI de rabat d'on nous entrons de plein pied pour découvrir les délices et les affres de l'art bénin une exposition originale et unique en son genre d'un lieu hautement symbolique qui rassemble et assemble plus de 34 artistes organisé par la fondation national des musées et la galerie national du Benin autour de la thématique : « art du Bénin hier et aujourd'hui de la restitution à la révélation ».

Une rencontre du patrimoniale et du contemporain où les Béninois nous exposent leurs histoires à travers des œuvres artistiques fantastiques.



Par  
Zineb  
MARJOUF

*Cliquer sur  
l'image  
pour la  
version  
web ou  
scanner le  
code QR  
pour la  
version pdf*

## Salam génération !

J'appartiens à la génération de Salam oualikoum.  
De la politesse et de la courtoisie.  
De la galanterie et du savoir vivre.  
A celle qui salue son voisin de palier, cède le passage aux femmes qu'elles soient princesses ou femmes de chambre.

Celui où les orientations sexuelles de chaque individu sont devenues des sujets de thèse.

En tout cas moi j'y perd mon latin.

Celui où on demande à des gamins de 4 ans ce qu'ils pensent des Drag Queen.

Celui où on paye cent euros pour le toilettage d'un chien mais où on refuse de donner six euros pour sauver un enfant en Afrique.

Il paraît que c'est cela le modernisme ,le progrès et tous ceux qui pensent le contraire sont de vieux croulants, des dinosaures.

Au risque de décevoir beaucoup, je vais continuer à balancer des salamoualikoum, des bonjours et des bonsoirs même si on ne me répond pas.

Je suis ainsi fait.

# A

A celle qui,dans les transports en commun,dit bonjour à la personne assise à ses côtés.

A celle qui dans une salle de cinéma obscure, lance un discret bonsoir à la silhouette qui se dessine dans le fauteuil mitoyen.

Ma génération ce n'est pas Jurrasic Park, c'est juste celle qui, contrairement aux réseaux sociaux et à l'intelligence artificielle, a perpétué les valeurs humaines du vivre ensemble.

Celui où les jeunes restent assis quand des personnes âgées peinent à rester debout.

Celui où les ados insultent leurs parents.



Par El  
Montacir  
Bensaid

*Cliquer sur  
l'image  
pour la  
version  
web ou  
scanner le  
code QR  
pour la  
version pdf*



# LE DERNIER MOT



L'ODJ  
.TV

Ahmed Naji



## Les derniers soubresauts d'une ère finissante

**De Paris à Tel-Aviv, en passant pas Berlin, les peuples s'insurgent contre le recul de leur niveau de vie et les vaines tentatives des tenants du pouvoir pour les mettre au pas. Les vieilles démocraties sont en crise. Une crise profonde, systémique, inéluctable, alimentée par des inégalités grandissantes, des classes moyennes paupérisées et la discordance manifeste entre gouvernants et gouvernés.**

Pour ne rien arranger, ces vieilles démocratie occidentales sont en confrontation presque directe avec des régimes russe et chinois, qu'ils qualifient d'autoritaires, mais qui s'en sortent beaucoup mieux.

Au début des hostilités entre la Russie et l'Ukraine, aussitôt suivi d'une batterie de sanctions économiques imposées par les pays occidentaux contre Moscou, leurs médias et « experts » militaires de plateaux de télévision n'arrêtaient pas d'ergoter sur le poids l'économie russe, qui pèserait moins lourd que celui de l'Espagne.

Avant de prendre conscience que la Russie disposait de capacités industrielles que nombre de pays occidentaux pourraient lui jalouser.

Les Occidentaux raclent leurs fonds de stock pour trouver des obus de 155 mm à livrer à l'Ukraine. Les usines russes produisent des obus de 152 mm nuit et jour, sept jours sur sept.

Il est difficile pour les Occidentaux d'admettre que l'économie physique compte plus que des chiffres de Pib gonflés par des activités qui ne créent pas de richesses palpables. Pendant ce temps, les pays du Sud, confortablement installés dans leur neutralité, se contentent d'observer ce choc des titans.

La guerre entre la Russie et l'Otan, jusqu'à présent circonscrite au champ de bataille ukrainien, est un conflit entre Européens, les Africains, les Asiatiques et les Latino-américains ne se sentent nullement concernés.

L'Occident a ainsi découvert, avec consternation, que ses discours pompeux sur la démocratie et les droits humains ne font plus recette parmi les pays du Sud.

Encore moins avec les images, diffusées par les chaînes de télévision et les réseaux sociaux, des terribles répressions policières, en France et en Israël, exercées à l'encontre de leurs citoyens protestataires.

Depuis la découverte de l'Amérique par Christophe Colomb, en 1492, les pays occidentaux ont exercé une grande influence sur les affaires du monde, au point de s'imaginer que c'est un privilège qui leur est dû. Le fameux « fardeau de l'homme blanc » de Rudyard Kipling.

Cette parenthèse dans la longue histoire de l'humanité est en train d'être fermée.

Parallèlement, la Russie rompt avec l'ambition du Tsar Pierre le Grand (1672-1725) d'occidentaliser son pays.

La Chine et l'Inde se rappellent, pour leur part, qu'ils représentaient la moitié de l'économie mondiale, il y a seulement quatre siècles.

Pour les pays du Sud, ce bouleversement en profondeur de l'ordre mondial constitue une opportunité pour tracer leurs propres chemins dans le monde multipolaire en devenir.

D'ici, il est nécessaire d'aider l'Occident, toujours dans le déni, à connaître une fin paisible.

Dans cette rubrique

Le point sur l'actualité politique

Par Ahmed Naji

## La faillite de la Silicon Valley Bank, prémices d'une nouvelle crise financière ?

**La hausse du taux directeur par la Réserve fédérale des Etats-Unis commence à faire des dégâts. La faillite de la Silicon Valley Bank fait craindre un effet domino qui s'étend à l'ensemble de la planète.**

**« Les Américains peuvent se rassurer, le système bancaire est solide », a déclaré le 13 mars, le président Joe Biden, suite à la faillite déclarée, le 10 mars, de la Silicon Valley Bank (SVB), 16ème plus grande banque des Etats-Unis.**

Ces propos seront-ils suffisants pour rassurer les Américains, qui viennent d'assister à la seconde plus grosse faillite de l'Histoire des Etats-Unis, après celle de la banque « Washington Mutual », en septembre 2008 ? Pour répondre à cette question, il faut d'abord savoir si la faillite de la SVB, qui pesait 209 milliards de dollars d'actifs, rapidement suivie par celles de la Silvergate

Bank, 14 milliards de dollars, et de la Signature Bank, 110 milliards de dollars, relève uniquement du défaut de liquidité ou, plus grave, d'une défaillance systémique.

### Chronique d'une faillite surprise

Le 8 mars, les dirigeants de la Silicon Valley Bank ont annoncé avoir subi une perte de 1,8 milliards de dollars sur la vente d'obligations et font appel à une hausse de capital de l'ordre des 2 milliards de dollars pour disposer de suffisamment de liquidité pour répondre aux besoins de ses clients, des startups exclusivement.

La SVB disposait, en effet, d'un portefeuille de titres de créance à des fins de transaction à court terme, les AFS, comptabilisés sur son bilan à hauteur de 23,97 milliards de dollars, mais que la banque régionale californienne a dû céder pour seulement 21,45 milliards de dollars.

On a appris, par la suite, que c'est la banque d'investissement Goldman Sachs qui s'est portée acquéreur des dites obligations.

Mais qu'est-ce qui explique un tel besoin de liquidités, au point que la SVB en soit arrivée à vendre à perte son portefeuille d'obligations ?

### Le piège de l'argent facile

En réaction à la crise sanitaire due à la pandémie du Covid19 et aux mesures restrictives qui en découlaient, le gouvernement américain a versé, depuis mars 2020, quelques 5.000 milliards de dollars sous forme d'aides aux entreprises et aux particuliers.

Il va sans dire que tout cet argent, créé ex nihilo par la Réserve fédérale, conjugué à des taux d'intérêts très bas, pratiqués par cette institution depuis plus d'une décennie, est générateur d'inflation.

Le déclenchement des hostilités en Ukraine, le 24 février 2022, accompagné des sanctions occidentales contre la Russie, a amplifié ce phénomène inflationniste, devenu alors visible.



La hausse du taux directeur décidée par la banque centrale des Etats-Unis, pour juguler la flambée inflationniste, 450 points de base depuis mars 2022, a fait que les obligations acquises précédemment par la SVB à faible taux de rendement ont automatiquement perdu de leur valeur. Pour rappel, une banque rémunère les dépôts de ses clients et ses emprunts à court terme, outre l'octroi de crédits, en achetant des obligations à long terme, les taux d'intérêt élevés de ces derniers couvrant ceux, moins élevés, des premiers.

***Cliquer sur l'image pour la version web ou scanner le code QR pour la version pdf***

### Entre la France et la Russie, le commerce de l'uranium bat son plein malgré les sanctions

En dépit des sanctions contre Moscou, le cargo « Mikhail Dudin » fait des allers-retours entre Dunkerque et la Russie et charge et décharge régulièrement de l'uranium en provenance ou à destination de la Russie.

#### Le nucléaire français «sous emprise» de la Russie !

Le nucléaire français est «sous emprise» de la Russie, affirme Greenpeace qui avait déjà qualifié de «scandaleuse» la poursuite du commerce nucléaire avec la Russie, secteur qui n'est pas visé par des sanctions internationales, contrairement aux hydrocarbures.

Selon l'ONG, la Russie contrôlerait 43% des importations d'uranium naturel en provenance du Kazakhstan et d'Ouzbékistan, et un tiers de celles d'uranium enrichi.

Le gouvernement français, persistant dans le déni et le tissu de mensonges a bien entendu réfuté l'argumentation de l'ONG.

Greenpeace avait affirmé samedi 11 mars que la filière nucléaire française était «sous emprise» de la Russie, via des importations d'uranium naturel en provenance du Kazakhstan et d'Ouzbékistan, soit plus de 40% de l'approvisionnement de la France, outre de l'uranium enrichi.

En 2022, année de l'invasion de l'Ukraine par la Russie, «près de la moitié de l'uranium naturel importé en France provenait du Kazakhstan et d'Ouzbékistan», 43% exactement, a souligné Greenpeace dans un rapport publié deux jours avant le début de l'examen par l'Assemblée nationale d'un projet de loi visant à accélérer la construction de nouveaux réacteurs nucléaires.

Or, selon l'ONG, «la quasi-totalité de l'uranium naturel en provenance du Kazakhstan, et une partie considérable de celui venant d'Ouzbékistan, passe entre les mains du monopole russe du nucléaire civil, Rosatom, qui contrôle le transport de toutes les matières nucléaires transitant sur le sol russe», via des convois ferroviaires jusqu'au port de Saint-Pétersbourg, puis des cargos jusqu'en France.

Des routes évitant le territoire russe «ne représentent aujourd'hui pas de véritables alternatives», ajoute le rapport. Le texte de 99 pages s'appuie sur des données publiques (douanes, publications d'entreprises, d'organisations publiques, d'ONG, de groupes de réflexion et de médias).



#### On contourne bien les sanctions !

L'organisation avait en particulier relevé que la France avait reçu de la Russie «un tiers de l'uranium enrichi nécessaire au fonctionnement des centrales nucléaires françaises pendant un an», un triplement en 2022 !

«Toujours en 2022, l'intégralité des exportations françaises d'uranium de retraitement (URT) a été envoyée en Russie, et l'intégralité des importations d'uranium enrichi (URE) en France provenait de Russie», selon la même source.

«Contrairement à ce qu'affirment les défenseurs de l'atome, la dépendance de la filière nucléaire française aux autorités russes est immense, ce qui pourrait expliquer pourquoi la France continue de s'opposer activement aux sanctions contre Rosatom au niveau européen», avait averti Greenpeace samedi 11 mars.

*Par Hafid Fassi Fihri*

*Cliquer sur l'image pour la version web ou scanner le code QR pour la version pdf*



*Par Hafid Fassi fihri*

## Le coup de force de Macron

**Coup de théâtre en France après la décision du gouvernement Borne d'activer le levier du 49.3 pour faire adopter le plan de réforme des retraites.**

**Du spectre du 49.3 à la menace de dissolution.**

**Le président français a finalement choisi de se passer de l'approbation de l'Assemblée nationale pour faire adopter sa réforme des retraites par un passage en force ! Jeudi 16 mars, dans la matinée le Sénat avait adopté le texte retouché par la commission paritaire.**



Grâce à un groupe sénatorial du parti LR, la cause était entendue. La France était sur le qui-vive à ce moment, qu'il s'agisse de l'Elysée, de la majorité gouvernementale qui comptait ses soutiens à l'Assemblée nationale des partis d'opposition ainsi que bien entendu les syndicats.

En effet, à quinze heures devait avoir lieu le vote chez les élus et la France des travailleurs retenait son souffle.

Et ce que ce redoutaient beaucoup a fini par survenir !

Macron convoque un conseil des ministres et demande au chef du gouvernement Elisabeth Borne d'appuyer sur le levier constitutionnel du 49.3 pour faire adopter le texte sans l'approbation de l'Assemblée nationale !

Les membres de la commission mixte paritaire s'étaient accordés mercredi sur une même version du projet de loi, et il fallait que cette nouvelle "mouture du compromis" soit adoptée par les deux Assemblées.

Mercredi toujours, Macron avait menacé de dissoudre l'Assemblée nationale en cas de vote perdant de sa réforme des retraites. Autrement dit, messieurs- dames les députés, soit vous votez en faveur du plan Macron soit vous perdez votre fauteuil à l'Assemblée !

Du chantage pur et dur, mesquin et cynique qui signifie un flagrant échec pour Macron et son gouvernement sur ce dossier. Pour se justifier, le président français expliquera que lui n'a pas son fauteuil à perdre, qu'il veut sauver l'avenir du pays car la situation des finances du système de retraites ne lui laisse aucun choix.

Des arguments et des motivations qui ne trouveront pas d'écho favorable ni chez les syndicats ni auprès de l'opinion publique qui estime que le capital, CAC40 en premier, a réalisé des bénéfices records chiffrés à des centaines de milliards d'euros en 2022.

Après avoir longtemps fait planer le spectre d'un 49.3, l'Elysée a finalement reculé, dans un premier temps, préférant aller au vote comptant et spéculant sur la responsabilité des élus.

Emmanuel Macron avait toutefois menacé de dissoudre l'Assemblée nationale si jamais le vote est perdu, mais finalement, il a changé d'avis très peu de temps avant le vote. Un revirement de dernière minute qui révèle un flagrant désaveu pour la majorité gouvernementale, extrêmement fragilisée par le chaos provoqué par ce plan de réforme !

### **Macron, après moi le déluge !**

Une semaine plus tôt, il avait refusé de rencontrer les syndicats et s'était contenté de leur adresser une lettre. Une lettre sans grand intérêt et qui a contribué à accentuer la colère, les mécontentements et l'incompréhension.

Si Elisabeth Borne a activé donc ce levier du 49.3, c'est que l'Elysée n'était plus sûr de remporter ce vote et comme Emmanuel Macron ne voulait pas prendre le risque de voir sa réforme échouer, il a foncé vers le coup de force.

Le gouvernement français a certainement dépassé les "Borne", et ceux et celles qui croient que Macron n'a pas répondu à la contestation se trompent car il a envoyé les forces de police à la rencontre des manifestants !

Et jeudi en soirée, les scènes de violence dans la capitale française et dans d'autres villes étaient tout simplement inédites !

Si les manifestations ont dégénéré et ne sont plus pacifiques, c'est le signe que la contestation va fatalement se radicaliser beaucoup estimant que la voix du peuple a droit au chapitre au sein des institutions élues, au nom de la morale et de la constitution !

***Cliquer sur le texte pour la version web***

LODJ avec AFP

## Face à la Chine, Biden lance un arsenal de sous-marins

Les trois phases du programme militaire dans le Pacifique ont été présentées par la Maison Blanche, qui incluent une commande importante de sous-marins américains par Canberra, ainsi que le développement d'un nouveau sous-marin de pointe impliquant une collaboration entre les États-Unis, le Royaume-Uni et l'Australie.

### Une coopération "sans précédent"

Joe Biden s'est associé aux dirigeants australien et britannique pour dévoiler un programme de sous-marins à propulsion nucléaire ambitieux, visant à faire face à la montée en puissance de la Chine dans la région du Pacifique.

"Nous nous mettons dans la meilleure position qui soit pour faire face ensemble aux défis d'aujourd'hui et de demain", a dit le président américain, depuis une base navale de San Diego. En compagnie d'Anthony Albanese et de Rishi Sunak, Joe Biden a exprimé que les États-Unis n'auraient pas pu avoir de "meilleurs amis" que l'Australie et le Royaume-Uni. Il a ainsi souligné l'importance de l'alliance trilatérale AUKUS, qui avait suscité la colère de la France lors de son annonce il y a dix-huit mois.

### Jusqu'à cinq sous-marins

La première étape du programme consistera en une phase de familiarisation pour l'Australie, qui ne dispose ni de sous-marins à propulsion nucléaire, ni de technologie nucléaire civile ou militaire. Pour ce faire, des marins, des ingénieurs et des techniciens australiens seront formés aux côtés des équipages américains et britanniques, ainsi que dans les chantiers navals et les écoles spécialisées des États-Unis et du Royaume-Uni. L'objectif est de déployer quatre sous-marins américains de la classe "Virginia" et un sous-marin britannique de la classe "Astute" sur la base australienne de Perth (ouest) à partir de 2027, selon un principe de rotation.

La deuxième étape implique l'achat par l'Australie de trois sous-marins américains à propulsion nucléaire de la classe "Virginia", avec une option pour deux navires supplémentaires, sous réserve de l'approbation du Congrès américain. Les sous-marins devraient être livrés à partir de 2030.



Enfin, la troisième et la plus ambitieuse étape du programme implique une collaboration entre les États-Unis, l'Australie et le Royaume-Uni pour la création d'une nouvelle génération de sous-marins d'attaque baptisée SSN-Aukus. Ces sous-marins seront propulsés par de l'énergie nucléaire et seront équipés d'armements conventionnels.

***Cliquer sur l'image pour la version web ou scanner le code QR pour la version pdf***

*L'odj avec l'agence Ecofin*

## A la surprise générale, l'Égypte annonce son retrait de l'Accord international sur les céréales

L'Égypte, premier importateur mondial de blé, a annoncé son intention de se retirer d'ici fin juin 2023 de l'Accord international sur les céréales conclu en 1995 sous l'égide des Nations unies, a rapporté l'agence Reuters jeudi 9 mars, citant un dirigeant du Conseil international des céréales (CIC).



« La notification du retrait de l'Égypte de l'Accord international sur les céréales a eu lieu sans information préalable. Plusieurs délégations au sein du CIC sont surprises et attristées par cette décision », a déclaré à Reuters Arnaud Petit, directeur exécutif du Conseil international des céréales, une organisation intergouvernementale qui administre l'accord international entré en vigueur le 1er juillet 1995.

M. Petit a également indiqué que de nombreux pays membres de l'accord demanderaient à l'Égypte de reconsidérer sa décision, sans préciser les motifs du retrait du pays le plus peuplé du monde arabe.

L'Accord international sur les céréales comprend deux instruments juridiques distincts : la Convention sur le commerce des céréales et la Convention sur l'aide alimentaire. La Convention sur le commerce des céréales prévoit le partage d'informations, l'analyse et les consultations sur le marché des céréales et l'évolution des politiques.

Elle a pour objectif notamment de favoriser la coopération internationale dans tous les aspects du commerce des céréales, d'assurer que ce commerce s'effectue le plus librement possible, de contribuer à la stabilité des marchés internationaux des céréales.

En vertu de la Convention relative à l'aide alimentaire, les pays donateurs s'engagent à fournir chaque année des quantités déterminées d'aide alimentaire aux pays en développement sous forme de céréales propres à la consommation humaine ou de fonds. Cette convention reprend l'objectif fixé par la Conférence mondiale de l'alimentation, à savoir apporter chaque année aux pays en développement une aide alimentaire d'au moins 10 millions de tonnes de céréales.

Le retrait de l'Égypte de l'accord intervient dans un contexte de perturbation des marchés céréaliers, en raison des répercussions négatives de la guerre en Ukraine.



Un accord négocié l'été dernier sous l'égide de l'ONU a permis de sortir plus de 20 millions de tonnes de céréales des ports ukrainiens depuis le 1er août 2022, contribuant ainsi à soulager les États importateurs, mais des doutes planent sur le renouvellement de cet accord historique, qui expirera le 18 mars prochain.

Moscou a précisé jeudi 9 mars que l'accord céréalier n'était qu'à moitié mis en œuvre, notant que les sanctions imposées aux secteurs des paiements, de la logistique et de l'assurance l'empêchent encore d'exporter ses propres céréales et engrais.

*Cliquer sur l'image pour la version web ou scanner le code QR pour la version pdf*

Par Ahmed Naji

## La rencontre Poutine-Jinping : un nouveau Yalta ?

La récente visite menée par le président chinois en Russie a suscité de furieuses réactions en Occident. La multipolarité promue par Moscou et Pékin signifie la fin de l'hégémonie américaine. La date de la visite du président chinois, Xi Jinping, du 20 au 22 mars en Russie, n'a pas été le fruit du hasard. Elle coïncide avec le 20ème anniversaire de l'invasion de l'Irak par les Etats-Unis.



Nul besoin de rappeler que cette guerre a été déclenché sous le faux prétexte des armes de destruction massive dont, en réalité, n'a jamais disposé le président irakien déchu, Saddam Hussein.

Le message ainsi adressé par Moscou et Pékin à Washington et ses alliés est on ne peut plus clair : les Etats-Unis sont très mal placés pour donner des leçons de droit international à qui que ce soit.

L'autre message envoyé par les deux puissances eurasiatiques au pays occidentaux, à travers la date choisie de la visite du dirigeant chinois en Russie, est non moins explicite.

Le jour même de l'arrivée de Xi Jinping à Moscou se tenait la 2ème conférence parlementaire Russie-Afrique, à laquelle ont pris part une quarantaine de pays du continent noir.

### Dé-dollarisation

Pour les opinions publiques des pays occidentaux, auxquelles leurs dirigeants et médias n'ont cessé de répéter que la Russie est isolée sur la scène internationale, suite à son invasion de l'Ukraine, la tenue d'une telle conférence est la preuve déplaisante du contraire.

Lors de cette conférence, il a été, par ailleurs, question de l'émergence en cours d'un nouveau monde multipolaire et de dé-dollarisation. Le président Poutine a, lors de ses entretiens du 21 mars avec le président Jinping, déclaré : « Nous sommes pour l'utilisation du yuan chinois dans les règlements entre la Russie et les pays d'Asie, d'Afrique et d'Amérique latine.

Je suis sûr que ces formes de règlements en yuan seront développées entre les partenaires russes et leurs homologues des pays tiers ». Les deux tiers des échanges commerciaux entre la Russie et la Chine, qui devraient dépasser les 200 milliards de dollars, cette année (un record), se font déjà en yuans et en roubles.



### Ça gaze pour le yuan

Ce que Poutine signifiait, c'est que d'autres pays du Sud, à l'instar de l'Arabie saoudite devraient s'inscrire dans la même tendance, remettant ainsi en question le statut du dollar américain. L'on sait déjà que l'Arabie saoudite et la Chine étudient actuellement la possibilité de libeller les contrats de vente de pétrole en yuan. Pour en rester dans le domaine des hydrocarbures, la Russie est, actuellement, le premier fournisseur de gaz naturel à la Chine, à travers le gazoduc « Power of Siberia », d'une capacité de 61 milliards de m3/an ; devançant le Qatar et le Turkménistan.

*Cliquer sur l'image pour la version web ou scanner le code QR pour la version pdf*



LA WEB TV ECO & ECO



SCAN ME

أجي تفرج فالويب تيفي ديالنا

LODJ.MA/WEBTV

*Par Mustapha Sehim*

### Maroc-France: les prérequis de l'« apaisement »

La référence à l'«apaisement» -annoncé, souhaité et même finalement souhaitable- ne se décrète pas. Elle doit se fonder sur des signes.

Des actes. Un climat traduisant bien le réchauffement. Est-ce le cas aujourd'hui ? Pas vraiment.



Le 7 mars courant, répondant à une question au gouvernement à l'Assemblée nationale française, la ministre des Affaires étrangères, Catherine Colonna, a défendu la politique de Paris au Maghreb. Des parlementaires l'avaient interpellée en particulier sur une information du gouvernement marocain de source officielle publiée par l'hebdomadaire Jeune Afrique précisant que «les relations ne sont ni amicales ni bonnes, pas plus entre les deux gouvernements qu'entre le Palais royal et l'Élysée».

Elle n'a pas voulu faire de commentaire à ce sujet en relevant que c'était là des «propos d'une source anonyme»... Une pirouette: jusqu'à plus ample informé, Rabat n'a pas apporté quelque démenti à ce sujet. Elle a tenu à s'attacher en tout cas à «pratiquer l'apaisement». Et de rappeler que dans cette ligne-là, elle a effectué une visite dans le Royaume, les 15 et 16 décembre dernier; et que les deux pays ont, à cette occasion, fait part de leur commune volonté d'approfondir les rapports bilatéraux avec la visite annoncée du président Macron lors du premier trimestre 2023.

Au Parlement, en tout cas, voici quelques jours, ce programme n'a pas été évoqué. Preuve que rien n'est réglé quant à cet agenda diplomatique. Alors? La référence à l'«apaisement» -annoncé, souhaité et même finalement souhaitable- ne se décrète pas. Elle doit se fonder sur des signes. Des actes. Un climat traduisant bien le réchauffement. Est-ce le cas aujourd'hui? Pas vraiment.

Le Maroc n'a pas d'ambassadeur à Paris. Le poste était occupé par Mohamed Benchaaboun, nommé le 17 octobre 2021. Mais il n'a présenté officiellement ses lettres de créance au Chef d'Etat français que neuf mois plus tard, le 22 juillet 2022. De quoi nourrir de fortes interrogations. Si bien qu'il n'a assuré la plénitude de sa fonction de chef de mission diplomatique que durant trois mois, jusqu'à sa nomination royale, le 17 octobre, comme directeur général du nouveau Fonds Mohammed VI pour l'investissement.



Le 19 janvier 2023, un dahir royal publié au bulletin officiel met fin officiellement à sa mission à Paris. Une procédure passablement inédite dans la pratique diplomatique d'autant que la date retenue est celle-là même du vote d'une résolution du Parlement européen hostile au Maroc. Un message...

L'on ne pourra retenir l'hypothèse d'un processus de normalisation entre Paris et Rabat que lorsque sera désigné un nouvel ambassadeur en France. Et à cet effet, le statu quo actuel ne paraît pas (encore) pousser dans ce sens: tant s'en faut. L'on peut penser que cette «reprise» ne se fera que si elle s'inscrit dans un processus de clarification de Paris.

*Cliquer sur l'image pour la version web ou scanner le code QR pour la version pdf*

## Il se prépare quelque chose entre Rabat et Washington...

Il se passe quelque chose entre le Maroc et les Etats-Unis. Beaucoup de faits, de rencontres, de visites... bien des rumeurs, des spéculations, des attentes... mais pas d'information sur l'objectif ultime de toute cette agitation, dans un monde en mutation. Seule chose qui paraît certaine, avec le Maroc, l'Amérique de Joe Biden a longtemps tergiversé, livrant des armes, mais pas les plus récentes, apportant son soutien, mais pas trop, louant les vertus du royaume, mais l'accablant à l'occasion ; et dans le monde remuant qui est désormais devenu le nôtre, le Maroc cherche et se cherche...

Aujourd'hui, les Etats-Unis, malgré leur puissance économique, leur force militaire, leur avance technologique, patinent... La Chine présente pour eux un problème existentiel, et les relations Pékin-Moscou s'affirment et enferment l'Europe, qui accepte de revenir dans le giron économique et géopolitique américain.

**L'Indopacifique bascule lentement dans la sphère d'influence chinoise, et si ce n'est pas sûr, c'est quand même peut-être, et même un peu plus... En Afrique, la Chine a pris une avance confortable et difficilement rattrapable et le récent retour en puissance et en treillis des Russes sur le continent y conforte l'implantation de Pékin et ouvre de grandes perspectives à Moscou.**

Alors les Américains viennent en Afrique, avec la conscience de places à conquérir mais aussi la prescience des difficultés à venir. Le rapprochement avec le Maroc entre dans ce cadre, élargi à la zone Mena puisque cette entente d'un type nouveau s'est concrétisée dans le désormais fameux Accord Tripartite USA-Maroc-Israël, signé fin 2020. Depuis, et suite à l'arrivée de Joe Biden et d'Anthony Blinken, les choses n'avancent pas vraiment, les Américains hésitant, un pas en avant, un autre en arrière, faisant une sorte de surplace que Rabat essaie de briser.

Puis l'histoire s'accélère avec la guerre en Ukraine et les Américains multiplient les actes et actions en direction de l'Afrique, couronnés par le sommet USA-Afrique de décembre 2022 à Washington, mais ponctués d'actes diplomatiques et géostratégiques marocains, qui ne passent pas inaperçus en Amérique. Avec le Maroc plusieurs événements se sont produits ces derniers mois, augurant d'évolutions certaines dans les relations.

Courts prolégomènes : d'octobre à décembre 2020, établissement d'un important accord de défense et de coopération militaire entre Rabat et Washington.



Écoutez Les podcasts de Aziz Boucetta 1/ 13 octobre 2022, signature d'un accord de coopération entre Moscou et Rabat dans le domaine de l'utilisation de l'énergie nucléaire. L'accord inclut des transferts de technologie et une assistance pour l'exploitation des mines d'uranium. C'est sans doute un effet d'annonce, mais l'annonce a fait son effet.

2/ 17 octobre 2022, visite à Rabat du général commandant l'Africom Michael Langley.

3/ 8 novembre 2022, visite à Washington du général Belkhir El Farouk, inspecteur général des FAR.

4/ 13 janvier 2023, visite d'une délégation bipartite du Congrès, avec la présence du sénateur républicain Dan Sullivan, que l'on retrouve plus bas,

5/ Février 2023, tensions dans les Territoires occupés, manifestations inédites en Israël et appels de certains... officiels israéliens à une annexion de facto de la Cisjordanie ou au questionnement du statu quo sur les Lieux Saints de Jérusalem : le Sommet du Néguev qui doit se tenir au Maroc est reporté...

Par Aziz Boucetta

*Cliquer sur l'image pour la version web ou scanner le code QR pour la version pdf*

Par Naim Kamal

### La démocratie 49 point 3

**Un de mes professeurs de français, en sixième (l'actuelle première année du tronc commun), au nom qui ne s'invente pas, Monsieur Charavin, dont je garde un impérissable souvenir, avait le don de nous enseigner sa matière en débâtant avec les élèves des choses de la vie et en premier lieu de la chose politique.**

**Il savait descendre à notre niveau et savait ne pas faire compliqué quand il pouvait faire simple.**

Un jour qu'il nous parlait de démocratie, je lui ai demandé ce que c'était ? Il ne nous parla ni de ses origines grecques ni de Montesquieu et de sa séparation des pouvoirs, des choses qui interviendront bien plus tard dans nos vies et parcours.

Mais nous dit que c'était une organisation de la vie où le peuple élit ses représentants et où la majorité dirigeait le pays et la minorité se soumettait à cette volonté. Dans les dictionnaires, on dira que c'est une "Forme de gouvernement dans laquelle la souveraineté appartient au peuple."

Il nous expliqua aussi que son but (on n'utilisait pas encore objectif) c'était le bien du peuple et la répartition équitable des richesses pour qu'il n'y ait plus de pauvres.

La complexité du système, ses subtilités et ses ruses, ses forces et ses faiblesses, n'interviendront dans notre compréhension que plus tard, mais, pour ma part, sans jamais comprendre, à ce jour encore, l'aphorisme churchillien, "la démocratie est le pire des systèmes à l'exclusion de tous les autres".

Si Monsieur Charavin est encore en vie, je ne suis pas sûr qu'il se reconnaitrait dans la démocratie française telle qu'elle a été instituée et évolué dans le sein de la VIème république et telle qu'elle se déroule actuellement sous nos yeux. La violence faite aux députés pour imposer le très impopulaire projet de report de l'âge de départ à la retraite à 64 ans ne le réjouirait certainement pas.

L'article 49 alinéa 3, communément dit 49.3, permettant au gouvernement d'engager sa responsabilité et de passer en force quand l'un de ses projets fondamentaux rencontre de la résistance, fut conçu, explique-t-on, pour protéger la république française du désordre et l'instabilité gouvernementale dans lesquels l'avait plongée la république précédente dite la quatrième.



Or, en 65 ans d'existence, le 49.3 a été utilisé 100 fois et le triste trophée du centième recours à cet article, constitutionnel mais par certains aspects scélérat, échoit à la Première ministre d'Emmanuel Macron, Elisabeth Borne. En 11 mois à la tête du gouvernement, elle l'a employé 11 fois, ce qui peut paraître normal pour une ancienne proche du parti socialiste puisqu'elle se place ainsi deuxième derrière Michel Rocard, qui, piégé à Maignon par son camarade-ennemi, le fondateur du PS, François Mitterrand, dans un contexte très difficile.

***Cliquer sur l'image pour la version web ou scanner le code QR pour la version pdf***



Par Souad Mekkaoui

## Mais qu'est-ce qui se passe donc dans la tête de Macron ?

Depuis quelques temps, Emmanuel Macron s'impose dans toutes nos discussions avec des amis français. Tous sont unanimes que le Président de la République est en train de détruire la France, cette France qui ne ressemble plus à la leur. Amertume, frustration, impuissance et haine sont les mots qui reviennent toujours dès qu'il s'agit de Macron.



Des millions de français ne supportent plus la façon dont la France est dirigée par ce président qui est dans un autre univers que celui de ses prédécesseurs et dont la seule obsession est d'occuper la scène quitte à collectionner les maladrances. Pourtant, on se rappelle tous de ses débuts en fanfare mais ses perspectives étaient à court terme.

Rarement dans l'histoire de la Ve République, un président, à son arrivée à l'Élysée, n'avait suscité autant d'espoir dans le monde avant que son image à l'étranger ne soit ternie par la mobilisation des gilets jaunes. Depuis, la politique étrangère de Macron déçoit à tel point qu'on dirait qu'il a l'art de fâcher tout le monde tant et si bien qu'analystes et observateurs commencent à s'interroger sérieusement sur son état de santé mental.

Janvier 2023, le Maroc décide de mettre fin aux fonctions d'ambassadeur de Mohamed Benchaaboun auprès de la République française suite aux Instructions royales.

Mais aujourd'hui et aussi hallucinant que cela puisse paraître, le Quai d'Orsay continue toujours à user de tout son vocabulaire pour qualifier une relation maroco-française d'« exceptionnelle, amicale et exemplaire ».

Or la réponse du Maroc tombera raide et sans équivoque : « Les relations ne sont ni bonnes ni amicales ».

Sous Macron, l'Algérie décide de rappeler son ambassadeur en France, le 8 février 2023, à cause de « l'exfiltration clandestine » de la franco-algérienne Amira Bouraoui vers la France. Avant cela et en janvier 2022, le Mali expulse l'ambassadeur de France suite à des déclarations de responsables français à l'encontre des autorités maliennes.

Aussi en octobre 2022, la France rappelle son ambassadeur en Turquie pour protester contre les propos de Recep Tayyip Erdogan qui a mis en cause la santé mentale de Macron après ses propos sur les caricatures du prophète Mohamed, une première dans l'histoire des relations entre les deux pays.



En septembre 2021, la France avait rappelé ses ambassadeurs aux États-Unis et en Australie, suite à la rupture par l'Australie du contrat de commande de douze sous-marins français remplacés par d'autres américains à propulsion nucléaire.

En février 2019, la France rappelle son ambassadeur en Italie suite à la rencontre du vice-président du Conseil italien avec des représentants des « gilets jaunes » durant laquelle Matteo Salvini, patron de l'extrême droite italienne avait dit espérer que le peuple français se libérerait bientôt d'un « très mauvais président ».

*Cliquer sur l'image pour la version web ou scanner le code QR pour la version pdf*

## Etre ou ne pas être libéral

**Faut-il se garder d'être étiqueté libéral-au-cœur-sec ? Pour cela il faut peut-être devenir « minarchichiste, à savoir partisan de l'intervention étatique minimale.**

**Si on défend le libéralisme classique on est rapidement face à l'ignorance des interlocuteurs. Il faut alors expliquer les « droits naturels », remonter à l'humanisme et à l'école de Salamanque, souligner que le libéralisme n'est pas que le marché et la concurrence loyale, encore moins, le capitalisme de connivence.**

Définir le libéralisme n'est pas chose aisée, beaucoup commencent par expliquer « ce qu'il n'est pas ».

Le concept mussolinien du « tout dans l'État, rien contre l'État, rien en dehors de l'État » n'a jamais été autant pris en défaut que ces deux dernières années :

- Réforme des retraites
- Gestion de l'épidémie de Covid-19
- Crise énergétique provoquée
- Dogmatisme écologique
- Lutte contre la hausse des prix, stigmata de l'inflation monétaire
- Dysfonctionnements de plus en plus flagrants de l'Éducation nationale, de l'hôpital, des transports publics, de la justice...

Autant de sujets qui mènent certains esprits sensés, pourtant nourris aux mamelles roses et rouges du mammoth, à douter.

Si on se réclame du « minarchisme » comme solution possible à ces maux, l'auditeur prête une oreille plus attentive que si on agite l'épouvantail du libéralisme.

L'étymologie est simple : « min » = minimal et « archie » = gouvernement.

Pas de gros mot qui font peur comme « liberté » avec son effrayant corollaire de « responsabilité ».

Légère consonance avec « anarchie » qui évitera de se faire immédiatement ranger dans la case « fasciste » ou « capitaliste ».

Évidemment, on aura tout intérêt à éviter la diabolique mention du libertarianisme et à condenser cette définition en : « politique qui préconise un « État minimal », dont la légitimité est enserrée par des limites strictes ».

On peut compléter tout en restant simple :



- L'État étant caractérisé comme un monopole de la violence, ses prérogatives légitimes sont souvent identifiées aux seuls domaines où la violence est justifiée, les « fonctions régaliennes » de l'État : le maintien de l'ordre, la justice, la défense du territoire.

On devrait pouvoir argumenter sur le bien-fondé de faire reculer les prérogatives de l'État.

Certes, un libéral farouche objectera que la police, la justice et même l'armée pourraient être confrontées à la concurrence. Mais le libéral farouche est une espèce rarissime dans notre merveilleux paradis social et enfer fiscal du monde occidental.

À ce stade, les objections classiques se présentent ainsi :

« Que fait-on de l'éducation, de la politique industrielle, de la culture, de la santé, de l'énergie... Que fait-on du « lien social » ? ». On peut alors avoir recours à la subsidiarité qui n'est pas le mot politique le plus usuel dans notre merveilleux monde centralisé.

**Par Gabriel Banon**

*Cliquer sur l'image pour la version web ou scanner le code QR pour la version pdf*

# INTERNAUTS INVITÉS



SCAN ME

LODJ PODCAST    LODJ RADIO

Par Kamal LAKHDAR

## Algérie - Maroc : aventures et mésaventures de l'islam politique

L'histoire récente de l'Algérie, comme celle du Maroc, a connu l'émergence d'une mouvance islamique importante, qui a fortement marqué le corps social dans son ensemble.

Mais les trajectoires de cette mouvance dans les deux pays voisins ont été totalement différentes, voire antinomiques.



Tout a commencé en 1979, quand Chadli Bendjedid a succédé à Houari Boumediene, dont les 13 ans de dictature tyrannique calquée sur le stalinisme avait harassé et désabusé un peuple fraîchement décolonisé et aspirant à un surcroît de liberté et de démocratie.

Croyant bien faire, le nouveau Président promulgua une nouvelle constitution instaurant le multipartisme et accordant plus de droits civiques aux citoyens.... mais il n'adopta en parallèle aucune mesure d'ordre social pour améliorer la vie quotidienne des Algériens, spectateurs impuissants des pratiques indécentes et décomplexées d'une nomenklatura fondée sur le népotisme, la corruption et la prédation.

C'est dans ce contexte que des personnalités religieuses sponsorisées par les Wahabites et les Frères Musulmans s'engouffrèrent dans la brèche et créèrent officiellement en 1989 le Front Islamique du Salut (FIS), un parti politique islamiste en gestation depuis 1982 et qui eut beau jeu de surfer sur le mécontentement populaire en promettant une moralisation de la vie publique, sachant que nulle morale ne saurait dépasser celle prônée par les préceptes islamiques originels... Et ce fut le ras de marée électoral: les Islamistes remportent les deux tiers des conseils municipaux lors des élections locales de 1990, puis vinrent les élections législatives de 1991 qui confirmèrent la déferlante islamiste dès le 1er tour avec plus de 47% des voix, et une avance abyssale sur le parti du pouvoir (FLN) avec, comme perspective inéluctable, une domination haut la main du Parlement et la main mise sur le pouvoir politique dans son ensemble... Panique à bord chez les hauts gradés de l'Etat Major : qui décident de tout effacer: annuler les élections et renvoyer le Chef de l'Etat. Sitôt dit, sitôt fait: pas de 2e tour des élections et S.E.M. Chadli Bendjedid en résidence surveillée... Erreur fatale, et comme d'habitude, c'est le peuple qui trinque: les Islamistes prennent le maquis et créent des brigades armées ( le GIA) qui déclenchent une véritable guerre civile, une terrible boucherie au bout de laquelle on dénombre près de 200.000 morts.



Après cette "décennie noire", les militaires font appel en 1999 à Abdelaziz Bouteflika, un acteur de la première heure du Bouteflikisme mais ne possédant aucun galon militaire.

Et c'est ainsi que prit fin la longue et sanglante intrusion de l'Islamisme politique dans l'histoire de l'Algérie du 20e siècle.... et c'est ainsi, aussi que le pouvoir militaire, imbu de lui-même, s'est persuadé de son invincibilité et de son "indébouabilité"...

Actuellement, le régime algérien continue de combattre les terroristes armés, mais ce qualificatif infamant de "terroristes" est dorénavant accolé à des journalistes trop critiques à l'égard des politiques de l'Etat.

*Cliquer sur l'image pour la version web ou scanner le code QR pour la version pdf*

### Publication par l'IRES du rapport intitulé « L'Océan : enjeu mondial et solution planétaire »

Un constat en soi déroutant alors que cette masse liquide, est-il précisé, d'environ 1,3 milliard de kilomètres cubes d'eau salée, recouvre 71% de la surface terrestre et comporte 95% de la biosphère.

Le volume habitable de l'océan, qui est 642 fois supérieur à celui du continent, abrite une proportion importante des espèces vivantes de la Terre.

Une planète extra-terrestre si méconnue qu'il faudra plusieurs siècles à l'homme au rythme actuel des connaissances pour en percer les mystères. Alors que 12 astronautes ont déjà marché sur la Lune, seules 4 personnes sont descendues à plus de 10 000 mètres de profondeur. Une image forte reprise du rapport qui reflète une forme de désintérêt politique, scientifique et culturel étonnant, liée notamment, à une relation ambiguë de l'homme avec la mer. 10% seulement des régions océaniques, situées en dessous de 200 mètres de profondeur ont pu être explorées (soit 5% de la masse océanique totale), 250.000 espèces maritimes sont recensées sur les 10 millions d'espèces estimées. La même méconnaissance entoure les zones abyssales qui occupent 60 % de la surface de l'eau.

Pourtant, l'océan qui couvre 71% de la surface du globe, génère plus de 50% de l'oxygène mondial et absorbe, chaque année, 25% du carbone d'origine anthropique. Il représente de surcroît 95% de la biosphère. L'écosystème océanique offre à la vie sur terre des fonctionnalités globales essentielles qui génèrent au moins 74 services écosystémiques nécessaires aux cycles de vie.

Il s'agit, par exemple, est-il précisé en page 29, des cycles biogéochimiques (cycle de l'eau, cycle du carbone, cycle de l'oxygène), du cycle de vie (flore et faune) et du maintien de la biodiversité, de la production de matière organique (biomasse) et de nutriments, ainsi que de la formation et de la stabilisation des sols. Son équilibre est donc essentiel à notre survie.

A ce sujet, le rapport restitue avec rigueur et précision, des données scientifiques essentielles qui éclairent le lecteur sur l'ensemble des interconnexions existentielles entre l'Homme à la Mer et celles de la Terre à la Mer. Une « océanosphère » qui représente 93,9% du volume total de l'hydrosphère de la Terre (eau liquide, solide et gazeuse), étroitement interconnectée par les phénomènes naturels de la cryosphère, l'atmosphère et la lithosphère (érosion, accrétion).



Ceux-ci permettent de gérer notamment la vie sur et de générer des ressources non vivantes tout en jouant un rôle fondamental dans l'habitabilité de la planète, c'est-à-dire sa capacité à accueillir et à développer la vie en régulant le climat.

Après un panorama sur l'état des lieux de l'Océan, sont évoqués dans le chapitre 2 les principaux enjeux stratégiques d'avenir. Parmi ceux-ci, la durabilité de l'Océan est placée en tête des problématiques en raison des atteintes portées à sa bonne santé.

Elles se traduisent par les pressions anthropiques, la maritimisation des activités humaines aggravées par le réchauffement climatique et la désoxygénation. Elles constituent des menaces existentielles qui, selon l'IRES devraient inciter à anticiper le devenir de l'Océan, selon une vision globale et systémique, celle de « l'océanosphère ».

**Par Taoufiq Boudchiche**

*Cliquer sur l'image pour la version web ou scanner le code QR pour la version pdf*

Par **Abdeslam Seddiki**

## La Cour des Comptes recommande une révision de l'arsenal juridique et réglementaire relatif au prix des médicaments

Le rapport de la Cour des Comptes pour 2021 vient d'être publié. Il ne déroge pas à la règle tant sur le plan méthodologique que sur le plan des faits analysés et des secteurs qui sont passés au « scanner ». Une version exhaustive disponible pour le moment uniquement en arabe ; une version résumée de 150 pages présentant les principaux axes en mode condensé.

Le rapport traite successivement le suivi des chantiers des grandes réformes (fiances publiques, système de protection sociale, système d'investissement, réforme fiscale, et secteur des établissements et entreprises publics) ; en deuxième lieu, il s'attaque au contrôle de la gestion et évaluation des programmes et projets publics en traitant successivement les secteurs financiers, le secteur de la santé, les secteurs de l'éducation, de la formation et de l'enseignement supérieur, les secteurs productifs (soutien au tourisme, l'agrégation agricole...), la culture, les secteurs administratifs, gouvernance et développement territorial.

Le rapport se termine par l'analyse du suivi de la mise en œuvre des recommandations émises par la Cour, les déclarations du patrimoine auxquelles sont astreints les hauts responsables et l'audit des finances des partis politiques.

On le voit, c'est un document riche, bien fouillé et bien fourni en analyses et recommandations. Il ne se limite pas à relever les défaillances, à enregistrer d'éventuelles malversations et de mauvaises affectations des deniers publics.

La Cour prononce des jugements et des arrêts, soumet au parquet les affaires qu'elle considère relevant du pénal et fait des propositions en vue d'inciter les parties concernées à améliorer leur gouvernance et à corriger leurs défaillances. Dans cette chronique, on se limitera au seul secteur de la santé qui a fait l'objet d'une attention particulière de la Cour des Comptes eu égard au contexte actuel marqué par la mise en œuvre du chantier de la généralisation de la protection sociale et en premier lieu de la généralisation de l'assurance maladie obligatoire. (AMO).

Passons sur les ressources humaines dont tout le monde reconnaît l'ampleur du déficit à combler couplée à une répartition régionale déséquilibrée. Ainsi, bien que la densité des agents de la santé (personnel médical, infirmiers et techniciens de la santé) ait



connu une légère augmentation au cours de la décennie 2011-2020 passant respectivement de 15, 1 agents à 16, 4 agents pour 10 000 habitants, force est de constater que cette légère amélioration est due essentiellement à l'augmentation du nombre de médecins laquelle a profité au secteur privé. Ainsi si la densité des médecins est passée au cours de la décennie retenue de 6,1 à 7,1 pour 10000 habitants, elle est due à l'augmentation de la densité dans le secteur privé...

**Cliquer sur l'image  
pour la version web  
ou scanner le code QR  
pour la version pdf**

Par Hicham EL AADNANI

## Rétablissement des relations diplomatiques entre l'Iran et l'Arabie-Saoudite : quels sont les pays directement concernés ?

Sous l'égide de la Chine, l'Iran et l'Arabie Saoudite ont décidé le 10 mars dernier à Pékin de rétablir leurs relations diplomatiques. Un coup de théâtre qui a pris de court beaucoup d'observateurs et chancelleries dans la région et bien au-delà. La surprise est d'autant plus grande que beaucoup s'attendaient plutôt à des pourparlers entre Israël et l'Arabie Saoudite dans le cadre des accords dits d'Abrahams. Mais c'est finalement l'habileté diplomatique chinoise, une combinaison de pragmatisme, de patience et de stratégie à long terme, qui a permis de réconcilier les deux rivaux du monde musulman.



Rappelons ici que la Chine n'est pas à son premier coup d'essai. Déjà en 2016, alors que les tensions entre l'Iran et l'Arabie Saoudite étaient à leur apogée, la Chine a pris l'initiative de proposer une médiation entre les deux parties. Le ministre chinois des Affaires étrangères, Wang Yi, a visité les deux pays dans le but de faciliter des pourparlers entre les dirigeants iraniens et saoudiens. La Chine a également organisé une réunion trilatérale entre la Russie, l'Iran et l'Arabie Saoudite pour discuter des moyens de résoudre la crise en Syrie, qui est un point de tension clé dans les relations entre les deux pays.

Cette reprise des relations diplomatiques entre les deux pays n'est ni un accord total sur tous les différends qui opposent les deux pays ni dans les pays où ils s'affrontent par proxy. Si l'Irak reste une ligne rouge pour l'Iran, cette dernière pourrait lâcher du lest au Liban et en Syrie tout en partageant à parts égales son influence sur le Yémen avec l'Arabie Saoudite. Le plus important est que tout ceci fera l'objet de discussions directes dorénavant entre les deux pays.

### Le paysage après la bataille

#### Le Yémen :

Riyad a pris la tête d'une coalition soutenue par l'Occident contre le mouvement Houthi au Yémen en 2015, après que le groupe allié à l'Iran a déposé le gouvernement internationalement reconnu dans la capitale, Sanaa. Depuis des années, le conflit est dans une impasse militaire. Les Houthis, autorités de facto dans le nord du Yémen et détenteurs de régions frontalières avec l'Arabie saoudite, ont lancé à plusieurs reprises des attaques de missiles et de drones contre le royaume. À la suite d'un cessez-le-feu conclu sous l'égide de l'ONU, Riyad et les Houthis ont repris les négociations directes avec l'aide d'Oman en 2017. Le cessez-le-feu a expiré en octobre dernier, mais le statu quo a été maintenu pour l'essentiel. En principe, le rétablissement des relations entre Riyad et Téhéran pourrait faciliter la conclusion d'un accord définitif entre l'Arabie saoudite et les Houthis. Rappelons que ce conflit a également été une source de tension entre les États-Unis et l'Arabie saoudite.



#### La Syrie :

L'Iran a apporté à Bachar el-Assad un soutien militaire, économique et diplomatique depuis que la répression des manifestations en 2011 l'a isolé. La Chine, qui a favorisé la reprise diplomatique entre l'Iran et l'Arabie Saoudite, a également défendu la Syrie aux Nations-Unies et a maintenu des liens politiques et économiques avec Damas. Riyad a d'abord soutenu les rebelles qui tentaient de renverser Assad afin d'affaiblir Téhéran. Le soutien saoudien à l'opposition armée et politique a diminué à mesure que l'aide de l'Iran et surtout de la Russie a permis à Assad de renverser la vapeur en sa faveur.

*Cliquer sur l'image pour la version web ou scanner le code QR pour la version pdf*

Par Rachid Boufous

## Le complot du silence...

Après Lamjarrad, condamné pour 6 années de prison pour viol, voici l'affaire Hakimi.

**Une femme accuse ce dernier de viol. Elle n'a pas porté plainte mais le parquet s'est auto-saisi de l'affaire, ouvrant une enquête contre le joueur de l'équipe nationale et du PSG.**

Beaucoup de gens ne veulent voir dans ces deux affaires qu'un complot ourdi contre le Maroc, par quelque officine barbouzarde relevant des services secrets français avec l'assentiment du président Macron, rien moins que cela....

Pour étayer leurs propos ces mêmes personnes, et il y'en a pas mal, avancent aussi la concomitance de ces deux affaires, en ce moment précisément, connu pour être plein de tensions et d'électricité dans l'air pour ce qui est des relations entre les deux pays.

Pour ces personnes, toujours, le viol de Lamjarrad n'est pas avéré puisqu'on n'aurait pas trouvé de traces de sperme au fond de la nana et pour Hakimi, une liaison tarifée qui aurait mal tourné. Aucune compassion, une fois encore, pour les femmes victimes de ces abus sexuels.

Aucune retenue, non plus, dans le fait d'accuser ces femmes d'être responsables de leur propre viol, puisqu'elles auraient accepté d'accompagner leurs agresseurs, de leur plein gré...

Pourquoi ne peut-on pas éprouver, simplement, ne serait-ce qu'un chouïa de pudeur, surtout quand on avance ce genre de propos, pour le moins, irresponsables et abjects ?

Est-ce qu'il existe une femme sur terre, de quelque nature ou nationalité qu'elle soit, qui accepterait de se faire violer avec violence ? Comment peut-on rester humain après de tels propos ?

Pour ces gens, des hommes et surtout des femmes malheureusement, le violeur doit être absous de son crime, du moment que c'est une célébrité. Je suis même tenté de croire que si ces célèbres violeurs venaient à attenter à leurs filles, sœurs ou cousines, il n'est pas loin, qu'ils en seraient même contents, voire honorés et qu'ils iraient jusqu'à prendre des selfies avec ces célébrités pour dater l'abject acte « honorifique » fait à leurs proches... Mais dans quel monde de dingues vit-on ? Mais reveillez-vous un peu... Est-ce que ces gens ne possèdent même pas l'once d'un neurone qui fonctionne correctement pour voir en ces affaires, une terrible agression faite aux femmes, à toutes les femmes...



Un grand homme de loi, ancien doyen de la faculté de droit, m'a envoyé un message en me disant que je devais prendre en compte la présomption d'innocence, mettant en doute la « matérialité de l'infraction »...

À cet illustre doyen et homme de droit, dont je ne soupçonnais pas cette terrible légèreté du propos, j'ai répondu que la présomption d'innocence est de rigueur avant un jugement, et que je m'étais abstenu de parler de l'affaire Lamjarrad, tant qu'elle n'était pas jugée.

**Cliquer sur l'image pour la version web ou scanner le code QR pour la version pdf**



# LODJ R212



## ويب راديو مغاربة العالم !

LA WEB RADIO #MDM DES MAROCAINS DU MONDE



SCAN ME

[LODJ.MA/WEBRADIO](http://LODJ.MA/WEBRADIO)

**Noureddine  
Batije**



## Balance des risques : le spectre de l'inflation l'emporte sur la croissance

Tenue, le mardi 21 mars, la première session au titre de l'année 2023 du Conseil de Bank Al-Maghrib revêt une importance particulière. Elle intervient dans un contexte inédit ayant conduit, bon gré mal gré, à la décision de relever le taux directeur de 50 points de base à 3 %. Et ce, dans le but de prévenir l'enclenchement de spirales inflationnistes auto-entretenues, cette fois. Tel que défini par ses statuts, l'objectif de la Banque centrale consiste à maintenir la stabilité des prix. Ce qui ne fait, nullement, référence à une inflation nulle, mais, plutôt, à son maintien à un niveau toléré et stable à moyen terme.

### Est-ce le cas aujourd'hui ?

Nullement. En dépit de trois hausses successives du taux directeur sur fond, ces derniers temps, d'une relative atténuation des pressions d'origine externe, l'inflation, poursuivant son envolée en interne, atteint les deux chiffres, soit 10,1 % en février 2023. Un chiffre jamais atteint depuis les années 80. Les seniors en gardent de très mauvais souvenirs.

Ce n'est que trop, et les citoyens dont le pouvoir d'achat en fait les frais, ne peuvent plus suivre ou se contenter de sommaires déclarations gouvernementales qui ne reflètent aucunement ce qu'ils endurent ou subissent.

Les chiffres récemment dévoilés par Javier Diaz Cassou, Economiste senior principal à la Banque mondiale au Maroc cadrent parfaitement avec le ressenti de la majorité des Marocains.

Les autorités gouvernementales trop "sensibles" aux propos des Institutions de Bretton Woods, ne serait-ce que pour négocier leur demande d'un accord au titre de la Ligne de Crédit Modulaire, ont tout intérêt à garder en tête le fait que "l'inflation annuelle a été pratiquement 30 % plus élevée pour les 10 % les plus pauvres de la population, par rapport aux 10 % les plus riches, principalement en raison de l'impact de la hausse des prix alimentaires qui représentent une part plus importante de dépenses chez les ménages les plus pauvres".

### Qu'en est-il pour demain ?

A en juger par les projections de Bank Al-Maghrib, l'inflation, après avoir atteint 6,6 % en 2022, son plus haut depuis 1992, devrait rester à des niveaux élevés à moyen terme.

Déjà, au premier trimestre 2023, elle devrait poursuivre son ascension pour atteindre 9,1 % contre 8,3 % un trimestre plutôt, suite à l'accélération des prix des produits alimentaires à prix volatils qui devraient progresser de 22,4 % au lieu de 16,4 %.

En 2023, elle ressortirait à 5,5 % en moyenne et sa composante sous-jacente se situerait à 6,2 %, et ce, en raison essentiellement de la flambée des prix de certains produits alimentaires qui y sont inclus.

Bien plus, en 2024, sous l'hypothèse que les pressions aussi bien internes qu'externes continueraient de s'atténuer, la tendance fondamentale des prix se situerait à 2,3 %. Néanmoins, la décompensation programmée des prix des produits subventionnés devrait maintenir l'inflation globalement à un niveau élevé, soit 3,9 %.

Du coup, la Banque centrale estime que les risques entourant les perspectives demeurent très élevés, et peuvent, en cas de leur matérialisation, affecter la projection centrale, avec une balance orientée à la baisse pour la croissance et à la hausse pour l'inflation. Les tensions géopolitiques, les chocs climatiques, la décélération de la demande étrangère et la dégradation de l'activité en zone euro sont autant de risques à prendre sérieusement en considération.

Dans cette rubrique

**Toute l'actualité  
économique**

## Le Conseil de Bank Al-Maghrif présente ses prévisions pour 2023 et 2024

Un contexte mondial difficile et incertain, avec l'enlisement du conflit en Ukraine, la fragmentation géopolitique, le durcissement des conditions de financement et la résurgence des risques de crises bancaires. Après avoir atteint 6,6% en 2022, son plus haut depuis 1992, l'inflation devrait rester à des niveaux élevés à moyen terme. Elle ressortirait en 2023 à 5,5% en moyenne et sa composante sous-jacente se situerait à 6,2%, soit une révision à la hausse de 2 points de pourcentage par rapport à la prévision de décembre dernier et ce, en raison essentiellement de la flambée des prix de certains produits alimentaires qui y sont inclus.



## Inflation : pour Ahmed Lahlimi, le levier monétaire ne résoudra pas le problème

Il y a actuellement une incohérence totale entre la politique monétaire et la politique budgétaire. Et généralement, ce n'est pas la bonne formule pour s'en sortir. Voix très écoutée voire scrutée, le Haut commissaire au plan estime que l'inflation est devenue une donnée structurelle dans notre économie et il faut s'habituer à vivre avec. Elle est causée, selon lui, par une insuffisance de l'offre sur le marché local, et non par une augmentation de la demande qui pousserait les prix à la hausse. D'où sa conviction que le levier monétaire ne résoudra pas le problème. **Reproduction, avec son autorisation, de l'entretien chez notre confrère Médias24 réalisé par Mehdi Michbal -23 mars 2023.**

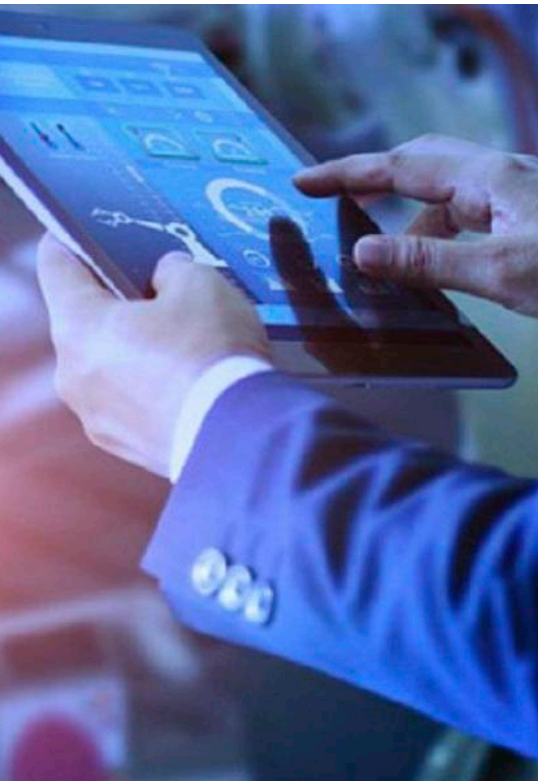
## Ce que recommande la Cour des comptes pour s'assurer de la pérennité du système

Le système de protection sociale constitue l'un des principaux axes du rapport annuel de la Cour des comptes au titre de l'année 2021. Après avoir passé en revue ce qui avait été fait durant ces deux dernières décennies en termes d'équité et de justice sociale, de lutte contre la pauvreté et de promotion du capital humain, par le biais de réformes tels l'Assurance Maladie Obligatoire (AMO), le régime d'Assistance Médicale aux Démunis (RAMED) ainsi que les réformes de certains régimes de retraite, la Cour des comptes dresse un constat : malgré ces évolutions, la protection sociale reste un défi important à relever, notamment en termes de périmètre, de consistance etc...



## Enquête de conjoncture : état des lieux et anticipations des industriels

Bank Al-Maghrib livre les résultats de son enquête de conjoncture dans l'industrie au titre du mois de janvier et renseigne aussi sur les anticipations afférentes aux trois prochains mois. Sachant que les résultats de cette enquête d'opinion, menée du 1<sup>er</sup> au 28 février 2023 auprès d'un échantillon représentatif comprenant près de 400 entreprises industrielles, sont établis sur la base d'un taux de réponse de 65 %. Les résultats de cet exercice tels que communiqués par Bank Al-Maghrib évoquent une baisse mensuelle de l'activité dans la mesure où la production et les ventes auraient diminué.



## La DG du FMI favorable à un accord biennal portant sur 5 milliards de dollars en faveur du Maroc

A en juger par un communiqué daté le 6 mars 2023, le Conseil d'administration du FMI a procédé le même jour en séance informelle à Washington, à l'examen d'une demande des autorités marocaines relative à un accord biennal au titre de la ligne de crédit modulable (LCM) avec le FMI, pour un montant équivalent à 3,7 262 milliards de DTS (environ 417 % de la quote-part du Maroc, soit 5 milliards de dollars).



## Le rythme des réformes en faveur d'une égalité juridique substantielle entre les sexes bat de l'aile

Selon un nouveau rapport de la Banque mondiale, le rythme des réformes en faveur de l'égalité de traitement des femmes devant la loi bat de l'aile et chute à des niveaux relativement bas, notamment pour ce qui est de leur participation des femmes à la vie économique.

Le rythme des réformes en faveur de l'égalité des droits des femmes chute à son niveau le plus bas depuis 20 ans. Ce constat est celui de la Banque mondiale qui, à travers un récent rapport, soutient le fait que cet essoufflement risque d'entraver la croissance économique à un moment critique pour l'économie mondiale.



## Le gouvernement décide de mener une revue des dépenses publiques

Fouzi Lekjaa Jesko Hentschel, respectivement ministre délégué auprès de la ministre de l'Économie et des Finances, chargé du Budget, et directeur pays de la Banque Mondiale pour le Maghreb et Malte, ont présidé, le mercredi 22 mars 2023, une réunion élargie sur la revue des dépenses publiques. Cette réunion fait suite à l'Atelier de Haut Niveau organisé par le ministère de l'Économie et des Finances en partenariat avec la Banque mondiale le 28 septembre dernier, en vue de discuter et des défis budgétaires auxquels le Maroc est confronté dans la mise en œuvre du Nouveau modèle de développement (NMD).



# Télécharger notre application mobile sur Android !



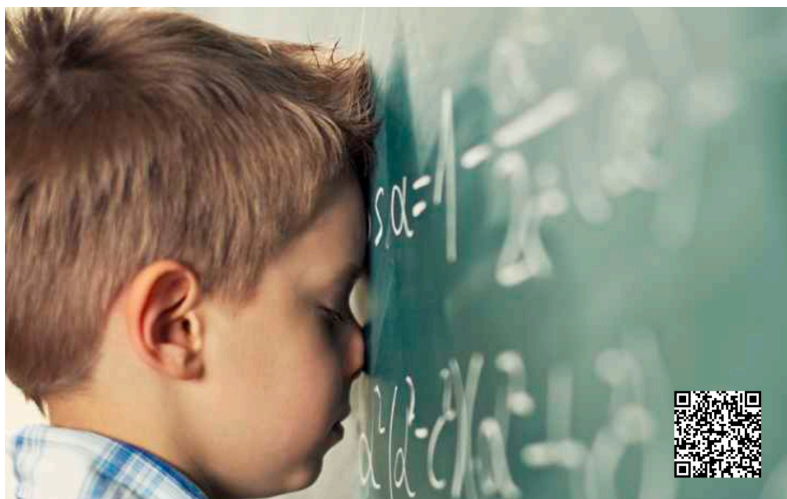
SCAN ME



@LODJMAROC



La fondation  
Tamkine



## Trouble de concentration en hausse sur les bancs d'école

Inattention intermittente et cauchemar à l'école

Dans son plus récent rapport de surveillance du trouble du déficit de l'attention (TDAH), l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ) indique une hausse des diagnostics chez les enfants.

La prévalence annuelle (personnes diagnostiquées et traitées une année donnée, ndlr.) des enfants et des jeunes de 1 à 24 ans est passée de 4,1 % en 2016 à 11,3 % en 2022.

# B

Bien que les statistiques relatives à la prévalence du TDAH n'existent pas au Maroc, l'Association Marocaine de Psychiatrie de l'Enfant et de l'Adolescent affirme que les pédopsychiatres marocains reçoivent de plus en plus d'enfants en souffrance, généralement amenés par leurs familles en raison de troubles du comportement qui nuisent à leur adaptation sociale ou adressés par les établissements scolaires pour des troubles des apprentissages. Autre chiffre alarmant ; environ 30 % des enfants qui présentent un TDAH ont aussi un trouble d'apprentissage. De plus, et selon Dr. Alain Lesage (chercheur à l'Institut universitaire de santé mentale de Montréal), un pourcentage important des gens diagnostiqués ne sont pas traités ou, du moins, pas de façon continue.

L'attention et la concentration sont des maillons essentiels de la chaîne des apprentissages, et particulièrement en milieu scolaire. Des recherches importantes ont été menées pour comprendre les schémas et le pronostic du TDAH, ainsi que son impact sur le développement. Souvent, les symptômes du TDAH sont difficilement perceptibles chez un enfant. Ils n'apparaissent au premier plan que lorsque l'enfant commence à faire face à des difficultés d'apprentissage croissantes au fur et à mesure que son éducation progresse.

Le réseau neuronal du cerveau d'un patient atteint du trouble déficitaire de l'attention avec/sans hyperactivité (TDA/H) fonctionne d'une manière différente ; des déséquilibres dans les niveaux de neurotransmetteurs ont souvent été signalés.

Le TDA/H se caractérise donc par une inattention, de l'impulsivité et de l'hyperactivité ou agitation motrice non contrôlée.

Ce trouble neurodéveloppemental étant associé à des déficits de raisonnement et de compréhension, les enfants atteints de TDAH peuvent éprouver des difficultés à apprendre leurs leçons, à organiser leurs biens, à faire leurs devoirs à temps, à expliquer verbalement leurs émotions et à faire une analyse logique.

### Un avenir en jeu ?

Les indicateurs de l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ) font un lien entre l'indice de défavorisation matérielle et la prévalence du TDAH. Si la pauvreté ne cause pas le trouble en question, avoir un TDAH rend toutefois plus à risque de décrocher de l'école, d'occuper un emploi moins bien rémunéré et de se retrouver dans un secteur défavorisé. Oublis répétitifs, périodes de rêverie, difficulté à reprendre le travail après un arrêt ou à écouter l'enseignant et à prendre les notes de cours simultanément, confusion dans les étapes de réalisation de la tâche affectant et comportement volcanique au quotidien. Pour ces raisons et d'autres encore, les enfants cherchent des excuses pour éviter d'étudier. Résultat : Des difficultés scolaires en raison de l'inattention intermittente, inquiétude des parents concernant l'avenir de leur enfant et cauchemars à l'école aussi bien pour les profs que pour l'élève ou l'étudiant atteint du trouble.

**Cliquer sur l'image pour la version web et scanner le code QR pour la version pdf**

Dans cette rubrique

Toute l'actualité  
éducation et emploi

## Nous avons testé pour vous : Genario, l'IA qui aide à écrire des histoires

Et si l'IA, au lieu de remplacer les écrivains, pouvait les aider ? Là est l'enjeu du « Copilote » de la plateforme Genario. Parlez de ChatGPT à des écrivains ou des rédacteurs, ils ne seront probablement pas ravis. L'angoisse d'être un jour remplacé par une intelligence artificielle est bien là. Cependant, elle pourrait aussi leur rendre la vie plus facile. C'est pour cela que le site Genario a nommé son outil IA Copilote. Le site est composé de plusieurs parties : Projets (pour vos romans et scénarios), Bibliothèque (pour des références et analyses littéraires) et Plateforme (pour partager ses œuvres ...



## IA, réalité virtuelle, téléconsultations : les tendances de la MedTech

Les 13 et 14 mars avait lieu à Paris MedInTechs, un salon sur l'innovation dans la santé. De quoi faire le point sur les avancées et enjeux du secteur. La santé est certainement l'un des secteurs qui évolue le plus grâce aux nouvelles technologies. Bien qu'il soit rempli de bonnes idées et d'intentions louables, plusieurs enjeux, notamment éthiques, entrent en ligne de compte. L'intelligence artificielle ne cesse de faire l'actualité tant ses progrès sont impressionnants, et cela vaut aussi pour le domaine médical. Plusieurs startups présentes au salon MedInTechs proposaient des services d'IA à destination des soignants.

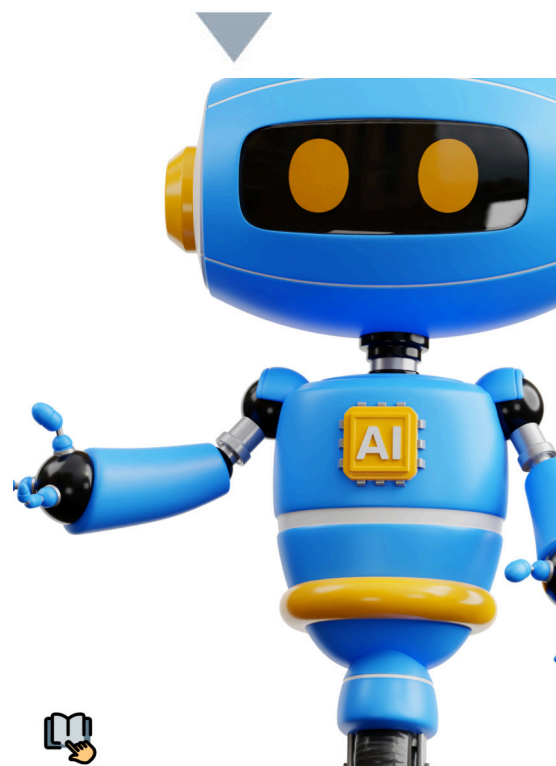


## Comment la recherche en ligne évolue grâce aux algorithmes et à l'intelligence artificielle

Depuis deux décennies, les internautes utilisent les moteurs de recherche de la même manière : ils entrent quelques mots dans un champ dédié et consultent les résultats qui apparaissent sur plusieurs pages. Mais cela pourrait bientôt changer avec l'intelligence artificielle (IA), qui permettra de réinventer la recherche en ligne. Google, qui domine le marché depuis de nombreuses années pourrait avoir un sérieux concurrent : Microsoft. Avant l'arrivée de ce titan à la fin des années 1990. AltaVista, Lycos, Excite... Ces noms ne vous disent peut-être rien et pourtant, ils font partie des premiers moteurs de recherche, comme Yahoo.

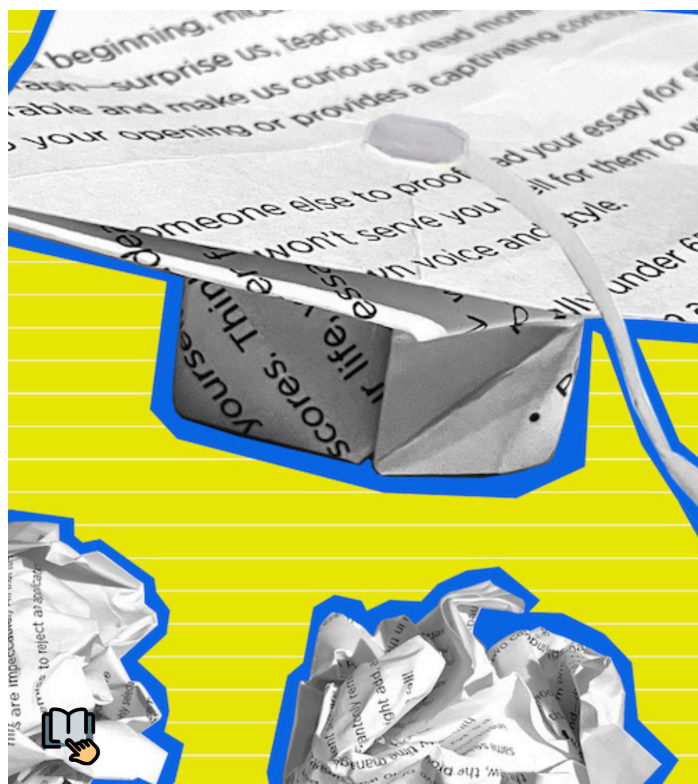
## L'information bientôt assurée par des robots

Après le journalisme web, une nouvelle vague frappe le monde journalistique. Ce qui au départ était de simples algorithmes d'assistance évolue en une technologie aussi efficace que redoutée. Toute une panoplie de termes pour désigner une intelligence artificielle qui a la capacité de produire un grand nombre de contenus, de les diffuser massivement, et faire des économies non négligeables, allant même jusqu'à générer des revenus publicitaires. Autre atout majeur ; se prêter parfaitement à la production d'articles factuels et donc sans analyse.



## Ce robot a une tête avec des yeux et des mains pour travailler dans les entrepôts

L'entreprise Agility Robotics vient de dévoiler la prochaine génération de son robot baptisé Digit. Conçu pour le travail logistique, le Digit est désormais équipé d'une tête avec des yeux animés par des LED et des mains. Ce robot bipède construit par Agility Robotics a été présenté pour la première fois en 2020, commercialisé comme étant utile dans un large éventail d'industries telles que la logistique et l'inspection industrielle. Ce lundi, l'entreprise a dévoilé la nouvelle version de ce « premier robot polyvalent centré sur l'humain ». Disposant de la taille et de la forme d'un humain – 1m75 pour environ 70 kilos – Digit est facile à déployer dans les opérations d'entrepôt existantes selon Agility Robotics.



## J'ai demandé à ChatGPT de rédiger des essais d'admission à l'université, puis je les ai envoyés à des tuteurs experts pour examen

Kevin Wong, ancien élève de l'Université de Princeton et cofondateur du service de tutorat PrepMaven, a déclaré à Insider qu'il connaissait certains étudiants qui avaient été admis dans des collèges avec des essais de qualité inférieure à ceux que j'avais générés.

Adam Nguyen, le fondateur de la société de tutorat Ivy Link, a déclaré que les essais étaient exemplaires de ce qu'un étudiant très médiocre produirait. Wong et Nguyen ont loué la grammaire et la structure des essais et critiqué le manque d'expériences personnelles et de sentiments uniques. Nguyen a qualifié les essais de "trop prévisibles" et ils ont tous deux convenu que les essais n'auraient eu aucune chance dans les meilleures universités.

## Infécondité volontaire et écoféminisme

En 2020, l'indice synthétique de fécondité (ISF), qui mesure le "nombre moyen d'enfants qu'une femme aurait hypothétiquement au cours de sa vie reproductive sur la base des taux de fécondité des femmes d'une population au cours d'une année civile donnée", est tombé au niveau le plus bas jamais enregistré.

C'est donc une tendance qui se confirme : de plus en plus de jeunes ne comptent pas changer une couche ou acheter un berceau au cours de leur vie. Faute de statistiques locales, nous extrapolerons à partir des statistiques internationales l'ampleur du phénomène ; en Allemagne, 30% des femmes en âge de procréer sont sans enfants, 25% pour la Belgique.





لوجدي .INFO



SCAN ME

لوجدي  
عربي

موقع مغربي إخباري شامل

[www.lodj.info](http://www.lodj.info)

زندگیا  
MA

# رضی اللہ عنہم

لوفیہ کی میٹیا تہمند لہجہ  
وکل عام وانتم ہایر

Hafid Fassi Fihri



## Serons- nous gouvernés par l'IA ?

Demain, nous serons déjà gouvernés par l'intelligence artificielle, alors pour qui sonne le glas ? Dans cette lutte de pouvoir pour gouverner le monde qui vient déjà, Google et Microsoft se livrent déjà un duel sans merci. Il s'agit d'une guerre dont les enjeux préfigurent et menacent de déterminer les contours et les frontières d'un futur qui risque d'échapper à beaucoup.

F

Faut-il ainsi avoir peur de l'intelligence artificielle ?

Dans ce monde complexe qui se dessine et qui promet de nous assommer, nous sommes plus que jamais condamnés à décrypter et analyser tous les grands phénomènes qui agitent nos sociétés.

Il n'y a pas si longtemps, on pouvait considérer cela comme un scénario de science-fiction, mais les choses se sont accélérées, depuis, à une cadence que l'on pourrait qualifier d'inhumaine.

Ces dernières années, l'intelligence artificielle (IA) s'est montrée incontournable dans l'assistance de l'humain, mais aussi dans la génération de contenus, d'algorithmes et dans la gestion de complexités.

Les grandes puissances font déjà la course à l'IA, Microsoft, Google et Apple investissant des sommes astronomiques et les startups qui cherchent la cinquième dimension ont déjà investi ce nouvel eldorado pour ceux qui se lèvent tôt.

Quelques semaines après la mise en ligne de ChatGPT par la startup Californienne OpenAI, le géant américain du numérique Microsoft avait

mis au point une nouvelle intelligence artificielle capable d'imiter la voix humaine, y compris les émotions.

Les limites du possible, les frontières du réel !

Déjà, il y a une soixantaine de métiers que peut parfaitement faire l'IA, dont celui de journaliste, de conseiller bancaire, d'agent immobilier, de développeur informatique, etc. La liste va s'allonger, fatalement !

Demain, on n'aura plus besoin de banque, plus besoin de 365 députés et encore moins de ministres, car l'IA pourra prendre les meilleures décisions qui soient !

Mais, il y a matière à sonner l'alerte concernant les dangers de l'IA sur la démocratie, car il se peut que l'IA qui va nous gouverner ne soit finalement qu'une dictature d'un genre nouveau, conférant un pouvoir effroyable et effrayant à une poignée de firmes ! Une dernière question, si vous permettez. Si l'IA va devenir envahissante et les robots incontournables, pourquoi les Français seraient ils obligés de travailler jusqu'à 64 ans et les Marocains, peut-être jusqu'à 65 ans ?

Et à ce sujet, dans l'IA il n'y a pas que des robots, mais essentiellement des travailleurs des pauvres pays du Sud.

Dans cette rubrique

Toute l'actualité digitale

## Google progresse dans son projet d'intelligence artificielle visant à traduire ses services en 1000 langues

Google a dévoilé les premiers éléments de sa recherche visant à développer une intelligence artificielle capable de traduire ses services dans 1000 langues différentes à terme.

Actuellement, les services en ligne de Google, tels que Google Traduction, ne sont disponibles que dans 130 langues, alors que le monde compte plus de 7000 langues répertoriées. Ce projet d'intelligence artificielle, dévoilé pour la première fois en novembre dernier, a été baptisé "modèle universel de la parole" (pour universal speech model, en anglais).



## Pour la première fois, une IA réalise un manga japonais

Le créateur d'un manga qui sera publié au Japon admet ne pas avoir de talent pour le dessin.

Son œuvre est la première du pays à être entièrement créée par une intelligence artificielle. Sous le pseudonyme de Rootport, l'auteur a produit une centaine de pages en seulement six semaines, ce qui, selon lui, aurait pris un an à un artiste confirmé. Il décrit le processus comme une expérience amusante, comparable à jouer à la loterie.

Le manga de science-fiction intitulé "Cyberpunk": Peach John" contient des engins et des créatures futuristes qui ont tous été créés par le programme Midjourney.



## Meta annonce travailler sur un nouveau réseau social

Meta, la maison-mère de Facebook et Instagram, a annoncé travailler sur un nouveau réseau social dont la description semble en faire un futur concurrent potentiel de Twitter.

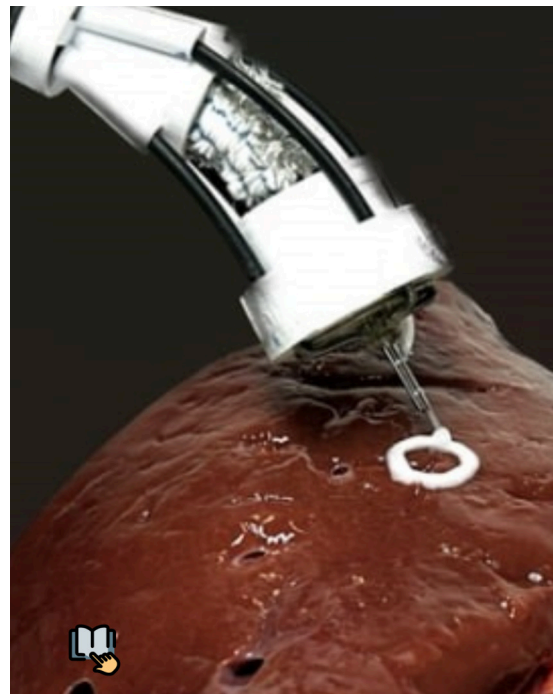
« Nous réfléchissons à un réseau social décentralisé et indépendant permettant de partager des messages écrits en temps réel », a déclaré le groupe dans une déclaration envoyée par à l'AFP, confirmant une information dévoilée par le site Platformer.

Selon ce dernier, la nouvelle application serait pensée afin d'être interopérable avec les autres réseaux du même type, tels que Mastodon, qui a gagné une popularité relative depuis le rachat de Twitter par le milliardaire Elon Musk.

## Ce bras robotique peut imprimer des cellules vivantes en 3D à l'intérieur du corps

Imprimer directement à l'intérieur du corps pour soigner : cela sera bientôt possible grâce à un bras robotique.

Des chercheurs de l'université de Nouvelle-Galles du Sud en Australie ont récemment dévoilé un tel appareil capable d'imprimer en 3D des cellules vivantes sur des organes internes. Appelé « F3DB », ce dispositif comporte une tête d'impression directement installée à la pointe d'un bras robotique souple en forme de serpent.



## Après GPT-3, OpenAI présente GPT-4 l'IA générative multimodale

GPT-4 est en capacité d'intégrer un prompt composé d'un texte et d'une image. En revanche, les résultats fournis par GPT-4 se limiteront au format texte. En lui montrant une image, GPT-4 est capable de la décrire et de l'analyser comme GPT-3 le fait avec du texte. Concrètement, si on lui demande ce qu'il se passerait si on coupait une ficelle qui retient des ballons, sa réponse fuse : " ils s'envoleraient ! ". OpenAI GPT-4 présente les trois nouveautés majeures de son modèle de langage :

**Créativité / Format / Contexte**



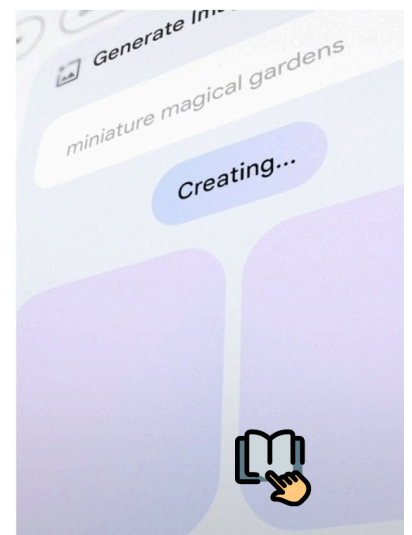
## WAYIZI, une startup spécialisée dans la mobilité, annonce son entrée sur le marché national

L'application offre une solution de mobilité innovante en mettant à la disposition de ses clients des chauffeurs pour conduire leurs voitures à leur place, que ce soit pour le dépôt scolaire, une soirée ou un voyage. De plus, la startup propose un service de chauffeur avec voiture et de moto taxi pour les clients pressés. Cette solution disruptive, développée en France en partenariat avec un laboratoire de recherche au Maroc, est capable de combiner usage (chauffeur et sécurisation des voitures clients) et technologie de dernière génération (Tracking GPS, algorithmes et IA) pour offrir une expérience de mobilité assistée par l'intelligence artificielle.


## Google Workplace intègre l'IA

Google a dévoilé Bard, un concurrent à ChatGPT, il a dévoilé ses fonctionnalités IA pour Google Cloud et Google Workspace, destinées aux développeurs et aux utilisateurs professionnels. Les innovations annoncées par Google relatives à l'IA se répartissent en deux catégories : Les fonctionnalités réservées aux développeurs et celles pour les collaborateurs en entreprise. La deuxième catégorie, les prouesses réalisées par l'IA seront visibles à travers les services Workspace. Sur le service de messagerie Gmail, l'intelligence artificielle sera notamment capable de générer des réponses automatiques à un mail ou encore de résumer une conversation de plusieurs messages.

A new era for AI and Google Workspace



## LA GUERRE DES IA AURA BIEN LIEU, MAIS AU DÉTRIMENT DE L'IB HUMAINE ET DU TIERS-MONDE



*Le Covid-19, la démondialisation, l'inflation, Ukraine - Russie, USA - Chine, changement climatique et migration de masse,... Ce n'est pas exactement dans cette "fin de l'histoire" dont parlait le politologue américain Francis Fukuyama en 1992.*

*Et en pleine tempête, le monde s'offre le luxe d'une révolution « disruptive » et constituant pour certains un tournant pour l'humanité ! L'intelligence artificielle pour tous !*

*Flash-back d'actualité :*

*Septembre 2017 : « L'intelligence artificielle est l'avenir non seulement de la Russie, mais de toute l'humanité. Celui qui deviendra le leader dans ce domaine sera le maître du monde » s'exclamait déjà Poutine*

*2022 & 2023 : Pour Elon Musk, l'intelligence artificielle « est bien plus dangereuse que l'arme nucléaire » : elle est une menace « pour l'existence même de la civilisation humaine » et la compétition pour sa conquête « causera probablement une troisième guerre mondiale »*

**L**a guerre de intelligence artificielle (IA) contre Intelligence Biologique et humaine (IB) a bien été reportée ...

Depuis 2017, le débat sur la possibilité que L'IA serait capable un jour de surpasser l'intelligence humaine ou biologique (IB) faisait la une de la presse et des best-sellers en librairie.

Mais au niveau applicatif, elle restait contenue dans des laboratoires, à certaines expériences spécifiques et très restreintes, soit le monde de l'expérimentation et du prototypage.

Même si Dr Laurent Alexandre, auteur de "La guerre des intelligences", alertait déjà :

*« Le tsunami de l'IA » va déjà « trop vite et trop haut. »*

*« Le neurone perd chaque jour plus de points devant le transistor. »*

Dans la course à la productivité et à l'efficacité, « la rapidité et l'infaillibilité d'exécution des machines intelligentes » sont de nature à rendre « absolument non compétitif le travail humain ».

Le combat est ici inégal. L'IA « galope », tandis que l'IB piétine, dans l'attente d'une hypothétique mutation génétique. Une diligence ne peut lutter contre le TGV.

On en parlait beaucoup, mais on la voyait si peu. Cette IA intriguait les communs des mortels, mais sans plus, les experts la conditionnée à la généralisation des objets connectés (« Data is the new oil ») et à l'ordinaire quantique à l'horizon 2035 - 2040.

Les acteurs américains cherchaient à orienter la réflexion sur la gouvernance de l'IA et ses enjeux éthiques, notamment via le Partnership on Artificial Intelligence to Benefit People and Society signé en 2016 entre Google, Facebook, Amazon, IBM et Microsoft.

Les acteurs politiques, encore une fois aux abonnés absents, ignorent allègrement le sujet pensant que cette révolution éventuelle ne touche en aucun cas leurs électeurs dans un proche avenir.

Mais car il y a toujours un mais qui illustre un accident dans l'histoire humaine :

Fin 2022, l'affolant succès de ChatGPT de Microsoft vient de donner un coup d'accélérateur monumental à l'entrée des IA dans le quotidien d'internautes, mais aussi dans la foulée dans le quotidien des entreprises.

## Microsoft 1 - Google 0

Pas besoin de parler des gouvernements ni des experts (les sachants et conseillers bien payés) qui n'ont rien vu venir, le grand Google lui-même a été surpris, déstabilisé et chahuté en bourse.

Début de l'année 2023, après avoir laissé passer un temps de sidération, de doute et après confirmation de la maturité de cette nouvelle technologie, tout le monde s'y met pour ne pas rater le virage comme ils avaient tardés à le faire avec le Cloud et le modèle SaaS et ainsi pas une journée ne semble se passer sans qu'un groupe, américain, chinois ou européen n'annonce une nouvelle initiative pour intégrer l'intelligence artificielle à son modèle.

Aussitôt, la banque UBS a estimé que le marché adressable total de l'IA générative pourrait représenter 1.000 milliard de dollars dans les années avenir.

Google finira, début février 2023, par réagir en annonçant le lancement de son propre prototype d'agent conversationnel utilisant l'intelligence artificielle conversationnelle "Bard" basée sur de vastes modèles d'apprentissage et pourra tirer ses informations du web, indexées par son moteur de recherche, de façon à délivrer "des réponses fraîches et de haute qualité" contrairement à ChatGPT qui doit se contenter de baser ses réponses sur un corpus de données s'arrêtant à 2021.

## Microsoft 1 - Google 1

Aussitôt, le 14 mars OpenIA et Microsoft annoncent une nouvelle version de ChatGPT sous le nom de GPT-4 , actuellement accessible uniquement pour les utilisateurs de la version payante "ChatGPT Plus" qui serait incroyablement avancée et sophistiquée, surpassant la dernière version dans ses capacités de raisonnement et de résolution de problèmes (Cette nouvelle version du chatbot peut désormais produire des réponses qui vont jusqu'à 25.000 mots, alors que la version précédente (GPT-3.5) était limitée à 3.000 mots.) et une capacité à comprendre les images.

OpenIA et Microsoft ne rateront pas cette occasion pour attaquer directement le modèle économique de la société Alphabet, la société mère de google, en annonçant leur intention de l'intégrer à Bing, moteur de recherche de Microsoft, l'adossement ainsi à sa base de données indexée.

## Microsoft 2 - Google 1 : ce n'est plus un match, mais bien une guerre économique déclarée !

Aussitôt, Google contre-attaque en dévoilant l'intégration des fonctionnalités IA de Bard dans Google Cloud et Google Workspace (Mail, Doc, Slides ...) , destinées aux développeurs et aux utilisateurs professionnels en précisant au passage que Bard est propulsé par un autre modèle de langage propre à Google "LaMDA" pour rappeler sa position de précurseur dans le domaine de l'intelligence artificielle avec BERT, un de ses premiers modèles "Transformer" mais aussi ses technologies telles que PaLM, Imagen et MusicLM en rappelant systématiquement son avantage comparatif considérable : l'immense quantité de données disponibles sur ses serveurs.

## Microsoft 2 - Google 2 :

"Game over" ne s'affichera pas de sitôt sur vos écrans.

Dernière minute : Google intègre Bard, lui aussi, à son moteur de recherche afin d'apporter aux utilisateurs un choix de réponses synthétiques, nuancées et sourcées.

## Microsoft 2 - Google 3

De mémoire humaine, on n'a jamais vu une innovation disruptive s'implanter aussi vite (trois mois) à cette échelle :

La demande (utilisateurs et opérateurs) a été telle que l'offre (services et solutions) a dû être déployée en temps réel en passant outre les processus habituels de mise en exploitation (limitations, bugs, signalement d'erreurs,...) validant le principe de "Deep learning" dans les processus de mise en service des solutions informatiques. (clin d'œil au vaccin ARN messenger contre le Covid-19).

Du droit à l'information et à la connaissance, le monde bascule au droit à l'expertise à la portée de tous sans passer par la case diplômante.

Ayant immédiatement compris le danger de cette révolution déstabilisatrice des cercles des savants, des sachants, des cols blanc, des académiciens, des chercheurs, ..... Bref, des cercles du "Pouvoir gris" qui détiennent le Capital Savoir lancent et tentent d'organiser la résistance pour obtenir un moratoire.

Mercredi, 22 mars, des centaines d'experts mondiaux ont signé un appel à une pause de six mois dans la recherche sur les intelligences artificielles en évoquant « des risques majeurs pour l'humanité » .

Dans cette pétition parue sur le site futureoflife.org, ils réclament un moratoire jusqu'à la mise en place de systèmes de sécurité, dont de nouvelles autorités réglementaires dédiées, la surveillance des systèmes d'IA, des techniques pour aider à distinguer le réel de l'artificiel et des institutions capables de gérer les

*« perturbations économiques et politiques dramatiques (en particulier pour la démocratie) que l'IA provoquera ».*

Ils ne tarderont pas à élargir la contre-offensive, par médias interposés, en mobilisant profession par profession afin de faire réagir les gouvernants pour circonscrire et retarder ce nouveau droit à l'expertise sans passer par leurs sélections (formation, diplômes, examens, .....).(clin d'œil à la blockchain et aux cryptomonnaies).

Le premier angle d'attaque, souvent le plus horizontal, sera la problématique, certes réelle, sur l'éthique de l'intelligence artificielle.

Ils commenceront par le monde de la culture, puisant lobby intellectuel mondialisé, en passant par UNESCO puis ils pousseront les chercheurs sur fond public à une révolte contre la recherche et développement sur fonds privés.

On peut parier que le procès de "La singularité technologique" (l'hypothèse selon laquelle l'invention de l'intelligence artificielle déclencherait un emballement de la croissance technologique qui induirait des changements imprévisibles dans la société humaine) sera relancé et remis en avant dans la presse et les conférences universitaires.

Microsoft et Google viennent de commettre un crime de lèse-majesté

## L'histoire en éternel replay

On ne peut s'interroger, prospectivement sur l'évolution de cette nouvelle guerre, IA contre IB humain et entre les IA des GAFAM, sans avoir en mémoire comment se sont toujours terminées les anciennes batailles :

Les IAs seront Halal pour certains (facile à deviner) et fortement déconseillées pour d'autres (suivez mon regard vers le Sud). Les inégalités structurent les rapports de force de l'humanité pour l'éternité.

Je me permettrai d'y revenir dans un prochain article, si vous le voulez bien, mais pour l'instant, j'ai décidé personnellement de considérer L'IA comme mon extension et de ne jamais sortir sans mon IA.



**Aujourd'hui 30 Mars 2023, il en existe 1638 IA opérationnelle**, et par conséquent :

- \* Si j'étais journaliste, je me packserai avec ChatGPT, GPT-4, Writesonic, Copy.ai ou équivalent et similaire
- \* Si j'étais musicien, je me packserai avec Ecettmusic, Endel, Rave DJ, Quasi, AIVA ou équivalent et similaire
- \* Si j'étais peintre ou designer je me packserai avec Midjourney, Lexica.art, Dall-E 2 ou équivalent et similaire
- \* Si j'étais écrivain, je me packserai avec What on earth, Ai Dungeon, BedtimeStory AI, InstaNovel AI ou équivalent et similaire
- \* Si j'étais développeur et codeur, je me packserai avec Hugging Face, Teachable Machine, CSM, Fast AI ou équivalent et similaire
- \* Si j'étais éditeur audio, je me packserai avec FreeTTS, NaturalReaders, Murf AI, Play HT ou équivalent et similaire
- \* Si j'étais éditeur vidéo, je me packserai avec Studio D-ID, ArtFlow AI, Synthesia IO, Audiolabs ou équivalent et similaire
- \* Si j'étais étudiant, je me packserai avec FireFlies, Tome AI, Notion AI, Grammarly, CheckForAI ou équivalent et similaire
- \* Si j'étais éditeur jeux vidéo, je me packserai avec The Simulation, Ai Dungeon, TTSLabs, Boom.ai ou équivalent et similaire
- \* Si j'étais community manager, je me packserai avec Adcreative AI, Pimeyes, Pixelhunter, Repurpose IO, Audiolabs ou équivalent et similaire
- \* Si j'étais financier, je me packserai avec AlphaResearch, Onesta, Finta, Genius Sheets ou équivalent et similaire
- \* Si j'étais architecte, je me packserai avec RoomGPT, Interior AI, GetFloorPlan, AI Room Planner ou équivalent et similaire
- \* Si j'étais avocat, je me packserai avec Spellbook, ChatPDF, Humata AI, DoNotPay ou équivalent et similaire
- \* Si j'étais médecin, je me packserai avec Be Be My Eyes, Hippocratic AI, Whisper AI, SymptomChecker IO, Glass Health AI
- \* Si j'étais traducteur, je me packserai avec DeepL ou équivalent et similaire .

**Dernier conseil avant de conclure :**

Si j'étais un bachelier scientifique, j'irai chercher des formations dans le domaine de l'intelligence artificielle :

- Chief data Officer
- Architecte big data
- Ingénieur big data
- Data analyst
- Data scientist
- Data miner
- Machine learning engineer
- Développeur big data

■ **Adnane Benchakroun & IA**

**وأعوذ بالله من قول أنا**

LODJ  
PODCAST

PODCAST



SCAN ME

أجبي تسمع الپودكاست ديالنا

Hafid Fassi Fihri

## Merci Majesté

### Objectif 2030

**L'annonce de la candidature du Royaume du Maroc, avec l'Espagne et le Portugal, pour l'organisation de la Coupe du Monde de football 2030 doit insuffler une dynamique de développement sans précédent dans notre pays.**



Avec une décision qui devrait intervenir très vite au courant de l'année prochaine, et nonobstant les contingences diplomatiques et les aléas de la conjoncture économique qui sévit, l'espoir est grand chez tous les Marocains de voir, enfin et finalement, la plus grande compétition sportive au monde sous nos cieux.

D'autant plus que le partenariat avec nos deux voisins du Nord ne pourra que mettre en place des ponts de coopération durable, n'en déplaise à ceux qui, en Europe, voient déjà d'un très mauvais œil une Coupe du Monde au Maroc.

Oui, dans le contexte international actuel, financier et monétaire, et vu les limites du budget de l'État, cette Coupe du Monde pourrait coûter très cher à notre pays. Pour parler franchement, elle va coûter très cher, mais qui ne tente rien n'a rien.

Si vous ne l'avez pas remarqué, cette Coupe du Monde 2030, on en parle comme si on l'avait déjà. La moindre des choses, c'est de croire en nos rêves, surtout lorsque c'est Sa Majesté qui montre le chemin.

Fini le temps de la crispation.

Après la fabuleuse et incroyable épopée de Qatar 2022, la voie Royale est clairement tracée et le temps de la crispation est, désormais, révolu.

Imaginez, par exemple, qu'une dizaine d'académies de formation en football soient créées, avec le même standing et la même qualité que l'Académie Mohammed 6 ?

Et pourquoi pas, par la suite, vingt et puis trente académies ?

Il y a un potentiel incroyable et une jeunesse à l'énergie débordante pour qu'on ne se donne pas les moyens d'investir dans le capital humain.

Et le football doit servir de locomotive, y compris le football féminin, le futsal, pour tirer vers le haut les autres disciplines sportives.

Il ne s'agit pas de gagner la Coupe du Monde, mais juste de garantir l'épanouissement des jeunes et surtout associer des structures modernes et professionnelles, qui offriront des dizaines de milliers d'emplois à des cadres bien formés.

Et nos villes, du moins celles qui seront retenues, auront tout à gagner en termes d'infrastructures. Rien que pour cela :

Merci Majesté

## Football marocain : un essor remarquable sous l'impulsion de SM le Roi Mohammed VI

Au cours des dernières années, le football marocain enchaîne les exploits, aussi bien au niveau des clubs que des sélections, avec comme point d'orgue la quatrième place historique des Lions de l'Atlas au Mondial Qatar-2022.

Le parcours impressionnant des hommes de Walid Regragui au Qatar est venu confirmer l'essor remarquable du football national, qui est le résultat d'énormes efforts consentis par le Royaume pour la promotion de la pratique footballistique, sous l'impulsion de SM le Roi Mohammed VI.



## La manne croissante du Mondial, clé du système Fifa

Gagner plus pour distribuer plus, en particulier hors d'Europe où se concentre encore l'argent du football: telle est la clé du système Fifa, qui garantit aussi à son président Gianni Infantino, en passe d'être réélu jeudi lors du Congrès de Kigali, une assise politique extrêmement large. Organisée tous les quatre ans depuis 1930 chez les hommes et 1991 chez les femmes, la Coupe du monde assure à l'instance de Zurich l'essentiel de ses revenus, calculés selon un cycle quadriennal, et qui continuent à progresser.



## Marathon des Sables : vers une participation record

La 37e édition du Marathon des sables (MDS), prévue du 21 avril au 1er mai à Errachidia, connaîtra une participation record des amateurs du sport et d'aventure, a indiqué mardi à Casablanca, le directeur de cette compétition, Patrick Bauer.

S'exprimant lors d'une conférence de presse consacrée à la présentation de cette course d'endurance, le directeur du Marathon des sables (MDS), Patrick Bauer, a précisé que cette édition, organisée sous le Haut Patronage de SM le Roi Mohammed VI, connaîtra une participation record et sans précédent des amoureux de ce sport en provenance de 55 pays.

## Keltoum Jamali, la passionnée de parapente qui n'a pas le vertige de l'altitude

Keltoum Jamali, passionnée de parapente, a opté pour ce sport de défi qui procure des sensations fortes tout en permettant de profiter de paysages fascinants et de vivre une aventure unique dans les airs. Keltoum, 35 ans, qui a pratiqué le Karaté dès son plus jeune âge, confie à la MAP qu'elle ne savait pas grand chose sur le parapente jusqu'au jour où elle le découvre par hasard lors d'une sortie avec ses amis, ce qui a attisé sa curiosité pour percer les secrets de cette pratique et chercher les réponses aux questions qui l'intriguaient.

Avançant en territoire inconnu, la jeune femme a insisté à vivre cette expérience.



## Ghizlane Chebbak, une lionne de l'Atlas qui honore le football marocain

Ghizlane Chebbak et le football, une histoire de famille : fille de feu Larbi Chebbak, ancien footballeur marocain, elle a choisi d'emboîter le pas à son père, qui l'a soutenue et cru en son talent. Cette footballeuse internationale marocaine, native de l'été 1990 a, ainsi, commencé à taper le ballon dès son jeune âge, aux côtés des garçons, vu que les équipes féminines étaient rares à l'époque. Sur ses débuts, elle affirme que le soutien de son père a été déterminant dans sa réussite, ajoutant que le fait de jouer avec des garçons lui a permis d'approfondir sa compréhension du football.



## Pour la première fois au Maroc, une femme supervise l'entraînement d'une équipe masculine

Une première au Maroc, une femme sera l'entraîneur d'une équipe masculine.

Hasnaa Al-Doumi devient ainsi la première Marocaine à occuper ce poste, puisqu'elle a été choisie comme nouvelle entraîneuse de la Fédération sportive Fakih Bensalah, succédant au cadre national, Mohamed Larif.

## Meriem El Moubarik, une championne mondiale entrée dans les annales du muay-thai

La Marocaine Meriem El Moubarik est une championne mondiale qui a inscrit son nom dans les annales du muay-thai, en remportant haut la main plusieurs titres continentaux et mondiaux dans sa catégorie (-51 kg). Meryem Mbarek a cumulé les performances, à savoir la médaille d'or des championnats du monde 2022 à Abu Dhabi et des Jeux islamiques en Turquie, la médaille d'argent des Jeux mondiaux à Birmingham (États-Unis) et le bronze à l'Open d'Antalya en Turquie. Cette championne a fait ses premiers pas dans le domaine sportif en 2009. « J'étais passionnée et enthousiaste à l'idée de pratiquer le sport et notamment les arts martiaux. J'ai rejoint le club Abtal Sidi Moumen à l'âge de 18 ans... »



## Soufiane Boufal , premier marocain à inscrire un but contre le Brésil

L'histoire retiendra que lors de la très convaincante victoire de l'équipe du Maroc, Soufiane Boufal est devenu le premier joueur des Lions de l'Atlas à marquer un but contre la Selecao. Le fait de recevoir le Brésil au Maroc était également une grande première. Les battre par deux buts à un a été une incroyable première. Et pour revenir à ce succès, il faut croire que pour s'imposer devant la Selecao alors que notre portier , Yassine Bounou, a malheureusement complètement raté son match c'est que derrière il y a un collectif impressionnant. Débauche d'énergie, enthousiasme, détermination, et engagement sont désormais les caractéristiques de cette bande à Walid Regragui qui fait rêver tous les fans.



## Khadija El Mardi, une guerrière qui trône sur la boxe mondiale

Dans le KD Jadhav Hall à New Delhi, une enceinte de 7.000 places, l'hymne national marocain retentit fièrement lors de la cérémonie de remise de la médaille d'or à Khadija El Mardi, sacrée championne du monde de boxe des poids lourds. Un foisonnement d'émotions s'emparait de Khadija mais aussi de tous ceux et celles venus encourager la pugiliste qui a pu concrétiser ses rêves et ceux de millions de Marocains. Portant le drapeau national d'une main et la médaille d'or de l'autre, Khadija n'a pas pu retenir ses larmes après cet exploit inédit. Ainsi, elle est désormais aussi la première femme dans l'histoire de la boxe arabe et africaine à monter sur la plus haute marche du podium mondial.

## SNRT : 8 millions de téléspectateurs devant Maroc-Pérou

L'engouement pour la sélection nationale ne faiblit pas. Le match amical Maroc-Pérou a encore attiré plusieurs millions de téléspectateurs, hier mardi. SNRT : 8 millions de téléspectateurs devant Maroc-Pérou. Le match amical qui a opposé les Lions de l'Atlas aux Péruviens, le mardi 28 mars à Madrid (Espagne), a encore attiré de nombreux téléspectateurs.

La SNRT annonce que plus de 8 millions de téléspectateurs ont suivi la rencontre sur les différentes chaînes du groupe, ce qui totalise 45% de part d'audience.

Le match s'est, pour rappel, soldé par un nul (0-0), trois jours après la victoire de prestige face au Brésil (2-1), à Tanger.





L'GRINTA



LODJ .TV

نعيمة أم نادين  
تستضيف نجم الدراما  
الفنان منصور بدري  
في موعد الفنانين  
"خاص رمضان"

"شخصية عزيزي الطيب  
غيرات مساري الفني"





## Hatim Ammor - Heeya

Performed BY Mehdi  
Mozayine & Hind Ziadi  
Composed By : Mehdi  
Mozayine Lyrics :  
Mohamed El Maghribi  
Music Production : Tarik  
lahjaily & Madara Mix  
Engineer : Madara  
Director : Abderrafia



## Maher Zain - Salamullah

Credits: Director:  
Emrah Özbilen Lyrics:  
Ahmed AlYafie  
Melody: Maher Zain  
Arrangement:  
Mustafa Ceceli  
Mixing: Koray Puskul  
Artwork: Mohamed



## Salma Rachid - Ma Houwa Jari

ماهو جاري ولا قريب  
لدواري ماهو جاري ولا  
قريب لدواري لمحبة لي  
جابتو يا عينيا والليل أبابا  
الليل اسيدي لمحبة لي  
جابتو عينيا والليل أبابا  
الليل



## Zakaria Ghafouli - 3lach Ya Nass

جينييريك مسلسل "عذر الزمان" غناء :  
زكرياء الغفولي كلمات : محمد أمير  
ألحان : محمد لزعر توزيع : بدر  
المخلوق توزيع رقمي على المنصات :  
شركة قنوات منتج منفذ  
إنتاج : الشركة Connexion Media  
الوطنية للإذاعة والتلفزة المغربية



## INTERVIEW MOUTRIB



”نصيحة ليهم يأمنو براسهم ويجتهدو في هواية لي كيجبوها ويتقتلو عليها حيت ماكينش لي يساندك لا ماكنتيش نتا مساند الأول راسك وصبر والخدمة أكيد إن شاء الله تجيك فرصة شكرا لكم“

■ **Basma Berrada**

### علاش اخترتي المجال الفني ؟

حبت هو الوحيد لي كان رتاح فيه وكنفرغ فيه داك شي لي عندي فقلبي وكيعجني نكون عندي شي فن في حياتي

### واش تبعتي دراسات أكاديمية أم هي فقط هواية ؟

فقط هواية لي كان نبدع فيها فقط

### شنو هما الصعوبات اللي لقيتي في البداية ؟

ماكينش لي يوجهني ويرشدني ويورني نمشي في طريق الصحيح عدم إيمان بي حيت فالأول كتكون محتاج ليأمن بيك

### واش المحيط دياك ساندك فهاد الاختيار ؟

طبعاً كانت ديم المساندة من عند الأم دياي عائلة دياي صحابي مدينتي

### شنو هو مصدر الإلهام دياك ؟

الإلهام دياي هو كجني بليل ولا فشني مكان هادي أكثرية كنكتب بليل معظم الأغاني دياي.

### من بين إنتاجاتك، شنو اللي قريب أكثر إلى قلبك ؟

أغنية وردة نبغيك غير نتيا.

### واش كاين إصدارات جديدة ؟

كاين نبغيك غير نتيا قريبة تخرج وكاين واحد أغنية شوية الأندلوسية.

### شكون الشخص اللي كتمنى التعامل معه ؟

الصراحة كتمنى نتعامل مجموعة PNL في موسيقى.

### واش كتفكر في خوض تجربة التمثيل شي نهار ؟

وي طبعاً كتمنى شي نهار نكون فشني سلسلة التمثيل كيعجني بزاف.



**NOS ARTISTES EN HERBE**



**" Loquito de amor " : le nouveau titre de Aymane Serhani dépasse les 3 millions de vue**

Ayman Serhani, 26 ans, fait exploser les compteurs sur YouTube. Ce chanteur de raï a commencé sa carrière il y a à peine cinq ans mais son nom est déjà sur toutes les bouches. Charismatique, le sourire au coin des lèvres et doté d'un rire reconnaissable entre tous, ce chanteur originaire d'Oujda est né et a grandi à Lille, en France. Ses chansons l'ont vite propulsé au-devant de la scène. Avec son nouveau single "Loquito de amor", le chanteur franco-marocain a réussi à fusionner deux genres musicaux très difficiles pour tout artiste, le flamenco et le dialecte marocain oriental. Le clip a été tourné dans la ville de Marbella, on y voit des monuments historiques du pays sous les rythmes du flamenco avec une touche artistique marocaine.



**Shakira bat 14 records avec sa chanson contre Gérard Piqué**

Shakira a officiellement battu 14 records du monde Guinness (GWR) grâce à son titre "Music Sessions Vol. 53" visant son ex-compagnon Gerard Piqué, qu'elle accuse de l'avoir trompée.

Dans la douleur, Shakira voit ses chansons se classer en tête des charts. En effet, la star colombienne a battu 14 records du monde avec sa chanson rap en collaboration avec le producteur Bizarrap, comme le rapporte le site américain Billboard. Le titre sorti sur YouTube le 12 janvier et a très vite marqué l'histoire, devenant la piste latine la plus écoutée sur Spotify en 24 heures (14 393 324), puis en une semaine (80 646 962), la piste latine la plus regardée sur YouTube en 24 heures (63 000 000).

**French Montana : l'artiste marocain le plus streamé**

Avec plus de 40 milliards d'écoutes au cours de la dernière décennie, French Montana est l'artiste africain le plus écouté sur les plateformes de streaming audio avec son titre Unforgettable. Présent depuis plus de deux décennies, French Montana est désormais une figure incontournable du rap game us, au parcours assez incroyable. Surnommé le roi des featurings pendant longtemps, l'artiste a, effectivement, collaboré avec les plus grands artistes au fil des années, qu'il s'agisse d'artistes américains ou français. Par exemple, son feat avec Lacrim en 2015 sur le morceau "A.W.A", est aujourd'hui un classique. Les deux rappeurs partagent d'ailleurs le même prénom, Karim et les mêmes origines dont ils sont fiers.



## Spotify lance son intelligence artificielle DJ

Spotify compte implémenter bientôt dans son service un « DJ » qui fera des commentaires entre deux musiques. Sa particularité : il ne sera pas humain. Il s'agira d'une intelligence artificielle, conçue pour prodiguer des recommandations et des informations aux auditeurs. Spotify vient d'annoncer l'implémentation d'une IA « Un DJ directement dans notre poche » Son objectif : sélectionner de la musique en fonction des goûts de l'utilisateur, tout en prodiguant des commentaires à l'aide de outil de génération de voix appartenant à Spotify, Sonastic.



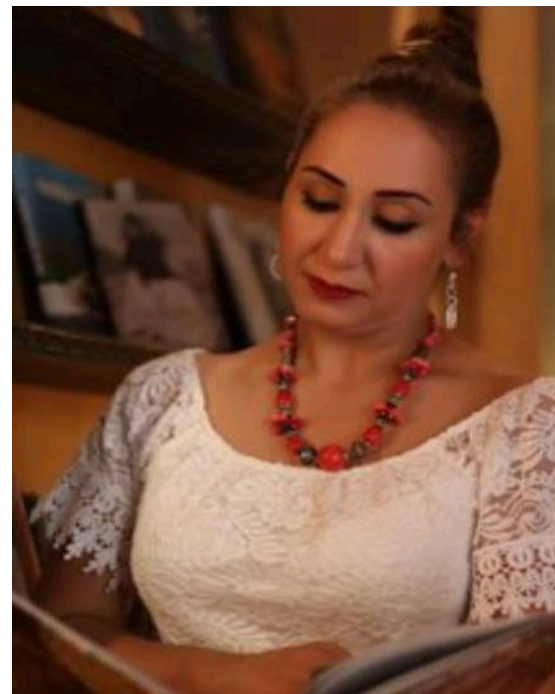
## La chanteuse Sabah Zidani sort son nouveau single " LOUMNI "

La chanteuse Sabah Zidani vient de lancer, sur sa chaîne Youtube, son nouveau single "Loumni", une œuvre artistique qui comprend dans ses mélodies toutes les significations musicales et la beauté de la musique arabe originale. Composé par l'artiste Rachid Abou Taj, sur des paroles de la prestesse Mariam Al Ikhchidi, il s'agit d'une chanson magnifiquement ciselée portée par la voix d'une véritable chanteuse du Tarab, qui parcourt le monde en vantant de belles poésies et mélodies.



## " DAQ LHAL " : une chanson poignante signée Hamza El Fadly

L'artiste Hamza El Fadly vient de sortir son nouveau single : "Daq L'Hal". Il se met dans la peau d'une personne dépressive qui essaie de mettre fin à ses jours. Ce projet né en partenariat avec l'association Sourire de Reda, produit par Jam Aouni, réalisé par Amine Choukah et signé "Universal Music Mena", puise dans la volonté même de Hamza El Fadly d'attirer l'attention sur le sujet de la dépression qui, négligé, peut mener au suicide. Dans cette même perspective, il a avait mené une "expérience sociale" sur ses pages sur les réseaux sociaux, se mettant dans la peau d'une personne dépressive pour mieux recueillir la perception de la société et ses réactions vis à vis de pareilles personnes.



## " SABLIER ", un nouveau single de la jeune artiste Souki S

La jeune artiste "Souki S" a sorti son nouveau single "Sablier", un avant goût de son prochain album. L'artiste belgo-marocaine Soukaïna Ohid, alias « Souki S », est de retour sur le devant de la scène avec un nouveau single baptisé « Sablier ». Ce nouveau projet réalisé dans le studio SeventhRoom à Bruxelles est un extrait de son premier album prévu en sortie juste après le mois sacré de ramadan. « La vie est vraiment courte. Consacrions plus de temps et d'attention aux personnes qui le méritent ! C'est le message principal que je souhaite faire passer à travers ce nouveau single », confie l'artiste.





**Hacks Week :**

?? ?????? ??????? ?????? ???  
??????



**Noujoum  
Week :**

??????  
??????  
??????  
????????  
??????  
????????

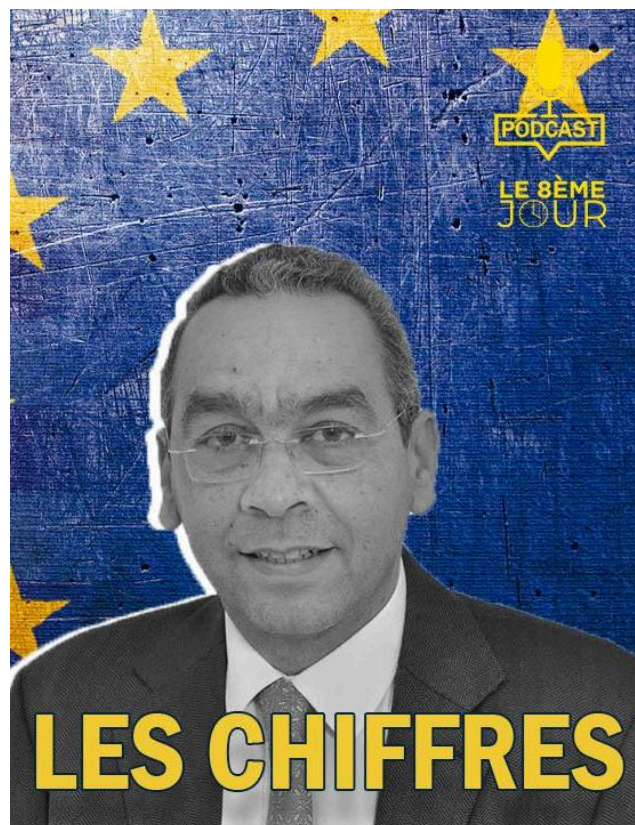
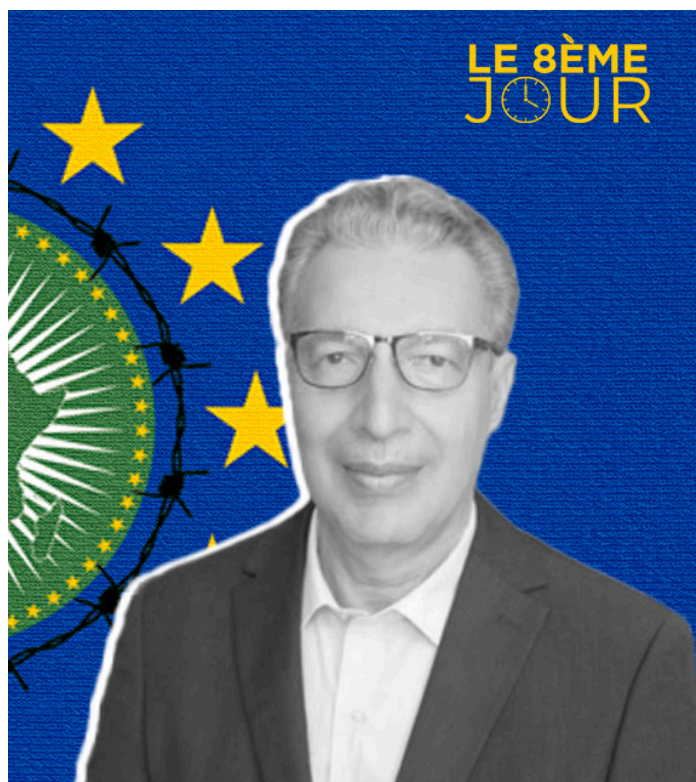
**Care Week :**

????????? ????? ?? ???????  
?????? ?? ??



### L'hypocrisie occidentale par les chiffres

L'Union européenne et les Etats-Unis, mais surtout l'UE, œuvrent à mobiliser le plus grand nombre d'Etats contre la Russie de Vladimir Poutine et la guerre en Ukraine, et ils insistent encore plus lourdement auprès des Africains et des Arabes pour qu'ils condamnent l'invasion russe. Ce n'est certes...

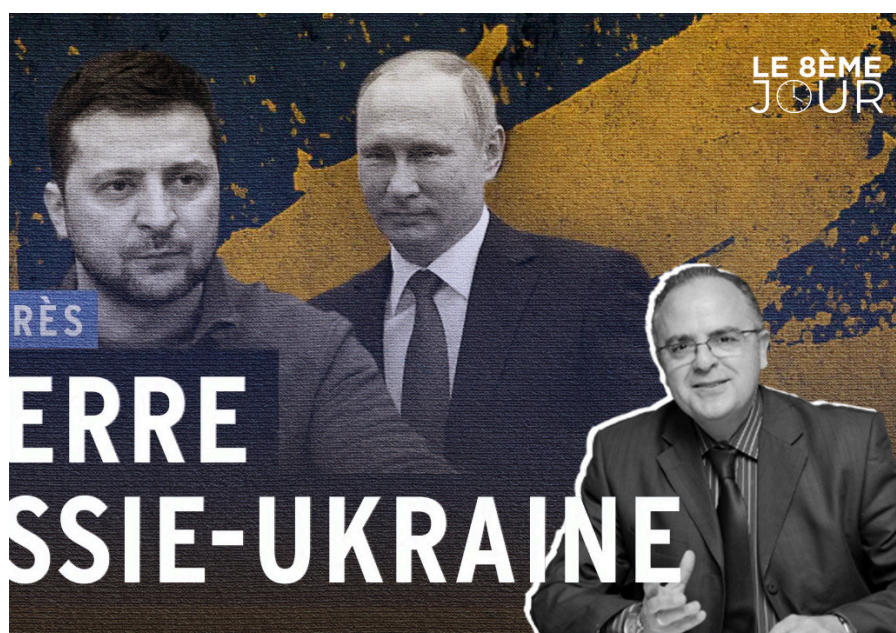


### La souveraineté à l'ère de la post-mondialisation

L'Afrique vit une période historique marquée par les changements structurants au plan économique et social. Elle s'est donnée sur le plan multilatéral des objectifs ambitieux mobilisateurs à l'instar de l'intégration économique ...

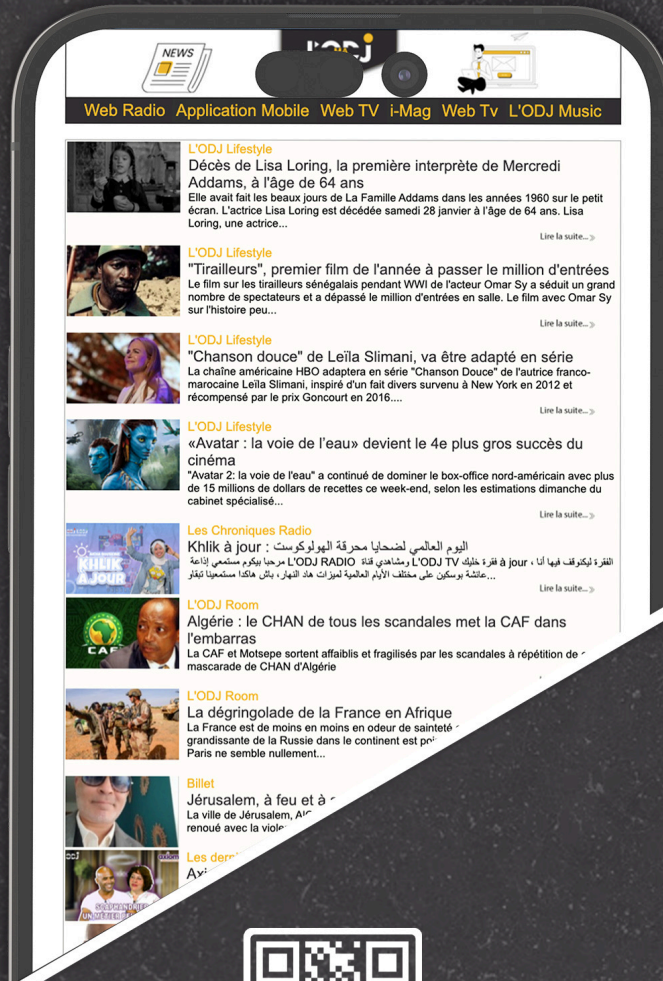
### Guerre Russie Ukraine, et de 2 !

On entame donc, la 2ème année de cette sale guerre, qui plus est, fratricide, dont les dégâts collatéraux à l'échelle mondiale, sont aussi dévastateurs, ravageurs qu'inquantifiables, et dont rien pour le moment, ne laisse entrevoir la moindre ...



## L'AFTER-LETTER

LA LETTRE D'INFORMATION DU SOIR POUR FAIRE  
LE POINT SUR L'ACTUALITÉ DE LA JOURNÉE



SCAN ME

[lodj.ma/newsletter](http://lodj.ma/newsletter)

TOUS LES SOIRS À 21H, PRENEZ DU REcul SUR L'ACTUALITÉ.  
LA RÉDACTION SÉLECTIONNE POUR VOUS LES 5 MEILLEURS ARTICLES  
DU JOUR DANS UNE LETTRE D'INFORMATION GRATUITE.

@lodjmaroc





## Palmarès des Oscars 2023 : les gagnants dans chaque catégorie

Le long-métrage *Everything Everywhere All at Once* n'a laissé aucune chance à ses concurrents. Le film de Daniel Scheinert et Daniel Kwan a remporté sept Oscars. Il était nommé 11 fois pour cette 95e édition des Oscars qui se sont tenues à Los Angeles dans la nuit du 12 au 13 mars. Il était en rude compétition pour le prix du meilleur film de la part de la tragédicomédie irlandaise *Les Banshees d'Inisherin* et *The Fabelmans* de Steven Spielberg. Le film allemand *A l'Ouest, rien de nouveau* a également marqué cette cérémonie en raflant quatre prix.

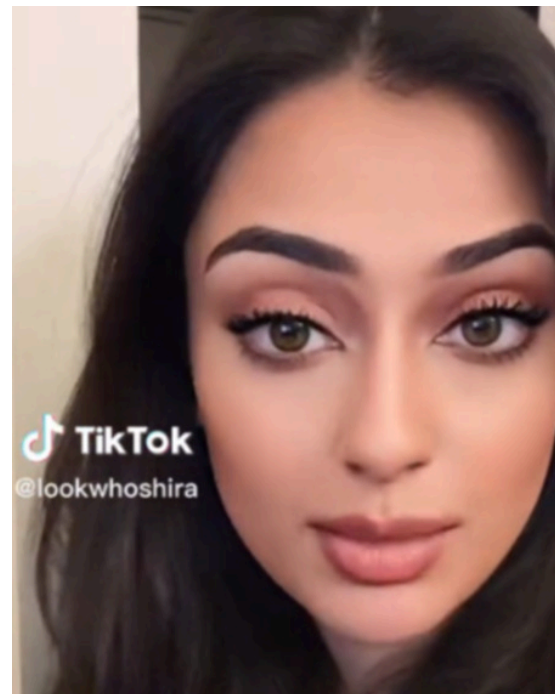


## Avril Lavigne porte un sweat « I Love you Morocco »

Lors de son séjour à Paris, Avril Lavigne a été repérée à sa sortie du Ritz Hôtel, portant une veste stylisée sur laquelle était estampillé « I love Morocco » et où le mot Maroc était écrit en arabe. Les internautes ont exprimé leur joie après que les photos aient été largement partagées sur les réseaux sociaux. La veste provient de la collection de la marque VETEMENTS et coûte environ 2500\$. Ce look arboré par la star internationale est considéré comme une contribution à la promotion du tourisme dans notre pays.

## TikTok : le nouveau filtre vidéo «Bold Glamour» suscite des inquiétudes

Les utilisateurs de TikTok sont actuellement en émoi à propos du filtre "Bold Glamour", la dernière tendance de la plateforme, qui a la capacité étonnante de rendre les personnes beaucoup trop belles grâce à un effet spécial basé sur l'intelligence artificielle (IA), suscitant ainsi des réactions de stupéfaction et de surprise. Des millions et des millions de vidéos ont été publiées montrant les réactions choquées des utilisateurs qui ont vu le filtre s'adapter parfaitement à leur visage, leur donnant des lèvres pulpeuses, des pommettes saillantes...



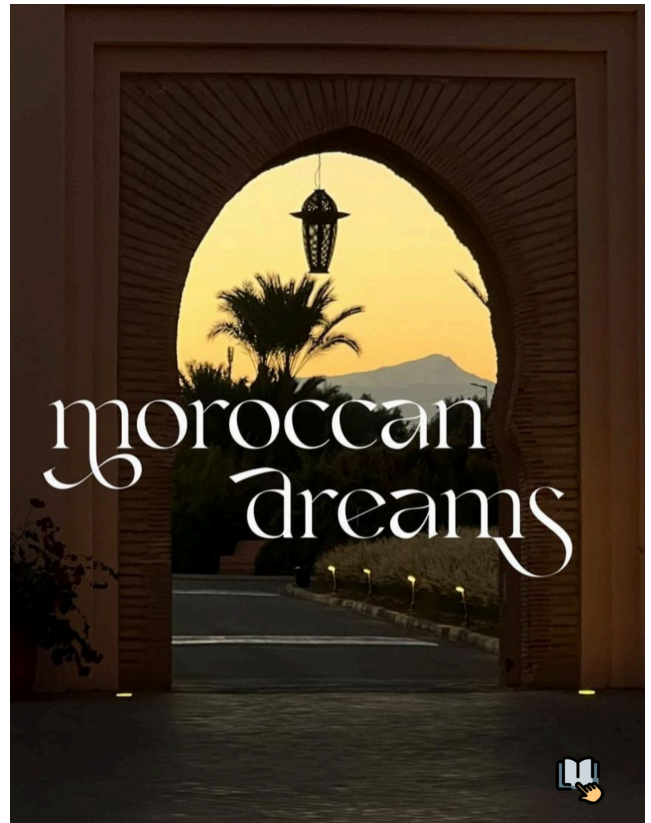
## À Tanger, les femmes marquent la journée de la femme en arborant du "Hayk"

Cette année, pour célébrer la journée internationale de la femme, un groupe de femmes de Tanger a opté pour une approche originale en arborant avec fierté le "Hayk", un habit traditionnel marocain. Ce geste symbolique a été interprété comme un message de fierté et de renforcement de leur pouvoir. Le "Hayk", aussi appelé "fouta", est un habillement traditionnel féminin porté dans les régions du Maroc, de l'Algérie et de la Tunisie. Bien qu'il soit un vêtement traditionnel, le "Hayk" est de plus en plus apprécié dans la mode actuelle, surtout parmi les jeunes générations.



**«Moroccan dream» : Une marque de prêt-à-porter israélienne s'inspire du Maroc**

Pour sa collection été, Renuar, un des leaders du prêt-à-porter d'Israël a choisi la culture séculaire du Royaume pour s'inspirer. Intitulée "Moroccan Dream", c'est au Royaume et plus précisément à la ville de Marrakech que la marque a réalisé ses shootings et ses différentes capsules promotionnelles. Pour ce faire, des célébrités israéliennes se sont déplacées dans la ville ocre où les shootings ont pris place dans différents lieux. L'on y retrouve plusieurs clichés dont certains dans les petites ruelles de la Médina, d'autres dans la palmeraie et bien sûr dans le fameux taxi marocain. La collection de la marque israélienne, fondée en 1993, se décline dans des teintes blanches et beiges.



**Le Casa Fashion Show 2023 de retour pour une 18e édition au printemps**

Le Casa Fashion Show 2023 aura lieu le samedi 6 mai, au Sofitel Casablanca Tour Blanche. Un événement phare qui vise à présenter les nouveautés du monde du fashion et rendre hommage aux jeunes créateurs. Sous le Haut Patronage de Sa Majesté Le Roi Mohammed VI, Casa Fashion Show s'engage dans un univers explosif et pétillant tout en couleur et propose à son public à se réinventer et à combattre la morosité. Tout feu, tout flamme, telle est la thématique retenue cette année par Kenza Cheddadi, productrice de l'événement et son directeur artistique Hakim Ghorab, connu comme chorégraphe de Danse avec les Stars sur TF1, NRJ Music Awards ou encore du spectacle les Enfoirés.

**Marrakech classée parmi les 50 meilleures villes pour les voyageuses solo**

Dans un communiqué publié le 1er mars, Tourlane, un voyageur allemand spécialisé dans les voyages sur-mesure, a inclus Marrakech dans son classement des 50 meilleures villes pour les femmes voyageant seules en 2023.

Cette décision intervient juste avant la Journée internationale de la femme, qui se tiendra le 8 mars, où le monde célébrera les femmes sous le thème #EmbraceEquity, #AdopterL'Équité, d'après les résultats d'une étude publiée par Tourlane.

Le classement des 50 meilleures villes pour les voyageuses solo en 2023 comprend des destinations sur six continents différents, reflétant l'intérêt croissant des femmes pour les voyages en solo.



## La règle des 10 secondes pour améliorer la connexion internet

La plupart des gens accèdent à Internet via un routeur Wi-Fi local. Mais il arrive parfois que le signal soit faible ou que la vitesse de connexion soit trop lente. C'est là qu'entre en scène la « règle des 10 secondes ».

En effet, les spécialistes recommandent d'attendre 10 secondes avant de rallumer le routeur. Pour faire plus simple, comptez jusqu'à dix et rallumez-le tranquillement. Mais pourquoi ? Parce que cet appareil est doté de condensateurs, sorte de batteries, qui alimentent l'appareil pendant un certain temps. Il lui faut donc généralement 10 secondes pour s'éteindre

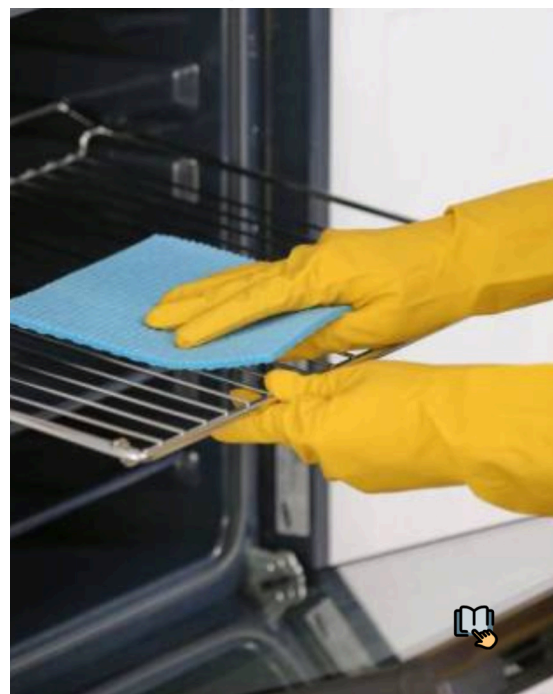


## L'astuce simple pour éviter le givre au congélateur

Avez-vous déjà ressenti comme une impression de caverne de glace chaque fois que vous ouvrez votre congélateur ? Vous vous demandez peut-être pourquoi cela se produit constamment ? Eh bien, c'est simple : l'humidité de vos aliments stockés dans votre appareil se transforme en givre à cause de l'air froid qui contient cette humidité. Il est donc tout à fait normal que de la glace s'accumule quelque part, ce qui peut ensevelir vos aliments sous une couche de glace. La solution est de se débarrasser du givre et de prévenir son apparition. Nous pouvons vous montrer comment faire !

## L'astuce efficace pour nettoyer son four pendant que vous dormez

Le nettoyage d'un four sale est l'une des corvées les plus fastidieuses. Les résidus de graisse et les dépôts de nourriture brûlée nécessitent plus qu'un simple coup d'éponge pour retrouver la propreté du four. Face à l'ampleur de la tâche, il est tentant de reporter le nettoyage, mais cela ne fait qu'ajouter à la saleté déjà présente. Heureusement, les bons produits d'entretien et les astuces efficaces peuvent venir à bout des taches tenaces et faire fondre les graisses. L'une des meilleures astuces consiste à laisser agir un produit spécifique pendant la nuit. Découvrez !



## Comment utiliser le riz blanc pour éliminer les odeurs et les moisissures des placards

Le riz est l'un des remèdes naturels les plus utilisés pour éliminer les moisissures et l'humidité de votre placard. Les vêtements pourront à nouveau respirer et cette odeur âcre disparaîtra rapidement. Important ! Mettez une tasse de riz dans le placard : une astuce de grand-mère efficace...

Le riz blanc est un excellent remède naturel utilisé à des fins domestiques. Mélangé à quelques gouttes d'huile essentielle, celui-ci est très efficace. Parmi ses multiples vertus, il permet d'absorber et éliminer les odeurs et les moisissures dans une armoire ou un placard. Découvrez comment faire !



## Salon de l'agriculture : ils ont un coup de cœur et sauvent une vache de l'abattoir

Le Salon de l'agriculture, qui se déroulait jusqu'au 5 mars à Paris, est aussi l'occasion de voir de belles histoires. C'est le cas d'Omerta, une vache de race Blonde d'Aquitaine, destinée à l'abattoir. L'animal qui faisait partie des « Grandes Championnes », a été sauvé par deux acheteurs, le mardi 28 février 2023. L'un des individus est un restaurateur résidant aux Angles, dans les Pyrénées-Orientales, tandis que l'autre est le maire de Fleury d'Aude, situé dans l'Aude.



## Un Australien bat le record du monde de la plus longue session de surf

Blake Johnston, un Australien de 40 ans, a établi un nouveau record du monde pour la plus longue session de surf en attrapant plus de 700 vagues pendant 40 heures au large de Sydney. Sa session épique a commencé à 1 heure du matin et s'est terminée sous les applaudissements de centaines de personnes lorsqu'il a finalement regagné la plage de Cronulla vers 17 heures. Ce professionnel expérimenté n'a pris que quelques pauses autorisées par les règlements pour se nourrir, se reposer de l'exposition au soleil et appliquer des gouttes pour les yeux.



## Pour 500 dollars, au Zimbabwe un prêtre propose des billets pour le paradis

Décidément, il fallait le faire et certains ne reculent plus devant rien.

Après l'abonnement mensuel qui vous propose de faire à votre place vos cinq prières quotidiennes, voici venu le temps d'acheter carrément un billet pour le paradis.

Le fameux sésame pour la vie éternelle et ses délices, ne coûte que la bagatelle de cinq cents dollars.

Et c'est un prêtre du Zimbabwe qui propose ce "ticket to the heaven".

En comparaison chez nous au Maroc, on ne peut s'empêcher de penser que les billets des matchs des Lions de l'Atlas au Qatar ont été proposés deux voire même trois fois plus.



## Le Japon organise la première Coupe du monde de ramassage des déchets

Le Japon est connu pour proposer des expériences et des concepts inhabituels à ses habitants, et l'un des plus surprenants est la première Coupe du monde de collecte de déchets. Il est vrai, vous avez bien lu ! Ceux qui ont eu l'opportunité de visiter le pays du soleil levant le savent probablement déjà, il est considéré comme l'un des pays les plus propres au monde. Même les plaques d'égoût sont de véritables œuvres d'art. Cette mentalité ne se limite pas seulement à l'intérieur des frontières, comme nous avons pu le constater lors de la dernière Coupe du Monde de Football. Les supporters japonais nettoyaient les gradins avant de quitter le stade.



# لوجيا .MA

دير FOLLOW وبارتاجي معانا نهارك



@lodjmaroc





***Oui mars... non à la violence !!!***

***La poste de Rabat 1910***

*La poste de Rabat entourée de terrains vagues photographiée par avion.*



*Architizer meilleure entreprise résidentielle A+ Awards 2022*





# Report de l'édition 2023 du Marrakech du rire

## Report de l'édition 2023 du Marrakech du rire

Rabat  
parmi les  
"destinati-  
ons  
extraordin  
-aires" à  
explorer  
en 2023



Sketch de Taliss critiqué pour  
offense envers les femmes au  
maroc



مزرروي يحلم ان يصبح إماما  
وأن يحفظ القرآن الكريم كاملا  
ابنتا كريستيانو رونالدو  
تخلقان الحدث بالسعودية



L'INFORMATION À L'ORDRE DU JOUR !

DÉCOUVREZ TOUS NOS ARTICLES  
SUR NOS SITES WEB ET APPLICATION MOBILE



**Il se passe toujours quelque chose sur lodj.ma :**  
des analyses et des points de vues de différents horizons  
par des chroniqueurs de référence dans les médias marocains.



Pour tout savoir flashez ce QR Code