



**La Décarbonation :
Une opportunité
pour la compétitivité
des Entreprises
Marocaines**

**Alerte : Votre Dropbox
des portes d'entrée
pour le redoutable
cheval de Troie
Orcinius**

**Nostalgia illumine
à nouveau le site
historique de Chellah
à Rabat**

WEEK

L'ODJ MEDIA

L'HEBDO EN BRÈVES, 100% WEB CONNECTÉ & AUGMENTÉ DE L'ODJ MÉDIA N°49 : SEMAINE 02 - JUILLET 2024



**EMPLOI : LE MAROC PEUT FAIRE MIEUX !
LES 20 RECOMMANDATIONS DE L'AEI**



SCAN ME!

WWW.LODJ.MA

Vague de chaleur : conseils essentiels pour se protéger et rester au frais

SOMMAIRE

- 04** ÉDITO D'OUVERTURE
- 06** ÉCO HEBDO
- 18** SANTÉ HEBDO
- 24** LIFESTYLE HEBDO
- 28** CULTURE HEBDO
- 32** DIGITAL HEBDO
- 36** AUTO HEBDO
- 40** SPORT HEBDO

iWEEK



Imprimerie Arrissala

L'ODJ I-WEEK N°49 JUILLET 2024

RÉDCATUER EN CHEF : ADNANE BENCHAKROUN

ÉQUIPE DE RÉDACTION : BASMA BERRADA - SALMA LABTAR

NISRINE JAOUADI - AICHA BOUSKINE - SOUKAINA BENSALD

MAQUETTES : RIM KHAIRON

WEBDESIGNER / COUVERTURE : NADA DAHANE

DIRECTION DIGITALE & MÉDIA : MOHAMED AIT BELLAHCEN

L'ODJ Média - Groupe de presse Arrissala SA

Retrouver tous nos anciens numéros sur :

www.pressplus.ma



DÉCLARATION DE LA SEMAINE



**MON DÉPARTEMENT
PRÉPARE UNE
FEUILLE DE ROUTE
POUR LA
RÉGLEMENTATION
DE L'IA AU MAROC,
«DANS LE BUT
D'ÉVITER LE
SCÉNARIO D'UN
MAUVAIS USAGE
COMME CE QUI
S'EST PRODUIT
AVEC LES RÉSEAUX
SOCIAUX»**



ABDELLATIF OUAHBI

**MINISTRE DE LA JUSTICE DANS UNE INTERVENTION LORS D'UN COLLOQUE
INTERNATIONAL SUR L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE (IA) ET LES DROITS
HUMAINS TENU CE LUNDI À L'UNIVERSITÉ IBN TOFAIL DE KÉNITRA.**



AEI : La création massive d'emplois, une cause nationale et sociale

Force de proposition d'un Parti de la majorité gouvernementale, l'Alliance des Economistes Istiqlaliens (AEI) considère la création massive d'emplois durables et valorisants comme une cause sociale, de dimension nationale. Elle appelle ainsi le Gouvernement à en faire la principale priorité de cette deuxième partie de son mandat. Dans ce cadre, l'AEI recommande des mesures et démarches pouvant contribuer à réduire le gap entre l'offre et la demande sur un marché marocain du travail de plus en plus internationalisé. Une vingtaine de recommandations à caractère transversal, territorial et sectoriel, pour réduire le chômage à court terme et créer massivement des emplois à moyen terme, tout en tirant profit des grands chantiers lancés ou programmés par le Royaume et de la rente démographique, dont bénéficie notre Pays pour quelques années encore.



recommandations pour accélérer et prioriser la création massive d'emplois durables et valorisants au Maroc

Au Maroc, les hautes directives royales et les principales orientations des politiques publiques donnent la priorité à la création d'emplois. Les pouvoirs publics ont déployé plusieurs mesures pour en créer et encourager les jeunes à entreprendre, notamment en facilitant l'accès à des lignes de financement. Ces mesures ont été accompagnées de politiques sectorielles, consolidées par la nouvelle Charte de l'investissement.

Cependant, l'impact emploi de ces politiques n'est toujours pas à la mesure des attentes. Les chiffres derniers publiés, annoncent que le taux d'activité recule, surtout pour les femmes, que le taux de chômage progresse, et que le nombre des NEET augmente.

C'est pour contribuer à l'amélioration de cette situation que l'AEI fait les recommandations suivantes :



AEI : La création massive d'emplois, une cause nationale et sociale

Des mesures transversales, adressant les entreprises, les jeunes, les femmes et les activités informelles, pour améliorer le taux d'activité et l'emploi dans les milieux urbain et rural :

1-Lancer des programmes accélérés de formation insertion, incluant des soft-skills (langues étrangères et comportement) et de la technicité, répondant à des spécialités, à forte demande de talents, telles que le tourisme et restauration, les services aux personnes (y compris les éducatrices et puéricultrices), le codage et les métiers liés aux industries montantes telles l'aéronautique, l'automobile, les énergies vertes, la réutilisation des eaux usées ou le recyclage des déchets, le dessalement de l'eau;

2-Chercher des formateurs par un appel à candidature au Maroc et à l'étranger, y compris dans les rangs des retraités et des MDM, pour assurer des cycles de formation qui ne dépassent pas les 10 mois, en présentiel et à distance ;

3-Préparer les jeunes fraîchement diplômés à l'inclusion économique et sociale moyennant les mesures suivantes :

- Créer un "Fonds de Solidarité des générations" (FSG) (Tadamoune Ajjal) ; destiné aux jeunes de 20 à 35 ans, il permettrait de financer des formations accélérées de reconversion pour des emplois définis à l'avance et des stages opérationnels à Plein Temps, d'une durée de 10 à 20 mois ;

- Créer des Fonds d'investissement régionaux, pour porter des petits et moyens projets, accompagnés de programmes de formation et de mentorat et de services d'incubation au profit des jeunes entrepreneurs.

Les Fonds régionaux peuvent intervenir selon trois formules successives ; une subvention de préparation ; un prêt sur l'honneur sans intérêts et, le cas échéant, une participation au capital ;



- Servir une indemnité, par le FSG, pour la Formation à la création d'entreprise et pour le stage préembauche, avec une couverture médicale de base ;

- Faire bénéficier les femmes d'horaires de travail accommodants, de facilités de transports et de garderies, subventionnées par les collectivités territoriales ;

4 -Des mesures communes aux entreprises pour en limiter la défaillance et encourager leur développement créateur d'emploi :

- Simplifier les procédures et alléger la fiscalité sur la transmission des entreprises pour sauver des entreprises économiquement viables ;

- Autoriser la flexibilité de l'emploi à hauteur de 15% des effectifs au profit des entreprises justifiant d'une baisse d'activité supérieure à 15% sur une année, avec engagement d'embauche en cas de reprise ; - Octroyer une réduction de 50% des charges sur salaire, sur 5 ans, aux employeurs qui présentent un programme de croissance, avec augmentation net des effectifs sur la base d'un « Contrat de croissance emploi » (CCE):



AEI : La création massive d'emplois, une cause nationale et sociale

- Faciliter et règlementer le travail à temps partiel, le travail à domicile, et le travail à distance pour les jeunes désirent poursuivre leurs études, pour les femmes, et pour les personnes à besoins spécifiques ;

- Encourager l'intéressement du personnel par sa participation aux performances et au capital des entreprises pour favoriser sa fidélité et son implication et servir d'outil d'attraction pour les nouveaux talents ;

- Lancer une « Startup Station » dans chaque Région, englobant des espaces d'innovation et recherche, des incubateurs, des accélérateurs, des espaces de coworking, etc ;

5- Des dispositions pour intégrer progressivement, et sur 5 ans, un grand nombre d'unités informelles dans l'économie formelle :

- Accorder une « amnistie » de 4 années aux unités informelles qui adhèrent au changement avant de les soumettre aux

règles du droit commun. Pendant ces 4 années, elles seront soumises à des cotisations fiscales et sociales progressives: 0 sur les deux premiers exercices ; 50% des taux normaux pour les années 3 et 4 ; puis 100% à partir de la cinquième année ;

- Créer des centres régionaux pour aider les entrepreneurs informels à comprendre, à opérer et à financer le processus de formalisation et leur 3 accorder une certification leur permettant d'accéder à la commande publique et aux autres avantages prévus par la charte d'investissement.

Des mesures spécifiques au monde rural
Vu les conditions climatiques qui sévissent, il est important ; voire urgent, d'agir pour favoriser l'employabilité de cette partie de nos concitoyennes et concitoyens ; et d'améliorer leurs revenus et conditions de vie. A cet effet, nous suggérons de :

AEI : La création massive d'emplois, une cause nationale et sociale

6- Renforcer les infrastructures de transport, d'électricité et de connectivité internet des zones rurales pour leur faciliter l'accès aux services publics ;

7- Former les jeunes à des métiers pouvant être exercés à distance, et à domicile ;

8- Développer le tourisme rural en valorisant les zones à potentiel touristique autour de circuits touristiques thématiques (nature, culture, artisanal, ...).

9- Lancer un nouveau programme d'appui à la petite production agricole, financièrement supporté par le « Fonds de développement Rural » pour aider à la reconstitution du cheptel et des arbres atterris par la sécheresse ;

10-Transformer localement les produits de terroir, en multipliant les coopératives et

les Centres de Collecte, de Valorisation et de Commercialisation de ces produits ;

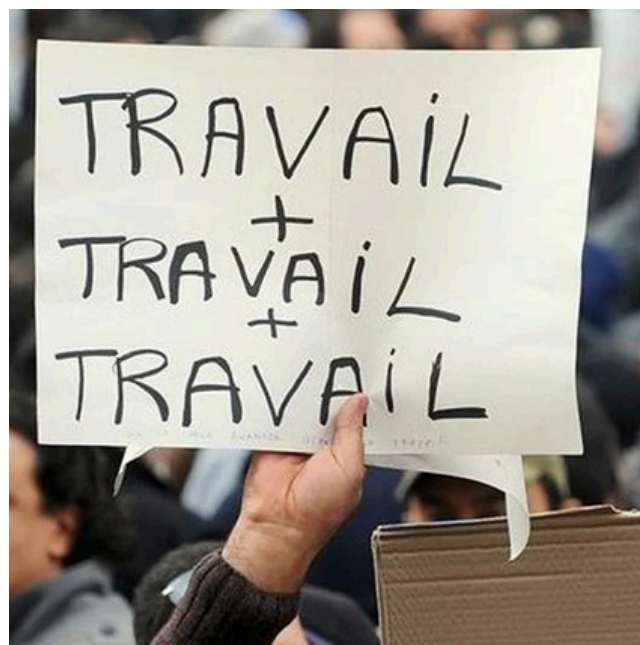
11-Procéder au reboisement et à la forestation massive des terrains non agricoles;

Des recommandations spécifiques à 8 domaines d'activité générateurs d'emplois :

Il s'agit de moteurs de croissance dans notre Pays, capables de générer des emplois en masse, notamment les grands chantiers structurants programmés à l'horizon 2030 tels que : construction de barrages, connections interbassins, stations de dessalement de l'eau et celles de réutilisation des eaux usées, les Centres de tris et de valorisation des déchets, les centrales électriques, les transports énergétique, routier, ferroviaire, aéroportuaire et portuaire ; les stades et leurs dépendances, les infrastructures touristiques, les hôpitaux, l'aménagement de zones industrielles, logistiques et de services et le programme villes sans bidonvilles.

A cet effet, l'AEI suggère de compléter les dispositifs en cours par les mesures suivantes :

12-Pour le Bâtiment et les Travaux Publics (BTP)



- Encourager et encadrer la sous-traitance et/ou les soumissions groupées, aux commandes publiques, entre grandes entreprises et PME pour permettre à ces dernières d'acquérir de l'expérience et de se développer ;

- Utiliser systématiquement la préférence nationale ;

- Faciliter et encourager l'utilisation des partenariats public-privé (PPP) ;

13-Intensifier, accélérer et diversifier l'industrialisation de l'économie :

- Renforcer le rang des champions nationaux à travers le financement de programmes ambitieux d'innovation, de développement et de création d'emplois, par le Fonds Mohammed VI et les PPP. Exemple : développement des énergies propres, la production de l'eau ; les « Giga Factories » ; les « Big Data » et « hyper scalers » ;

- Mettre en place un système national de normes et de certification écologiques pour les produits industriels

Développer et Promouvoir de nouveaux hubs industriels, dans les filières textile, aéronautique, ferroviaire et de l'informatique embarquée ;



AEI : La création massive d'emplois, une cause nationale et sociale

- Doter les zones industrielles de stations de traitement et de réutilisation des eaux usées et d'unités de recyclage de déchets industriels ;

14-Tourisme, artisanat, culture et divertissement ;

4 activités complémentaires pour un grand gisement d'emplois à exploiter Les tourisms écologique, médical et de bien-être constituent des niches pouvant attirer des centaines de milliers de touristes supplémentaires et générer autant d'emplois stables et à forte valeur ajoutée. Les 26 millions de touristes attendus à l'horizon 2030, le nombre de chambres à construire et le développement de la capacité litière que ça nécessite doivent être accompagnés d'une série de mesures telles que :

- Adopter un classement des établissements de tourisme selon les normes et critères internationaux.

Cette normalisation concernerait hôtels, restaurants, clubs, Centres de sport, de divertissement, de santé, de soins et de bien-être ;

- Valoriser le patrimoine culturel par la préservation, la restauration et la mise en valeur des sites historiques et archéologiques, ainsi que des musées et maisons de culture. Ces dernières peuvent aussi accueillir des jeunes, y compris les NEET, qui y découvriront des vocations artistiques, que l'école classique ne pouvait leur permettre ;

- Mettre en place des programmes de formation certifiante au tourisme et à la culture, au profit des opérateurs, des guides touristiques, des chauffeurs des transports publics, avec un accent sur les langues étrangères, la géographie et l'histoire locale ;

- Organiser des événements culturels et sportifs étalés sur l'année, avec une synchronisation régionale des principales activités ;

AEI : La création massive d'emplois, une cause nationale et sociale

15-Les Énergies renouvelables et l'économie circulaire ; une nouvelle génération d'emplois. Ces activités connaissent une forte évolution au niveau international et, le Maroc adopte, depuis une quinzaine d'années, une politique volontariste de transition énergétique, impulsée par Sa Majesté le Roi. Cette filière peut également générer plusieurs milliers d'emplois, au cours des dix prochaines années :

- Réaliser une cartographie régionale des sources renouvelables et lancer des appels à manifestations d'intérêts ouverts pour leur exploitation, en encourageant les projets de moyenne et petite taille de production des énergies propres, avec une libéralisation régulée du secteur ;
- Développer des clusters de production d'intrants et de services dédiés à ces filières et les accompagner de programmes de formation spécialisés ;
- Exonérer les investissements concernés des droits de douane et TVA ;

16-Faire du Maroc « le Centre Afro-Atlantique de la Data et de l'intelligence artificielle » : « Afro Atlantic, Artificial Intelligence Center » (3AIC) : Le monde change à une vitesse jamais connue par le passé avec de nouveaux métiers qui écrasent les anciens. Les jeunes générations marocaines semblent s'y adapter et montrent des habilités pouvant aider notre Pays à réussir sa transformation digitale. Des initiatives comme le programme 1337 et Jobintech sont très probantes et peuvent être élargies :

- Promouvoir cet écosystème à travers la formation et l'attraction de talents ; l'encouragement fiscal et financier ;
- la diffusion de l'IA dans le système éducatif et les PME ; le soutien de l'offre de la Deep Tech, des incubateurs et accélérateurs pour les startups en IA, accompagnés d'un cadre législatif approprié ;
- Encourager le retour de talents Marocains du



Monde (Mdm), en leur offrant particulièrement les éléments de confort qu'ils recherchent pour eux et leurs familles,

tels que éducation, santé et mobilité ; dans lesquels le Maroc ne cesse de progresser.

- Faciliter l'immigration (entrante) de talents étrangers
- Associer les syndicats et la Société civile à la conception et au déploiement de plans de requalification adaptés au profit des salariés.

17-L'Économie du care (santé, sport et bien être)

La position géographique du Maroc, son climat, sa stabilité, sa culture, la compétitivité de sa main d'œuvre et l'image de son art de vivre, ajoutés au développement que connaissent les secteurs de la santé et du sport, font de notre Pays une des destinations mondiales les plus attrayantes dans le domaine du care. La demande intérieure dans ces domaines progresse fortement, à la faveur de l'élargissement de la classe moyenne, à la généralisation de la couverture médicale et sociale. Voici quelques dispositions suggérées :



AEI : La création massive d'emplois, une cause nationale et sociale

- Mettre en place des programmes de certification, basée sur des normes internationales, pour les prestataires de ces services pour valoriser leurs compétences et garantir la qualité de leurs services ;
- Encourager l'émergence de Centres Spécialisés de Services aux Personnes (CSSP) à dimension internationale, destinés aux sportifs, aux personnes âgées, aux malades de longue durée et pour les séjours de remise en forme ;
- Faire bénéficier ce secteur des incitations prévues par la charte de l'investissement, indépendamment du montant investi ;
- Promouvoir les régimes d'Assurance pour soins de longue durée au Maroc.

18-Elargir et libérer progressivement l'offre de transport des personnes et des marchandises, gérée au niveau régional

L'offre d'un transport public sécurisé, régulier, accessible (en termes de tarif et

de proximité) et durable, permettrait de réduire le recours au transport individuel et son impact carbone, d'améliorer l'inclusion des territoires reculés et de faciliter les déplacements pour le travail, particulièrement pour les femmes. En tant qu'écosystème à part entière, le transport public permet également de générer de nouvelles opportunités d'emploi :

- Doter cette filière d'une stratégie intégrée, à l'instar des stratégies des autres secteurs. Outre la réglementation, cette stratégie doit couvrir l'ingénierie du transport, l'investissement, la formation, le développement des services et la maintenance ;
- Faciliter les autorisations et utiliser les normes et programmes internationaux de formation et de d'octroi de permis de conduire pour la mobilité internationale des chauffeurs ;
- Développer, réglementer et normaliser le « transport à la demande »

AEI : La création massive d'emplois, une cause nationale et sociale

et les VTC (véhicules de tourisme avec chauffeur) au profit des habitants des territoires non desservis par les grands transports publics avec des plateformes régionales de mobilité multimodale ;

19- Une économie bleue qui préserve, développe et valorise la ressource marine et génère des emplois durables

Avec 3 500 kilomètres de côtes sur l'Atlantique et la Méditerranée et les investissements logistiques programmés ou réalisés, l'économie bleue présente des opportunités de croissance et d'emploi dans le tourisme littoral, la pêche, l'aquaculture, les énergies marines, l'industrie des produits de la mer, les activités portuaires, les chantiers navals et la protection de l'environnement marin. Voici quelques recommandations :

- Veiller à la Pratique de la pêche et de l'aquaculture durables par la régulation des captures ; la création et l'expansion d'Aires marines protégées (AMP) pour la conservation de la biodiversité marine ; la régénération des stocks, la protection des écosystèmes vulnérables ; la replantation des herbiers marins et la reconstruction des récifs coralliens ;
- Investir dans la modernisation des flottes de pêche, la formation des pêcheurs aux techniques de pêche durable et moderne ;
- Encourager l'investissement dans le développement et la commercialisation des énergies renouvelables marines, telles que l'éolien offshore et l'énergie des vagues ;
- Activer la création et le développement d'une flotte maritime battant pavillon marocain, employant des RH marocaines,

20- Une approche qui consiste à Raisonner sur un marché marocain de l'emploi internationalisé, où la mobilité des compétences est irréversible. Cette dernière constitue une richesse pour notre



économie et notre Société en termes d'ouverture, d'apprentissage, d'innovation, d'investissement et de solidarité sociale. Notre système d'éducation, d'enseignement et de formation doit prendre cette donne en considération. Nous produisons des compétences pour notre Pays, mais aussi pour d'autres contrées qu'il faut inciter à investir au Maroc pour employer ces ressources compétitives et d'autres compétences venant de notre Continent ;

Enfin, la création d'emplois doit être mesurée en se référant aussi bien aux sources du HCP et celles de la CNSS, dans leur complémentarité. Elles permettent de mesurer l'évolution de l'emploi, en référence à des données arrêtées à une date de référence unique, comme ça se fait pour d'autres agrégats (PIB, export...).

Les objectifs à fixer pour chacune des actions ou conventions gouvernementales, et leur évaluation, doivent se référer à ces 2 sources à la fois



AEI : La création massive d'emplois, une cause nationale et sociale

de proximité) et durable, permettrait de réduire le recours au transport individuel et son impact carbone, d'améliorer l'inclusion des territoires reculés et de faciliter les déplacements pour le travail, particulièrement pour les femmes. En tant qu'écosystème à part entière, le transport public permet également de générer de nouvelles opportunités d'emploi :

- Mettre en place des programmes de certification, basée sur des normes internationales, pour les prestataires de ces services pour valoriser leurs compétences et garantir la qualité de leurs services ;

- Encourager l'émergence de Centres Spécialisés de Services aux Personnes (CSSP) à dimension internationale, destinés aux sportifs, aux personnes âgées, aux malades de longue durée et pour les séjours de remise en forme ;

- Faire bénéficier ce secteur des incitations prévues par la charte de l'investissement, indépendamment du montant investi ;

- Promouvoir les régimes d'Assurance pour soins de longue durée au Maroc.

18-Elargir et libérer progressivement l'offre de transport des personnes et des marchandises, gérée au niveau régional

L'offre d'un transport public sécurisé, régulier, accessible (en termes de tarif et

- Doter cette filière d'une stratégie intégrée, à l'instar des stratégies des autres secteurs. Outre la réglementation, cette stratégie doit couvrir l'ingénierie du transport, l'investissement, la formation, le développement des services et la maintenance ;

- Faciliter les autorisations et utiliser les normes et programmes internationaux de formation et de d'octroi de permis de conduire pour la mobilité internationale des chauffeurs ;

- Développer, réglementer et normaliser le « transport à la demande » et les VTC (véhicules de tourisme avec chauffeur) au profit des habitants des territoires non desservis par les grands transports publics avec des plateformes régionales de mobilité multimodale ;

AEI : La création massive d'emplois, une cause nationale et sociale

19- Une économie bleue qui préserve, développe et valorise la ressource marine et génère des emplois durables

Avec 3 500 kilomètres de côtes sur l'Atlantique et la Méditerranée et les investissements logistiques programmés ou réalisés, l'économie bleue présente des opportunités de croissance et d'emploi dans le tourisme littoral, la pêche, l'aquaculture, les énergies marines, l'industrie des produits de la mer, les activités portuaires, les chantiers navals et la protection de l'environnement marin. Voici quelques recommandations :

- Veiller à la Pratique de la pêche et de l'aquaculture durables par la régulation des captures ; la création et l'expansion d'Aires marines protégées (AMP) pour la conservation de la biodiversité marine ; la régénération des stocks, la protection des écosystèmes vulnérables ; la replantation des herbiers marins et la reconstruction des récifs coralliens ;

- Investir dans la modernisation des flottes de pêche, la formation des pêcheurs aux techniques de pêche durable et moderne ;

- Encourager l'investissement dans le développement et la commercialisation des énergies renouvelables marines, telles que l'éolien offshore et l'énergie des vagues ;

- Activer la création et le développement d'une flotte maritime battant pavillon marocain, employant des RH marocaines,

20- Une approche qui consiste à Raisonner sur un marché marocain de l'emploi internationalisé, où la mobilité des compétences est irréversible. Cette dernière constitue une richesse pour notre économie et notre Société en termes d'ouverture, d'apprentissage, d'innovation, d'investissement



et de solidarité sociale. Notre système d'éducation, d'enseignement et de formation doit prendre cette donne en considération. Nous produisons des compétences pour notre Pays, mais aussi pour d'autres contrées qu'il faut inciter à investir au Maroc pour employer ces ressources compétitives et d'autres compétences venant de notre Continent ;

Enfin, la création d'emplois doit être mesurée en se référant aussi bien aux sources du HCP et celles de la CNSS, dans leur complémentarité. Elles permettent de mesurer l'évolution de l'emploi, en référence à des données arrêtées à une date de référence unique, comme ça se fait pour d'autres agrégats (PIB, export...).

Les objectifs à fixer pour chacune des actions ou conventions gouvernementales, et leur évaluation, doivent se référer à ces 2 sources à la fois.

conclusion

La création d'emplois est aujourd'hui inscrite au sommet des priorités de l'action publique, compte tenu de son importance économique et sociale.

Malgré les nombreux défis dictés par l'hostilité de l'environnement international et climatique, les ambitions, les stratégies et les grands chantiers structurants dans lesquels s'est engagé le Royaume, constituent de véritables opportunités que les opérateurs économiques doivent saisir pour créer beaucoup plus de valeur et d'emplois de qualité, permettant d'atteindre les objectifs fixés par notre Auguste Souverain.

Les mesures proposées visent à répondre aux besoins urgents du marché du travail, mais aussi à construire une économie plus résiliente, inclusive et durable, capable de porter le Maroc vers un avenir prospère et plus égalitariste.

Bureau de
Alliance des
Economistes
Istiqlaliens (AEI)



Chiffre de la semaine

6 MMDH

Maroc-BAD : signature de quatre accords de financement de plus 6 MMDH

Rabat – Le ministre délégué auprès de la ministre de l'Economie et des Finances, chargé du budget, Fouzi Lekjaa, et le responsable-pays de la Banque africaine de développement (BAD) pour le Maroc, Achraf Tarsim, ont signé, mercredi à Rabat, quatre accords de financement d'un total de plus de 600 millions d'euros – M€ (soit environ plus de 6,45 milliards de dirhams – MMDH).

Vague de chaleur : conseils essentiels pour se protéger et rester au frais



Alors que la température monte en flèche cette semaine, une forte vague de chaleur s'installe dans notre région, mettant à l'épreuve la santé et le bien-être de nombreux habitants. Pour vous aider à traverser cette période de chaleur intense, voici quelques conseils essentiels à suivre.

1. Hydratez-vous régulièrement

La déshydratation est l'un des risques majeurs lors des fortes chaleurs. Il est crucial de boire beaucoup d'eau tout au long de la journée, même si vous n'avez pas soif. Évitez les boissons alcoolisées, caféinées ou sucrées, qui peuvent favoriser la déshydratation. Les jus de fruits dilués et les boissons isotoniques peuvent également être bénéfiques pour remplacer les électrolytes perdus.

2. Restez à l'abri du soleil

Évitez de sortir pendant les heures les plus chaudes de la journée, généralement entre 11h et 16h. Si vous devez absolument être dehors, portez un chapeau à larges bords, des lunettes de soleil et des vêtements légers, amples et de couleur claire. Utilisez une crème solaire avec un facteur de protection élevé pour protéger votre peau des rayons UV.

3. Rafraîchissez votre habitat

Gardez les rideaux et volets fermés pendant la journée pour empêcher la chaleur d'entrer. Utilisez des ventilateurs et, si possible, des climatiseurs pour maintenir une température agréable à l'intérieur. Vous pouvez également placer des draps mouillés devant les fenêtres ouvertes pour rafraîchir l'air entrant.

3. Rafraîchissez votre habitat Gardez les rideaux et volets fermés pendant la journée pour empêcher la chaleur d'entrer. Utilisez des ventilateurs et, si possible, des climatiseurs pour maintenir une température agréable à l'intérieur. Vous pouvez également placer des draps mouillés devant les fenêtres ouvertes pour rafraîchir l'air entrant.

4. Prenez des Douches Fraîches Les douches fraîches ou les bains réguliers peuvent aider à abaisser la température corporelle. Vous pouvez également utiliser des serviettes humides ou des packs de glace sur les zones où le sang circule près de la surface de la peau, comme le cou, les poignets et les chevilles.

5. Adaptez votre alimentation Mangez des repas légers et fréquents, en privilégiant les fruits et légumes riches en eau, comme les concombres, les pastèques et les tomates. Évitez les repas lourds et épicés qui peuvent augmenter la température corporelle.

6. Limitez l'exercice intense Réduisez les activités physiques intenses, surtout pendant les heures les plus chaudes. Si vous devez faire de l'exercice, essayez de le faire tôt le matin ou en fin de journée, lorsque les températures sont plus basses. 7. Ne laissez jamais des personnes ou des animaux dans une voiture Les températures dans les voitures peuvent augmenter rapidement, atteignant des niveaux dangereux en quelques minutes.



Chiffre de la semaine

1000 DH

Augmentation nette mensuelle

Ille Conseil de gouvernement a approuvé une augmentation des salaires des infirmiers du ministère de la Santé et des infirmiers et techniciens de santé inter-ministériels. L'augmentation mensuelle nette sera de 1000 dirhams, répartie en deux tranches égales : 500 dirhams nets à partir du 1er juillet 2024 et 500 dirhams nets sera versée à partir du 1er juillet 2025.

Vegan Nutella : Régalez-vous sans culpabiliser



La fameuse pâte à tartiner du groupe Ferrero, Nutella, annonce la sortie d'une version 100% végétale. Une nouvelle réjouissante pour les vegans, les personnes allergiques au lactose, les flexitariens et toute personne préférant des habitudes alimentaires gourmandes mais saines. Le Nutella vegan est attendu, pour la première fois, en Italie l'automne prochain. Le Nutella est souvent déconseillé en raison de sa composition, avec plus de 70% de sucre et environ 20% de graisses. Un produit hyperénergétique dont il faut limiter la consommation selon les programmes de nutrition internationaux. Cette pâte à tartiner est riche en huiles végétales, dont la principale est l'huile de palme, reconnue comme étant l'une des plus athérogènes, exposant la personne au risque de maladies cardiovasculaires en plus du surpoids et du diabète en raison de la grande quantité de sucre. Pour satisfaire le besoin d'une communauté en plein essor composée de vegans, végétariens, allergiques au lactose, végétaliens, flexitariens et de ceux désireux de réduire la consommation de protéines animales par souci environnemental, le groupe Ferrero revisite son produit le plus connu pour proposer une version saine sans aucun ingrédient d'origine animale. Le nouveau pot s'appellera officiellement "Nutella Plant Based" ("à base de plantes"). La nouvelle version portera un logo spécifique avec une feuille verte. La recette classique du Nutella contient du lait écrémé, le seul ingrédient non-végétal. Le nouveau Nutella à base de plantes remplacera le lait par des éléments végétaux, ces éléments n'étant pas encore annoncés. Certains proposent que la poudre de lait sera remplacée par de la poudre de lait de soja.

<https://www.lodj.ma>

Le microbiome intestinal : un allié insoupçonné de notre santé

L'impact méconnu du microbiome intestinal sur la digestion, l'immunité et l'humeur

Le microbiome intestinal, composé de milliards de bactéries, joue un rôle essentiel dans notre bien-être général. Des études récentes montrent qu'un microbiome équilibré peut améliorer la digestion, renforcer le système immunitaire et même influencer notre humeur. Adopter une alimentation riche en fibres, probiotiques et prébiotiques est crucial pour maintenir cette flore bactérienne en bonne santé. Les chercheurs explorent également son impact sur des maladies chroniques telles que le diabète et l'obésité, ouvrant la voie à de nouvelles approches thérapeutiques prometteuses.

Hausse persistante des prix de la viande rouge après Aid Al-Adha

Malgré la reprise des activités dans les abattoirs après l'Aïd Al-Adha, les prix de la viande rouge au Maroc continuent d'augmenter significativement. Le prix du kilogramme de viande bovine atteint désormais 90 dirhams en gros et entre 100 et 115 dirhams en détail, tandis que celui de la viande ovine est de 110 dirhams en gros et entre 140 et 160 dirhams en détail. Cette hausse est attribuée à la loi de l'offre et de la demande, aux années de sécheresse qui ont augmenté les coûts de production, et aux préparatifs de la saison des MRE et des mariages.

Meanwhile, sur Facebook





#SURLERING

RACHID HALLAOUY REÇOIT
MEHDI ALIOUA

**LA FRANCE
EST-ELLE MOINS
RACISTE QUE PRÉVUE ?**



SCAN ME!

@lodjmaroc



WATCH NOW

La caféine, alliée contre l'Alzheimer

La caféine pourrait ralentir la progression précoce de la maladie d'Alzheimer, selon une étude Une nouvelle étude révèle que la caféine pourrait ralentir la progression de la maladie d'Alzheimer à un stade précoce. Des recherches antérieures avaient déjà montré que la consommation modérée de caféine ralentit le déclin cognitif et réduit le risque de développer cette maladie. Publiée dans "Brain", cette étude menée par le centre de recherche Lille Neurosciences et cognition a examiné les mécanismes sous-jacents de la maladie d'Alzheimer. Les chercheurs ont découvert que l'augmentation des récepteurs de la caféine dans les neurones favorise la perte des synapses, contribuant aux troubles de la mémoire.

Nouveaux centres de santé à Rabat-Salé-Kénitra

Quatre nouveaux centres de santé urbains de premier et deuxième niveau ont été inaugurés dans la région de Rabat-Salé-Kénitra, renforçant ainsi l'offre de santé locale. Cette initiative fait suite aux directives royales visant une réforme profonde du système de santé national pour améliorer la couverture sanitaire et la protection sociale. Les nouveaux centres, tels que Akkari (niveau I) et Sidi Fatah (niveau II) à Hassan, ainsi que Al Masjid (niveau I) et El Melk (niveau II) à Yacoub Al-Mansour, visent à améliorer l'accessibilité aux soins de santé de proximité et à renforcer les services sanitaires régionaux.

Les forêts urbaines : la solution contre le réchauffement climatique ?

Planter des arbres en ville, un atout majeur pour nos espaces urbains et le climat

Les forêts urbaines jouent un rôle crucial dans la lutte contre le changement climatique en absorbant le CO2 et en rafraîchissant l'air. Elles offrent aussi un havre de paix et de biodiversité en plein cœur des métropoles. De nombreuses villes à travers le monde s'engagent à planter des arbres dans les espaces publics et sur les toits pour créer des îlots de verdure. Ces initiatives sont essentielles pour améliorer la qualité de vie des citoyens et promouvoir un avenir plus vert et durable.

Hausse imminente des prix des volailles au Maroc

Les prix des volailles au Maroc sont sur le point d'augmenter considérablement en raison de facteurs économiques, spéculatifs et climatiques.

Congrès de médecine de famille à Laâyoune

Le 9e Congrès de médecine de famille s'est tenu à Laâyoune, rassemblant plus de 300 spécialistes. Organisé par l'Association de l'Enseignement supérieur, ce congrès de trois jours a pour objectif de développer la médecine de famille et d'améliorer la prise en charge des patients. Placé sous le thème "Les grands challenges de la médecine de famille", il a permis aux participants d'échanger des connaissances et de discuter des défis liés à la qualité des soins. La présidente de l'AMMF, Dr Soumia Kabbaj, a mis en avant l'importance de répondre aux attentes des patients.

Talc probablement cancérigène, dit l'OMS

L'OMS a classé le talc comme probablement cancérigène, en se basant sur des preuves limitées chez l'humain et suffisantes chez les animaux. L'exposition au talc, notamment via les cosmétiques et les milieux professionnels, est liée à un risque accru de cancer des ovaires. Malgré certains biais potentiels dans les études, la contamination du talc par l'amiante n'est pas exclue. En parallèle, l'acrylonitrile, utilisé dans les polymères, est également classé comme cancérigène par l'OMS.

Meanwhile, sur Facebook



Les dernières innovations en implantologie dentaire : découvrez !

CLICK HERE





Vidéo de la semaine

L'Info en Face avec Khalid Ziani



Les applications de rencontre : une évolution moderne du dating

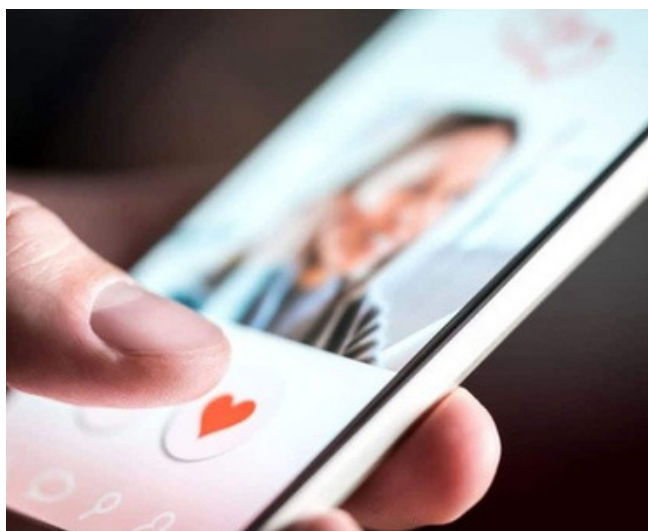
Les applications de rencontre ont révolutionné la manière dont les individus se connectent et trouvent des partenaires potentiels. Initialement perçues avec scepticisme, elles sont désormais intégrées dans la culture moderne, offrant une diversité de plateformes pour répondre à des besoins variés, allant des relations éphémères aux engagements sérieux.

La popularité croissante des applications de rencontre

Avec l'avènement des smartphones et l'accessibilité d'Internet, les applications de rencontre sont devenues une option populaire pour rencontrer de nouvelles personnes. Des plateformes comme Tinder, Bumble, et OkCupid sont devenues des noms familiers, chacune apportant sa propre approche unique au dating en ligne. La facilité d'utilisation, combinée à des algorithmes sophistiqués de matchmaking, permet aux utilisateurs de trouver des partenaires potentiels basés sur des critères spécifiques, y compris la localisation, les intérêts et les valeurs personnelles.

Impact sur les relations modernes

Les applications de rencontre ont transformé la dynamique des relations modernes. Elles offrent une flexibilité et une accessibilité inédites, permettant aux utilisateurs de rencontrer des personnes en dehors de leur cercle social habituel. Cette révolution numérique a également contribué à la normalisation de divers types de relations, de l'union libre aux relations à long terme.



Les défis et critiques

Malgré leurs avantages, les applications de rencontre ne sont pas exemptes de critiques. Les questions de sécurité et de confidentialité restent des préoccupations majeures. Les utilisateurs doivent être vigilants quant à la véracité des informations partagées en ligne et aux risques potentiels de rencontres avec des inconnus. De plus, la superficialité des choix basés principalement sur des photos de profil a soulevé des préoccupations sur la qualité des connexions établies via ces plateformes.

Une initiative innovante au Maroc : L'application Halal "Almaaqaol"

Au Maroc, une application de rencontre "halal" nommée Almaaqaol a récemment attiré l'attention.

Lancée par Ilyass Lakhri, alias Cheikh Sar, cette application vise à faciliter le mariage entre musulmans pratiquants en respectant les préceptes de l'Islam.

Almaaqaol se distingue par son modèle payant, facturant 300 dirhams pour les hommes et 100 dirhams pour les femmes pour 100 jours d'utilisation.

BUZZ



Carla Bruni-Sarkozy, l'ex-première dame française, mise en examen et placée sous contrôle judiciaire.

Triomphe de "Moi, moche et méchant 4" au box-office nord-américain



Le dernier opus de la franchise à succès, « Moi, moche et méchant 4 », a dominé le box-office nord-américain dès son premier week-end en salles, selon les données récentes d'Exhibitor Relations. Distribué par Universal Pictures, ce film d'animation emblématique mettant en vedette les adorables Minions a généré un impressionnant total de 75 millions de dollars depuis sa sortie vendredi dernier à travers les cinémas du Canada et des États-Unis. En deuxième position, avec des recettes de 30 millions de dollars, se classe « Vice-Versa 2 », la très attendue suite du film acclamé des studios Pixar et Disney qui explore les défis de l'adolescence. « Sans un bruit: jour 1 », le dernier volet de la série d'horreur, a pris la troisième place avec 21 millions de dollars de revenus pour son premier week-end, suivi de près par le thriller « Maxxxine », qui a accumulé 6,7 millions de dollars. Complétant le top 5, la comédie d'action « Bad Boys 4 », avec Will Smith et Martin Lawrence, a enregistré 6,5 millions de dollars de recettes. Les autres films du top 10 incluent : 6. « Horizon : Une saga américaine, chapitre 1 » avec 5,5 millions de dollars. 7. « Sound of Hope : The Story of Possum Trot » avec 3,2 millions de dollars. 8. « Kalki 2898 AD » avec 1,9 million de dollars. 9. « The Bikeriders » avec 1,3 million de dollars. 10. « Kinds of Kindness » avec 860.000 dollars.

Procès d'Alec Baldwin pour homicide involontaire

Alec Baldwin est arrivé au tribunal de Santa Fe pour son procès pour homicide involontaire suite à la mort de Halyna Hutchins sur le tournage de "Rust" en 2021. L'acteur, risquant jusqu'à 18 mois de prison, affirme que l'arme lui avait été présentée comme inoffensive et qu'il n'a pas appuyé sur la détente. Le parquet l'accuse de négligence et de comportement erratique. L'enquête n'a pas déterminé comment des munitions réelles ont été utilisées, mais l'armurière du film a déjà été condamnée. Ce procès est suivi de près par Hollywood et pourrait établir un précédent pour la sécurité sur les plateaux de tournage.

DreamWorks annonce la sortie de "Shrek 5" en juillet 2026

DreamWorks a confirmé la sortie de "Shrek 5" pour juillet 2026 aux États-Unis. Le film réunira les voix originales de Mike Myers, Eddie Murphy et Cameron Diaz. Réalisé par Walt Dorhn, ce cinquième volet marquera le retour de Shrek, Fiona et l'Âne sur grand écran. Bien que le scénario reste inconnu, Eddie Murphy a mentionné que le projet a débuté il y a plusieurs mois. Par ailleurs, un film centré sur l'Âne est également en préparation et sortira après "Shrek 5". La date de sortie en France n'a pas encore été annoncée.

Meanwhile, sur Facebook





INSOLITE DE LA SEMAINE :
BOUJNIBA: UNE PISCINE MUNICIPALE
TRANSFORMÉE EN BASSE-COUR

Les habitants de Boujniba ont vivement protesté contre le président de la commune qui a fermé la seule piscine de la ville pour la transformer en poulailler. Cet article est une revue de presse d'Assabah.



Le rendez-vous tant attendu par les aficionados du Shopping au Morocco Mall

Le groupe Aksal et le Morocco Mall lancent dès ce jeudi les très attendus soldes d'été. Cet événement annuel promet des réductions spectaculaires allant jusqu'à 70% sur une large gamme de marques telles que Zara, Massimo Dutti, Gucci et bien d'autres. En plus des offres alléchantes, le centre commercial propose des animations captivantes pour attirer les foules et créer une atmosphère festive. Les soldes d'été au Morocco Mall sont un rendez-vous incontournable pour les amateurs de shopping à la recherche de bonnes affaires. Cette saison, le centre commercial mise sur une expérience client enrichie, combinant des prix attractifs et des événements divertissants.

"Caught in 4K" : le premier musée du selfie ouvre ses portes à Casablanca

Casablanca a inauguré le premier musée du selfie au Maroc, nommé "Caught in 4K". Inspiré par la pop culture et destiné à la génération Z, ce musée propose des décors minutieusement conçus pour des selfies originaux. Les visiteurs peuvent explorer divers univers, des scènes futuristes aux décors de films cultes. Avec son approche interactive, "Caught in 4K" permet aux visiteurs de devenir les protagonistes de leurs photos. Ce musée répond à la demande croissante pour des expériences uniques et partageables sur les réseaux sociaux, s'inscrivant dans une tendance où le selfie devient une forme d'expression artistique. Il enrichit l'offre culturelle de Casablanca, attirant locaux et touristes.

Nassif Zeytoun et Daniella Rahme disent OUI

Une union interculturelle entre les cultures syrienne, libanaise et australienne. Les deux stars partagent des moments forts de leur mariage somptueux avec un post commun sur leurs pages Instagram pour immortaliser l'instant.

Les deux amoureux ont choisi de garder leur vie privée loin des projecteurs.

Les invités du mariage étaient leurs familles et leurs amis proches.

Ils ont même interdit les téléphones pendant la cérémonie, ainsi les seules photos de mariage disponibles sont celles partagées par le couple sur les réseaux sociaux.

Selon ETbelArabi, le couple prépare une belle surprise pour leur fanbase. Bien que aucun détail de leur union n'ait été rendu public, un documentaire ou un court métrage est en cours de production.

Astuces pour repasser vos vêtements plus rapidement et facilement

Pour accélérer le repassage, commencez par les articles qui nécessitent la température la plus basse et terminez par ceux qui nécessitent la température la plus élevée. Utilisez un spray d'eau distillée pour humidifier légèrement les zones froissées et utilisez une planche à repasser bien rembourrée pour un résultat lisse et rapide. Organisez votre espace de travail pour avoir tout à portée de main, ce qui facilitera le processus et réduira le temps nécessaire pour repasser vos vêtements.

Parti de Londres vers Hong Kong, l'avion revient à... Londres après 12 h de vol

Les passagers du vol BA31 de British Airways, parti de Londres pour Hong Kong, ont vécu une expérience frustrante en revenant à Londres après 12 heures de vol. L'avion, un Boeing 777-200, a dû faire demi-tour en survolant le Turkménistan en raison d'un problème technique mineur. Malgré un atterrissage sans encombre et des excuses de la compagnie, la raison pour laquelle l'avion n'a pas pu atterrir ailleurs qu'à Londres reste inconnue. Le vol de remplacement BA32 a également rencontré des problèmes, étant détourné vers Budapest à cause d'une urgence médicale à bord.

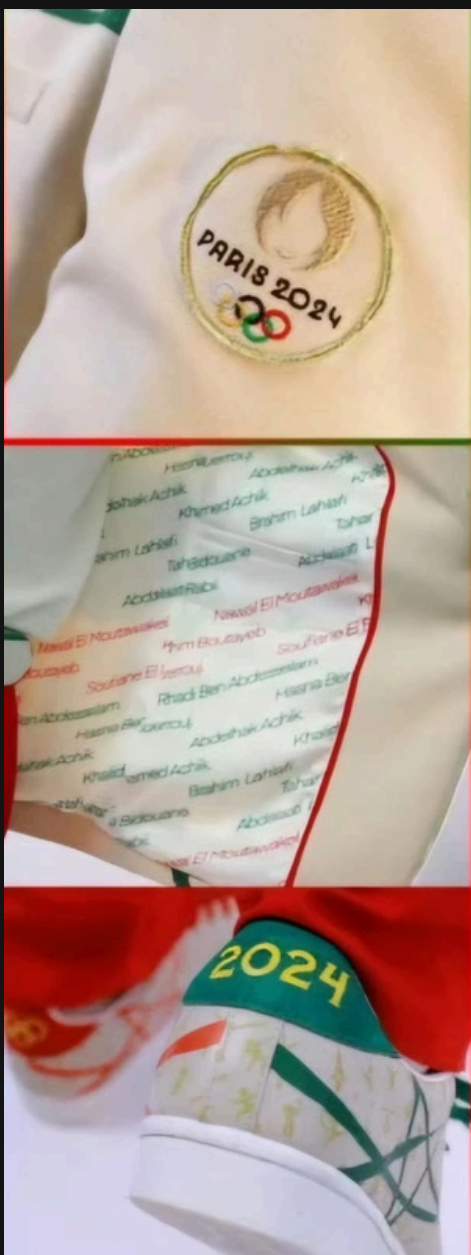
Meanwhile, sur Facebook



ALERTE ALERTE ALERTE ALERTE ALERTE ALERTE ALERTE ALERTE ALERTE ALERTE ALERTE

Alerte JO 2024

Les athlètes marocains défileront, lors de cette cérémonie, avec une veste d'une couleur blanc cassé, frappée par une étoile verte. Les sportifs marocains porteront aussi un pantalon rouge et des chaussures de baskets, sur lesquels on y voit une étoile verte. étoile verte..



ALERTE ALERTE ALERTE ALERTE ALERTE ALERTE ALERTE ALERTE ALERTE ALERTE ALERTE



Asmaa El Arabi révolutionne le marketing immobilier avec une web série humoristique

Asmaa El Arabi, une figure emblématique de l'humour créatif, continue de révolutionner l'industrie du marketing et de la publicité. Connue pour sa satire incisive de la société et de ses personnages, elle redéfinit les frontières de l'influence, captivant un public toujours plus large. Sur son compte Instagram, Asmaa El Arabi dévoile une nouvelle web série de trois épisodes hilarants, dédiée à un projet immobilier. Cette série met en lumière son talent unique à travers des personnages hauts en couleur, tels que Claude et Ahlam, le couple mixte, ou encore une yogi spécialiste des chakras. Avec un regard neuf et inspirant, elle explore les multiples facettes de l'influence et de la publicité dans le secteur immobilier. Chaque épisode, minutieusement élaboré, témoigne de son engagement à repousser les limites de la créativité et à inspirer une nouvelle génération de communicateurs.



Inauguration de la semaine



Un musée du selfie voit le jour à Casablanca

Nostalgia illumine à nouveau le site historique de Chellah à Rabat



Cet événement promet une semaine d'émerveillement et de découverte, offrant aux visiteurs une immersion unique dans les époques passées de ce joyau historique restauré avec soin.

- Nostalgia, les émotions d'Antan

À partir de lundi soir, le majestueux site historique de Chellah à Rabat a revêtit une nouvelle lumière avec l'inauguration de la deuxième édition de "Nostalgia, les émotions d'Antan".

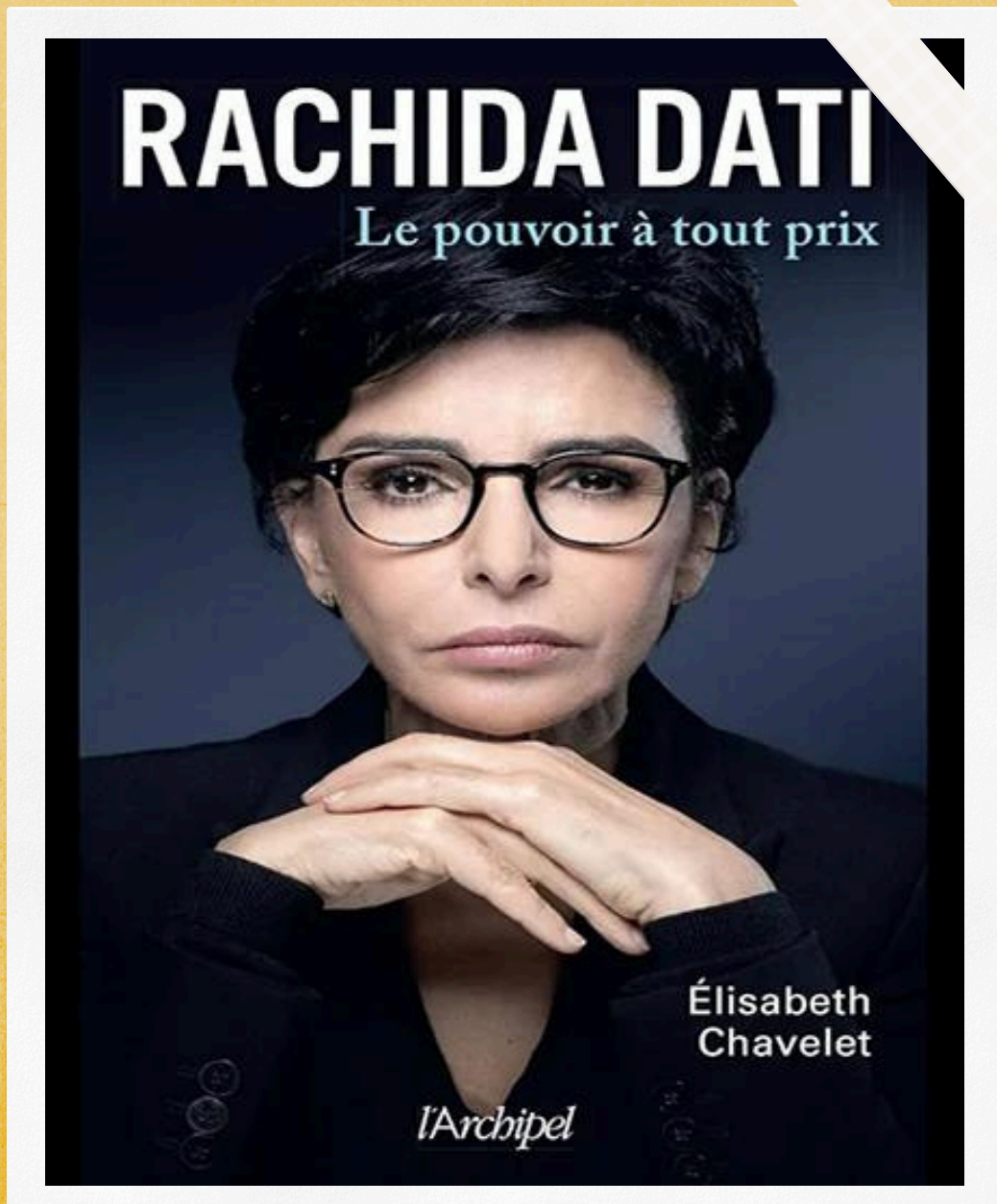
Organisé par le Ministère de la Jeunesse, de la Culture et de la Communication, ce spectacle vise à promouvoir l'histoire riche des sites archéologiques marocains à travers des expositions artistiques et des représentations théâtrales captivantes. " Une plongée dans l'histoire " Prévu du 8 au 14 juillet 2024, "Nostalgia" offre une série de spectacles enchanteurs pour transporter les visiteurs à travers les époques révolues.

- Billets et découverte historique

Les billets sont disponibles sur le site officiel de l'événement : nostalgiaexperience.ma .

Les passionnés d'histoire du Maroc auront l'opportunité unique de découvrir les fascinantes histoires de Chellah et d'expérimenter une atmosphère mêlant passé et présent. Ne manquez pas cette chance exceptionnelle de plonger dans l'âme de l'histoire marocaine.

Livre de la semaine



Rachida Dati charisme, ténacité : une figure politique incontournable

« Elisabeth Chavelet écrit dans une vivante biographie « Rachida Dati : jusqu'au bout du pouvoir » qu'elle consacre à, la très probablement éphémère ministre de la Culture : "Rachida est indestructible". Remplie de plus d'une centaine de témoignages et d'anecdotes, cette biographie complète brosse le portrait d'une femme dotée d'une énergie débordante, affrontant des adversaires bien plus puissants.

Sorcellerie et réseaux sociaux : le royaume des marabouts du Net



Avec l'Aïd al-Adha, un véritable marché des miracles en ligne s'est développé. Cette période sacrée de sacrifices et de dévotion semble également être le moment idéal pour le retour des marabouts et sorciers numériques sur les réseaux sociaux. Facebook et d'autres plateformes ont été envahis par des offres alléchantes : ramener un ex-partenaire, annuler des sorts de vengeance, et même jeter des charmes pour que tout aille mal dans la vie. Ces savants-charlatans du Web franchissent la frontière entre spiritualité et magie noire, lançant même des sorts en ligne. Ce mysticisme non assumé contribue à maintenir certaines pratiques dans l'ombre. " *Un commerce florissant* " Les offres sur Internet ne manquent pas : des "bagues spirituelles" censées protéger contre le mauvais œil, augmenter la prospérité des hommes d'affaires, ou même découvrir des trésors cachés. On pourrait penser que ces artefacts sortent tout droit d'un conte des Mille et Une Nuits, mais ils semblent trouver preneurs. Apparemment, la divination et les sciences occultes sont devenues des outils d'analyse et de prise de décision, au même titre que les sondages, l'opinion publique ou les réseaux sociaux. Dans notre société, de nombreux citoyens consultent des conseillers occultes, souvent par curiosité et en y croyant à moitié. Après tout, cela ne coûte rien d'essayer, et qui sait, cela pourrait bien fonctionner. Avec l'avènement du numérique, les sorciers ont trouvé un nouveau terrain de jeu. Fini le temps des cabanes reculées et des rendez-vous secrets ; aujourd'hui, tout se passe sur Internet.

Le cinéma marocain à l'honneur à Angoulême en France

Le cinéma marocain sera à l'honneur lors de la 17ème édition du Festival du film francophone d'Angoulême, prévue du 27 août au 1er septembre. L'événement présentera une rétrospective de films marocains emblématiques, incluant des œuvres telles que « Fils Maudit », « Le Grand Voyage », « Ali Zaoua, prince de la rue », « Marock », et « Adam ». Environ soixante films seront projetés, dont dix en compétition et quinze en avant-première, mettant en lumière la diversité et la richesse du cinéma marocain contemporain.

Résidence artistique à Bouznika parrainée par la Fondation Banque Populaire

La Fondation Banque Populaire organise à Bouznika jusqu'au 16 juillet la troisième édition de sa résidence artistique, parrainant huit artistes-peintres émergents. Cette initiative, axée sur le thème "Le Monde de Demain", vise à offrir un espace de création et d'inspiration pour ces jeunes talents dans le domaine des arts plastiques.

Meanwhile, sur Facebook



SORRY FOR THE DAMAGE : le monde à travers l'art de Caroline Limousin à Casablanca





LE HIT DE LA SEMAINE



NJIK DROKA

SALMA RACHID



SCAN ME

Assilah s'illumine de fresques pour son 45e Moussem culturel

Lors du 45e Moussem culturel d'Assilah, 14 artistes, dont 13 Marocains et 1 Syrien, embellissent la médina avec près de 25 nouvelles peintures murales. Cet événement, qui se déroule du 5 au 27 juillet, inclut également un atelier pour enfants. Les œuvres portent sur diverses thématiques, telles que la protection de l'environnement et la pratique du sport. Les artistes partagent leur passion en plein air, engageant le public et renforçant la notoriété internationale d'Assilah. Les enfants bénéficient d'un espace dédié pour exprimer leur créativité, inspirés par les grands événements sportifs à venir au Maroc.

Clôture féerique du 53ème Festival National des Arts Populaires à Marrakech

La 53ème édition du Festival National des Arts Populaires (FNAP) s'est clôturée à Marrakech avec une soirée féerique au Théâtre Royal, mettant en valeur la diversité et la richesse du patrimoine immatériel marocain. Le festival, sous le Haut Patronage de Sa Majesté le Roi Mohammed VI, a offert une programmation riche et diversifiée, incluant des "soirées thématiques" et une soirée internationale avec des groupes artistiques chinois, indonésiens et marocains. Cette édition a également rendu hommage à l'artiste Nouaman Lahlou.

Hommage musical : Casablanca vibrée au son de Pink Floyd

Le Moroccan Pink Floyd Tribute par Africa Band a enflammé le Studio des Arts Vivants à Casablanca le 5 juillet 2024.

Créé par Faiçal Tadlaoui et Yonnel Lallouz, ce groupe marocain a captivé le public avec des reprises magistrales des classiques de Pink Floyd, saluées pour leur authenticité et leur qualité sonore exceptionnelle. Le concert a transporté les spectateurs dans l'univers psychédélique du célèbre groupe britannique, attirant tant les fans de longue date que la nouvelle génération de mélomanes, marquant ainsi un moment fort dans la scène musicale casablancaise.

El Grande Toto et les talents du rap marocain illuminent Marrakech

L'émission Planète Rap a posé ses valises à Marrakech pour une semaine riche en rencontres et en musique. El Grande Toto, figure emblématique du rap marocain, en a profité pour rassembler les talents montants et les vétérans de la scène, célébrant ainsi le dynamisme et la diversité du rap marocain.

Négatif Zéro" remporte le grand prix du FITUC 2024

La 36e édition du Festival international du théâtre universitaire de Casablanca (FITUC) a couronné la pièce égyptienne "Négatif Zéro" de l'Université Ain Shams, qui a remporté le grand prix.

Le festival, sous le thème "Théâtre et Folie", a présenté des performances par des équipes universitaires internationales et marocaines, impliquant environ 130 étudiants et attirant un public estimé à 3 000 spectateurs. Les prix ont également récompensé des talents pour la scénographie, la meilleure actrice et le meilleur acteur, ainsi que la meilleure réalisation.

Slimane et Zacques dévoilent un duo rythmé : «Ainsi Font»

Slimane surprend ses fans en collaborant avec son ami de longue date, le chorégraphe et chanteur Zacques, sur un nouveau titre rythmé intitulé «Ainsi Font».

Ce duo promet de captiver et de faire danser les fans avec ses paroles entraînantes et son énergie contagieuse, reflétant leur complicité artistique de plus de dix-huit ans.

Meanwhile, sur Facebook





Elle nous a quitté !



DÉCÈS

LEILA MEZIANE, ÉPOUSE DE OTHMAN BENJELLOUN ET PRÉSIDENTE DE LA FONDATION BMCE DE L'ÉDUCATION ET DE LA FORMATION, EST DÉCÉDÉE

[f](#) [@](#) [X](#) [d](#) [in](#) [v](#) @lodjmaroc



SCAN ME

Évènement douloureux

Leila Meziane, épouse de Othman Benjelloun et présidente de la Fondation BMCE de l'éducation et de la formation, est décédée ce samedi 13 juillet.

@lodjmaroc [f](#) [@](#) [X](#) [d](#) [in](#) [v](#)

Asus adopte la fonction Dynamic Lighting de Microsoft sur ses cartes mères



Avec sa dernière mise à jour, Asus propose désormais la fonction Dynamic Lighting de Microsoft sur ses cartes mères AMD et Intel, éliminant ainsi le besoin d'applications tierces pour contrôler l'éclairage RGB. Cette intégration simplifie grandement la personnalisation des équipements compatibles pour les utilisateurs Windows 11.

Introduite sur Windows 11 en septembre 2023, la fonctionnalité Dynamic Lighting permet de contrôler l'éclairage RGB des périphériques compatibles sans avoir recours à des applications tierces. Cette fonction supporte divers équipements tels que les claviers à LED, les souris et l'éclairage des boîtiers, à condition qu'ils soient compatibles avec le standard HID LampArray.

Plusieurs fabricants, dont Acer, Asus, HP, HyperX, Logitech, Razer et Twinkly, se sont associés à Microsoft pour offrir cette prise en charge.

Pour activer cette fonctionnalité, Asus a commencé à tester de nouvelles mises à jour de BIOS pour ses cartes mères AMD 600 et Intel 700. Actuellement en version bêta, ces mises à jour sont disponibles sur les forums Asus.

Toutefois, il est déconseillé d'installer ces versions bêta, car elles peuvent contenir des bugs et nécessiter un retour à une version précédente du BIOS en cas de problème.

Une fois la version définitive du BIOS mise à disposition, les utilisateurs pourront accéder directement au contrôle de l'éclairage via les paramètres de Windows 11. Auparavant, il était nécessaire d'installer le logiciel propriétaire d'Asus, Armoury Crate. Les paramètres de Windows permettent actuellement de gérer la luminosité, les couleurs et les effets des périphériques compatibles, centralisant ainsi le contrôle de l'éclairage RGB pour différents appareils dans un seul endroit.

Pour les utilisateurs recherchant des options de personnalisation plus avancées, il est toujours possible d'utiliser des applications tierces plus robustes, telles qu'OpenRGB.

Ce logiciel open-source offre une gestion plus poussée de l'éclairage, répondant aux besoins des utilisateurs les plus exigeants. L'intégration de la fonctionnalité Dynamic Lighting de Microsoft par Asus marque une avancée significative dans la simplification de la personnalisation de l'éclairage RGB pour les utilisateurs de Windows 11. Cette collaboration entre Asus et Microsoft permet de centraliser le contrôle des paramètres d'éclairage, rendant l'expérience utilisateur plus fluide et intuitive. Les utilisateurs peuvent ainsi profiter d'une personnalisation simplifiée tout en ayant la possibilité de recourir à des solutions plus avancées si nécessaire.

Pour plus d'informations, n'hésitez pas à visiter notre page officielle Instagram [mediazone.ma](https://www.instagram.com/mediazone.ma). Merci et à très bientôt pour découvrir ensemble ces nouveautés révolutionnaires.



Chronique Radio de la semaine



Tech Week :

Microsoft demande à ses employés en Chine
d'utiliser des iPhones au lieu d'appareils
Android

@lodjmaroc      

Apple étend sa commission de 30 % aux publicités Instagram et Facebook



Dans une démarche qui risque de faire grimacer les annonceurs sur iOS, Apple a décidé d'étendre son célèbre "impôt Apple" de 30 % à partir du 1er juillet. Cette extension signifie que tous ceux qui veulent faire de la pub sur Facebook et Instagram via leur iPhone ou iPad devront aussi payer pour la poche de Tim Cook, en plus de l'annonce elle-même. Cette initiative, d'abord testée aux USA en février dernier, est maintenant imposée à l'international, malgré les plaintes et inquiétudes des marketeurs et des développeurs. Comme les développeurs de jeux mobiles redirigeant les joueurs vers des boutiques en ligne, des entreprises comme Meta, cherchent déjà des alternatives pour les annonceurs, les orientant vers les versions bureau de Facebook et Instagram. En diffusant leurs publicités sur facebook.com et instagram.com, ces entreprises espèrent éviter les frais supplémentaires imposées par Apple sur les applications mobiles, préservant ainsi des couts publicitaires stables pour les annonceurs sur bureau. Selon Pedro Pavón de Meta, les entreprises utilisant l'application Facebook ou Instagram sur iOS pour promouvoir leurs publications devront désormais s'acquitter d'une taxe supplémentaire de 30 % prélevée par Apple. Cette redevance, non pas facturée par Meta mais bien par Apple, fait partie intégrante des règles de paiement in-app de la société californienne, créant un environnement fortement contrôlé qui favorise Apple au détriment de la concurrence. Facebook a été prompt à informer les annonceurs sur les alternatives pour éviter cette commission, soulignant clairement que ces frais sont imposés par Apple et non par Meta. Pendant ce temps, les pratiques anticoncurrentielles d'Apple ont mis l'entreprise sur le radar de l'Union européenne, où les régulateurs commencent à prendre des mesures contre ses politiques non conformes.

Sécurisez vos données : éteignez le Wifi en sortant !

Éteindre le Wifi de votre smartphone en sortant est crucial pour éviter les risques de piratage via les réseaux publics non sécurisés. Cette mesure simple mais souvent négligée permet de préserver la confidentialité de vos données personnelles, telles que les emails, les informations bancaires et les mots de passe, qui peuvent être facilement interceptés par des pirates. Privilégiez le réseau mobile et oubliez les connexions Wifi publiques pour une sécurité optimale.

Zuckerberg : L'IA pour tous ou seulement pour quelques-uns ?

Mark Zuckerberg critique sévèrement Google et OpenAI pour leur approche fermée de l'intelligence artificielle, contrastant avec la vision ouverte de Meta avec des modèles comme Llama 3. Il insiste sur l'importance de rendre l'Intelligence Artificielle Générale (IAG) accessible à tous via l'open source. Cependant, des réserves persistent quant à la concrétisation de ces promesses, étant donné les antécédents de Facebook en matière de transparence et de partage.

Meanwhile, sur Facebook





Post de la semaine



La nouvelle maire de Rabat, Fatiha El Moudni, a pris une décision qui a surpris bon nombre de personnes : elle a ordonné aux garagistes du quartier de l'Océan de fermer leurs établissements ou de changer de métier.

Stu : le robot compagnon pour TDAH

Stu est un petit robot conçu par des chercheurs australiens pour aider les personnes atteintes de TDAH (Trouble du Déficit de l'Attention). Contrôlé par la voix, il simplifie les tâches quotidiennes en décomposant les activités complexes, gérant les plannings, et offrant un soutien social. Contrairement aux applications souvent oubliées, Stu offre une présence tangible. En phase de test, il suscite un fort intérêt pour son efficacité morale et pratique, validée par la majorité des utilisateurs.

ChatGPT 3.5 : L'IA plus drôle que les humains ?

ChatGPT 3.5 est évalué pour son humour par rapport aux humains et aux écrivains professionnels. Une étude de l'Université de Californie du Sud montre que ChatGPT a surpassé les humains dans la création de blagues dans des tests variés.

Cependant, face aux écrivains humoristiques professionnels de The Onion, les résultats sont plus mitigés.

Cette comparaison soulève des questions sur l'impact potentiel des IA sur les métiers créatifs, malgré les limites actuelles de ChatGPT 3.5.

Cette IA peut recréer images depuis vos pensées

Des chercheurs du Cold Spring Harbor Laboratory ont développé une IA capable de recréer des images à partir de l'activité cérébrale enregistrée par IRMf. En étudiant les schémas d'activité neuronale de participants exposés à des images, l'IA peut reconstruire ces perceptions visuelles avec une grande précision. Cette avancée, publiée sur bioRxiv, ouvre des perspectives prometteuses pour la médecine et l'art. Toutefois, l'IA ne peut pas encore lire les pensées en temps réel, mais elle interprète les signaux cérébraux captés. Cette technologie pourrait potentiellement aider les patients avec des lésions cérébrales et inspirer de nouvelles formes d'expression artistique.

Microsoft impose iPhone aux employés chinois pour sécurité

Microsoft impose l'utilisation d'iPhone à ses employés en Chine à partir de septembre pour des raisons de sécurité. Les salariés actuellement équipés d'un smartphone Android devront migrer vers un iPhone afin d'accéder aux applications de sécurité comme Microsoft Authenticator et Identity Pass, non disponibles sur le Play Store chinois. Cette décision vise à renforcer la protection contre les cyberattaques, suite à une intrusion détectée en janvier.

Sony va-t-il vraiment faire disparaître les DVD et les Blu-ray?

Une rumeur circule selon laquelle Sony va cesser la production de Blu-ray et DVD, mais la réalité est différente. Sony arrête uniquement la production de Blu-ray de stockage (25Go, 50Go, 100Go, 128Go) et des disques Optical Disc Archive. La production de Blu-ray pour films, séries, et jeux vidéo continuera. La décision est due à la rentabilité et à la concurrence des solutions de stockage comme le cloud et les SSD. Le marché des supports physiques reste stable pour certains formats, malgré la montée en popularité du streaming.

Lab Innova à Casablanca pour la première fois

La première édition du programme « Lab Innova for Morocco » s'est déroulée du 1er au 4 juillet au Technopark de Casablanca, réunissant 24 startups marocaines. Ce projet de formation vise à encourager l'innovation et l'entrepreneuriat dans des secteurs clés tels que l'énergie. Les jeunes entreprises sélectionnées ont bénéficié d'ateliers de formation, de mentorat et de réseautage pour développer leurs projets et améliorer leur compétitivité. Ce programme s'inscrit dans une dynamique plus large de soutien à l'écosystème des startups au Maroc, favorisant ainsi la création d'emplois et la croissance économique. Les organisateurs espèrent que cette

Sécurité connectée : Votre routeur Wi-Fi, le nouvel allié anti-intrusion

Dans un monde où la technologie s'immisce toujours plus dans nos vies, une entreprise néerlandaise, Gamgee, propose une solution innovante pour transformer votre connexion Wi-Fi en un véritable système de sécurité domestique. Partant du constat que seuls 7% des Européens disposent d'un système d'alarme à domicile, contre 30 à 32% au Royaume-Uni et aux États-Unis, Gamgee a développé un concept révolutionnaire. Grâce à l'intelligence artificielle, votre routeur Wi-Fi pourrait désormais se muer en un détecteur de mouvement ultra-performant, veillant sur votre foyer 24h/24.

Paiement numérique : what's new ?

La fintech saoudienne EdFaPay débarque au Maroc



Personnalité de la semaine



JEAN-LUC MÉLENCHON

**Le Front de gauche de melonchon arrive premier
aux élections législatives françaises**

40 ans de Vrombissements : La Mercedes 190, Icône Rifaine et temps retrouvé !

Dans les collines embrumées du Rif, un bruit distinct résonne, comme un écho à travers le temps. Ce n'est ni le chant des cigales ni le murmure du vent à travers les cèdres, c'est le ronronnement de la Mercedes 190, une légende qui fête cette année ses quarante ans. Au Maroc, surtout dans la région rifaine, cette voiture n'est pas seulement un moyen de transport ; elle est un membre de la famille, un héritage de métal et de souvenirs qui traverse les générations.

C'était dans les années 1980 que la Mercedes 190 fit son entrée triomphale sur les routes du monde, mais c'est au Maroc que son histoire prend une teinte particulière. Loin des images d'épinal d'un luxe inabordable, elle devint ici le symbole d'une réussite accessible, d'un confort durable dans le temps qui défiait les routes souvent imprévisibles du paysage marocain.

Les passionnés rifains, dont l'ardeur pour la mécanique

n'a d'égale que leur fidélité à ce modèle, se sont réunis récemment pour célébrer cet anniversaire. Au cœur de cet événement, des Mercedes 190 de toutes les couleurs, certaines restaurées à la perfection, d'autres portant fièrement les marques du temps. Chaque voiture raconte une histoire, chaque éraflure sur le chrome ou tache sur le cuir a son anecdote.

Pour ces passionnés, la Mercedes 190 n'est pas qu'une relique d'une époque révolue ; c'est une capsule temporelle qui les ramène à une époque de jeunesse insouciant, de premiers emplois, de premiers amours. « C'est elle qui nous a accompagnés lors de nos mariages, célébré nos succès, et même parfois, séché nos larmes », confie Karim, un des membres les plus actifs du club des amateurs de la Mercedes 190 dans la région.

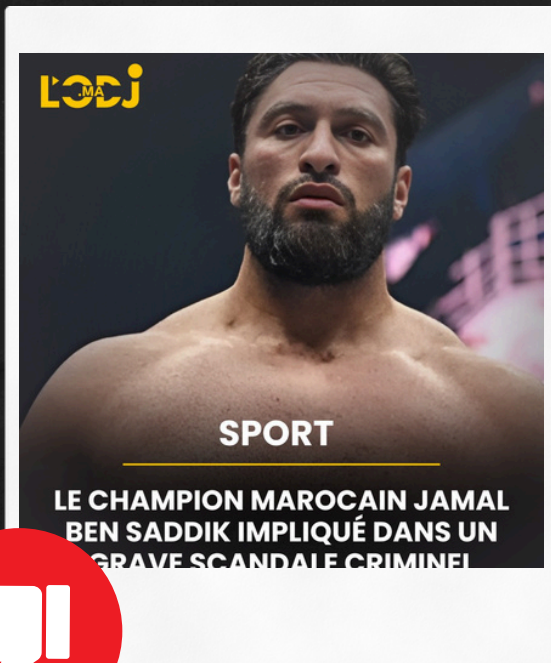
Et la Mercedes 190, avec sa ligne classique et son allure indémodable, continue d'inspirer. Dans un monde où l'éphémère est roi,

la persistance de son attrait est un témoignage de sa qualité et de l'amour de ceux qui la chérissent. Chaque rassemblement est un refus de laisser le passé se dissiper dans l'oubli, une déclaration que ce qui est bien construit peut traverser le temps.

En regardant ces voitures, en écoutant ces histoires, on ne peut s'empêcher de penser que, parfois, la vraie valeur d'un objet n'est pas dans ce qu'il est capable de faire aujourd'hui, mais dans ce qu'il a vécu hier. La Mercedes 190, plus qu'une machine, est un morceau vivant de l'histoire collective.



Laâyoune - La compagnie Royal Air Maroc (RAM) a repris, mercredi, sa desserte aérienne directe entre Rabat et Laâyoune (Aller-Retour), à raison de deux vols par semaine, mercredi et vendredi.



Le champion marocain Jamal Ben Saddik impliqué dans un grave scandale criminel

TOP & FLOP



Dacia Jogger : Le Maroc produira le premier véhicule hybride "Made in Morocco"

C'est une nouvelle étape importante pour l'industrie automobile marocaine. Le constructeur Renault Group vient d'annoncer le lancement de la production du Dacia Jogger, le premier véhicule hybride fabriqué dans le Royaume. Une avancée majeure qui confirme le positionnement du Maroc comme hub régional de la mobilité durable.

Jusqu'alors, le Dacia Jogger, un modèle familial 5 et 7 places, était uniquement produit dans les usines du groupe Renault. Mais désormais, c'est l'usine de Tanger qui prend le relais, avec une capacité de production pouvant atteindre 120 000 véhicules par an.

Cette décision s'inscrit dans la stratégie du Maroc de se positionner comme un leader de la transition énergétique dans le secteur automobile. Comme l'a souligné le ministre de l'Industrie et du Commerce, Ryad Mezzour, ce nouveau véhicule hybride "confirme le renforcement du partenariat entre le Royaume et le Groupe Renault" et "témoigne du succès de la plateforme automobile marocaine".

En effet, le Maroc s'est doté ces dernières années d'un écosystème industriel performant, avec des fournisseurs locaux très compétitifs. Un atout majeur qui a convaincu Renault de délocaliser une partie de sa production dans le Royaume.

Avec ce Dacia Jogger hybride "Made in Morocco", le pays franchit une nouvelle étape dans sa transition vers une mobilité plus verte, conformément aux orientations royales. Un signal fort envoyé aux constructeurs automobiles internationaux, qui devraient être tentés de s'implanter davantage dans ce hub régional en pleine expansion.

L'ODJ
.MA

REEL de la semaine



Jeux olympiques de Paris 2024 : présentation à Rabat des athlètes marocains qualifiés



Le Comité national olympique marocain (CNOM) a tenu mercredi à Rabat une rencontre pour présenter les athlètes marocains qualifiés pour les Jeux olympiques, qui se dérouleront du 26 juillet au 11 août à Paris.

Un total de 60 sportifs marocains (42 hommes et 18 femmes) représenteront le Maroc dans 19 disciplines différentes aux JO de Paris. Parmi eux, il y aura 13 athlètes en athlétisme, 1 en aviron, 2 en beach volley, 3 en boxe, 2 en breaking, 2 en canoë-kayak, 2 en cyclisme, 2 en escrime, 18 en football, 1 en golf, 3 en judo, 1 en lutte, 2 en natation, 1 en skateboard, 2 en sports équestres, 1 en surf, 2 en taekwondo, 1 en tir sportif et 1 en triathlon.

Lors de cette rencontre, le président du CNOM, Faïçal Laraïchi, a félicité les sportifs et les staffs techniques pour leur qualification aux Jeux olympiques de Paris 2024.

Ainsi, il a souligné que "la qualification pour les Jeux olympiques est devenue un exploit en soi, compte tenu de la forte concurrence qui caractérise désormais les compétitions éliminatoires dans les différentes disciplines sportives". Il a ajouté que "de nombreux records enregistrés lors des éliminatoires dépassent largement ceux réalisés lors des Jeux olympiques et que les champions marocains doivent être fiers de leur qualification".

Il a souligné que décrocher un billet pour les JO "est le début d'un long parcours avant de monter sur le podium", insistant sur l'importance de la combativité pour défendre les couleurs nationales.

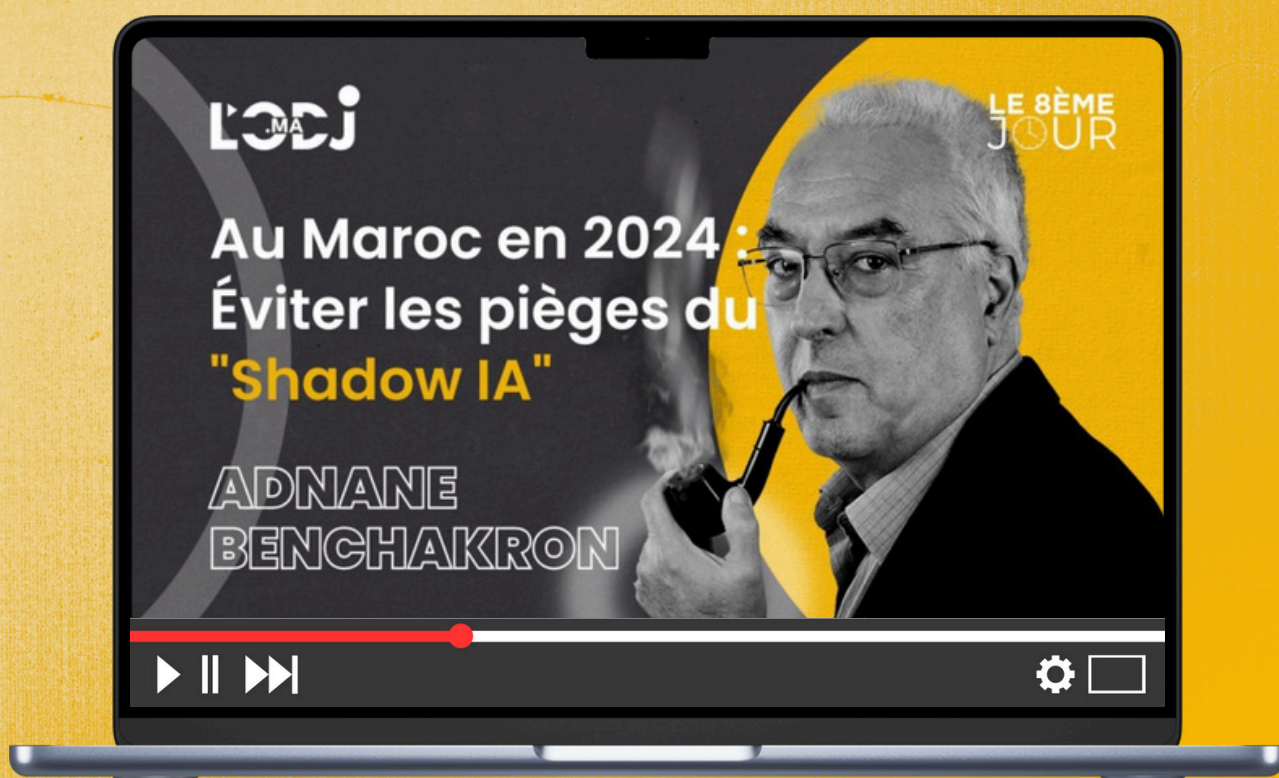
Faïçal Laraïchi a réaffirmé que le Comité national olympique marocain est prêt à apporter tout son soutien aux champions, notamment sur les plans moral et psychologique, et à surmonter tous les obstacles en créant les conditions nécessaires pour leur participation aux JO et la réalisation des objectifs.

Le président du CNOM a exhorté les athlètes marocains à redoubler d'efforts et à donner le meilleur d'eux-mêmes pour représenter dignement le Royaume et monter sur le podium.



Chronique vidéo

Au Maroc en 2024 : Éviter les pièges du "Shadow IA"



SCAN ME

Wimbledon : Djokovic en demies sans jouer



Novak Djokovic a avancé d'un pas vers un huitième titre à Wimbledon sans avoir à jouer, après que son adversaire en quarts de finale, Alex De Minaur, a déclaré forfait mercredi en raison d'une blessure à la hanche.

«Ce n'est évidemment pas l'annonce que je voulais faire... Je suis anéanti, mais je dois déclarer forfait à cause d'une blessure à la hanche», a annoncé Alex De Minaur, quelques heures avant d'affronter Novak Djokovic.

«J'ai une petite déchirure dans la fibre du cartilage à l'endroit où s'attache l'adducteur», a-t-il précisé.

«J'ai senti un gros craquement lors des trois derniers points de mon match contre Arthur Fils en huitièmes de finale. J'ai passé un scanner hier (mardi), qui a confirmé la blessure et le risque élevé d'aggravation si je revenais tout de suite sur le court», a expliqué le joueur australien, actuellement 9e mondial.

Il devient également le troisième joueur âgé de 37 ans et plus à atteindre les demi-finales d'un tournoi du Grand Chelem, après Ken Rosewall et Roger Federer.

Pour De Minaur, la déception est immense, alors qu'il s'apprêtait à jouer "le plus grand match de (sa) carrière".

«Je me suis réveillé ce matin en espérant un miracle. Mais le risque était trop grand : un étirement, une glissade auraient pu prolonger la période de récupération de trois à six semaines à quatre mois », a souligné l'Australien.

Djokovic traverse une saison 2024 loin de ses standards habituels puisqu'il n'a pas encore disputé la moindre finale. Blessé au genou droit à Roland-Garros et opéré par la suite, sa participation à Wimbledon était fortement compromise.

Cependant, le Serbe a récupéré et, avec son genou enserré dans une genouillère souple, il s'est hissé sans problème jusqu'en quarts de finale. Il a même repris ses glissades et ses extensions en grand écart.

Après un premier test en huitièmes de finale face à Holger Rune (15e), il se préparait à affronter un adversaire véritablement coriace.

Album de la semaine



L'ancien président américain Donald Trump, candidat républicain à l'élection américaine, a été la cible d'une tentative d'assassinat lors d'un meeting de campagne en Pennsylvanie ce samedi 13 juillet.

Beach soccer : les Lions de l'Atlas surclassent la Côte d'Ivoire



En préparation pour la CAN-2024, les Lions de l'Atlas ont montré aujourd'hui leur bonne forme. Ils devront confirmer cela demain.

La sélection nationale de beach soccer a dominé l'équipe ivoirienne avec un score éclatant de 6 à 1 lors d'un match amical disputé ce mercredi 10 juillet au Complexe Mohammed VI de football.

Les buts de l'équipe nationale ont été marqués par Zouhair Jabbary, Driss Ghannam, Ibrahim Abagli, Anouar El Abassi, Reda Zahraoui et Adnan Oubahri.

Un second match amical entre les deux sélections se déroulera jeudi 11 juillet à 17h, toujours sur le terrain de beach soccer du Complexe Mohammed VI de football.

Ces rencontres amicales s'inscrivent dans le cadre de la préparation des Lions de l'Atlas pour la prochaine Coupe d'Afrique des nations (CAN-2024), qui se tiendra en Égypte.

Huit pays participeront à la phase finale de cette CAN-2024. Lors de l'édition précédente, organisée en 2022 au Mozambique, le Sénégal avait remporté son quatrième titre continental consécutif.



L'émission de la semaine

Success-story d'une femme
entrepreneure marocaine !



SCAN ME



DÉLÉGATION MAROCAINE POUR LES JEUX OLYMPIQUES

PARIS 2024



GUIDE

D'INFORMATION



DISCIPLINES SPORTIVES DE LA PARTICIPATION

MAROCAINE



ATHLÉTISME



AVIRON



BEACH VOLLEY



BOXE



BREAKING



CANOË-KAYAK



CVCLISME



ESCRIME



FOOTBALL



GOLF



JUDO



LUTTE LIBRE



NATATION



SPORTS ÉQUESTRES



SPORTS URBAINS



SURF



TAEKWONDO



TIR SPORTS



TRIATHLON

PROGRAMME GENERAL DES JEUX POUR LES SPORTIFS MAROCAINS :

Sport	juillet							août											
	24 MER	25 JEU	26 VEN	27 SAM	28 DIM	29 LUN	30 MAR	31 MER	01 JEU	02 VEN	03 SAM	04 DIM	05 LUN	06 MAR	07 MER	08 JEU	09 VEN	10 JEU	11 VEN
C.O.C			●																●
Aviron				●	●	●	●	●	●	🏆	🏆								
Athlétisme									●	●	●	●	🏆	●	🏆	🏆	🏆	🏆	🏆
Beach volley										●					●			🏆	
Boxe				●	●		●	●	●		●	●		●		🏆	🏆	🏆	
Breakdance																🏆	🏆		
Canoë slalom							●		🏆										
Canoë Sprint														●				🏆	
Cyclisme				🏆					●	🏆	🏆								
Escrime					🏆														
Football	●			●			●		●				●		●		🏆		
Golf														●	●	●		🏆	
Judo					🏆														
Kayak Cross										🏆	●	●	🏆						
Lutte													●	🏆					
Natation				🏆	●	🏆													
Sports équestres				●	●	🏆	●	●				🏆							
Sport urbains															🏆				
Surf				●	●	●	🏆												
Taekwondo															🏆			🏆	
Tir Sportif						●	🏆												
Triathlon							🏆												

COC : Cérémonie d'ouverture et de clôture ● Jour de compétition
🏆 Phases finales / remise des médailles



Podcast de la semaine



**La France a-t-elle échappé
au pire des scénarios ?**



SCAN ME

@lodjmaroc



عدد يوليو 2024

العربية

MAG

الملحون المغربي
على قائمة
اليونسكو للتراث
العالمي

عدد خاص بالملحون



جهود جمعية
إدريس بن المامون
للبحث والإبداع في
المحافظة على تراث
الملحون العالمي

ندوة فكرية تكرم
التصنيف العالمي
للتراث الثقافي
غير المادي بالمعرض
الدولي للنشر والكتاب

فن الملحون

تراث عريق يتألق في الساحة الثقافية
المغربية بساحة شوق لغزل بسلا

أول نسخة ناطقة بالعربية لمجلتنا الشهرية I-MAG
مجلة 100% رقمية معززة - نسخة غير تجارية

WWW.LODJ.MA/MAGAZINE - WWW.PRESSPLUS.MA



SCAN ME!