

La Presse Magazine

SUPPLÉMENT HEBDOMADAIRE

DIMANCHE 17 JUILLET 2022

• CULTURE - SOCIÉTÉ - VARIÉTÉS - SPORT

N°1778

SUCCESS STORIES ET PROMOTION DES DESTINATIONS PAYS

ONS JABEUR, L'ÉTOILE DE TUNISIE



LA PRESSE
GRAPHIQUE

TOUS TRAVAUX PRÉ-PRESSE & IMPRESSION OFFSET / ROTATIVE / CTP

- Publicité ● Infographie ● Impression de journaux, livres, magazines... ● Rédaction
- Conception de maquettes publicitaires ● Dépliants ● Affiches ● Illustrations ● Semainiers
- Cartes de visite ● Cartes de vœux ● Sigles & logos ● Papier à entête
- Calendriers ● Bloc-notes ● Agendas



CONTACTEZ-NOUS

17 RUE GARIBALDI — TUNIS
TÉL. : 71.341.066 — FAX : 71.349.720
COMMERCIAL : TÉL. : 71 240 178 - FAX : 71 332 280
mail : commercial@lapresse.tn

SOCIÉTÉ NOUVELLE D'IMPRESSION, DE PRESSE ET D'ÉDITION (SNIPE)



SOMMAIRE

DIMANCHE 17 JUILLET 2022 - N°1778



8

MODE ET TENDANCE
LES SACS À MAIN LES PLUS IN
DE LA SAISON

10



JARDINAGE
BASILIC : DES FEUILLES TRÈS
AROMATIQUES

4

EN COUVERTURE

SUCCESS STORIES ET PROMOTION
DES DESTINATIONS PAYS

**ONS JABEUR, L'ÉTOILE
DE TUNISIE**

«

Il n'y a que les grandes passions qui puissent élever l'âme aux grandes choses» et «qui veut peut», ces fondamentaux oubliés ou rejetés dans un pays, pris à la gorge, semblent être remis au goût du jour ces derniers temps.

12



L'INVITÉ

YOUSSEF SERIATI, ANCIEN LATÉRAL DE LA JSK
«QUI M'A FAIT DÉTESTER LE FOOTBALL ?»

La Presse
Magazine



PRÉSIDENT-DIRECTEUR GÉNÉRAL :

Nabil GARGABOU

DIRECTEUR DE LA RÉDACTION
DES PUBLICATIONS :

Chokri BEN NESSIR

RÉDACTEUR EN CHEF :

Jalel MESTIRI

RESPONSABLE DE LA RÉDACTION :

Samira HAMROUNI

A NOS ANNONCEURS

Nous informons nos chers clients annonceurs que, désormais, le dernier délai de dépôt de leurs annonces dans La Presse- Magazine est fixé au mardi à 13h00. Avec les remerciements de La Presse-Magazine

Edité par la SNIPE
Rue Garibaldi - Tunis
Tél. : 71 341 066 / Fax : 71 349 720

SUCCESS STORIES ET PROMOTION DES DESTINATIONS PAYS

ONS JABEUR, L'ÉTOILE DE TUNISIE

«Il n'y a que les grandes passions qui puissent élever l'âme aux grandes choses» et «qui veut peut», ces fondamentaux oubliés ou rejetés dans un pays, pris à la gorge, semblent être remis au goût du jour ces derniers temps.

Par: Mohamed ABDELLAOUI



La tenniswoman ou encore l'étoile de Tunisie, Ons Jabeur, a réussi là où ont échoué ceux qui manœuvraient dans l'auberge des bergers ou encore ceux qui cherchaient à effacer des péchés commis dans le secret de la mêlée.

À 26 ans, en 2020 Ons a été la première joueuse de tennis du monde arabe à atteindre les 8^{es} de finale à Wimbledon. Mais ce n'est pas tout.

Enchaînant les premières: toujours en 2020, première représentante du monde arabe à atteindre les

quarts de finale d'un tournoi du Grand Chelem, en Australie; avant d'accéder à la finale de Wimbledon, elle a remporté le tournoi de Birmingham, une première sur le circuit WTA pour une joueuse maghrébine.

Une éclaircie qui vient donc



insuffler un baume dans bien des cœurs attristés par une actualité politique, économique et sociale morose.

Elle vient redonner espoir à un peuple en général passif, apathique et divertie par le consumérisme ou la haine des plus vulnérables. Un peuple démotivé par le discrédit de ses gouvernants et laissé à contempler le résultat de bien des peuples qui réussissent. Le message de Ons est là: la Tunisie peut renaître pour se développer. Elle peut avoir des champions en sports individuels, souvent délaissés.

Ons Jabeur et Oussama Mellouli ont réussi à hisser très haut le drapeau tunisien. Comptant sur leurs propres moyens, ils ont gravi les échelons, enregistrant des exploits inédits.

Mais, au-delà du tennis, de la natation et du reste des sports, il y a certainement d'autres potentiels qui méritent toute l'attention des timoniers de la barque tunisienne. Car demain se construit aujourd'hui et celui qui veut aller loin doit ménager sa monture.

COMMENT EN FINIR AVEC LES JAMBES LOURDES ?

La sensation de jambes lourdes peut toucher tout le monde. Elle peut être due à une simple sensation de fatigue ou être causée par une mauvaise circulation sanguine.

Source : www.passeportsante.net

Qu'est-ce que c'est ?

Une sensation de jambes lourdes est souvent due à une insuffisance veineuse. Le sang remontant dans toute la jambe et dans une partie du buste pour atteindre le cœur, il arrive qu'au bout d'un certain temps, le système veineux se détériore. Cette sensation de jambes lourdes peut être un signe avant-coureur de varices. Le problème vient alors de valvules situées le long des veines qui n'arrivent plus à se contracter ou à se relâcher au bon moment. Elles s'affaiblissent et empêchent le sang de circuler correctement. Un autre problème peut venir des muscles des jambes, et particulièrement le mollet : ceux-ci, en se contractant, agissent comme des pompes pour les veines environnantes. Ainsi, si ces muscles ne sont pas assez puissants, le travail des veines est moins efficace.

Facteurs et personnes à risque

Avec le temps, l'inactivité, un manque de musculature, ou même après une opération, cette sensation peut devenir douloureuse, évoluer en varices, voire en ulcères dans certains cas. Cette pathologie ne doit pas devenir trop gênante et surtout ne pas être prise à la légère.

Il faut également savoir que certaines personnes ont plus de risques d'avoir cette sensation que d'autres. Il existe des facteurs de risque : l'âge, le sexe — les femmes sont plus touchées, l'hérédité, les vêtements serrés, les chaussures trop plates ou trop hautes, la chaleur, la position debout —, les personnes travaillant debout toute la journée ont plus de risques d'être touchées, etc.

Des solutions existent, qu'elles soient naturelles, faciles à adopter par tous ou médicales.

L'activité physique : réactiver le système veineux

La première solution aux jambes lourdes passe par une activité physique régulière. Le but est de remobiliser les muscles des jambes et en priorité les mollets. Pour cela, la marche reste la solution la plus facile : les personnes qui travaillent debout durant de nombreuses heures devraient s'accorder des « pauses de marche » pour mobiliser les muscles et faire circuler le sang présent dans leurs jambes. Le simple contact du talon avec le sol permettra à votre circulation de redémarrer. Autres activités préconisées pour lutter contre cette sensation parfois

douloureuse : le vélo, la natation, la course à pied, tout ce qui vous amènera à mobiliser les muscles de vos jambes.

Mieux vaut prévenir que guérir

Il est bon de savoir que l'apparition de varices est souvent irréversible : à part suivre un traitement médical, une injection ou une opération, elles ne partiront pas naturellement.

La prévention est donc essentielle. Dès lors que l'on remarque une sensation de jambes lourdes, il faut agir et prévenir les varices qui suivront.

Y remédier par de bonnes habitudes quotidiennes

La marche, la natation ou le vélo sont des habitudes à prendre, mais d'autres gestes doivent être modifiés au quotidien pour améliorer la circulation sanguine. Pour commencer, en matière d'habillement, les talons hauts sont à éviter ainsi que les vêtements trop serrés. Les talons « dénaturent » notre mouvement de marche et nous empêchent de dérouler le pied comme il le faudrait. Ne les évacuez pas totalement de votre placard, mais veillez à changer de paire de chaussures régulièrement dans ce cas. La sensation de jambes lourdes étant due à une mauvaise circulation sanguine, il ne faut pas comprimer les vaisseaux sanguins superficiels avec des vêtements trop serrés. Par contre, des bas de contention pourront soulager votre douleur.

Prendre soin de ses jambes

Autres astuces du quotidien : l'eau froide ou le massage. L'eau froide aide le sang à circuler pour réchauffer vos jambes et elle stimule aussi les tissus et resserre les capillaires sanguins. Les massages peuvent également aider à améliorer votre circulation sanguine. N'hésitez pas à mettre votre crème ou huile au réfrigérateur pour améliorer l'efficacité de votre massage. Surtout, pensez à bien vous masser du bas vers le haut : le but étant de faire remonter le sang au cœur, pensez à aller vers lui et non le contraire. Enfin, dernière astuce basique mais tout aussi capitale : surélever vos jambes. Pensez à mettre vos pieds sur une chaise si vous devez rester longtemps assis(e). Dès que vous avez le temps, en lisant dans votre lit le soir par exemple, pensez à mettre vos jambes contre le mur pour les placer au-dessus du niveau du bassin.



LES SACS À MAIN LES PLUS IN DE LA SAISON

Qu'on le choisisse de format mini ou grand, tote bag ou en minaudière... le sac à main sublime notre tenue et nous donne l'air d'une femme moderne et très élégante... Zoom sur les meilleurs sacs à porter pendant toute la saison pour se mettre sur son trente et un...

Par Héla SAYADI

Le sac à main est un accessoire indispensable qui nous permet de rester toujours élégantes et chic. Il sublime notre tenue si on sait bien le marier avec le reste des pièces à porter pour être au top. L'été de l'année 2022 nous réserve tant de surprises par rapport aux tendances des sacs à main à porter pour toutes les occasions.

Avec l'été et pour changer de look et sublimer nos tenues, l'envie de porter les couleurs et les nouveautés en matière de sacs à main vient ! Surtout si on sait bien le marier avec sa robe longue et légère, son maillot de bain ou les pantalons larges et fluides... Pour accessoriser nos tenues estivales et avoir un look très moderne et chic, on peut opter pour les mini-sacs à main colorés, qui marchent bien à toutes les occasions.

Si on choisit de porter un mini-sac coloré, pour aller travailler, il faut choisir une tenue chic qui va avec, du genre pantalon large, taille haute et top crop ou body. Côté chaussures, on peut miser sur les sandales ou les mules de la même couleur que le sac, sinon choisir une couleur de dégradation pour harmoniser tout le look pour une tenue réussie. Le mini sac avec chaîne en or se porte également avec une tenue habillée, telle une robe droite ou évasée pour aller prendre un café entre copines dans une terrasse de café.

Il est préférable de choisir un modèle de chaussures qui vont avec toute la tenue, façon sandales plates à lacets pailletés pour celles qui préfèrent le confort côté pieds et orteils. Sinon des mules à demi-talon sont aussi les bienvenues pour un total look BCBG. Pour les adeptes du style sporty, qui préfèrent les gros sacs fourre-tout et qui peuvent contenir tout ce dont elles auront besoin pour passer la journée dehors, elles peuvent miser sur les tote bag, sacs tendance de l'été ! Ils ont plusieurs atouts, non seulement ils sont reconnus pour leur côté in et esthétique, ils sont aussi très utiles et pratiques, surtout en version maxi. Le sac tote bag va à merveille avec des tenues sporty, des jeans et des baskets pour celles qui préfèrent le look simple et confortable pendant l'été. Ils se marient bien avec un tee-shirt en blanc, couleur estivale par excellence. Pour le choix des couleurs des sacs, exit le noir et le marron à éviter afin d'ajouter une touche de gaieté sur toute la tenue, toutes les autres couleurs sont à porter ! Il suffit juste de bien harmoniser le style en portant des couleurs tendance, mais en parfaite symbiose. On mise cet été sur le purple, le rose fushia, le mauve clair et, bien sûr, les couleurs classique et iconique de l'été, telles que le blanc, le nude ou encore le beige très clair.

On se laisse également tenter par la couleur transparente, en matière plastique, idéale pour aller à la plage ou aussi se balader dans la ville. A choisir avec une tenue légère, style robe blanche, évasée maxi ou mini et des mules en plastique pour un look très décontracté. Ne pas oublier aussi le modèle des sacs à main en paille, qui sont indémodables et qui font toujours leur retour pendant la saison estivale pour donner un aspect bohème à nos allures. A bien assortir avec son chapeau en paille qui nous protège du soleil et qui nous permet de rester stylées et branchées. Amusez-vous à changer de look et de style à chaque fois en portant votre it bag selon votre tenue pour faire la belle à la plage, à la ville ou lors d'une soirée. On se laisse tenter par les modèles et les styles que l'on retrouve dans les vitrines des magasins de prêt-à-porter pour rester canon toute la saison.

BASILIC : DES FEUILLES TRÈS AROMATIQUES

Cultiver du basilic est une excellente idée pour tous ceux qui aiment aromatiser les plats. Oubliez l'achat de basilic en sachet qui ne dure que quelques jours et optez pour la cueillette selon vos besoins tout en découvrant la vraie saveur du basilic.

Source : <https://bougerenfamille.com>

Plantation du basilic

Si vous achetez votre basilic directement en pot, plantez-le en pleine terre à partir du mois de mai et tout au long de l'été.

Basilic en extérieur

Vous pouvez également le laisser dans son pot d'origine quelque temps pour une utilisation à l'intérieur ou sur un balcon. Mais l'idéal pour la culture du basilic en pot, c'est d'effectuer un repotage immédiatement après l'achat dans un pot plus grand.

- Préférez une situation bien ensoleillée et abritée du vent
- Le sol doit être bien drainé pour éviter l'eau stagnante
- Après la plantation, arrosez régulièrement mais sans excès

Basilic en intérieur

Cette plante est, en effet, parfaitement adaptée pour une culture en intérieur ou sur un balcon, en pot ou dans une jardinière.

Prenez soin de l'arroser régulièrement afin que le terreau ne se dessèche pas.

Semis de basilic

Le semis de basilic est un bon moyen d'obtenir un joli plant de basilic de qualité. Vous pouvez acheter vos graines dans le commerce pour les récupérer après la floraison de votre basilic afin de les semer l'année suivante.

- Semez dans une terre légère et bien drainée, si possible améliorée avec du terreau.
- Veillez à ce que le sol reste humide durant les premières semaines après le semis.
- Lorsque les plantes comptent 2 à 3 feuilles, éclaircissez de manière à ne garder que les plants les plus vigoureux et en prenant soin de leur laisser la place de se développer.
- Pincez ensuite les nouvelles pousses, lorsque le plant a atteint 10 cm, afin de favoriser de nouvelles ramifications.

Récolte du basilic

Vous pouvez cueillir les feuilles de basilic tout au long du printemps et de l'été. Choisissez de préférence les feuilles les plus importantes en sectionnant la tige complète pour favoriser la naissance de nouvelles pousses.

Le basilic peut se récolter tout au long de la journée, mais c'est souvent avant le repas qu'on préfère le cueillir afin de

conserver toute sa fraîcheur et le meilleur de son arôme.

Faire pousser du basilic en pot

Il est tout à fait possible de cultiver votre basilic à l'intérieur de votre maison, sur un balcon ou une terrasse.

La meilleure période

Il n'y a pas vraiment de meilleur moment pour faire pousser son basilic en intérieur. Vous pouvez même le faire tout au long de l'année, hiver compris. On préfère généralement l'utiliser dans les plats d'été. Sa culture se fera donc le plus souvent d'avril à septembre-octobre en extérieur ou en intérieur.

Choisissez un endroit lumineux et ensoleillé, le bord d'une fenêtre par exemple.

- Arrosez dès que le sol est sec.
- Fertilisez le sol pour une meilleure production.

Basilic qui noircit

En général, le principal problème avec le basilic, c'est lorsqu'il noircit. On découvre alors des taches noires sur les feuilles qui finissent par tomber. A ce stade, il se peut que votre basilic dépérisse.

Solution

Le basilic a besoin d'eau, mais redoute l'excès. Il faut arroser un peu tous les jours, mais ne jamais faire baigner les racines dans l'eau.

Nul besoin d'utiliser d'engrais, le basilic qui noircit est simplement un problème d'arrosage.

A savoir sur le basilic

Originaire d'Inde, le basilic a conquis les régions méditerranéennes où il agrmente la plupart des plats, salades et sauces.

Le basilic agrmente beaucoup de plats méditerranéens en général et italiens en particulier. Parmi les plus caractéristiques on retient le pesto, le pistou ou la tomate mozzarella basilic...

Les recettes à base de basilic sont nombreuses et, dans la plupart des cas, de délicieux plats d'été.

Originaire d'Afrique ou d'Asie, le basilic fut d'abord importé en Egypte avant d'être employé dans la cuisine européenne.

Conseil malin

Le basilic se congèle parfaitement et sa saveur sera même quasiment intacte, et ce, même au bout de plusieurs semaines.

YOUSSEF SERIATI, ANCIEN LATÉRAL DE LA JSK

«QUI M'A FAIT DÉTESTER LE FOOTBALL ?»

C'est l'un des artisans de la mémorable conquête du trophée du championnat par la Jeunesse Sportive Kairouanaise. Né le 25 septembre 1953 à Sakiet Sidi Youssef, Youssef Seriati, puisque c'est de lui qu'il s'agit, a paraphé sa première licence en 1965 pour l'équipe cadette du Club Sportif Hajeb Laâyoun, avant de signer en 1970 pour le club aghlabide. C'est ainsi que son premier match seniors, il le disputa en 1971-72 EST-JSK (3-1), alors que sa dernière apparition, il la fit en 1981-82 à l'occasion de l'affiche CSS-JSK (0-1).

Propos recueillis par Tarak GHARBI

Convoqué 4 fois en équipe nationale, il a été également international de la sélection universitaire.

Sa riche carrière d'entraîneur (1981-2011) l'a vu prendre en charge la JSK jeunes et seniors, le CS Hajeb Laâyoun, l'AS Djerba, la Flèche Ksar-Gafsa, l'AS Ariana, Jendouba Sport, le SA Menzel Bourguiba, l'US Monastir, le SC Ben Arous, Kalaâ, Haffouz, Jelma, EM Mahdia, l'EO Sidi Bouzid, Sbeitla, l'US Tataouine, l'ES Jerba, le Centre national de formation de Borj Cedria, la sélection nationale juniors et olympique, et, en Arabie Saoudite, Nadi Al Khalij et Abha.

Ce professeur d'Education physique et sportive, parti à la retraite en 2013, est marié et père de trois enfants.

YOUSSEF SERIATI, EN 1976-77, VOUS AVEZ REMPORTÉ L'UNIQUE TITRE DE CHAMPION DE TUNISIE DE L'HISTOIRE DE LA JSK. QUE REPRÉSENTE UN TEL EXPLOIT DANS VOTRE CARRIÈRE SPORTIVE ?

Pareil bonheur vous marque à jamais. Dix ans de carrière et titulaire au service de la Jeunesse Sportive Kairouanaise, toutes les misères du monde ne peuvent les estomper. L'année même du titre, je m'entraînais à Tunis où je poursuivais mes études à l'Institut supérieur des Sports de Ksar Saïd. Dragan a fait une exception en alignant régulièrement un joueur qui s'entraîne juste les vendredi et samedi avec l'équipe, c'est-à-dire moi-même. En 1979, constatant mon hygiène de vie irréprochable, Dietscha dut me faire jouer malgré ses réticences de départ. En effet, j'entraînais à la Flèche de Ksar-Gafsa et ne rentrais à Kairouan que le vendredi. La JSK était sous la menace de la relégation. Notre président Aziz Miled m'avait demandé de donner un coup de main à l'équipe.

QUEL EST LE SECRET DE VOTRE SACRE DE 1977 ?

La continuité. Durant quatre ou cinq ans, c'était le même onze auquel venaient occasionnellement prêter concours les Belhaj, Boucharbia, et Rimani plus tard...Et puis, nous pouvions compter sur un président qui imposait le respect, feu Hamda Laâouani. Un éducateur d'une autre dimension par rapport à ce que l'on voit aujourd'hui. Il a préparé sa succession en lançant dans le grand bain Aziz Miled.

CE TROPHÉE DOIT CONSTITUER VOTRE MEILLEUR SOUVENIR, NON ?

Sans conteste. Mais il faut dire que mes convocations en sélection, aussi rares que précieuses, m'ont rempli de joie. Il était difficile d'aller loin en sélection alors que vous poursuiviez en même temps vos études. Et puis, il y avait une féroce concurrence avec les Dhouib, Ellouze, Kaâbi, Malki, Ayèche...

PARCE QUE VOUS ÉTIEZ LATÉRAL ?

Oui, latéral droit ou gauche. Du genre athlétique et très offensif. En notre temps, il n'était pas évident de voir un défenseur de couloir participer au travail offensif. Ali Sboui à gauche et moi à droite, nous faisons la différence. J'aimais partir de l'avant et même inscrire des buts. Presque à chaque match face à l'AS Marsa, je marque un but. Ce club pratique la défense en ligne. Doté d'une grande vision, Laâbidi savait où me trouver pour piéger la «ligne» adverse.

AVEZ-VOUS TOUJOURS ÉTÉ LATÉRAL ?

Non, au départ, j'ai commencé attaquant au Club Sportif de Hajeb Laâyoun. J'ai été meilleur buteur de la Ligue Centre avec 33 buts. Arrivé à la JSK, j'ai disputé six



matches avec les juniors en tant qu'avant-centre. Il faut dire que j'ai été le premier recrutement de la Chabiba qui ne comptait jusque-là que sur les enfants du club, formés au club. C'était un sacrilège de recruter des joueurs, y compris du gouvernorat de Kairouan. Mes qualités techniques étaient inférieures à Ouada, Laâbidi, Jabbès que j'ai trouvés en débarquant. Mes qualités sont prioritairement athlétiques. J'étais resté sur le banc des seniors, jusqu'à ce que le Yougoslave Slava Stefanovic décide de m'aligner latéral droit. C'était en 1971-72 contre l'Espérance ST. J'avais un sérieux client, Temime. J'ai réussi à le museler. Depuis, je n'ai plus quitté mon poste en défense.

COMMENT ÉTIEZ-VOUS ARRIVÉ À LA JSK ?

Mon père Mohamed était depuis 1964 président -fondateur du Club Sportif Hajeb Laâyoune. Mon frère aîné Mohamed y jouait. Ma mère Beya était garde-matériel, elle lavait les tenues et entretenait les crampons. Avec Hassen et Lotfi, j'ai joué à Hajeb. Mon autre frère Ali a joué gardien à la Patriote de Sousse quand il étudiait là-bas. Une vraie famille sportive. Poursuivant mes études à Kairouan, je jouais au foot pour El Hajeb les dimanches, et le hand avec la JSK le reste de la semaine. Le vice-président Abdelwahab Belhassine me fit venir à la Chabiba.

QUELLE ÉTAIT VOTRE IDOLE ?

L'attaquant clubiste Mohamed Salah Jedidi.

LES MEILLEURS FOOTBALLEURS TUNISIENS ?

Akid, Agrebi, Laâbidi, Tarek, Rtima, Ouada, Chakroun, Chamam....

LE MEILLEUR MATCH QUE VOUS AYEZ DISPUTÉ ?

Devant l'ASM, et la large victoire (4-1) à Sousse face à l'Etoile l'année du titre de champion. Il n'empêche que j'ai été toujours régulier. La preuve ? Ma titularisation alors que j'étudiais quatre saisons à Tunis et que j'étais obligé de m'entraîner loin de mon équipe.

ENTRAÎNEUR, VOUS AVEZ ÉTÉ UN VÉRITABLE GLOBE-TROTTER AVANT D'ARRÊTER SUBITEMENT VOTRE PARCOURS EN 2011. POURQUOI ?

On m'a ôté l'amour du football, on m'a dégoûté de ce formidable jeu pour lequel j'ai sacrifié toute ma vie. Je ne comprends rien ni à la politique ni aux arts. Tout ce que je respire, c'est grâce au sport. J'ai fait le tour de la Tunisie en exerçant mon métier d'entraîneur. Il n'y a pas eu une seule saison où je n'étais pas entraîneur. La seule région où je n'ai pas travaillé est celle de Nabeul. Durant un quart de siècle, j'ai vécu loin de ma famille. Mon épouse a beaucoup sacrifié en se substituant au père, toujours absent quelque part dans une ville du pays à entraîner. Mais le foot s'en va, il ne reste que le souvenir de nos actes et de notre comportement vis-à-vis des autres. Je me suis donné à fond, on a reconnu ma compétence de technicien. Le membre fédéral Mahmoud Hammami m'a recruté en 2002 pour les besoins de la sélection juniors alors que je conduisais le Stade Gabésien. Je n'y étais resté, à vrai dire, qu'un mois avant d'être promu à la tête de la sélection olympique lorsque Khemaies Laâbidi avait rejoint la sélection «A». En qualité d'observateur, j'ai effectué avec le staff des Aigles de Carthage le voyage au Japon pour la Coupe du monde 2002. J'avais certains joueurs de la sélection olympique qui furent convoqués au sein de l'effectif participant au Mondial et que je devais suivre de près. ►

VOUS AVEZ ÉGALEMENT ENTRAÎNÉ EN ARABIE SAOUDITE...

Oui, l'opportunité s'était présentée au retour de Khe-maies Laâbidi à la sélection olympique. Roger Lemerre, le sélectionneur national de l'époque, m'encouragea à aller en Arabie Saoudite lorsqu'une offre m'a été faite par le club Al Khalij. «Qu'allez-vous rester faire ici ?», m'a-t-il lancé. Il est vrai qu'en un an, je pouvais gagner là-bas ce que je touche généralement en dix ans. Après Al Khalij, j'ai pris Abha que j'ai fait accéder en D1 pour la première fois de son histoire. Je l'ai pris en main alors qu'il était dixième après 9 journées. Il a terminé premier de D2 suite à une série d'un nul et 13 victoires consécutives. Le même genre d'exploit que j'ai accompli avec l'AS Djerba que j'ai fait accéder en L1. Une fois parmi l'élite, j'ai conduit Abha dans sept rencontres. Grassement récompensé par le Prince Khaled, je m'étais senti repu, j'avais envie de rentrer au pays. Mais cela n'a pas été facile puisque tant que vous travaillez dans ce pays, votre passeport, c'est votre employeur qui le confisque. En fait, cela a été une fuite, je m'étais caché toute une nuit. Heureusement qu'au départ, j'étais quitte financièrement avec mon club. J'étais en possession d'une fiche l'attestant. Par la suite, on m'a mis sur la liste rouge, les journaux ont écrit: «Qui a aidé Seriati dans sa fuite ?».

POURQUOI AVEZ-VOUS ARRÊTÉ D'ENTRAÎNER DEPUIS 2011 ?

C'est un peu la bêtise, l'amalgame plutôt honteux. Au déclenchement de la Révolution, j'étais à la tête du Centre de formation de l'élite à Borj Cedria. Malheureusement, j'ai payé le fait que je porte le nom de Seriati et que je sois le frère du Général Ali Seriati. Je ne suis pas un politicien, je n'appartiens à aucun parti, je suis un simple patriote qui a introduit une nouvelle tradition: le salut par tout le monde des couleurs nationales chaque jour au Centre de Borj Cedria: joueurs, staff technique, médical... C'était devenu une obligation. Mes jeunes joueurs, je veillais à leur scolarité, je contrôlais, que ce soit le soir ou de bonne heure le matin, leurs cours pour savoir s'il les avaient révisés ou pas.

QU'ÉTAIT-IL ARRIVÉ ALORS ?

Après tout ce sacrifice, on me remercie comme cela, gratuitement tout simplement parce que je suis le frère d'Ali Seriati. Un mois après la Révolution, on m'a évincé avec le préparateur physique Amor Ben Ounis, un docteur de l'Institut national des Sports où il dirige le département de la préparation physique. En revanche, tout le reste du staff était resté: les Bechir Hajri, Ali Ben Nejj, Mohamed Sfaxi, Amor Hamouda ..étaient restés dans ce staff. On ne m'a pas renouvelé le contrat. Le président actuel de la FTF, Wadii El Jari, qui était en ce temps-là responsable des sélections, a été derrière ce limogeage. Pour des raisons qu'il connaît parfaitement et qui n'ont rien à voir avec la compétence technique...

LESQUELLES ?

Il voulait imposer quelqu'un dans mon staff. J'ai refusé. Alors, il m'en a tenu rigueur. C'est la plus grande injustice que j'ai subie dans ma vie, l'année même où j'ai

travaillé comme un forcené. L'équipe d'Abdelhay Ben Soltane, qui avait participé en coupe du monde U17 aux Emirats, j'ai participé dans une large mesure à mettre en place ses bases. 13 joueurs sur les 17 alignés au Mondial sont issus de la promotion 2009-2010 que mon staff a conduite. On a supervisé 1080 joueurs, on était arrivé à une liste élargie d'une cinquantaine de joueurs. On en a retenu une trentaine au Centre. Il faut reconnaître que Ben Soltane a également abattu un travail monstre. Le membre fédéral Mohamed Atallah a eu beau me défendre. Kamel Boughezala, aussi, qui était dans la direction technique. «C'est l'un des techniciens les plus compétents au niveau de la formation», a-t-il martelé pour ma défense. En vain. La chose que j'ai aimée le plus dans ma vie, c'est-à-dire le football, Al Jary me l'a faite détester, vomir.

QUE REPRÉSENTE POUR VOUS HAJEB LAÏYOUN ?

Mes origines, mes racines, même si je suis né à Sakiet Sidi Youssef. Mon père y était agent de l'Office des céréales, et n'avait quitté cette ville que l'année de l'agression française qui a fait beaucoup de morts un jour de souk hebdomadaire quand elle bombardait la ville-martyr, le 8 février 1958. Notre club a sorti de grands joueurs: Samir, Rached et Ridha Chraïet, Abdelwahab Handous... De leur côté, Sahbi Sebaï, le gardien hammam-lifois, et Hichem Ncibi, l'attaquant stadiste, sont originaires de Hajeb...

AVEZ-VOUS ENCOURAGÉ VOS ENFANTS À SUIVRE UNE CARRIÈRE SPORTIVE ?

Oui, la preuve, ma fille Dorsaf est enseignante d'éducation physique et sportive, elle est la première femme tunisienne à avoir décroché un diplôme d'entraîneur FB premier degré. Quant à Nourzed, qui est kiné, elle a été athlète et gardien de but de handball au club Al Houssari. Mohamed, ingénieur, a fait de l'athlétisme à la JSK. En fait, mes trois enfants aiment le sport. Ma femme Chedia, que j'ai épousée en 1979, a beaucoup sacrifié, consciente qu'une vie de sportif, joueur ou entraîneur, exige qu'il soit très souvent séparé des siens.

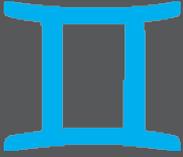
COMMENT PASSEZ-VOUS VOTRE TEMPS LIBRE ?

Des parties de sixte, du footing, le petit domaine agricole où je me rends l'après-midi, l'Internet pour me recycler, surtout dans les dernières techniques d'entraînement. Non, le football tunisien, je ne le regarde plus. Pourtant, je garde une passion intacte pour tout ce qui est beau dans le foot mondial.

ENFIN, COMMENT TROUVEZ-VOUS LA SITUATION ACTUELLE DE LA JSK ?

Les temps ont drôlement changé, et il faut savoir s'adapter. Il est arrivé à la Chabiba de ne compter parmi son onze majeur qu'un seul joueur formé au club. Malheureusement, la fermeture du Centre de formation, à la destinée duquel veillait Salah Essid, n'arrange pas les choses d'autant que le club a besoin des recettes provenant de la vente des joueurs. Il sait pourtant parfaitement qu'il ne peut pas résister à la supériorité financière écrasante des grosses cylindrées. Le régime professionnel s'est avéré impitoyable pour ses ambitions.

SIGNE DU MOIS



GÉMEAUX

22 MAI AU 20 JUIN

AMOUR

Petit passage à vide à prévoir. Mais vous retrouverez immédiatement après un dynamisme percutant qui vous permettra de repartir sur les chapeaux de roues. Vous vous ferez même un plaisir d'entrer en compétition avec autrui. Vous aurez de la chance dans le domaine de l'amitié et dans vos relations professionnelles. Côté santé, prenez garde à une petite fragilité. Côté cœur, tout roule. Les célibataires du signe feront cette semaine un pas en avant!

ARGENT

Vous pourrez améliorer votre pouvoir d'achat. Grâce à une gestion très saine de vos finances, vous ferez fructifier vos ressources.

SANTÉ

Votre état de santé ne devrait poser aucun problème particulier. L'influence de Jupiter, planète de chance et de protection, dans votre Ciel sera de bon augure.

Quelques problèmes matériels. Des achats imprévus ou des réparations importantes risquent d'arriver au mauvais moment. Trouver le partenaire amoureux idéal ! Cela deviendra une véritable obsession si vous ne l'avez pas encore rencontré. Mais sachez faire preuve de discernement et ne vous laissez pas séduire par les apparences, sinon vous tomberez de haut. Dépêchez-vous de discuter avec votre conjoint d'une question d'ordre familial qui vous oppose régulièrement.

De la délicatesse. Vous saurez faire preuve de tact, surtout si des personnes de votre entourage familial sont impliquées, tout en allant au fond des choses. Vous donnerez beaucoup de vous-même pour atteindre rapidement le sommet. Vous réaliserez un bel équilibre entre les différents secteurs de votre existence. Santé, gare à l'exposition prolongée à un courant d'air.

Remplissez votre esprit de pensées positives. Vous en aurez besoin. Un problème financier pourra vous perturber quelque peu. Évitez d'échafauder trop de projets ; gardez les pieds sur terre et ne présumez pas de vos possibilités, ni de celles des autres d'ailleurs. Les amitiés vous seront vitales dans la réalisation de vos plans. Les questions affectives prendront une importance telle qu'elles risquent de nuire à votre travail.

Les jeux du cœur sont à l'honneur. Vous serez bien décidé à prendre en main votre destin sentimental. Si vous avez l'impression d'avoir été dupé par une séduisante personne, vous saurez saisir certaines affaires alléchantes et tirer la couverture à vous sans problème. Chance aux jeux accrue. Votre sérénité séduira tous ceux qui vous rencontreront au cours de cette période. Ils se sentiront apaisés, rassurés. Rien d'étonnant à ce que votre compagnie sera très recherchée.

Méditez. Vous n'aurez sans doute pas tout à fait tort de vouloir vous retirer momentanément dans votre tour d'ivoire pour réfléchir et faire le point. Les joies de la famille primeront sur toute autre chose. Les enfants seront source de satisfactions. Une certaine amélioration matérielle, consécutive à une conjoncture favorable, viendra renforcer cette atmosphère plutôt euphorique.

Organisez-vous. Vous devrez bien planifier votre emploi du temps et faire face à vos obligations, parfois pesantes. Le contexte extérieur ne vous aidera pas beaucoup ; il faut même vous attendre à une certaine hostilité. Dans le domaine financier, la présente configuration astrale vous procurera chance et protection ainsi qu'aisance matérielle. Si vous devez prendre une importante décision concernant votre vie affective, vous saurez faire le bon choix. Mais vous risquez de mettre l'homme (la femme) de votre vie sur un piédestal : cela pourrait comporter quelques inconvénients à long terme.

L'heure sera à l'introspection. Vous aurez certainement de très importantes prises de conscience, réfléchissant intensément à votre vie, vos sentiments, vos choix, vos attitudes. Un différend vous opposera à un de vos voisins. Utilisez l'intelligence et la diplomatie plutôt que la violence pour résoudre le problème. Vous aurez tout intérêt à vous atteler à vos projets les plus ambitieux.

23 AOÛT AU 22 SEP



VIERGE

23 SEP AU 22 OCT



BALANCE

23 OCT AU 22 NOV



SCORPION

23 NOV - AU 21 DÉC



SAGITAIRE

22 DÉC JAN AU 19 JAN



CAPRICORNE

20 JAN AU 19 FÉV



VERSEAU

20 FÉV AU 20 MARS



POISSON

21 MARS AU 19 AVRIL



BÉLIER

Quelques problèmes de couple sont à craindre. Ils surviendront surtout à cause de divergences d'opinion sur l'éducation des enfants et le sens qu'il faut donner à vos ambitions. Vos affaires marcheront sans problème. Il vous sera donc possible maintenant de ralentir le rythme de votre travail et de vous occuper d'activités secondaires. Santé, vos réactions immunitaires seront exacerbées.

20 AVRIL AU 21 MAI



TAUREAU

Vive la créativité ! Ambiance faste pour votre travail, car vous pourrez mettre en valeur vos qualités imaginatives. Sachez vous montrer ferme dans vos propos, vous impressionnerez votre entourage. Vous devrez vous méfier de votre entourage. Vous serez la cible de certains sois-disant amis qui raconteront partout des choses pas très flatteuses à votre sujet. Cela risque de vous bouleverser.

22 JUIN AU 21 JUIL



CANCER

Tout semble s'éclaircir de façon heureuse. La vie matérielle sera bien protégée ; mais attention aux dépenses exagérées. Physiquement, tout roule. Votre prestige sera en hausse : on vous admirera, on vous appréciera, et on sera fier de vous être agréable. Vous serez en mesure d'améliorer votre position sociale de façon spectaculaire. L'envie vous prendra de vivre dangereusement.

22 JUIL AU 22 AOÛT



LION

La chance ne pourra que vous sourire. Il ne s'agira pas de la chance simple, ordinaire, mais bien de la chance généralisée, éhontée, insolente même, qui vous laissera pantois vous-même. Vous manifesterez beaucoup de joie de vivre et un entrain contagieux. Dans votre foyer, c'est vous qui prendrez les initiatives, et vos proches vous suivront volontiers, subjugués par votre attitude résolue et enthousiaste.