

# La Presse Magazine

SUPPLÉMENT HEBDOMADAIRE

DIMANCHE 15 JANVIER 2023

• CULTURE - SOCIÉTÉ - VARIÉTÉS - SPORT

N°1801

**CONSOMMATION — CHERTÉ DE LA VIE ET MOYENS  
INSUFFISANTS**

## **UNE GALÈRE COLLECTIVE**



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](mailto:commercial@lapresse.tn)

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



# SOMMAIRE

DIMANCHE 15 JANVIER 2023 - N°1801

CONSOMMATION — CHERTÉ DE LA VIE ET MOYENS INSUFFISANTS

## UNE GALÈRE COLLECTIVE



# 4

### EN COUVERTURE

Un tableau comparatif des prix des denrées et aliments de base entre 2009 et 2022, posté sur les réseaux sociaux, suscite l'indignation de la population tunisienne, tant le citoyen lambda s'est appauvri, celui auquel «il ne reste plus que les yeux pour pleurer»... A quand la fin des maux ?

# 6



**SANTÉ ET BIEN-ÊTRE**  
BOOSTER L'IMMUNITÉ,  
NATURELLEMENT !

# 10



### JARDINAGE

QUELS FRUITS ET LÉGUMES CULTIVER SUR SON BALCON EN HIVER ?

# 12

### L'INVITÉ

SALAH GUEDICHE,  
ANCIEN GARDIEN DE  
L'USM

«CHETALI A ENVISAGÉ  
DE ME CONVOQUER  
POUR NEUTRALISER  
ATTOUGA»



La Presse  
**Magazine**



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

ADMINISTRATEUR DÉLÉGUÉ :  
Mounir MAÂROUFI

DIRECTEUR DE LA RÉDACTION DES PUBLICATIONS :  
Chokri BEN NESSIR

RÉDACTEUR EN CHEF :  
Jalel MESTIRI

RESPONSABLE DE LA RÉDACTION :  
Samira HAMROUNI

**CONSOMMATION —CHERTÉ DE LA VIE ET MOYENS INSUFFISANTS**

# UNE GALÈRE COLLECTIVE

Par Mohamed Salem KECHICHE

Un tableau comparatif des prix des denrées et aliments de base entre 2009 et 2022, posté sur les réseaux sociaux, suscite l'indignation de la population tunisienne, tant le citoyen lambda s'est appauvri, celui auquel «il ne reste plus que les yeux pour pleurer»... A quand la fin des maux ?



**O**n ne va pas passer par quatre chemins pour résumer l'énormité de l'inflation durant cette dernière décennie. De 2009 à 2022, la douzaine d'œufs est passée de 1,40 à 5,960 D, le paquet de farine de 630 milligrammes à 2,300 D ou encore le paquet de 200 grammes de beurre de 1,420 à 5,400 D et tout ça dans un pays où le Smig est de 400 dinars. Ce n'est pas tout, car une vingtaine de produits sont référencés à la hausse dans ce tableau. Des prix doublés, triplés voire quadruplés en l'espace de quelques années, sans que personne ne bronche vraiment ou se rende compte du désastre. Le phénomène de la cherté de la vie est une réalité amère. En Tunisie, l'inflation se poursuit d'année

en année, il n'est plus étonnant de voir les prix évoluer de façon inexorable sans qu'on ne trouve de remède. Jusqu'à quand le citoyen doit-il se serrer la ceinture et souffrir tous les maux ? Sitôt, l'année 2022, source de tous les ennuis, terminée, que l'année 2023 débute en fanfare avec une valse des prix à la hausse sans pareille. Désormais se déplacer coûte cher, se nourrir coûte bien cher et se soigner coûte encore plus cher, quand cela est possible. Parce qu'étudier, ça coûte les yeux de la tête. «On touche le fond, non je dirais même plus, on est au bord du précipice», clame un citoyen ordinaire, lassé de faire face à une vie chère et financièrement moribonde dans son quotidien. Ridha



N., père de famille et fonctionnaire de l'Etat, affirme en grognant : « Désormais un salaire de 3.000 dinars par personne est nécessaire pour vivre décemment et convenablement, hormis cela, c'est la galère assurée ».

## TENDANCE HAUSSIÈRE DES PRIX

L'inflation a connu un pic sans précédent à 10% en décembre 2022. Malgré tout, les prévisions tablent sur le retour d'une inflation à un chiffre autour de 5% au milieu de l'année en cours. Mais en attendant, les prix sur le marché continuent de grimper. Dernière augmentation en date celle des conserves de tomates concentrées qui passent de 3,700 à 4,900 D la boîte de 800 grammes. A ce sujet, le tableau en question mentionne une augmentation des tomates concentrées de 1,650 D en 2009 à 2,5 D les 500 grammes en 2022, soit une augmentation de 850 millimes... A ce phénomène de cherté de la vie, celui sous-jacent de la pénurie des produits de base continue de plus belle avec une grande nouveauté. Ce sont désormais les pâtes alimentaires qui manquent sur les étagères des rayons des supermarchés. Durant la semaine du 8 janvier 2022, la population locale n'en revient pas et constate des rayons entiers vides avec quelques maigres paquets de pâtes par-ci, par-là qui subsistent encore quelques secondes. Pendant ce temps-là, pour ne pas rester en reste, les professionnels, qui peuvent faire grimper les prix, n'hésitent plus à le faire. Même la coupe de cheveux pour hommes traditionnellement abordable coûte cher et certains sont passés à la tondeuse.

En fait, on vit une situation où il y a une grande proportion des commerçants et prestataires de services à

tarifier au prix fort le client. Une augmentation entraînant une autre dans une série sans fin sous forme de cercle vicieux où chaque partie veut tirer son épingle du jeu. Tout a augmenté ou presque, à tour de bras. L'activité ou le secteur qui n'augmente pas ses tarifs court à sa perte, tandis qu'on se demande comment ceux qui ont augmenté arrivent encore à écouler leurs marchandises et trouver de la clientèle !

Manger à l'extérieur du domicile coûte cher et n'est ni bon ni sain pour le corps humain. De plus en plus il y a à craindre pour sa santé, tandis que cette dernière n'est même pas garantie, vu que même les médicaments sont de plus en plus chers, quand ils sont disponibles... A côté de cela, la population vit avec des moyens dérisoires, notamment dans l'exercice de son activité professionnelle publique ou privée et ne peut améliorer sa situation qu'en facturant toujours plus salé ! Aux dernières nouvelles, même la friperie est sujette à l'inquiétude, puisque le vendeur de fripe doit payer plus d'impôt et donc répercutera une hausse de prix sur le client. Il faut se demander qu'est-ce qui n'a pas augmenté en Tunisie de façon sérieuse pour avoir une réponse !

## UN CAFÉ, UN JOURNAL ET ON REPART !

Le prix de certains quotidiens nationaux est de 1,5 dinar pour le plus grand bonheur des lecteurs qui peuvent lire et découvrir avec un expresso, les actualités du pays. Le café en boisson étant lui aussi encore abordable par rapport aux denrées alimentaires même si le café moulu turc a disparu au grand dam des consommateurs. Entre cherté de la vie et pénuries à tour de bras, le citoyen tunisien ne sait plus sur quel pied danser.

**SANTÉ ET BIEN-ÊTRE**

# BOOSTER L'IMMUNITÉ, NATURELLEMENT !

Par Dorra BEN SALEM

\* Source : [www.minimaliste.green](http://www.minimaliste.green)

**E**n hiver, les défenses immunitaires se font lentes, affaiblies qu'elles sont par des menaces virales et bactériennes. Pour renforcer le système immunitaire et apporter à l'organisme un surplus de tonus, les spécialistes recommandent une bonne hygiène de vie et une alimentation riche en antioxydants et en anti-inflammatoires naturels. La vitamine C représente un composant essentiel à une bonne immunité. En effet, elle se caractérise par sa propriété anti-oxydante, ce qui l'habilite à lutter contre les infections respiratoires. Cette vitamine magique joue un rôle essentiel dans le renouvellement cellulaire ce qui la classe parmi les meilleurs produits naturels anti-âge cutané. Présente dans les agrumes, au plus grand bonheur des gourmets, mais aussi dans d'autres aliments naturels comme le kiwi, la fraise, l'ananas et le poivron, elle aide l'organisme à se ressourcer et à lutter contre la fatigue. Notons qu'un adulte aurait besoin de consommer quotidiennement des aliments riches en vitamine C, comme un verre de jus d'orange, pour gagner entre 500 et 1.000 mg de vitamine C par jour. Outre la vitamine C, les pro-biotiques, qui ne sont autres que les bonnes bactéries présentes dans certains aliments dont les fruits et les légumes, sont dotés d'importantes vertus pro-immunitaires. Consommer des yaourts, des bananes et incorporer certains aliments dans les mets et les salades notamment de l'ail, du poireau et du vinaigre de cidre, contribue au bien-être et renforce les défenses immunitaires. Autres aliments recommandés pour stimuler le système immunitaire en hiver comme en été, d'ailleurs : le thé vert et le gingembre. Grâce à ses propriétés anti-oxydantes, le thé vert devrait être le principal breuvage chaud en cette saison hivernale. Il suffit d'en boire une tasse par jour pour apporter à son organisme plus d'immunité tout en réduisant nettement le stress. Quant au gingembre, il est reconnu pour sa teneur en glucides et en fibres. Un véritable anti-inflammatoire naturel, il aide à traiter les infections et à calmer les douleurs.

# ADOPTÉZ LE LOOK SPORTY CET HIVER POUR ÊTRE CHIC

Des leggings, des baskets, un pull loose et un manteau large... et on est dans la tendance chic- sport... Un look très moderne, qui va à tous les âges et surtout pratique et confortable pour passer un hiver au chaud et être stylée !

Par H.SAYADI



**P**endant l'hiver, on a toutes envie d'avoir un look tendance cocooning tout en restant dans le chaud et le confort total. Pour cette saison hivernale, la tendance look sporty composé de pull chaud ou sweet wear avec des leggings et des baskets continue encore à chavirer le cœur de toutes les fashionistas et amoureuses de la mode... On vous présente donc, dans ce numéro, les meilleures pièces essentielles à adopter et les styles très tendance à suivre pour être very fashion dans un look super sport !

On le sait tous, la mode est un cycle éternel : les tendances vont et reviennent d'une année à une autre avec parfois de petites touches de réinvention et des modifications... En effet, nous assistons actuellement au retour en force des styles des années 1990/ 2000 avec le fameux legging réinventé en d'autres matières et design...

Ce «pantalon» serré ou ajusté que l'on nomme aussi «justaucorps» est très pratique et surtout confortable. Adaptée pour toutes les occasions, notamment pour se balader, travailler... on peut le porter avec tant de pièces maîtresses pour un look très à la mode et original. Pour ce faire, on mise sur les baskets celles simples, en blanc, toujours d'actualité, ou bien des converses montantes ou des bottes à lacets.

Côté haut, on ajoute une chemise large à manches longues, un débardeur ou tout simplement un pull loose en laine et on est prête pour sortir... Pour compléter tout le look, on opte pour un sac à bandoulière et une casquette tendance pour être au top. Pour le manteau, on peut choisir entre un long manteau large en oversize pour harmoniser toute la tenue et avoir un mélange de style chic-sporty ou bien un perfecto arrivant juste à la taille pour un style rock-and-roll. Pour créer ce total look rock, on opte pour des leggings en cuir ou en similicuir

en les accessoirisant avec des pièces qui vont à merveille avec toute la tenue. On n'oublie pas de se maquiller légèrement en façon rock, pour une harmonie totale.

L'avantage principal de cette tenue à la fois chic et sporty, c'est qu'elle va avec toutes les morphologies, si on sait bien choisir les pièces que l'on associe ensemble. Pour toutes celles qui ont un peu de formes au niveau des hanches et qu'elles veulent cacher, elles peuvent essayer le leggings serré avec un pull loose pour un effet trompe-l'œil, On opte également pour des baskets à plateformes afin de gagner quelques centimètres si on est petite de taille et que l'on veut paraître avec une taille plus élancée. Côté couleur, on mise cette année sur la couleur crème, beige clair et les dégradés du marron, très à la mode, pour le pull, le manteau, les baskets et le sac. Par contre, on mise pour le leggin sur la matière en cuir, en lycra... et la couleur noire. Celles qui sont adeptes de tout ce qui est original et sophistiqué peuvent oser les leggings en couleur marron, beige ou même blanc sale tout en le mixant avec des dégradés de la même couleur pour le reste des pièces à associer.

Ce pantalon moulant ou caleçon, super tendance, se vend à prix très minimes dans la friperie, donc on n'hésite pas à y aller chercher cette perle rare et à créer à chaque fois un look différent avec cette pièce tendance !

On peut porter le legging avec un sweet à capuche pour un look 100% sport et qui a surtout l'atout de convenir à tous les âges ou bien, on peut le mettre avec des pièces plus posées, telles que les bottes, bottines et un sac à chaîne et le tour est joué ! Nous restons dans la tendance chic-sport.

A porter le legging sans modération pendant cette saison et à adopter avec différentes pièces et accessoires pour être la plus belle des fashionista !



## QUELS FRUITS ET LÉGUMES CULTIVER SUR SON BALCON EN HIVER ?

Source : <https://planetezerodechet.fr/>

**O**n ne vous apprend rien, les fruits et légumes d'hiver sont moins divers que ceux de printemps ou d'été. Ce qui ne veut pas dire que le goût n'est pas au rendez-vous ! Potiron, navet, épinards ou choux, les légumes d'hiver sont bourrés de bienfaits pour affronter la saison froide. Découvrez les variétés de fruits et légumes les plus faciles à cultiver sur son balcon en hiver.

Les fruits et légumes d'hiver regorgent de bienfaits sur la santé, pour passer la saison froide sans être malade ! Et quand on n'a pas la chance d'avoir un jardin potager, on peut tout de même oser la culture hivernale sur son petit balcon citadin. Découvrez les meilleurs végétaux à faire pousser facilement en appartement, et sans beaucoup d'entretien.

## CES LÉGUMES À PLANTER EN SEPTEMBRE POUR UNE RÉCOLTE EN HIVER

La plupart des fruits et légumes d'hiver se plantent au printemps. Ce n'est pas le cas de tous. Voici quelques variétés que vous pouvez semer dès la fin de l'été.

### LES ÉPINARDS

Les semis des épinards se plantent à la fin de l'été, en août et en septembre, pour une récolte longue durée : en automne (octobre), en hiver (novembre, décembre, janvier, février & mars) et jusqu'au début du printemps (avril). Pour faire pousser des épinards sur votre balcon, prévoyez une grande jardinière (qui peut être une cagette/palette de récup') et un minimum d'espace. L'épinard est un légume vert qui a l'avantage de pousser rapidement, et ne demande pas beaucoup d'entretien. Pour de meilleurs rendements, privilégiez la variété d'épinard géant d'hiver, qui résiste très bien aux grands froids.

Bourrés de bienfaits sur la santé, les épinards ne vous décevront pas. Bons pour les os, le ventre, le cœur, la vue ou le cerveau, les légumes verts préférés de Popeye vous permettront de passer un hiver au top de votre forme !

### LA ROQUETTE

La roquette n'a pas son pareil pour donner un peu de piquant à toutes les salades vertes ! Cette plante potagère à la saveur relevée s'épanouit très bien en hiver, à l'abri du gel dans une belle jardinière. Les semis peuvent se faire en fin de printemps ou d'été (jusqu'au mois de septembre). L'entretien de la roquette n'est pas très difficile, et la plante se débrouille généralement très bien toute seule, à condition de maintenir un sol frais, recouvert de paillis, et en observant des arrosages réguliers. La récolte de la roquette commence environ 1 mois et demi après les semis.

### LA LAITUE

Comme ses acolytes hivernaux, la laitue n'est pas difficile à entretenir, mais nécessite un sol

riche en humus (un compost bokashi sera idéal) pour s'épanouir pleinement. Les semis de la laitue à couper se font de juillet à septembre, pour une récolte à la fois automnale et hivernale (septembre, octobre et novembre). Pour cultiver de la laitue sur votre balcon, récupérez une vieille cagette ou une palette délaissée sur les marchés, une occasion de plus de réduire ses déchets ! Le cas échéant, vous pouvez très bien semer vos plants de laitue dans une jardinière ou un grand pot.

## CES ARBRES FRUITIERS À ACCUEILLIR SUR SON BALCON POUR UNE RÉCOLTE EN HIVER

Les fruits sont certes moins diversifiés en hiver qu'en été ou au printemps, mais certains arbres fruitiers ont le don de produire de délicieuses denrées à cette période de l'année !

### UN CITRONNIER OU UN ORANGER

Si vous habitez dans une région ensoleillée et tempérée, vous pouvez accueillir sur votre balcon un arbre à agrumes. Avec leurs feuilles vertes persistantes, les citronniers ou orangers font de plus une très belle décoration naturelle. Attention au gel en revanche : préférez placer votre arbre fruitier sous une fenêtre ou dans un endroit abrité.

## CULTIVEZ DES AROMATES TOUT L'HIVER EN INTÉRIEUR

Si la plupart des herbes aromatiques sont sensibles au gel, certaines variétés comme le thym ou le romarin ne gèlent pas. Cela dit, la pleine saison se situe plutôt en été, même si vous pouvez les récolter toute l'année. Vous pouvez en revanche vous essayer à la culture d'aromates en intérieur, pour agrémenter vos plats d'hiver sans mettre le nez dehors ! Voici quelques variétés qui se plaisent dans l'intimité d'une cuisine lumineuse : Basilic, Ciboulette, Coriandre, Menthe, Persil, Cerfeuil, Romarin, Sarriette.

## LES GRAINES GERMÉES DE JEUNES POUSES À CULTIVER FACILEMENT DANS SA CUISINE TOUTE L'ANNÉE

Quand on n'a pas de balcon, on peut tout de même transformer sa cuisine en un petit potager d'intérieur ! Si vous n'avez pas la main verte, vous pouvez facilement vous atteler à la culture des graines germées de jeunes pousses qui germent en un rien de temps (de 3 à 5 jours) et apportent un maximum de nutriments.

Le principe est simple : déposez 2 cuillères à soupe de graines à germer dans un grand bocal (ou un germoir, plus pratique), et fermez à l'aide d'un couvercle percé. Rincez les graines deux fois par jour à l'eau claire et observez votre salade pousser en deux temps trois mouvements ! Ces graines sont de véritables concentrés d'énergie, généralement plus riches en vitamines et nutriments que la plupart des légumes. Difficile de faire plus local.

SALAH GUEDICHE, ANCIEN GARDIEN DE L'USM

# «CHETALI A ENVISAGÉ DE ME CONVOQUER POUR NEUTRALISER ATTOUGA»

Salah Guediche reste un des rares joueurs à avoir évolué au sein d'un club de Ligue 1 à deux postes aussi différents que ceux de gardien de but (de 1962 à 1971, puis de 1977 à 1981) et de latéral droit (de 1971 à 1977). Né le 31 janvier 1949 à Monastir, notre invité de cette semaine s'est engagé pour l'Union Sportive Monastirienne en 1962 lorsqu'il avait signé en catégorie minimes. En 1970, il disputa son premier match seniors (EST-USM 3-1), prenant sa retraite sportive en 1981 (USM-ESS 0-1 AP en demi-finale de la Coupe de Tunisie). Durant sa carrière d'entraîneur entamée en 1982, il prit en charge l'US Monastir (accession en D2 en 1995, et victoire finale en coupe de Tunisie Espoirs en 1987), El Baâth Sportif de Bennane, le Stade Gabésien, l'US Siliana, l'ES Hammam-Sousse, l'Olympique Sidi Bouzid, l'Aigle de Teboulba, l'US Tataouine, Hammet Gabès, Jammel et Khenis, sans oublier ses expériences libyennes à la tête de Derna (accession en D1 en 2009-2010) et Charara Sabha (accession en D1 en 2004). Guediche a, par ailleurs, été directeur sportif et directeur technique des jeunes de l'USM, et consultant à Radio Ribat FM de 2015 à 2017. Enseignant parti à la retraite en 2005, S.Guediche est marié et père de trois enfants.

Propos recueillis par Tarak GHARBI

**SI SALAH, À L'ORIGINE KEEPER, ON VOUS RETROUVE UN JOUR CÔTÉ DROIT DE LA DÉFENSE USÉMISTE. QUE S'EST-IL PASSÉ ?**

En sélection 1971, Ameur Hizem m'avait convoqué en qualité de gardien aux côtés d'autres portiers en vogue, Kamel Karia (COT et EST) et Mokhtar Ben Hamida (SG). Idem en sélection universitaire du temps de Youssef Zouaoui et Othmane Jenayah. Mais un jour, notre latéral droit titulaire s'est absenté, et j'ai

demandé à notre entraîneur, le Yougoslave Miodrag Djorgevic (1969-1971), de me titulariser à sa place. Tout étonné qu'il était, il ne pouvait pas imaginer que je réussirais à ce poste. On jouait contre le Club Sportif des Cheminots du redoutable Ridha Haddad dont je devais croiser le chemin. On a gagné ce jour-là, et j'ai tiré mon épingle du jeu. J'allais m'installer à ce poste de défenseur droit durant cinq bonnes années. Une fois Tabka parti pour





l'Étoile Sportive du Sahel, j'ai réintégré mon poste de prédilection, celui de gardien de but.

#### **QUEL SOUVENIR GARDEZ-VOUS DE VOTRE PREMIÈRE RENCONTRE SENIORS ?**

Contre l'Espérance de Tunis à El Menzah. Tabka avait déjà encaissé trois buts. Pour le protéger, notre entraîneur Djorgevic me fit rentrer après la pause à sa place. Au match suivant, Tabka ne nous a pas rejoints à Djerissa. Une aubaine pour moi. On a gagné (4-1). Malheureusement, alors que je pensais devoir être confirmé, j'ai dû abandonner mon poste de titulaire face au CS Cheminots. C'est alors que j'ai demandé à jouer latéral droit. La suite, chacun la connaît.

#### **QUI VOUS A FAIT SIGNER À L'USM ?**

Mon maître de sport et ancien joueur de l'USM, Salah Gdoua. Au départ, je n'étais pas gardien. C'est lui qui me fit jouer dans la cage.

#### **A PART GDOUDA, QUELS FURENT**

#### **VOS AUTRES ENTRAÎNEURS ?**

Ahmed Chekir, Ameer Hizem, Mustapha Jouili, Hamadi Henia, Kamel Benzarti, Miodrag Djorgevic, Faouzi Benzarti.

#### **VOS PARENTS VOUS ONT-ILS ENCOURAGÉ À PRATIQUER LE FOOT ?**

Oui, pour eux, le sport était un moyen de promotion sociale. Avec mon père Khelifa, pêcheur, et ma mère Habiba, je n'ai jamais eu de problèmes. Nous étions onze dans la famille. Il arrivait à mon père de venir suivre quelques-unes de mes sorties.

#### **QUELLE EST VOTRE MEILLEURE RENCONTRE ?**

Le 24 mai 1981, contre l'ESS, en demi-finale de la coupe de Tunisie. Nous avons perdu (1-0) après prolongations sur un tir croisé de Jamel Garna. Mais ce jour-là, j'ai arrêté cinq ou six buts tout faits. Trois fois, Samir Bakaou s'était présenté seul devant moi; mais à chaque fois, j'ai remporté le duel. Notre entraîneur Faouzi Benzarti a fort bien préparé

son match. Cette année-là, l'ESS a remporté la coupe en disposant du ST en finale (3-1).

#### **ET VOTRE MEILLEUR SOUVENIR ?**

Notre victoire en finale de coupe de Tunisie Espoirs 1986-87, en lever de rideau de la finale seniors CAB-ASM (1-0). J'étais entraîneur de l'USM, et nous avons dominé le Club Sportif Hilalien (4-1). En fait, le président Habib Bourguiba a toujours rêvé de décerner une fois dans sa vie une coupe de Tunisie à l'USM, le club de sa ville natale. Une vraie coupe, et qui ne soit pas celle, symbolique du 3 août. Eh bien, nous lui avons donné ce plaisir à l'occasion de la dernière finale à laquelle il assistait avant sa destitution.

#### **COMBIEN DE GÉNÉRATIONS DE JOUEURS AVEZ-VOUS CÔTAYÉ ?**

Deux. La première se compose de Moncef Tabka, Nouri Hlila, Ridha Bchir, Ghedira, Abdelkader Bouzgarrou, Mustapha Belhassen, Ridha Jaziri... Dans la seconde, on trouve Bouraoui Jammali, Hamadi Trimèche, Khelifa Boualloucha, ►



► Ghandri, Kallala, Zrifi... Avec Mahfoudh Benzarti, «El Moujahid», j'ai livré un seul match. Tabka était blessé, et on jouait face au CSC. Nous avons perdu (2-1), j'ai pris un but-gag. Après le match, je n'ai pas arrêté de pleurer. Benzarti m'a consolé.

#### QUELLE ÉTAIT VOTRE IDOLE ?

Attouga. Il était encore plus fort que Tabka. Pourtant, on nous disait que Ayachi était le meilleur gardien tunisien de tous les temps. Kanoun, aussi. Parmi les keepers que j'ai côtoyés, je dois admettre que Attouga reste le numéro un.

#### QUELS SONT LES MEILLEURS JOUEURS DE L'HISTOIRE DE L'USM ?

Mahfoudh Benzarti et Hedi Merchaoui qui a épousé une carrière professionnelle en France.

#### ET DE L'HISTOIRE DU FOOTBALL TUNISIEN ?

Beaucoup disent que c'est Nouredine Diwa. Je ne l'ai pas vu jouer. Parmi ceux que j'ai connus de près, c'est sans doute Abdelmajid Ben Mrad que j'ai côtoyé en sélection 1971.

#### COMMENT S'EST PASSÉE VOTRE RECONVERSION D'ENTRAÎNEUR ?

A peine les crampons raccrochés, notre dirigeant Hedi Benzarti m'a prévenu qu'il allait me lancer comme assistant de l'Allemand Dieter Schulte qui avait assisté le célèbre Dieter Cramer. J'étais parti à Macolin, en Suisse, suivre un stage de formation: licence «C» en 1985, et «B» en 1986 avec Kamel Chebli, Ali Kaâbi... En 1983-84, j'ai été adjoint du Yougoslave Radojica Radojicic, et en 1989-90, j'ai relevé le Français Dominique Bathenay.

#### COMMENT TROUVEZ-VOUS L'USM AUJOURD'HUI ?

L'argent est devenu le nerf de la guerre. Je crains qu'un jour la

famille Mabrouk se désengage de l'USM, et que les caisses du club s'en retrouvent à sec. Terrible perspective à laquelle je ne veux même pas penser.

#### QUE REPRÉSENTE POUR VOUS LA VILLE DE MONASTIR ?

Les poumons par lesquels je respire. Quand j'entraîne loin de Monastir, je profite de mon jour de congé pour faire le tour de ma ville natale à bord de ma voiture et faire le «plein» de l'air de la corniche, du Ribat, de la falaise.... C'est comme si je découvrais pour la première fois les charmes d'une séduisante jeune fille.

#### DES REGRETS POUR N'AVOIR PAS FAIT CARRIÈRE EN SÉLECTION ?

Pas vraiment. Mes convocations en sélection «B» suffirent à mon bonheur. Pourtant, j'aurais pu avoir une chance au Mondial argentin. Il y a une quinzaine d'années, de passage



à Monastir, Abdelmajid Chetali a pris un café avec moi. Il m'a confié qu'il avait pensé à moi pour «neutraliser» Attouga avant le départ pour l'Argentine. Durant cette saison-là, j'ai en effet arrêté trois penalties face à Ali Kaâbi, Hamadi Agrebi à Sfax et Tarek Dhiab. Mais le Bureau fédéral s'est opposé à ma convocation parce que j'étais considéré comme un trouble-fête, un gardien indiscipliné et «à problèmes», notamment avec les arbitres.

#### **QUE FAITES-VOUS À PRÉSENT ?**

Jusqu'en 2016, j'ai assuré les fonctions de directeur technique des jeunes au sein de mon club de toujours, l'Union Sportive Monasti-

rienne. Ensuite, j'ai préféré prendre du recul, et profiter un peu plus de tout mon temps. Mon long parcours avec les catégories des jeunes m'a ouvert les yeux sur les grosses difficultés de communication éprouvées par les jeunes entraîneurs qui viennent de sortir des Instituts de sport. Il ne suffit pas d'étudier le sport et l'éducation physique pour réussir. Il faut aussi avoir vécu une carrière de joueur au moins honnête, comme on dit. En effet, rien ne remplace les sensations de joueur.

#### **PARLEZ-NOUS DE VOTRE FAMILLE...**

J'ai épousé Anne en 1977. Nous avons trois enfants: Khelifa, pro-

priétaire de restaurants à Lyon, en France, Slah, directeur d'exploitation d'une chaîne de restauration à Paris, et Alyssa, auditeur comptable à Dubaï.

#### **ENFIN, SI VOUS N'ÉTIEZ PAS DANS LE FOOTBALL, DANS QUEL AUTRE DOMAINE AURIEZ-VOUS EXERCÉ ?**

Dans le journalisme. Je dois reconnaître avoir mordu à l'hameçon lorsque j'ai été sollicité par Radio Ribat FM pour servir de consultant. Cette expérience m'obligeait de me documenter, d'être toujours à la page et au fait de tout ce qui se passe, et d'approfondir ma réflexion et le regard que je porte sur l'actualité. Une belle aubaine.

## SIGNE DU MOIS



### CAPRICORNE

22 DÉC AU 19 JAN

#### AMOUR

L'urgence ressentie de vous sentir bien dans votre vie sentimentale reflétera votre besoin de vivre à deux, de prendre des décisions pour l'avenir avec un conjoint, de ne former qu'un avec celui qui fera battre votre cœur. Tout cela sera très glamour, mais que donnerez-vous à l'autre en retour ?

#### ARGENT

Comme vous n'aurez pas une minute à vous, les achats de fêtes de fin d'année directement en boutique ne seront pas à l'ordre du jour. Vous n'hésitez pas à payer des frais supplémentaires pour que vos cadeaux arrivent à temps à leurs destinataires.

#### SANTÉ

Dès lors où vous commencerez à vous mélanger les pinceaux, à vous éparpiller, vous comprendrez l'urgence de respirer correctement et de vous recentrer.

21 MARS AU 19 AVRIL



BÉLIER

Vous vous sentez un peu effacé et souffrez d'une chute de tonus, ce qui pourrait vous coûter d'un point de vue émotionnel mais aussi physiquement. Vous pourriez donner à une cause humanitaire ou une association qui vous tient à cœur. Au travail, vous pourriez bénéficier d'une revalorisation, et si vos tâches du jour sont en accord avec vos valeurs, vous serez particulièrement efficace.

20 AVRIL AU 21 MAI



TAUREAU

Vous vous tournez vers les autres sans hésiter et vous êtes particulièrement à l'écoute. Vous êtes aux anges dans votre couple ! L'accalmie que vous arrivez à faire régner dans votre foyer vous promet des temps apaisés où chacun est libre de s'épanouir. Vous avez une vitalité incroyable, cette semaine, et enchaînez diverses activités sans problème ! Vous devrez néanmoins veiller à ne pas trop en demander à votre corps.

20 MAI AU 21 JUIN



GÉMEAUX

Votre énergie se retrouve affectée par Mars en rétrograde, vous pourriez ressentir une grande fatigue. Vous pourriez néanmoins découvrir des moyens de rendre plus stable votre situation financière. Au travail, vous réussissez à atteindre vos objectifs et pouvez vous faire remarquer par votre hiérarchie.

22 JUIN AU 21 JUIL



CANCER

Un ami peut venir à vous pour vous demander conseil : ne recherchez pas forcément à résoudre les soucis, parfois une oreille attentive suffit. La semaine est propice à de nouvelles aventures et à casser la routine ! Tant de vitalité sommeille en vous, vous auriez tout intérêt à vous inscrire à un club de sport.

Célibataire, vous recherchez les frissons de la rencontre : le flirt et petits messages craquants. Mais attention à ne pas vous céder trop rapidement. Vous pourriez avoir tendance à vous entêter et à éveiller des querelles avec un membre de votre famille pour le simple plaisir de prendre la position de l'avocat du diable. Vous faites cependant preuve de générosité et de joie, même si vous pourriez connaître un grand moment de faiblesse cette semaine ! Il faudra vous montrer patient avant de retrouver une certaine énergie.

Vous vous montrez partout à la fois mais gardez-vous également des moments de repos, d'autant que la forme n'est pas toujours au rendez-vous. Vous avez des projets en tête et c'est très bien, mais laissez toutefois passer un peu de temps avant de vous engager dans un investissement, Jupiter pouvant vous donner quelques difficultés cette semaine. Vous tentez de maîtriser votre environnement, mais apprenez aussi à lâcher du lest.

Si vous faisiez face à un obstacle, c'est le bon moment pour vous adresser à vos proches qui seront ravis de vous aider à le dépasser. Une rencontre amicale et inattendue pourrait avoir lieu, soyez prêt à l'accueillir. Enjoué, vous devriez jouir de cet élan positif, qui pourrait par ailleurs vous réserver de belles surprises. Si vous n'êtes pas en couple, vous êtes tout à fait disposé à de nouvelles rencontres. Vous êtes également bien vu par une figure d'autorité et cela vous apportera des bienfaits.

Vous avez besoin que les choses soient bien organisées et n'appréciez pas les changements de dernière minute. Ne serait-ce pas le moment de se faire plaisir avec une session shopping ? Vous êtes plein d'énergie en ce moment : votre tonus se ressent sur votre mental et vous êtes optimiste. De plus, vous arrivez à mettre votre ego de côté si vous savez que c'est pour le bien de tout le foyer.

Vous êtes en forme, Mars vous prodigue beaucoup d'énergie tant sur le plan physique que mental. Vous êtes assez peu attaché aux questions financières, outre la liberté que cela vous procure. La fortune pourrait vous sourire si vous la saisissez, mais prêtez attention à ne pas en abuser par excès de confiance. Vous pourriez avoir une décision capitale à prendre.

Célibataire, vous êtes un peu subversif et êtes en quête d'indépendance. En couple, dans votre ménage règne une ambiance plutôt sereine ! Profitez-en pour faire essayer à votre sphère familiale de nouvelles activités : des loisirs créatifs ou des jeux de sociétés en fonction des envies. Vous êtes d'humeur compétitive et votre forme est au mieux ; vous avez grand besoin de vous libérer des tensions.

Semaine favorable pour construire un budget avec patience et prendre vos responsabilités au travail comme dans votre foyer. Malgré une petite forme globale, vos amis s'appuient sur vous et comptent sur votre empathie et votre sens de l'écoute. Soyez présent pour autrui, mais prenez également du temps pour vous.

22 JUIL AU 22 AOÛT



LION

23 AOÛT AU 22 SEP



VERGE

23 SEP AU 22 OCT



BALANCE

23 OCT- AU 22 NOV



SCORPION

23 NOV AU 21 DÉC



SAGITAIRE

20 JAN AU 19 FÉV



VERSEAU

20 FÉV AU 20 MARS



POISSONS