

CANICULE 2023

PÉNIBLEMENT MAÎTRISÉE...



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 16 JUILLET 2023 - N°1826



4 EN COUVERTURE CANICULE 2023 PÉNIBLEMENT MAÎTRISÉE...

Les Tunisiens suffoquent depuis une semaine, sous l'effet d'une canicule parfaitement prévisible. Certains pays comme la France, par exemple, ont instauré un Plan d'action national spécial canicule 2023 afin de sensibiliser la population et les cadres de la santé sur les gestes qui sauvent.

6



MODE ET TENDANCE
LES ROBES MUST HAVE DE LA SAISON

10



JARDINAGE
CANICULE ET SÉCHÈRESSE :
LIMITER LES DÉGÂTS

12



L'INVITÉ
MONCEF BEN
AMOR, ANCIEN
HANDBALLEUR
INTERNATIONAL
DU SN
«CONSULTER
LES GENS
D'EXPÉRIENCE
NE SERAIT
PAS DE TROP»

La Presse
Magazine



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

PRÉSIDENT-DIRECTEUR GÉNÉRAL :
Chokri BEN NESSIR

RÉDACTRICE EN CHEF PRINCIPALE :
Hella LAHBIB

RESPONSABLE DE LA RÉDACTION :
Samira HAMROUNI

CANICULE 2023

PÉNIBLEMENT MAÎTRISÉE...

Les Tunisiens suffoquent depuis une semaine, sous l'effet d'une canicule parfaitement prévisible. Certains pays comme la France, par exemple, ont instauré un Plan d'action national spécial canicule 2023 afin de sensibiliser la population et les cadres de la santé sur les gestes qui sauvent.

Par Dorra BEN SALEM

Les Tunisiens suffoquent depuis une semaine, sous l'effet d'une canicule parfaitement prévisible. Certains pays comme la France, par exemple, ont instauré un Plan d'action national spécial canicule 2023 afin de sensibiliser la population et les cadres de la santé sur les gestes qui sauvent. Ici, la vague de chaleur est telle qu'elle a nettement dépassé celle de 2018. Le mercure a enregistré des températures-records, disant long sur l'effet du réchauffement climatique et sur l'absence des mesures à caractère environnemental, à même d'atténuer ce phénomène.

Selon les estimations avancées par M. Mehrez Ghannouchi, ingénieur en météorologie, sur sa page facebook, la vague de chaleur se poursuit jusqu'au 20 juillet. Il est probable, par conséquent, que d'autres températures-records soient enregistrées d'ici là ! La semaine dernière, le gouvernorat de Kairouan a enregistré 48,4°C contre 48,3°C en 2018. Au gouvernorat de Sidi Bouzid, la température a atteint 46,9°C contre 46,7°C en 2018. Des températures records ont été également enregistrées à Gafsa (46,5°C) et à Tozeur (48,9°C). La canicule est connue aussi par des températures nocturnes oscillant entre 30°C et 40°C. Cet été, elles varient entre 30°C et 35°C dans les régions côtières et entre 40°C et 48°C dans les régions de l'intérieur, soit une chaleur qui excède la moyenne de 5 à 8°C.

Face à cette canicule, les Tunisiens tentent de s'acclimater le temps que cela passe. Les journées deviennent rudes, les nuits aussi. Il est difficile pour le corps humain de résister à une température ambiante dépassant sa température de 10°C ! Et



même si certains disposent de la climatisation, laquelle est devenue depuis une décennie une nécessité, d'autres n'ont pas les moyens de se payer ce luxe et d'assumer les factures gonflées de l'électricité.

L'EAU FAIT DÉFAUT !

Amir Bou Ragba est enseignant. Il habite à Nefza. Dans cette région, pourtant entourée de grands barrages notamment le barrage Kas-sab, le barrage Sidi Salem et, Sidi Barrek, l'eau fait défaut ou presque ! Pourtant, la principale arme contre la canicule est l'eau. Boire de l'eau potable et se rafraîchir étant les principales mesures de précautions à prendre chez soi... Ce droit plus que légitime n'est pas aussi évident ! «La canicule est insupportable surtout avec les coupures d'eau. L'eau du robinet ne coule, en fait, que deux heures le matin et avec un

faible débit dans une zone entourée de barrages...», indique Amir, mécontent. Et d'ajouter que faute d'entretiens desdits barrages, l'eau qui dépassait la capacité était versée dans la mer, et ce, depuis trois ans ! Amir sait parfaitement que, pour résister à la canicule, il est impératif de boire beaucoup d'eau et de prendre des douches fraîches, surtout pour les personnes qui ne disposent pas de la climatisation chez elles. Or, ce geste qui devrait sauver la situation s'avère être impossible à Nefza et dans toutes les régions où le raccordement au réseau de l'eau potable fait défaut. «Il est important d'éviter de sortir durant les heures de pic, à savoir entre 11H et 15H, ce qui n'est pas donné à tout le monde. Pour les travailleurs notamment ceux dont le métier exige de passer la journée dehors, comme les maçons et les

agriculteurs, une telle précaution ne peut être prise», renchérit-il.

BIEN AVISÉ CONTRE LA CANICULE

Parmi les personnes qui travaillent à l'extérieur figure Khalil Abdelmlak. Ce jeune papa travaille dans une société d'importation de céramiques et de sanitaires. La nature de son boulot l'oblige à rester longtemps exposé au soleil. Pour se protéger contre la chaleur et les UV, il enfile, inmanquablement, un pull manches longues en coton et se couvre la tête d'un chapeau de paille «mdhalla». «La mdhalla en paille naturelle protège le visage, le cou et les épaules du soleil», précise-t-il. Tout au long de la journée, Khalil s'applique à l'hydratation de son organisme. «Je bois, quotidiennement, entre 3 et 5 litres d'eau. Je consomme aussi des oignons qui, dit-on, sont efficaces contre les coups de chaleur», renchérit-il. Une fois rentré à la maison, vers le coup de 15h, il prend sa douche et reste au frais et ne sort de chez lui qu'après la prière d'el Icha, soit après 21h30. Certes, Khalil et sa petite famille ne disposent pas de climatiseur, mais leur maison située au rez-de-chaussée, n'est pas trop exposée au soleil. Si Khalil parvient à maîtriser la situation en l'absence de climatisation, ce n'est point le cas de son père. «Pour mon père qui est âgé, poursuit-il, il a besoin d'être bien au frais. Pour ce, à la climatisation s'ajoute un ventilateur afin qu'il puisse se sentir bien et éviter d'éventuels malaises».

GHASRET EL MARZEM

Chahrazed, l'épouse de Khalil est originaire de Kairouan, où une température record a été enregistrée, récemment, soit 48,4°C. Sa famille souffre le martyr dans ce climat étouffant. «Ma famille n'a d'autre choix que de passer la nuit à la terrasse où il fait toujours très chaud...», indique-t-elle. Cette jeune famille est issue d'une famille d'agriculteurs. Elle a une toute autre explication pour la présente vague de chaleur. «Nous sommes en plein dans ce qu'on appelle dans le jargon des agriculteurs Ghasret el Marzem ; el Marzem étant le nom d'une étoile. Dans cette période, située entre le 7 et le 13 juillet, les températures atteignent un niveau très haut. C'est



le moment propice pour les reptiles, les scorpions et les insectes de quitter leurs gîtes et de se multiplier. Un moment qui est à leur profit et à nos détriments», explique-t-elle, sarcastique.

COUPURE D'EAU ET LE DISTRIBUTEUR D'ÉLECTRICITÉ QUI CRAQUE ...

Le gouvernorat de Sidi Bouzid figure, aussi, parmi les régions les plus touchées par la canicule. Awatef Ben Abdallah, enseignante, y vit ainsi que sa famille. La semaine dernière, elle a dû mettre en marche deux climatiseurs afin de pouvoir tenir le coup. «Certes, mais j'étais obligée à chaque fois de remettre en marche le distributeur d'électricité qui, faute d'énergie suffisante, lâchait prise à chaque fois», indique-t-elle, ironique. Awatef débranche les climatiseurs le matin afin d'aérer la maison. Le soir, l'aération s'impose aussi le temps d'une heure, soit de 20h à 21h, puis rebelote ! «L'été a toujours été dur en Tunisie. C'est la saison chaude et c'est normal. Sauf que cela devient plus pénible à vivre, probablement en raison du manque d'étanchéité susceptible de réduire l'effet de la chaleur. D'autant plus que les foyers en étage sont plus concernés par les chaleurs que ceux au rez-de-chaussée», ajoute-t-elle. Awatef endure elle aussi les coupures d'eau. Elle prend son mal en patience, dans l'attente du programme qu'elle a concocté pour les vacances.

CLIM' NON-STOP !

Il faut dire que certaines personnes

supportent mal la chaleur, plus que d'autres. Yosra Ben Abdennebi, responsable dans une société d'assurances, doit son bien-être à la climatisation. Cette jeune femme recourt à la clim tout au long de la journée, là où elle va. «J'habite dans un appartement au quatrième et dernier étage. L'orientation de l'appartement est vers le sud. Du coup, la chaleur est suffocante. C'est pour cette raison qu'une fois rentrée à la maison, je mets le climatiseur en marche, à la température minimale. Tant que je suis à la maison, la clim fonctionne. L'idée de résister à la chaleur en fermant le climatiseur pour maîtriser la facture de l'électricité ne me tente aucunement», avoue-t-elle. D'ailleurs, au bureau comme en voiture, Yosra utilise la clim, comme par réflexe. «Durant cette période de grosse chaleur, je tiens à boire beaucoup d'eau, à me couvrir les bras lorsque je conduis et à appliquer un écran solaire, toutes les deux heures», ajoute-t-elle.

Manifestement, l'été 2023 serait des plus durs. Néanmoins, il est possible d'atténuer, désormais, l'effet du réchauffement climatique par des moyens simples, pas coûteux et qui ne demandent qu'une volonté commune pour les établir. M. Mehrez Ghannouchi, qui se trouve à chaque fois dans l'obligation d'annoncer une situation climatique redoutable, ne manque pas d'attirer l'attention sur des mesures ô combien à la portée de tous : planter un arbre devant chaque maison permettrait d'atténuer de 4°C les températures et réduire ainsi l'ampleur de la canicule. Autant le faire !



LES ROBES MUST HAVE DE LA SAISON

L'été est déjà là, et pour être la plus stylée de la saison, on mise sur les robes d'été qui illuminent notre teint et ajoutent du pep's à notre look... Qu'on la choisisse fleurie, longue ou courte, colorée ou unie... la robe reste tout de même une pièce essentielle et basique dans nos garde-robes... A enfiler et à porter à toutes les occasions et lors de tous les événements... Il y en aura ainsi pour tous les goûts et les envies.

Par H.SAYADI

La robe est une pièce ultra-féminine et pratique. On l'enfile facilement et on peut la marier avec d'autres pièces pour la mettre en valeur afin d'avoir un total look chic et élégant. Pendant la saison estivale, la robe devient la pièce favorite de plusieurs d'entre nous pour son côté confortable, léger et surtout fashion... Dans ce numéro, on vous dévoile les robes tendance à avoir absolument dans sa garde-robe durant cette saison... Nous l'avons bien remarqué cette année, la grande tendance en matière de pièces à porter, notamment la robe, sera les couleurs et les teintes chaudes qui se marient bien avec la saison de l'été... Les couleurs se fondent bien pour apporter une touche vitaminée à tout le look et booster le teint. On opte pour les couleurs dérivées de l'orangé, le jaune, le jaune citron, le vert et le bleu aussi. Quant aux coupes, on peut choisir les robes longues, évasées ou droites pour celles qui ont une taille parfaite et qui sont ornées par une ceinture au niveau de la taille ou un ruban au niveau de la nuque pour une silhouette super-élégante et féminine. Côté chaussures, on privilégie les sandales à plateformes ou les mules à mi-talon pour un style très snob et habillé, adapté pour des occasions officielles, pour

aller au bureau...

Pour celles qui veulent avoir un look décontracté et confortable, elles peuvent miser sur la robe en jean qu'on porte avec des baskets et un tote bag. On choisit la coupe de sa robe selon sa morphologie et on peut également en porter avec un chemisier en blanc pour un look très fashion. La robe fleurie reste un classique indémodable et une robe estivale par excellence qui peut être portée lors des jours ensoleillés. Adaptée à tous les âges, la robe fleurie est une bonne option pour toutes celles qui cherchent à avoir un look ultra tendance tout en restant dans la simplicité et le snobisme. On accessoirise cette robe avec un collier et des boucles d'oreilles couleur dorée, un chapeau style capeline et des sandales ou nu-pieds pour un véritable look romantique. Pour les coupes et longueurs des robes, nous avons l'embarras du choix. On peut choisir la coupe et la longueur qui va à merveille avec notre morphologie et qui mettra en évidence nos atouts en affinant la silhouette et en cachant nos petites imperfections et défauts. A profiter au maximum de cette pièce basique et essentielle durant toute la saison pour être la plus belle des fashionistas.



CANICULE 2023 : PRÉVENIR LES DANGERS LIÉS À LA FORTE CHALEUR

Par D.B.S

La canicule 2023 a incité plusieurs pays à instaurer un plan national canicule afin de sensibiliser au mieux la population quant à l'impératif de se protéger et de protéger ses proches, notamment les personnes à risques, du danger de la forte chaleur. Rappelons que l'on désigne par canicule toute période de très forte chaleur ininterrompue de jour comme de nuit et qui dépasse trois jours successifs. Les répercussions de la canicule sur la santé publique doivent être prises en considération et par la population et par les organismes nationaux afin de les prévenir.

En effet, une très forte chaleur fatigue le corps et peut engendrer des malaises souvent graves. Un coup de chaleur, une hyperthermie, une déshydratation, une aggravation même des pathologies chroniques ; autant de signes qui laissent deviner un danger imminent. Pis encore : en cas de crampes, de fièvre dépassant les 39°C, de soif intense, de somnolence anormale, de peau rouge et chaude, de nausée et de maux de tête, il devient urgent de solliciter l'aide d'un médecin ou d'un staff urgentiste. La canicule est redoutable pour tous. Elle l'est encore plus pour les personnes à risques, notamment les nourrissons, les enfants, les personnes âgées, les malades chroniques et les travailleurs actifs

sous le soleil ou encore dans des espaces dégagant de la chaleur.

PRÉVENIR LA DÉSHYDRATATION ET L'HYPERTHERMIE

Pour se protéger et protéger ses proches de l'impact de la canicule, des mesures de précaution sont à prendre et à perpétuer tout au long de la saison estivale. Le spectre de la déshydratation rode et pour le prévenir, il convient de boire régulièrement de l'eau sans même atteindre d'avoir soif. Avant de sortir de chez soi, il est recommandé de se munir d'une bouteille d'eau fraîche, indispensable pour le trajet. Quant aux enfants et aux personnes âgées, il est impératif de leur donner à boire de l'eau et des boissons fraîches peu ou non sucrées tout au long de la journée et même le soir. L'objectif étant double : prévenir la déshydratation et l'hyperthermie. Cette dernière peut être évitée, aussi, grâce aux douches fraîches ainsi qu'aux rafraîchissements récurrents. Se mouiller fréquemment le visage, le cou et les bras aide le corps à maintenir sa température à la normale. Boire des liquides rafraîchissants et manger équilibré garantit le bon équilibre de son organisme surtout durant cette période de grosse chaleur. Certes,



faire du sport est bon pour la santé, mais pas durant la canicule. Les sportifs doivent faire preuve de vigilance et ne pas tomber dans l'excès.

RESTER AU FRAIS

Pour les sorties, il est fortement recommandé d'éviter les heures de pic caniculaire, à savoir la période située entre 11h00 et 16h00. Mieux vaut rester au frais et, à défaut de logement ventilé ou climatisé, passer le temps de la sieste dans un espace public climatisé notamment dans un supermarché, un mall, etc.

Par ailleurs, maintenir son logement le plus frais possible contribue au confort et au bien-être durant cette vague de chaleur. Il suffit parfois de mouiller le parterre et de fermer les volets pour retrouver un climat supportable. Quant à l'aération de la maison, il est préférable qu'elle soit effectuée le soir, quand il fait plus frais.

PRENDRE SOIN DES JUNIORS ET DES SENIORS

Autres précautions à prendre pour le bien de ses proches : éviter de laisser patienter des personnes vulnérables, notamment des enfants, des personnes âgées ou des personnes malades ou en situation de handicap, dans la voiture ou dans un espace non

ventilé. Les parents sont appelés à alléger les tenues des enfants au maximum et leur donner, souvent, des bains frais soit 1°C ou 2°C en dessous de la température corporelle. Quant aux personnes âgées, elles sont appelées à enfiler des tenues fraîches et humides s'il le faut. Pour les malades chroniques, atteints de maladies respiratoires ou cardiovasculaires, il est impératif de consulter le médecin en cas de malaise ou de gêne respiratoire inhabituelle.

LES TRAVAILLEURS : REDOUBLEZ DE VIGILANCE !

La canicule menace fortement les personnes travaillant en plein-air (les maçons par exemple) ou dans des espaces dégageant de la chaleur comme les boulangeries, les pressings, les fonderies, les industries agroalimentaires, etc. Aussi, ces gens-là sont-ils appelés à être plus vigilants quant à la survenue de signes anticipant un coup de chaleur, une insolation ou autre malaise redoutable. Il est toujours utile de rappeler de porter des vêtements en coton blanc ou clair, porter un chapeau en paille naturelle, des lunettes de soleil anti-UV et d'appliquer un écran solaire pour protéger sa peau.

* Source : www.doctissimo.fr

CANICULE ET SÉCHERESSE : LIMITER LES DÉGÂTS

Le jardin est parfois soumis à de rudes épreuves : la canicule brûle les végétaux, les fait souffrir, et lorsque la sécheresse complète le tableau, le jardinier devra mettre en œuvre quelques gestes bien utiles pour limiter les dégâts.

LA CANICULE : UN PHÉNOMÈNE ANNUEL

La canicule est un épisode de chaleur exceptionnelle durant généralement plus de trois jours et se produisant en période estivale. L'amplitude thermique entre le jour et la nuit diminue alors mais les températures nocturnes restent relativement élevées.

La notion même de canicule est subjective et dépend, bien sûr, de la région et du pays où elle survient.

LA SÉCHERESSE : PARFOIS SOURNOISE

La sécheresse est une période où les précipitations naturelles se font rares voire inexistantes. Elle survient surtout en été sous nos latitudes mais peut aussi avoir lieu en hiver ce qui la rend plus sournoise surtout dans nos jardins.

COMMENT PROTÉGER LE JARDIN DE LA CANICULE ET DE LA SÉCHERESSE?

C'est en été que les deux phénomènes agissent conjointement, le jardinier devra donc être particulièrement vigilant en cette période. Quelques gestes simples permettront néanmoins de limiter les dégâts.

AU BALCON

Les plantes cultivées en pots sur la terrasse ou le balcon sont très sensibles à la canicule et à la sécheresse car elles vivent dans un espace restreint et ne peuvent pas chercher l'humidité en profondeur dans le sol. Le substrat sèche très vite et le jardinier devra alors compenser avec des arrosages très fréquents voire journaliers surtout si le balcon est exposé plein Sud. Dans ce cas, un voile d'ombrage sera nécessaire afin de tamiser le soleil direct pour ne pas que les plantes « grillent » littéralement.

Les habitants des régions les plus chaudes de notre pays, possédant un balcon ainsi exposé, pourront s'adapter à la situation en investissant dans une collection de cactées et de plantes supportant bien ces conditions, ce qui facilitera l'entretien et limitera les soucis en ces périodes de fortes chaleurs.

AU POTAGER

Au jardin potager, les fruits et légumes subissent eux aussi de plein fouet les effets conjoints de la canicule et de la sécheresse. Le manque d'eau, la chaleur écrasante et le soleil brûlant craquent la terre qui forme alors une croûte dure laissant difficilement passer l'eau d'arrosage. Un binage régulier du sol aidera à y remédier. Vous pourrez en profiter pour supprimer toutes les herbes indésirables dont les racines superficielles « pompent » toute l'eau de vos légumes avant qu'elle n'atteigne les zones les plus profondes.

Ensuite, il sera temps d'installer un paillage épais qui aura pour fonctions d'empêcher la repousse des herbes, de limiter l'évaporation et de fertiliser progressivement le sol. Pour

être utile, n'oubliez pas que ce paillage devra au moins compter 20 cm d'épaisseur.

L'arrosage est aussi un élément essentiel en ces périodes difficiles au jardin ; il sera fait au pied de chaque plante, le soir après le coucher du soleil et de façon abondante afin de bien mouiller le sol en profondeur. L'installation d'un système d'arrosage automatique avec programmateur intégré peut être d'un grand secours car il permet de contrôler la quantité exacte nécessaire à chaque plante sans fatigue et sans contrainte. A vous la liberté !

AU JARDIN D'ORNEMENT

Au jardin d'ornement tout comme au potager, un bon paillage permettra de limiter les dégâts. Il pourra être installé au pied des haies, mais aussi dans les massifs ou les bordures pour conserver une fraîcheur salvatrice à la terre.

En période de canicule, n'hésitez pas à brumiser les feuillages des plantes les plus demandeuses en humidité comme les fougères, mais seulement le soir à la fraîche ; jamais en pleine journée au risque de causer des brûlures sur les feuilles. Le parfum des jasmins, chèvrefeuilles et autres plantes odorantes en seront exhalés. Attention, certaines plantes comme les asters ou les rosiers tolèrent mal les brumisations qui peuvent entraîner l'apparition de maladies cryptogamiques sur le feuillage.

Au jardin d'ornement aussi, un arrosage copieux et journalier aux pieds des plantes devra venir compléter ces mesures, le temps que la chaleur se dissipe un peu et que les précipitations vous viennent en aide.

Enfin, songez que les épisodes de sécheresse risquent de devenir fréquents, voire récurrents en été : pensez à privilégier les plantes qui ont su s'adapter à la sécheresse.

DANS LA SERRE

Dans la serre, la température peut bien vite devenir insoutenable ; des mesures d'urgence s'imposent alors. Sortez un maximum de plantes au jardin à la mi-ombre si cela s'avère possible, et ouvrez toutes les fenêtres et portes pour favoriser le brassage de l'air et une bonne ventilation pour les plantes restant à l'intérieur. Un ombrage est absolument indispensable en ces temps de chaleur étouffante, de soleil éclatant et de sécheresse

Pour créer un peu de fraîcheur, n'hésitez pas à arroser le sol et les parois de la serre le matin tôt ; l'humidité ainsi créée sera bénéfique. Le soir, un arrosage copieux sera également indispensable. Attention ! Dans de telles conditions, maladies et parasites trouvent un terrain d'attaque idéal. Vérifiez souvent l'état sanitaire de vos végétaux et pulvérisez préventivement des purins de plantes pour éviter leur apparition.

Source : www.gerbeaud.com

MONCEF BEN AMOR, ANCIEN HANDBALLEUR INTERNATIONAL DU SN

«CONSULTER LES GENS D'EXPÉRIENCE NE SERAIT PAS DE TROP»

A son palmarès: 3 finales de coupe de Tunisie (dont une en tant que joueur), une accession avec le SN et EBSBK, une 4^e place asiatique avec le Bahrein en 1983 à Seoul, une participation au championnat du monde 1967 en Suède, et aux Jeux méditerranéens 1967 à Tunis. Cet ancien professeur d'éducation physique et sportive et entraîneur de 3^e degré est marié et père de trois enfants.

Propos recueillis par Tarak GHARBI

MONCEF BEN AMOR, VOUS ÊTES ISSU D'UNE GRANDE FAMILLE SPORTIVE

Déjà, mes deux frères Abdelkader et Fethi ont pratiqué le hand au SN. Le premier a joué à mes côtés avant de partir en Belgique. Mon épouse Mahbouba est prof de sport, mon fils Marwène a joué à l'ASH, à l'ESS... Mon fils Mohamed a été joueur-entraîneur à Bizerte. Quant à Mourad, il a choisi la marine militaire.

LE 25 MARS 1967, EN QUARTS DE FINALE DE LA COUPE DE TUNISIE, VOUS ACCOMPLISSEZ AVEC VOTRE CLUB, LE STADE NABEU LIEN, UN EXPLOIT INACHEVÉ. VOUS AVEZ ÉTÉ BATTU SUR LE SCORE INCROYABLE DE (3-2), UN SCORE DE FOOTBALL. COMMENT UNE RENCONTRE DE HANDBALL PEUT-ELLE DÉBOUCHER SUR PAREIL RÉSULTAT ?

Ce match est passé dans la légende, ne serait-ce que par ce score insolite. Nous jouions au stade Chelly de Nabeul sur terre battue. On peut penser que la pelouse était lourde. Non, ce n'était pas le cas: ce jour-là, il n'a pas plu, et il n'y avait pas de vent non plus. Mais il faut se rappeler que le Stade Nabeulien faisait fureur, il représentait une terre pour les deux grandes équipes reines de l'époque, l'Espérance de Tunis et le Club Africain. Il venait

tout juste derrière eux dans la hiérarchie. Nous avons joué un match défensif parfait. A la mi-temps, le score était de (2-2). J'ai marqué un but, Mustapha Koudja l'autre but des nôtres. Après le repos, Abdelaziz Zaibi a inscrit le but de la victoire. Nous étions très forts dans l'observation et l'étude de l'adversaire sur ses deux ou trois derniers matches. Nous avons su neutraliser ses points forts. C'était le CA des Zaibi, Abderrahmane Hammou, Mourad Boularès, Omrane Ben Moussa, Abdellatif Abeid, Yacoubi... Nous avons tout simplement dompté un tigre, le futur champion de Tunisie.

DE LA FAÇON DONT VOUS TENIEZ TÊTE AUX MASTODONTES, VOUS EXERCIEZ UNE SORTE D'ENVOÛTEMENT SUR VOS ADVERSAIRES À TEL POINT QUE VOUS AVEZ ÉTÉ TOUT PRÈS D'ENLEVER UN TITRE ?

Oui, sans évoquer les finales de la coupe de Tunisie perdues, il y eut le souvenir de la saison où nous aurions dû remporter le championnat sans des décisions arbitrales défavorables qui ont servi de coup de pouce en faveur de l'EST. Nous avons été en tête durant les deux tiers du parcours. Nous pratiquions un hand très spectaculaire, notre marque de fabrique. De rage, à Mahdia, devant d'aussi criardes



injustices arbitrales, notre dirigeant Farouk Kallel a carrément avalé la feuille de match. Notre talent ouvrait la porte à des ambitions qui nous étaient, paraît-il, interdites. Mais que voulez-vous, les referees avaient un comportement tordu. Ils roulaient pour les plus forts.

C'EST VOTRE PLUS MAUVAIS SOUVENIR ?

Incontestablement. Avec, également, les accusations dont je fus l'objet alors que j'entraînais El Baâth de Beni Khair. Nous rencontrions le Stade Nabeulien qui jouait le maintien. Les temps avaient déjà changé pour les Potiers qui ont montré la



voie à leurs voisins du Cap-Bon: EBS Beni Khair, USTémimienne, AS Hammamet, US El Mida... J'ai été pris à partie par les supporters khiaris qui m'accusèrent injustement d'avoir facilité la victoire du SN. En fait, celui-ci n'avait pas besoin de mes services pour gagner.

QUI DIT «RETOURNÉ», DIT MONCEF BEN AMOR. QUEL EST LE SECRET D'UNE TELLE RÉPUTATION ?

Il s'agit d'un geste technique très difficile qui exige un degré de coordination et de synchronisation des gestes très avancé. Il faut avoir pratiqué l'athlétisme, les lancers (javelot, poids, marteau...) pour l'accomplir à la perfection. Par bonheur, j'avais longtemps tâté à l'athlétisme. Mais j'avais également d'autres qualités: organisateur-buteur, je servais le pivot dans un trou de serrure. Noureddine Dhouib, Habib Ouerfelli et Noureddine Jemaâ peuvent en témoigner.

D'ailleurs, nous disposions d'un

riche arsenal. Notre Sept rayonnait de talent et de joie de vivre. Nous avons vite adopté cette discipline parce qu'elle copiait pratiquement ce qui se faisait dans le basket, un autre sport pratiqué de la main. Dans le quartier, nous jouions le basket, sur la plage, et le volley. Le basket n'était pas très loin. Ainsi, 80% de nos joueurs étaient polyvalents, capables de pratiquer ces trois disciplines et bien d'autres. Mais le SN ne possédait pas les moyens pour recruter les meilleurs joueurs. Nous nous y étions essayés avec Ben Othmane et Pakis, mais cela devait s'arrêter là. À défaut de gros gabarits, nous devions privilégier l'enthousiasme, la technique et le jeu collectif.

A PROPOS, COMMENT UNE VILLE DE BASKET S'ÉTAIT-ELLE ADAPTÉE À UN NOUVEAU SPORT, LE HANDBALL QUI A MÊME FAIT À UN CERTAIN MOMENT DE L'OMBRE AU SPORT-FAVORI ?

Le tournant décisif a été l'installation

à Nabeul en 1960 de Jalaeddine Agha, président de la Fédération tunisienne de handball de 1956 à 1963 et qui a exercé les fonctions de directeur de la Recette des finances. Il a été vite séduit par cette cité férue de basket. Il a installé au stade Chelly, en face de l'hôpital régional, des cages, des filets, a tracé un terrain de hand et invité l'équipe est-allemande de Leipzig à se produire à Nabeul contre l'équipe nationale avec les Moncef Hajjar, Mohamed Gritli, Hassen Mejri... Nous étions jeunes. Ce «football pratiqué des mains» nous plut sur le coup. M.Agha offrit à notre club engagements et licences gratuitement.

Nous avons commencé avec des moyens dérisoires: deux ou trois ballons, l'eau des douches était froide, nous effectuions deux ou trois séances d'entraînement par semaine sans plus... Grâce aux efforts et aux sacrifices de dirigeants aussi dévoués que Mohamed El Feki, Habib Ben Brahem,

Tahar Bahroun, Abdelkader Ladhieb..., une équipe a vu le jour. Farouk Kallel assurait la préparation psychologique. Mohieddine Ezzine, Slah Turki, Habib Bouaouina dit Hbaiech... en constituèrent le premier noyau.

Au bout de deux saisons, nous accédions en première division. Nous allions tout de suite accrocher les meilleurs: ASPTT, Zitouna, CA Gaz...

Nous pouvions par la suite compter sur un excellent gardien de but, Moncef Kerkenni, un grand défenseur, Mustapha Khouja, un pivot de classe, Faouzi Belhadji... Puis arrive la génération des Raouf Ben Othmane, Fethi Aounallah, Lotfi El Behi, Fethi Saâd, mon frère Fethi Ben Amor...

LE TALENT A FINI PAR MANQUER AU SN. LA CHUTE S'ÉTAIT DES-SINÉE À PARTIR DU MILIEU DES ANNÉES 1970. QUELLES EN SONT LES RAISONS ?

D'abord, il n'y avait plus de travail de détection dans les écoles et lycées. Ensuite, les moyens financiers manquèrent terriblement. Le choix des techniciens des catégories des jeunes était erroné, arbitraire parfois.

Le cadre dirigeant changeant tous les deux ans, sans parler de celui technique, il n'y a plus eu de projet de jeu. L'infrastructure n'a pas suivi. Il aurait fallu couvrir le stade Chelly et ouvrir la salle de la Plage qui était désaffectée, et depuis longtemps abandonnée.

A Nabeul, il faudrait plusieurs centres de formation. Enfin, on a comme l'impression qu'on ne veut pas vraiment des enfants du club. On ne les sollicite presque jamais. Il est urgent d'initier un plan de travail sur trois ans pour redonner au club son lustre d'antan. Pour cela, un minimum de stabilité est indispensable. Consulter les gens d'expérience ne serait pas de trop.

A UN CERTAIN MOMENT, DANS LES ANNÉES 1980, VOUS AVEZ REFUSÉ DE PRENDRE EN MAIN LE SEPT NATIONAL FINALEMENT CONFIE À LAMJED AMROUSSI. POURQUOI ?

En ce temps-là, cela ressemblait à un cadeau empoisonné. Un mois avant les championnats d'Afrique, il était suicidaire d'accepter une telle charge. Je ne voulais pas servir de roue de secours.

POURTANT, UNE AUSSI PETITE NATION DE HANDBALL QUE LE BAHREIN, VOUS N'AVIEZ PAS HÉSITÉ À LA PRENDRE EN CHARGE ?

Oui, mais j'ai eu suffisamment de temps pour installer mon projet de jeu. Résultat: deux nuls contre l'Algérie, une défaite par un seul but face à la Tunisie, une 4^e place aux championnats asiatiques 1983 à Seoul, et une 4^e place aux championnats arabes au Maroc en 1984. Je raffole de ce genre de situations où je fais d'un ensemble modeste ou moyen un superbe challenger capable de tenir tête aux plus forts et de bousculer la hiérarchie. Avec El Baâth de Beni Khair, nous étions menés par cinq buts à cinq minutes de la fin, en finale de la coupe Abdelaziz Ghelala face au Wydad Montfleury conduit par feu Sadok Baccouche. Nous nous sommes au final imposés d'un but. Nous avons également accroché l'Espérance de Mounir Jelili, Moncef Besbès...

COMMENT ANALYSEZ-VOUS LA SITUATION DU HAND TUNISIEN D'AUJOURD'HUI ?

Trois locomotives tirent la petite sphère vers le haut: CA, EST et ESS. Deux autres locomotives aideraient sensiblement à porter cette discipline très loin. A présent, nous en sommes à exporter des talents en Europe, ce qui donne une idée de l'énorme potentiel que recèle notre HB. La puissance et la vitesse ont été développés. Le travail mental aussi. Nous réussissons à rivaliser avec les meilleurs. La sélection nationale est invitée un peu partout. Il faudra néanmoins se tourner vers le hand du cru, celui d'un Sud du pays capable de nous révéler de gros gabarits, de petits phénomènes de la nature. Il me semble que le vivier du Sud reste très mal exploité.

QUEL EST À VOTRE AVIS LE PLUS GRAND HANDBALLEUR DE TOUS LES TEMPS ?

Ils sont nombreux, à vrai dire. Chaque époque a proposé ses monstres sacrés: Mounir Jelili, Hachemi Razgallah, Mustapha Khaladi, Abdelaziz Ghelala, Moncef Kerkenni, Ryadh Sanaâ, Moncef Besbès, Moncef Oueslati...

A QUI DEVEZ-VOUS VOTRE PROMOTION EN ÉQUIPE NATIONALE ?

Au Roumain Popa. Il nous a lancés dans le grand bain Jelili, Faouzi

Ksouri, Omrane Ben Moussa et moi-même en même temps. Nous avons été alignés contre la France et la Tchécoslovaquie aux championnats du monde en Suède. Au sein de la sélection 1967, nous formions une famille unie et solidaire: Riahi, Hammou, Baccouche, Ghelala, Boularès, feu Khalladi aussi. J'ai été invité au mariage de sa fille alors qu'il nous avait déjà quittés. Je dois ma formation à Moncef Hajjar et à Doumergue. Le président fédéral Abdelhamid Mlayeh m'a fait participer à deux stages d'entraîneur gratuitement en Allemagne.

QUEL A ÉTÉ VOTRE MEILLEUR MATCH ?

Contre le CA Gaz, lorsque le SN s'est qualifié pour les demi-finales de la coupe (7-6). J'ai inscrit ce jour-là 5 buts. Je me rappelle aussi d'un CSHL-SN (3-3). Nous avons pratiqué pour la première fois le 4-2. C'était une innovation alors. Nous avions marqué en individuel Abdelaziz Ghelala et Ahmed Berrehouma.

UN SOUVENIR DE CET IMMENSE JOUEUR QU'ÉTAIT GHELALA ?

Oui, le CSHL venait de jouer et perdre à Nabeul. Ses joueurs sont partis manger dans un restaurant du centre-ville. Aux vestiaires réservés au CSHL, un ouvrier du stade Chelly avait laissé sa kachabia. Au départ des Hammam-Lifois, il ne l'avait plus retrouvée. J'ai rejoint avec cet ouvrier le restaurant Neji où les visiteurs étaient déjà installés. J'ai raconté à Ghelala ce qui s'était passé. Alors, il a demandé aux joueurs qui a volé la kachabia. Silence total. Il a ensuite invité chacun parmi ses coéquipiers à ouvrir son sac. Il les a poussés de la sorte dans leurs derniers retranchements. On a vite retrouvé l'objet volé dans le sac d'un des joueurs. Ghelala lui administra une claque qui a fait retourner tous les clients du restaurant. Il l'expédia hors des lieux, lui criant de ne plus mettre les pieds au club. Je n'oublierai jamais cette scène-là. C'était une autre manière de penser et de se comporter. La discipline primait. Bref, un autre âge.

ENFIN, SI VOUS N'ÉTIEZ PAS DANS LE SPORT, QUELLE AUTRE CARRIÈRE AURIEZ-VOUS EMBRASSÉE ?

Enseignant universitaire de français. C'était mon ambition. Mais le hand en décida autrement.

HOROSCOPE

21 MARS AU 19 AVRIL



BÉLIER

Vous sentez vos émotions avec puissance, les plus agréables comme les mauvaises, ce qui peut vous fatiguer légèrement. Vous avez tendance à vous rebeller contre l'autorité, et si cela pourrait se révéler positif en cas d'injustices, ne vous braquez pas dans une posture d'insubordination obtuse.

20 AVRIL AU 21 MAI



TAUREAU

Démarrer une nouvelle relation par simple curiosité risquerait d'avoir des conséquences désagréables. Vous essayez de maîtriser votre environnement, mais apprenez aussi à lâcher du lest. Cela étant, les astres vous apportent leurs faveurs et vous rayonnez cette semaine !

21 MAI AU 21 JUIN



GÉMEAUX

Gémeaux, cette semaine pourrait vous conduire à passer du temps avec vos aînés : prenez le temps d'écouter ce qu'ils ont à vous apprendre. Si vous ressentez un grand moment de faiblesse en ce moment, la semaine devrait être salvatrice et vous apporter son lot de réconfort.

22 JUIL AU 22 AOÛT



LION

Vous êtes dans une dynamique d'accumulation de biens matériels, priorité à votre bien-être. Vous pourriez être sujet à une fatigue excessive cette semaine. La clé réside dans le sommeil. Vous pourriez manquer de chance : évitez à tout prix les paris, et réfléchissez à deux fois avant tout investissement.

23 AOÛT AU 22 SEP



VIERGE

Les gens qui vous font vous sentir en sécurité ont une présence importante pour vous cette semaine : vous avez besoin de vous sentir soutenu. Votre ego a une place prépondérante vis-à-vis de vos relations. Vous pourriez faire preuve d'imprudence : évitez les sports à risques, car vous risquez de trop en faire, et de négliger le repos nécessaire.

23 SEP AU 22 OCT



BALANCE

Bénéficiez des opportunités qui se présentent cette semaine, mais n'oubliez pas non plus de vous ménager quelquefois. Si l'on peut difficilement dire que votre autorité a de l'effet, c'est compensé par la tendresse et l'écoute dans de votre famille.

23 OCT AU 22 NOV



SCORPION

Vous vous tournez vers autrui sans hésiter et vous êtes particulièrement à l'écoute, mais ne prenez pas le risque d'agacer vos amis en faisant preuve d'une prétention de façade pour camoufler vos failles. Vous avez droit à des moments de sérénité bien mérités côté cœur, profitez-en

SIGNE DU MOIS



CANCER
22 JUIN AU 21 JUIL

AMOUR

De belles énergies créatrices de sentiments puissants, solides, activent en votre vie le meilleur de votre cœur ! Vous ressentez ce qui vous fait du bien avec beaucoup d'acuité, vous êtes pleinement à l'écoute de vos ressentis affectifs. Vous vous sentez heureux !

ARGENT

Aujourd'hui, d'inédites perspectives d'avenir financier viennent à votre esprit. Ces idées sont positives si vous les mettez en application avec de la ténacité. Par ailleurs, privilégiez les contacts auprès de votre entourage si vous voulez continuer à bien gérer votre argent.

SANTÉ

Vous réussissez à mobiliser votre patience et vos efforts pour parvenir à vos buts, votre pratique sportive en bénéficiera. Les choses sont plus intenses que de coutume et vous pourriez connaître des émotions extrêmes, qui vous épuisent tout en vous stimulant.

Vous pourriez vous réfugier dans vos pensées plutôt que de regarder en face les problèmes de votre foyer. Vous risquez d'éprouver quelques peines côté vitalité : vous avez besoin de prendre soin de vous, et on ne lésine pas sur le petit-déjeuner !

23 NOV AU 21 DÉC



SAGITTAIRE

Ce n'est pas la meilleure des semaines pour vous. La forme n'est pas au rendez-vous et vous vous sentez un peu vide, vous ressentez le besoin fort de vous libérer de tensions. Si vous avez pris des risques sur les dernières semaines, ceux-ci pourraient avoir des répercussions dommageables.

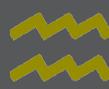
22 DÉC- AU 19 JAN



CAPRICORNE

Vos finances personnelles vous donnent du fil à retordre. Tenez-vous éloigné des sites marchands et examinez vos achats secondaires avec prudence. Des situations compliquées peuvent apparaître au sein de votre foyer, mais vous pourrez en sortir grandi.

20 JAN AU 19 FÉV



VERSEAU

Compte tenu du climat astral actuel, il y a des obstacles à prévoir sur le plan romantique. Vos enfants ou vos parents pourraient mettre vos nerfs à rude épreuve : préparez-vous à devoir gérer des disputes que vous pensiez désamorçées. Vous souffrez d'une petite forme cette semaine, vous accorder une pause gourmande pourrait vous soulager.

20 FÉV AU 20 MARS



POISSON