

**ACADÉMIES SPORTIVES - DES STRUCTURES  
NOMBREUSES ET LUCRATIVES**

# **LE SPORT, UN ATOUT POUR LES JEUNES**



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 24 SEPTEMBRE 2023 - N°1832



# 4

## EN COUVERTURE

ACADÉMIES SPORTIVES -  
DES STRUCTURES NOMBREUSES  
ET LUCRATIVES

LE SPORT, UN ATOUT  
POUR LES JEUNES

Incontestablement, avec la panoplie de choix et de disciplines sportives dont bénéficient les jeunes Tunisiens, la pratique du sport, en dehors de l'école, devient indispensable pour s'épanouir et mûrir. Comment fonctionnent ces académies sportives et quelles sont les ambitions des jeunes pousses tunisiennes ?

# 6



## MUSIQUE - ÉCONOMIE

M. KARIM AMOUS, EXPERT-COMPTABLE  
ET FONDATEUR D'UN GROUPE FINANCIER  
À LA PRESSE

«LA MUSIQUE DE TARAK AL ARABI  
TARKAN EST UN SYMPTÔME DE LA  
RÉALITÉ ÉCONOMIQUE ACTUELLE  
EN TUNISIE...»

# 8



## MODE ET TENDANCE

LES PANTALONS «IN»  
DE LA SAISON

# 12



## L'INVITÉ

HAMADI TOUATI, ANCIEN DÉFENSEUR AXIAL  
DE L'EST  
«LE CHOIX DU CŒUR»

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

### ACADÉMIES SPORTIVES - DES STRUCTURES NOMBREUSES ET LUCRATIVES

# LE SPORT, UN ATOUT POUR LES JEUNES

Par Mohamed Salem KECHICHE

Incontestablement, avec la panoplie de choix et de disciplines sportives dont bénéficient les jeunes Tunisiens, la pratique du sport, en dehors de l'école, devient indispensable pour s'épanouir et mûrir. Comment fonctionnent ces académies sportives et quelles sont les ambitions des jeunes pousses tunisiennes ?



Les pépinières des tout jeunes sportifs sont nombreuses en Tunisie. Entre celles rattachées aux grands clubs, rares et limitées, et celles, plus nombreuses, du domaine privé et exclusivement payantes, le choix est souvent vite fait par les parents qui ne peuvent consentir à payer beaucoup d'argent pour une activité à la base divertissante. Mais il y a des académies qui sont moins onéreuses et autrement plus accessibles aux Tunisiens. A l'instar de celles des maisons des jeunes,

comme celle qui fait office d'épouvantail en matière de succès et de notoriété, la maison des jeunes d'El Menzah VI. Pour deux à trois fois moins cher qu'une inscription dans une académie de football privée, l'enfant peut s'y inscrire librement. Un bon créneau pour les parents amenés à jongler entre diverses dépenses de scolarité, de ménage et des activités parascolaires. Mais par-dessus tout, celles des grands clubs tunisiens sont en vogue et souvent très sollicitées avec des

conditions d'admission plus rigides et plus sélectives.

Le Stade Tunisien, l'EST, l'ESS ou le CA, clubs particulièrement connus pour la qualité de leurs centres de formation, ont chacun ses atouts pour attirer les futurs champions. A titre d'exemple, l'académie du Stade Tunisien, située au Bardo (Tunis), compte parmi ses adhérents les natifs de 2002 à 2018. La section jeunes du Stade Tunisien a pour but de conduire les passionnés du football à la réalisation de leurs pro-

jets sportifs professionnels et former des footballeurs accomplis. Le Stade Tunisien est un club qui a fondé son identité sur la formation. Les meilleurs joueurs de l'équipe nationale de tous les temps ont grandi en portant le maillot rouge et vert. De Noureddine Ben Yahmed (Diwa) à Abdelhamid Herguel et Jameled-dine Limam jusqu'aux frères Msakni. L'un d'eux, Herguel, est aujourd'hui associé dans une académie sportive située aux Berges du Lac, que les propriétaires veulent élever au rang de l'élite sportive nationale. D'autres anciennes vedettes comme Youssef Mouihbi et Oussama Darragi ont leur propre académie sportive. C'est une évolution naturelle du footballeur, une fois qu'il raccroche les crampons.

### Un aspect «business»

L'ancien footballeur Abdelhamid Herguel raconte les dessous des cartes de ce secteur en pleine expansion. La plupart des parents se demandent quelles sont les meilleures académies sportives en Tunisie, sachant qu'elles sont nombreuses et diversifiées, si bien qu'il est difficile de faire le tri. Sur ce point précis, Herguel estime qu'il ne croit plus réellement en la qualité de l'apprentissage du sport et du football en particulier, tel qu'il se pratique aujourd'hui. Au point de le considérer comme un «business» et que ces académies opèrent et fleurissent aux quatre coins de la Tunisie, seulement pour un intérêt financier et purement lucratif. La médiocrité de la formation technique et le déclin de la qualité du jeu à tous les niveaux et dans toutes les sections sont généralisés à de nombreux sports, outre le football, selon Herguel. La méthode de travail n'est plus la même et la qualité de formation comme celle qu'il a connue avec André Nagy n'existe plus. Au sujet des fonctions qu'il occupe actuellement dans le football tunisien, il rétorque qu'il est «à la retraite de tout depuis 11 ans, même du football dans lequel je relève une baisse du niveau des adversaires, à force de croiser des équipes de second plan, comme le Cap-Vert et la Guinée Equatoriale, alors qu'avant on affrontait régulièrement le Sénégal, le Cameroun ou la Côte d'Ivoire».

En Tunisie, le sport est une activité très populaire. Les académies spor-

## PORTRAIT ABDELHAMID HERGUEL DIGEST

Herguel, né le 27 janvier 1959 à Tunis, est un footballeur tunisien ayant évolué au poste d'attaquant (ailier droit), principalement au sein du Stade Tunisien et de l'Espérance sportive de Tunis, ainsi qu'en équipe de Tunisie. Il est le meilleur buteur en championnat, dans l'histoire du Stade Tunisien, avec 85 buts.

### Le but du siècle ?

Le 2 juin 1990 à El Menzah, au cours d'un match amical face à l'Angleterre, future demi-finaliste du Mondial 1990 en Italie, A.Herguel est au sommet de son art. Il surprend le gardien de but anglais Peter Shilton, grâce à un tir lobé des quarante-cinq mètres dont lui seul a le secret, même si c'est un but très inspiré. Dans un contexte de Coupe du Monde, il aurait été élu but tunisien du XX<sup>e</sup> siècle, rivalisant avec celui de Tarek Dhiab face au Maroc. D'autres lobs légendaires de plus de 30 mètres ont suivi comme celui de Zoubair Beya face à la RDC en éliminatoires de CDM 2002 et Maher Kanzari face à la Lettonie en amical. Le 26 juillet 1991, sa carrière internationale prend fin sur un bilan de 74 rencontres et douze buts. Son palmarès en club se constitue d'un titre de champion de Tunisie avec l'EST en 1993 mais également deux titres de champion manqués d'un cheveu avec le ST en 1979 et 1984. S'ensuivent trois finales de coupe perdues également face à l'ESS et le CA.



M.S.K.

tives ont connu un essor important ces dernières années, avec environ 10.000 centres sportifs actifs dans tout le pays. Ces académies sont souvent dirigées par d'anciens joueurs de football professionnel et offrent des installations à la pointe du progrès et des standards internationaux. Ces structures sportives pluridisciplinaires privées sont particulièrement axées sur l'activité footballistique. Cependant, ce secteur souffre de la concurrence déloyale de très nombreuses écoles anarchiques qui œuvrent dans l'anonymat et sans réglementation quelconque, en infraction de la loi. «Parmi les régions qui abritent ces académies privées, on trouve Tunis en haut du tableau avec 54 centres, suivie de Sfax et Monastir, tous les deux hébergeant chacune 50 académies», selon le moteur Edge de Microsoft.

Les académies sportives incluent la majorité des sports, à l'exception des sports américains ou britanniques. Football, rugby et sport de salle comme le handball, le basket-

ball ou le volley-ball sont largement proposés et disponibles.

### Sports populaires

En Tunisie, le sport le plus populaire est sans conteste le football. Le pays a une grande tradition dans ce sport et de nombreux Tunisiens sont passionnés par le football, qu'ils pratiquent eux-mêmes ou qu'ils regardent à la télévision. Outre le football, d'autres sports ont su trouver leur place dans le cœur des Tunisiens. Parmi eux, on peut citer le handball, le basketball et le volleyball. Ces disciplines sont pratiquées à différents niveaux, des écoles aux compétitions nationales et internationales, et contribuent à enrichir le paysage sportif tunisien. D'autres sports comme les arts martiaux (taekwondo, judo et karaté), l'athlétisme, la natation et même le tennis sont également pratiqués par les Tunisiens. Cependant, des sports comme le cyclisme, l'aviron ou la voile sont moins représentés, faute d'infrastructures, d'équipements et d'intérêt médiatique suffisant.

M. KARIM AMOUS, EXPERT-COMPTABLE ET FONDATEUR D'UN GROUPE FINANCIER À LA PRESSE

# «LA MUSIQUE DE TARAK AL ARABI TARKAN EST UN SYMPTÔME DE LA RÉALITÉ ÉCONOMIQUE ACTUELLE EN TUNISIE...»

Propos recueillis par Sabrine AHMED

**Tout d'abord, pouvez-vous nous expliquer pourquoi la musique de Tarak Al Arabi Tarkan a-t-elle un tel attrait sur les jeunes adultes tunisiens en ce moment ?**

La musique de Tarak Al Arabi Tarkan a marqué une génération entière en Tunisie dans les années 90 et 2000. Ses chansons étaient le fond sonore de l'enfance pour beaucoup d'entre nous. Elles évoquent des souvenirs de moments heureux, d'insouciance et de rêves. Aujourd'hui, alors que le pays est confronté à des défis économiques considérables, cette musique offre un refuge émotionnel, un moyen de s'évader temporairement de la réalité.

**Pouvez-vous nous en dire plus sur l'impact psychologique de cette évasion nostalgique sur les jeunes adultes tunisiens ?**

La situation économique en Tunisie, marquée par le chômage des jeunes et l'incertitude, a créé un sentiment général de stress et d'anxiété. La musique de Tarak Al Arabi Tarkan agit comme un rappel des jours plus simples de l'enfance, une époque où les soucis étaient moindres.

Cela peut aider à soulager temporairement le stress et à apporter un sentiment de réconfort. Cependant, il est essentiel de noter que cela ne résout pas les problèmes économiques à long terme.

**Vous avez raison, cette évasion offre un répit temporaire, mais les défis économiques demeurent. Comment pensez-vous que la Tunisie peut répondre à ces défis et offrir un meilleur avenir à sa jeunesse ?**

Pour offrir un meilleur avenir à la jeunesse tunisienne, des réformes économiques et sociales sont essentielles. Il est nécessaire de créer des opportunités d'emploi, de réduire les inégalités et de restaurer la confiance en l'avenir.

Cela nécessitera un effort collectif des acteurs politiques, économiques et sociaux. L'éducation et la formation professionnelle joueront également un rôle clé dans l'amélioration de la situation économique.

**Nous avons déjà évoqué l'impact psychologique de la musique de Tarak Al Arabi Tarkan. Pouvez-vous maintenant nous expliquer comment les entreprises tunisiennes peuvent contribuer à l'amélioration de la situation économique en offrant de l'assistance aux jeunes entrepreneurs ?**

Notre entreprise est fermement engagée envers le développement économique de la Tunisie et la promotion de l'entrepreneuriat. Nous avons mis en place un pro-





SOIRÉE DE TARAK AL ARABI TARKAN & FILS

gramme complet d'assistance aux jeunes entrepreneurs, notamment en fournissant des conseils financiers, juridiques et opérationnels pour démarrer et développer leurs entreprises. Nous croyons que l'entrepreneuriat est essentiel pour créer des emplois et stimuler la croissance économique.

**C'est une initiative louable. Pouvez-vous nous donner des exemples concrets de la manière où votre entreprise a aidé les jeunes entrepreneurs tunisiens à réussir ?**

Bien sûr. Nous avons travaillé avec de nombreuses startup tunisiennes, en les aidant à élaborer des plans d'affaires solides, à accéder au financement et à développer leurs activités. Par exemple, nous avons collaboré avec une jeune entreprise technologique tunisienne qui cherchait à se développer à l'international. Nous avons fourni des conseils stratégiques pour les aider à pénétrer de nouveaux

marchés et à attirer des investisseurs étrangers. Aujourd'hui, cette entreprise exporte ses produits avec succès, ce qui contribue à drainer des devises étrangères vers la Tunisie.

**Comment pensez-vous que l'assistance à l'international aux entreprises tunisiennes pourrait contribuer à renforcer la position économique du pays et à donner plus de valeur au dinar tunisien?**

L'assistance à l'international est cruciale pour diversifier l'économie tunisienne et réduire sa dépendance aux fluctuations monétaires. En aidant les entreprises à s'implanter sur les marchés internationaux, nous pouvons augmenter les exportations et attirer des investissements étrangers, ce qui entraîne une augmentation des réserves de devises étrangères. Plus de devises étrangères en circulation renforcent la position du dinar tunisien face à l'euro et au dollar américain.

**C'est une perspective prometteuse pour l'avenir économique de la Tunisie. En fin de compte, comment voyez-vous l'avenir de cette tendance nostalgique parmi les jeunes adultes tunisiens à la lumière de ces initiatives économiques ?**

Cette tendance nostalgique continuera probablement tant que les défis économiques persisteront. Cependant, je suis convaincu que les initiatives visant à soutenir l'entrepreneuriat et à promouvoir les affaires internationales joueront un rôle essentiel dans l'amélioration de la situation économique. A terme, elles permettront aux jeunes Tunisiens de trouver de nouvelles opportunités et de se sentir plus en confiance quant à leur avenir. Les entreprises tunisiennes peuvent contribuer à l'essor économique du pays. Nous espérons que ces initiatives aideront à créer un avenir meilleur pour la Tunisie et sa jeunesse.

**Pour conclure, comment voyez-vous l'avenir de cette tendance nostalgique parmi les jeunes adultes tunisiens ?**

Cette tendance nostalgique pour la musique de Tarak Al Arabi Tarkan est un symptôme de la réalité économique actuelle.

Tant que les défis économiques persistent, il est probable que cette évasion nostalgique perdure. Cependant, j'espère que la Tunisie pourra surmonter ces défis et offrir un avenir plus prometteur à sa jeunesse, réduisant ainsi la nécessité de s'évader dans le passé.



# LES PANTALONS «IN» DE LA SAISON

Le pantalon est une pièce essentielle dans notre garde-robe que l'on porte hiver comme été.

Pièce masculine devenue depuis des années ultra féminine, le pantalon se décline cette saison sous plusieurs formes, coupes et couleurs...

Par H.SAYADI



Dans ce nouveau numéro, on vous présente les pièces phares à avoir dans son dressing pour bien démarrer la saison et rester de la sorte fashion et moderne. Commençons par le jean, un classique indémodable et intemporel.

On le retrouve cette année en version coupe droite ou en coupe flare avec fente juste en bas des jambes. On le porte également en taille haute pour galber le corps et camoufler quelques défauts. Côté couleur, on opte pour le jean en noir, en bleu brut ou bleu très clair.

Ce type de jean se porte avec une tenue chic pour un look habillé et très soigné ou bien en style décontracté pour un look sport.

On y associe des escarpins avec un bout pointu et un talon pointu, super à la mode cette année, un top crop en rose, bleu, beige ou blanc auquel on associe un blazer long et large pour une touche plus élégante. Pour le sac, on opte pour un mini sac carré, à longue chaîne pour un look au top, sinon un gros sac fourretout peut aussi faire l'affaire.

Pour un look sport et de tous les jours, on enfle une paire de jean flaire, avec des baskets basiques, en blanc ou coloré, avec un design en beige, caramel, rose pâle... et un long chemisier en blanc ou en bleu. Un tee shirt simple inséré dedans peut aussi donner un aspect branché à toute la tenue.

Cette saison sera également marquée par le retour en force du pantalon coupe 7/8. Tendance des

années 2010/2014, il revient sur la scène de la mode et sera porté lors de la saison automnale et hivernale. La nouveauté sera par rapport aux couleurs qui seront plus variées et flashy.

On y retrouve notamment à côté du classique noir, la couleur rouge, le rose fushia, le vert et le bleu. Il faut juste savoir bien le marier avec la pièce de haut, adéquate pour la couleur, surtout pour le rouge pour éviter les fashion faux pas. Une association de rose et de rouge sera parfaite, idem pour le blanc et le rouge et toutes les couleurs neutres et nude qui vont avec les couleurs flashy.

Ce genre de pantalon s'associe évidemment avec des baskets, pour un look chic-sport comme des talons carrés ou pointus avec une veste ou un gilet pour un style BCBG adapté pour aller au bureau, ou à un rendez-vous professionnel ou officiel.

Le pantalon cargo, quant à lui, sera la star de l'année ! Tendance des années 2000, il revient dans une nouvelle version. Revisitée, ce pantalon à la coupe très large avec des poches à côté de chaque jambe. Le pantalon cargo se porte en look sport ou même habillé. Avec des mocassins, une veste, un sac minaudière et des accessoires, sinon un pull over size, des baskets à plateformes et une casquette pour harmoniser le look pourraient rendre votre style et tenue super fashion et branché. A profiter de cette variété de choix en matière de pantalon pour créer à chaque fois un look différent !

# LE LAIT : UN ALIMENT ESSENTIEL À TOUT ÂGE !

Par D.B.S

Depuis des mois, le lait joue à cache-cache, disparaissant tantôt du marché et réapparaissant tantôt, au gré des producteurs. Ce produit alimentaire est pourtant élémentaire à la nutrition des enfants comme des adultes. Il l'est, en raison de son apport en eau, vu qu'il en contient jusqu'à 90%. Mais aussi, voire surtout, aux composants fortement recommandés. En effet, le lait est riche en lactose. Il s'agit d'un sucre spécifique au lait qui agit comme une véritable source d'énergie aussi bien pour les cellules musculaires que celles nerveuses. Il contient aussi des acides aminés de la protéine dont le rôle s'avère être crucial pour le développement des muscles ainsi que tous les organes vitaux. Le lait est riche en vitamine A, laquelle se trouve en grandes quantités dans la matière grasse du lait, et qui contribue

au bon fonctionnement de l'organisme. Il ne faut pas oublier, de surcroît, la teneur du lait en calcium, qui contribue grandement au développement de l'ossature, et ce, depuis la naissance et jusqu'à l'âge de 20 ans. D'ailleurs, les réserves cumulées en calcium entre-temps ne peuvent être augmentées après 20 ans. Elles sont seulement maintenues grâce à la consommation d'aliments riches en calcium dont le lait de vache. Et c'est pour les raisons précitées que le lait doit, immanquablement, être présent sur le marché. De même, d'ailleurs, pour le lait infantile de 1<sup>er</sup> et de 2<sup>e</sup> âges et le lait de croissance. Il est utile de rappeler que le lait infantile se substitue, dans bien des cas, au lait maternel. Il représente, ainsi, l'unique aliment pour les nourrissons âgés de 0 à 3 mois. Certes, à l'âge de 4

mois, d'autres aliments sont introduits à la nutrition du bébé. Néanmoins, le lait infantile ou maternel demeure l'aliment de base, et ce, jusqu'à l'âge de trois ans. En effet, à partir de l'âge de six mois, le bébé a besoin de consommer pas moins de 500 ml de lait maternel ou infantile par jour. A l'âge d'un an, il consomme deux repas et deux biberons. Et c'est à partir de cet âge qu'il devient possible de passer au lait de croissance et à d'autres produits laitiers, à condition de ne pas dépasser 800 ml par jour. L'objectif étant de garantir au bébé les apports nutritionnels, dont il a besoin sans pour autant tomber dans le piège d'une surconsommation non souhaitable de protéines. Un excès de protéines et de sel risquerait fortement de nuire à la santé rénale du bébé. D'ailleurs, il vaut mieux opter pour des laitages

spécial bas âge jusqu'à l'âge de 18 mois. S'agissant du lait de vache, il est à savoir qu'il n'est point adapté aux besoins nutritionnels du bébé. Ce dernier ne doit pas, par conséquent, recevoir de lait de vache avant l'âge de 12 mois. Le lait infantile, en revanche, est conçu pour être adapté aux besoins du bébé. Sa faible teneur en protéines permet de protéger les reins du bébé encore trop petits pour pouvoir concentrer l'urine comme il se doit. Le lait infantile est caractérisé, en outre, par un apport en fer adapté, des minéraux (calcium, phosphore), des vitamines (K et D), des acides gras essentiels (omégas 3 et 6) indispensables au développement cognitif, neurologique et visuel du bébé.

\* Sources : [www.doctissimo.fr](http://www.doctissimo.fr)  
[www.espace-sciences.org](http://www.espace-sciences.org)

# DES PLANTES DROMADAIRES QUI NE CRAIGNENT PRESQUE PAS LA SÉCHERESSE !

Réchauffement climatique oblige, les variétés de plantes peu gourmandes en eau sont désormais les plus belles alliées des jardins ensoleillés. Pour économiser l'eau et conserver de beaux massifs en cas de restrictions, on mise sur des variétés dromadaires qui poussent sans arrosage, ou presque !

## 20 plantes qui poussent sans arrosage (ou presque)

### 1. La sauge de Jérusalem

Le *Phlomis Grandiflora*, ou sauge de Jérusalem, est une plante aromatique venue des montagnes turques. Forcément, elle est habituée aux climats ensoleillés et supporte sans mal les sols secs. Encore mieux ? Avec ses grandes fleurs jaunes de presque 2 mètres, elle attire les papillons et insectes pollinisateurs.

### 2. La lavande

La plus connue des plantes méditerranéennes est aussi l'une des plus durantes côté sécheresse. Ce qui tombe à merveille puisqu'en bonus, la lavande est belle, divinement odorante et joliment bleutée. On économise l'eau, on embellit le jardin et on gagne de quoi remplir des sachets parfumés, difficile de faire mieux.

### 3. L'allium

L'ail d'ornement, ou allium, fleurit en jolies boules colorées ultra-graphiques d'avril à septembre, du blanc jusqu'au violet, selon les variétés. Inutile de l'arroser, ou presque, il adore le soleil et se contente de l'eau de pluie, même quand il y en a peu. Son petit truc en plus ? Il suffit de froisser les feuilles pour sentir l'ail !

### 4. Le laurier rose

Autre plante méditerranéenne incontournable, le laurier rose ou *Nerium Oleander* s'épanouit dans les climats secs depuis des siècles. Généreux, flamboyant et peu exigeant, il n'a qu'un (petit) défaut : il ne supporte pas les grands froids et doit être protégé du gel.

### 5. Le rosier de Chine

Rustique, le rosier de Chine ou *Rosa chinensis* tolère la plupart des sols et n'a rien contre les climats secs. De la famille des rosiers, ce bel arbuste coloré se cultive sans efforts et presque sans eau, en plus de proposer des variétés bluffantes aux fleurs vertes ou de couleurs différentes sur un même pied !

### 6. La vioerne de Burkwood

Le *Viburnum x burkwoodi* est peut-être moins connu que d'autres vioernes de sa famille, mais bien plus résistant que certaines. Avec ses jolis bouquets ronds de petites fleurs blanches parfumées, elle résiste à peu près à tout, du soleil à la pluie, et embaume le jardin façon fleur d'oranger.

### 7. Le Plumbago de Chine

Feuillage touffu d'un vert éclatant, tiges à rameaux d'un rouge étonnant et petites fleurs simples d'un bleu intenses, le plumbago de Chine a tout bon, surtout sa consommation d'eau. De son vrai nom *Ceratostigma plumbaginoïdes*, il ne craint ni le soleil ni la sécheresse !

### 8. Le sedum

Stars des jardins secs, les sedums comptent des centaines de variétés de succulentes qui poussent sans entretien et quasiment sans eau en plein soleil. Forcément, on les adore quand il s'agit d'économiser l'eau, avec un coup de cœur pour le *Sedum telephium* et ses élégants bouquets roses !

### 9. Le millepertuis arbustif

Sous l'étrange nom d'*Hypericum patulum* Hidcote se cache une variété de millepertuis arbustif, Hidcote, qui ne bronche quasiment jamais face à la sécheresse. Il pousse vite, fleurit longtemps en bouquets jaunes et s'utilise aussi bien en haie qu'en massif, dans des sols secs ou même calcaires !

### 10. L'hémérocalle

Facile à cultiver, l'hémérocalle ou *Hemerocallis* fait de l'effet pour peu de travail. On l'appelle aussi lys d'un jour pour sa ressemblance avec la noble fleur, et elle forme de sublimes buissons colorés avec les beaux jours... sans exiger d'arrosages réguliers, en particulier dans le cas de l'*Hemerocallis Fulva* !

### 11. La gaillarde

En voilà une qui porte bien son nom. La gaillarde, ou *Gaillardia*, est l'une de ces plantes à fleurs que nos grands-mères adoraient, et pour cause, elle poussait toute seule. Et elle a beau supporter la sécheresse comme le froid, elle offre une floraison généreuse qui dure de juin jusqu'à octobre !

### 12. L'artémisia Powis Castle

Parfaitement adapté à la sécheresse, l'*Artemisia* « Powis Castle » est un arbrisseau à feuilles persistantes connu pour ses vertus médicinales. Et avec son feuillage d'un beau vert argenté poussant en boule, voilà un atout chic pour un jardin sec, d'accord, mais luxuriant.

### 13. L'hellébore

Des hellébores, on en trouve plus d'une quinzaine, avec des floraisons précoces et longue durée. La plus économe en eau se nomme *Helleborus Argutifolius*, ou hellébore de Corse, une grande plante à fleurs rondes originaire de Méditerranée. La sécheresse, ça la connaît.

### 14. Le pavot de Californie

Lui aussi originaire d'une région chaude et sèche, le pavot de Californie, pavot d'Amérique ou *Eschscholzia Californica* Cham, est une plante annuelle qui pousse et se ressème toute seule. De la même famille que le coquelicot, elle est utilisée en phytothérapie et, accessoirement, préfère un sol sec aux excès d'eau !

### 15. Le géranium sanguin

*Geranium Sanguineum*, le géranium sanguin, est une jolie plante vivace aussi facile à vivre en massif qu'en rocaille. Elle ne réclame que peu d'eau, offre une longue période de floraison et étend sa palette du blanc jusqu'au rose vif, parfait pour fleurir un terrain sec !

### 16. L'euphorbe

Spectaculaire, originale et idéale en climat sec, l'euphorbe est une plante robuste et facile d'entretien. Championnes du genre, l'*Euphorbia Characia* appelée l'euphorbe des garrigues et *Euphorbia myrsinites* ou euphorbe de Corse portent parfaitement leur nom : soleil, sécheresse, rocaille, elles adorent.

### 17. L'oranger du Mexique

Tout le monde le connaît pour le divin parfum de ses petites fleurs blanches. L'oranger du Mexique, ou *Choisya ternata*, supporte le froid et la chaleur, l'ombre et le soleil, une plantation en terre ou en bac. Le tout avec peu d'arrosage et une odeur de fleur d'oranger caractéristique à la floraison !

### 18. Le genêt à balais

Le *Cytisus scoparius* est surnommé genêt à balais, simplement parce qu'il a longtemps été utilisé pour fabriquer... des balais, bravo. Sa spécialité ? Pousser avec peu d'eau dans des sols pauvres et les enrichir en fixant l'azote grâce à ses racines. Le tout, via une belle floraison jaune vif prise par les bourdons.

### 19. La fétuque bleue

Cette graminée est facile à planter, facile à entretenir, supporte la sécheresse comme les sols pauvres et offre un look peu banal avec son feuillage bleu-gris en touffe. Une plante dromadaire comme on l'aime pour égayer un jardin sec ou une rocaille qui manque de style !

### 20. Le Ceanothus macro

Pas de maladies, pas de parasites, pas d'entretien, pas d'arrosage une fois qu'il est bien enraciné et plus d'une quinzaine de variétés...

Le céanothe ressemble à la plante idéale pour les climats secs, et en bonus, il fleurit en belles grappes bleu vif au look et à l'odeur proches de ceux du lilas. La preuve, on l'appelle aussi le lilas de Californie !

Source : <https://www.deco.fr>

## HAMADI TOUATI, ANCIEN DÉFENSEUR AXIAL DE L'EST

## «LE CHOIX DU CŒUR»

Champion de Tunisie 1969, et vainqueur de la coupe 1964, l'ex-défenseur central de l'Espérance Sportive de Tunis, âgé aujourd'hui de 80 ans, a signé sa première licence en 1960 pour les cadets «sang et or». Avec les seniors, il débuta en 1962 contre l'US Monastir (2-2). Son dernier match, il le livra en 1970 contre l'ESS (2-1). Hamadi Touati a par ailleurs été élu par notre journal *La Presse* deuxième meilleur footballeur saison 1967-68, derrière le keeper international monastirien feu Moncef Tabka.

Propos recueillis par Tarak GHARBI

**Hamadi Touati, pour commencer, dites-nous ce qu'a pu représenter l'Espérance dans votre existence ?**

Quelque chose de sacré. Je ne peux pas tellement suivre ses rencontres tellement je souffre. Mais ma passion exclut le moindre accent de chauvinisme car le sport est tout sauf cette haine qui se manifeste aujourd'hui. En 1965-1966, j'ai disputé un match amical une mi-temps avec l'EST, une autre avec le CA. En 1969, pour son cinquantenaire, l'EST a invité le club belge d'Anderlecht. Nous avons formé une entente composée des joueurs de l'EST, CA, ASM...

**Pourquoi avez-vous opté pour l'EST alors que vous êtes l'enfant de la banlieue nord ?**

Cela a été le choix du cœur car toute ma famille est espérantiste. Mon frère Tahar a évolué à l'EST parmi les cadets et juniors. Mon neveu Jalel a joué dans l'équipe de handball sang et or, avant d'émigrer en France. C'est mon beau-frère, Brahim Sakouhi, qui a été à l'origine de ma signature au club de Bab Souika. Pourtant, enfant de Carthage Dermech, j'aurais pu signer à l'Avenir Musulman (actuel Avenir Sportif de La Marsa) d'autant que Taoufik Ben Othmane était mon idole. En fait, à l'EST, je passais pour être l'except-

tion car chaque joueur venait d'un quartier de Tunis, alors que j'étais le seul à venir de la banlieue.

**Qui vous a découvert ?**

Chedly Ben Slimène, mon prof d'éducation physique et sportive au Lycée Alaoui. Au départ, je pratiquais l'athlétisme. Il a déniché chez moi des dons de footballeur. Direction l'Espérance où Ameur Bahri entraînait les jeunes. J'ai débuté en 1960 avec les cadets en tant... qu'attaquant. Et j'allais garder ce poste jusqu'à mon premier match seniors, en 1962 à Monastir. L'USM comprenait alors de très grands joueurs tels que «El Moujahed» Mahfoudh Benzarti, Nouri Hlila, Jouili, Moncef Tabka dans les bois... J'ai eu la chance d'inscrire notre but (1-1). Polyvalent, j'ai retrouvé le poste d'avant-centre durant quelques matches de la saison 1968-69.

**Comment êtes-vous devenu défenseur ?**

Nous devions jouer un match de coupe juniors contre l'Union Sportive Tunisienne que nous avons d'ailleurs remporté (6-0). Notre entraîneur Hassen Tasco a soudain découvert qu'il disposait pour ce match de beaucoup plus d'attaquants que de défenseurs. J'ai alors

spontanément proposé à notre coach d'occuper le flanc gauche de la défense. L'entraîneur de l'équipe seniors, le Français Jean Baratte, suivait cette rencontre où j'ai donné satisfaction à un poste inhabituel pour moi, celui de latéral gauche. Pourtant, je suis droitier.

**Senior, vous alliez désormais occuper le poste de défenseur axial...**

Oui, après mes débuts sur le flanc gauche de l'arrière-garde, je me suis reconverti en défenseur axial aux côtés de Ridha Akacha. Nous avons relevé Aloui et Youssef Baganda. Pour préparer les Jeux méditerranéens de Tunis de 1967, le sélectionneur national m'a convoqué en tant que latéral gauche. Pour des raisons purement familiales, j'ai décliné la convocation puisque je ne pouvais pas m'absenter aussi longtemps loin de ma famille, à commencer pour le stage de préparation en Hongrie. Ce refus m'avait valu d'être écarté du onze national où je faisais pourtant figure de remplaçant de Mahfoudh Benzarti ou d'Ahmed Lamine. A 22 ans seulement, cela laissait inévitablement un arrière-goût d'amertume.

**Comment s'est faite votre intégration parmi l'effectif de l'EST ?**

Mon club venait d'essayer une ter-



rible déconvenue (6-0) contre la formidable équipe de l'Union Sportive Tunisienne de l'époque. De quoi provoquer un profond malaise et un fort sentiment d'humiliation. Notre président Chedly Zouiten demanda sur le coup à l'entraîneur de construire une équipe pour l'avenir. Haj Ali, Khaled et Abdelmajid Tlemçani furent écartés. Place à six juniors lancés dans le grand bain des seniors : Taieb Mezni, Abdeljabbar Machouche, Sadok Meriah, Abdessalam, Sadok Meriah, Fethi Tnanni et moi-même. Cette saison-là, nous avons dû cravacher dur afin d'assurer notre maintien parmi l'élite.

Rached Meddeb et Salah Nagy étaient les rescapés de la vieille garde, alors que Chedly Laâouini débarquait tout juste dans l'équipe-fanion. La saison d'après, en 1964, nous terminions deuxièmes du championnat derrière le Club Africain et décrochions la coupe de Tunisie devant le Club Sportif Hammam-Lif (1-0, but de Chedly Laâouini). Un trophée très cher car remporté dans des circonstances particulières, juste après le décès le 1<sup>er</sup> août 1963 de notre président

charismatique, Chedly Zouiten, un véritable éducateur.

#### **Vos parents vous ont-ils encouragé à pratiquer le foot ?**

Mon père Jalloul Touati, d'origine algérienne, n'accordait guère d'intérêt au sport. Quant à ma mère Neila, elle resta longtemps dans l'ignorance de mon petit secret. Je m'entraînais entre midi et 14h00 avec les équipes des jeunes, et en rentrant, je disais à ma mère que les études me prenaient tout ce temps-là. En partant le dimanche disputer les rencontres des jeunes, je prétendais que j'allais rejoindre le lycée pour les championnats scolaires. Jusqu'au jour où elle découvrit le pot aux roses à l'occasion du match ESS-EST du 5 mars 1961 en quarts de finale de la Coupe de Tunisie. Ce jour-là, j'ai vu la mort de mes propres yeux.

#### **Que s'est-il passé ?**

Nous l'avons emporté (2-0), mais les locaux contestèrent certaines décisions de l'arbitre Mustapha Belkhouas. Le jet de pierres qui s'ensuivit a détruit toutes les vitres du bus de l'équipe juniors de l'EST

où j'avais pris place. Il nous a fallu nous cacher sous les sièges, en nous protégeant par nos sacs de sport. En rentrant, j'ai dû tout raconter à ma mère. Toute la semaine durant, chaque soir en rentrant des études, ma mère me prenait pour extraire de mon dos le reste des débris de verre qui continuaient à me torturer. Les violences qui ont suivi ce match restent mon plus mauvais souvenir. On sait qu'après ce match, l'Etoile Sportive du Sahel va être dissoute durant toute une saison.

#### **Quel furent vos entraîneurs ?**

Mouldi Laâroussi, Hassen Tasco, Abderrahmane Ben Ezeddine, Cheikh Draoua, Am Mehrez, Hedi Faddou, les Français Robert Domergue et Jean Baratte, et le Hongrois Sandor Pazmandy.

#### **Quel est à votre avis le plus grand footballeur tunisien de tous les temps ?**

Noureddine Diwa, sans conteste.

#### **Les meilleurs joueurs de l'EST ?**

Hassen Tasco, Salah Nagy, Abderrahmane Ben Ezeddine, Haj Ali,

Rached Meddeb, Hedi Feddou, Mehrez, Abdeljabbar Machouche, Abdessalam, Tarek... Je citerais aussi Larbi Gueblaoui et Abdelkader pour leur incroyable engagement et esprit de corps, et Abdelmajid Ben Mrad, un artiste-né auquel il arrivait parfois de dépasser les limites.

### **De combien fut votre prime pour la victoire finale en Coupe de Tunisie 1964 ?**

A peine cinq dinars, ou quelque chose comme ça. Mais le plus important, ce fut un voyage à Paris offert l'été suivant par notre club. Ce séjour nous a permis de voir à l'œuvre des clubs aussi prestigieux que le Real Madrid, Reims, Anderlecht, Dortmund et le Santos du Roi Pelé, tous invités dans un tournoi disputé au Parc des Princes, à Paris.

### **Cinq ans plus tard, vous avez perdu la finale de la coupe de Tunisie face au frère ennemi, le CA (2-0).**

#### **Vous étiez alors de la partie...**

Cette finale-là a traîné en longueur. Elle n'eut lieu que le...13 juillet 1969, en plein été.

Notre entraîneur Robert Domergue avait hâte de rejoindre son nouveau club, l'AS Monaco. Avant de

partir, il avait communiqué à son successeur Abderrahmane Ben Ezeddine la formation qu'il devait aligner à l'occasion de cette finale et comment il fallait négocier ce rendez-vous. Domergue insista sur le fait qu'il ne fallait pas aligner côte à côte, dans la même équipe, Chedly Laâouini, et Nouredine Diwa qui étaient tous deux en fin de carrière. Chacun d'eux devait tout au plus disputer une mi-temps car ils étaient vieillissants et sur le déclin. Malheureusement, Ben Ezeddine n'en fit qu'à sa tête, alignant côte à côte Laâouini et Diwa. Avec le résultat que l'on connaît... Je crois du reste que Domergue a été le meilleur entraîneur que j'ai connu à l'EST.

### **Quelles qualités doit posséder un bon défenseur central ?**

Placement, relance et lecture du jeu. Il doit également jouer des deux pieds.

### **Vous avez évolué dans les sélections nationales....**

Oui. En sélection «A», j'ai été convoqué de 1964 à 1967 pour 4 rencontres internationales. J'ai également évolué en sélection militaire

et celle Espoirs.

### **Parlez-nous de votre famille...**

J'ai tout sacrifié pour mes trois enfants : Sonia, et Tarek, tous deux cadres bancaires, et Ziad, comptable. Tarek, je lui ai choisi ce nom par admiration pour notre ancienne gloire Tarek Dhiab.

### **Quels sont vos hobbies ?**

Je revois souvent certains parmi mes anciens coéquipiers tels que Abdeljabbar Machouche, Abdelkader Ben Sayel «Gaddour»... A la télé, je suis le foot européen. Je suis fan du Real. Le foot tunisien ne me plaît plus. Il n'a plus aucun attrait pour moi.

### **Enfin, qu'avez-vous fait une fois vos études terminées ?**

Notre président entre 1963 et 1968, Mohamed Ben Ismaïl, brillant journaliste reconverti en grand éditeur m'embaucha à CERES Edition dont il allait faire une maison-phare de l'édition dans notre pays. J'y ai fait toute ma carrière professionnelle. Ben Ismaïl me montra le bon chemin. Je n'ai jamais fumé ou bu. Cela m'a permis de mener une hygiène de vie impeccable.



# HOROSCOPE

21 MARS AU 19 AVRIL



BÉLIER

Tentez un nouvel état d'esprit: pourquoi acheter ce que l'on possède déjà ? Consommer pour consommer, cela n'apporte rien et coûte beaucoup! Cette devise devrait vous suivre. Petits risques de maux de dos à cause de Pluton.

20 AVRIL AU 21 MAI



TAUREAU

Sous l'impulsion de Mercure, vous serez attiré par un mode de vie plus sobre, et mieux discipliné. Si vous vous laissez guider par cette gentille planète, l'orientation que vous adopterez aura d'heureuses répercussions sur votre vitalité et votre bien-être.

21 MAI AU 21 JUIN



GÉMEAUX

Vous ne ménagerez pas votre peine pour améliorer votre pouvoir d'achat. Vous chercherez à gérer avec soin vos finances. Avec le coup de pouce de la planète Mercure, vos efforts seront rapidement récompensés.

22 JUIN AU 21 JUIL



CANCER

Si vous continuez à gérer sagement votre budget, vous parviendrez sans trop de peine à mettre de côté quelques économies, que vous pourrez bientôt dépenser pour vous faire plaisir.

22 JUIL AU 22 AOÛT



LION

La concertation astrale positive entre Jupiter et Uranus pourra aider certains d'entre vous à améliorer leurs revenus. Votre énergie vous permettra de profiter à cent pour cent de cette journée, qui promet d'être animée tant sur le plan amoureux que dans votre travail.

23 AOÛT AU 22 SEP



VIERGE

Vénus vous rendra très influençable, avec un grand besoin de tendresse. Si vous vivez en couple, n'allez pas chercher ailleurs le bonheur qui se trouve chez vous. Surveillez votre comportement. Avec le Soleil et Mercure en charge de votre santé, vous jouirez d'un bon dynamisme.

23 OCT AU 22 NOV



SCORPION

Malgré vos irrésistibles envies de dépense, dont quelques-unes sont d'ailleurs parfaitement légitimes, songez à faire des économies. Le dieu de l'énergie va vous doper, mais il pourra aussi vous rendre un peu trop nerveux.

## SIGNE DU MOIS



BALANCE

23 SEP AU 22 OCT

### AMOUR

Pour les célibataires du signe, le climat amoureux sera dans l'ensemble très satisfaisant aujourd'hui. Jupiter en cet aspect sera un gage de stabilité affective, de sérieux, de désir de sécurité, le tout sur un mode chaleureux et passionné. Si vous vivez en couple, c'est le bonheur qui vous attendra, un bonheur que vous entretiendrez en vous montrant surprenant et inventif, quitte à faire passer votre conjoint - qui en sera ravi - par tous vos caprices.

### ARGENT

Vous serez à l'abri du besoin, de l'insécurité et de mauvaises surprises. Cependant, ne relâchez pas votre vigilance et évitez toute spéculation fallacieuse.

### TRAVAIL

Deux grosses planètes se trouveront dans votre secteur santé. L'une, Saturne, a pour effet de fatiguer et l'autre, Jupiter, est porteur de chance. Ce curieux cocktail astral pourra donc se traduire par une forme chancelante.

Des changements dans votre situation personnelle ou professionnelle pourront vous perturber et vous fatiguer. Bougez, faites du sport, cultivez le sens de l'humour : vous apaiserez ainsi votre système nerveux, et tout rentrera dans l'ordre.

23 NOV AU 21 DÉC



SAGITTAIRE

Vénus étant une planète par nature bénéfique, elle vous protégera et vous évitera les difficultés financières importantes. Mais attention à Pluton : remettez à plus tard les achats qui ne sont pas indispensables.

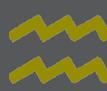
22 DÉC- AU 19 JAN



CAPRICORNE

Soyez particulièrement vigilant si vous devez réaliser une opération immobilière aujourd'hui. Faites-vous assister par une personne compétente. Si vous gérez assez sagement votre capital énergie, vous serez en bonne forme aujourd'hui. Sachez, toutefois, que vous avez des points faibles.

20 JAN AU 19 FÉV



VERSEAU

Vos finances seront protégées dans l'ensemble. Pluton est une planète qui ne fait pas dans la demi-mesure. Ne dépensez pas sur un coup de tête. Avec Jupiter en cet aspect, vous serez plutôt gâté sur le plan santé, à condition de prendre un minimum de précautions.

20 FÉV AU 20 MARS



POISSON