

MAROC SPORT

LE NOUVEAU MAGAZINE SPORTIF MAROCAIN

ÉDITION SPÉCIALE
ÉDITION SPÉCIALE



RS BERKANE



INSTITUT
DES FORMATIONS PARAMÉDICALES
... PRIVÉ ...

Rejoignez-nous maintenant



IFP_INSTITUT
Institut Des Formations
Paramédicales-IFP
+212 661-612767 /
05 36 611 010
IMMEUBLE N°:25 AVENUE
AL BAKAY LHBIL BERKANE

Bénéficiez des Formations **Diplômantes,**
Professionnelles et D'EXCELLENCE.



BOOSTEZ VOTRE CARRIÈRE DANS LE DOMAINE DE LA SANTÉ !

Établissement privé, autorisé par l'état le: 12/01/2022, Numéro : 4/05/1/2022

FAITES UNE
DIFFÉRENCE
RÉELLE DANS LA
VIE DES GENS.





CUISINE DE LUXE

Cuisine De Luxe
Conception
Réalisation &
Instalation Des
Cuisines Sur Mesures

BIENVENUE



0672808107



RUE JADDA MARBOUHA BERKAN



TARIK KILOULI



CUISINE28879



STAFF

ÉDITEUR
JL EDITIONS

IF
66041590

PATENTE
13205905

PRÉSIDENT
JOSÉ LUIS FERNÁNDEZ

DIRECTEUR
JOSÉ QUESADA

DIRECTEUR COMMERCIAL
YASSIN EL-ASRI

RÉDACTEUR MAROC
MOUFIDA BERBICHE

DESIGNER
ANDRÉE MONTESINOS

PUBLICITÉ
HICHAM ABABOU
IKRAME MOUSTARIH
IMANE EL BOUKAI

DÉPÔT LÉGAL
SUR DEMANDE



ADRESSE: JL EDITIONS SARL AU - 42, AV. ABDELKHALEK TORRES, 5 ÈME ÉTAGE - BUR. 30 (PRINTEMPS BUR) 30000 FES - MAROC

T: 212 660 - 283029

E-MAIL: INFO@JLEDITIONS.NET

WEB: WWW.JLEDITIONS.NET

[CONTENU]



RS BERKANE



CLUBS EUROPEENS



SPORT ET SANTE

ANNONCEZ VOUS

T: 212 660 - 283029

DISTRIBUTION

MAGAZINE GRATUITE EN:

RESTAURANTS
HÔTELS
AÉROPORTS
CENTRES SPORTIFS
CABINETS D'AVOCATS
CLINIQUES
ET DANS LES POINTS LES PLUS
STRATÉGIQUES PRÉALABLEMENT
SÉLECTIONNÉS D'INTÉRÊT COMMERCIAL



RESEAUX SOCIAUX f

HAUTE DIFFUSION

EN PLEIN ÉPOQUE DIGITALE ET COMME IL SE DOIT, NOUS INVESTISSONS UNE GRANDE PARTIE DE NOTRE BUDGET DANS LA PROMOTION DE NOS MAGAZINES SUR TOUS LES RÉSEAUX SOCIAUX, C'EST POURQUOI NOUS AVONS ÉGALEMENT CRÉÉ CETTE PUBLICATION EN VERSION DIGITALE, SOUTENUE PAR LES RÉSEAUX SOCIAUX: FACEBOOK, INSTAGRAM, TIKTOK ET YOUTUBE. VOUS POUVEZ PROFITER ET/OU PARTAGER LA LECTURE DE CETTE PUBLICATION EN LIGNE D'UN SIMPLE CLIC DEPUIS DIFFÉRENTS APPAREILS TABLETTE, ORDINATEUR PORTABLES, ETC.



**INSTITUT
DES FORMATIONS PARAMÉDICALES**
... PRIVÉ ...



POURQUOI CHOISIR UNE CARRIÈRE
DANS LE DOMAINE DE LA **SANTÉ** ?



FAITES UNE **DIFFÉRENCE RÉELLE** DANS LA VIE DES
GENS.

Avec **L'IFP** vous bénéficierez
d'Une Formation Professionnelle
d'**EXCELLENCE**.

FORMATIONS DIPLÔMANTES :

- INFIRMIER POLYVALENT, 3ans.
- INFIRMIER AUXILIAIRE, 2ans.
- AIDE-SOIGNANT, 1an.

FORMATIONS PROFESSIONNELLES
ADAPTÉES AUX BESOINS DU MARCHÉ.

- Hémodialyse
- Gériatrie
- Délégué médical
- Radiologie
- Secourisme
- Secrétariat médical

BOOSTEZ VOTRE CARRIÈRE DANS LE
DOMAINE DE LA SANTÉ !

IFP_INSTITUT

Institut Des Formations Paramédicales-IFP

+212 661-612767 / 05 36 611 010

IMMEUBLE N°:25 AVENUE AL BAKAY LHBIL BERKANE



Rejoignez-nous
maintenant



RS BERKANE





RS BERKANE: LA RENAISSANCE DES ORANGES, DE BERKANE A LA GLOIRE AFRICAINE

La Renaissance Sportive de Berkane (RS Berkane), connue sous le nom de « Les Oranges », est un club de football marocain dont l'histoire riche reflète son évolution et ses succès sur la scène footballistique nationale et internationale. Fondé le 21 mai 1938 dans la ville de Berkane, le club a connu plusieurs transformations au fil des ans. En 1971, suite à la fusion de deux équipes locales, il adopte le nom de Renaissance Sportive de Berkane, consolidant ainsi son identité dans le football marocain.

La RS Berkane a été promue en première division marocaine lors de la saison 1977-78, marquant ainsi le début de sa présence dans l'élite du football national. En 1983, le club termine deuxième du championnat et en 1987, il atteint la finale de la Coupe du Trône, mais est battu par le Kawkab Marrakech.

Après une période de hauts et de bas, le club réapparaît en 2012 sous la présidence de Fouzi Lekjaa, consolidant sa place dans l'élite. En 2014, le club a atteint une nouvelle fois la finale de la Coupe du Trône, mais s'est incliné face au FUS Rabat.

Le RS Berkane a connu son véritable essor au cours de la dernière décennie, lorsqu'il a excellé dans les compétitions continentales. En 2020, le club a remporté son premier titre international en remportant la Coupe de la Confédération de la CAF, un exploit qu'il a réitéré en 2022. La même année, ils ont ajouté la Super Coupe de la CAF à leur palmarès, s'imposant ainsi comme une puissance émergente du football africain.

Sur le plan national, le club a remporté la Coupe du Trône à trois reprises : 2018, 2021 et 2022, prouvant ainsi sa domination sur le football marocain. Le stade municipal de Berkane, d'une capacité de 10 000 places, a été le témoin de ces exploits et est un symbole de la ferveur footballistique de la région.

La trajectoire de RS Berkane témoigne de la persévérance et de la croissance d'une équipe locale à une force reconnue en Afrique. Son histoire est une source d'inspiration pour les générations futures et reflète la passion pour le football au Maroc.



بركان: ولادة جديدة للبرتقال، من بركان إلى المجد الأفريقي

الازدهار الحقيقي لنهضة بركان جاء في العقد الأخير، عندما أبدع في المسابقات القارية. في ٢٠٢٠، فاز الفريق بأول ألقابه الدولية بالفوز بكأس الكونفيدرالية CAF، وهو الإنجاز الذي كرره في ٢٠٢٢. في العام نفسه، أضاف الفريق كأس السوبر الإفريقي إلى خزانه ألقابه ليثبت نفسه كقوة ناشئة في كرة القدم الإفريقية.

على الصعيد المحلي، فاز النادي بكأس العرش في ثلاث مناسبات: ٢٠١٨ و ٢٠٢١ و ٢٠٢٢، ليثبت هيمنته على كرة القدم المغربية. وقد شهد الملعب البلدي في بركان الذي يتسع لـ ١٠,٠٠٠ متفرج على هذه الإنجازات، وهو رمز لحماس كرة القدم في المنطقة.

يعد مسار نهضة بركان شاهداً على المثابرة والنمو من فريق محلي إلى قوة معترف بها في أفريقيا. قصتهم تلهم الأجيال القادمة وتعكس شغف كرة القدم في المغرب.

نهضة بركان الرياضي، المعروف بـ "نهضة بركان"، هو نادٍ مغربي لكرة القدم ذو تاريخ عريق يعكس تطوره ونجاحه على الساحة الكروية الوطنية والدولية.

تأسس النادي في ٢١ مايو ١٩٣٨ في مدينة بركان، وشهد النادي عدة تحولات على مر السنين. في عام ١٩٧١، بعد اندماج فريقين محليين، اتخذ النادي اسم نهضة بركان الرياضي، مما عزز هويته في كرة القدم المغربية.

صعد نهضة بركان إلى دوري الدرجة الأولى المغربي في موسم ١٩٧٧-١٩٧٨، ليبدأ حضوره في نخبة كرة القدم الوطنية. في عام ١٩٨٣، احتل وصافة الدوري، وفي عام ١٩٨٧ وصل الفريق إلى نهائي كأس العرش، لكنه هُزم أمام الكوكب المراكشي.

بعد فترة من الصعود والهبوط، عاد النادي إلى الظهور مرة أخرى في عام ٢٠١٢ تحت رئاسة فوزي لقجع، وعزز مكانته في دوري الدرجة الأولى مرة أخرى. في عام ٢٠١٤، وصل الفريق إلى نهائي كأس العرش مرة أخرى، لكنه خسر أمام الاتحاد الرباطي.



RS BERKANE : LA CONSÉCRATION AFRICAINE EN COUPE DE LA CONFÉDÉRATION 2020

Le 25 octobre 2020, la Renaissance Sportive de Berkane (RS Berkane) a atteint le sommet du football africain en remportant son premier titre international : la Coupe de la Confédération de la CAF. En finale au stade Prince Moulay Abdellah de Rabat, les « Orange » ont battu les Pyramides FC d'Égypte 1-0 pour consolider leur place parmi l'élite du continent.

Le match a démarré sur les chapeaux de roue pour les Marocains. Après seulement 14 secondes, Mouhcine Iajour était tout près d'ouvrir le score sur une tête qui passait juste à côté du but. La persévérance des attaquants a été récompensée à la 15e minute lorsque, après un rebond dans les six mètres, le défenseur burkinabé Issoufou Dayo a poussé le ballon au fond des filets pour donner l'avantage au RS Berkane.

A partir de ce moment, le Pyramids FC a tenté d'égaliser. Mais la défense marocaine, emmenée par le capitaine Mohamed Aziz, s'est révélée insurmontable. Le gardien Zouheir Laaroubi a également fait des interventions décisives pour garder sa cage inviolée. Malgré la pression égyptienne, le tableau d'affichage est resté inchangé et le coup de sifflet final a suscité l'euphorie des supporters berkanais.

Cette victoire avait une saveur particulière pour le RS Berkane, qui s'était incliné un an plus tôt en finale de la même compétition face au Zamalek SC. La revanche obtenue en 2020 ne signifiait pas seulement le premier titre continental du club, mais aussi la consolidation d'un projet sportif qui n'avait cessé de monter en puissance.

Sous la direction technique de Tarik Sektioui, ancien footballeur international marocain, l'équipe a pratiqué un football solide et efficace tout au long du tournoi. La victoire en Coupe de la Confédération a permis à la RS Berkane de participer à la Super Coupe de la CAF, réaffirmant ainsi son statut de l'un des meilleurs clubs du Maroc et du continent africain.

L'exploit de 2020 reste dans la mémoire collective de Berkane comme un jalon symbolisant l'effort, la persévérance et l'ambition d'un club qui, depuis sa fondation en 1938, a travaillé sans relâche pour atteindre la gloire sur la scène internationale du football.



FOOTBALL

ص. بركان: التكريس الأفريقي في كأس الكونفدرالية 2020

هذا الفوز كان له نكهة خاصة بالنسبة لنهضة بركان، الذي خسر قبل عام في نهائي نفس المسابقة أمام نادي الزمالك. الثأر الذي تحقق في عام ٢٠٢٠ لم يكن يعني فقط اللقب القاري الأول للنادي، بل كان يعني أيضًا تعزيز مشروع رياضي كان في صعود مستمر.

تحت الإدارة الفنية لطارق السكتيوي، اللاعب الدولي المغربي السابق طارق السكتيوي، قدم الفريق كرة قدم قوية وفعالة طوال البطولة. الفوز بكأس الكونفدرالية مكن نهضة بركان من اللعب في كأس السوبر الإفريقي، ليؤكد من جديد مكانته كأحد أفضل الأندية في المغرب والقارة الإفريقية.

يظل إنجاز ٢٠٢٠ في الذاكرة الجماعية البركانية كعلامة فارقة ترمز إلى الجهد والمثابرة والطموح الذي يبذله النادي الذي عمل منذ تأسيسه عام ١٩٣٨ بلا كلل لتحقيق المجد على الساحة الكروية الدولية.

في ٢٥ أكتوبر ٢٠٢٠، وصل فريق نهضة بركان الرياضي إلى قمة كرة القدم الإفريقية بفوزه بأول لقب دولي له: كأس الكونفدرالية الإفريقية. في المباراة النهائية على ملعب الأمير مولاي عبد الله في الرباط، فاز الفريق "البرتقالي" على نادي بيراميدز المصري ١-٠ ليعزز مكانته بين نخبة القارة. بدأت المباراة بقوة لصالح الفريق المغربي. بعد مرور ١٤ ثانية فقط قاد محسن ياجور أن يفتتح التسجيل برأسية مرت بجوار المرمى بقليل. المثابرة الهجومية كوفئت في الدقيقة ١٥ عندما وضع مدافع بوركينا فاسو إيسوفو دايو الكرة في الشباك بعد كرة مرتدة من منطقة الست ياردات ليمنح نهضة بركان التقدم.

منذ ذلك الحين، بحث نادي بيراميدز عن إدراك التعادل. لكن الدفاع المغربي بقيادة القائد محمد عزيز أثبت أنه لا يمكن التغلب عليه. كما قام الحارس زهير لعروي بتدخلات حاسمة للحفاظ على نظافة شبابه. وعلى الرغم من الضغط المصري إلا أن النتيجة لم تتغير، وأطلقت صافرة النهاية نشوة الفرحة بين الجماهير البركانية.



RS BERKANE DOMINE LA BOTOLA PRO : LES CHIFFRES D'UN LEADER INARRÊTABLE

Au cours des 18 premières journées de la Botola Pro, le RS Berkane a démontré qu'il était l'équipe la plus solide du Maroc. Avec un bilan impressionnant de 12 victoires, trois nuls et une seule défaite, les « Orange Boys » sont en tête du classement avec 39 points et ont encore deux matches en main qui pourraient leur permettre d'accroître leur avance en tête du classement.

L'équipe, dirigée par Moïn Chaabani, a basé son succès sur un équilibre parfait entre l'attaque et la défense. Jusqu'à présent, elle a marqué 24 buts, ce qui en fait l'une des équipes les plus efficaces devant les buts. En défense, les chiffres sont encore plus impressionnants, avec seulement six buts encaissés, ce qui témoigne d'un système défensif à toute épreuve qui ne laisse que peu d'espace à l'adversaire.

La domination de RS Berkane dans ces deux domaines est la clé de sa régularité. Des joueurs comme [nommez un meilleur buteur, si possible] ont mené l'attaque avec précision et efficacité, tandis que la défense, menée par [nommez un défenseur ou un gardien de but clé], a été pratiquement infranchissable.

Ces chiffres font non seulement de Berkane le leader incontesté, mais le positionnent également comme l'un des principaux prétendants au titre de la Botola Pro. L'équipe semble avoir trouvé une formule gagnante qui combine le talent individuel, la discipline tactique et une mentalité compétitive qui lui permet de remporter les matches les plus difficiles.

Avec deux matchs d'avance sur ses plus proches poursuivants, le RS Berkane pourrait encore creuser l'écart au classement. Cette performance remarquable lors des 18 premières journées leur donne non seulement un regain de confiance, mais envoie également un message clair au reste des équipes : cette équipe de Berkane est déterminée à entrer dans l'histoire du Maroc.

Si elle maintient ce niveau, la fin de la saison pourrait lui apporter beaucoup de joie, en consolidant son statut d'équipe la plus forte du football marocain.



فريق نهضة بركان يهيمن على البطولة الإحترافية المغربية إنوي: أرقام لا يمكن إيقافها

في أول ١٨ جولة من بطولة بوتولا برو لهذا العام، أظهر فريق نهضة بركان سبب كونه الفريق الأكثر صلابة في المغرب. مع سجل مثير للإعجاب من ١٢ فوزًا وثلاثة تعادلات وهزيمة واحدة فقط، يتصدر "الأولاد البرتقاليون" الترتيب برصيد ٣٩ نقطة ولا يزال أمامهم مباراتين في متناول اليد يمكنهما توسيع صدارتهم في صدارة جدول الترتيب

بينما كان الدفاع بقيادة [إيوسوفو دايو] لا يمكن اختراقه تقريبًا هذه الأرقام لا تعزز من مكانة بركان كمتصدر بلا منازع فحسب، بل تضعه أيضًا كأحد أبرز المتنافسين على لقب بوتولا للمحترفين. يبدو أن الفريق قد وجد معادلة الفوز التي تجمع بين الموهبة الفردية والانضباط التكتيكي والعقلية التنافسية التي تسمح له بالفوز بأصعب المباريات

اعتمد الفريق الذي يقوده معين شعباني على التوازن المثالي بين الهجوم والدفاع. حتى الآن، سجل الفريق ٢٤ هدفًا، مما يجعله أحد أكثر الفرق فعالية أمام المرمى. أما في الخلف، فالأرقام أكثر إبهارًا، حيث لم تستقبل شبكته سوى ستة أهداف فقط، مما يعكس نظاماً دفاعياً محكماً لا يترك مجالاً كبيراً للخصوم

وبفارق مباراتين عن أقرب منافسيه، يستطيع نهضة بركان توسيع الفارق في الترتيب. هذا الأداء الرائع في أول ١٨ جولة لا يمنحهم دفعة ثقة فحسب، بل يبعث برسالة واضحة لبقية الفرق: هذا الفريق البركاني عازم على كتابة التاريخ في المغرب

هيمنة نهضة بركان في كلا المنطقتين كانت مفتاح ثبات الفريق. قاد لاعبون مثل [اذكر اسم هداف الفريق إن وجد] الهجوم بدقة وفعالية، إذا حافظوا على هذا المستوى، فإن نهاية الموسم قد تجلب لهم فرحة كبيرة في نهاية الموسم، مما يعزز مكانتهم كأحد أقوى الفرق في كرة القدم المغربية



RS BERKANE: LE JOUR OÙ LA GLOIRE A ÉTÉ PEINTE EN ORANGE POUR LA DEUXIÈME FOIS

Le 20 mai 2022 restera une date historique pour la Renaissance Sportive de Berkane, l'équipe marocaine qui a une nouvelle fois remporté la Coupe de la Confédération de la CAF, consolidant ainsi sa position de puissance du football africain. La finale, disputée au Goodwill Akpabio International Stadium d'Uyo, au Nigeria, a opposé les « Orange » aux Orlando Pirates d'Afrique du Sud dans un duel de nerfs, de stratégie et de tirs au but.

Le match a commencé par une domination de l'équipe sud-africaine qui s'est créé les occasions les plus franches, mais la défense de Berkane, emmenée par une solide ligne tactique, a réussi à résister. De son côté, Berkane a montré des signes de danger, mais le gardien ghanéen Richard Ofori a réussi à garder sa cage inviolée pendant les 90 premières minutes.

Les prolongations ont donné lieu à des émotions intenses. A la 97ème minute, Berkane débloque la situation grâce à un penalty bien tiré par Youssef El Fahli, déjà héros de la demi-finale contre le TP Mazembe. L'arbitre zambien Janny Sikazwe, après avoir revu le jeu sur la VAR, confirme le penalty. Cependant, alors que les Marocains semblaient avoir assuré leur victoire, Theminkosi Lorch a égalisé à la 117e minute, un but inattendu qui a forcé la tenue d'une séance de tirs au but.

Lors de la séance de tirs au but, le RS Berkane a fait preuve de courage. L'erreur fatidique de Lorch, qui avait été le bourreau de l'Égypte lors de la Coupe d'Afrique des Nations 2019, a fait pencher la balance en faveur de l'équipe entraînée par le Congolais Jean-Florent Ibenge. En s'imposant 5-4 aux tirs au but, Berkane a fêté son deuxième titre international en seulement trois ans.

Cette victoire a réaffirmé la position de la RS Berkane comme l'un des principaux acteurs du football marocain et africain, et lui a ouvert les portes de la Super Coupe de la CAF contre un adversaire d'élite, le vainqueur de la Ligue des champions. Une fois de plus, la ville de Berkane a vibré au rythme du football, célébrant un exploit qui restera dans les annales de son histoire sportive.



FOOTBALL

نهضة بركان: اليوم الذي اكتسى فيه المجد باللون البرتقالي للمرة الثانية

جاني سيكازوي ركلة الجزاء بعد مراجعة اللعب عبر تقنية حكم الفيديو المساعد. لكن عندما بدا أن المغاربة قد ضمنوا الفوز، أدرك ثيمبينكوسي لورش التعادل بهدف غير متوقع في الدقيقة ١١٧ ليحتكم الفريقان لركلات الترجيح في ركلات الترجيح، أظهر نهضة بركان قوته في ركلات الترجيح. الخطأ المصري الذي ارتكبه لورش، الذي كان جلال مصر في كأس الأمم الإفريقية ٢٠١٩، قلب الموازين لصالح الفريق الذي يدرسه الكونغولي جان فلوران إيبينجي. بفوزه بركلات الترجيح ٥-٤، احتفل بركان بلقبه الدولي الثاني في ثلاث سنوات فقط أكد هذا الفوز من جديد مكانة نهضة بركان كأحد الأسماء الرائدة في كرة القدم المغربية والإفريقية، وفتح له الباب للعب في كأس السوبر الإفريقي أمام خصم من الصفوة وهو الفائز بدوري الأبطال. مرة أخرى، اهتزت مدينة بركان على إيقاع كرة القدم، واحتفلت بإنجاز سيُسجل في سجلات تاريخها الرياضي.

٢٠ مايو ٢٠٢٢ سيظل في الذاكرة كيوم تاريخي لنهضة بركان، الفريق المغربي الذي رفع كأس الكونفيدرالية CAF مرة أخرى، معززا مكانته كقوة في كرة القدم الإفريقية. المباراة النهائية، التي أقيمت على ملعب جودسويل أكبابيو الدولي في أويو، نيجيريا، جمعت الفريق "البرتقالي" ضد أورلاندو بيراتس الجنوب إفريقي في مباراة أعصاب واستراتيجية وركلات ترجيح بدأت المباراة بسيطرة الفريق الجنوب إفريقي على الملعب وخلق الفرص الأبرز، لكن الدفاع البركاني الذي قاده خط دفاع بركان بتشكيلة تكتيكية صلبة نجح في التصدي لها. من جانبه، أظهر بركان من جانبه لمحات من الخطورة، لكن الحارس الغاني ريتشارد أوفوري استطاع الحفاظ على نظافة شبابه في أول ٩٠ دقيقة جلب الوقت الإضافي مشاعر قوية. في الدقيقة ٩٧ تمكن بركان من كسر التعادل في الدقيقة ٩٧ بفضل ركلة جزاء نفذها يوسف الفحلي ببراعة، والذي كان بطل مباراة نصف النهائي أمام تي بي مازيمبي. احتسب الحكم الزامبي



RS BERKANE : UN EXPLOIT HISTORIQUE LORS DE LA COUPE DU TRÔNE 2018

Le 18 novembre 2018, la Renaissance Sportive de Berkane (RS Berkane) a inscrit son nom dans les annales du football marocain en remportant sa première Coupe du Trône. Dans une finale disputée au stade Prince Moulay Abdellah de Rabat, les « Orange » ont affronté le Wydad Athletic de Fès (WAF) dans une rencontre qui s'est décidée aux tirs au but après un match nul 2-2 dans le temps réglementaire.

Le match a débuté prudemment pour les deux équipes, terminant la première mi-temps sur un score nul et vierge. À la 57^e minute, Mohamed Farhane a donné l'avantage à la RS Berkane, suscitant l'euphorie de ses supporters. Cependant, le WAF a réagi rapidement, égalisant deux minutes plus tard sur un but de Mamadou Diouf et prenant l'avantage à la 77^e minute grâce à Omar Jirari.

Alors que tout semblait perdu, dans les arrêts de jeu, El Arbi Naji égalisait pour le RS Berkane, conduisant le match à la séance de tirs au but. Dans ce cas, les « Orange » l'ont emporté, faisant preuve de courage et de précision, et décrochant ainsi leur premier titre dans cette compétition.

Cette victoire ne représente pas seulement le premier titre pour le RS Berkane, mais fait de lui la première équipe du nord du Maroc à remporter la Coupe du Trône, dépassant des clubs historiques de la région tels que l'Ittihad Riadi de Tanger et le Moghreb Atletico Tétouan.

Sous la direction technique de Mounir Jaâouani, qui, pour sa première saison en tant qu'entraîneur professionnel, a mené l'équipe à la gloire, le RS Berkane a connu une évolution remarquable. Il est intéressant de noter que Jaâouani avait joué pour le club lors de la finale de 1987, qui s'était soldée par une défaite 4-0 contre le Kawkab Marrakech.

La victoire de 2018 a marqué un tournant pour le RS Berkane, consolidant sa position dans le football marocain et servant de prélude à de futurs succès au niveau national et continental. Cet exploit historique reste une référence de fierté et de persévérance pour le club et ses fans.



FOOTBALL

نهضة بركان: إنجاز تاريخي في كأس العرش 2018

في ١٨ نوفمبر ٢٠١٨، كتب فريق نهضة بركان الرياضي البركاني اسمه في سجلات كرة القدم المغربية بتتويجه بكأس العرش لأول مرة في تاريخه. في المباراة النهائية التي أقيمت على ملعب الأمير مولاي عبد الله بالرباط، واجه "البرتقالي" فريق وداد أتلتيك فاس في مباراة حسمت بركلات الترجيح بعد التعادل ٢-٢ في الوقت الأصلي.

بدأت المباراة بحذر من كلا الفريقين، وانتهى الشوط الأول بالتعادل السلبي. في الدقيقة ٥٧، منح محمد فرحان نهضة بركان التقدم لنهضة بركان في الدقيقة ٥٧، مما أثار نشوة الانتصار بين أنصاره. لكن رد فعل فريق وفاق سطيف جاء سريعاً وأدرك التعادل بعد دقيقتين بهدف من مامادو ضيوف، ثم تقدم في الدقيقة ٧٧ بفضل عمر الجراري

عندما بدا أن كل شيء قد ضاع، في الوقت بدل الضائع، أدرك العربي ناجي التعادل لنهضة بركان ليحتكم الفريقان إلى ركلات الترجيح. في هذه الحالة، انتصر الفريق "البرتقالي" وأظهر براعته

ودقته في اللعب، وبالتالي حقق أول لقب له في هذه المسابقة. لم يمثل هذا الفوز للقب الأول لنهضة بركان فحسب، بل جعله أول فريق من شمال المغرب يفوز بكأس العرش، متفوقاً على أندية تاريخية من المنطقة مثل الاتحاد الرياضي من طنجة والمغرب أتلتيكو تطوان.

تحت الإدارة الفنية لمدير الجعواني، الذي قاد الفريق في موسمه الأول كمدرّب محترف إلى المجد، أظهر نهضة بركان تطوراً ملحوظاً. ومن المثير للاهتمام أن الجعواني كان لاعباً في الفريق في نهائي ١٩٨٧، حيث تعرض الفريق للهزيمة ٤-٠ أمام الكوكب المراكشي.

شكل فوز نهضة بركان في ٢٠١٨ نقطة تحول لنهضة بركان، حيث عزز الفريق مكانته في كرة القدم المغربية وكان بمثابة مقدمة لنجاحات مستقبلية على المستويين الوطني والقاري. يظل هذا الإنجاز التاريخي معياراً للفخر والمثابرة للنادي و جماهيره.



RS BERKANE : DU CLUB RÉGIONAL AU GÉANT DU FOOTBALL AFRICAIN

La Renaissance Sportive de Berkane (RSB), connue sous le nom de « Orange Boys » en raison de sa tenue orange distinctive, s'est imposée au cours des dernières décennies comme une puissance du football marocain et africain, se forgeant un palmarès impressionnant qui reflète sa croissance et sa détermination sur la scène footballistique.

Sur le plan national, la RSB a remporté la Coupe du Trône à trois reprises : 2018, 2021 et 2022. Ces victoires sont particulièrement significatives, étant donné que le club avait atteint la finale en 1987 et 2014 sans remporter le titre. En outre, lors de la saison 1983, la RSB a atteint la deuxième place de la Botola Pro, l'échelon supérieur du football marocain, consolidant ainsi sa position parmi les clubs d'élite du pays.

Au niveau international, la RSB s'est illustrée en Coupe de la Confédération de la CAF. Après une défaite en finale en 2019, le club a été couronné champion en 2020 et a réitéré l'exploit en 2022, prouvant sa capacité à rivaliser et à réussir sur les scènes continentales. Ces victoires ont non seulement rehaussé le prestige du club, mais lui ont également valu le droit de participer à la Super Coupe de la CAF. Bien qu'il n'ait pas remporté le titre en 2021, la RSB a gagné la Super Coupe en 2022, consolidant ainsi son statut dans le football africain.

L'ascension du RSB au cours de la dernière décennie témoigne d'une gestion efficace, d'une académie talentueuse et d'une base de supporters passionnés. Son succès a contribué de manière significative à la réputation du football marocain sur le continent africain, et ses antécédents suggèrent qu'il continuera à être un concurrent redoutable à la fois sur le plan national et international.

En résumé, le bilan de la Renaissance Sportive de Berkane reflète son évolution d'un club régional à une force dominante du football africain, accumulant des titres et des accolades qui mettent en valeur sa riche histoire et son avenir prometteur.



نهضة بركان: من نادٍ إقليمي إلى عملاق كرة القدم الإفريقية

الإنجاز في ٢٠٢٢، ليثبت قدرته على المنافسة والنجاح على المستوى القاري. هذه الانتصارات لم ترفع من مكانة النادي فحسب، بل منحت أيضاً حق اللعب في CAF كأس السوبر في ٢٠٢١، إلا أن نادي نهضة بركان فاز بكأس السوبر في ٢٠٢٢، ليبرز مكانته في كرة القدم الإفريقية

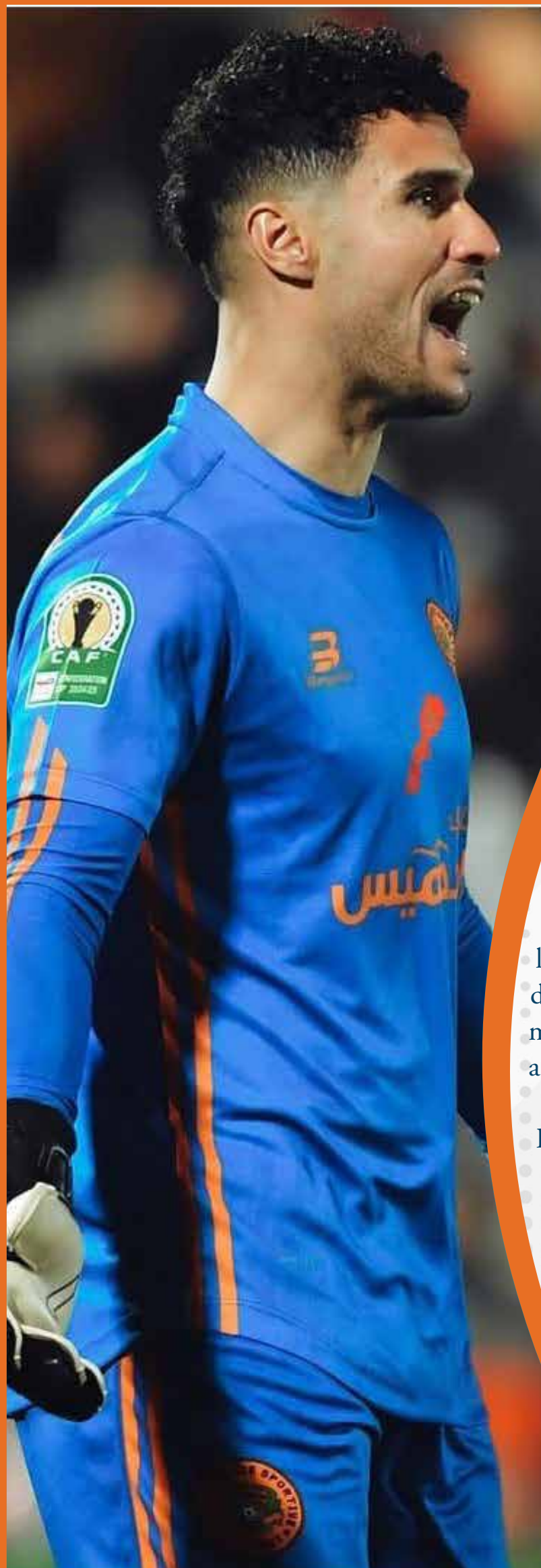
صعود سريع البليدة على مدار العقد الماضي هو شهادة على الإدارة الفعالة والأكاديمية الموهوبة والقاعدة الجماهيرية المتحمسة. لقد ساهم نجاحهم بشكل كبير في تعزيز سمعة كرة القدم المغربية في القارة الأفريقية، ويشير سجلهم الحافل إلى أنهم سيستمرون في المنافسة القوية محلياً ودولياً

وباختصار، يعكس سجل نهضة بركان الرياضي تطوره من نادٍ إقليمي إلى قوة مهيمنة في كرة القدم الإفريقية، حيث راكم ألقاباً وأوسمة تعزز تاريخه الثري ومستقبله الواعد.

برز نهضة بركان الرياضي، المعروف باسم "الفتيان البرتقاليين" بسبب زيه البرتقالي المميز، في العقود الأخيرة كقوة في كرة القدم المغربية والإفريقية، حيث بنى سجلاً مذهلاً يعكس نموه وإصراره على الساحة الكروية

على الصعيد المحلي، فاز فريق نهضة بركان بكأس العرش في ثلاث مناسبات: ٢٠١٨ و ٢٠٢١ و ٢٠٢٢. هذه الانتصارات مهمة بشكل خاص، بالنظر إلى أن النادي وصل إلى النهائي في ١٩٨٧ و ٢٠١٤ دون أن يفوز باللقب. بالإضافة إلى ذلك، في موسم ١٩٨٣، وصل نادي نهضة بركان إلى مركز الوصيف في دوري بوتولا للمحترفين، وهو الدرجة الأولى في كرة القدم المغربية، مما عزز مكانته بين أندية النخبة في البلاد

على المستوى الدولي، ترك نهضة بركان بصمة بارزة في كأس الكونفيدرالية الإفريقية لكرة القدم. بعد الهزيمة في نهائي ٢٠١٩، توج النادي بطلاً في ٢٠٢٠ وكرر



MUNIR EL KAJOUÏ : LE GARDIEN DE RÊVE DU RS BERKANE

Avec une carrière internationale bien établie et un palmarès dans les compétitions de haut niveau, Munir Mohand Mohamedi El Kajoui, plus connu sous le nom de Munir, est devenu le pilier défensif du RS Berkane depuis son arrivée en juillet 2024. Le gardien de 35 ans, né à Melilla mais dont les racines sont profondément liées au Maroc, apporte son expérience, son leadership et sa solvabilité entre les perches, s'imposant comme l'une des figures les plus importantes du football marocain d'aujourd'hui.

Munir a fait ses débuts professionnels lors de la saison 2008-09 avec l'AD Ceuta. Sa carrière l'a mené dans différents clubs en Espagne, notamment l'UD Melilla, le CD Numancia et le Málaga CF, où il a été récompensé par le trophée Zamora en deuxième division lors de la saison 2019-20, avec une moyenne impressionnante de 0,76 but par match. Il a ensuite continué à briller à l'étranger, jouant en Turquie et en Arabie saoudite, avant de revenir sur le continent africain pour sa première expérience dans le championnat marocain avec le RS Berkane.

Au niveau international, Munir a été un joueur clé pour les Lions de l'Atlas, en étant titulaire lors de la Coupe du monde 2018 en Russie. Sa capacité à réagir dans les moments décisifs, à la fois dans les buts et à la tête de l'équipe, a fait de lui une référence pour le football de son pays.

Depuis qu'il a rejoint le RS Berkane, Munir a élevé le niveau de compétition de l'équipe. Son impact a été immédiat, apportant sécurité et confiance à une défense qui aspire à s'affirmer comme la meilleure de la Botola Pro. De plus, sa présence dans les buts a renforcé les aspirations de Berkane dans la compétition continentale.

La signature de Munir est un coup de maître pour le RS Berkane, qui cherche non seulement à dominer le championnat national, mais aussi à se faire une place en Afrique. Grâce à son talent et à son expérience, le gardien de but promet d'être un élément clé dans la quête du club pour atteindre ses principaux objectifs.



منير الكجوي: حارس أحلام فريق نهضة بركان

بفضل مسيرته الدولية الراسخة وسجله الحافل في مسابقات المستوى الأعلى، أصبح منير المحمدي الكجوي، المعروف باسم منير، ركيزة دفاعية أساسية في فريق نهضة بركان منذ وصوله في يوليو ٢٠٢٤. حارس المرمى البالغ من العمر ٣٥ عامًا، المولود في مليلية ولكن جذوره مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بالمغرب، يجلب الخبرة والقيادة والقدرة على القيادة بين الخشبات ليثبت نفسه كأحد أبرز الشخصيات في كرة القدم المغربية اليوم.

بدأ منير مسيرته الاحترافية في موسم ٢٠٠٨-٠٩ مع نادي سبتة الإسباني. قادته مسيرته الكروية إلى العديد من الأندية في إسبانيا، بما في ذلك اتحاد مليلية وسي دي نومانسيا ومالقا إف سي، حيث حصل على جائزة زامورا في دوري الدرجة الثانية في موسم ٢٠١٩-٢٠٢٠، بمعدل ٠,٧٦ هدفاً في المباراة الواحدة. ثم واصل بعد ذلك تألقه في الخارج، حيث لعب في تركيا والمملكة العربية السعودية، قبل أن يعود إلى القارة الأفريقية لخوض تجربته الأولى في الدوري المغربي مع نهضة بركان.

على المستوى الدولي، كان منير لاعباً أساسياً مع أسود الأطلس، حيث شارك كأساسي في كأس العالم ٢٠١٨ في روسيا. قدرته على الاستجابة في اللحظات الحاسمة، سواء في حراسة المرمى أو في قيادة الفريق، جعلته معياراً لكرة القدم في بلاده منذ انضمامه إلى نهضة بركان، رفع منير من المستوى التنافسي للفريق. لقد كان تأثيره فورياً، حيث منح الأمان والثقة لدفاع يطمح إلى تعزيز مكانته كأفضل دفاع في دوري بوتولا للمحترفين. بالإضافة إلى ذلك، عزز وجوده في حراسة المرمى من تطلعات بركان في المسابقة القارية.

بعد التعاقد مع منير ضربة معلم لنهضة بركان، الذي لا يتطلع فقط للسيطرة على الدوري المحلي، بل أيضاً لترك بصمته في إفريقيا. بفضل موهبته وخبرته، سيكون الحارس محورياً في سعي النادي لتحقيق أهدافه الرئيسية.



SB 49

PARAPHARMACIE & PRODUITS COSMETIQUES



Notre produits:

- Crèmes et soins anti-âge ✓
- Produits de soins capillaires ✓
- Compléments alimentaires pour la santé et la beauté ✓
- Cosmétiques pour le maquillage ✓
- Soins pour les peaux sensibles ou à problèmes ✓
- Matériel orthopédique ✓
- Parfum signé ✓
- Crèmes solaires ✓
- Produit consommable médical ✓

BIENVENUE

06 43 31 72 73

sb49_off

sb49_off

OUED DRAA HAY NASSR BERKANE

A close-up photograph of a soccer ball with black and white panels hitting a white goal net. The net is taut and shows the hexagonal pattern. The background is a blurred green field.

CLUBS EUROPEENS



FC BARCELONE 2024-25: UNE ANNÉE HISTORIQUE EN RECHERCHE DE TITRES

Le FC Barcelone aborde la saison 2024-25 avec le désir de célébrer son 125e anniversaire et de retrouver le succès. Après une saison sans titre majeur, l'équipe est déterminée à revenir dans l'élite du football européen en Liga, en Ligue des champions, en Coupe d'Espagne et en Supercoupe d'Espagne. Le nouvel entraîneur, l'Allemand Hansi Flick, a pour défi de défier le Real Madrid, le champion en titre. Le club souhaite consolider un style de jeu spectaculaire et compétitif. Une nouvelle tenue, inspirée du maillot du centenaire de 1999, sera également lancée. Le retour au Camp Nou rénové est prévu pour le début de l'année 2025, ce qui motive à la fois les joueurs et les supporters. Cette saison est cruciale pour la quête d'argent et la consolidation d'un nouveau projet, avec Flick aux commandes et une équipe qui veut écrire une nouvelle page de son histoire..

Musim 2024-25 سيكون لنادي برشلونة ذو طابع خاص، حيث سيحتفل النادي بمرور 125 عامًا على تأسيسه. ستشهد هذه الذكرى الاحتفالية تطلع البارسا للعودة إلى القمة في كرة القدم الأوروبية، بعد موسم سابق لم يحقق فيه الألقاب الكبرى. يتوقع الفريق تحقيق أهداف طموحة في الدوري الإسباني ودوري أبطال أوروبا والكؤوس المحلية والإقليمية. وفي هذا السياق، تولى المدرب الألماني هانزي فليك تدريب الفريق، مع تحدي إقصاء الفريق الغريم ريال مدريد. يسعى الفريق تحت قيادة فليك لتعزيز أسلوبه الممتع والتنافسي، وسيقدم أيضًا قميصًا جديدًا مستوحى من تصميم قديم. ولا يقتصر الجديد فقط على المدرب والقميص، بل سيشهد الموسم أيضًا عودة برشلونة إلى ملعبه الجديد في كامب نو، بعد التجديدات التي تجري فيه. على الرغم من اللعب خارج أرضه في الدور الأول، ستكون العودة إلى الملعب مكافأة للفريق والمشجعين. يعد هذا الموسم حاسمًا في تحقيق الألقاب وتدعيم المشروع الجديد لفريق برشلونة.



CLUBS EUROPEENS

LAMINE YAMAL LA JEUNE STAR DU FC BARCELONE

Lamine Yamal a fait irruption sur la scène du FC Barcelone comme un véritable phénomène du football européen. À seulement 17 ans, l'ailier a laissé une marque indélébile sur l'équipe, se transformant d'un joueur prometteur en l'une de ses principales vedettes. La saison dernière, malgré son jeune âge, il a disputé 50 matches, inscrit 7 buts et délivré 7 passes décisives, démontrant ainsi sa capacité à influencer le jeu et à être décisif dans les moments clés. Ses brillantes performances ne sont pas passées inaperçues et son intégration dans la sélection pour l'EURO 2024 l'a encore plus propulsé sous les feux de la rampe. Lors de ce tournoi, Yamal s'est illustré en marquant un but et en délivrant quatre passes décisives, aidant ainsi son équipe à être couronnée championne. Cet exploit a fait de lui l'un des plus jeunes joueurs à remporter un titre de champion d'Europe, battant des records et établissant de nouvelles normes en matière de précocité dans le sport. Pour sa deuxième saison en équipe première, Lamine Yamal n'est pas seulement considéré comme un talent émergent, mais aussi comme une figure centrale de l'attaque du Barça.

برز لامين يامال على ساحة نادي برشلونة كظاهرة حقيقية في كرة القدم الأوروبية. في عمر ١٧ عامًا فقط، ترك هذا الجناح بصمة لا تُمحي في الفريق، وتحول من لاعب واعد إلى أحد أبرز نجومه. في الموسم الماضي، وعلى الرغم من صغر سنه، إلا أنه شارك في ٥٠ مباراة وسجل ٧ أهداف وصنع ٧ تمريرات حاسمة، مما يدل على قدرته على التأثير في المباراة والحسم في اللحظات الحاسمة لم يمر أداؤه الرائع دون أن يلاحظه أحد، كما أن إدراجه في تشكيلة المنتخب في يورو ٢٠٢٤ جعله يسلط عليه الأضواء أكثر. في هذه البطولة، تألق يامال وسجل هدفًا وصنع ٤ تمريرات حاسمة، وساعد فريقه على التتويج باللقب. وقد جعله هذا الإنجاز أحد أصغر اللاعبين الذين فازوا بلقب بطولة أوروبا، محطماً بذلك الأرقام القياسية ووضاً معايير جديدة للنضوج في هذه الرياضة. والآن، في موسمه الثاني مع الفريق الأول، لا يُنظر إلى لامين يامال على أنه موهبة ناشئة فحسب، بل كشخصية محورية في هجوم برشلونة. ومع ثقل التوقعات الملقاة على عاتقه، فإنه يستعد لإثبات نفسه كنجم عالمي، وهو على استعداد للارتقاء بالفريق إلى آفاق جديدة ومواصلة إبهار الجماهير والنقاد على حد سواء. سيكون تطوره نقطة أساسية يجب مراقبتها في الموسم المقبل، وستتجه جميع الأنظار إلى تطوره في عالم كرة القدم المثير.



PSG 2024-25: LUIS ENRIQUE ET LA RECONSTRUCTION DE LA JEUNESSE EN QUÊTE DE GLOIRE EUROPÉENNE

Luis Enrique entame sa deuxième et dernière saison en tant qu'entraîneur du Paris Saint-Germain avec une équipe remaniée. Malgré le départ de Kylian Mbappé, le club parisien reste focalisé sur la conquête de la Ligue des champions en misant sur de jeunes talents prometteurs tels que Randall Kolo Mane, Bradley Barkola et Warren Zaire Emery. L'objectif est de former une unité cohérente plutôt qu'une simple collection d'individus.

En tant qu'entraîneur, Enrique doit jongler avec l'inexpérience de ses nouvelles stars tout en obtenant rapidement des résultats. Des joueurs tels que Fabian Ruiz et Vitinha se révèlent être des leaders naturels après leurs performances remarquables lors du Championnat d'Europe. Les nouvelles recrues du club, comme Lucas Peraldo et Gabriel Moscardo, ainsi que les jeunes joueurs prometteurs, ont pour mission de continuer à progresser.

Cette saison sera cruciale pour Luis Enrique, qui doit prouver que sa stratégie peut fonctionner dans l'environnement exigeant du PSG, avec la pression de la Ligue des champions et un calendrier chargé. Le Paris Saint-Germain mise de nouveau sur les jeunes talents et son style de jeu collectif, espérant enfin accéder à la gloire européenne tant attendue.

يواجه لويس إنريكي موسمه الثاني والأخير من عقده مع باريس سان جيرمان، في خضم عملية تجديد عميقة لفريقه. ويمثل رحيل كيليان مبابي والالتزام بالمواعيد الشابة مشروعًا لا يزال يركز على الفوز بدوري أبطال أوروبا بعيد المنال. أسماء مثل راندال كولو ماني وبرادلي باركولا ووارن زائير إيميري أصبحوا الآن لاعبين أساسيين في فريق يسعى إلى توحيد صفوفه ككتلة واحدة أكثر من كونه مجموعة من الأفراد ومع غرفة ملابس متجددة، يواجه المدرب الأسطوري تحدي الموازنة بين قلة خبرة نجومه الجدد والحاجة إلى تحقيق نتائج فورية. يبرز لاعبون مثل فابيان رويز وفيتينا كقادة بالفطرة بعد أدائهم الرائع في البطولة الأوروبية، بينما تقع على عاتق اللاعبين الجدد واللاعبين الشباب الواعدين في النادي، مثل لوكاس بيرالدو وغابرييل موسكاردو، مهمة مواصلة النمو. سيكون الموسم حاسمًا بالنسبة للويس إنريكي، الذي سيتعين عليه أن يثبت أن معادلته يمكن أن تنجح في واحدة من أكثر الفترات الصعبة التي يمر بها باريس سان جيرمان، خاصة مع ضغط دوري أبطال أوروبا والجدول الزمني المزدحم سيأمل باريس سان جيرمان، مع تركيزه المتجدد على المواهب الشابة وأسلوبه الجماعي في اللعب، أن يكون هذا النهج هو الطريق إلى المجد الأوروبي الذي طال انتظاره.



CLUBS EUROPEENS

LE NOUVEAU DUO OFFENSIF DU PSG: DEMBÉLÉ Y BARCOLA

A l'aube de la saison 24/25, le Paris Saint-Germain est confronté à un nouveau défi après le départ de Kylian Mbappé, l'une de ses stars les plus en vue. Cependant, le conseil d'administration parisien a fait confiance au jeune duo offensif prometteur composé d'Ousmane Dembélé et de Bradley Barcola, qui devrait mener l'attaque de l'équipe.

Dembélé, un joueur très habile et rapide, s'est avéré être un joueur clé dans le système de Luis Enrique. La saison dernière, il a accumulé 20 contributions directes au but, que ce soit par des buts ou des passes décisives, ce qui témoigne de sa capacité à déséquilibrer les défenses adverses et à créer des occasions de but. Son expérience dans les grands championnats et sa technique raffinée font de lui un atout précieux pour le PSG dans cette nouvelle phase.

Bradley Barcola s'est révélé être un complément talentueux au jeu de Dembélé. Avec 14 buts inscrits l'année dernière, le jeune attaquant s'est imposé comme un joueur clé, montrant un grand potentiel qui promet de continuer à se développer dans l'environnement compétitif du PSG. Sa capacité à s'associer à Dembélé pourrait s'avérer essentielle pour maintenir l'équipe dans la course au titre.

Confronté à un nouveau défi, le Paris Saint-Germain se prépare à affronter la saison 24/25. Avec le départ de Kylian Mbappé, l'équipe doit compter sur un nouveau duo offensif. Ousmane Dembélé et Bradley Barcola ont été choisis pour mener l'attaque. Dembélé, connu pour sa vitesse et sa technique, a marqué 20 buts et réalisé 20 passes décisives la saison dernière. Barcola, quant à lui, a marqué 14 buts. Ce duo est considéré comme l'un des plus prometteurs en Europe.

Le PSG a fait confiance à ce duo jeune et dynamique. Dembélé a marqué 20 buts et réalisé 20 passes décisives la saison dernière. Barcola a marqué 14 buts. Ce duo est considéré comme l'un des plus prometteurs en Europe. Le PSG a fait confiance à ce duo jeune et dynamique.

Le PSG a fait confiance à ce duo jeune et dynamique. Dembélé a marqué 20 buts et réalisé 20 passes décisives la saison dernière. Barcola a marqué 14 buts. Ce duo est considéré comme l'un des plus prometteurs en Europe. Le PSG a fait confiance à ce duo jeune et dynamique.



LIVERPOOL 2024/25: L'ÈRE POST-KLOPP ET LE NOUVEAU DÉFI D'ARNE SLOT

Liverpool affronte la saison 2024/25 en pleine transformation après les adieux de Jürgen Klopp. Après neuf années marquées par des titres et des succès historiques, comme la reconquête de la Premier League et de la Ligue des Champions, Klopp a décidé de se retirer, invoquant le manque d'énergie nécessaire pour continuer. A sa place, le Néerlandais Arne Slot, connu pour son style de jeu proche de celui de l'Allemand, a pris les rênes de l'équipe.

Ce changement d'entraîneur s'est accompagné d'une nouvelle philosophie sur le marché des transferts. Contrairement aux années de boom, Liverpool n'a pas fait d'ajouts majeurs jusqu'à présent, donnant la priorité à tirer le meilleur parti des jeunes talents et des récentes signatures importantes telles qu'Alexis Mac Allister, Dominik Szoboszlai et Ryan Gravenberch. L'équipe est cependant confrontée à la nécessité de renforcer certains postes clés, notamment en défense et en attaque, où des noms comme Marc Guéhi et Takefusa Kubo sont envisagés.

Malgré l'incertitude concernant d'éventuelles signatures, le sentiment après la pré-saison est positif, avec des victoires importantes contre le Betis, Arsenal et Manchester United. Curtis Jones, l'un des jeunes les plus prometteurs, a fait l'éloge du style de Slot, soulignant une approche plus lente et plus ciblée de la possession du ballon, ce qui marque un changement par rapport à l'ère Klopp.

Cependant, l'avenir à long terme de Liverpool est incertain, avec des contrats pour des joueurs clés tels que Mohamed Salah, Virgil van Dijk et Trent Alexander-Arnold expirant en 2025. La plus grande préoccupation du club est d'obtenir le plein engagement de certains piliers tout en naviguant dans cette situation. nouvelle étape sous Slot, cherchant à retrouver sa gloire récente.

Il y a un an, Liverpool a connu un tournant décisif. Après sept saisons de domination, le club a décidé de se renouveler. Klopp a quitté le club après une saison de transition, laissant la place à Arne Slot. Le nouveau manager a apporté avec lui une philosophie de jeu basée sur la possession et la pression haute. Slot a mis en place une équipe plus équilibrée, avec des joueurs comme Salah, Van Dijk et Alexander-Arnold qui ont continué à briller. Le club a connu une saison réussie, terminant à la première place du championnat. Slot a prouvé qu'il était capable de mener Liverpool à la victoire, tout en maintenant une équipe compétitive et motivée.

Cette saison a été marquée par des succès importants, notamment la victoire en Coupe de la Ligue et la qualification pour la Ligue des Champions. Slot a su tirer le meilleur parti de ses joueurs, en leur permettant de développer leur jeu et leur confiance. Le club a également connu des moments difficiles, mais Slot a su les surmonter avec brio. La saison 2024/25 est une nouvelle étape pour Liverpool, et Slot a l'intention de continuer à mener le club à la victoire. Le club a une équipe solide et motivée, et Slot a l'expérience nécessaire pour mener Liverpool à la gloire. La saison 2024/25 est une saison clé pour Liverpool, et Slot a l'intention de prouver qu'il est capable de mener le club à la victoire.

Slot a mis en place une équipe plus équilibrée, avec des joueurs comme Salah, Van Dijk et Alexander-Arnold qui ont continué à briller. Le club a connu une saison réussie, terminant à la première place du championnat. Slot a prouvé qu'il était capable de mener Liverpool à la victoire, tout en maintenant une équipe compétitive et motivée. Cette saison a été marquée par des succès importants, notamment la victoire en Coupe de la Ligue et la qualification pour la Ligue des Champions. Slot a su tirer le meilleur parti de ses joueurs, en leur permettant de développer leur jeu et leur confiance. Le club a également connu des moments difficiles, mais Slot a su les surmonter avec brio. La saison 2024/25 est une nouvelle étape pour Liverpool, et Slot a l'intention de continuer à mener le club à la victoire. Le club a une équipe solide et motivée, et Slot a l'expérience nécessaire pour mener Liverpool à la gloire. La saison 2024/25 est une saison clé pour Liverpool, et Slot a l'intention de prouver qu'il est capable de mener le club à la victoire.



CLUBS EUROPEENS

MOHAMED SALAH: L'ÉTOILE BRILLANTE DE LIVERPOOL

Mohamed Salah est sans aucun doute la grande référence de Liverpool, un joueur dont la capacité à changer le cours d'un match fait de lui une figure incontournable de son équipe.

Son contrôle du ballon, sa capacité à délivrer des passes décisives et son but mortel sont les ingrédients qui ont conduit Liverpool à d'innombrables succès.

Les attentes pour cette saison sont élevées et une grande partie des aspirations de Liverpool se concentrent sur leurs performances.

Sa capacité à faire la différence dans les moments clés fait de lui une bénédiction pour son entraîneur, Arne Slot, et un joueur que tous les adversaires craignent d'affronter.

En bref, Mohamed Salah n'est pas seulement la star de Liverpool, mais aussi une icône du football moderne, dont la magie et la détermination promettent de continuer à éblouir les supporters à chaque match.

محمد صلاح هو بلا شك مرجع ليفربول الكبير، اللاعب الذي قدرته على تغيير مسار المباراة تجعل منه شخصية أساسية لفريقه. بفضل موهبة فريدة ورؤية استثنائية للعبة، أثبت صلاح نفسه باعتباره عبقرى حقيقي في الملعب. قدرته على الانطلاق من الجناح الأيمن واختراق دفاع الخصم مذهلة، كما أنه قادر على خلق تمريرات لا يتخيلها إلا هو.

يجمع المصري بين السرعة وخفة الحركة، مما يسمح له بترك المدافعين خلفه في غمضة عين. سيطرته على الكرة وقدرته على المساعدة وهدفه القاتل هي المكونات التي قادت ليفربول إلى نجاحات لا حصر لها. في كل مرة يمتلك فيها صلاح الكرة، يعلم المشجعون أن شيئًا مثيرًا يمكن أن يحدث. أسلوبه في اللعب، الذي يمزج بين الانفجارية والتقنية الرائعة، سمح له بأن يصبح أحد أفضل الهادفين في الدوري الإنجليزي الممتاز.

التوقعات لهذا الموسم عالية، والكثير من تطلعات ليفربول تتمحور حول أدائهم. الضغط يقع على كتفيه، لكن صلاح أظهر في مناسبات متعددة أنه مستعد لتحمل هذا الضغط. قدرته على إحداث الفارق في اللحظات الحاسمة تجعله نعمة لمدربه آرنى سلوت، واللاعب الذي يخشى جميع المنافسين مواجهته.

باختصار، محمد صلاح ليس نجم ليفربول فحسب، بل هو أيضًا رمز لكرة القدم الحديثة، الذي يعد سحره وإصراره بمواصلة إبهار الجماهير في كل مباراة.



BAYERN MUNICH: UN PROJET AMBITIEUX POUR LA SAISON 2024/2025

Le Bayern Munich prépare la saison 2024/2025 avec un projet qui cherche à retrouver la domination perdue en Bundesliga et à laisser sa marque en Ligue des Champions. Sous la direction de Vincent Kompany, l'équipe bavaroise a constitué un effectif robuste et polyvalent, capable de concourir dans l'élite européenne. Dans les buts, Manuel Neuer reste une place forte, même si son âge pose des questions sur son avenir. Avec un renfort comprenant Sven Ulreich et le jeune Daniel Peretz, le Bayern doit assurer la continuité à ce poste crucial. La défense allie jeunesse et expérience, avec des figures telles que Dayot Upamecano et Matthijs de Ligt, tandis que les ajouts d'Eric Dier et Minjae Kim ajoutent de la profondeur et de la vitesse à l'axe central.

Le milieu de terrain, dirigé par Joshua Kimmich et renforcé avec l'arrivée de João Palhinha, se caractérise par sa capacité à dominer la possession et à récupérer le ballon. Jamal Musiala apparaît comme l'agent de liaison créatif, fournissant des éclairs de génie aux moments clés. À l'avant, la recrue vedette Harry Kane, meilleur buteur de la saison dernière, aux côtés de Leroy Sané et Kingsley Coman, offre une variété offensive qui peut déstabiliser n'importe quel rival.

L'objectif principal du Bayern est de reconquérir la Bundesliga après la surprenante victoire du Bayer Leverkusen la saison précédente. En Ligue des Champions, les Bavarois aspirent à surmonter le goût amer de la dernière édition, avec l'espoir de soulever à nouveau la médaille d'or. Le mélange de talent, d'expérience et de jeunesse au sein de l'équipe, ainsi que la vision tactique de Kompany, promettent une saison pleine d'émotions et de défis.

يستعد بايرن ميونخ لموسم ٢٠٢٥/٢٠٢٤ بمشروع يسعى لاستعادة هيمنته المفقودة على الدوري الألماني وترك بصمته في دوري أبطال أوروبا. تحت إشراف فنسنت كومباني، قام الفريق البافاري بتشكيل فريق قوي ومتعدد الاستخدامات، قادر على المنافسة في النخبة الأوروبية.

في المرمى، يظل مانويل نوير معقلًا، رغم أن تقدمه في السن يثير التساؤلات حول مستقبله. ومع وجود احتياطي يضم سفين أولرايش والشاب دانييل بيريتس، يحتاج بايرن إلى ضمان الاستمرارية في هذا المركز الحاسم. ويجمع الدفاع بين الشباب والخبرة، مع وجود شخصيات مثل دايوت أوباميكانو وماتياس دي ليخت، بينما تضيف إضافات إيريك داير ومينجاي كيم عمقًا وسرعة إلى المحور المركزي.

ويتميز خط الوسط بقيادة جوشوا كيميشتش والمعزز بوصول جواو بالينها، بقدرته على السيطرة على الكرة واستعادة الكرات. يظهر جمال موسيالا كحلقة وصل إبداعية، حيث يقدم ومضات من التألق في اللحظات الحاسمة. في خط الهجوم، يقدم النجم هاري كين، هداف الموسم الماضي، إلى جانب ليروي ساني وكينغسلي كومان، تشكيلة هجومية يمكن أن تززع استقرار أي منافس.

الهدف الرئيسي لبائرن هو استعادة الدوري الألماني بعد فوز باير ليفركوزن المفاجئ في الموسم السابق. وفي دوري أبطال أوروبا، يطمح البافاريون إلى تجاوز الطعم المر للنسخة الماضية، على أمل رفع الميدالية الذهبية مرة أخرى. مزيج المواهب والخبرة والشباب في الفريق، جنبًا إلى جنب مع رؤية كومباني التكتيكية، يعد بموسم مليء بالمشاعر والتحديات.



CLUBS EUROPEENS

HARRY KANE: LE BAYERN DE MUNICH ROMPT LES FILETS

Harry Kane est arrivé au Bayern Munich en 2023 comme l'un des recrues les plus célèbres du football européen, et a fait ses preuves lors de sa première saison en Bundesliga. Avec 43 buts dans toutes les compétitions, l'attaquant anglais a non seulement conquis le public bavarois, mais il a également remporté le Golden Boot, prix décerné au meilleur buteur des ligues européennes. Kane est devenu le premier joueur anglais à recevoir ce prix, rejoignant des légendes comme Robert Lewandowski et Gerd Müller, qui ont également réussi à porter le maillot du Bayern. Malgré son impressionnant record de buts, la saison de Kane a connu des hauts et des bas. Sur le plan personnel, il était très proche de battre le record de 41 buts en Bundesliga que Lewandowski détient toujours, mais une blessure inopportune dans les dernières journées l'a écarté de cette possibilité. De plus, le Bayern n'a pas pu remporter la ligue, se classant deuxième après le titre surprenant du Bayer Leverkusen. Kane a aussi souffert de la défaite en finale du Championnat d'Europe EURO contre l'Angleterre, prolongeant son attente pour remporter son premier grand titre à 31 ans.

Malgré ces revers, Kane est plus motivé que jamais. Son arrivée au Bayern a été l'un des moments les plus importants de sa carrière, et il est déterminé à marquer encore plus de buts et surtout à aider le club à remporter les titres qu'il a manqués la saison précédente. Avec son instinct de buteur et son leadership, l'attaquant anglais reste l'un des grands espoirs du géant bavarois pour la saison 2024/25.

انضم هاري كين إلى بايرن ميونيخ في عام ٢٠٢٣ كواحد من أنجح اللاعبين في كرة القدم الأوروبية، وفي موسمه الأول في الدوري الألماني أثبت أنه لاعب قوي. مع ٤٣ هدفًا في جميع المسابقات، لم يفز المهاجم الإنجليزي بالجمهير البافارية فحسب، بل حصل أيضًا على الحذاء الذهبي، وهو جائزة تُمنح لأفضل هداف في البطولات الأوروبية. أصبح كين أول لاعب إنجليزي يحصل على هذه الجائزة، حيث انضم إلى أساطير مثل روبرت ليفاندوفسكي وجيرد مولر، الذين حققوا ذلك أيضًا مرتديًا قميص بايرن ميونيخ. على الرغم من سجله الرائع في التهديد، شهد موسم كين بعض التقلبات. على المستوى الشخصي، كان قريبًا جدًا من تحطيم الرقم القياسي للبوندسليجا البالغ ٤١ هدفًا، والذي لا يزال يحمل ليفاندوفسكي، لكن الإصابة المفاجئة في الأيام القليلة الماضية أبعدته عن هذا الاحتمال. أيضًا، بشكل جماعي، لم يتمكن بايرن من الفوز بالدوري، حيث جاء في المركز الثاني بعد اللقب المفاجئ لباير ليفركوزن. عانى كين أيضًا من مرارة خسارة نهائي بطولة أوروبا UEFA أمام إنجلترا ضد إسبانيا، مما أدى إلى إطالة انتظاره للحصول على أول لقب كبير له في ٣١.

على الرغم من هذه النكسات، أصبح كين متحمسًا أكثر من أي وقت مضى. كان وصوله إلى بايرن ميونيخ أحد أهم اللحظات في مسيرته، وهو مصمم على تسجيل المزيد من الأهداف وقبل كل شيء مساعدة النادي على تحقيق الألقاب التي غاب عنها في الموسم السابق. مع غريزة التسديد وقيادته، يظل المهاجم الإنجليزي أحد أعظم آمال العملاق البافاري لعام ٢٠٢٤/٢٥.

LIMITLESS DESIGNS

Limitless Designs crée des espaces uniques alliant créativité, fonctionnalité et esthétique, redéfinissant l'architecture moderne avec passion.

Contact us

06 99 12 24 75

N16 Av mohammed Ai-durah berkane

limitless_designs_architecture

LOTFI ACCESSOIRE AUTO

ACCESSOIRES AUTO DE QUALITÉ, PERFORMANCE, CONFORT ET DESIGN.

Nous proposons des accessoires automobiles haut de gamme conçus pour améliorer la performance, le confort et l'esthétique de votre véhicule. Nos produits allient qualité, fiabilité et service personnalisé, avec des solutions telles que des vitres teintées fumées, des postes DVD et GPS, ainsi que des lumières d'ambiance.

BIENVENUE

06 66 98 06 51

Rue idriss 1 Numéro 25
hay hamza, Berkane

SPORT ET SANTÉ



Alimentation Équilibrée et Sport Raisonné



Mener une vie saine ne se résume pas à un régime strict ou à des séances de sport intensives. Il s'agit d'adopter des habitudes durables qui favorisent une santé optimale, tant sur le plan physique que mental. Dans cet article, nous explorons l'importance d'une alimentation équilibrée et d'une pratique sportive saine pour un bien-être complet.

I. Les Bases d'une Alimentation Équilibrée

Une alimentation saine ne consiste pas uniquement à compter les calories. Il est important de privilégier la qualité des aliments et d'assurer une variété nutritionnelle.

Les macronutriments essentiels :

Glucides complexes : Les céréales complètes, le riz brun, et les légumineuses fournissent de l'énergie durable.

Protéines : Sources de construction musculaire, elles se trouvent dans les viandes maigres, les œufs, les poissons et les végétaux comme les lentilles.

Lipides bons pour la santé : L'huile d'olive, les noix et les avocats sont essentiels pour le bon fonctionnement du système nerveux.

Les micronutriments indispensables :

Les vitamines et minéraux sont présents dans les fruits, légumes et noix.

Une attention particulière doit être portée à la consommation de vitamine D, de fer et de magnésium, qui jouent un rôle essentiel dans l'énergie et la récupération.

L'importance de l'hydratation :

L'eau est le carburant principal du corps humain. Boire au

moins 1,5 litre d'eau par jour aide à maintenir une bonne circulation sanguine et améliore les performances sportives.

II. L'Art de Pratiquer une Activité Physique Sainement

Le sport doit être une source de plaisir et non une contrainte. Adopter une approche raisonnée permet de maintenir une régularité sans risque pour la santé.

Définir ses objectifs :

Pour perdre du poids, combiner cardio et renforcement musculaire.

Pour gagner en masse musculaire, privilégier les entraînements de résistance.

Les activités physiques recommandées :

Marche rapide et jogging : Excellents pour le cœur.

Yoga et Pilates : Favorisent la flexibilité et réduisent le stress.

Musculation : Idéale pour renforcer les os et les muscles.

Sports collectifs : Permettent de travailler l'endurance tout en renforçant les liens sociaux.

Écouter son corps :

Une fatigue excessive ou des douleurs sont des signaux d'alarme. Il est essentiel de se reposer si nécessaire.

Ne pas négliger l'échauffement et la récupération :

L'échauffement prépare les muscles et réduit les risques de blessure. Les étirements après l'effort permettent une meilleure récupération.



SPORT ET SANTÉ ALIMENTATION

في الحفاظ على الدورة الدموية الجيدة وتحسين الأداء الرياضي.

ثانياً. فن ممارسة النشاط البدني بطريقة صحية يجب أن تكون الرياضة مصدر متعة وليس عائقاً. من خلال اعتماد نهج منطقي، يمكنك الحفاظ على الانتظام في ممارسة الرياضة دون المخاطرة بصحتك.

حدد أهدافك:

لإنقاص الوزن، اجمع بين تمارين الكارديو وتقوية العضلات.
لاكتساب كتلة عضلية، فضّل تمارين المقاومة.

الأنشطة البدنية الموصى بها:

المشي السريع والركض: ممتاز للقلب.
اليوغا والبيلاتس: تعزيز المرونة وتقليل التوتر.
تمارين رفع الأثقال: مثالية لتقوية العظام والعضلات.
الرياضات الجماعية: العمل على قوة التحمل مع تقوية الروابط الاجتماعية.

استمع إلى جسدك:

التعب المفرط أو الألم المفرط من العلامات التحذيرية. من الضروري أن ترتاح إذا لزم الأمر.
لا تهمل الإحماء والتهديئة:
الإحماء يهيئ العضلات ويقلل من خطر الإصابة. تعمل تمارين الإطالة بعد التمرين على تحسين التعافي.

لا يقتصر نمط الحياة الصحي على اتباع نظام غذائي صارم أو جلسات رياضية مكثفة. بل يتعلق الأمر بتبني عادات مستدامة تعزز الصحة المثلى بدنياً وذهنياً. في هذا المقال، نستكشف أهمية اتباع نظام غذائي متوازن وروتين رياضي صحي من أجل رفاهية كاملة.

I. أساسيات النظام الغذائي المتوازن

الأكل الصحي لا يتعلق فقط بحساب السعرات الحرارية. من المهم إعطاء الأولوية لجودة الطعام وضمان التنوع الغذائي.

المغذيات الأساسية:

الكربوهيدرات المعقدة: الحبوب الكاملة الحبوب والأرز البني والبقول توفر طاقة تدوم طويلاً.

البروتينات: مصادر بناء العضلات، وتوجد في اللحوم الخالية من الدهون والبيض والأسماك والخضروات مثل العدس.

الدهون الصحية: زيت الزيتون والمكسرات والأفوكادو ضرورية للجهاز العصبي ليعمل بشكل صحيح.

المغذيات الدقيقة الأساسية:

توجد الفيتامينات والمعادن في الفاكهة والخضروات والمكسرات.

يجب إيلاء اهتمام خاص لاستهلاك فيتامين د والحديد والمغنيسيوم التي تلعب دوراً أساسياً في الطاقة والانتعاش.

أهمية الترطيب:

الماء هو وقود الجسم الرئيسي. يساعد شرب 1.5 لتر ونصف على الأقل من الماء يومياً



NIYA AUTO
PIECES DE RECHANGE CARROSSERIE ELECTRICITE DIAGNOSTIQUE MECANIQUE

VOICI UN TEXTE DE 30 MOTS SANS UTILISER DIRECTEMENT LES TERMES DEMANDÉS : CHEZ NIYA AUTO, NOUS OFFRONS DES SOLUTIONS COMPLÈTES POUR ENTREtenir ET RÉPARER VOTRE VÉHICULE. PROFITEZ DE NOTRE EXPERTISE, DE PRODUITS DE QUALITÉ ET D'UN SERVICE RAPIDE, EFFICACE ET ABORDABLE.

**PIECES DE RECHANGE CARROSSERIES
ELECTRICITE DIAGNOSTIQUE
MÉCANIQUE**

BIENVENUE

☎ 06 73 45 85 43 / 05 26 01 92 70
 📷 NIYA_AUTO
 📱 NIYA AUTO
 ✉ niyaauto.2023@gmail.com
 📍 RUE CASABLANCA TASSILA ZONE INDUSTRIELLE DCHIRA AGADIR



100% BATTERIE

**SPECIALISTE
DE TOUTES TYPES DE BATTERIES**

- ✓ Possibilité d'acheter au magasin
- ✓ Vente avec facture et garanti
- ✓ Un prix très adorable
- ✓ Service de livraison gratuit
- ✓ Service d'instalation gratuit

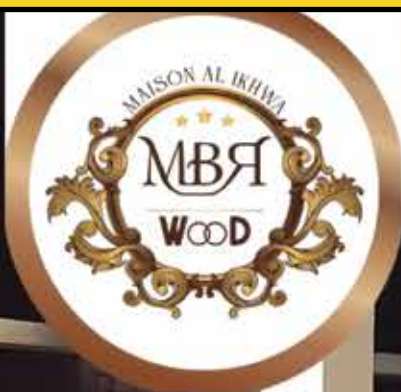
NOUS CONTACTEZ

☎ 0535685875 📷 BATTERIE_FES
 ☎ 0662190476 📍 N°8 LOT. FARAH MAG 3 BENSODA - FES

معاك في لوقت

DÉPANNAGE BATTERIE 24 H/7 JOURS





MBR WOOD

Bienvenue chez **MBR WOOD**

Plongez dans notre univers créatif, où tradition marocaine et innovation contemporaine se rencontrent pour donner vie à des designs uniques et élégants

Merci de choisir **MBR WOOD**, où chaque détail est une œuvre d'art. Nous sommes honorés de vous accompagner dans vos projets ! 🌟

CONTACTEZ-NOUS



0661685819 / 0661446028



mbr_wood



Mbr Wood



14 RUE EL BASATINE HAY SAAD BERKANE



INFO.MBRWOOD@GMAIL.COM



**N°1 EN MAGAZINES
SPORTIFS - FÊTES - GUIDE THÉMATIQUES**

ANNONCER

LA MEILLEURE PUBLICITÉ POUR VOTRE ENTREPRISE

*suivez-nous
sur les réseaux
sociaux*



 212660283029

WWW.JLEDITIONS.NET