



Budget 2024-2025

**Continuité
des progrès déjà
réalisés par le
gouvernement,
déclare le PM**

**Promouvoir
l'entrepreneuriat
pour une
économie
diversifiée,
résiliente
et compétitive**

Page 3



Indonésie

Éruption d'un volcan: l'état d'alerte maximum

Page 2



Zelensky s'est adressé au parlement français vendredi matin

Page 4



Cérémonie de débarquement Biden et Macron à l'Arc de Triomphe samedi

Page 4

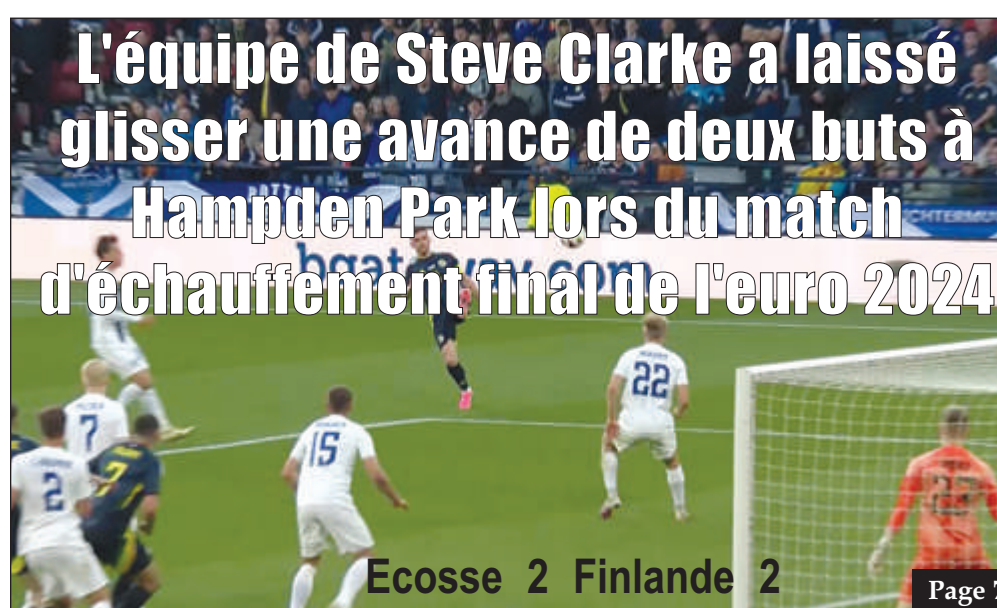
EURO 2024 - MATCHES AMICAUX



Roumanie 0 Liechtenstein 0

**Encore un 0-0 pour la Roumanie,
adversaire des Diables,
qui bute sur le Liechtenstein**

Page 8



**L'équipe de Steve Clarke a laissé
glisser une avance de deux buts à
Hampden Park lors du match
d'échauffement final de l'euro 2024**

Ecosse 2 Finlande 2

Page 7

A la télé aujourd'hui



06:01 L'EMPIRE DU MENSONGE
06:25 KNIGHT RIDER
07:13 PEARSON
07:59 ROOKIE BLUE
08:45 NCIS : NOUVELLE-ORLÉANS
09:28 LE CHEMIN DU DESTIN
09:53 AMOUR SECRET
10:18 THE GARDENER'S DAUGHTER
10:45 L'ENVERS DU PARADIS
11:11 LA REINA DEL FLOW

11:56 LE JOURNAL DE LA MI-JOURNÉE
12:22 BARBARITA, LES COULEURS DE L'AMOUR
13:12 FIERCE ANGEL
13:38 L'EMPIRE DU MENSONGE
15:01 SAMACHAR
17:32 THE GARDENER'S DAUGHTER
18:01 SAMACHAR
18:33 WAGLE KI DUNIYA
18:57 SWARAN GHAR
19:31 LE JOURNAL TELEVISE
20:32 THE PERFECT PAIRING
21:54 BARBARITA
22:42 THE GARDENER'S DAUGHTER
23:34 LE JOURNAL TELEVISE



06:00 FEMININ PLURIEL
06:56 AKTIV
07:11 SOUS LE REGARD DU SEIGNEUR
07:21 ECLAIRAGE ECONOMIQUE
08:00 TOUS EGAUX : APRIM
08:18 ENTREPRENEURIAT AU FEMININ
08:31 ITINERER MORIS
08:52 RODRIG PROG : ZENN AKTIF :
09:29 KONKOUR SANTE PATRIOTIK
10:32 RODRIG PROG : SAVER LOKAL :
11:01 LE RENDEZ VOUS AVEC ECHO DES ILES
12:00 FEMININ PLURIEL :
15:05 RODRIG PROG : ZENN AKTIF

16:44 AKTIV
16:58 KONKOUR SANTE PATRIOTIK
17:58 L'EMPIRE DU MENSONGE
18:28 AMOUR SECRET
18:58 ZOURNAL KREOL
19:18 RODRIG PROG : PLAT DU CHEF: POULET MOUTARD
19:38 SON LADAN MEM : BLACK POWER
19:58 SUR LA PISTE DU PARAKEET
21:01 KONKOUR SANTE PATRIOTIK
21:53 PAROLES AGRICOLES : ENGAGEMENT DANS L'AGRICULTURE
22:20 MOTS & ECRITS : ANGKUSH POONYE
22:42 PROFIL
22:55 LA JOURNEE SOUS LE REGARD DU SEIGNEUR
23:01 ZOURNAL KREOL
23:21 KOZE ZOM
23:55 RODRIG PROG : ROD'ART



07:00 GADGET GURU GANESHA
07:12 KISNA (ANIMATED SERIES)
07:24 TENALI RAMA
07:36 LAMBU G TINGU G
07:48 SELFIE WITH BAJRANGI
08:00 VED KI SHIKSHAYEN
08:30 DARSHAN - BAGLA MUKHI DEVI MAHIMA
09:41 CHARCHA
10:07 KUNDALI BHAGYA
11:30 RADHA KRISHNA - PUNAR MILAN

12:00 EK BAAR MOOSKURA DO
14:58 SAYINGS RADHA KRISHNA
15:00 SAMACHAR
15:30 BADKI MALKAAIN
16:00 JIJAJI CHHAT PAR HAIN
16:44 JIJAJI CHHAT PAR HAIN
17:31 RADHA KRISHNA - PUNAR MILAN
17:53 SAYINGS RADHA KRISHNA
18:00 SAMACHAR
18:30 TARK VITARK
19:02 BHOJPURI DHAMAKA
19:32 THEATRE
20:03 CHIKITSA AUR SWASTHYA
20:32 DOSTI
23:08 JIJAJI CHHAT PAR HAIN
23:30 YEH TERI GALIYAN
23:51 YEH TERI GALIYAN



06:03 KABHI KABHIE ITTEFAQ SEY
07:03 SHART - THE CHALLENGE
09:31 SAYINGS RADHA KRISHNA
09:33 KUNDALI BHAGYA
10:03 UDAARIYAAN
10:33 KUCH RANG PYAR KE AISE BHI
11:02 SAYINGS RADHA KRISHNA
11:03 SASURAL SIMAR KA 2
11:33 RADHA KRISHNA - PUNAR MILAN
14:25 RADHA MOHAN
15:00 BADE ACHE LAGTE HAI 2
15:30 SHART - THE CHALLENGE
12:03 ANUPAMAA

13:04 KISMAT KI LAKIRON SE
13:33 KABHI KABHIE ITTEFAQ SEY
14:03 SHAURYA AUR ANOKHI KI KAHANI
18:02 SAMACHAR
18:32 SAYINGS RADHA KRISHNA
18:33 KUNDALI BHAGYA
19:02 UDAARIYAAN
19:32 KUCH RANG PYAR KE AISE BHI
20:01 SAYINGS RADHA KRISHNA
20:02 SASURAL SIMAR KA 2
21:02 ANUPAMAA
22:01 SAYINGS RADHA KRISHNA
22:04 KISMAT KI LAKIRON SE
23:03 SHAURYA AUR ANOKHI KI KAHANI



06:26 HEALTHY LIVING
06:41 JAPAN VIDEO TOPICS
06:46 SHIFT
06:59 MADE IN GERMANY
07:30 ANNA AND FRIENDS
07:44 MONDO YAN
07:56 DARWIN AND NEWTS
08:30 ROBIN HOOD
08:42 THE JUNGLE BOOK
09:05 PATAMUSE / CLAY TIME
09:14 WONDER GROVE
09:30 PAROLES DE CHAMPION
11:34 HEALTHY LIVING

12:49 EUROPE REVEALED
13:31 BUSINESS AFRICA
14:00 JURASSIC PLANET
15:02 HI OPIE!
15:27 TUTI TUTI CORY BOLIDES
15:42 ZOONICORN
15:57 INSPECTEUR GADGET
16:19 ADVENTURES IN DUCKPORT
18:08 MOTORWEEK
18:35 CHOICES: DARE TO DREAM
18:50 PLANET A
19:06 ARTS UNVEILED
20:05 L'AMOUR A MORT
20:32 NEWS
20:53 HERITAGES
21:45 THE JUMANJI : NEXT LEVEL
23:48 CLOSE UP

Indonésie

Éruption d'un volcan: l'état d'alerte maximum

Les autorités indonésiennes étaient en état d'alerte maximale samedi, alors qu'un volcan situé dans le nord de l'île de Sulawesi continue d'entrer en éruption. Des milliers de personnes vivant à proximité ont été contraintes de quitter leur domicile.

Le mont Ruang, situé au nord de l'île des Célèbes, a connu au moins huit éruptions depuis le 16 avril, dont une importante le mercredi soir, ce qui a incité l'agence indonésienne de volcanologie à lancer son alerte maximale, qui indique une éruption active.

Le centre a enregistré au moins deux éruptions samedi, le cratère émettant une fumée blanche et grise à plus de 1 200 mètres au-dessus de son sommet après minuit, suivie d'une autre éruption à midi qui a libéré une colonne de cendres d'environ 250 mètres.

"D'après les observations visuelles, le 20 avril 2024 à 12 h 15, l'activité volcanique du mont Ruang est toujours élevée", a déclaré Muhammad Wafid, chef du département de géologie du ministère de l'énergie et des ressources minérales, dans un communiqué.

"Le danger potentiel est une éruption explosive qui peut provoquer la projection de roches volcaniques dans différentes directions, suivie de nuages, ainsi qu'une éruption effusive ou une coulée de lave.



Les autorités ayant établi une zone d'exclusion de six kilomètres autour du volcan, environ 7 500 personnes ont été évacuées à ce jour, dont plus de 1 500 habitants de la petite île où se dresse le mont Ruang et environ 6 000 personnes vivant sur l'île voisine de Tagulandang, au nord-est du volcan, selon les dernières données de l'Agence nationale indonésienne d'atténuation des catastrophes. Des milliers d'autres personnes sont encore menacées.

L'aéroport international de la ville de Manado, située à moins de 100 kilomètres du mont Ruang, est fermé au moins jusqu'à dimanche en raison des cendres volcaniques.

"Des inquiétudes subsistent, car nos

appareils continuent d'enregistrer des tremblements et des séismes volcaniques, ce qui indique que les fluides magmatiques continuent de se déplacer des profondeurs vers la surface", a déclaré à Arab News Hendra Gunawan, directeur de l'agence indonésienne de volcanologie.

"Il y a encore un potentiel pour d'autres éruptions... Et un tsunami peut se produire s'il y a un grand flux de matériaux volcaniques dans la mer.

L'Indonésie, un vaste archipel, compte environ 120 volcans actifs. Le pays connaît une activité sismique et volcanique fréquente en raison de sa situation sur l'arc de volcans et de lignes de faille du bassin du Pacifique, connu sous le nom de "cercle de feu".

Microsoft va investir trois milliards de dollars en Suède

Microsoft va investir près de 3 milliards d'euros dans l'intelligence artificielle en Suède d'ici deux ans, pour développer ses centres de données et renforcer la formation, suivant des investissements similaires en France, en Allemagne et dans plusieurs pays d'Asie.

Le géant américain prévoit de former 250.000 personnes d'ici 2027 dans le pays scandinave pour "accroître les connaissances et compétences" dans l'intelligence artificielle et va également augmenter les capacités de ses trois centres de données.

Microsoft va fournir 20.000 processeurs graphiques avancés, cruciaux pour l'entraînement de modèles d'IA. Il s'agit du plus important investissement de Microsoft depuis son arrivée en Suède il y a 40 ans, a souligné Brad Smith, président de Microsoft, lors d'une conférence de presse. Et d'ajouter:

Cet investissement doit permettre à la Suède de rester à la pointe de la compétitivité mondiale.

Le groupe américain a annoncé ces derniers mois des programmes d'investissements d'ampleur similaire dans d'autres grands pays, notamment en France où il a promis d'investir 4 milliards d'euros et au Japon (3 milliards de dollars) mais aussi en Indonésie et en Malaisie. "L'IA est un catalyseur pour de nombreuses choses", a commenté le Premier ministre suédois, Ulf Kristersson, lors de la conférence de presse. "Elle contribuera également à accélérer le développement dans d'autres

domaines. Cet énorme investissement en Suède pourrait ouvrir la voie à d'autres investissements", a-t-il ajouté.

Dans le domaine de la formation, Microsoft met en place un conseil d'experts en IA réunissant des leaders du monde universitaire, des entreprises et du secteur public afin de déterminer et d'orienter son programme.

Plus grande préoccupation: la Russie

La Suède est attractive pour sa politique énergétique, a dit M. Smith, évoquant "l'accès abondant à l'énergie verte, qu'il s'agisse d'énergie décarbonée ou d'énergie renouvelable". Les centres de données, qui traitent et stockent des quantités colossales de données, sont très énergivores en électricité et en eau : ils représentent près de 2% de la consommation mondiale d'électricité, selon une étude de HEC Montréal.

Le géant des logiciels avait annoncé en 2020 l'objectif de devenir "carbone négatif" d'ici 2030, mais ses émissions ont augmenté de près de 30% en 2023. Interrogé sur les risques et les dérives que présente l'intelligence artificielle, le président de Microsoft a affirmé "surveiller de près" les vidéos générées artificiellement ("deep fakes"). "Notre plus grande préoccupation, pour être honnête, concerne le gouvernement russe", a souligné le dirigeant de Microsoft. "Nous avons constaté une augmentation de l'activité russe dans l'utilisation de 'deep fakes' ces derniers mois (...) et c'est ce type de danger contre lequel nous devons nous protéger, et cela va nécessiter du travail".

Dans cette optique, l'IA pourra aussi être utilisée comme un instrument de défense, a fait valoir Brad Smith. L'essor de l'IA est devenu un motif d'inquiétude, amplifié par le lancement en 2022 de ChatGPT, qui a sorti des laboratoires l'IA dite générative permettant de produire textes, images, sons et lignes de codes sur simple requête en langage courant.

Mi-juin, les ministres de l'Industrie, de la Technologie et du Numérique du G7 se sont fixé comme objectif commun de mettre en place une intelligence artificielle "sûre, sécurisée et digne de confiance", tout en reconnaissant que son encadrement pouvait varier d'un pays à l'autre. La Suède, de son côté, a lancé une commission de réflexion autour de l'intelligence artificielle, sous la houlette de l'ancien PDG d'Ericsson et du président de Volvo Group Carl-Henric Svanberg. Ils réfléchissent à la manière la plus opportune d'utiliser l'héritage de la Suède en tant que nation pionnière dans la recherche et dans l'industrie, a avancé le Premier ministre suédois. "Il faut trouver des moyens d'utiliser les nouvelles technologies et les intégrer à d'anciennes technologies", a-t-il dit.

Microsoft a annoncé des milliards de dollars d'investissements dans l'IA à l'étranger ces derniers mois, le prix à payer pour rester l'un des acteurs les plus importants de ce marché crucial. Le géant a notamment été salué par les investisseurs depuis qu'il a activement poussé au déploiement de l'IA générative, à commencer par son partenariat de 13 milliards de dollars avec OpenAI, le créateur de ChatGPT, en 2023.

Le Socialiste

Un Quotidien d'information, libre et indépendant

Directeur-Rédacteur en chef: Védi Ballah

Administration: 2ème étage, Cubic Court,
30A, rue Mère Barthélemy, Port-Louis
Tel: 214 1584 -- Tel/Fax: 208 8003

E-mail: lapresselibereesocialiste@yahoo.fr

Webseite: Lesocialiste.info

Facebook: Lesocialiste.info

Budget 2024-2025

Continuité des progrès déjà réalisés par le gouvernement, déclare le PM

Le budget 2024-2025 s'inscrit dans la continuité des progrès déjà réalisés par le gouvernement. Il exprime les aspirations du gouvernement à préserver et à améliorer les moyens de subsistance de la population, à réduire les inégalités pour stimuler la croissance et le développement, à améliorer l'environnement des affaires et à favoriser le progrès social et économique pour un avenir meilleur, a déclaré Pravind Kumar Jugnauth à Port-Louis.

Il s'exprimait lors d'une conférence de presse conjointe avec le ministre des Finances, de la Planification économique et du Développement, Dr Renganaden Padayachy, suite à la présentation du budget 2024-2025 intitulé « Demain nous appartient ».

Le PM a souligné que le budget 2024-2025 réaffirme la philosophie du gouvernement consistant à mettre les gens au premier plan, le qualifiant de budget pour le peuple. La mise en place de mesures et d'initiatives inscrites au budget, a-t-il affirmé, résonne avec la détermination du gouvernement à favoriser un développement inclusif, à promouvoir l'égalité sociale, à

consolider la cohésion et à créer une dynamique pour la stabilité sociale et la prospérité économique.

Il a indiqué que malgré les défis résultant de la pandémie de COVID-19, de la guerre entre la Russie et l'Ukraine, de l'insécurité dans la mer Rouge et des chocs économiques provoqués, le gouvernement est plus que déterminé à rebondir et à continuer de progresser. « Nous nous remettons progressivement de ces revers et nous travaillons dur pour soutenir la population, protéger les emplois et les entreprises et préparer une économie résiliente, durable et prospère », a déclaré le Premier ministre.

Pravind Jugnauth a énuméré les mesures clés énoncées dans le budget 2024-2025 en vue de promouvoir le bien-être de la population, de réduire les inégalités et de venir en aide aux plus vulnérables. En ce qui concerne les subventions sur les produits de base, il est convaincu que cela apportera un soulagement supplémentaire aux ménages, ajoutant que d'autres initiatives ont également été proposées dans le budget concernant les

planteurs de canne à sucre, les planteurs de thé et les pêcheurs.

Stimuler le climat des affaires et les investissements, accroître la compétitivité du secteur du BPO et des petites et moyennes entreprises figurent parmi les priorités du gouvernement, a-t-il déclaré, tout en soulignant l'importance d'adopter l'intelligence artificielle. Il a souligné que les mesures budgétaires contribueront également à faire face aux impacts du changement climatique sur notre environnement. Concernant les îles extérieures, le Premier ministre Jugnauth a souligné que le budget prend en considération la nécessité d'un développement ultérieur à Rodrigues et Agalega tout en soulignant la persévérance du gouvernement dans la souveraineté de l'archipel des Chagos.

Le Premier ministre espère que le budget répondra aux besoins de la population et ouvrira la voie à un avenir plus prospère. Il s'est réjoui que le taux de chômage soit au plus bas cette année à 6,1% et que l'inflation soit sous contrôle estimée à 4,9%, soulignant que ce chiffre diminuera dans les prochains temps selon le

Fonds monétaire international.

Le ministre Padayachy, lors de son discours sur le budget, a déclaré que le gouvernement s'engage à faire respecter la loi et l'ordre dans la République de Maurice. À cette fin:

- La dotation totale allouée aux forces de police est augmentée de plus de 15 pour cent, passant de Rs 10,8 milliards à Rs 12,6 milliards.
- Le recrutement d'environ 1 000 policiers est en cours.
- Investissement dans l'amélioration des infrastructures et des équipements des forces de police.

Selon lui, ces mesures soutiennent la détermination du gouvernement à stimuler le moteur économique du pays tout en réduisant les disparités sociales et en consolidant le filet de sécurité des plus vulnérables.

Promouvoir l'entrepreneuriat pour une économie diversifiée, résiliente et compétitive

Le ministre des Finances, de la Planification économique et du Développement, Dr Renganaden Padayachy, a déclaré aujourd'hui à l'Assemblée nationale que le gouvernement, à travers le budget 2024-2025, continuera à promouvoir l'entrepreneuriat pour une économie diversifiée, résiliente et compétitive.

Pour y parvenir, le budget 2024-2025 présente les mesures suivantes :

Payer l'intégralité de l'indemnisation salariale jusqu'à Rs 2 000 pour les PME jusqu'en décembre 2024 ;

- Accorder une remise de 10 pour cent sur le loyer de la Banque de Développement de Maurice (DBM) aux PME des secteurs productifs pendant deux ans ;
- Annulation des prêts dont l'encours est supérieur à 20 ans à compter de juin 2025 et des prêts des micro-entrepreneurs décédés à la DBM ;

- Augmentation du remboursement annuel maximum à Rs 500 000 dans le cadre du programme de remboursement des PME pour la participation aux foires internationales ; et
- Renoncer à 50 pour cent des arriérés de loyers de plus de cinq ans à la DBM s'ils sont réglés d'ici juin 2025.
- En outre, un soutien financier sera accordé pendant une période de trois ans au codage-barres des PME, des coopératives et des petits agriculteurs.

Secteur des coopératives

Concernant les coopératives, les initiatives visant à renforcer le secteur dans le budget 2024-2025 comprennent :

- (a) l'introduction d'un programme visant à couvrir 50 pour cent du coût de la numérisation jusqu'à un maximum de Rs 100 000 ;
- (b) Les coopératives bénéficieront des programmes de la DBM et de l'Industrial Finance Corporation of Mauritius ; et

(c) Les coopératives percevront des intérêts sur les comptes détenus dans les banques publiques.

Secteur manufacturier

Le ministre a également détaillé les mesures visant à atteindre l'objectif de Rs 150 milliards d'exportations de marchandises par an à travers un ensemble complet de mesures visant à soutenir la base industrielle et à stimuler l'industrie d'exportation.

Ainsi, pour dynamiser la production et la consommation de biens produits localement, le gouvernement mettra en place un programme « Industrie du Futur » destiné à 100 PME sur une période de trois ans pour leur permettre de digitaliser leurs opérations ; et faciliter le développement d'un réseau de distribution de dix points de vente et mini-magasins à travers l'île pour les produits Made in Moris.

Par ailleurs, le crédit d'impôt à l'investissement de 15 % sur trois ans inclura désormais l'IA et les brevets.

Mesures annoncées pour améliorer les services de santé pour tous les citoyens

Le gouvernement continuera d'améliorer les services de santé qu'il fournit pour la santé de tous ses citoyens, comme en témoigne une provision de Rs 17,2 milliards dans le budget 2024/25, a déclaré le ministre des Finances, de la Planification économique et du Développement, le Dr Renganaden Padayachy. Il présentait ce soir le budget 2024/25 à l'Assemblée nationale.

Sur ce montant, a-t-il précisé, Rs 1,7 milliard est destiné à la mise en place d'infrastructures de santé autour de l'île, comme suit :

1. Rs 800 millions pour l'opérationnalisation du Nouvel Hôpital Universitaire de Flacq d'ici octobre 2024 ;
2. Rs 311 millions pour l'achèvement de la nouvelle unité de transplantation rénale à l'hôpital JNH d'ici décembre 2024 ;
3. Rs 310 millions pour l'achèvement du New Eye Hospital d'ici novembre 2024 ;
4. Rs 127 millions pour l'achèvement des

centres de santé de zone à Cap Malheureux, Curepipe, Bramsthan et Bambous d'ici février 2025 ;

5. Rs 81 millions pour des travaux de modernisation des hôpitaux régionaux ;

6. Rs 55 millions pour les cliniques médicales qui comprennent les travaux d'achèvement à Grand Bois d'ici octobre 2024 et les travaux démarrant au Chemin Grenier d'ici la fin de cette année ;

7. Rs 38 millions pour la modernisation de 10 cliniques médicales, 17 centres de santé de zone, 113 centres de santé communautaires et 18 bureaux de santé à travers l'île ; et

8. Rs 11 millions pour la construction de centres de santé communautaires à Roche Bois et Ecoignard.

Il a, par ailleurs, fait observer qu'une unité de soins intensifs pédiatriques sera créée au Nouvel Hôpital ORL afin de prodiguer des soins spécialisés aux

enfants. L'électrocardiographie améliorée par l'intelligence artificielle pour la détection des maladies cardiovasculaires a été introduite dans six cliniques médicales l'année dernière et sera étendue à tous les hôpitaux régionaux pour une détection efficace, a-t-il ajouté.

Le système de e-santé est également en phase pilote à l'hôpital JNH et sera déployé dans tous les établissements publics de santé de l'île à partir de novembre 2024. Le public pourra désormais bénéficier d'un dossier de santé numérique comprenant prise de rendez-vous et antécédents médicaux.

En ce qui concerne les soins contre le cancer pédiatrique, les éléments suivants ont été annoncés :

- Augmenter l'âge d'éligibilité au dispositif cancer de 18 ans à 25 ans ;
- Tous les enfants et jeunes adultes de moins de 25 ans atteints de cancer recevront un traitement dans les principaux

centres de cancérologie étrangers et locaux entièrement financés par le gouvernement ;

- Suppression du montant maximum de Rs 1 million au titre de l'Overseas Treatment Scheme pour les patients pédiatriques jusqu'à 18 ans ;
- Le gouvernement couvre l'intégralité du coût des traitements à l'étranger pour les patients pédiatriques ;
- Extension des prestations politiques aux patients jusqu'à l'âge de 25 ans pour garantir une prise en charge médicale complète ;
- Augmentation des critères d'éligibilité aux traitements médicaux pour les patients âgés de 26 ans et plus ;
- Augmentation de l'éligibilité au revenu mensuel des ménages de Rs 150 000 à Rs 200 000 ; et
- Augmentation du plafond de subvention de Rs 1 million à Rs 1,3 million.

Zelensky s'est adressé au parlement français vendredi matin

Après les célébrations du 80e anniversaire du Débarquement auxquelles il avait été convié, le président ukrainien Volodymyr Zelensky s'est adressé, vendredi 7 juin, aux députés français à l'Assemblée nationale. Le dirigeant a été ovationné par les élus et ministres présents.

« L'Europe a cessé d'être un continent de paix » depuis le début de l'invasion de l'Ukraine, a estimé le président ukrainien, qualifiant le président russe, Vladimir Poutine, « d'ennemi commun » de son pays et de l'Europe. Le dirigeant ukrainien a aussi dit espérer que le sommet sur la paix, prévu les 15 et 16 juin en Suisse, permettrait de se « rapprocher » d'une « fin juste de cette guerre ». Cette conférence pourrait être « le D-Day » ukrainien, a-t-il ajouté au lendemain des cérémonies en Normandie.

Face à une Assemblée nationale qui n'avait pas fait le plein, le président ukrainien a brossé un tableau noir de la situation en Europe où la guerre menée par la Russie aurait fait revenir « le nazisme ». « De nouveau en Europe, les villes sont entièrement détruites et des villages sont incendiés. De nouveau en Europe apparaissent des camps de filtration, des déportations et la haine », a-t-il énuméré. « Nous vivons à une époque où l'Europe n'est plus un continent de paix », a-t-il résumé,



attaquant frontalement le président russe.

« Regardez ce que Poutine fait de son propre pays et de son propre peuple. C'est un territoire où la vie n'a plus de valeur. C'est tout le contraire de tout ce à quoi nous aspirons et de nos valeurs, c'est le contraire de la liberté, le contraire de l'égalité et le contraire de la fraternité. Donc, c'est le contraire de l'Europe, c'est l'anti-Europe », a-t-il déclaré. Remerciant à plusieurs reprises la France pour son soutien militaire et diplomatique, alors qu'Emmanuel Macron a annoncé jeudi soir la cession d'avions de chasse à Kiev, le chef de l'Etat ukrainien a affirmé que la victoire était possible, malgré les avancées russes sur le front. « Pouvons-nous gagner cette bataille ? Certainement, oui », a assuré le président ukrainien. « Pour un monde juste, il faut

davantage aujourd'hui », a-t-il toutefois estimé. « Ce n'est pas un reproche, c'est comme ça qu'on vainc le mal. » « Cette bataille est à la croisée des chemins, c'est le moment où nous pouvons, tous ensemble, écrire l'histoire à laquelle nous aspirons, ou bien nous pouvons devenir victimes de l'histoire comme le veut notre ennemi – je souligne notre ennemi commun », a-t-il estimé.

C'est la première fois depuis l'invasion de l'Ukraine par la Russie que M. Zelensky prononce un discours en personne dans l'enceinte du Palais Bourbon – le 23 mars 2022, il s'était adressé aux députés français en visioconférence. Des députés, « honorés » ou « inquiets » La venue de M. Zelensky au Palais Bourbon a été diversement accueillie dans les rangs des élus.

« C'est un honneur fort qui est fait aux députés de la République de pouvoir accueillir le président Zelensky. Il a pu faire un discours extrêmement fort d'amitié envers la France et [faire part] du soutien dont il a besoin », a déclaré à l'Agence France-Presse Sylvain Maillard, président du groupe Renaissance. « C'était un discours grave, extrêmement fort qui nous rappelle à nos responsabilités », a également jugé la cheffe des députés écologistes, Cyrielle Chatelain. Côté LFI, Arnaud Le Gall a regretté un discours « qui n'est pas le bienvenu deux jours avant les élections » européennes dimanche « sans débat » à l'Assemblée. « Ce n'est pas le bon jour, il y a une instrumentalisation du conflit », a abondé Bastien Lachaud (LFI).

« Ecouter le président d'un pays que nous soutenons dans sa résistance à Poutine est important », a estimé le secrétaire national du PCF, Fabien Roussel. Mais ce dernier s'est dit « extrêmement inquiet des propos tenus par le président Zelensky » et de parallèles faits avec la seconde guerre mondiale. « Il appelle à ce que l'Europe entre dans une troisième guerre mondiale, nous avons tous dit "plus jamais ça" ». Il a également critiqué les annonces faites jeudi par Emmanuel Macron, notamment sur la cession de Mirage 2000-5 à l'Ukraine. « Nous demandons a minima un débat au Parlement avec un vote », a-t-il insisté.

Cérémonie de débarquement

Biden et Macron à l'Arc de Triomphe samedi

Les deux présidents se rencontrent pour des entretiens à l'Élysée, suivis d'un banquet d'Etat donné en l'honneur de Joe Biden, avec pour sujet dominant la bataille de l'Ukraine contre l'invasion russe.

Emmanuel Macron accueille samedi 8 juin le président américain pour une visite fastueuse lors de laquelle ils discuteront notamment des questions du commerce, d'Israël et de l'Ukraine. Joe Biden effectue depuis mercredi une visite de cinq jours en France à l'occasion du 80e anniversaire du Débarquement du 6 juin 1944.

Les deux présidents et leurs épouses ont participé à une cérémonie de bienvenue à l'Arc de triomphe. Ils ont déposé une gerbe et ravivé la flamme du Soldat inconnu, avant de descendre les Champs-Élysées pavoisés aux couleurs des deux pays, encadrés par 140 chevaux et 38 motards. Tout est fait, d'un côté comme de l'autre, pour bien montrer que « nous sommes plus proches que nous n'avons jamais été », comme l'a dit vendredi le porte-parole de la Maison Blanche pour la sécurité nationale, John Kirby.

Emmanuel Macron et Joe Biden doivent ensuite participer à une réunion, avant un dîner d'Etat.

« La France est notre plus vieil et notre plus grand allié. Ce sera un moment important [qui nous permettra de] confirmer cette alliance et de [nous] tourner vers le futur et ce que nous souhaitons accomplir ensemble », a déclaré plus tôt dans la semaine le conseiller à la sécurité nationale de la Maison Blanche, Jake Sullivan.

Côté français, l'on se félicite d'avoir droit à la plus longue visite à l'étranger du démocrate de 81 ans et ce, en pleine campagne pour l'élection présidentielle américaine de novembre, qui le verra affronter Donald Trump.

Les deux chefs d'Etat devraient discuter de la guerre en Ukraine, du conflit entre Israël et le Hamas, et de la coopération dans la région indo-pacifique, a précisé M. Sullivan, trois ans après les tensions créées par l'affaire des sous-marins australiens. Les Etats-Unis avaient alors enlevé à la France un important contrat en passe d'être conclu avec Canberra.

Renforcement de l'OTAN

Ils devraient également aborder diverses questions comme le changement climatique, l'intelligence artificielle et les chaînes d'approvisionnement, a ajouté le conseiller à la sécurité nationale de la Maison Blanche.

« Alors que la guerre est de retour sur le continent, les deux présidents évoqueront le soutien sans faille et dans la



durée à apporter à l'Ukraine », a déclaré la présidence française. Joe Biden et Emmanuel Macron ont tous deux rencontré vendredi leur homologue ukrainien, Volodymyr Zelensky, également présent en France pour les commémorations du Débarquement.

M. Kirby a déclaré que les Etats-Unis et la France annonceraient un plan sur l'application du droit maritime, et que les garde-côtes américains et la marine française discuteraient des moyens d'accroître leur coopération.

Joe Biden et Emmanuel Macron devraient discuter du renforcement de l'OTAN et de la situation au Moyen-Orient. La question du commerce figurera également en bonne place dans les discussions, des responsables français ayant précisé que leur objectif pour cette visite était encore de tenter de « synchroniser à nouveau » les agendas américain et européen.

« Cette coordination étroite sur les crises internationales aura vocation à préparer les prochaines échéances internationales, notamment le sommet du G7 en Italie en juin et le sommet de l'OTAN de Washington en juillet », a précisé l'Elysée qui a ajouté que les questions bilatérales seraient



également abordées.

La loi américaine sur la réduction de l'inflation (Inflation Reduction Act, promulguée en 2022 par Joe Biden) a provoqué l'ire de l'Union européenne, Bruxelles craignant que les milliards de dollars de subventions prévues par le texte n'incitent les producteurs européens à se délocaliser.

France

Déjeuner de travail entre Biden et Macron à l'Élysée

L'Arc de Triomphe et une descente des Champs-Élysées avec la Garde républicaine : Emmanuel Macron a déployé samedi tous les fastes de la République pour Joe Biden, afin de célébrer une relation revenue au beau fixe après quelques cahots.

Le président français et son épouse Brigitte ont accueilli samedi le couple présidentiel américain, Joe et Jill Biden, lors d'une cérémonie à l'Arc de Triomphe, peu après 12H30. Les deux chefs d'État ont déposé une gerbe et ravivé la flamme du Soldat inconnu. Puis, sous un beau soleil parisien, ils ont descendu en voiture la plus célèbre avenue du monde, pavoisée aux couleurs de leurs deux pays, encadrés par 140 chevaux et 38 motards.

Une amitié franco-américaine pleinement retrouvée

Joe Biden, en France depuis mercredi, a participé jeudi et vendredi aux cérémonies marquant le 80e anniversaire du Débarquement allié du 6 juin 1944. Mais sa visite d'État en tant que telle a lieu samedi. Les fastes déployés pour cette visite doivent démontrer la solidité pleinement retrouvée de l'amitié franco-américaine, trois ans après les tensions créées par l'affaire des sous-marins australiens. Les États-Unis avaient alors enlevé, au nez et à la barbe de la France, un gros contrat avec Canberra.

Un dîner d'État prévu à l'Élysée

Joe Biden et Emmanuel Macron doivent poursuivre leur journée par un déjeuner de travail puis faire des déclarations à la presse. Un dîner d'État est prévu dans la soirée au palais de l'Élysée. "Alors que la guerre est de retour sur le continent, les deux présidents évoqueront le soutien sans faille et dans la durée à apporter à l'Ukraine", a déclaré la présidence française. Joe Biden et Emmanuel Macron ont tous deux rencontré vendredi leur homologue ukrainien Volodymyr Zelensky, également présent en France pour les commémorations du Débarquement.

Gaza

Quatre otages libérées à la suite d'un assaut militaire faisant plusieurs morts

Il s'agit de Noa Argamani, Almog Meir Jan, Andrey Kozlov, et Shlomi Ziv, tous les quatre enlevés par le Hamas le 7 octobre sur le site du festival de musique électro Nova, selon l'armée.

C'est à Nousseirat, dans le centre de la bande de Gaza, que l'armée israélienne a annoncé ce samedi avoir libéré quatre otages en vie lors d'une opération militaire « difficile » et « complexe », rapporte BFM TV.

Il s'agit de Noa Argamani, 25 ans, Almog Meir Jan, 21 ans, Andrey Kozlov, 27 ans, et Shlomi Ziv, 40 ans, tous les quatre enlevés par le Hamas le 7 octobre sur le site du festival de musique électro Nova, selon l'armée.

Sur le réseau social X, l'armée israélienne a précisé que les quatre anciens otages sont en bonne santé et ont été transférés au centre médical Sheba Tel-HaShomer pour procéder à des examens médicaux. « Nous continuerons nos efforts pour ramener les otages », indique également le communiqué.

Une opération « à haut risque »

Daniel Hagari, porte-parole de Tsahal, a détaillé, dans une déclaration, l'opération militaire de Nousseirat qui a permis de récupérer les otages, évoquant une mission « à haut risque » qui a été conduite à 11 heures du matin ce samedi. Elle a eu lieu « dans deux bâtiments » différents, « au cœur d'un quartier de civils avec des terroristes armés » et a été réalisée « sous les tirs » du Hamas, assure le porte-parole.

CHURCH TEAM MINISTRIES INTERNATIONAL

Trianon, Quatre Bornes
Reg No 7580

Members are requested to attend the Annual Meeting, which will be held at the seat of the Association on Thursday 13th June 2024 at 16.15.

AGENDA

- Opening
- Reading and approval of minutes of AGM of 11th May 2023
- Report of the President
- Report of the Treasurer and Approval of Financial Statement year 2023
- Ratification and Approval of Donations for the year 2023
- Approval of Estimated Budget and projects for the year 2024
- Members of the Managing Committee for the year 2024
- Auditor for the year 2024
- Any Other Business

Dated 27th May 2024

"Cette coordination étroite sur les crises internationales aura vocation à préparer les prochaines échéances internationales, notamment le sommet du G7 en Italie en juin et le sommet de l'OTAN de Washington en juillet", a précisé l'Élysée qui a ajouté que les questions bilatérales seraient également abordées.

SALE BY LEVY

Notice is hereby given that on **Thursday the 18th day of July, 2024 at 1.30 p.m** shall take place before the Master's Court, Courtroom No.23, 2nd Floor, Supreme Court, Cnr Edith Cavell & Desroches Streets, Port Louis, the SALE BY LEVY of:- **DESCRIPTION OF PROPERTY: DESIGNATION:**Une portion de terrain située au quartier de Flacq lieu dit Ecoignard de la contenance de **DEUX CENT TROIS METRES CARRES ET SOIXANTE DOUZE CENTIEMES DE METRE CARRE (203.72 m²) étant le Lot No. 1** et borne d'après un rapport dresse par Mons. J. RAMANJOOLOO, arpenteur Jure, en date du 18/05/1994, enregistre au Reg L S 30/4378 comme suit:-Du premier cote par la Route Publique D'Ecoignard sur onze mètres trente sept centimètres (11.37m); Du second cote par un chemin commun et mitoyen de trois mètres soixante six centimètres (3.66m) sur seize mètres soixante et un centimètres (16.61m); Du troisième cote, par le Lot No.2 sur treize mètres (13m); Du quatrième et dernier cote, par divers propriétaires sur seize mètres quatre vingt quatre centimètres(16.84m). Together with building existing thereon and all that may depend or form part thereof without any exception or reservation whatsoever and the whole morefully described in deed transcribed in Volume TV 3306/29 and PIN No. 1408070107 and in the Memorandum of Charges filed in the above matter. **The said sale is prosecuted at the request of DEVELOPMENT BANK OF MAURITIUS LTD against Mrs. Shakuntala HAMTOHUL (born SULTOO), widow of late Balkrishna HAMTOHUL; Ms. Ashrita Devi HAMTOHUL; Ms. Charvanaa Devi HAMTOHUL; and Ms. Danista Devi HAMTOHUL, a minor represented by her legal administratrix, Mrs. Shakuntala HAMTOHUL (born SULTOO), widow of late Balkrishna HAMTOHUL - all heirs and successors of late Balkrishna HAMTOHUL and residing at Royal Road, Ecoignard, Flacq.** All parties claiming a right to take inscription of legal mortgage upon the said property are warned that they must do so before the transcription of the judgment of adjudication failing which they shall forfeit such right. Under all legal reservations, Dated at Port-Louis, this 04th day of June, 2024. **Me. R. BUCKTOWNSING SA**
Orison Legal
Level 2, Hennessy Court, Cr. Pope Hennessy and Suffren Streets, Port Louis.
ATTORNEY IN CHARGE OF THE SALE

SALE BY LICITATION

Notice is hereby given that on **Thursday the 19th day of September 2024, at 1.30 p.m**, shall take place before the Master's Bar, Master & Registrar, Supreme Court, situate at New Supreme Court House, c/r Edith Cavell & Desroches Streets, Port Louis, **the Sale by Licitacion prosecuted at the request of Mrs. Janah RAMA (born BALLEEA), Mrs. Yesodawonteebye RAMA, Mr. Luchman RAMA, Mrs. Aroonawantibye Ballabai RAMA, Mrs. Nayana Dattatraya PARULEKAR, Mrs. Radhika RAMNATH RAMA, Mrs. Aneeka RAO RAMA, Mr. Vital Ryan RAO RAMA, absent from Mauritius and duly represented by his agent and proxy Mr. François Steeve ESSOO, Neelan RAO RAMA, Kavitha RAMA, Mrs. Gheerjabhye GUNPUTH RAMA, the widow of late Dharmajee RAO LUTCHMUN RAMA, Mr. Dev Rao RAMA and Mrs. Vanessa Bye RAMA against Marie Anne RAO RAMA (born APPAVOO), Pravin RAO RAMA and Roysan RAO RAMA** of the hereunder described property, viz:- A plot of land of an extent of **1,144.85m2, bearing PIN No. 1743220137**, situate in the district of Plaines Wilhems, place called Curepipe, Rue Gustave Bestel, as evidenced by title deed duly registered and transcribed in TV 201508/001690 and which is bounded as follows:- *Vers le Nord-Ouest, partie par le lot No 2, attribué aux héritiers Krishnaji Rao Rama et partie par le lot No 1, attribué aux héritiers Khande Rao Rama, sur une longueur totale mesurant 28,15m; Vers le Nord Est, partie par un chemin de sortie de 3,70m de large et partie par un terrain appartenant à Monsieur Ramdoyal Guinness, sur une ligne brisée en trois parties mesurant respectivement 25,10m, 5,05m et 15,30m;Vers le Sud Est, par le terrain appartenant à Madame Amedee Nagapen, sur 29,60m; Et vers le Sud-Ouest, partie par un terrain appartenant à Nicole Brenk et partie par un terrain appartenant à Monsieur Patrick Bignoux, sur une longueur totale mesurant 39,70m.* There exists one residential building on the said portion of land provided with water and electricity supply, and all that depends or forms part thereof without any exceptions or reservations whatsoever, the whole morefully described in the said Memorandum of Charges. All parties claiming a right to take inscription of legal mortgage upon the said property are warned that they must do so before the transcription of the judgment of adjudication failing which they shall be debarred from such right. Under all legal reservations Dated at Port Louis, this 07th day of June 2024. **Me. Pazany THANDARAYAN**
Of 303-305, 2nd floor, Chancery House, Lislet Geoffroy Street, Port Louis.
ATTORNEY IN CHARGE OF THE SALE

NOTICE UNDER SECTION 36(2) OF THE COMPANIES ACT 2001

Notice is hereby given that the Private Company “**AGILEUM HOSPITALITY LTD**” has by a special resolution changed its name to “**AGILEUM HISTORY LTD**” as evidenced by a certificate given of the Registrar of Companies dated 3rd June 2024.

Dated this 3 June 2024.

EXCUTIVE SERVICES LIMITED

Company Secretary
Per Christian Angseesing

UNION OF PHARMACISTS

C/o PWUCCU, V De La Faye, St, P Louis

To all Members of the Union of Pharmacists

Members are kindly invited to attend the next Annual General Assembly to be held on Tuesday 02 July 2024 at 1300h the seat of the CITU, V De La Faye St, Port Louis.

Agenda

- President report on activities
- Approval of minutes of last AGM
- Approval of financial report for the years 2016 to 2022
- Approval of financial report for the years ending 31 December 2023
- Election of Executive Committee Members for 2024
- Appointment for auditor for 2024
- Administrative matters

Eligible members wishing to stand as candidate as Executive Committee Members or Auditors are requested to send their letters of candidature so as to reach the Secretary of the union, C/o CITU, V De La Faye St, Port Louis at latest by Monday 24 June 2024

S. Khodabacus

President

06/06/2024

SALE BY LEVY

Notice is hereby given that on **Thursday the 04th day of July, 2024 at 1.30 p.m** shall take place before the Master's Court (Courtroom No.23, 2nd Floor), Supreme Court, Cnr Edith Cavell & Desroches Streets, Port Louis, the SALE BY LEVY of: **DESCRIPTION OF PROPERTIES: DESIGNATION: PROPERTY NO. 1:** Une portion de terrain de la contenance d'un **HECTARE MILLE CINQ CENT QUATRE VINGT SEPT VIRGULE QUATRE VINGT UN METRES CARRES (1 ha 1587.81 m²) soit DEUX ARPENTS SOIXANTE QUATORZE PERCHES ET CINQUANTE CINQ CENTIEMES (étant le lot No. 118)**, située au quartier de Savanne lieu dit St Martin et bornée d'après rapport d'arpentage dressé par Mons. Jean Claude D'Hotman de Villiers, arpenteur jure, en date du 13/08/1987, enregistre au Reg. LS 23/10913, comme suit: Du premier côté, par l'axe d'un chemin commun et mitoyen, sur un développement de deux cent cinquante neuf mètres et soixante centimètres (259.60m); Du second côté, par le surplus du Bel Ombre S.E sur vingt deux mètres (22.00m); Du troisième côté, partie par les héritiers Goburdhun ou ayants droit et partie par l'axe d'un chemin commun et mitoyen sur une ligne brisée en deux parties, mesurant respectivement soixante huit mètres (68.00m) et un développement de cent soixante neuf mètres (169.00m); Du quatrième côté, par l'axe d'un chemin commun et mitoyen sur soixante treize mètres et quatre vingt centimètres (73.80m). Together with all that exist thereon and all that may depend or form part thereof without any exception or reservation whatsoever and morefully described in deed registered and transcribed in Volume TV 5161/11 and Pin No. 1601020017. **PROPERTY NO. 2:** Une portion de terrain de la contenance, de la contenance de CINQ MILLE QUATRE VINGT HUIT METRES CARRES (5,088 m²) soit UN ARPENT VINGT PERCHES ET CINQUANTE CINQ CENTIEMES (étant le Lot No. 119), située au quartier de Savanne lieu dit St Martin et bornée d'après rapport d'arpentage dressé par Monsieur Jean Claude D'Hotman de Villiers, arpenteur jure, en date du treize Aout mil neuf cent quatre vingt sept, enregistre au Reg. LS 23 /10913, comme suit: Du premier cote, par l'axe d'un chemin commun et mitoyen, sur un développement de cent soixante neuf mètres (169.00m); Du second cote, par les heritiers Goburdhun ou ayants droit, sur cent soixante trois mètres (163.00m) ; Du troisième cote, par l'axe d'un chemin commun et mitoyen sur cinquante six mètres (56.00m). Together with all that exist thereon and all that may depend or form part thereof without any exception or reservation whatsoever and morefully described in deed registered and transcribed in Volume TV 5161/11 and Pin No. 1601020018 and in the Memorandum of Charges filed in the above matter. **The said sale is prosecuted at the request of DEVELOPMENT BANK OF MAURITIUS LTD against 1.- Mr. Jacques Sylvio RAMALINGUM, 2.- Mrs. Marie Rosie RAMALINGUM (born LAMOUR), the lawful wife of Mr. Jacques Sylvio RAMALINGUM, both residing at D4, St Flour Street, Housing Estate, Bel Ombre.** All parties claiming a right to take inscription of legal mortgage upon the said property are warned that they must do so before the transcription of the judgment of adjudication failing which they shall forfeit such right. Under all legal reservations, Dated at Port-Louis, this 04th day of June, 2024. **Me. R. BUCKTOWNSING SA**
Orison Legal
Level 2, Hennessy Court, Cr. Pope Hennessy and Suffren Streets, Port Louis
ATTORNEY IN CHARGE OF THE SALE

Méthode 2-2-2 : le meilleur régime pour brûler les graisses en seulement 6 semaines ?

Pour se délester de quelques rondeurs, de nombreuses méthodes sont disponibles sur Internet... Mais peu bénéficient d'une validation médicale, comme la méthode 2-2-2 créée par le Dr Ian K. Smith. Découvrez son principe et sa réelle efficacité.

On l'appelle méthode 2-2-2 bien que cela ne soit pas ainsi que l'appelle son fondateur, le Dr Ian K. Smith. Le médecin en parle dans son livre The Met Flex Diet : Burn Better Fuel, Burn More Fat, paru en 2023. Mais en quoi cette méthode serait-elle révolutionnaire pour faire fondre la graisse ?

La méthode 2-2-2 permettrait de maigrir, en modifiant son alimentation

En s'intéressant à l'alimentation et à l'activité physique, l'objectif de cette méthode est de permettre à celui ou celle qui l'adopte de perdre du gras – et donc du poids – mais également de suivre un mode de vie plus sain.

Le Dr Ian K Smith fait donc référence à l'alimentation dans sa méthode et en particulier aux repas riches en glucides et en graisses. En effet, les lipides et les glucides ne sont pas brûlés en même temps, dans le cadre d'un régime traditionnel.

C'est plutôt l'un après l'autre, les glucides sont généralement consommées en premier par l'organisme - dans le cadre d'un effort notamment - qui puise ensuite dans le gras, une fois les réserves de glucides immédiatement disponibles épuisées.

La méthode s'applique sur une durée de six semaines

Selon le médecin, sa méthode permet de s'attaquer aux deux (lipides et glucides) et d'être donc plus efficace. Pour cela, il préconise un suivi de son programme sur six semaines, en suivant ce découpage :

- La première semaine, il faut adopter un jeûne intermittent sur une plage horaire 14:10. Cela signifie qu'il faut faire jeûner pendant 14 heures et prendre ses repas sur une plage horaire de 10 heures seulement ;

- La seconde semaine, il faut poursuivre un jeûne intermittent, mais en suivant cette fois la méthode 5:2, qui consiste à jeûner deux jours dans la semaine, avec moins de 500 calories consommées sur la journée. Il est par ailleurs nécessaire d'adopter une alimentation équilibrée classique les autres jours de la semaine ;

- Les quatre dernières semaines sont aussi consacrées au jeûne intermittent, en suivant la version 16:8 cette fois, c'est-à-dire une plage horaire de jeûne de 16 heures et des repas pris sur les huit heures restantes. Le Dr Smith préconise d'alterner des repas riches en glucides et d'autres

riches en bonnes graisses ;

- A partir de la cinquième semaine, il faut reprendre le jeûne intermittent 5:2 ;

- Avant de terminer par la sixième semaine, qui consistera en une alternance de journées alimentaires classiques et de journées de jeûne limitées à 500 calories.

En plus de ce plan alimentaire précis, le Dr Ian K. Smith recommande trois types d'exercices à réaliser au cours des six semaines, avec de l'exercice aérobie comme de la marche ou de la course à pied, de l'entraînement de force comme la musculation, par exemple et des entraînements par intervalles à haute intensité (HIIT).

Cette méthode fonctionne-t-elle vraiment ?

Très physique et restrictive sur le plan alimentaire, cette méthode fonctionne-t-elle vraiment ? "Cette méthode n'est pas adaptée à tout le monde et doit encore faire ses preuves" explique Erin Palinski-Wade, diététicienne américaine interrogée par le magazine Women Health. "La méthode 2-2-2 a le potentiel de fonctionner, mais il n'y a pas eu d'études cliniques à grande échelle pour déterminer son effet sur la perte de poids ou la santé globale" note-t-elle.

"Bien que des preuves anecdotiques et des expériences individuelles puissent suggérer des résultats positifs, cette méthode peut ne pas fonctionner pour tout le monde et ne peut conduire qu'à une perte de poids à court terme" conclut-elle.

Ces 4 comportements de grands-parents qui insupportent tous les parents

Lorsqu'ils vivent à proximité, les grands-parents peuvent jouer un rôle important dans la vie de leurs petits-enfants. Mais certains de leurs comportements peuvent irriter les parents. Lesquels en particulier? Voici les quatre à éviter, absolument.

Les grands-parents peuvent être des alliés précieux pour élever des enfants. Ils peuvent passer du temps avec eux, jouer, aller les chercher à l'école... Bref, faire partie intégrante de leur vie, ce qui est souvent précieux pour les parents débordés par le quotidien.

Mais parfois, certains comportements des grands-parents peuvent irriter les parents, comme le prouve le Huffington Post, qui a interrogé ses internautes à ce sujet. Voilà les quatre comportements qui les insupportent le plus.

Ne pas appeler l'enfant par son prénom

Les grands-parents peuvent, à l'instar de quand ils ont eu leurs propres enfants, aimer tel ou tel prénom et parfois le suggérer pour prénommer leur futur petit-fils ou petite-fille. Seulement, le parent peut ne pas être d'accord et prénommer son enfant autrement.

Cela peut causer une mésentente entre les deux partis et amener les grands-par-

ents à ne pas utiliser le prénom choisi. C'est ce que témoigne l'une des internautes, expliquant que sa mère "n'aimant pas le nom de [son] fils (Elijah), elle a refusé de l'appeler ainsi. Au lieu de cela, elle disait 'ce petit garçon ' ou ' ce petit bébé' comme s'il n'avait pas de nom".

Douter des capacités de leur enfant à être parent

Bien souvent, les grands-parents impliqués dans la vie de leurs petits-enfants en arrivent à donner des "conseils" sur la bonne manière de faire, à leurs enfants. Mais les choses changent et l'éducation qu'un jeune parent a connu il y des dizaines d'années ne représente pas forcément ce qu'il souhaite transmettre à son enfant.

Cette différence de point de vue peut être l'objet de tensions, dans les familles. "J'ai dirigé un groupe de nouvelles mères à Chicago. Une nouvelle maman a décrit en larmes sa propre mère, qui lui disait qu'elle connaissait son bébé mieux qu'elle. Les nouvelles mamans sont si vulnérables ; c'était déchirant", raconte Lisa.

S'attendre à être traité comme des invités

Au moment de la naissance ou peu après, il est fréquent de recevoir à la maison les grands-parents, afin qu'il puissent rencontrer le nouveau-né et passer du

temps en famille. En revanche, il n'est pas opportun d'attendre d'être servis comme des invités, alors que leur fille et leur gendre (ou leur belle-fille et leur fils) viennent d'accueillir un bébé à la maison.

"Mes parents s'attendaient à être traités comme des invités chez moi alors que j'étais épuisée et que je souffrais après une césarienne. J'avais des jumeaux et j'apprenais à allaiter pour la première fois. Nous n'avions pas besoin de compagnie ou de public, nous avions besoin d'aide et de compassion... ou d'être laissée seule pour pouvoir être seins nus et prendre des

médicaments" se souvient Katie.

Certains grands-parents ne prennent pas de pincettes pour affirmer leur préférence à l'égard des garçons ou des filles. Et ne cachent pas leur déception, lorsque le sexe de l'enfant attendu ne correspond pas à leurs attentes. Comme le raconte Angela : "Mon ancienne belle-mère s'est présentée dans ma chambre d'hôpital dans les 30 minutes après que ma cinquième fille soit née et m'a dit: ' C'est dommage que cela soit une fille". Rien de tel pour refroidir les relations entre les deux parties.

Les rides "de sommeil" existent.

Attention à la façon dont vous dormez !

Si une bonne nuit de sommeil peut aider à conserver un teint frais et un bel éclat, une mauvaise position dans le lit peut toutefois dessiner des rides sur notre visage. Et c'est la science qui le dit.

Vous trouvez-vous "froissé(e)" le matin au réveil devant le miroir ? A y regarder de plus près, vous pourriez même croire que de nouvelles rides sont arrivées.. en pleine nuit ? Ce n'est pas forcément une illusion. Selon la science, les "rides de sommeil" existent et elles dépendraient de la façon dont vous dormez. (Surtout si vous écrasez votre oreiller).

Un effet de gravité... sur l'oreiller

Comme l'explique le magazine Science Alert, notre peau se ride pour un certain nombre de raisons, notamment le vieillissement, les dommages causés par le soleil, le tabagisme, une mauvaise hydratation, les expressions faciales habituelles... mais aussi le sommeil.

Lorsque vous dormez sur le côté ou sur le ventre, la gravité presse votre visage

contre l'oreiller. La peau de votre visage est déformée car elle est étirée, comprimée et tirée dans toutes les directions lorsque vous bougez pendant votre sommeil. Et la perte d'élasticité due à l'âge n'arrange rien. Résultat : les rides ou ridules du sommeil s'installent et durent plus longtemps.

Peut-on éviter les rides de la nuit ?

Se réveiller avec davantage de rides que la veille est-il une fatalité ? Oui et non. Certains artifices peuvent favoriser l'élasticité de la peau comme une routine de soin à base d'acide hyaluronique qui stimule la production de collagène et ajoute de l'hydratation. L'adoption de draps et taies d'oreillers en soie permettraient aussi de limiter les frottements (notre peau y glisse mieux, sans être étirée !).

Mais la seule chose à faire pour freiner les rides du sommeil est de privilégier un endormissement sur le dos. De manière générale, rappelons aussi qu'arrêter de fumer, boire beaucoup d'eau, privilégier une alimentation saine et l'utilisation de crèmes solaires aide à prévenir et retarder l'apparition des rides.

Rogers Capital

Tariff Publication Notification Pursuant to the new Subsection 31(7)(d) of the ICTA Act 2001 (as amended)

01

IP Transit Service

Bandwidth (Mbps)	Monthly Tariff (US\$, Excl VAT)
250 Mbps	5,760
400 Mbps	9,800
600 Mbps	11,935

02

Full Circuit International Private Leased Circuit

Bandwidth (Mbps)	Monthly Tariff (US\$, Excl VAT)
1 Mbps	95
2 Mbps	175
4 Mbps	325
8 Mbps	610
10 Mbps	775
25 Mbps	1,690
40 Mbps	2,565
50 Mbps	3,060
60 Mbps	3,590
75 Mbps	4,400
100 Mbps	5,750
150 Mbps	8,465
175 Mbps	9,700
200 Mbps	10,900

Note: Installation cost is dependent upon partner installation costs and cross-connect costs

Keep evolving

Euro 2024/ Matches amicaux
Ecosse 2 Finlande 2

L'équipe de Steve Clarke a laissé glisser une avance de deux buts à Hampden Park lors du match d'échauffement final de l'euro 2024

L'équipe écossaise de Steve Clarke se qualifiera pour l'Euro 2024 après un match nul 2-2 contre la Finlande après avoir laissé filer une avance de deux buts à Hampden Park. Les hôtes étaient sur la bonne voie pour une victoire de routine grâce à un but contre son camp d'Arttu Hoskonen et une tête de Lawrence Shankland, mais la Finlande a riposté et a égalisé tardivement lorsque le créateur d'histoire Craig Gordon a concédé un penalty.

Le dernier match de préparation de l'Écosse avant l'Euro 2024 s'est soldé par une impasse, la Finlande les limitant à un match nul 2-2 à Hampden Park.

Les hôtes ont pris une avance de 2-0 au début de la seconde période grâce à un but contre son camp d'Arttu Hoskonen et une tête de Lawrence Shankland.

Cependant, Benjamin Kallman en a retiré un, avant que le penalty d'Oliver Antman ne complète le retour à cinq minutes de la fin.

Ce fut une première mi-temps avec peu d'occasions, Kieran Tierney produisant une intervention glissée parfaitement chronométrée pour refuser Teemu Pukki à la 10e minute.

Mais l'Écosse a percé à la 54e minute lorsque Hoskonen a tourné le centre



d'Andrew Robertson au-delà de son propre gardien de but.

Robertson était à nouveau le fournisseur quatre minutes plus tard alors que son centre en profondeur au deuxième poteau était puissamment dirigé par Shankland.

Cependant, la Finlande a riposté à la 72e minute alors qu'un Kallman non marqué jetait un coup d'œil au centre d'Antman.

Les visiteurs ont ensuite remporté une part du butin à cinq minutes de la fin, lorsque Kallman a calmement envoyé Craig Gordon dans le mauvais sens à 12 mètres

après que le gardien remplaçant ait commis une faute sur Tomas Galvez.

Cependant, les Écossais ont failli remporter une victoire spectaculaire juste après la mort, puisque Viljami Sinisalo a brillamment sauvé la tête de Tommy Conway pour lui refuser un début de rêve.

L'Écosse bégène sur l'envoi de Hampden alors que Gordon fait l'histoire

Les Écossais semblaient en contrôle à l'heure de jeu alors qu'ils cherchaient à créer un élan avant l'ouverture de l'Euro

2024 contre l'Allemagne, pays hôte, dans sept jours.

Et ce fut une soirée mémorable pour Gordon, qui a été présenté pour sa 75e sélection à 2-0. À 41 ans, il est devenu le joueur le plus âgé de son pays et sa carrière internationale compte désormais la plus longue durée, ayant fait ses débuts contre Trinité-et-Tobago en 2004.

Cependant, l'occasion a été quelque peu gâchée lorsqu'il a concédé un penalty, que Kallman a ensuite converti pour priver l'Écosse d'un départ gagnant contre l'Allemagne.

Clarke cherchera à guider les Boys in Blue au-delà de la phase de groupes pour la première fois et, avec une victoire en neuf matches désormais, il y a du travail à faire s'il veut réaliser cet exploit.

Andrew Robertson (Écosse)

Ce fut une soirée historique pour Robertson. Capitaine de l'Écosse pour la 49e fois, le défenseur de Liverpool a dépassé George Young pour devenir le capitaine le plus capé de son pays.

Il a marqué l'occasion avec quelques livraisons de marque qui ont conduit aux buts des deux hôtes.

Robertson a ouvert la voie avec trois occasions créées, tandis que son total de huit centres n'a été égalé que par son coéquipier Ralston sur l'autre flanc.

Tcheque 7 Maltes 1

Les Tchèques battent Malte 7-1 lors de la préparation de l'Euro 2024

Antonin Barak de la Fiorentina a ouvert le score pour les Tchèques à la sixième minute sur penalty avant que Chytil n'inscrive son premier but juste avant la pause.

La République tchèque a battu une équipe maltaise surpassée 7-1 lors de son match de préparation à l'Euro 2024 vendredi, l'attaquant du Slavia Prague Mojmir Chytil marquant dans chaque mi-temps pour une équipe visant à réserver une deuxième apparition consécutive en quart de finale.

L'entraîneur tchèque Ivan Hasek a mis au repos un certain nombre de personnalités clés lors du match à Grodig, en Autriche, notamment le milieu de terrain de West Ham United Tomas Soucek et l'at-

taquant du Bayer Leverkusen Patrik Schick, et a plutôt fait appel à un certain nombre de joueurs moins expérimentés.

Antonin Barak de la Fiorentina a ouvert le score pour les Tchèques à la sixième minute sur penalty avant que Chytil n'inscrive son premier but juste avant la pause. David Jurasek, Ondrej Lingr, Matej Jurasek et Vaclav Cerny ont ajouté au total tchèque tandis que Paul Mbong a retiré un but pour Malte.

Les Tchèques débiteront leur campagne pour l'Euro 2024 le 17 juin contre le Portugal à Leipzig avant d'affronter la Turquie et la Géorgie dans le groupe F. Les Tchèques affrontent lundi la Macédoine du Nord lors de leur dernier match de préparation au tournoi en Allemagne.



Manchester City prend des actions légales contre la Premier League

Manchester City, champion d'Angleterre pour la quatrième fois d'affilée, club à l'immense surface financière, peste contre un règlement qu'il juge discriminant.

Le club anglais de Manchester City, racheté en 2008 par un fonds d'investissement des Emirats, a attaqué la Premier League et son règlement sur les contrats de sponsoring en dénonçant une possible « discrimination » le concernant, affirme mardi le quotidien The Times.

En février, la Premier League a durci les règles encadrant les accords de partenariat commercial passés avec des sociétés liées aux propriétaires des clubs, ou Associated Party Transactions (APT) en anglais.

Des règles illégales selon City

A rebours de la majorité des clubs, Manchester City affirme que les règles de l'APT sont illégales et réclame des dommages et intérêts pour le manque à gagner, d'après l'article du Times.

La montée en puissance de City, quadruple champion d'Angleterre en titre, a été permise par le soutien financier massif d'Etihad Airways, compagnie aérienne émiratie basée Abou Dhabi dont le nom s'affiche sur le maillot en plus d'être accolé au stade.

Les règles de l'APT sont conçues pour maintenir la compétitivité de la Premier League, en exigeant des clubs qu'ils prouvent que les accords commerciaux représentent la juste valeur du marché.



Euro 2024 - Matches amicaux
Roumanie 0 Liechtenstein 0

Encore un 0-0 pour la Roumanie, adversaire des Diables, qui bute sur le Liechtenstein

Après celui contre la Bulgarie, la Roumanie, adversaire de la Belgique à l'Euro, a de nouveau réalisé un match nul 0-0 contre le Liechtenstein à Bucarest, vendredi. Lors de la première journée du Groupe E, le lundi 17 juin, les "Tricolori" affronteront l'Ukraine.

Blessés Denis Alibec, Adrian Rus et Andrei Burca ne figuraient pas dans la sélection. Si cela ne les a pas empêchés de dominer leurs adversaires, les Roumains ne se sont pas créé beaucoup d'occasions et seuls les tirs de Bogdan Racovitan (14e) et de Florinel Coman (45e+4) ont vraiment alerté Benjamin Buchel.

Les Roumains n'avaient pas été plus incisifs quand Edi Iordanescu a sorti Adrian Sut et Alexandru Cicaldau pour Nicolae

Stanciu et Razvan Marin (58e). Le coach roumain a encore modifié son équipe sans répercussion jusqu'à la fin de la rencontre. Mais Buchel s'est montré très attentif sur les envois de Valentin Mihaila (82e), Stanciu (84e,) et Dennis Man (85e, 90e+1).

La Tchéquie a écrasé Malte 7-1 avec des buts de Antonin Barak sur penalty (6e), Mojmir Chytil (44e, 58e), David Jurasek (47e), Ondrej Lingr (71e), Matej Jurasek (86e) et Vaclav Cerny (88e). Auteur du but maltais, Paul Mbong (59e, 4-1) a été exclu (84e). La Tchéquie est versée dans le Groupe F avec le Portugal, la Turquie et la Géorgie.

A Szombathely, en Hongrie, l'Albanie s'est imposée 3-1 face à l'Azerbaïdjan. Les Aigles figurent dans le Groupe B avec l'Italie, l'Espagne et la Croatie.



"C'était lamentable" : battue par l'Islande (0-1), l'Angleterre inquiète avant l'Euro

La sélection anglaise s'est inclinée à domicile ce vendredi soir face à l'Islande en match amical (0-1) à quelques jours du début de l'Euro. Alors que le groupe a été perturbé ces derniers jours par l'annonce du départ de plusieurs cadres, les hommes de Gareth Southgate n'ont jamais trouvé la solution face à une nation qui ne s'est pas qualifiée pour le championnat d'Europe.

A six jours du début de l'Euro, l'Angleterre a quitté la pelouse de Wembley sous les huées. Pour leur ultime match de préparation à la compétition, les Three Lions se sont inclinés à domicile face à l'Islande (0-1) en amical ce vendredi soir. Un résultat troublant face à une nation qui ne sera même pas de la partie en Allemagne.

"C'était très loin de la soirée idéale, je ne vais pas essayer de le maquiller", a admis le sélectionneur anglais Gareth Southgate. Après avoir concédé l'ouverture dès la 12e minute de jeu, ses joueurs ont passé le restant du match à courir après le score sans jamais parvenir à égaliser. Pis encore : c'est la première fois depuis 70 ans que la sélection nationale anglaise concède l'ouverture du score à Wembley durant trois matches consécutifs.

La sélection en plein trouble

L'ancien international anglais Matt



Upson était bien moins diplomate sur le plateau de la BBC : "C'était lamentable, vraiment ennuyant à regarder. Ce n'est pas agréable juste avant de partir pour un grand tournoi." L'Angleterre a rendez-vous avec la Serbie dans huit jours, le 16 juin prochain pour son premier match de la phase de groupe de l'Euro 2024.

Et Anthony Gordon, titulaire à gauche de l'attaque des Three Lions, veut tirer des enseignements de cette défaite en vue de la prochaine rencontre : "Ça a été un bon entraînement pour nous. C'est sûrement

comme ça que les autres équipes joueront contre nous. Plus nous jouons contre ce genre d'équipe, le mieux nous apprenons à les battre." L'ailier d'Everton a été l'un des joueurs les plus remuants de l'équipe ce vendredi soir. Peut-être l'une des seules satisfactions de l'équipe, et de Gareth Southgate.

Le sélectionneur l'a préféré à son homologue de Manchester City Jack Grealish, qu'il a remercié ce mercredi aux côtés d'autres cadres. Mais une partie du vestiaire a été ébranlé par la nouvelle, et des

explications auraient été demandées par les joueurs selon The Telegraph.

Je comprends les huées

L'un des meilleurs amis de Jack Grealish, Declan Rice, était lui aligné au milieu de terrain. Celui qui est désormais l'un des tauliers de la sélection, à seulement 25 ans, a tenu à relativiser malgré tout après la rencontre : "Ce n'est pas idéal de perdre mais il y a de nombreux enseignements sur lesquels on peut bâtir en tant qu'équipe. Entre aujourd'hui et le prochain match, il y a du travail à abattre."

Lundi, ces mêmes Three Lions s'étaient imposés face à la Bosnie-Herzégovine (3-0), avec un groupe élargi de 33 joueurs et avant que Jack Grealish, James Maddison ou encore Harry Maguire, entre autres, ne plient bagages. "On devait gérer tellement de choses avec ce match, et on a fini avec une équipe relativement jeune sur le terrain" a expliqué Gareth Southgate après la rencontre.

"Je comprends complètement les huées. Nous n'avons pas assez bien joué pour les garder enthousiastes durant le match", a-t-il terminé. En Allemagne, il n'y aura certainement pas autant de supporters anglais pour chahuter leur équipe en cas de contre-performance. Mais si les Three Lions revenaient encore déçus d'une grande compétition internationale, Gareth Southgate pourrait bien ne plus jamais avoir à entendre la vindicte de Wembley.

Mason Greenwood (Manchester United) va signer a Juventus

Afin de renforcer son attaque pour la saison prochaine, la Juventus s'intéresse à Mason Greenwood. L'ancien jeune talent de Manchester United s'est bien relancé avec Getafe en Liga cette saison.

Il est fort probable que la Juventus recrute à différents postes cet été, et notamment en attaque. Et concernant ce secteur de jeu, c'est Mason Greenwood qui est dans le viseur du club. Ancien grand talent de Manchester United, il évolue cette saison en Liga, avec Getafe. Il a notamment inscrit 10 buts et 6 passes décisives en 31 apparitions.

Et comme le rapporte Gazzetta dello Sport, il est dans le viseur du club pour la saison prochaine. Il est encore lié aux Mancuniens jusqu'en 2025, mais ils veulent s'en débarrasser et le vendre. Son prix pourrait donc être inférieur à sa valeur normale et c'est pourquoi Cristiano Giuntoli y songe.

C'est la preuve qu'un changement tactique est certainement en vue, car Mason Greenwood est un ailier. Un 433 plus offensif sera certainement aligné, peut-être sous les ordres de Thiago Motta...

