



## Inondations au Népal Le bilan grimpe à 170 morts et 42 disparus

Page 3



## «L'État de droit n'est pas intangible ni sacré» : après les déclarations de Retailleau, Braun-Pivet se dit «assez inquiète»

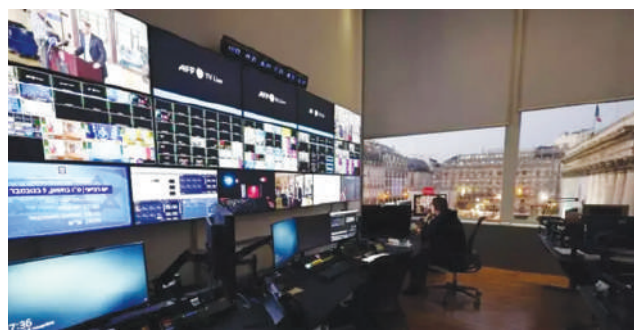
Page 4



### PEOPLE

## Brigitte Bardot a fêté ses 90 ans le week-end dernier

Page 2



### Space X

## Mission sauvetage pour les astronautes

Page 3



## Après le passage de l'ouragan Héléne aux États-Unis, au moins 63 morts et des milliards de dollars de dégâts

Page 4

### PREMIER LEAGUE



## Les Gunners ont eu chaud

Arsenal 4 Leicester City 2

Page 8



Ipswich 2 Aston Villa 2

## Un partage de point au goût de victoire pour Ipswich

Page 7



A la télé aujourd'hui

	<div>13:20 LE CHEMIN DU DESTIN</div> <div>13:47 PASSION AND POWER</div> <div>14:15 GOUT DE L'AMOUR</div> <div>15:00 SAMACHAR</div> <div>17:30 THE GARDENER'S DAUGHTER</div> <div>17:32 OLYMPIC GAMES PARIS 2024</div> <div>18:00 SAMACHAR</div> <div>18:30 SAYINGS RADHA KRISHNA</div> <div>18:32 SHIV SHAKTI</div> <div>18:55 DOREE</div> <div>19:30 LE JOURNAL TELEWISE</div> <div>20:30 SKYSCRAPER</div> <div>22:11 TERRA NOSTRA</div> <div>23:30 LE JOURNAL TELEWISE</div>
	<div>15:52 SAVER LOKAL</div> <div>16:12 RODRIG MO PEI</div> <div>16:47 LA JOURNEE SOUS LE REGARD DU SEIGNEUR</div> <div>17:07 RADIO VISION</div> <div>18:00 PASSION AND POWER</div> <div>18:31 AMOUR SECRET</div> <div>19:00 JOURNAL KREOL</div> <div>19:20 LE MAGAZINE DE L'EMPLOI ET DES METIERS</div> <div>19:25 RODRIG PROG : PLAT DU CHEF: PATE POISSON</div> <div>19:44 SON LADAN MEM</div> <div>20:00 ENCOUNTER</div> <div>20:31 PRIORITE SANTE</div> <div>21:00 PAROLES AGRICOLES</div> <div>21:30 RADIO VISION : LE MAG</div> <div>22:20 MOTS &amp; ECRITS</div> <div>22:47 LA JOURNEE SOUS LE REGARD DU SEIGNEUR</div> <div>23:00 JOURNAL KREOL</div> <div>23:20 MUSIC TOUR : PAST PERFECT 3</div>
	<div>12:00 SAWAN BHADON</div> <div>14:10 KUCH LAMHE FURSAT</div> <div>15:00 SAMACHAR</div> <div>15:11 SAJANWA BAIRI HO</div> <div>GAILE HAMAR</div> <div>15:41 SHAURYA AUR ANOKHI KI KAHANI</div> <div>16:01 SHAURYA AUR ANOKHI KI KAHANI</div> <div>16:41 SHAURYA AUR ANOKHI KI KAHANI</div> <div>17:11 SAYINGS RADHA KRISHNA</div> <div>18:00 SAMACHAR</div> <div>18:42 SAMARPAN</div> <div>18:57 BHOJPURI DHAMAKA</div> <div>19:47 CHIKITSA AUR SWASTHEY</div> <div>20:13 RAMAYAN</div> <div>23:00 SHRADDHA AUR SABURI</div>
	<div>ISHQ MEIN MARJAWAN</div> <div>18:00 SAMACHAR</div> <div>18:31 SAYINGS RADHA KRISHNA</div> <div>18:32 KUNDALI BHAGYA</div> <div>19:02 UDAARIYAAN</div> <div>19:33 FANAA - ISHQ MEIN MARJAWAN</div> <div>20:05 SASURAL SIMAR KA 2</div> <div>20:29 YASHOMATI MAIYYA KE NANDLALA</div> <div>20:59 ANUPAMAA</div> <div>21:24 MERE SAI - SHRADDHA AUR SABURI</div> <div>21:54 KISMAT KI LAKIRON SE</div> <div>22:23 SWARAN GHAR</div> <div>22:53 RAJAA BETAA</div> <div>23:29 ANDAAZ</div>
	<div>14:08 WASHINGTON FORUM</div> <div>15:22 BABY EINSTEIN 2</div> <div>15:28 LES AVENTURES DU PETIT PINGOUIN</div> <div>15:28 KIKA ET BOB</div> <div>17:52 KIKA ET BOB</div> <div>18:00 BREAKING THE SILENCE OVER ENDOMETRIOSIS</div> <div>18:48 HEALTHY LIVING</div> <div>19:03 RED CARPET</div> <div>19:18 STUDENT SUPPORT PROG</div> <div>19:53 GLOBAL US</div> <div>20:24 LE TEMPS D'AIMER</div> <div>20:52 NEWS</div> <div>21:12 TOP DIVE SITES</div> <div>21:39 THE PLEASANT VALLEY WAR</div> <div>22:48 INITIATIVE AFRICA</div> <div>23:14 EUROMAXX</div>
<div>06:00 TOUR DE BABEL</div> <div>06:28 TOUR DE BABEL</div> <div>07:23 ULTIMATE COUNTDOWN</div> <div>08:08 LE TEMPS D'AIMER</div> <div>08:34 AMOUR SECRET</div> <div>08:59 L'ENVERS DU PARADIS</div> <div>09:52 RETOUR VERS LE FUTUR 2</div> <div>11:35 THE GARDENER'S DAUGHTER</div> <div>12:00 LE JOURNAL DE LA MI-JOURNEE</div> <div>12:51 TERRA NOSTRA</div>	
<div>06:25 NOS AINES</div> <div>07:06 LA JOURNEE SOUS LE REGARD DU SEIGNEUR</div> <div>07:11 ECLAIRAGE ECONOMIQUE</div> <div>08:41 ITINERER MORIS</div> <div>09:01 RODRIG PROG</div> <div>09:29 MORISIEN KONN OU LA SANTE</div> <div>10:26 SAVER LOKAL</div> <div>11:17 RODRIG MO PEI</div> <div>11:46 RODRIG PROG</div> <div>12:00 FEMININ PLURIEL</div> <div>13:02 LA JOURNEE SOUS LE REGARD DU SEIGNEUR</div> <div>13:07 ECLAIRAGE ECONOMIQUE</div> <div>15:24 RODRIG PROG : ZENN AKTIF</div>	
<div>07:08 KALARI KIDS</div> <div>07:21 SERIE</div> <div>07:36 SERIE</div> <div>07:51 VED KI SHIKSHAEIN</div> <div>08:17 HINDI HAMARI PECHAN</div> <div>08:43 EXCERPTS FROM SHIV ABHISHEK</div> <div>09:23 VISHWARANG 2024</div> <div>09:53 KUNDALI BHAGYA</div> <div>10:15 KUNDALI BHAGYA</div> <div>11:18 RADHA KRISHNA - PUNAR MILAN</div>	
<div>06:14 RAJAA BETAA</div> <div>06:46 ANDAAZ</div> <div>09:17 KUNDALI BHAGYA</div> <div>09:46 UDAARIYAAN</div> <div>10:17 FANAA - ISHQ MEIN MARJAWAN</div> <div>10:49 SASURAL SIMAR KA 2</div> <div>11:13 YASHOMATI MAIYYA KE NANDLALA</div> <div>11:43 ANUPAMAA</div> <div>13:37 RAJAA BETAA</div> <div>14:25 RADHA MOHAN</div> <div>14:51 BADE ACCHHE LAGTE HAI 2</div> <div>15:18 FANAA -</div>	

PEOPLE

Brigitte Bardot fête ses 90 ans ce week-end : bande-annonce de son documentaire Bardot



A la retraite depuis 51 ans, la star française fait l'objet d'un portrait complet, interrogeant son statut d'icône bien au-delà du cinéma.

Samedi 28 septembre 2024 marque le 90e anniversaire de Brigitte Bardot, comédienne phare d'Et Dieu créa la femme (1956), de Riger Vadim, de La Vérité (1960), de Henri-Georges Clouzot, ou du Mépris (1963), de Jean-Luc Godard. B.B., c'est aussi une star de la musique, propulsé tout en haut du top grâce aux tubes de Serge Gainsbourg, de "Harley Davidson" à "Bonnie and Clyde".

Pathé dévoile cette semaine la bande-annonce d'un documentaire consacré à la star, indéniable icône des années 1950 à 1970, qui a incarné la révolution sexuelle de toute une époque comme personne, mais qui, vue de 2024, est régulièrement critiquée pour ses opinions politiques.

Consacrer un documentaire à B.B. aujourd'hui demande une réflexion globale, sur sa carrière d'actrice et de chanteuse, bien sûr, son statut d'icône féministe indéniable -aussi manifesté par son choix de prendre sa retraite jeune et de complètement laisser derrière elle son image de bombe sexuelle, mais sans mettre de côté les travers qui ont plus récemment entaché son image. Impossible de raconter son parcours sans le resituer dans une époque et des mœurs en permanente évolution.

"J'm'en fous qu'on se souvienne de moi. Ce que je voudrais, c'est qu'on se souvienne du respect qu'on doit aux animaux."

La bande-annonce s'accompagne ainsi d'une présentation du studio. Une note d'intention qui promet d'explorer toutes les facettes de Brigitte Bardot, de ne pas se cantonner à un portrait trop académique d'une femme devenue un mythe – un travers dans lequel était malheureusement tombée la série consacrée à la star, l'an dernier. Ce film veut aussi redonner la parole à Brigitte Bardot, en partant de sa décision choc d'abandonner le cinéma, à seulement 49 ans, pour se consacrer pleinement à la défense des animaux.

"Elle est l'une des premières icônes du cinéma français à obtenir un statut de personnalité reconnue mondialement. Jamais vraiment dans une case, muse de cinéastes finissant par sacrifier tout à la cause animale, Brigitte Bardot est une femme libre mais sans doute incomprise. Trop ou mal aimée, en tout cas pas comme elle le voulait. Une femme qui passe de la lumière des projecteurs à l'ombre de son refuge de la Madrague, où elle tente de fuir à jamais les regards indiscrets, les scandales et les déceptions que lui ont procuré cette vie publique. BARDOT revient sur les aspects si contradictoires de sa vie ; de sa carrière artistique légendaire à sa célèbre fondation. Elle qui bouscula l'image des femmes et fut en avance sur la conscience écologique et le bien-être animal qui semblent, enfin, pour tous une évidence.



Ce film documentaire est construit autour d'un mélange d'images d'archives, d'interviews et de reconstitutions tournées. Brigitte Bardot en sera la première narratrice et prend comme point de départ sa décision si radicale et si forte de tout quitter pour se consacrer à la cause animale.

Alors qu'elle prend sa retraite du monde cinématographique en 1973, Brigitte Bardot comptabilise près de 45 films et plus de 70 chansons. D'actrice icône, elle devient une militante convaincue qui n'a depuis jamais dévié du chemin engagé qu'elle a tracé.

Une réflexion croisée sur ce que signifie être une femme artiste, une femme libre et parfois en avance sur son temps.





## Inondations au Népal

# Le bilan grimpe à 170 morts et 42 disparus



Au moins 170 personnes sont mortes et 42 sont portées disparues au Népal, à la suite des inondations et glissements de terrain provoqués par des pluies diluviennes, notamment dans la capitale Katmandou, selon un nouveau bilan annoncé par la police dimanche.

«**I**l est probable que le bilan s'alourdisse au fur et à mesure que notre mission de recherche et de sauvetage progresse dans les zones touchées», a indiqué à l'AFP le porte-parole de la police, Dan Bahadur Karki. Au moins 35 des personnes tuées se trouvaient à bord de trois véhicules et ont été enterrées vivantes lorsqu'un glissement de terrain s'est abattu sur une autoroute au sud de Katmandou, a expliqué à l'AFP le chef du district de Dhading, Rajendra Dev Pandey. Plus de 3000 personnes sont déployées pour participer aux opérations de sauvetage à l'aide d'hélicoptères, de bateaux à moteur ou pneumatiques. «Plus de 3000 personnes ont été secourues» dans le pays, a en outre précisé le porte-parole du ministère de l'Intérieur, Rishi Ram Tiwari.

### 240 mm de pluie en 24 heures

La vallée de Katmandou a enregistré 240 millimètres de pluie durant 24 heures, entre vendredi et samedi matin, a indiqué l'agence météorologique népalaise au journal Kathmandu Post. Il s'agit des précipitations les plus importantes enregistrées dans la capitale népalaise depuis au moins 1970, selon cette agence. Face aux importantes précipitations, les autorités avaient mis en garde contre les crues soudaines de plusieurs rivières.

Les rivières de Katmandou ont débordé, inondant les maisons proches des berges. «Ça fait peur. Je n'avais jamais vu une telle dévastation», avait confié samedi Mahamad Shabuddin, 34 ans, propriétaire d'un atelier de réparation de motos, tout près de la rivière Bagmati en crue. Certains rescapés se sont réfugiés sur les toits des immeubles, d'autres ont pris la fuite en progressant dans l'eau boueuse.

Les moussons de juin à septembre provoquent chaque année des morts et des destructions dans toute l'Asie du Sud, mais le nombre d'inondations et de glissements



de terrain mortels a augmenté ces dernières années. Les experts affirment que le changement climatique a aggravé leur fréquence et leur intensité.



## L'AFP visée par une attaque informatique

L'Agence France-Presse (AFP) a été la cible d'une attaque de son système d'information, qui a affecté une partie des dispositifs de diffusion de sa production à ses clients, a-t-elle indiqué samedi 28 septembre dans un communiqué.

«**L**es équipes techniques de l'AFP sont mobilisées avec le soutien et l'expertise de l'Agence nationale de la sécurité des systèmes d'information (ANSSI)», a-t-elle ajouté.

"La rédaction et tous les services de

l'AFP continuent à assurer la couverture de l'actualité dans le monde entier", a poursuivi l'agence.

L'attaque a été détectée vendredi 27 septembre et l'incident était samedi 28 septembre "en cours de qualification et de traitement", d'après le communiqué.

Les autorités compétentes ont été saisies en France, a précisé l'AFP, tout en soulignant que les auteurs de cette attaque et leurs motivations n'étaient pas connus à ce stade.





## Space X

## Mission sauvetage pour les astronautes

La NASA a décidé que l'utilisation de la capsule Boeing Starliner pour ramener Butch Wilmore et Suni Williams sur Terre était trop risquée à la suite d'une série de problèmes techniques survenus au cours de leur voyage vers l'extérieur.

Les deux astronautes bloqués à la Station spatiale internationale depuis décembre se sont rapprochés de leur domicile grâce à l'arrivée à l'ISS d'une capsule SpaceX.

SpaceX a lancé la mission de sauvetage samedi après-midi avec un équipage réduit de deux astronautes et deux sièges vides réservés à Butch Wilmore et Suni Williams qui reviendront sur Terre en février.

La NASA a décidé de changer de prestataire et choisir SpaceX à la suite de préoccupations concernant la sécurité de la capsule Boeing Starliner que Wilmore et Williams ont utilisée pour se rendre à l'ISS.

Il s'agissait du premier vol d'essai du Starliner avec un équipage, mais la NASA a décidé que les défaillances des propulseurs et les fuites d'hélium qui se sont produites

après le décollage étaient trop graves et mal comprises pour risquer le retour des pilotes d'essai.

#### Starliner est revenu sur Terre vide au début du mois

Le Dragon transportant Nick Hague, de la NASA, et Alexander Gorbunov, de l'Agence spatiale russe, restera dans la station spatiale jusqu'en février, transformant ce qui aurait dû être un voyage d'une semaine pour Wilmore et Williams en une mission de plus de huit mois.

Deux astronautes de la NASA ont été retirés de la mission pour faire de la place à Wilmore et Williams lors de l'étape de retour.

"Je tiens à souhaiter la bienvenue à nos nouveaux compatriotes", a déclaré Williams, le commandant de la station spatiale, une fois que Hague et Gorbunov ont été accueillis par les neuf astronautes qui les attendaient.

La NASA aime remplacer les équipages de la station tous les six mois environ.

SpaceX assure le service de taxi depuis



le premier vol d'astronautes de la société en 2020.

La NASA a également fait appel à Boeing pour les vols de convoyage après le retrait des navettes spatiales, mais des logiciels défectueux et d'autres problèmes liés au Starliner ont entraîné des années de

retard et plus d'un milliard de dollars (900 millions d'euros) de réparations.

Les inspections du Starliner sont en cours au Centre spatial Kennedy de la NASA, et l'examen des données après le vol devrait commencer cette semaine.

## Après le passage de l'ouragan Héléne aux États-Unis, au moins 63 morts et des milliards de dollars de dégâts

Après avoir touché la Floride, l'ouragan, depuis requalifié en tempête tropicale, s'est enfoncé dans le sud du pays, apportant des pluies diluviennes. Le Tennessee est désormais en état d'alerte.

L'ouragan Héléne, qui a touché la Floride, dès jeudi 26 septembre, a fait au moins 63 morts, selon un nouveau bilan des autorités samedi 28 septembre. Il n'a pas seulement frappé les côtes de la Floride, relativement habituées à ce phénomène, mais s'est enfoncé dans le sud du pays, créant des pluies diluviennes en Géorgie, en Caroline du Nord et du Sud et en Virginie.

Les victimes sont mortes de noyades, de chutes d'arbres, de tornades ou encore d'accidents de voiture. La tempête continuait pendant le week-end à inonder la région des Appalaches, le Tennessee, le Kentucky et les plaines de l'Ohio. Trois millions de personnes étaient sans électricité samedi matin, et les dégâts étaient, selon des premières estimations de Moody's Analytics, évalués dans une fourchette comprise entre 15 milliards et 26 milliards de dollars (soit environ 13,4 milliards à 23,3 milliards d'euros).

L'ouragan a emprunté un chemin inhabituel, remontant en direction du nord au



large de la Floride, dans les eaux très chaudes du golfe du Mexique, sans rencontrer d'obstacle, ce qui lui a permis de se gorger d'eau et de toucher la terre avec une force de catégorie 4 sur un maximum de cinq et des vents pouvant atteindre 225 kilomètres/heure. Il a évité à la dernière minute la capitale de la Floride, Tallahassee. Cette

région en est à son troisième ouragan depuis août 2023. La tempête s'est ensuite engouffrée vers les États du nord, semant la dévastation.

#### Certains habitants sont de nouveau restés

En Floride, qui compterait au moins onze morts, les victimes se situent notam-

ment dans la baie de Tampa, là où les habitants renâclent de plus en plus à évacuer. Lors d'un précédent ouragan, ils avaient sillonné d'ouest en est la péninsule floridienne au fil du changement d'itinéraire du cyclone. Certains habitants de la baie de Tampa, qui avait été submergée par la montée des eaux en 2022, sont de nouveau restés, pensant que l'œil de la tempête était trop lointain, au large, pour les affecter.

Pourtant, l'ordre d'évacuation obligatoire – qui ne l'est pas en réalité – a été lancé mercredi, avec plus de vingt-quatre heures d'avance, les services météorologiques prévoyant une montée des eaux comprise entre 1,5 mètre et 2,4 mètres.

Celle-ci est provoquée par l'immense dépression provoquée par le cyclone, parfois après la pluie. Certains habitants n'ont pas bougé : « Ils ont crié au loup un peu trop souvent, a confié au Washington Post Steve Conser, 63 ans, bloqué vendredi sur Treasure Island, au bord de la plage, dans la région de Tampa, après que sa maison s'est retrouvée inondée par 1,2 mètre d'eau et deux de ses véhicules ont été détruits. Mais cette fois, j'aurais dû partir. » Les habitants se retrouvent avec des maisons qu'il devient impossible d'assurer contre les inondations.

## «L'État de droit n'est pas intangible ni sacré» : après les déclarations de Retailleau, Braun-Pivet se dit «assez inquiète»

#### c'est le peuple souverain.

Lui qui s'est «juré de dire la vérité aux Français, de façon brutale, non diplomatique» sera allé jusqu'à brusquer la présidente de l'Assemblée nationale. En déclarant que «l'État de droit, ça n'est pas intangible ni sacré» dans le JDD ce dimanche, Bruno Retailleau a vivement fait réagir Yaël Braun-Pivet, qui tire désormais la sonnette d'alarme. «J'ai été assez inquiète lorsque j'ai vu les déclarations du ministre de l'Intérieur», a-t-elle fait savoir ce lundi matin sur France 2. Avant de répliquer : «Lorsque la situation est tendue, lorsqu'il y a des crises, il ne faut surtout pas remettre en cause l'État de droit. C'est ce qui protège notre démocratie». Une déclaration qui fait écho au meurtre de Philippine, 19 ans, dont le corps a été retrouvé le 21 septembre dans le bois de Boulogne. Le principal suspect est

un ressortissant marocain âgé de 22 ans, visé par une obligation de quitter le territoire français (OQTF) et déjà condamné à sept ans de prison pour viol.

Tenant d'une ligne de fermeté absolue en matière de sécurité et d'immigration, le nouveau locataire de la place Beauvau a pour sa part estimé que «quand les règles sont défectueuses, il faut les changer». Aussi, s'il rappelle que l'État de droit repose sur «un ensemble de règles, une hiérarchie des normes, un contrôle juridictionnel, une séparation des pouvoirs», Bruno Retailleau estime que sa source doit rester «la démocratie» et «le peuple souverain». Une vision que ne partage pas la présidente du perchoir. Bien que favorable à «faire évoluer les lois», elle considère qu'il ne faut pas toucher à nos lois fondamentales. «Ce n'est vraiment pas le moment de tout chambouler», a-t-elle insisté.



Dans une interview accordée dimanche au JDD, le ministre de l'Intérieur a estimé que «l'État de droit, ça n'est pas intangible ni sacré». Selon lui, «la source de l'État de droit, c'est la démocratie,



## Le tabac, un véritable malfaiteur, ennemi N° 1 de la femme jeune

**Avant 50 ans, plus d'un infarctus sur deux chez la femme est lié au tabac.**

**Le tabac est le facteur de risque évitable le plus alarmant, car responsable des accidents cardio-vasculaires les plus précoces chez la femme. A tout âge, à tabagisme égal, le risque d'infarctus est supérieur chez les femmes (+ 25 %) par rapport aux hommes.**

Dès la première cigarette, le tabac est nocif pour le cœur et les artères, quelle que soit la quantité consommée : chaque cigarette est dangereuse, il n'y a pas de « petit » tabagisme. Selon l'étude Interheart parue en 2004, le tabac est reconnu comme le principal facteur de risque de l'infarctus des femmes.

Trois à quatre cigarettes par jour multiplient par trois le risque d'infarctus du myocarde. Cesser de fumer diminue de 90 % le risque d'infarctus avant 40 ans et de quasiment 100 % avant 30 ans.

Le tabagisme est un facteur de risque majeur d'accident vasculaire cérébral (AVC) notamment chez la femme de moins de 55 ans, se plaçant devant l'hypertension artérielle ou l'hypercholestérolémie. L'association contraception avec estrogène de synthèse et tabac est d'ailleurs un cocktail explosif d'AVC, notamment après 35-40 ans.

Le tabagisme est aussi le premier facteur de risque d'artériopathie oblitérante de l'aorte et des membres inférieurs communément appelée « artérite ». Le risque est l'obstruction sévères des artères des jambes et l'amputation, en particulier si la femme prend une contraception avec estrogènes de synthèse.

Au delà de ses effets délétères cardio-vasculaires, le tabagisme est responsable d'une augmentation exponentielle du nombre de cancers du poumon et de bronchopneumathies chroniques obstructives (maladie inflammatoire des bronches), cause

d'hospitalisations répétées et de décès précoces. Cette augmentation, entre 2002 et 2012, est significativement plus importante chez les femmes que chez les hommes (<http://invs.santepubliquefrance.fr/beh/2018/35-36/index.html>).

La prévalence du tabagisme durant la grossesse reste élevée en France avec 16,2 % de femmes enceintes qui restent fumeuses au 3e trimestre de grossesse. Le tabagisme est un facteur de risque majeur de morbidité maternelle et fœtale, avec également des effets négatifs sur la santé de l'enfant après la naissance et à l'âge adulte. L'arrêt du tabac pendant la grossesse est une nécessité absolue, avec un accompagnement pour les femmes en situations précaire et fragile. [http://invs.santepubliquefrance.fr/beh/2018/35-36/pdf/2018\\_35-36\\_2.pdf](http://invs.santepubliquefrance.fr/beh/2018/35-36/pdf/2018_35-36_2.pdf).

Si la proportion de femmes fumeuses a tendance à diminuer pour les 18 à 34 ans, la tendance reste toujours à la hausse chez les femmes de 45 à 54 ans (30,8 % en 2017 contre 21,5 % en 2000) et de 55 à 64 ans (17,6 % en 2017 contre 11 % en 2000). Cette augmentation peut s'expliquer par l'arrivée dans ces tranches d'âge des femmes qui ont commencé à fumer dans les années 70. (<http://invs.santepubliquefrance.fr/beh/2018/35-36/index.html>)

Selon plusieurs études, l'addiction est plus importante chez les femmes que chez les hommes. Elles sont plus rapidement dépendantes et ont plus de mal à s'arrêter.

Si la sensation de plaisir vient momentanément masquer le stress, les études démontrent qu'à long terme, c'est plutôt le tabac qui entretient le stress, alors que stopper permet de le réduire. L'arrêt du tabac entraîne un bénéfice supérieur à celui d'un antidépresseur. Deux fois plus de tentatives de suicide sont enregistrées chez les fumeuses, et leur risque d'anxiété est multiplié par 5...

Il faut savoir aussi que l'arrêt du tabac peut augmenter la fertilité. Il agit en effet



négativement sur la mobilité des cils des cellules de la trompe, qui permet la progression des spermatozoïdes.

Après 35 ans, cumuler une contraception estro-progestative (pilule, patch, anneau vaginal) et le tabac multiplie les risques de formation d'un caillot dans les artères. La contraception et le tabac stimulent la coagulation du sang et leurs effets se multiplient. A 35 ans, le cocktail tabac-contraception multiplie par cinq le risque relatif d'infarctus. A 40 ans, il le multiplie par huit. Quant à l'association contraception+tabac+migraine, elle multiplie par 35 le risque d'accident vasculaire cérébral. Avant 35 ans, il est important d'arrêter le tabac et de garder la contraception et non pas l'inverse... Après 35 ans, il est toujours important d'arrêter le tabac et, si on reste fumeuse, de changer de mode de contraception.

Il est donc essentiel d'arrêter de fumer le plus vite possible. Le bénéfice de l'arrêt du tabac perdure à tout âge même après 70

ans.

### Mais comment arrêter de fumer concrètement ?

- se munir d'un petit carnet et indiquer à chaque cigarette ce qui a déclenché l'envie aide à supprimer les cigarettes réflexes. L'objectif est de ne conserver que les cigarettes ressenties comme indispensables, celle du matin, celle d'après le café par exemple...

- dès l'envie d'une cigarette, prendre une mini sucette genre « chupa chups ». Le temps de réussir à ouvrir l'emballage, l'envie sera peut-être passée...

- utiliser des aides médicamenteuses, notamment les substituts nicotiques, patches ou équivalents, pour lutter contre le manque.

- faire davantage d'activité physique et de relaxation.

- et bien sûr se faire aider en consultation de tabacologie.

## Taïwan

### Biden confirme une aide de 567 millions de dollars pour la défense

**Le président américain Joe Biden a approuvé hier plus d'un demi-milliard de dollars d'aides pour la défense taïwanaise, a dévoilé la Maison Blanche. Biden a demandé au secrétaire d'État Antony Blinken de permettre l'envoi «de jusqu'à 567 millions de dollars de matériel et services du ministère de la Défense, ainsi que de formations militaires, pour fournir une aide à Taïwan», selon un bref communiqué de la présidence américaine.**

Aucun autre détail n'a été rendu public au sujet de cette enveloppe, bien supérieure à celle approuvée en juillet 2023, d'une hauteur de 345 millions de dollars. Dans le cadre d'un grand plan d'aide voté en avril 2024 par le Congrès américain, en particulier à l'Ukraine, plus de 8 milliards de dollars ont été mobilisés pour permettre de tenir tête à la Chine sur le plan militaire en investissant dans les sous-marins, et sur le plan économique en concurrençant les gros projets chinois dans les pays en développement.

#### Une «réunification pacifique»

Plusieurs milliards de dollars ont été alloués à Taïwan, archipel de 23 millions d'habitants que la Chine considère comme une de ses provinces. Pékin a intensifié la pression militaire et politique sur Taïpei ces dernières années, en envoyant régulièrement des navires de guerre ou encore des avions de combat aux alentours de Taïwan. Les États-Unis ne reconnaissent pas Taïwan comme un État et considèrent la République populaire de Chine comme seul gouvernement légitime, mais apportent néanmoins à Taïpei une aide militaire importante.

Pékin s'oppose régulièrement au soutien américain apporté à Taïwan, et accuse Washington de se mêler de ses affaires. La Chine continentale considère que Taïwan est l'une de ses provinces, qu'elle n'a pas encore réussi à réu-



nifier avec le reste de son territoire depuis la fin de la guerre civile chinoise en 1949. Elle dit privilégier une «réunification pacifique» avec l'île, gouvernée par un système démocratique. Mais elle n'a jamais renoncé à employer la force militaire et envoie régulièrement navires de guerre et avions de chasse autour du territoire.

#### «Une impasse»

Interrogé ce lundi 30 septembre sur ces nouvelles aides américaines, un porte-parole du ministère chinois des Affaires étrangères, Lin Jian, a appelé Washington à «cesser d'armer Taïwan, de quelque manière que ce soit».

«Militer pour l'indépendance de Taïwan est une impasse», a-t-il ajouté lors d'une conférence de presse régulière. «Si les États-Unis persistent à vouloir recourir aux armes pour soutenir ceux qui militent pour l'indépendance, cela se retournera contre eux et ils subiront les conséquences de leurs propres actes», a-t-il averti. Les relations Pékin-Taïpei sont exécrables depuis 2016 et l'arrivée à la présidence de Taïwan de Tsai Ing-wen, puis de son successeur Lai Ching-te en mai 2024, tous les deux étant partisans de liens plus distendus avec la Chine continentale.



# Menthe : propriétés, vertus et bienfaits

Plante ornementale ou condimentaire, la menthe fait aussi partie de l'histoire de la phytothérapie. Elle est réputée pour ses capacités à relâcher les muscles, à traiter les problèmes digestifs et pour ses vertus anti-septiques et tonifiantes. Elle stimule aussi la sécrétion biliaire et la transpiration.

Très appréciée pour son côté frais, la menthe est généralement appréciée et complète parfaitement certains plats ou desserts. Voici quelques éléments de description de cette plante, ainsi que ses bienfaits en phytothérapie.

### Description de la plante

Nom scientifique : Mentha

Nom commun : menthe

Noms anglais : mentha, mint

Classification botanique : famille des lamiacées (lamiaceae)

Formes et préparations : séchage, comprimés, gélules, bonbons, huiles, pommades, lotions, infusions, teintures, décoctions

Propriétés médicinales de la menthe

La menthe possède divers propriétés médicinales.

### En utilisation interne

**Troubles digestifs** : efficace en cas de constipation ou de diarrhée.

**Troubles urinaires** : effet diurétique.

**Toux et rhume** : apaisante.

**Antidouleur** : douleurs articulaires, musculaires et maux de tête.

**Problèmes respiratoires** : efficace contre les affections similaires aux bronchites.

**Contre des affections de la peau** : soulage les douleurs liées aux piqûres d'insectes et d'animaux et prévient la formation de crevasses.

Troubles digestifs (digestion difficile, ballonnements, flatulences), inflammation du système respiratoire, douleurs articulaires, musculaires ou maux de tête. Démangeaisons cutanées ou infection buccale.

### Autres indications thérapeutiques démontrées

Prévention des inflammations cutanées de tous les types, même l'eczéma. Stimule la production de sucs digestifs et de la vésicule biliaire. Elle est efficace lors des épisodes de gastro-entérite et contre les douleurs névralgiques. Elle a également des effets tonifiants.

### Histoire de l'utilisation de la menthe en phytothérapie

La menthe est l'une des plantes médicinales les plus connues. Les archéologues ont retrouvé des feuilles de menthe dans des tombes égyptiennes. Son usage est avéré chez les Grecs et les Romains pour soulager la douleur ou purger les malades. Tombée dans l'oubli en Occident, elle ne rejoint la pharmacopée traditionnelle qu'au XVIIIe siècle. Depuis lors, elle a été l'une des premières plantes à être utilisées de manière intensive par l'industrie pharmaceutique. Le menthol est ainsi devenu un des classiques des étals de pharmacie. On retrouve aussi la menthe dans un grand nombre de bonbons, sirops ou comme une saveur destinée à améliorer le goût de certains médicaments.

### Description botanique de la menthe

La menthe est une plante très aromatique pouvant atteindre 80 cm de haut. Elle appartient à la famille des lamiacées. Sa variété la plus utilisée en phytothérapie est la menthe poivrée.

Elle présente une structure serratifoliée à tiges carrées. Sa couleur est verte et sa récolte se réalise de manière annuelle. Elle se sème au printemps et se récolte en été. On la trouve en Europe, en Asie et en Amérique du Nord.

Pour semer de la menthe, il faut choisir un endroit humide, mais qui s'égoutte bien, dans une partie partiellement ombragée du jardin.

Si elle pousse bien, la menthe peut devenir envahissante. On pourra la contenir en la plantant dans de grands pots ou en la cernant avec une bande de métal enfoncée dans le sol.

On recommande de la changer de place tous les trois ans, en moyenne et de diviser les racines au printemps ou à l'automne. On peut récolter quelques feuilles tout au long de la saison. La récolte principale se fera lorsque les plantes commencent à fleurir.

### Composition de la menthe

#### Parties utilisées

On travaille communément avec la partie aérienne de la plante en phytothérapie. Pour des infections de type gastro-entérite, la plante entière peut être utilisée.

#### Principes actifs

L'huile essentielle représente 1,5% de la plante. Les composés les plus utilisés sont le menthol (entre 35 et 55% de celle-ci) et la menthone (10 à 40%).

La préparation de la menthe permet d'obtenir des flavonoïdes (lutéolme, menthoside), ainsi que des phénols et des triterpènes. La plante contient des enzymes (oxydase et peroxydase), de la vitamine C et des acides divers (caféique, chlorogénique, férulique, fumarique).

### Utilisation et posologie de la menthe

#### Dosage

La menthe est souvent proposée sous forme de préparations industrielles ou artisanales. On peut citer les gélules, les lotions, les crèmes à base de menthol, la teinture ou les huiles essentielles. Pour ces dernières, on préconise généralement trois prises quotidiennes de 2 à 4 gouttes. Pour la teinture (à 45%), ce sont 2 à 5 ml à la même fréquence qu'il faut utiliser.

#### Pour les préparations maison :

- En infusion : une cuillère à soupe de feuilles pour 150 ml d'eau bouillante. Pour un litre d'eau, peser 15 g de feuilles. Laisser bouillir dix minutes et prendre 3 à 4 tasses par jour.

- En gargarisme : 50 g de feuilles séchées pour un litre d'eau et laisser bouillir durant dix minutes.

#### Précautions d'emploi de la menthe

En usage interne, il ne faut pas administrer de menthe aux enfants de moins de 5 ans. Quant à l'huile essentielle, son utilisation doit faire suite à une prescription médicale. Il est important de ne pas la donner aux enfants de moins de 12 ans et aux femmes enceintes ou durant l'allaitement. Pour un usage externe, il faut vérifier que la peau ne présente pas de lésions ou d'inflammations. Eviter les applications trop proches des voies respiratoires, du fait des risques de spasmes.

#### Contre-indications

La menthe est à proscrire chez les personnes souffrant de la vésicule biliaire, tout comme chez les patients ayant souffert de troubles hépatiques graves. Il en va de même pour les personnes sujettes à l'hypertension.

#### Effets indésirables

En usage interne, la menthe, consommée à haute dose, peut provoquer des troubles intestinaux et des céphalées. Des risques d'hypertension ont également été signalés, ainsi que la mort par action sur le bulbe rachidien. Enfin, la consommation excessive de menthe peut favoriser les reflux gastro-oesophagiens. De plus, le thé à la menthe consommé proche des repas peut diminuer l'absorption du fer. Il est donc recommander de le consommer à distance des repas, surtout pour les populations fragiles et sujettes à l'anémie.

#### Interactions avec des plantes médicinales ou des compléments

Pas d'interaction connue.

#### Interactions avec des médicaments

Les dangers connus de la menthe résultent de la limitation des effets de certains médicaments pour le coeur (inhibiteurs calciques). Elle bloque également l'élimination de toute une gamme de médicaments. Le danger provient de la difficile compréhension de ce phénomène à l'heure actuelle.

#### Comment choisir la menthe ?

Génralement, on trouve dans le commerce de la menthe verte qui est la plus couramment employée en cuisine. Pour la choisir de bonne qualité, il faut privilégier de la menthe avec des feuilles bien fraîches, vertes, sans taches ni jaunissement.

#### Comment conserver la menthe de manière optimale ?

La menthe fraîche va se conserver quelques jours à une semaine au réfrigérateur. Il est conseillé d'envelopper son bouquet de menthe dans un papier essuie-tout humide qu'on place ensuite dans un sachet de plastique.

Il est aussi possible de congeler la menthe en la mettant à au congélateur à plat sur une plaque puis la conserver ensuite dans un sachet en plastique.

La menthe séchée peut être conservée au frais, dans un

contenant hermétique.

La menthe peut même être mise à macérer. Les feuilles de menthe doivent alors être hachées et mises dans de l'huile ou du vinaigre. Laissez ensuite macérer une ou deux semaines, puis filtrer.

#### Comment préparer la menthe?

En cuisine, la menthe se prête à de nombreuses associations, sucrées comme salées. En pâtisserie ou dans une glace, elle se marie parfaitement avec le chocolat. On peut aussi l'associer avec des fruits pour un dessert, auxquels elle apportera de la légèreté. Dans les plats salés, la menthe apporte une fraîcheur aux plats.

#### Avis du médecin

#### Des bienfaits reconnus

La menthe est une plante efficace pour lutter contre les flatulences ou l'intestin irritable. Elle est aussi reconnue pour son efficacité en inhalations, lors des épisodes de toux ou les rhumes. Utilisée par voie cutanée, elle permet de réduire les douleurs musculaires, les maux de tête et de lutter contre les petites démangeaisons (piqûres de moustique, eczéma, etc.).

#### Avertissement

Si l'administration de tisanes ne représente a priori aucun danger (sauf chez l'enfant de moins de 4 ans), l'utilisation des huiles essentielles doit se faire avec plus de précautions, en suivant les recommandations d'un médecin. Lors d'une utilisation cutanée, l'huile essentielle de menthe doit être diluée dans une autre huile végétale pour éviter les risques de " brûlures".

#### La recherche sur la menthe

La menthe étant l'une des plantes médicinales les plus utilisées, elle a déjà largement été étudiée. Néanmoins, des recherches portent sur son action dans le soulagement des troubles intestinaux et l'efficacité de ses effets diurétiques. Les scientifiques cherchent également à comprendre la cause exacte de son interaction avec la plupart des médicaments, empêchant l'élimination de ceux-ci.

### NOTICE FOR CHANGE OF NAME

Notice is hereby given that Mr. Chandreshwar SEEWOORUTTUN C/o Mrs. Seela SEEWOORUTTUN (born GUZADHUR) of Commerson Street, Curepipe, has applied to the Honourable Attorney-General for leave to change his name Chandreshwar into that of Chandreshwar so that in the future he shall bear the name and surname of Chandreshwar SEEWOORUTTUN.

Objections, if any, should be filed in the registry of the Office of the Attorney-General within a period of 28 days as from last date of publication of the said notice in the papers.

Applicant: Mr Chandreshwar Seewooruttun

Date: 24 September 2024

### NOTICE FOR CHANGE OF NAME

Notice is hereby given that **Mr. Charles Arnaud PERRIER** and **Anne-Sophie JULLIENNE** electing their legal domicile at the office of **Me. Sheffick SOOKIA**, Attorney-at-Law of 602, Hennessy Tower, Pope Hennessy Street, Port-Louis, have applied to the Honourable Attorney-General for leave to change the names and surnames of their minor son **Mathis Jullienne Perrier** into those of **Mathis JULLIENNE-PERRIER** so that in the future, he shall bear the names and surname of **Mathis JULLIENNE-PERRIER**.

Objections, if any, should be filed in the Registry of the Office of the Attorney-General, within a period of **28 days** as from the last date of publication of the said notice in the papers.Applicants: **Mr. Charles Arnaud Perrier** and **Ms. Anne-Sophie JULLIENNE**.

Date : 27<sup>th</sup> September 2024.

### NOTICE FOR CHANGE OF NAME

Notice is hereby given that **Mr. Charles Arnaud PERRIER** and **Anne-Sophie JULLIENNE** electing their legal domicile at the office of **Me. Sheffick SOOKIA**, Attorney-at-Law of 602, Hennessy Tower, Pope Hennessy Street, Port-Louis, have applied to the Honourable Attorney-General for leave to change the names and surname of their minor daughter **Victoria Jullienne PERRIER** into those of **Victoria JULLIENNE-PERRIER** so that in the future, she shall bear the names and surname of **Victoria JULLIENNE-PERRIER**.

Objections, if any, should be filed in the Registry of the Office of the Attorney-General, within a period of 28 days as from the last date of publication of the said notice in the papers.Applicants: **Mr. Charles Arnaud Perrier** and **Ms. Anne-Sophie JULLIENNE**

Date : 27<sup>th</sup> September 2024.



## Premier League Brentford et West Ham se separent sur un nul ( 1-1 )

**Le buteur Bryan Mbeumo était frustré par le match nul 1-1 de Brentford contre West Ham – et a souligné le manque de contrôle des Bees au début de la seconde mi-temps.**

**B**rentford et West Ham United ont partagé les points dans un derby londonien très disputé, le but de Bryan Mbeumo ayant été annulé par Tomas Soucek lors d'un match nul 1-1 au Gtech Community Stadium. Mbeumo a marqué d'une volée à bout portant après 38 secondes pour offrir à Brentford un départ parfait,

mais les hôtes n'ont pas pu capitaliser sur leur avantage et West Ham a égalisé au début de la seconde période. Le but de Soucek pour les visiteurs est intervenu à la 54e minute, suite à un jeu complexe autour de la surface de réparation.

« Nous avons poussé à la fin mais nous n'avons pas trouvé la solution, a déclaré l'attaquant camerounais à l'issue de la rencontre. C'est difficile de contrôler le jeu du début à la fin, il faut souffrir pendant les matchs. »

A propos de son cinquième but de la saison en Premier League, il a ajouté : « Nous tra-



vaillons beaucoup à l'entraînement sur les coups de pied arrêtés. Je fais beaucoup de finitions à l'entraînement, c'est quelque

chose sur lequel on peut toujours travailler.»

## Ipswich 2 Aston Villa 2 Un partage de point au goût de victoire pour Ipswich

**Aston Villa a raté l'occasion de rejoindre Liverpool en tête de la Premier League après avoir été tenu en échec 2-2 à Ipswich Town. Dans un match qui a basculé dans les deux sens, Liam Delap a donné l'avantage à l'équipe locale avant que Morgan Rogers et Ollie Watkins ne renversent la situation avant la mi-temps. Delap s'est précipité pour marquer son deuxième après la pause et voir les points partagés.**

**L**iam Delap a réussi un superbe doublé alors qu'Ipswich Town a obtenu un match nul 2-2 qui a refusé à Aston Villa la chance de revenir à égalité de points avec le leader Liverpool.

Les Tractor Boys, nouvellement promus, ont décollé lorsque Delap a décoché un tir bas au premier poteau après huit minutes.

Villa a répondu avec Watkins donnant le coup d'envoi à Morgan Rogers pour tirer le niveleur sept minutes plus tard, avant que l'attaquant anglais n'acquiesce à son quatrième but en trois matchs sur le centre de Leon Bailey juste après la demi-heure.

Ipswich a connu plusieurs moments prometteurs à la pause, mais Jack Clarke et Delap ont tous deux raté des ouvertures dorées pour les mettre à égalité avant la pause.



Cependant, l'équipe locale n'a pas été démentie et une excellente course en solo de Delap à 18 minutes de la fin leur a valu une part du butin.

Le résultat signifie que Villa reste cinquième, à deux points de la première place. Ipswich reste sans victoire mais avec quatre points en six matches, il sort de la zone de largage et remonte à la 15e place.

Ensuite, Ipswich poursuit sa recherche d'une première victoire depuis son retour tant attendu en Premier League lors de sa

visite à West Ham United samedi.

Villa connaît une semaine énorme avec deux matchs importants à domicile contre le Bayern Munich en UEFA Champions League mercredi puis contre Manchester United dimanche.

**Villa démarre la grande semaine avec un tirage au sort fragile**

Le revers d'août à domicile contre Arsenal avait été la seule tache sur le cahier de Villa avant cette compétition, mais Ipswich a exposé suffisamment de défauts

dans son armure pour laisser Villans avec des inquiétudes inattendues avant une semaine importante pour le club.

La confrontation avec le Bayern Munich dans la compétition d'élite européenne montre à quel point Villa a parcouru ces dernières années, Unai Emery continuant de les pousser vers de plus hauts sommets.

Reste à savoir s'ils ont l'équipe nécessaire pour maintenir une poussée sérieuse au pays et à l'étranger et, sur le plan défensif, ils sont suspects. En effet, avec une meilleure finition, Ipswich pourrait bien avoir été confronté à une situation très différente à temps plein.

La bonne nouvelle pour Villa est que Watkins semble être de nouveau en forme, et les hommes d'Emery ont montré au cours de la dernière année et demie que Villa Park peut être une véritable forteresse quel que soit le calibre de l'opposition.

**Joueur du match**

Liam Delap (Ipswich Ville). L'attaquant a produit une performance exaltante et à indice d'octane élevé, menant la ligne avec un grand effet. Il a marqué ses buts avec un vrai panache et ne s'est vu refuser un triplé que par un superbe arrêt en tête-à-tête d'Emiliano Martinez.

## FOOT NEWS

# Raphael Varane ex-international français prend sa retraite

**Dans un communiqué publié mercredi dernier, Raphael Varane a officiellement annoncé sa fin de carrière quelques semaines après avoir signé à Côme, en Série A.**

**L**es spéculations autour de la possible retraite de Raphaël Varane avaient émergé ce mardi. Elles se sont finalement révélées vraies. Le champion du monde 2018 avec la France a annoncé, ce mercredi, mettre un terme à sa carrière professionnelle de footballeur. Une décision qui arrive à la suite d'une très grosse blessure au genou gauche subie le 11 août dernier, en 32e de finale de Coupe d'Italie contre la Sampdoria Gênes (1-1 et 3-4 aux t.a.b.), seulement quelques semaines après son arrivée à Côme, club promu en Serie A et coaché par Cesc Fàbregas. Sur le site internet de la Lega Serie A, le nom de Varane n'apparaissait pas parmi les joueurs de Côme enregistrés pour disputer le championnat. La presse italienne évoquait, pendant un temps, la possibilité que son contrat puisse être résilié.

Formé au Racing Club de Lens, le natif de Lille a rejoint le Real Madrid en 2011. En Espagne, il va disputer 360 rencontres sous les couleurs merengues et remporter 17 titres, dont trois Ligues des champions (2014, 2016 et 2017) et

trois Liga (2012, 2017 et 2020). Parallèlement à son aventure madrilène, il découvre l'équipe de France en mars 2013. Un maillot bleu qu'il va porter 93 reprises et avec lequel il a notamment remporté la Coupe du monde 2018. Éreinté mentalement et physiquement, il quitte la sélection en décembre 2018. En club, il rallie l'Angleterre et Manchester United, en 2022. Une aventure de deux saisons minée par les blessures, qui a pris fin cet été. C'est finalement à Côme que se terminera sa carrière.

**Varane prend sa retraite à 31 ans**

Sur ses réseaux sociaux, l'ex-défenseur central a posté un message émouvant afin de tirer sa révérence : « Ils disent que toutes les bonnes choses ont une fin. Au cours de ma carrière, j'ai relevé de nombreux défis, saisi chaque occasion, presque tout cela était censé être impossible. Des émotions incroyables, des moments spéciaux et des souvenirs qui dureront toute une vie. En réfléchissant à ces moments, c'est avec une immense fierté et un sentiment d'accomplissement que je vous annonce ma retraite du jeu que nous aimons tous. Je me retire au plus haut standard, je veux sortir par la grande porte ne pas m'accrocher au jeu. Il faut une grosse dose de courage pour écouter son cœur et son instinct. Désir et besoins sont deux choses différentes. Je suis tombé et ressuscité mille fois, et cette fois,

c'est le moment de m'arrêter et de raccrocher mes crampons avec mon dernier match en remportant un trophée à Wembley », a-t-il dans un premier temps expliqué avant d'enchaîner.

« J'ai adoré me battre pour moi-même, mes clubs, mon pays, mes coéquipiers et les supporters de chaque équipe pour laquelle j'ai joué. De Lens à Madrid en passant par Manchester, et jouer pour notre équipe nationale. J'ai défendu chaque écusson avec tout ce que j'ai, et j'ai aimé chaque minute du voyage. Le jeu au plus haut niveau est une expérience palpitante. Il teste tous les niveaux de votre corps et de votre esprit. Les émotions que nous éprouvons, vous ne pouvez pas trouver cela ailleurs. En tant qu'athlètes, on n'est jamais satisfait, on n'est jamais rassasié par le succès. C'est notre nature et ce qui nous alimente. Je n'ai aucun regret, je ne changerai rien. J'ai gagné plus que je n'aurais même pu rêver, mais au-delà des accolades et des trophées, je suis fier que quoi qu'il arrive, je me suis tenu à mes principes de sincérité et j'ai essayé de laisser le meilleur partout où je suis allé. J'espère que je vous ai tous rendus fiers. Et donc, une nouvelle vie commence en dehors du terrain. Je resterai avec Côme. Juste sans mes crampons. Quelque chose dont j'ai hâte de partager plus bientôt. »



PREMIER LEAGUE  
Arsenal 4 Leicester City 2  
Les Gunners  
ont eu chaud

Arsenal a marqué deux fois dans les arrêts de jeu pour remporter une victoire spectaculaire contre Leicester à l'Emirates Stadium.

Un but contre son camp de Wilfred Ndidi à la 94e minute et un but à bout portant de Kai Havertz à la neuvième minute du temps additionnel ont refusé une équipe des Foxes qui était à la portée d'un point improbable après avoir rattrapé un déficit de deux buts en seconde période.

Gabriel Martinelli avait donné aux Gunners dominants une avance méritée en première mi-temps en reprenant le centre de Jurrien Timber, avant de fournir la passe pour la seconde, transformée par Leandro Trossard, juste avant la mi-temps.

Leicester n'avait réussi qu'une seule touche dans la surface d'Arsenal avant la pause, mais ils ont réduit l'arriéré un peu plus d'une minute après le début de la seconde période lorsque la tête de James Justin sur un coup franc de Facundo Buonanotte a frappé Havertz à son entrée.

Justin a doublé son total personnel de manière spectaculaire peu après l'heure de jeu, rencontrant le tir de Ndidi sur l'aile gauche avec une volée déviée qui a battu David Raya via l'intérieur du poteau.

Si Arsenal a été momentanément abasourdi par la récupération de Leicester, ils ont rapidement retrouvé leur sang-froid et Mads Hermansen a réalisé deux superbes arrêts pour maintenir les Foxes au niveau, refusant Havertz avec un arrêt à bout portant avant de repousser le tir de Trossard - quelques instants après avoir donné le ballon dans le sien. zone.

Mais l'effort tardif de Trossard a été dévié devant le gardien danois par Ndidi avant que Havertz ne frappe à bout portant pour compléter le score.

Arsenal reste à un point du leader Liverpool, mais se rapproche de Manchester City, détenu par Newcastle plus



tôt samedi.

Les supporters d'Arsenal ont dû se gratter la tête alors que le match entrainait dans les arrêts de jeu de la seconde mi-temps, alors que Leicester se rapprochait d'un match nul qui semblait à peine possible à la pause.

Malgré un tir de Justin bloqué par Riccardo Calafiori, les 45 premières minutes se sont déroulées presque entièrement dans la moitié de terrain de Leicester, Bukayo Saka et Martinelli se rapprochant tous deux avant le premier match du Brésilien à la 20e minute.

Calafiori a piqué les paumes d'Hermansen et Havertz a envoyé une tête de peu à côté du centre de Trossard, avant que le Belge - de retour de suspension après son expulsion contre City le week-end dernier - ne donne à l'équipe locale un avantage de deux buts bien mérité.

Le premier de l'après-midi de Justin est sorti presque de

rien et, soutenus par sa tête, les Foxes ont continué à s'aventurer vers l'avant et ont finalement rétabli la parité grâce à la spectaculaire frappe déviée du défenseur.

Le temps semblait compté pour l'équipe d'Arteta, qui avait enregistré plus de 30 tirs - dont 14 cadrés - et accumulé 14 corners alors que le chronomètre dépassait les 90 minutes.

Hermansen a brillamment empêché les efforts de Havertz et Trossard avant de refuser Calafiori et de remplacer Ethan Nwaneri alors que les Gunners avançaient dans un désespoir croissant.

Mais ils ont finalement été récompensés de leur pression et de leur persévérance avec un peu plus de trois des sept minutes de temps additionnel restantes, avant que Havertz ne complète le score avec pratiquement la touche finale du match.

Manchester United 0  
Tottenham 3

Les Red Devils  
coulent

Ce fut une autre défaite cuisante et quelque peu humiliante pour Manchester United dimanche après-midi alors que Tottenham Hotspur a remporté une confortable victoire 3-0 lors de sa rencontre en Premier League à Old Trafford. Une journée qui donne à réfléchir pour Erik ten Hag et ses joueurs, les Spurs ont marqué trois fois sous la pluie, tandis que Bruno Fernandes a reçu un carton rouge pour un défi qui a ajouté encore plus de malheur.



Brennan Johnson, Dejan Kulusevski et Dominic Solanke ont marqué les buts alors que Tottenham Hotspur éliminait une équipe de Manchester United qui avait également expulsé Bruno Fernandes.

Après avoir échappé de justesse au limogeage cet été, Erik ten Hag pourrait bien craindre pour son poste après une mauvaise performance.

Dès le début, les Spurs étaient les premiers à chaque ballon, et ce n'était pas une surprise lorsqu'ils prenaient l'avantage dès la troisième minute, Johnson frappant au deuxième poteau après un travail fantas-

tique de Micky van de Ven.

Même si les Spurs n'ont pas marqué à nouveau en première mi-temps, ils ont absolument dominé alors que United reculait. Puis, à trois minutes de la pause, Fernandes a glissé alors que James Maddison le dépassait, s'est précipité et a été expulsé après que son défi ait atterri plus haut que prévu.

Ayant l'occasion de se réorganiser, Ten Hag aura été consterné de concéder deux minutes après la reprise, Kulusevski terminant intelligemment après un nouveau bon travail de Johnson.

Puis, juste au moment où United prenait pied dans le match, les Spurs se sont assurés de la sécurité, Solanke se glissant après que Pape Sarr ait lancé un corner.

Dans le temps restant, l'équipe adverse s'est moquée des supporters locaux, de l'équipe et du manager - une situation qui met Ten Hag sous encore plus de pression.

Joueur du match

Micky van de Ven a saisi le match avec une course fantastique et n'a pas permis à United de renifler le but.