

NOUVELLE PUBLICATION

LE STRESS, ENTRE BIEN-ÊTRE ET SOUFFRANCE

Au cœur de l'actualité
psychomédicale

Le stress, voilà une notion fort médiatisée, un mot-valise que le sens commun traduit à tous les sens.

Un raccourci sémantique facile pour donner du sens aux maux de l'existence. Mais que sait-on de ce phénomène si mystérieux et familier à la fois ? C'est à cette interrogation que tente de répondre le Dr M. Boudarène, psychiatre, dans *Le stress, entre bien-être et souffrance*, un livre publié chez Berti Editions. L'auteur qui prévient, en avant-propos de son ouvrage, que «le stress doit être démystifié et dépouillé de son caractère magique et incantatoire que lui a conféré l'intérêt particulier» se livre à une véritable exégèse d'un sujet d'une brûlante actualité sociale et médicale, mais se garde bien d'offrir à ses lecteurs un recueil de recettes miracles pour atteindre le bonheur. Même si le thème est vendeur et dans l'air du temps.



L'ouvrage qui se veut, avant tout, didactique est un savant dosage entre l'utilitaire de vulgarisation scientifique à l'usage du grand public et le manuel de référence qui s'appuie sur une approche critique et analytique qui peut intéresser un public d'initiés : les professionnels de la santé et les étudiants en médecine qui auront, ainsi, entre les mains un ouvrage richement documenté et foisonnant de références

bibliographiques. Salué par le Pr Farid Kacha, chef de service psychiatrie à Alger et Jean-Jacques Legros, éminent endocrinologue et responsable du service de psychoneuroendocrinologie du CHU de Liège, en Belgique, l'ouvrage offre un panorama de la connaissance de ce phénomène, à travers un historique, une définition et une analyse des ressorts biopsychologiques du stress. Il ne s'agit nulle-

ment d'une démarche d'écriture désincarnée pour l'auteur qui plaide ainsi pour le nécessaire respect de la «vérité de l'art» dans tout ce qui se dit et s'écrit sur le stress qui fait «l'objet, écrit-il, d'un usage abusif qui l'a dévié de l'objectif qu'ont voulu lui assigner» tous les chercheurs depuis Hans Selye.

S. A. M.

Le stress, entre bien-être et souffrance, M. Boudarène, Berti Editions.

Semaine des «petits écolos»
au Palais de la culture

Organisée en collaboration avec le Conservatoire national des formations à l'environnement, la Maison des débrouillards, Édiculture et l'Association de l'enfance heureuse de Ghardaïa. La semaine des «petits écolos» débutera aujourd'hui au Palais de la culture. Cette manifestation culturelle dédiée à la protection de l'environnement se prolongera jusqu'au 27 mars prochain.

Programme

Ce matin

- Projection d'un film documentaire sur l'environnement
Après-midi
- Initiation au jardinage avec les enfants et le Conservatoire national des formations à l'environnement (CNFE)

Demain

- Lecture autour de la préservation et la protection de l'environnement avec l'Association enfance heureuse de Ghardaïa

- Ateliers didactiques et éducatifs sur la protection de l'environnement

Mardi 24 mars

- Matin : projection d'un film documentaire sur la nature et débat avec les enfants
- Après-midi : questions-réponses autour de l'importance et la prise en charge de l'environnement immédiat de l'enfant avec travaux pratiques en présence d'éducateurs et formateurs.

Mercredi 25 mars

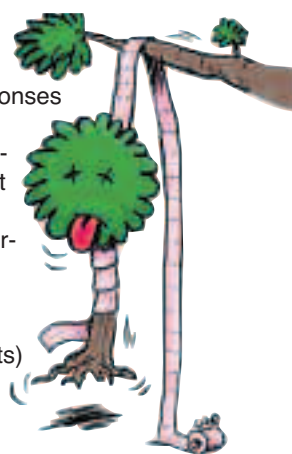
- Réalisation d'une fresque écolo (recyclage des déchets) avec les enfants de la bibliothèque Kan Ya Makan et le jeune public

Jeudi 26 mars

- Travaux pratiques avec la Maison des débrouillards et les enfants : expériences scientifiques, manipulations et techniques autour du jardinage et protection des espaces verts, jeux, expressions corporelles.

Vendredi 27 mars

Remise des prix.



Photos : DR

JOURNÉES DU FILM
FRANCOPHONE
COSMOS - OREF

Ce soir

18h : *la Villa*, 1h30 : Tunisie

20h : *la Vraie vie est ailleurs*, 1h24 - Suisse

Demain

14h30 : *Cédric Dupont*, 7 courts métrages d'animation de 10 mn

- Wallonie-Bruxelles 15h50 : Pause rafraîchissement

16h30 : *Peau d'âne*, 1h29 - France

18h : *le Dernier Continent*, 1h45 - Canada

20h : *Koss oua lassek*



(copier-coller), 1h30 - Égypte

Mardi 24 mars

18h : *Petit à petit*, 1h36 - France

20h : *Mme Brouette*, 1h44 -

France/Canada/Belgique

Mercredi 25 mars

18h : *le Destin*, 2h10 - Égypte

20h : *Wesh wesh*, 1h23 - France/Algérie

Jeudi 26 mars

18h : Mots de clôture

18h15 : *Merci*, 8 mn - Wallonie-Bruxelles

18h30 : *Ça rend heureux*, 1h25 - Wallonie-Bruxelles

20h : Cocktail de clôture



SPÉCIAL VACANCES DE PRINTEMPS

SALLE EL-MOUGGAR

Jusqu'au 31 mars à 10h

Ce matin

Spectacle éducatif et divertissant par la troupe El-Ahlem d'Alger sous le titre *Nadhef makanak yartah belek*

Demain

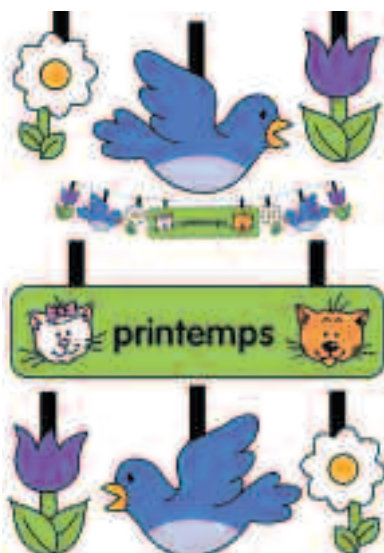
Présentation théâtrale par le théâtre El-Moudja de Mostaganem intitulée *El-Assad wal hattab* (le lion et le bûcheron), texte de Mourad Senoussi et mise en scène de Boudjemaâ Yasmine, durée 55 mn

Mardi 24 mars

Présentation théâtrale par le théâtre El-Moudja intitulé *El kan'ki wa nehass* (la lampe et le dinandier), texte de Tayeb Seddik et mise en scène par Boudjemaâ Djilali, durée 45mn

Mercredi 25 mars

Spectacle éducatif et divertissant par la troupe El-Ahlem d'Alger sous le titre *El-Ghourour bi nefss*, une



histoire sur le tabagisme

Jeudi 26 mars

Représentation théâtrale par la troupe Ouheq El-Khachaba de Th'neyt Ennassr de Bordj Bou-Arréridj, sous le titre *El-Amira wal ouâsfour* (la prin-

cesse et l'oiseau), durée 45 mn

Vendredi 27 mars

Jeux divertissants, contes et chants avec Arnouba du monde des petits et de la beauté sous le titre *Haya nel'âb*

Dimanche 29 mars

Spéctacle de marionnettes de l'association Kateb Yacine de Sidi Bel-Abbès sous le titre *Essamaka dh'ahabiya* (le poisson d'or), durée 30 mn, texte et mise en scène de Lasfar Belkhaled, suivie d'un passage spécial sous le titre *Ettift wal maouahib*

Lundi 30 mars

Représentation théâtrale par la troupe Kateb Yacine de Sidi Bel-Abbès sous le titre *Al-amana*, texte de Houari Hichem et mise en scène de Lasfar Belkhaled, durée 50 mn

Mardi 31 mars

Spectacle éducatif et divertissement par la troupe El-Ouns sous le titre *Ammi el-ghali el-bakhil*.



Programme spécial vacances pour les enfants

Présentation de la pièce théâtrale *Khenfoussa* à 15h au niveau des médiathèques suivantes : Aujourd'hui : médiathèque Abane-Ramdane Demain : BMJ Didouche-Mourad

Mardi 24 mars : médiathèque Rouiba Mercredi 25 mars : médiathèque Douéra Jeudi 26 mars : centre culturel Tessala El-Merdja Samedi 28 mars : médiathèque Baraki

Dimanche 29 mars : médiathèque El-Kettani Lundi 30 mars : médiathèque Rachid-Kouache Mardi 31 mars : médiathèque Agha Mercredi 1^{er} avril : médiathèque Draria