

## Question

Les œufs sont riches en cholestérol, donc néfastes pour la santé ?



**Faux.** Il est vrai que les œufs sont riches en cholestérol. Cependant, ils sont également riches en lécithine. Celle-ci sert d'émulsifiant au cholestérol de l'œuf et l'empêche de se déposer sur les parois des vaisseaux sanguins. Toutefois, pour que la lécithine puisse faire son travail, il faut que le jaune d'œuf soit consommé coulant. Une cuisson d'environ 3 minutes maximum est recommandée. En outre, l'œuf a une valeur nutritive intéressante au niveau protéinique, vitamines B12, A, D et minéraux : phosphore, zinc, fer et potassium.

Soins  
du visage

L'utilisation au quotidien d'un produit démaquillant est indispensable, même si vous ne vous maquillez pas. Le terme «démaquillant» n'est qu'un terme générique qui ne signifie pas simplement retrait d'un produit de maquillage.

Le terme «**nettoyant**» serait mieux adapté. Le soir, avant de vous coucher, nettoyez soigneusement votre visage avec un lait ou une solution démaquillante. Terminez par une lotion qui finit de dégraisser votre peau. Une fois par semaine, appliquez un masque désincrustant sur tout votre visage. Il absorbe le sébum et débouche les follicules (pores), évitant ainsi la formation de points noirs. Juste après ce masque, réalisez un gommage avec

un produit spécifique. Cette dernière opération retire les cellules mortes, affine l'épiderme et permet à votre peau de respirer. En respectant ces quelques règles élémentaires mais indispensables, votre peau sera saine, lisse et vous ferez des envieuses ! Une peau résistante (plus épaisse et plus grasse) ne signifie pas une peau ne nécessitant pas de soins. Les soins d'entretien représentent le minimum d'hygiène cutanée à respecter au quotidien.

Photos : DF

SOUPE DE POULET  
À LA CRÈME

- Blancs de poulet
- 2 tasses de bouillon de volaille
- 1 tasse de lait
- 1 tasse de crème fraîche
- 1 c. à soupe de jus de citron
- 4 c. à soupe de farine
- 3 c. à soupe de beurre
- Sel, poivre

- Faites cuire les blancs de poulet dans l'eau salée pendant 25 minutes, coupez-les en cubes.  
- Dans une marmite, faites fondre le beurre à feu doux. Ajoutez le sel et farine.  
- Mélangez à feu doux jusqu'à l'obtention d'une couleur dorée, ajoutez le lait froid, fouettez vivement pour éviter la formation de grumeaux.

Ajoutez le poivre, Mélangez régulièrement avec une cuillère en bois, sans s'arrêter pour empêcher la formation d'une peau à la surface, ajoutez le bouillon de volaille, le jus de citron et les cubes de poulet, et laissez cuire quelques minutes ; ajoutez la crème fraîche et laissez cuire pendant 10 minutes.

## Publicité

## La Spa Elsecom, concessionnaire automobile recrute pour ses différentes filiales :

• DEUX DIRECTEURS GÉNÉRAUX ADJOINTS  
(réf/oe.01)

## Mission

- Seconder le DG dans toutes les actions de l'entreprise
- Veiller à la stricte application des orientations arrêtées.

## Profil

- Diplôme universitaire en gestion et finance d'entreprise
- Connaissance du secteur de l'automobile
- Agé de plus de 40 ans
- Maîtrise de l'anglais nécessaire
- Expérience dans poste similaire ou équivalent exigée
- Meneurs d'hommes
- Grande disponibilité.

• DEUX DIRECTEURS COMMERCIAUX  
(réf/oe.02)

## Mission principale

- Elaborer la stratégie commerciale de l'entreprise et définir les plans d'actions annuels
- Gérer les équipes de vente
- Développer le réseau de distribution.

## Responsabilités

- Atteinte des objectifs fixés par la direction générale
- Augmentation des parts de marché de la marque.

## Profil

- Niveau universitaire
- Agé de plus de 40 ans
- Connaissance parfaite du marché automobile
- Maîtrise de l'anglais souhaité
- Expérience dans poste similaire ou équivalent exigée d'au moins 5 ans
- Meneurs d'hommes
- Grande disponibilité.

• UN DIRECTEUR DE L'ADMINISTRATION  
ET DE LA LOGISTIQUE (réf/oe03)

## Mission principale

- Organiser et animer toutes les structures chargées de la gestion des moyens humains et matériels de la société.

## Responsabilités

- Elaborer la politique de recrutement et la gestion du personnel sous tous ses aspects.
- Assurer la gestion des moyens généraux (achats et approvisionnement divers. Parc automobile, sécurité des sites, etc).

## Profil

- Niveau universitaire
- Etre âgé de plus de 35 ans
- Justifier d'une expérience dans le domaine de 5 années
- Disponible
- Meneur d'hommes.

• UN RESPONSABLE DES VENTES DIRECTES  
(réf/oe04)

## Mission principale

- Organiser et suivre de l'activité de la force de vente selon la politique commerciale de l'entreprise.

## Responsabilité

- Atteinte des objectifs fixés par la direction commerciale.

## Profil

- Niveau universitaire
- Agé de plus de 30 ans

- Connaissance parfaite du marché automobile
- Expérience dans poste similaire ou équivalent exigée d'au moins 5 ans
- Meneurs d'hommes
- Grande disponibilité.

• DEUX DIRECTEURS FINANCES ET COMPTABILITE  
(réf/oe.05)

## Mission principale

- Suivi de la finance, trésorerie et comptabilité de l'entreprise
- Etablissement des différents tableaux de bord de gestion.

## Responsabilités

- Assurer la régularité des opérations comptables et financières avec l'administration fiscale et parafiscale.

## Profil

- Diplômes supérieurs dans le domaine
- Agé de plus de 40 ans
- Expérience dans poste similaire ou équivalent exigée d'au moins 6 ans
- Meneurs d'hommes
- Grande disponibilité.

• DEUX DIRECTEURS MARKETING  
ET COMMUNICATION (réf/oe.06)

## Mission principale

- Mise en place de la politique marketing en collaboration avec la direction commerciale
- Gérer la veille concurrentielle
- Veiller au meilleur positionnement du produit
- Superviser l'organisation d'événements liés au marketing commercial (foires, etc.).

## Responsabilités

- Adopter la meilleure politique marketing et communication aboutissant à l'atteinte des objectifs.

## Profil

- Diplôme supérieur dans le domaine
- Agé de plus de 35 ans
- Maîtrise de l'anglais indispensable
- Expérience dans un poste similaire ou équivalent exigée d'au moins 6 ans
- Meneurs d'hommes
- Grande disponibilité.

• QUATRE CADRES COMMERCIAUX  
véhicules légers et utilitaires (réf/oe.07)

## Mission principale

- Prise en charge de la clientèle sur le plan vente et suivi des commandes.

## Responsabilités

- Atteinte de l'objectif des ventes assigné par la direction commerciale.

## Profil

- Expérience dans la vente automobile de 3 ans minimum
- Bonne présentation
- Grande disponibilité.

• QUATRE CADRES COMMERCIAUX  
(véhicules industriels) (réf/oe.08)

## Mission principale

- Prise en charge de la clientèle sur le plan vente et suivi des commandes.

## Responsabilités

- Atteinte de l'objectif des ventes assigné par la direction commerciale.

## Profil

- Expérience dans la vente automobile de 3 ans minimum

- Bonne présentation
- Grande disponibilité.

• DEUX CADRES TECHNIQUES  
chargés de la gestion atelier (réf/oe.09)

## Mission principale

- Superviser et contrôler l'entretien des véhicules de clients, de sociétés et de collectivités, selon les impératifs de coût, délai et qualité.
- Répartir les missions de chaque équipe au sein de l'atelier de réparation
- Gérer une équipe de techniciens et mécaniciens.

## Responsabilités

- Assurer la bonne prise en charge des réparations au sein de l'atelier
- Veiller à la rentabilité de l'activité.

## Profil

- Ingénieur mécanique ou équivalent
- Expérience dans un poste similaire de 3 ans minimum
- Maîtrise de l'anglais
- Bonne présentation
- Meneur d'hommes.

• DEUX CADRES TECHNIQUES  
chargés de la gestion garantie (réf/oe.10)

## Mission principale

- Gérer les recours en garantie de la clientèle locale
- Gérer les recours en garantie avec le fournisseur.

## Responsabilités

- Assurer la bonne prise en charge des recours en garanties
- Veiller à la rentabilité de l'activité.

## Profil

- Ingénieur en mécanique ou équivalent
- Expérience dans un poste similaire de 2 ans minimum
- Maîtrise parfaite de l'anglais
- Bonne présentation.

• QUATRE CADRES TECHNIQUES  
chargés de la gestion de la pièce de rechange (réf/oe.11)

## Mission principale

- Développer le marketing et la vente de pièce de rechange de la marque
- Mise en place de la politique commerciale de PR à travers le réseau de distribution
- Veiller à la satisfaction clientèle.

## Responsabilités

- Atteinte de l'objectif assigné par la direction générale
- Veiller à la rentabilité de l'activité.

## Profil

- Ingénieur en mécanique ou équivalent (profil commercial peut convenir)
- Expérience dans un poste similaire de 6 ans minimum
- Bonne présentation
- Meneur d'hommes
- Grande disponibilité.

Les candidats intéressés peuvent envoyer leur CV à SPA ELSECOM

Rue Baha M'hamed BP 200 Bab-Ezzouar Alger.

Mail : secretariat-pca@elsecom.com

Fax : 021 51 97 13 - Tél. : 021 51 00 50 / 51 00 60 / 021 51 70 23