

TÂRÂ Â PITU

ENTENTE & PARTAGE

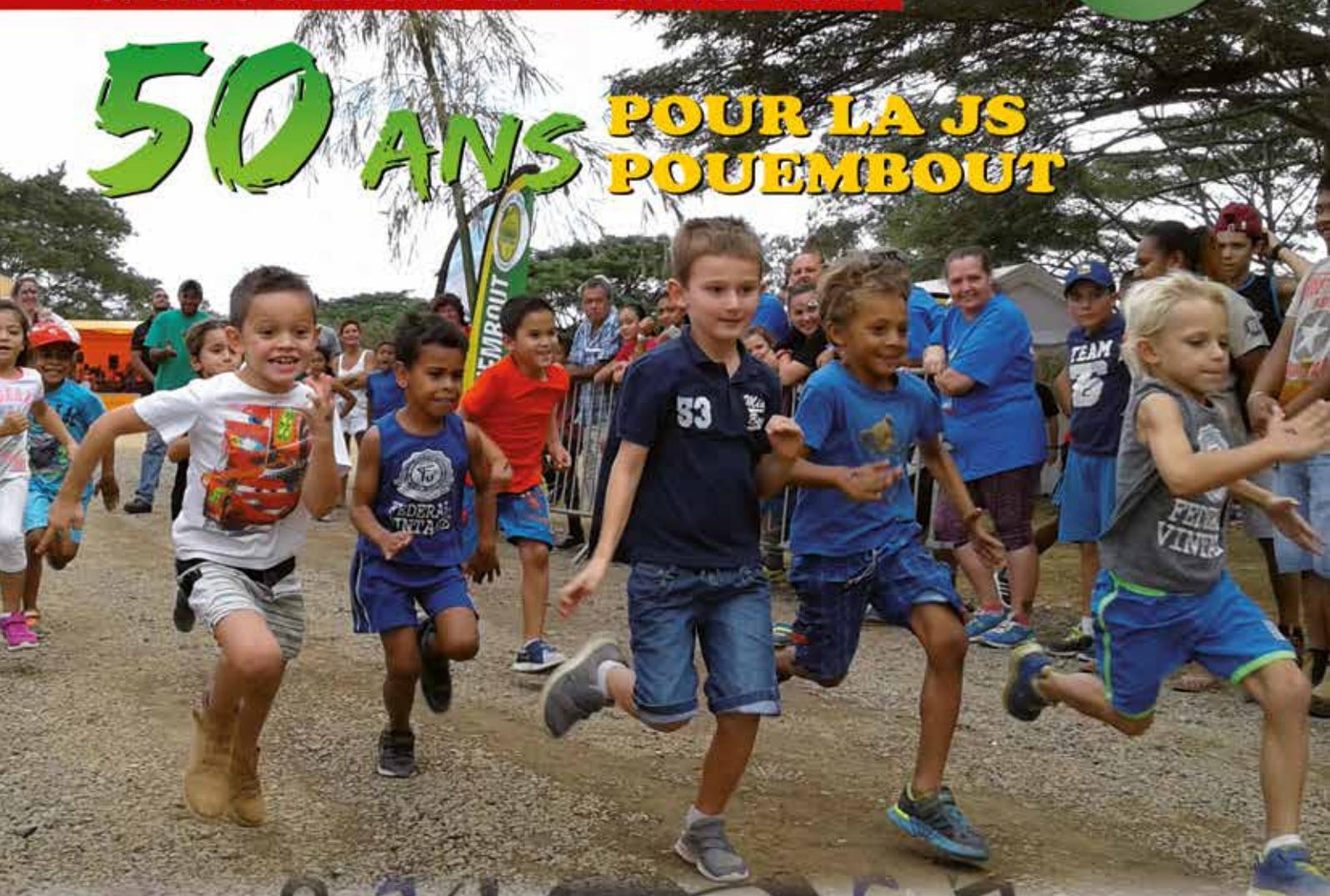


76

SEPTEMBRE 2016

SPORTS & LOISIRS EN PROVINCE NORD

50 ANS POUR LA JS POUEMBOU



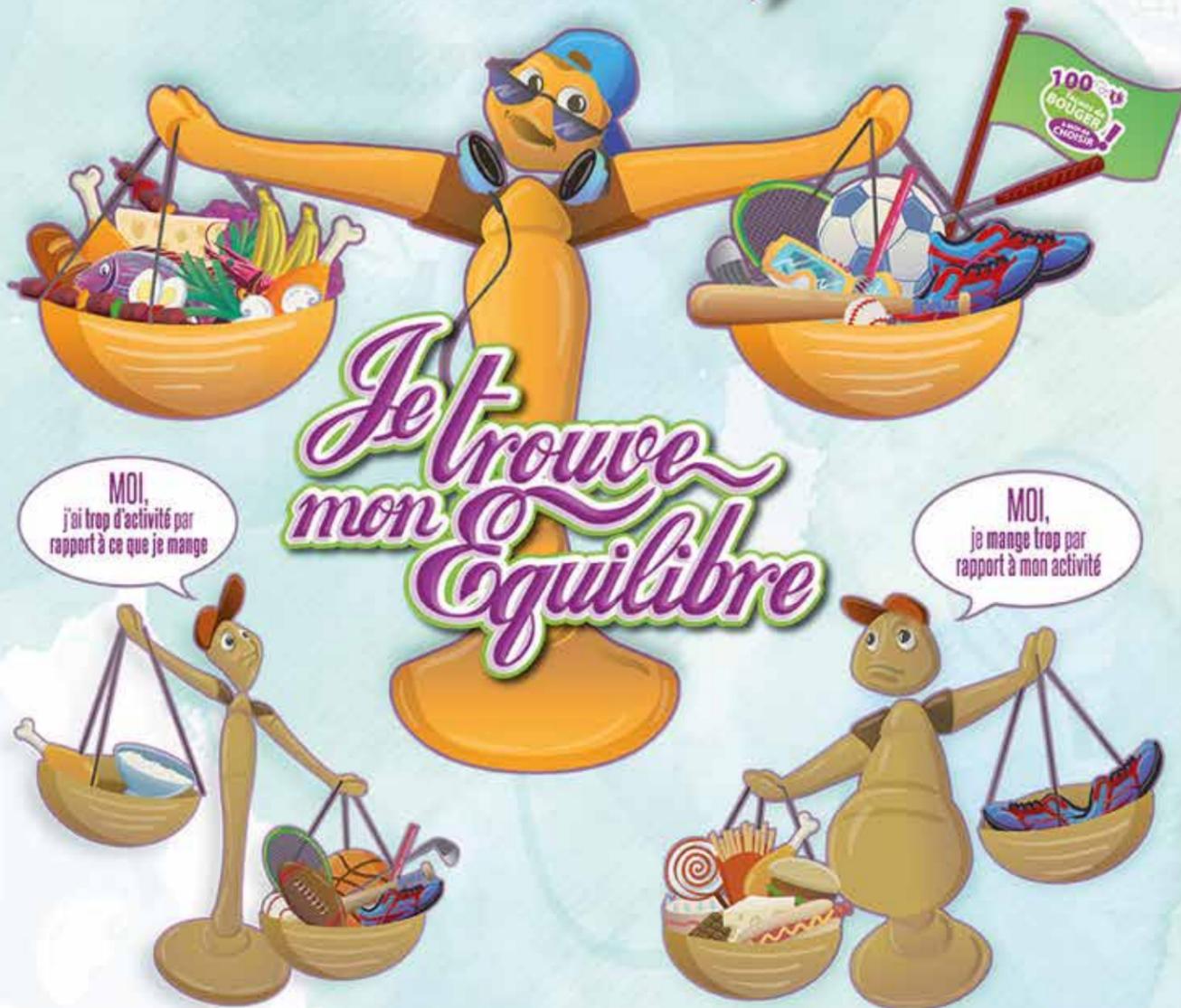
TEAM :
TOUS À KAALA-COMEN
LE 16 SEPTEMBRE

PORTRAIT :
GEORGES WATTON

BLUESCOPE :
POUR LE BIEN-ÊTRE
DE SES EMPLOYÉS



POUR ÊTRE AU MIEUX DE MA FORME,
MES APPORTS ÉNERGÉTIQUES = MES DÉPENSES ÉNERGÉTIQUES



Je trouve mon Equilibre

Pour tous renseignements :

Tél : 25.07.72

preventionsurcharge@ass.nc

mangemieuxbougeplus

www.mangemieuxbougeplus.nc



Edito



LE SPORT À L'ÉCOLE, POUR QUI ET POURQUOI ?

Au collège comme au lycée, les élèves ont entre 2 et 4 heures de cours d'EPS hebdomadaire. Cette pratique obligatoire peut être allongée dans le cadre de l'association sportive de l'établissement (elle-même affiliée à l'Union Nationale du Sport Scolaire).

Discipline pilier, l'éducation physique et sportive (EPS) permet le développement des capacités motrices et l'acquisition de compétences méthodologiques et sociales par la pratique d'activités physiques, sportives et artistiques. Elle contribue à l'éducation à la santé en aidant les élèves à mieux connaître leur corps, et à l'éducation à la sécurité, par des prises de risques contrôlées. Elle éduque également à la responsabilité et à l'autonomie, en faisant accéder les élèves à des valeurs morales et sociales, telles que le respect de règles (arbitrage), le respect de soi-même et d'autrui.

En complément de l'horaire obligatoire d'EPS, les élèves ont la possibilité d'adhérer à l'association sportive de leur établissement. Hormis, l'approfondissement « technique », le sport scolaire, contribue à promouvoir le respect de l'éthique et des valeurs éducatives et humanistes du sport. Il joue un rôle déterminant dans l'accès des jeunes au sport et donne sens au « vivre ensemble » et à l'apprentissage de la vie associative. C'est un atout privilégié pour l'égalité des chances et pour la formation citoyenne des élèves. Pour nos jeunes internes -entre autres- il est une source de bien-être et d'émancipation.

En province Nord, l'Unss est organisée en district avec des finalités provinciales puis territoriales et permet également lors des rencontres, la formation de jeunes officiels.

L'idée est de représenter son établissement lors de compétitions inter-établissements tout en expérimentant les valeurs éducatives du sport : le dépassement de soi, l'entraide, la solidarité, le fair play...

Notre objectif est donc que chacun trouve sa voie de réussite par la pratique du sport, selon ses goûts, ses envies, sa culture, mais aussi repérer des talents, orienter les plus motivés vers les associations locales pour qu'ils puissent s'épanouir.

Notre objectif est donc que chacun trouve sa voie de réussite par la pratique du sport, selon ses goûts, ses envies, sa culture, mais aussi repérer des talents, orienter les plus motivés vers les associations locales pour qu'ils puissent s'épanouir.

Nicolas Rouquie,
professeur d'EPS
Collège/ALP de KONE



Demandez le TÂRÂ À PITU

Votre magazine des sports et des loisirs est disponible (de mars à décembre) dans les mairies et les dispensaires de la Province Nord. Pensez à le demander.

N°76 - SEPTEMBRE 2017

TÂRÂ À PITU est une publication du Comité Provincial Nord des Sports et Loisirs BP 314 - 98825 Pouembout
Tél : 47 60 47 - Fax : 47 60 46 - Courriel : cpnsl@lagoon.nc
Directeur de publication : Noam Téin
Superviseur : Guy Plazanet
Réalisation : Wela communication - 74 80 03

Rédactrice en chef : Stéphanie Habasque-Tobie
Rédaction : Stéphanie Habasque-Tobie, Adrien Espinosa, Zeineb Djeldjeli, Stéphanie Laine
Credit photos : Stéphanie Habasque-Tobie, Cécile Raquin, MéliSSa Sanmoestanom, Linda Nerhon
Maquette et mise en page : Idaho Design
Publicité : Frances Terei - 98 70 94
Impression à 3700 exemplaires par Artypo
ISSN : 2105-780X

Toute l'équipe remercie Cécile Raquin pour ces deux belles années passées à rédiger le TÂRÂ À PITU et nous lui souhaitons le meilleur à elle et à sa famille et une bonne installation en Vendée !



► Zoom sur Kouaoua

DES MERCREDIS BIEN REMPLIS !

Depuis le 28 juin, un nouvel élan de dynamisme a vu le jour sur la commune de Kouaoua et a fait des mercredis pédagogiques un moment d'échange et de détente en permettant aux enfants de s'exercer à différentes activités sportives.

Tous les parents ont été, un jour, confrontés aux fameuses journées pédagogiques. Très souvent les mercredis, pour les écoles primaires et maternelles, ces jours sont compliqués pour les enfants qui ne savent pas comment profiter de leur temps libre et qui souvent s'ennuient...



Atelier pétanque.



Finale du tir à l'arc.



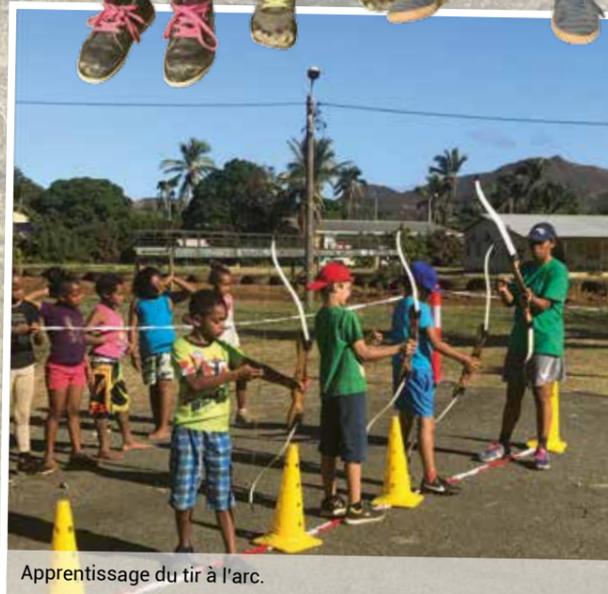
Atelier nettoyage de la plage.



Jeu du fer à cheval.



Equipe gagnante du jeu du fer à cheval.



Apprentissage du tir à l'arc.

A Kouaoua, on profite de ces moments pour s'amuser et se dépenser. Les enfants, principalement ceux de primaire, ne voient plus ces instants de la même manière en trouvant de quoi stimuler leur soif de découverte et canaliser leur énergie...

Mélanie, du service animation de la commune, avait deux objectifs principaux. Premièrement, trouver des occupations aux élèves lors de ces journées et deuxièmement redynamiser les associations sportives de la région. Son projet est donc né l'année dernière : mettre à profits ces périodes afin de faire pratiquer différentes disciplines aux enfants. Cette initiative est vivement soutenue par la commune et c'est ainsi que l'histoire commence...

Soutien actif de la mairie

La journée débute vers 8h30 pour se terminer à 14h30.

Le Comité Provincial Nord des Sports et Loisirs (CPNSL) ainsi que des clubs ou associations privés mettent en place 5 ou 6 ateliers. Les enfants sont répartis par catégories d'âge pour former des groupes.

Chaque section commence par une activité et passe d'ateliers en ateliers tout au long de la journée.

Toutes les animations sont encadrées par le CPNSL et des éducateurs sportifs afin d'avoir les meilleures conditions pour attiser au mieux la curiosité de tous. L'objectif étant de faire découvrir le maximum d'activités aux enfants en variant les propositions. On peut donc s'essayer au tir à l'arc, à la pétanque, au volley-ball, rugby, sports traditionnels ou bien encore au canoë-kayak.

Cette action permet aux différentes associations ou clubs sportifs de se faire connaître, dans le but de les aider au mieux et de peut être voir, l'année prochaine, l'ouverture de plusieurs d'entre eux sur la commune.

Mélanie et le service animation peuvent compter sur le soutien actif de la mairie. En effet, celle-ci prend à sa charge les transports matin et soir ainsi que les trajets sur les différents sites si besoin. Les repas de midi et le goûter sont également offerts par la municipalité.

Il s'agit d'un véritable succès pour Kouaoua ! Notons que sur 113 enfants concernés, 70 étaient présents le premier mercredi et 86 le suivant.

« Certains enfants sont tellement ravis qu'ils se présentent à l'arrêt de bus bien avant l'heure de ramassage prévue. » nous confiait Mélanie.

Stéphanie Laine

Photos : Mélissa Sanmoestanom



► Retour sur le cross du collège de Koné
BASKETS ET BONNE HUMEUR !



C'est dans une ambiance dynamique et conviviale que s'est déroulé, mercredi 5 juillet dernier, le cross du collège de Koné, épreuve préparatoire aux finales territoriales UNSS.



Retour sur le cross du collège de Koné qui a eu lieu en juillet avec cette année, une nouveauté ! En effet, dans le cadre de la liaison école-collège (en relation avec la réforme des collèges), l'établissement a accueilli les élèves de CM2 des écoles Immaculée, Les Allamandas ainsi que Les cigales.

Ce sont donc 480 collégiens et une centaine d'écoliers déterminés et enthousiastes qui se sont affrontés sous les encouragements des enseignants du premier et second degré ainsi que des parents.

On a pu noter également le soutien actif et plein d'entrain des élèves de l'école les Allamandas.

Partagés en cinq catégories : junior, benjamin filles, benjamin garçons, minimes filles et minimes garçons, c'est sous un beau ciel bleu que les participants ont effectué un itinéraire autour du collège avec une distance, en fonction de leur âge.



Du bleu pour ce podium minimes filles !



Podium des benjamins garçons avec remise de médailles.

Le détail du parcours était un départ du collège suivi d'un contour de l'établissement d'une boucle dans le quartier de l'internat d'un passage au stade Yoshida, puis d'une remontée en direction du collège pour l'arrivée.

Un suivi tout au long de la course a été réalisé par les différents professeurs, certains en courant avec les élèves et d'autres à vélo.

En fin de matinée, une remise de médailles a été effectuée par le principal du collège, M. Foussard, aux quatre premiers arrivants de chaque groupe.

Un clin d'oeil particulier aux CM2 qui ont su s'imposer sur les podiums.

Ce fût une belle matinée de partage sportif, félicitations à tous les participants !

Stéphanie Laine

FÉDÉRATION FRANÇAISE
SPORTS POUR TOUS
NOUVELLE-CALÉDONIE



Inscription :

- sur place le jour même,
- sur le site de TERRAVENTURE
<https://terraventure.nc>.

3èmes
RENCONTRES
SPORTS
NATURE

Aux Pailotes
de la OUENGI

Droit d'entrée :

500frs/personnes (+12 ans)

Activités GRATUITES ouvertes à tous :

- Randonnée EQUESTRE / Tir à l'arc /
- Apnée / Course d'orientation / Parcours
- Vélo pour enfants / Zumba /
- Capoeira / Acroyoga / Kayak...

SITE DE TERRAVENTURE SUD

SAMEDI 30
SEPTEMBRE
DE 9H À 16H

Restauration sur place
ou possibilité de pique-nique.



AVEC LA COLLABORATION DE



CONTACT

NERHON Linda
Tél. : 47 60 47
Tél. : 75 84 21

nerhonlinda@gmail.com
Association TERRAVENTURE
Tél. : 77 88 19
terraventure@m1s.nc



Pour l'atelier Apnée et Kayak, apporter un shorty ou maillot de bain et serviette de bain.

PLUS D'INFORMATION SUR LA PAGE FACEBOOK DU COMITÉ RÉGIONAL SPORTS POUR TOUS DE NOUVELLE CALÉDONIE



► Anniversaire 50 BOUGIES POUR LA JS POUEMBOUT

Samedi 5 août, le complexe sportif de Pouembout s'est paré de jaune et vert pour le 50^e anniversaire de la Jeunesse Sportive de Pouembout. Une belle journée remplie d'activités sportives et d'animations sous le signe du loisirs et du partage.

Après un départ très rapide du stade Yoshida, c'est une belle bataille que s'est livrée nos deux premiers finalistes, qui n'ont rien lâché jusqu'à l'arrivée sur Pouembout. Ce n'est que sur le dernier kilomètre que l'écart s'est formé et que Thomas Prono (vainqueur 2017) a commencé à y croire.
1^{er} Thomas Prono (34.52), 2^e Nordine Benfoda (35.10), 3^e Ronan Pouliquen (38.07) et 4^e de ce podium Cédric Lastre (45.52).

Le 15 août 1969 se déroulait le premier mini-marathon Koné Pouembout. La course de 9 kilomètres à l'époque, débutait par un tour du village de Koné avec un départ du monument aux morts et une arrivée à la mairie de Pouembout. Cette course est un succès chaque année.
Cette année c'est le Samedi 5 août que 32 participants ont pris le départ à 8 heures du stade Yoshida pour parcourir les 10 kilomètres officiels de ce 47^e mini-marathon.
La prochaine édition sera une course à label, c'est à dire que les temps compteront pour les championnats de Nouvelle Calédonie et de France.



49 participants pour cette nouvelle édition des foulées du broussard. Avec un départ du Rond point de Nord Motors et après un parcours de 5 km pour une arrivée au complexe sportif de Pouembout.
Sur le podium, 1^{er} Meddy Albert (19.56), 2^e Christian Hnassil (20.26), 3^e René Graill (20.48) et 4^e Johan Revel (21.20).
Afin de récompenser tous les coureurs, la JS POUEMBOUT organise un tirage au sort entre les numéros de dossards des deux courses. Les participants ont pu gagner des paniers garnis, visites organisées, nuits d'hôtels mais aussi des voyages au Vanuatu, à l'île des pins ou bien à Lifou.



C'est sous une tente et sur des panneaux vert et jaune, les couleurs du club, que la JS Pouembout affiche fièrement ses 50 ans. Avec des articles de presse d'époque, on peut suivre d'année en année le succès du mini marathon Koné Pouembout, voir, en noir et blanc évidemment, les coureurs des premières courses, et même toucher les licences du début du club. Tout ceci est possible grâce à Francia Bousquet qui a soigneusement conservé ces documents pendant toutes ces années.

Tout au long de la journée des démonstrations ont été proposées afin de faire découvrir certaines disciplines à toutes les personnes présentes. Petits et grands ont pu profiter de ces moments pour danser sur de la contry avec l'association Country West, s'initier à la salsa avec le club Avenue de la salsa, se dépenser avec l'association Nat'halles ou bien encore admirer les jeunes danseuses du club laora Tahiti.



Francia Bousquet surnommée la doyenne par les bénévoles du club, est entourée ici de Solange et Chantal POININE (de gauche à droite) ainsi que de Lauricia BOUSQUET.
Francia, présente toute la journée sur le stand de la JS Pouembout, nous dit avec beaucoup d'émotion, qu'elle espère que l'association dure le plus possible et que pour cela il faut des bénévoles et que les jeunes prennent la relève. Elle tient à remercier les bénévoles qui ont participé toutes ces années au fonctionnement du club, sans oublier les tribus de Paouta et de Ouaté.



Toute la journée, dans une ambiance conviviale, chaleureuse et sportive on s'anime autour des 50 ans de la JS Pouembout.
Le président actuel M. Sabiran Jean Jacques nous dit être fier de porter les couleurs vertes et jaunes depuis 16 ans maintenant.
Rappelons que le club organise 3 courses principales par an : la Vkpéene en octobre, une course de montagne (8km) en mars et le mini-marathon Koné Pouembout le 1er week-end d'août.
C'est aux alentours de 16h30 que le club pose les bougies sur le gâteau pour marquer ce demi-siècle d'existence riche de souvenirs.

Pour ce 50^e anniversaire et toujours dans l'esprit de partage, des animations sportives ont été proposées. Le club des archers de la Tippinga a fait tirer à l'arc petits et grands sur des cibles olympiques, des animaux en 3D, et des cibles Nature. Le FC Pouembout a organisé des plateaux (mini-tournois) entre les 11/12, 9/10 et 7/8 ans ainsi qu'un match amical entre l'AJS Tieta et le FC Pouembout en début d'après-midi pour les 13/14 ans. L'association de rugby Les crevettes musclées a initié les jeunes à la pratique « sans contact » avec des jeux d'adresse. Le Comité Province Nord Sports et Loisirs a mis en place des activités (speed ball, volley...). Côté loisirs les enfants ont pu monter à poney, sauter dans un château gonflable ou encore se faire maquiller au stand de Nord events.nc



Dans une ambiance survoltée, 47 petits marathoniens (répartis par catégories d'âges) ont pris le départ aux alentours de 14 heures. C'est sous les encouragements actifs des familles qu'ils ont tout donné. La JS Pouembout a offert une médaille à tous les participants dès l'arrivée.
Classement des 5/6 ans filles, Marlier Hannah, Waru Daphney. 5/6 ans garçons, Pascal Kymany, Mathieu Hilal, Millet Axel. 7/8 ans filles, Palasso Naïla, Leherve Maïana, Ramsamy Lana. 7/8 ans garçons, Tyea Boaré, Marlier Yohran, Pouliquen Moani. 9/10 ans filles, Marlier Laura, Weta Lilou, Dubaton Lauricia. 9/10 ans garçons, Thoubene Tein, Wadriako Wadriako, Danguigny Jordan. 11/13 ans filles, Charpin Muerani, Fels Lorenza, Hoagou Ornella et 11/13 ans garçons, Jadiman Tom, Peraldi Thomas, Neporo Ibrahim.

► Portrait

GEORGES WATTON,

ÉDUCATEUR SPORTIF PASSIONNÉ ▼▼▼▼▼▼▼▼



Georges Watton, 39 ans, un homme dynamique qui aime les challenges. En poste depuis le 1^{er} juillet, il succède à Michel Clarque et vient compléter la nouvelle équipe du Comité Province Nord de Football. Originaire de Païta et plus précisément de la tribu de N'Dé, il grandit à la Foa. Joueur de Football, il fait une carrière semi professionnelle de 15 années en Polynésie et participe à plusieurs championnats. Cette expérience lui apprend beaucoup et c'est tout naturellement qu'il s'oriente en 2006 sur des formations pour devenir entraîneur-éducateur

Târa à Pitu : Quel est votre parcours professionnel ?

Georges Watton : J'ai été joueur de foot semi professionnel pendant 15 ans en Polynésie. J'ai participé à plusieurs championnats, ce qui m'a permis de découvrir un autre niveau et d'acquérir une expérience différente. Vers 2006/2007 j'ai décidé de suivre les formations pour devenir entraîneur-éducateur. En Juin 2015 je suis revenu sur la Nouvelle Calédonie, et j'ai commencé à travailler en tant qu'animateur sportif à l'OMS Païta et en tant qu'intervenant à l'AS Magenta. C'est de part mon vécu et mes connaissances que le Comité Province Nord de foot m'a proposé ce poste que j'ai accepté.

TAP : A part le football, quels sont vos loisirs ou passions ?

GW : Ça ne reste que le football, mais j'aime également la randonnée et la course à pied. En Polynésie, je participais à des Raids mais ici je n'ai pas trop le temps. Pour le moment je découvre le Nord. Sinon je cours de temps en temps le soir.

TAP : Si on vous demande un trait de caractère qui définit votre personnalité, qu'est-ce qui vous vient ?

GW : Je fais toujours les choses à 100%. Aller au bout de ce que l'on peut faire, quel que soit le résultat il faut sortir avec le sentiment d'avoir tout donné.

TAP : Comment et pourquoi travailler au sein de CPNF ?

GW : Vers 2012, pendant une formation, j'ai rencontré

Didier Chambaron qui était alors mon instructeur, il m'a dit : « toute ton expérience tu peux l'apporter dans ton football ». Cette phrase est toujours restée dans mon esprit jusqu'à mon retour en Nouvelle Calédonie. Lors d'une amicale des éducateurs sur Koné, j'ai rencontré le Comité. À partir de là, on m'a proposé le poste.

TAP : Quelles sont vos missions au sein de la Province Nord ?

GW : Mes premières missions sont :

- Développer le football jeune. Pour cela on organise des journées promotions, en partenariat avec le Le Comité Provincial Nord des Sports et Loisirs (CPNSL) qui nous aide à intégrer le football dans les écoles et tribus dans le but de sensibiliser la jeunesse et ainsi de trouver comment l'orienter vers la pratique fédérale du foot.

- Développer également le football féminin, car c'est une pratique qui est difficile à mettre en place. C'est une mission de la fédération calédonienne de football faisant suite à l'obligation du Comité Territorial Olympique et Sportif d'organiser un championnat territorial féminin sinon il n'y aura plus de sélection filles pour les jeux et mini-jeux du Pacifique. J'ai donc mis en place un championnat cette année. Pour le moment nous avons 6 équipes féminines de plus de 17 ans. Il a fallu faire un découpage de zones car la grosse difficulté dans le Nord c'est les distances lors des déplacements et tout ce que cela implique, les réveils très tôt, la contrainte de rouler pendant des heures, le financement etc...

- Je m'occupe des championnats jeunes, de son suivi, des regroupements de sélection et surtout je veille à ce que les clubs remplissent leurs obligations fédérales.

Pour le moment, lors de mes déplacements, j'essaie de descendre les problématiques auxquelles peuvent être confrontés les clubs afin de trouver des solutions, j'évalue les besoins et s'il le faut, je réaménage le calendrier en fonction, car rien ne peut se faire sans les clubs.

TAP : Quelle est votre vision du foot dans le Nord ?

GW : Nos jeunes jouent très bien au football, mais jouer bien est une chose et tendre vers la performance en est une autre. On en revient à ce que je disais c'est un problème de structuration. Aujourd'hui le niveau est là maintenant il faut améliorer ce niveau. Pour cela les clubs ont besoin qu'on leur donne des outils. Cela commence par avoir des entraîneurs, principalement des bénévoles qu'il faut former. Pour le moment dans certains clubs nous n'avons qu'un éducateur pour 6 catégories ! C'est une difficulté et c'est pour cela qu'un travail de structure dans lequel chaque personne connaît son poste et son rôle est nécessaire. Dans le Nord on trouve des jeunes qui ont des valeurs de respect et d'humilité, je prends beaucoup de plaisir à travailler avec ces jeunes. On prépare les joueurs de demain sur le terrain mais également les citoyens de demain en dehors du terrain !

Propos recueillis par Stéphanie Laine



Le secret du prenoindetoo

Mange mieux
Bouge plus

Cinquième défi...



Kevin a fait la connaissance de l'oncle Bob sur les réseaux sociaux. L'oncle Bob avait hérité de sa grand-mère le secret du **Prenoindetoo**. Pour que Kevin puisse à son tour découvrir ce secret, il devait relever 6 défis ! Alors qu'il le croyait impossible, Kevin avait réussi brillamment les quatre premières épreuves :

- boire de l'eau,
- manger au moins un fruit ou un légume à chaque repas,
- faire chaque jour au moins 30 min d'activité physique,
- prendre un petit déjeuner.

Kevin était bien dans sa tête et dans son corps. Il était surpris de constater que les filles lui souriaient, lui qui était comme « transparent » quelques mois auparavant ! Un soir, en sortant de l'étude, il croisa Natacha, qui avait l'air soucieuse. Natacha avait une amie qui avait pris beaucoup de poids et dont les garçons de 6^{ème} C se moquaient. L'oncle Bob leur expliqua que l'équilibre énergétique, c'est le rapport entre ce que l'on mange et ce que l'on dépense comme énergie. 3 scénarios sont possibles :



On peut perdre du poids si l'on ne mange pas assez et que l'on bouge beaucoup

Le poids est stable lorsque ce que l'on mange correspond à nos dépenses énergétiques

On peut prendre du poids si on mange trop et que l'on ne fait pas assez d'activité physique

Pour connaître le secret du prenoindetoo, Kevin était désormais prêt à passer la 5^{ème} épreuve... Il devait trouver son équilibre ! Kevin se rendit compte que ce n'était pas aussi difficile qu'il l'avait imaginé, il fallait juste adapter son alimentation à son niveau d'activité physique !



Et toi, as-tu envie de relever ce défi, pour connaître le secret du prenoindetoo ?



Jeu

Pour gagner 1 tee shirt + une gourde « mange mieux bouge plus », envoie une photo de toi dans une position d'équilibre (mais pas dangereuse !) à l'adresse preventionsurcharge@ass.nc

N'oublies pas d'indiquer dans le corps du message ton nom, ton prénom, ta date de naissance et ton adresse postale. 2 gagnants seront tirés au sort parmi les 10 premiers participants au jeu.

À toi de jouer !

► Sport, bien-être et entreprise

BLUSCOPE, UN BEL EXEMPLE

L'ÉCHAUFFEMENT LA CLÉ SANTÉ DE VOS JOURNÉES !

Depuis le début du mois de juillet, avant de commencer le travail, des salariés de la société Bluescope à Koné s'échauffent désormais pendant une quinzaine de minutes. Cette pratique qui a été initiée par le Le Comité Provincial Nord des Sports et Loisirs (CPNSL), en partenariat avec l'Agence Sanitaire et Sociale de la Nouvelle-Calédonie dans sa campagne « Mange moins Bouge plus » pour lutter contre les mauvaises habitudes et encourager à pratiquer plus régulièrement une activité physique est un franc succès.

Melissa Sanmoestanom, active depuis quatre ans au sein du CPNSL, a pour mission de développer de nouvelles actions afin de partager et promouvoir l'activité physique, la santé et le bien-être. Cette action est pilote dans le projet du sport en entreprise, « un projet en devenir pour la Nouvelle-Calédonie, notre but est de donner envie aux entreprises de se sensibiliser eux-mêmes mais aussi leurs employés sur l'activité physique et le bien-être au travail. » Cela peut prêter à sourire, mais basé sur le principe du volontariat un peu plus de la moitié des salariés sont présents. Tous les mardi et jeudi matin des échauffements musculaires sont animés, sur le temps de travail, par un professionnel. Le but est de réveiller le corps et l'esprit. Le réveil du corps passe par une sollicitation des muscles, des articulations et de l'appareil cardio-circulatoire. Les exercices sont effectués en groupe cela favorise l'esprit d'équipe et la convivialité. L'intérêt est la prise de conscience de « prendre soin de soi et de sa santé », voire de s'amuser » avant d'aller travailler. Action qui est renouvelée tout le mois d'août.

Réduire l'aspect pénible du travail

La plupart d'entre nous trouvons normal qu'un sportif effectue des échauffements avant d'aller sur le terrain. En entreprise, le salarié, quel que soit le domaine, sera soumis à de nombreuses contraintes. Les échauffements musculaires sont une méthode simple qui permet de réduire l'aspect pénible du travail. L'origine des incidents voire accidents du travail, sont bien souvent dus à une fatigue corporelle. Manque de sommeil, baisse de forme physique, sédentarité,

A QUI S'ADRESSER ?

Vous êtes une entreprise basée en Province Nord et ce concept vous intéresse ? Vous pouvez contacter le CPNSL au 47 60 47 ou par mail à educsports@lagoon.nc pour de plus amples renseignements sur le programme.

manque d'exercice... Tous ces facteurs peuvent entrer en jeu et le rendre vulnérable.

Christelle Couerbe responsable de HQSE chez Bluescope nous explique que « La sensibilisation de l'activité physique pour nos salariés est primordiale. Leur travail est très physique et ces échauffements leur font du bien. Notre but est de les faire prendre conscience mais aussi de leur donner des idées, comme le fait d'avoir constitué leur propre équipe de foot. »

Tout le monde y trouve son compte. Les bénéfices physiques et psychologiques directs sont évidents pour les employés. Ils se sentent également reconnus et considérés dans l'entreprise. L'image de l'entreprise n'en ressort que meilleur car elle montre qu'elle prend davantage soin de ses salariés. Un investissement gagnant pour l'entreprise qui réduit ainsi le nombre d'arrêt maladie.

Zeineb Djeldjeli



Les chiffres

- - 12% de gain de productivité pour le salarié pratiquant au moins 30 minutes d'activité physique par jour par rapport aux collègues sédentaires (étude Santé Canada).
- - 7 à 9% d'économies réalisées par l'entreprise sur les frais de santé annuels d'un employé si celui-ci à une activité physique régulière (source : Goodwill).
- - 3 ans d'espérance de vie gagnés en moyenne pour la pratique régulière d'une activité physique, repoussant ainsi de six ans l'âge où il devient dépendant (source : Goodwill).



Christelle Couerbe et Sandrine Piriou, responsables du projet.

Je me protège du RAA* !

J'ai de la fièvre ?



J'ai mal aux articulations ?



Je suis très fatigué ?



J'ai mal à la gorge ?



J'ai le nez qui coule ?



C'est peut-être le RAA et ça se guérit. Je vais voir un médecin, il me prescrira un traitement et des conseils.

Je n'hésite pas à interroger les dispensaires, médecins ou pharmaciens, infirmières, éducateurs de santé, ...

* Le RAA (Rhumatisme Articulaire Aigu) est une maladie qui touche surtout les jeunes et qui peut abîmer leur COEUR.

Pour tous renseignements :
Tél : 25.09.05
raa@ass.nc

Programme RAA
(rhumatisme articulaire aigu)



► Finale 2017 à Houailou

GRAND PRIX DES RAIDS DE LA PROVINCE NORD

La saison 2017 du Grand prix des raids de la Province Nord est déjà sur le point de s'achever avec la finale qui aura lieu le 9 septembre à Houailou. En attendant retour en images sur les raids de Kaala-Gomen et de Hienghène.

Photos : Gloria Loquet.

Raid de Hienghène, le 12 août



Raid de Kaala-Gomen, le 22 juillet



Renseignements et inscriptions, Challenge Organisation au 25 35 11 / challenge-org@canl.nc ou au Service des Sports de la Province Nord, f.chouin@province-nord.nc

Inscriptions possibles jusqu'au mercredi précédent chaque course sur le site d'inscription en ligne eticket

À ne pas manquer le 16 septembre

REGROUPEMENT TEAM DU NORD



L'équipe TEAM du Nord va se retrouver le samedi 16 septembre à la tribu de Païta (Kaala-Gomen) pour une journée d'échange et de partage autour d'une marche adaptée d'environ 7km au pied du Mont Kaala. Plusieurs activités sont également proposées tout au long de la journée.

C'est un moment de détente et de loisirs que propose la mairie de Kaala-Gomen en partenariat avec la DASS PS et le CPNSL, en rassemblant les communes de Koumac, Touho, Ponérihouen, Poum et Kaala-Gomen.



Programme de la journée

- 8h arrivée
- 8h15 petit déjeuner
- 8h45 Coutume
- 9h Départ de la marche (environ 7km)
- 11h30 Bénédiction et service du repas
- 12h Fin de la marche
- 13h Moment d'échange entre les marcheurs
- 13h30 Début des activités et animations (lancer de sagaie sur coco, lancer de fer à cheval, Speed ball, lancer d'épervier, Chamboule tout, Tir à la corde, Pieds bandés)
- 15h30 fin des activités
- 15h45 Coutume d'au revoir

Restauration sur place possible et afin de faciliter les transports, des navettes sont mises en place dans les communes participantes.

Le projet Team

« L'idée a germé en 2014. C'est un projet commun que nous avons élaboré avec la DASSPS de la Province Nord. » Indique Ludovic Piquet, directeur du CPNSL. Selon ce dernier, il fallait apporter des réponses aux problèmes de santé, à la sédentarité de la population et surtout trouver une méthode pour leur faire prendre conscience que le bien-être passait par une activité physique et un bon équilibre alimentaire.

« Aujourd'hui le dispositif commence à être rôdé. Les communes de Koumac, Touho, Ponérihouen et Kaala-Gomen sont affiliées au projet TEAM (Tous ensemble avec motivation), indique Ludovic Piquet, Mais le but est bien évidemment d'étendre encore cette action à toutes les communes de la Province Nord. »

Pour recruter les participants, les centres médicaux sociaux ainsi que les éducateurs sanitaires sont de bons porte-parole auprès des populations. Alors n'hésitez pas ! quel que soit votre âge et votre état de santé, il n'est jamais trop tard pour bien faire !

Renseignements : DASSPS au 47 72 37 ou CPNSL au 47 60 47.



CONCOURS  CIPAC

© 01/07/2017 M. Shuto Créatif



Ligues, comités, clubs sportifs développez le Sport Santé dans votre discipline !

EN PARTICIPANT AU CONCOURS CIPAC SPORT SANTÉ AVANT LE 29 SEPTEMBRE 2017
RECEVEZ UNE AIDE FINANCIÈRE POUR OUVRIR VOTRE ACTIVITÉ AU PLUS GRAND NOMBRE

Plus de renseignements par mail :
sportsante@ctos.nc
ou par téléphone : 28 10 57

