

CITY MAG

#14

Nouvelle-Calédonie
Gratuit / Février 2017



fashion ?
stylée ?
avant-gardiste ?



Choisissez et réservez
votre Audi Q2.
#inclassable

Motorisations :

Q2 • 1.4L • TFSI COD* • 150 CH • Boîte manuelle 6
Q2 Design • 1.4L • TFSI COD* • 150 CH • Boîte S TRONIC
Q2 Sport • 1.4L • TFSI COD* • 150 CH • Boîte S TRONIC

(* Cylinder On Demand = cylindre à la demande)

Un caractère bien affirmé. Coupé ? SUV ? Citadine ?..
L'Audi Q2 est tout cela à la fois : sportive, baroudeuse, chic.
Une Audi d'un nouveau genre, tout simplement inclassable.

Audi L'avance par la technologie

CITY MAG

#14
Nouvelle-Calédonie
Gratuit / Février 2017



Édité par l'agence One Way
Directeur de la publication Xavier Vergès
PAO agence One Way
Crédits photos One Way (sauf mention contraire)
Crédit photo de couverture : One Way
Impression IRN - Tirage 10 000 ex.

Tous droits réservés. Toute reproduction partielle ou totale est interdite sans autorisation écrite de l'éditeur.

Vous souhaitez paraître dans le CITY MAG

> Agence : 288 813 > Xavier : 76 10 17

communication@oneway.nc

Retrouvez-nous sur facebook : Le City Mag

Retrouvez votre CITY MAG sur Nouméa, Grand Nouméa :
en dépôts tous commerces, stations-service, hôtels, magasins
d'alimentation et administrations ou en ligne sur **facebook** "Le City Mag"
et sur notre **site Internet** www.noumeacomunication.nc

SOMMAIRE

- 4 [ACTUALITÉ]
- 4 AIDEZ VOS ENFANTS À BIEN PRÉPARER LEUR RENTRÉE
- 5 5 CONSEILS POUR MIEUX RETENIR SES COURS
- 6 LE CASTING THE VOICE POUR LA 1^{ÈRE} FOIS EN NOUVELLE-CALÉDONIE
- 7 [HIGH TECH]
- 7 Nouveautés chez HINWAN TECH
- 8 [AUTO MOTO BATEAU]
- 8 LA NOUVELLE AUDI Q2
- 8 JE CONDUIS ECONOMIK' ET ECOLOGIK'
- 9 LA NOUVELLE C3
- 10 DIAGNOSTIC GRATUIT AVEC TOTAL STE MARIE
- 10 LA SOLUTION ADBLUE® AVEC TOTAL RIVIERA
- 11 LE PLUS GRAND YACHT DE LUXE JAMAIS CONÇU
- 12 LE RETOUR D'UN MYTHE
- 13 LE RÉSEAU CARSUD ÉVOLUE
- 14 [FORME / SPORT]
- 14 LES TENDANCES SPORT 2017
- 15 COMMENT SE METTRE AU GOLF ?
- 15 MANGEZ, BOUGEZ... OUI, ON AIMERAIT BIEN !
- 16 [MODE / BEAUTÉ]
- 16 LES TENDANCES BEAUTÉ 2017
- 17 UNE AFFAIRE DE FAMILLE
- 18 LÉGENDES BEAUTÉ
- 19 CURE ANTI-CELLULITE CHEZ NATURLINE
- 19 DÉBOUTONNEZ-MOI ! D'INDEMNÉ
- 20 [HABITAT & DÉCO]
- 20 TENDANCES DÉCO 2017
- 21 LA DÉCO FAIT DES PLIS !
- 22 QUELS BONS LITS CHOISIR POUR NOS ENFANTS ?
- 23 LES BIENFAITS DES LAMPES DE SEL
- 24 [ÉDUCATION / ENFANCE]
- 24 LE BON RYTHME POUR LES ENFANTS
- 25 LES INDÉMODABLES JEUX DE SOCIÉTÉ
- 25 LES MERCREDIS AVEC PASPORT
- 26 [SORTIR & LOISIRS]
- 26 THEATRE DE L'ILE, UNE SAISON 2017 PLUTÔT ROYALE !
- 27 UNE RENTRÉE UNIQUE ET SAUVAGE !
- 27 LE JEU DE PEINDRE
- 28 À LA DÉCOUVERTE DE L'ARGENTINE
- 29 [INDUSTRIES & SERVICES]
- 29 LA NOUVELLE-CALÉDONIE, PAYS PRODUCTEUR DE NICKEL
- 30 LES PREMIERS RÉSULTATS DE L'OBSERVATOIRE MARITIME
- 31 ISOLATION DE LA TOITURE
- 32 [LE COIN DES GOURMETS]
- 32 LE BOWL, L'IMMANQUABLE DE 2017
- 33 L'EAU DE PASTÈQUE
- 33 BOULANGERIE SAINT-HONORÉ
- 34 [JEUX]



GardenShop
CULTURE BIO & JARDIN D'INTERIEUR

- TERREAUX
- ENGRAIS LIQUIDE
- ECLAIRAGE HORTICOLE

462 622

Ouvert du lundi au samedi de 9h à 18h



SIA | MAGENTA AÉRODROME | NOUMÉA | TÉL. 26 12 72 | FAX. 26 48 68 | E-MAIL : sia@hgj.nc
PARKING DU NORD | KONÉ | TÉL. 47 50 60 | E-MAIL : parkingdunord@mls.nc
NOS AGENTS : GN AUTOMOBILES KOUMAC 77 23 94 / AUTOPOINT LIFOU 45 15 10 / BOURAIL AUTO SERVICES 77 96 95



AIDEZ VOS ENFANTS À BIEN PRÉPARER LEUR RENTRÉE



Avec une coupure de deux mois, et un changement de classe pour la rentrée, enfants et ados peuvent se sentir stressés et mal préparés à l'approche de la fin des vacances. Voici quelques conseils pour mieux gérer la rentrée et les aider à se sentir mieux.

Il est aussi important de lui faire reprendre un rythme plus cadré en terme de coucher et de lever, quelques jours avant la rentrée, pour éviter les coups de fatigue.

L'ADO ET SA PEUR D'ÊTRE JUGÉ

Les adolescents peuvent également avoir besoin d'aide pour préparer leur rentrée en douceur. S'ils ne communiquent pas toujours facilement, il est important de montrer que vous comprenez ce qu'ils vivent. L'arrivée au collège ou au lycée est un changement de taille qui, s'il peut être excitant, peut également faire peur.

L'apparence devient souvent primordiale. Ses plaintes sur ses vêtements, ou son cartable, qu'il considère comme "vieux" ou "pas à la mode", peuvent refléter une véritable angoisse face au regard de l'autre, une peur d'être jugé. Vous pouvez profiter des quelques jours avant la rentrée pour l'aider à refaire sa garde-robe ou pour trouver un sac de cours qu'il trouvera à son goût.

Il n'y a pas forcément besoin de dépenser une fortune. En customisant quelques affaires ou en achetant d'occasion, il est possible de faire son bonheur et celui de votre porte-monnaie, tout en passant un bon moment ensemble. Et surtout, en se sentant mieux dans sa peau, votre ado se sentira mieux face aux autres.

LA RENTRÉE DES TOUT-PETITS

Entre 2 et 3 ans, un enfant se retrouve scolarisé pour la première fois. Même s'il a déjà été en crèche, les règles vont être différentes en école maternelle. N'hésitez pas à leur en parler à l'avance, pour dédramatiser la séparation à venir qui peut être douloureuse. Vous pouvez également choisir de rencontrer l'instituteur/institutrice à la pré-rentrée avec votre enfant pour l'apaiser. Proposez également à votre enfant de mettre en place des rituels pour le sécuriser s'il se sent trop angoissé. Un objet-doudou qui le fera penser à vous peut l'aider à se sentir mieux.



EN PRIMAIRE, CE N'EST PAS SI ÉVIDENT

L'entrée en école primaire marque aussi le début d'une notation tout au long de l'année, qui peut être perçue comme un marquage de réussite ou d'échec par votre enfant. En parler avec lui avant la rentrée peut lui permettre de sentir moins de pression sur ses épaules. L'aider à revoir les dernières acquisitions de l'année scolaire précédente, 1/2h ou 1 heure par jour par exemple, peut également le remettre dans le bain en douceur et le rassurer sur ses connaissances.



Les enfants peuvent également craindre de ne pas se faire d'amis. Si votre enfant va retrouver des copains à l'école, les voir ou les appeler quelques jours avant peut l'aider à se sentir plus motivé et rassuré par la rentrée.



5 CONSEILS POUR MIEUX RETENIR SES COURS



Malgré du temps sur ses cours, votre enfant n'arrive pas à les retenir. Faut-il de méthode, de concentration ou peut-être parce qu'il ne les comprend pas. Est-ce peine perdue ? Non ! Voici une méthode basée sur 5 principes qui pourrait bien l'aider à reprendre pied.

1/ BIEN COMPRENDRE

Pour bien apprendre, il faut d'abord comprendre ce que l'on apprend. Mais il faut aussi savoir quels sont les objectifs visés par le professeur. Autrement dit, il faut que les leçons aient du sens pour l'enfant. Ce n'est qu'après cela, qu'il pourra saisir des "trucs" pour mémoriser mieux, et plus vite. Si il ne voit pas l'intérêt d'une leçon ou ce qu'il faut en retenir, il faut qu'il aille voir l'enseignant et lui poser la question.

2/ TROUVER SA PLACE

Trouver sa place au sein de l'établissement. Cela suppose d'être bien dans son corps, avoir des copains, de bonnes relations avec les profs mais aussi savoir pourquoi aller au collège le matin (avoir de bonnes notes, pour passer dans la classe supérieure ou encore pour faire des études précises). Au final, peu importe la motivation, petite ou grande, ce qu'il faut c'est en avoir. Aller au collège ne doit pas être une souffrance.

3/ CROIRE EN SES CAPACITÉS

Pour apprendre, il faut que l'enfant croit un minimum en lui, en ses capacités. Quand il apprend une leçon ou révise un contrôle de maths, qu'il se fixe des objectifs d'abord modestes puis de plus en plus ambitieux. En cours, c'est la même chose. Si c'est l'orthographe qui lui pose problème par exemple, dans un premier temps, il se fixe comme but de ne plus se tromper entre "et" et "est" ou "a" et "à". Une fois qu'il aura constaté qu'il y arrive, il pourra passer à un point plus difficile. Il n'y a pas d'apprentissage sans un minimum de confiance en soi.

4/ LES CARTES MÉMOIRES

Le principe est simple : prendre une feuille qu'il coupe en huit. Sur chaque petite carte il note une information au recto et une information associée au verso ("arbre" au recto et "tree" au verso / Un théorème de maths au recto, sa formule au verso). Une fois qu'il a terminé, il relit chaque carte. Dans un 2^e temps, il ne relit que le recto et tente de se souvenir du verso. Il renouvelle cette opération deux fois, puis il recommence le lendemain et de façon régulière.

5/ RÉPONDRE À 5 QUESTIONS

Avant de commencer à apprendre votre leçon, il se pose 5 questions. Si il parvient à y répondre, c'est qu'il a compris !

Exemple avec le théorème de Pythagore :

C'est quoi ? : définition.

À quoi ça sert ? : cela permet de répondre à un problème.

Comment ? : règles d'utilisation.

Avec quoi ? : lien avec les autres parties du programme.

Pourquoi ? : d'où vient le théorème de Pythagore ?

LE CASTING THE VOICE POUR LA 1^{ÈRE} FOIS EN NOUVELLE-CALÉDONIE



En novembre dernier l'agence ONE WAY signait un accord avec Bruno BERBERES Directeur de Casting de THE VOICE & THE VOICE KIDS FRANCE. Concrétisation...

DES ENGAGEMENTS RÉCIPROQUES

L'engagement de Bruno BERBERES : présider un CASTING THE VOICE à Nouméa en septembre 2017. L'engagement de l'agence ONE WAY, organiser avec le soutien de partenaires locaux, un programme d'auditions avec des rendez-vous programmés sur les principales communes du Pays.



LE GRAND CASTING, EXPLICATIONS

Organiser un CASTING THE VOICE, cela veut dire également organiser au préalable des auditions pour rencontrer, découvrir et sélectionner les talents.

Chargée de l'organisation du projet THE VOICE, l'agence ONE WAY y associera les acteurs du secteur de la culture, du sport, de l'insertion, de l'enseignement, qui œuvrent chaque jour auprès des jeunes.

DES AUDITIONS OUVERTES À TOUS

L'objectif étant de sélectionner les "pépites calédoniennes" le programme d'auditions va s'organiser sur les principales communes du Pays à partir du mois de mars. Ouvertes à tous les talents de 6 à 77 ans, les auditions seront organisées sur Nouméa, Dumbéa, Mont-Dore, Païta, La Foa, Koné, Bourail, Koumac, Hienghène, Poindimié et Lifou. Début des auditions 15 mars 2017. Inscriptions ouvertes dès à présent.

UN MAG. ET DES EMISSIONS SUR NC 1^{ÈRE}

Plus qu'un simple programme d'auditions, LE GRAND CASTING prendra toute son ampleur, notamment par le biais de son magazine mensuel, et surtout grâce au partenariat signé avec FRANCE TÉLÉVISIONS pour la réalisation de 30 émissions musicales hebdomadaires diffusées sur NC 1^{ère} tous les samedis à partir du 29 avril 2017.



PLUS D'INFOS

www.legrandcasting.nc
288 813
casting@oneway.nc
f Le Grand Casting

FA SI LA JOUER

COURS COLLECTIFS & PARTICULIERS
Enfants - Ados - Adultes

www.fasila.net

MÉTHODE LUDIQUE ET EFFICACE

Pour un tarif intéressant

Guitare : 78 70 46
Batterie : 76 83 39

f FA SI LA jouer YouTube Sylvain Sorignon

Nouveautés chez HINWAN TECH



Spécialisé en matériels high-tech de qualité, HINWAN TECH va encore vous épater en vous proposant de nouveaux produits...

FIT BIT COACHS ÉLECTRONIQUES

Des modèles pour tous les goûts et tous les sports pour une nouvelle approche de la forme et du sport au quotidien. Avec Fitbit vous pouvez vous fixer plusieurs objectifs : votre activité quotidienne, vos activités physiques hebdomadaires, votre alimentation et les calories absorbées, votre poids et votre qualité de sommeil, afin de vous aider à rester en forme et à garder une motivation au top en voyant vos progrès.



LE CHARGEURS À INDUCTION SAMSUNG



Grâce à la technologie Charge Rapide à Induction, il suffit de poser votre smartphone compatible sur son socle pour le mettre en charge. Même sans câble, le chargement est rapide et vous permet de profiter davantage de votre mobile.

ASUS RECO CLASSIC CAR CAM



Caméra haute définition pour voiture et votre témoin sur la route. Elle enregistre vos vidéos au format Full HD en 1920 x 1080p à 30 images par seconde. Cette caméra intègre dispose de la technologie HDR pour prendre des photos détaillées, quelles que soient les conditions de luminosité. En cas de collision, l'accéléromètre enclenche la fonction d'enregistrement d'urgence, qui enregistre 30 secondes avant et après l'impact et conserve l'enregistrement dans un fichier séparé par sécurité. Conçue pour la sécurité routière, elle active le système de franchissement involontaire de ligne blanche à une vitesse supérieure à 60 km/h, tandis que le système anti-collision vous alerte si vous êtes trop proche du véhicule devant vous.

Plus d'infos sur le site internet www.hinwantech.com

HINWAN TECH

changez pour innover

Soyez connectés

- ✓ Montres Fitbit
- ✓ Ecouteurs bluetooth
- ✓ Accessoires pour smartphone
- ✓ Caméra car cam ASUS

Allez sur le site et commandez

www.hinwantech.com

Tél : 28 46 28

8 rue Auguste Brun Quartier Latin Nouméa

LA NOUVELLE AUDI Q2



Coupé ? SUV ? Citadine ? L'Audi Q2 est tout cela à la fois, sportive, baroudeuse, chic... Une Audi d'un nouveau genre, tout simplement inclassable.

UN CARACTÈRE BIEN AFFIRMÉ

L'Audi Q2 allie le style baroudeur du SUV à la sportivité du coupé. De cette alliance naît un véhicule au design unique. A l'avant l'Audi Q2 inaugure une nouvelle calandre Singleframe octogonale surélevée. Compact et trapu avec 4,19 mètres de long et 1,51 mètre de haut, ce modèle est définitivement fait pour exister en ville. Tandis que ses porte-à-faux courts et sa garde au sol de 20 cm lui permettent de se frayer facilement un chemin hors des villes.



HABITACLE

A l'intérieur, un style plutôt épuré et horizontal. Le confort y est optimal, avec une position de conduite facilement ajustable. Le coffre pour sa part, offre un bon volume de chargement de 401 litres et une forme très régulière et un chargement maximal à 1170 litres.

LES TECHNOLOGIES EMBARQUÉES

La dernière-née de la gamme Audi hérite des dernières innovations et propose ainsi des technologies habituellement réservées aux segments supérieurs.

- Système radar arrière (version Base)
- Audi parking system (version Design & Sport)
- Caméra de recul (version Design et Sport)
- Audi pre sense front avec détection des piétons
- Hayon électrique (version Design & Sport)
- Système Start/Stop avec récupération d'énergie

VERSION DISPONIBLES

- Audi Q2 - 1.4L TFSI COD* 150 CH - Boîte Manuelle 6
- Audi Q2 - Design - 1.4L TFSI COD* 150 CH - Boîte S TRONIC
- Audi Q2 - Sport - 1.4L TFSI COD* 150 CH - Boîte S TRONIC

*COD = Cylinder On Demand (Cylindre à la demande).

A découvrir chez AUDI MAGENTA - 26 12 72
sia@hgj.nc - www.groupejeandot.nc

JE CONDUIS ECONOMIK' ET ECOLOGIK'



L'éco-conduite est une nouvelle tendance qui encourage les automobilistes à se concentrer sur leur attitude au volant afin d'apporter leur pierre à l'édifice. Grâce à une conduite plus soft, les émissions de CO₂ (gaz à effet de serre) se réduisent! Si si!

La carotte pour le conducteur ? Pas des moindres ! La possibilité de faire jusqu'à 15% d'économies à la pompe !

Certes, ces vœux pieux écologiques et économiques peuvent paraître irréalisables, tant les mauvaises attitudes de nous tous au volant sont ancrées. Sauf que, avec un peu de bon sens, chacun pourrait intervenir à son échelle.

DES RÈGLES SIMPLES

- Limiter les petits trajets en ville au profit d'autres moyens de transports (vélo, bus, métro voire même rollers ou skate).
- Anticiper son parcours pour éviter les kilomètres inutiles.
- Rouler léger en enlevant tout le poids superflu.
- Entretenir sa voiture et vérifier régulièrement les points de contrôle : pression des pneus, niveau d'huile, climatisation.



SUR LA ROUTE, ADOPTEZ UNE CONDUITE SOUPLE

- Au démarrage, mettre la pédale douce pour laisser le moteur chauffer.
- Éviter de monter dans les tours pour passer les vitesses.
- Adopter une conduite souple et sans à-coups : anticiper !
- Couper la climatisation en ville et l'utiliser uniquement avec les fenêtres fermées sur voie rapide.
- Diminuer sa vitesse de 10km/h sur les grands axes.
- Couper son moteur pour un arrêt supérieur à 30 secondes.

LA NOUVELLE C3



Une morphologie unique qui se démarque, une face avant charismatique, une posture puissante et énergique... Ses volumes lisses, sa signature graphique et ses couleurs en font un modèle tendance et pop. Avec la nouvelle C3, démarquez-vous et respirez l'air du temps !

AIRBUMP®, UN DESIGN QUI REBONDIT !

Véritable signature graphique inaugurée avec C4 Cactus, les Airbump®, placés en partie basse de la porte, protègent la carrosserie tout en renforçant le style de la voiture. Leur peau anti-rayures encapsule de l'air et joue le rôle de bouclier.



MULTIPLIEZ LES COMBINAISONS DE COULEURS

La Nouvelle CITROËN C3, c'est aussi une large palette de teintes avec 9 couleurs subtiles ou punchy et 3 différentes teintes de toit. Les possibilités de personnalisation sont nombreuses. Bi-ton ou monoton, avec ou sans Airbump®. Alors, quelle Nouvelle C3 sera la vôtre ?

HABITABILITÉ & RANGEMENTS ASTUCIEUX

A bord, vous aurez l'impression d'être dans votre salon ! Ce bien-être est renforcé par la planche de bord horizontale qui confère une impression d'espace et de largeur à l'habitacle. Les rangements ont été conçus de la manière la plus fonctionnelle possible avec un rangement central malin, complété par la plus grande boîte à gants du segment (6,25 L). Et enfin, pas de compromis sur les bagages, la Nouvelle C3 dispose d'un coffre de près de 300 litres.



INTELLIGENCE TECHNOLOGIQUE

La Nouvelle Citroën C3, c'est aussi des technologies dans l'air du temps. En première mondiale, Citroën propose la ConnectedCAM Citroën™ (en option), une caméra full HD connectée. Cette citadine propose également un ensemble d'équipements (selon version) qui facilitent la vie du conducteur : la navigation connectée 3D avec reconnaissance vocale, la caméra de recul, l'Alerte de Franchissement Involontaire de Ligne et le Système de surveillance d'angle mort.

NOUVELLE CITROËN C3

À PARTIR DE
1696 250 F*

CRÉATIVE TECHNOLOGIE

c3.citroen.nc |

TÉL : 41 40 70

*Hors frais de mise à la route - C3 feel 1.2L puretech 82CV bvm. **Offre valable jusqu'au 31/03/17 - Photo non contractuelle

DIAGNOSTIC GRATUIT AVEC TOTAL STE MARIE



Chez TOTAL STE MARIE vous bénéficiez, sans rendez-vous, d'un contrôle gratuit de vos pneus : gonflage, usure, vieillissement. Vous bénéficierez des meilleurs conseils quant à l'achat des pneus les plus adaptés à vos besoins et parmi les plus grandes marques.

CONSEILS

Afin d'optimiser la durée de vie de vos pneus, vérifiez leur pression tous les mois ainsi qu'avant vos grands trajets. Un pneu peut perdre environ 0,1 bar par mois. Il est recommandé de vérifier la pression des pneus à froid. Un bon gonflage est primordial et synonyme d'une bonne tenue de route ainsi que d'une sécurité optimale. Rouler avec des pneus sous-gonflés engendre une dépense d'énergie supplémentaire, favorise une hausse de la consommation de carburant, dégrade la tenue de route et favorise le risque d'éclatement.



7J/7 toujours plus de services avec TOTAL STE MARIE.

Énergisons la vie. Chaque jour



LE PLUS GRAND YACHT DE LUXE JAMAIS CONÇU



Incroyables, magnifiques, arrogants, superbes... les qualificatifs ne manquent pas pour désigner les super-yachts, à l'origine des plus beaux rêves et de tous les fantasmes !

UN PROJET SPECTACULAIRE

Lürssen, célèbre constructeur naval allemand, détient le record du plus grand yacht avec l'Azzam, l'une de ses créations les plus spectaculaires.

Le but de ce projet était de construire un yacht de grande taille, luxueux avec un design intemporel et novateur qui pourrait voyager à grande vitesse même dans les eaux chaudes et peu profondes tout en fournissant toujours l'hébergement sophistiqué et luxueux pour ses invités.



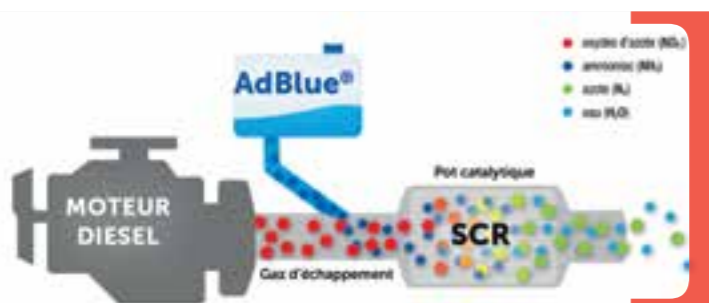
PERFORMANCES

En plus d'être le plus grand yacht au monde à un niveau sans précédent de 180 mètres, il est en mesure d'atteindre des vitesses supérieures de plus de 30 nœuds. Il détient également le record en matière de temps de construction en ayant passé trois ans en construction après un an de ingénierie.

MONSTRE DES MERS

En résumé Azzam, c'est : 94 000 chevaux, un réservoir avec une contenance d'un million de litres de carburant, une vitesse de pointe de 30 nœuds, 6 ponts et un salon de 550 m². Ce monstre des mers appartient au Cheikh Khalifa ben Zayed Al Nahyane, président des Émirats Arabes Unis et émir d'Abu Dhabi, à qui il a coûté la petite fortune d'environ 470 millions d'euros.

LA SOLUTION ADBLUE® AVEC TOTAL RIVIERA



Depuis octobre 2006 tous les camions neufs sont équipés de la technologie SCR (Selective Catalytic Reduction). Depuis septembre 2014, avec l'évolution de la norme Européenne, les véhicules légers Diesel sont également équipés d'un système de réduction des NOx. Le SCR est l'un des systèmes plébiscités par les constructeurs.



Conçu pour les nouvelles générations de moteurs Diesel équipés de la technologie SCR, AdBlue® est un additif qui convertit en vapeur d'eau les oxydes d'azote émis par votre véhicule. Concrètement, AdBlue® permet de traiter vos gaz d'échappement pour les rendre moins polluants. La station-service TOTAL RIVIERA dispose de l'unique pompe AdBlue® que vous pourrez trouver sur Nouméa.



TOTAL RIVIERA votre station-service H24 7j/7 du 4^{ème} Km

Énergisons la vie. Chaque jour



NOUVELLE CITROËN C3

À PARTIR DE **1696 250 F**

c3.citroen.nc | f

CRÉATIVE TECHNOLOGIE

ALMAMETO AUTOMOBILES Tél. : 41 40 70

*Photos Citroën mises à la suite - C3 Red 1.3i, pontons 180CV, 170CV et 150CV. Photos non contractuelles.

LE RETOUR D'UN MYTHE



Vespa est une marque typiquement Italienne, mais c'est avec l'arrivée de la Primavera qu'elle devient un véritable phénomène mondial. Aujourd'hui plus que jamais, Vespa est une icône de style et de liberté.

L'ICÔNE DE PLUSIEURS GÉNÉRATIONS

La Primavera a toujours gardé les valeurs qui ont fait son succès depuis 48 ans. La première Vespa à porter ce nom fit sa 1^{ère} apparition en 1968 et fut une véritable révolution. Compacte, agile, dotée d'un moteur performant. Elle est l'icône de plusieurs générations avec une production ininterrompue jusqu'en 1982, devenant un modèle mythique et l'un des plus grands succès commerciaux de l'histoire de Vespa. Aujourd'hui comme hier, la Vespa Primavera reste un véhicule légendaire. Jeune, innovante, technologiquement avancée, agile et dynamique tout en restant attentive au respect de l'environnement.



LES NOUVEAUTÉS

Elle fait un saut en avant et s'équipe désormais de l'ABS de série et du nouveau moteur Piaggio i-Get Euro4 plus silencieux et plus efficace qui offre d'excellentes performances pour une faible consommation de carburant et une haute efficacité générale.



meca★moto

CHOISISSEZ VOTRE VESPA POUR LA RENTRÉE, DISPONIBLE EN 50 ET 125 CM3

DO YOU VESPA?

Usine Center Rond-point Berthelot - Doniambo - www.mecamoto.nc
Meca Moto Nouméa

LE SERVICE COMMERCIAL : du lundi au vendredi de 8h à 12h et de 13h à 17h30 - le samedi de 8h à 12h
LES PIÈCES DÉTACHÉES : du lundi au vendredi de 8h à 12h et de 13h à 17h30 - le samedi de 8h à 12h
L'ATELIER : du lundi au jeudi de 7h à 12h et de 13h à 16h - le vendredi de 7h à 12h et de 13h à 15h
LE SERVICE RAPIDE : du lundi au jeudi de 7h à 12h et de 13h à 16h - le vendredi de 7h à 12h et de 13h à 15h - le samedi de 8h à 12h

LE RÉSEAU CARSUD ÉVOLUE



Pour répondre aux besoins de ses clients et suivre les évolutions des différents quartiers, CARSUD a lancé la ligne M. Et pour plus de proximité, CARSUD a ouvert un nouveau point de vente au Médipôle. Explications...

ÉVOLUTIONS



Une ligne express de Desmazures au Médipôle avec seulement 5 arrêts.

Nouvelle plage horaire : du lundi au dimanche de 05h30 à 20h30.

Fréquence : 1 bus toutes les 45 minutes.

Des bus dédiés : les véhicules circulant sur cette ligne sont équipés de rampes d'accès pour les personnes à mobilité réduite. Sur la ligne M accès WIFI gratuit.

À PARTIR DU 9 JANVIER 2017 CARSUD OUVRE

POUR + DE PROXIMITÉ

SON NOUVEAU POINT DE VENTE

AU MÉDIPÔLE DE KOUTO

du lundi au mercredi de 8h à 16h
le vendredi de 8h à 16h
et le samedi de 7h30 à 11h

+ SERVICES + INFORMATIONS + PRÉCISE + RAPIDE

OUVERTURE D'UN NOUVEAU POINT DE VENTE

Dans le hall d'accueil du Médipôle, notre guichet est ouvert : Du lundi au mercredi et le vendredi de 8h à 16h (en continu). Le samedi de 7h30 à 11h.

TOUTES LES INFOS

Sur le site www.carsud.nc
Sur la page Facebook Carsud
Au 43 73 85

CARSUD

LE TRANSPORT EN MOUVEMENT.

LE RÉSEAU CARSUD ÉVOLUE !

POUR + D'AUTONOMIE

NOUVELLE LIGNE :

VERS LE MÉDIPÔLE

NOUVELLE LIGNE EXPRESSE : DESMAZURES → MÉDIPÔLE

WIFI SUR TOUTE LA LIGNE

+ DE SERVICES

+ DE FRÉQUENCES

+ DE CONFORT

STU

LES TENDANCES SPORT 2017



Quoi de neuf sur la planète fitness pour cette rentrée sportive ? Parmi les crues 2017, vous trouverez de nombreux sports pour transpirer en se défoulant, que ce soit des nouveaux concepts de danse pour chalouper du bassin ou bien du trampoline pour prendre de la hauteur... Trouvez votre bonheur dans cette sélection.

AFROVIBE, DE LA DANSE AFRO FITNESS



De la danse "afro" pour sculpter ses fessiers, c'est ce que propose l'Afrovibe. Ce cours de cardio dansé fait la part belle aux spécificités de ces danses endiablées en l'associant avec les mouvements de squat, un exercice classique et redoutablement efficace pour sculpter les fessiers.

Les bienfaits

Les exercices pliés, les squats et les mouvements de danse renforcent surtout le bas du corps (hanches, cuisses, fessiers) et développent la coordination.

Le renforcement musculaire est complet car les bras et le buste sont également sollicités. Vous brûlez des calories en vous amusant.

A faire sans modération.

L'ESCALADE DE BLOC



L'escalade de bloc est un sport d'intérieur ou d'extérieur qui consiste à escalader des parois naturelles ou artificielles de faible hauteur (moins de 5 mètres), ce qui permet de se passer du matériel traditionnel de l'escalade : corde, mousquetons, baudrier. Pour compenser, des tapis de saut en hauteur

Les bienfaits

Cette discipline permet également de brûler beaucoup de calories : 600 à 700 calories pour 60 minutes d'activité. Cela vous permet de perdre du poids tout en musclant votre corps.

U BOUND, DU TRAMPOLINE "FUN"



Que ceux à qui le trampoline donne des sueurs froides se rassurent. Le U bound est une activité fitness qui fleure bon l'insouciance plutôt que la punition !

Ce cours d'aérobic version trampoline consiste tout simplement à rebondir sur une mini-toile en musique sur des chorégraphies faciles et entraînant.

Les bienfaits

Remontée comme un ressort sur votre trampo' qui amortit les chocs (pas de risque de vous blesser), vous faites grimper votre cœur comme dans l'ascension d'un grand 8.

Autre atout : par sa surface souple, le trampoline est adapté à tout public et protège les articulations. Pas de risque donc pour les genoux ou les chevilles. Vous renforcez vos muscles sans risque de vous blesser et perdez des calories en un rien de temps (en moyenne 900 calories par heure). Idéal pour faire voler les kilos accumulés pendant les vacances !

AQUAPOLE, DU POLE DANCE DANS L'EAU



Chaque année amène son lot de nouveautés aquatiques. Cette rentrée ne fait pas exception avec l'Aquapole. Vous tournoyez et évoluez comme une naïade autour d'une barre de pole dance aquatique. Pas besoin d'être une nageuse confirmée mais seulement d'aimer la danse.

Les bienfaits

Comme tout sport aquatique, l'Aquapole ménage les articulations et fait travailler vos muscles en douceur avec plus d'efficacité qu'un cours classique de pole dance grâce à la résistance de l'eau. Non seulement vous vous sculptez un corps de sirène mais vous modelez l'ensemble du corps sans risque pour vos articulations et vos tendons.

LA SLACKLINE



Le concept est simple, vous devez marcher sur une sangle en polyester, appelée slackline ou slack, qui est tendue entre deux points d'ancrage (arbres, poteaux, points d'ancrage d'escalade...). La sangle est élastique, donc vous êtes en permanence en équilibre instable. C'est le sport d'équilibre par excellence qui permet de travailler le renforcement musculaire et la concentration.

Les bienfaits

Idéal pour se muscler tout en finesse et en douceur. Le corps cherche ses marques dans le déséquilibre, ce qui sollicite le moindre de nos muscles et fait notamment travailler les muscles profonds (ceux qui soutiennent notre colonne vertébrale et les organes). On se muscle le dos sans forcer et dans une posture parfaite. On muscle aussi les abdos, les cuisses, les bras, les fesses... C'est aussi un sport idéal pour soigner son mental.

COMMENT SE METTRE AU GOLF ?



Le Golf se pratique à tous âges, dès 6 ans. Il est ouvert à tous quelque soit sa condition physique et son talent. Dès que vous aurez commencé le golf et que vous réussirez votre premier coup de maître, vous comprendrez instantanément pourquoi jamais plus vous ne poserez vos clubs. Plus de 65 millions de personnes pratiquent ce sport à travers le monde. Vous ne le savez peut-être pas, mais le golf est le sport le plus pratiqué au monde... Alors pourquoi pas vous ?

QUEL MATÉRIEL POUR COMMENCER ?

Pour faire vos premiers pas, nombreux clubs vous proposeront le prêt du matériel. Des vêtements tels qu'un pantalon, un polo et des chaussures de sport feront l'affaire pour démarrer. Vous n'avez donc pas besoin d'un équipement particulièrement onéreux. Ensuite lorsque vous progresserez, vous choisirez du matériel adapté à votre niveau et à votre morphologie.

Le Garden Golf de Dumbéa propose différentes offres pour vous permettre de découvrir ce sport.

Initiation Au Golf 4 000 XPF.

Un Pass Infinitee (cours et accès parcours à volonté) : 12 000 XPF/ mois) - 2 mois offerts pendant les Journées Portes Ouvertes.

MANGEZ, BOUGEZ... OUI, ON AIMERAIT BIEN !



Aujourd'hui, en 2017, tout le monde a conscience que, pour être en bonne santé et avoir la ligne, il faut faire un peu de sport. Et si on travaille du matin au soir, on fait comment ?

ASSIS(E) AU BUREAU TOUTE LA JOURNÉE ?

On sait aujourd'hui qu'il n'est pas favorable de rester trop longtemps assis(e). Si vous avez une activité professionnelle sédentaire, il est recommandé de marcher quelques minutes, de vous étirer au bout de 2 heures à être resté(e) en position assise et de réaliser quelques mouvements comme : rotation des épaules, du bassin, des chevilles, des poignets, des mains, de la tête...

5 FRUITS ET LÉGUMES PAR JOUR AU TRAVAIL ?

Compotes, salades de fruits, gaspacho... vous n'êtes pas obligé d'être un grand chef pour préparer simplement et rapidement vos fruits et légumes à l'avance.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Pour votre santé, les fruits et les légumes en conserves ou en surgelés ont les mêmes qualités nutritionnelles que les produits frais !

Du 04 au 19 mars 2017

PORTES OUVERTES
et initiations **GRATUITES**
au golf

Débutants, profitez de nos **PROFS DE GOLF** qui sont **GRATUITEMENT** à votre disposition !

Garden Golf
Golf de Dumbéa / Tél. 41 80 00
contact@gardengolf-dumbea.com

Exclusiv Golf
Golf de Déva / Tél. 20 70 16
contact@exclusivgolf-deva.com

Zen'Eat club
nutrition.coaching.motivation

VOTRE ESPACE BIEN ÊTRE
Programmes **HERBALIFE**
Coaching / Conseil / Suivi motivation

BILAN FORME OFFERT SANS ENGAGEMENT

Distributeur indépendant | 230 rue Jacques Lékawé - LA BELLEVIE (derrière la station Mobil) | 76 98 08 - Sur RDV

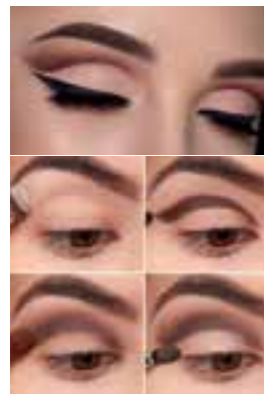
HERBALIFE NUTRITION

LES TENDANCES BEAUTÉ 2017



Tendances beauté 2017. Ongles, maquillage, coiffures, colorations... On a passé en revue les tendances à suivre absolument pour cette nouvelle année ! Quelle sera votre préférée ?

LE MAQUILLAGE CUT CREASE



Nouvelle technique de maquillage apparue récemment sur les réseaux sociaux, le Cut Crease pourrait bien détrôner l'incontournable Smoky Eye ! Le principe : on mise tout sur le pli de la paupière afin de lui apporter un relief intense. Pour se faire, on joue sur trois couleurs d'ombres à paupières différentes, de la plus claire à la plus foncée. Sur le papier, on pourrait croire que cette technique de maquillage s'apparente au Smoky Eye, mais en réalité on intensifie le regard uniquement grâce au pli. Certains Make Up Artists recommanderaient même de maquiller la

paupière mobile à l'aide d'un fard complètement nude, afin de donner un aspect 3D au regard.

LA MANUCURE CHROMÉE



La manucure chromée est une tendance beauté révélée depuis quelques mois déjà. Une technique plus ou moins difficile à cerner au début mais un résultat plus qu'à la hauteur de nos attentes. Après quelques essais, vous obtiendrez un résultat effet miroir à couper le souffle !

LES HUILES VÉGÉTALES

Cette année, les huiles végétales sont les vedettes de la cosmétologie naturelle ! Bye bye l'huile d'avocat ! En 2017, c'est le jojoba qui prend la relève et vient embellir notre routine de soins. Appréciee pour son parfum doux et son absorption rapide, elle est la BFF des peaux déshydratées et/ou sensibles et même de celles à tendance mixte. En prime, elle prévient le vieillissement cutané, et se prête très bien aux massages... à bon entendre !



DEUX COIFFURES TENDANCES

Pour ce qui est de la coiffure, deux tendances se sont faites une place pour ce début d'année 2017. Le chignon tressé vient casser le chignon classique en lui apportant une touche bohème, travaillé et glamour. Une coiffure simple à réaliser que l'on adore, et qui viendrait même définitivement remplacer l'indétrônable messy bun ! La tresse épi de blé ne laisse pas indifférente non plus, et ce sont les cheveux les plus longs qui pourront en profiter. Cette année, cette dernière se préfère portée sur des cheveux bouclés, façon coiffée/décoiffée.



LE BALAYAGE OMBRÉ

Côté coloration, tout comme en 2016, cette nouvelle année nous promet bien des surprises. Cet hiver la tendance était au gris, au blanc, au pêche, voire même au roux flamboyant. Mais la coloration tendance de 2017 sera le balayage ombré. Cette couleur est désormais connue de tous mais ne se démode pas, elle est incontournable !



LA COULEUR GREENERY

Pantone, l'entreprise référence de nuanciers, a dévoilé au grand jour la couleur à suivre en 2017 : le Greenery ! Cette couleur est un vert pomme assez clair que l'on verra partout sur les douze prochains mois. Vêtements, accessoires, objets de décoration, vernis, maquillage... Le Greenery fait déjà sensation !



UNE AFFAIRE DE FAMILLE



Vous ne lui reconnaissez pas un air de famille plutôt prononcé ? Non ? Vraiment ? Et pourtant ! Cette jeune femme de 19 ans c'est Lottie Moss. Oui oui, c'est bien ça, la sœur... Non pardon... La demi-sœur de Kate Moss, le célèbre top-modèle britannique qui affole les podiums et les tabloïdes depuis déjà 20 ans !

PRÉDISPOSITIONS

Si la jeune femme ne possède pas le physique atypique qui a fait la renommée de Kate, elle n'en montre pas moins de sérieuses prédispositions pour une carrière réussie dans le milieu du mannequinat, un visage déterminé, une longue crinière blonde et une assurance à toute épreuve.



QUEL PARCOURS !

Après avoir posé pour quelques créateurs et magazines depuis 2014, Lottie a récemment rejoint l'agence Storm Models à l'image de sa demi-sœur. Depuis, les podiums et annonceurs se l'arrachent, notamment depuis la Fashion Week Automne-Hiver 2016 où la brindille-bis a fait sensation. Elle défilait alors pour Sonia Rykiel.

LOLO-CHANEL



Et la nouvelle vient juste de tomber ! C'est maintenant au tour du couturier Karl Lagerfeld de tilter sur la plastique et l'allure de notre lolita. Du haut de son 1m68, Lottie Moss est la nouvelle égérie pour la ligne de solaires Chanel. Comme Lily-Rose Depp et Willow Smith avant elle.

URBAN
NOUVEL ARRIVAGE

ANGLE DES RUES FOCH & RÉPUBLIQUE
OUVERT DE 9H À 18H EN CONTINU DU LUNDI AU SAMEDI
TÉL. 28 17 50 f /URBAN

DOLL
Bijoux
Accessoires de mode
Prêt à porter
féminin/masculin

DOLL

DOLL

37 rue de L'Alma - Centre Ville - Tél : 28 87 87 - f DOLL BOUTIQUE
Du lundi au samedi de 10h à 17h30

Mj & Aly coiffure

- Coiffure mixte
- Spécialiste du lissage

PACK FAMILIALE SPÉCIAL RENTRÉE
COULEUR / MECHES / COUPE / BRUSHING FEMME
+ COUPE HOMME
+ COUPE ENFANTS (fille ou garçon)

Pour 15 000 Frs seulement !

271 rue J. Iekawé - local n°4 - PK 6 - Nouméa (face à la crèche Graine de Soleil)
Tél. 53 21 34 - Email : alidemene@gmail.com

Ouvert du lundi au jeudi : 9h - 19h en continu et du vendredi au samedi : 9h - 20h en continu

LÉGENDES BEAUTÉ



Vous avez sûrement déjà entendu de multiples conseils beauté bienveillants en tout genre. Légendes urbaines de la cosmétique ou véritable recette miracle, passons en revue quelques idées reçues.

ARRACHER UN CHEVEU BLANC, DIX REPOUSSENT

Faux ! Un cheveu blanc apparaît parce que la mélanine qui lui est associée a cessé de fonctionner, un cheveu blanc arraché repousse toujours blanc. Il signale que le processus de dépigmentation capillaire s'amorce et que, tôt ou tard, la décoloration gagnera davantage de terrain.

APPLIQUER DEUX PRODUITS L'UN APRÈS L'AUTRE ANNULERAIT LEURS EFFETS

Faux ! Au contraire, ils se renforcent. D'ailleurs, certains instituts offrent des mélanges sur mesure pour répondre exactement au besoin des femmes. Et si leur texture le permet, les mélanger pour une seule application.

IL FAUT SE DÉMAQUILLER MÊME QUAND ON N'EST PAS MAQUILLÉE

Vrai ! Car sébum et particules de pollution ne s'arrêtent pas pour autant d'étouffer votre peau. Alors pour préserver l'éclat de votre teint, prenez-le temps de nettoyer votre visage tous les soirs.

IL FAUT CHOISIR UN ANTICERNE 2 TONS PLUS CLAIR

Faux ! Votre anticernes ne doit absolument pas être plus clair que votre fond de teint, il doit se fondre dans le reste de votre maquillage, afin d'éviter l'effet panda mais inversé. Si vos cernes semblent encore trop foncés, c'est que vous avez besoin d'un correcteur pour apporter de la lumière avant de mettre l'anticerne.

IL FAUT ADAPTER SON MAQUILLAGE QUAND ON PORTE DES LUNETTES

Faux ! Si cela était vrai, l'industrie cosmétique aurait déjà lancé des gammes spéciales "femme à lunettes". Veuillez simplement à illuminer votre visage car certaines montures assombrissent.

LA CHARCUTERIE DONNE DES BOUTONS

Vrai ! Mais pas pour tout le monde. Chez les personnes ayant un foie qui fonctionne mal, l'excès de gras, de sucre ou d'alcool se manifeste sur la peau sous quarante-huit heures, le plus souvent sous la forme de boutons.

CURE ANTI-CELLULITE CHEZ NATURLINE



COSMÉTIQUES NATURELS & SUR MESURE

Les cosmétiques Naturline allient les bienfaits des huiles végétales et des huiles essentielles pour répondre aux besoins particuliers de chaque type de peau. De confection locale et artisanale, les cosmétiques Naturline utilisent un maximum de matières premières locales comme l'huile de coco et l'essence de Niaouli.

CURE ANTI-CELLULITE

Les massages anti-cellulite combinent plusieurs techniques. Le drainage lymphatique va améliorer les fonctions éliminatoires et circulatoires, le massage à la ventouse permet de mobiliser les tissus en profondeur et, combiné au palper rouler manuel, va casser les cellules graisseuses afin de gommer l'aspect peau d'orange. Dès les premières séances, vous sentez vos jambes plus légères, la circulation s'améliore. Au fil des semaines, la peau est plus lisse, plus ferme. L'efficacité de la cure anti-cellulite est renforcée par une alimentation adaptée ainsi qu'une activité physique régulière.

La fréquence des massages est dans l'idéal de trois fois par semaine, la cure s'étale ainsi sur un mois.

DÉBOUTONNEZ-MOI ! D'INDEMNÉ



LA LOTION INESPÉRÉE QUI VA VOUS SAUVER LA VIE !

Formulée à base d'huiles essentielles (citron, cannelle écorce, origan...) et végétales pour les peaux grasses à IMPERFECTIONS. Destinée aux peaux à problèmes, elle libère les pores de la peau et résorbe les imperfections (boutons, acnés, pores dilatés et points noirs). Désinfectant, anti-rougeurs, ultra-protecteur et cicatrisant, vous ne pourrez plus vous en passer ! Pratique, 100% végétal et naturel à la texture huileuse très pénétrante et au parfum agréable d'huiles essentielles.

..... Disponible sur www.nomad-nc.nc, bioattitude et dans certaines pharmacies. Pour plus de renseignements, contactez **NOMAD 91 68 66**

TENDANCES DÉCO 2017



Fans de déco, la nouvelle année apporte sa panoplie de tendances. De quoi faire le plein d'idées pour relooker son intérieur selon ses envies. Matières, matériaux, couleurs et styles. Voici un petit bilan des tendances déco 2017

LES COULEURS STARS DE 2017

VERT LICHEN, BLEU NAVY ET CUIVRE

Oui la star de cette année c'est plutôt le vert lichen, on est d'accord ! Mais sans lui voler la vedette, le bleu navy est aussi la couleur incontournable de cette nouvelle année. Également dans une teinte sombre, on en recouvre les murs, le linge de lit, le canapé... un style cosy qui réchauffe cette couleur d'origine froide.

Cette année, on se tourne aussi vers le cuivre ! Une jolie teinte brillante, légèrement rosée et "So" décorative pour une touche tout aussi terriblement chic : vases, vaisselles, luminaires, etc...



LA TOUCHE VERTE DE 2017

LES PLANTES GRIMPANTES

Après les cactus, les terrariums... en 2017 on aime les plantes grimpantes d'intérieur. Il est important d'avoir une pointe de nature dans les intérieurs qui s'harmonise avec la maison. Chose faite avec ces plantes made in 2017 !

LES MATIÈRES QUE L'ON VA ADORER...

LE MARBRE ET LE BOIS !

Le marbre a été l'une des matières les plus incontournables et les plus en vue pour les salles de bains, meubles, vases, bougeoirs... .

Le bois fait partie des matières qui vont cartonner ! Fini les carreaux de ciment, désormais ce sont les carreaux de bois. Ils joueront la passerelle entre le carrelage froid et le côté chaleureux du bois. On en met sur les murs par touches ou en mix ou sur le sol.

BESOIN DE RÉCONFORT

L'année sera cosy et chaleureuse. Les maisons s'inspirent en 2017 d'un esprit maison de ferme. En vogue, mélanger le charme de l'authentique et confort d'un nid douillet. Un style rustique, sans chichis mais convivial et cocooning.



L'AMBIANCE HYGGE À L'HONNEUR EN 2017



Vous vous demandez aussi ce que ça veut dire ? Hygge est un terme danois difficile à expliquer. Hygge signifie créer une atmosphère jolie et intime, hygge c'est aussi la lumière chaude d'une bougie ou les amis et la famille c'est aussi hygge. Donc en 2017, on continue de transformer les intérieurs en chaleureux chalet danois : coussins, plaids, bougies...

LA DÉCO FAIT DES PLIS !



Découpez, pliez, décorez ! Le pliage n'est plus réservé aux enfants.

L'ORIGAMI DANS LA DÉCO

Cet art très renommé du pliage japonais qui consiste à réaliser de petits objets dans des papiers colorés fait aujourd'hui autant d'adeptes chez les fans de loisirs créatifs que chez les amateurs de design et de décoration ! Les créateurs s'inspirent de ces formes pures et géométriques réalisées en papier pour créer des objets et des meubles à la fois ludiques et délicats.



De nombreux objets déco s'inspirent des structures de l'origami pour n'en garder que l'essence : les arêtes marquées, les motifs géométriques, les facettes et les volumes. Ainsi lampes, vases, trophées, horloges, tables, chaises, étagères et autres meubles arborent des formes géométriques pile poil dans la tendance. Quand ils ne sont pas en papier, la porcelaine, le tissu, le plastique ou le métal, imitent ses plis et miment sa fragilité pour un résultat sobre et chic. Pour un intérieur subtilement japonisé, optez pour des lignes douces et des couleurs claires par petites touches.

Nos compétences au service de votre imagination !

CHAIRES EN ACIER & BOIS EXOTIQUE
DESIGN UCI
DÉCOUPE AU JET D'EAU
FABRICATION À L'UNITÉ
OU EN SÉRIE
PRODUIT 100% LOCAL

10 rue de Saint Louis - Numbo - Ducos - 97 77 93
uci.clientele@gmail.com - www.uci-nc.com

Le JARDIN D'ULYSSE
NOUVEAU STYLE AU JARDIN D'ULYSSE
Elodie & Corinne vous y attendent !

67 bis route du Port Despointes
(Entre Digital Planète et Effet d'Optic)
Faubourg Blanchot
27 56 56 - 📞
Du lundi au vendredi de 9h30 à 12h et de 14h30 à 19h
Le samedi de 9h30 à 12h et de 16h à 19h

oneway@oneway

QUELS BONS LITS CHOISIR POUR NOS ENFANTS ?



Choisir un lit enfant n'est pas aussi facile qu'il n'y paraît car les fabricants proposent de nombreux modèles. Du coup, entre lit superposé, le lit évolutif, le lit combiné ou le lit surélevé, il est parfois difficile de s'y retrouver et d'identifier son véritable besoin.

LIT POUR ENFANT, À QUEL ÂGE ?

Depuis quelque temps, votre petit bout tente régulièrement d'escalader son petit lit à barreaux pour s'en extirper. Cette volonté d'émancipation et de quête de liberté est un signe évident que votre bébé a bien grandi et qu'il est temps de passer au modèle de lit supérieur. En général, ce changement d'importance s'effectue entre 18 mois et 3 ans. Beaucoup de parents réalisent cette transition lorsque l'arrivée d'un second enfant se profile à l'horizon et qu'ils souhaitent récupérer le lit à barreaux. Mais attention, chaque enfant a son propre rythme, et il convient de le respecter. Mettre un enfant trop tôt dans un grand lit peut générer une grande angoisse.

QUEL MATELAS ?

Certes, le lit doit plaire à votre enfant, mais il doit aussi lui permettre de bien dormir. La qualité du matelas sur lequel votre petit bout va passer de longues nuits est primordiale pour sa croissance. Ainsi, le matelas ne doit pas être mou mais ferme. Pas dur. Si le latex est une matière de premier choix, il faut, en revanche, oublier les matelas en mousse dont le confort sommaire ne convient qu'aux couchages d'appoint. Veillez enfin à ce que le modèle que vous souhaitez acheter ait subi un traitement antibactérien et anti-acariens.



QUEL ENTRETIEN ?

Entre les pipis nocturnes, les biberons qui coulent et les autres petits accidents, le matelas de votre enfant sera inévitablement soumis à très rude épreuve. Privilégiez un matelas équipé d'une housse déhoussable que vous pourrez facilement laver en machine ce qui permettra d'éliminer les bactéries et les poussières potentiellement nocives pour les enfants. Si votre matelas n'est pas déhoussable, vous pouvez toujours acheter une alèse à positionner dessus.

FAUBOURG STORE

FABRICATION SUR MESURE
STORES INTÉRIEURS / EXTÉRIEURS
COUSSINS DE JARDIN / TOILES TECHNIQUES

Grand choix de coloris avec ou sans motif
Solutions sur toile opaque ou microperforée
Systèmes d'enroulement manuels ou automatisés

DEVIS GRATUIT

FABRICATION / INSTALLATION / CONSEIL

3 rue Louis de Bougainville Faubourg Bianchot
Tél. 27 49 48 / Fax 28 51 14 / faubourgstore@lagoon.nc

LES BIENFAITS DES LAMPES DE SEL



Les lampes de sel de l'Himalaya ont un effet positif pour la méditation et favorisent la détente tout en conduisant à une amélioration de la qualité de l'air.

QUE SONT LES LAMPES DE SEL DE L'HIMALAYA ?

Les lampes de sel de l'Himalaya sont des gros morceaux insolites de sel de l'Himalaya qui ont été taillés à partir de cristaux de sel de qualité alimentaire pour contenir une ampoule à l'intérieur. Associés avec la source de lumière de l'ampoule, les cristaux de sel produisent des ions négatifs qui neutralisent les ions positifs de l'air transportés par les moisissures, les allergènes et les bactéries, ce qui permet de purifier l'air d'une pièce.

EN QUOI LES IONS POSITIFS POSENT-ILS DES PROBLÈMES ?

Les ions positifs sont produits par l'équipement électronique de notre maison. Ils peuvent causer toutes sortes de problèmes et de maladies tels que des réactions allergiques, l'augmentation des niveaux de stress et l'insomnie. Les ions négatifs produits par les lampes de sel de l'Himalaya peuvent neutraliser ces problèmes.

LES BIENFAITS POUR LA SANTÉ



Les ions négatifs produits par les lampes de sel de l'Himalaya peuvent offrir une protection contre les germes en suspension, ce qui prévient le développement de toux, d'éternuements et d'irritations de la gorge. Elles aident également à prévenir de nombreux maux tel que :

- Problèmes respiratoires et réactions allergiques.
- Problèmes de peau.
- Insomnie et troubles psychiques.
- Migraine et maux de tête.
- Rhumatismes.
- Troubles du système vasculaire.

COMMENT OBTENIR LES MEILLEURS RÉSULTATS

Idéalement, placer une lampe en bonne place dans chaque pièce pour ressentir le maximum d'avantages. Les chambres et les espaces de vie sont le meilleur endroit pour commencer car c'est là où vous passerez le plus de temps. Assurez-vous que toute lampe que vous choisissez est une véritable lampe de sel de l'Himalaya et pas une fausse alternative bon marché de roche qui elles ne produiront pas les mêmes bienfaits pour la santé.

Central Meubles

la maison & CO

Intérieurs pluriels

- salon
- literie
- meubles

Un mode de vie agréable

CHILIENNE idéal pour un moment de détente
25 900 FRS

CANAPÉ 3 PLACES
189 000 FRS

CANAPÉ 2 PLACES
129 000 FRS

SALLE À MANGER en 200 x 100
149 000 FRS

TABLE BASSE
39 500 FRS

CHAISES
18 800 FRS

FAUTEUIL
99 000 FRS

CHAISES
19 800 FRS

Paiement 4x sans frais
7 rue Einstein - DUCOS
Anciennement La Maison Coloniale
(en face de ESQ)
LIVRAISON GRATUITE
Nouméa
Grand Nouméa

Ouvert du lundi au vendredi de 8h30 à 17h30 et le samedi de 8h30 à 17h

Tél. 27 56 42 - Central Meubles NC

LE BON RYTHME POUR LES ENFANTS



Entre l'école, les devoirs, les amis, la télévision... l'emploi du temps des enfants est souvent chargé. Un enfant a besoin de journées réglées afin de respecter son rythme biologique. En lui fixant certains points de repère, vous l'aidez à grandir en confiance et ne pas décrocher à l'école.

UNE JOURNÉE À L'ÉCOLE COMMENCE LA VEILLE

Entre 3 et 5 ans, les enfants ont besoin de dormir 12 à 13 heures par 24 heures. La meilleure répartition étant entre 10 et 11 heures par nuit et 2 heures pendant la sieste du début d'après-midi. Il vaut mieux les mettre au lit tôt entre 20 heures et 20h30 le soir. Jusqu'à 8-9 ans, âge auquel la puberté commence à se mettre en place, les parents doivent être attentifs à l'heure du coucher, sous peine de voir leur enfant en manque de sommeil.

PETIT DÉJEUNER ET TRAJET POUR BIEN COMMENCER

Le petit-déjeuner et le trajet qui va du domicile à l'école sont des moments importants, surtout si le réveil s'est fait en douceur. Après une nuit de sommeil, l'enfant a passé une dizaine d'heures à jeûner depuis son dîner, le petit-déjeuner est donc indispensable. Le trajet est une bonne occasion de favoriser la concentration de l'enfant pour la journée qui s'annonce.

LES AVANTAGES DES ROUTINES

Les routines clairement établies rassurent l'enfant, car elles lui permettent de prédire la suite des événements et de se situer dans le temps. Grâce à cela, l'enfant apprend peu à peu à prendre soin de lui-même : il se rend seul aux toilettes, se lave les mains, se brosse les dents, s'habille, etc. À l'école ou à la garderie, les enfants se servent aussi des routines pour développer leurs habiletés sociales. Par exemple, ils apprennent progressivement à attendre leur tour pour parler.



APRÈS L'ÉCOLE

Il est important de laisser les enfants jouer ! Les enfants en ont besoin. Ils ne perdent pas leur temps car ils construisent leur personnalité et développent leur imaginaire en s'adaptant à l'espace.

LES INDÉMODABLES JEUX DE SOCIÉTÉ



Alors que les tablettes pour enfants sont en passe de devenir les jouets les plus vendus de l'année et malgré les succès des GTA, FIFA, et autres Candy Crush, les jeux de société ne connaissent pas la crise. Le jeu de société reste aujourd'hui une valeur sûre. Ils représentent 10,4% d'un marché du jouet qui pèse 3,1 milliards d'euros. Monopoly, Scrabble et consorts se vendent toujours comme des petits pains, et les nouveaux jeux de plateau trouvent un public.

DYNAMISÉ PAR LES NOUVEAUTÉS

La France entretient une relation particulière avec le jeu de société, ne serait-ce que par l'occasion qu'il crée de se retrouver en famille. La tradition compte et l'innovation aide beaucoup. Pour se renouveler, les fabricants doivent sans arrêt lancer une variation de leur thème selon les tendances. Ils proposent également des nouvelles façons de jouer. On note notamment le succès de nombreux jeux "Apéro" plus rapides et plus funs grâce auxquels les jeunes adultes se remettent à jouer.



LES MERCREDIS AVEC PASPORT



Chaque mercredi, toute l'équipe de l'association PASPORT s'active afin de donner la possibilité aux enfants de participer à nos programmes.

ORGANISATION

Un service de transport est organisé afin de récupérer les enfants à la sortie des écoles et les emmener sur les différents lieux d'activités :

- Ecole LES LYS - Anse Vata
- Ecole MICHEL AMIOT - Magenta
- TENNIS DU RECEIVING - Motorpool

Le déjeuner est livré et servi sur place, dès 13h des activités sportives mais aussi artistiques ou culturelles sont mises en place jusqu'à 17h30. Nous accueillons aussi les enfants lors des journées pédagogiques de 7h à 17h30.

THÉÂTRE DE L'ILE, UNE SAISON 2017 PLUTÔT ROYALE !



Vous y trouvez la programmation intégrale, les horaires de l'établissement, les conseils billetterie, l'agenda des pièces et spectacles proposés.

Pour les accros des réseaux sociaux, la page Facebook de ce haut lieu de la culture à Nouville vous indiquera, de façon quasi-quotidienne, les news à ne pas rater !

TOUT UN PROGRAMME !

Parmi les petites pépites théâtrales proposées cette année, vous pourrez venir applaudir sur scène l'acteur français Francis Perrin dans sa propre création "Molière malgré lui". Ça, c'est pour le mois d'Avril. Autre jolie surprise de ce mois d'Avril au théâtre, la pièce "On ne voyait que le bonheur", un spectacle écrit de la compagnie métropolitaine VIVE. Elle relate l'histoire de Antoine, la quarantaine, expert en assurances. Depuis longtemps, il estime et indemnise la vie des autres. Trompé par sa femme qui le délaisse pour un baroudeur tatoué, ignoré par ses enfants qui ne comprennent pas pourquoi leur papa n'est pas le plus fort, humilié par son patron qui le licencie parce qu'il a osé faire preuve d'humanité envers un client, le monde semble se liguer contre lui.

Et enfin, cerise sur la bûche de Noël, le dernier spectacle de la saison 2017 sera, pour le THÉÂTRE DE L'ILE, une autre occasion de remplir sa salle absolument magnifique avec la venue de Pierre-Emmanuel Barré. Cet ancien chroniqueur de Canal Plus actuellement sur France Inter viendra nous présenter cyniquement son "Nouveau Spectacle" au mois de Décembre. Merci le THÉÂTRE DE L'ILE !



LE THÉÂTRE DE L'ILE PENSE AUX ENFANTS

Ne l'oubliez pas, le THÉÂTRE DE L'ILE pense à nos enfants en proposant des séances pour les scolaires. Avis aux maîtresses !

Pour tous renseignements : 25 50 50

Comme chaque année, la programmation du THÉÂTRE DE L'ILE a été annoncée à la presse début Février. La saison, quant à elle, a ouvert ses portes le 23 Février dernier avec l'adaptation du roman de Steinbeck "Des Souris et des Hommes", création du Théâtre 13 à Paris.

Vous qui n'étiez pas à la conférence de presse, sachez que le site internet du THÉÂTRE DE L'ILE est très bien fait et très pratique. <http://www.theatredelile.nc/saison-2017>



atoutbout'chou 6 présente

Titi Parc

Le parc d'ACCROBRANCHE
pour les enfants de 3 à 10 ans
2.900 F LA SÉANCE
Ouvert les mercredis, vacances scolaires et les week-end

PARTEZ À L'AVENTURE :
Filet maille, balancelle, pont de singe, tyrolienne, tunnel, ...
Parking assuré - Casque et baudrier fournis

79 RT1 - AUTEUIL chez ATOUT BOUT'CHOU 3
Tickets en vente sur le site www.titiparc.nc
Tél. 46 27 27 - mail : abc3@lagoon.nc

UNE RENTRÉE UNIQUE ET SAUVAGE

ANDEMIC ART GALLERY a le grand plaisir de vous présenter des sacs en peaux précieuses de crocodiles ou lézards issus d'élevages réglementés.

Les fermes d'élevages dans lesquelles sont confectionnés les sacs, portefeuilles ou agendas, ont l'autorisation des autorités internationales d'émettre les certificats CITES, destinés à protéger les espèces, lutter contre le braconnage et le commerce illégal. Ces fermes élèvent les animaux dans des conditions proches de leur environnement naturel. Elles disposent obligatoirement de sas destinés à réintroduire les animaux dans leurs milieux naturels et disposent de pôles d'observations réservés aux scientifiques qui étudient et suivent les animaux en voie de disparition comme par exemple le crocodile du Nil qui a été ensuite réintroduit dans son milieu d'origine. Chaque pièce est livrée avec son numéro « CITES » qui atteste du respect de la réglementation internationale et donc de la traçabilité des peaux.

ANDEMIC ART GALLERY c'est 85 talents calédoniens exposés en permanence.



*Cites : Convention sur le commerce international des espèces de faune et de flore sauvages menacées d'extinction, est un accord intergouvernemental signé le 3 mars 1973 à Washington.

LE JEU DE PEINDRE



S'adonner au plaisir de peindre sans se préoccuper du sens et de l'esthétisme... Apprendre à lâcher prise.

LES RÈGLES DU JEU

Cette nouvelle pratique sur le territoire s'inspire du "Closlieu" d'Arno Stern. Les séances se déroulent en groupe de tous âges (enfants à partir de 4 ans 1/2, ados et adultes) car la présence des autres est rassurante et entraînant et permet de faire ainsi l'expérience de relations exemptes de compétition. Ici peindre devient un jeu d'expression avec soi-même et plus seulement un art ou un moyen de communiquer. Dans ces conditions, le participant peut arriver à se libérer des contraintes, des attentes, des sollicitations de l'extérieur et renouer avec sa spontanéité et son élan naturel.

La pratique est calée sur l'année scolaire afin d'assurer la stabilité du groupe. Les traces émises pendant les séances sont conservées par l'atelier. Sans destinataire, sans message à véhiculer, la trace peut ainsi échapper à l'intention de produire un résultat. La pratique du jeu de peindre n'est ni une initiation à l'Art, ni une thérapie par l'Art.

Grâce à une pratique régulière, vous cheminerez vers une expression naturelle, régénératrice et une attitude créatrice dans l'existence.



LE JEU DE PEINDRE

Partagez un temps d'expression avec d'autres participants de tous âges (de 5 à 99 ans, 8 pers. Max) et peignez ensemble, librement, sans modèle, sans thème imposé, à l'abri de tous jugements et de toutes analyses.

PRATIQUE À L'ANNÉE
FORMULE DÉCOUVERTE SUR 4 SÉANCES
SÉANCES PERSONNALISÉES SUR RDV
(individuelles, cohésion d'équipe...)

Vicky MENARD
Mob. 83 83 83
Atelier I FEEL GOOD
24^{ème} rue Bataille
VdC - Nouméa

I FEEL GOOD

atelierifeelgood - www.atelier-ifeelgood.com

À LA DÉCOUVERTE DE L'ARGENTINE



Tango, gauchos, Pampa, Patagonie, Terre de Feu, Ushuaia, tant de mots évocateurs de l'Argentine. De la cordillère des Andes, en passant par les chutes de l'Iguazú et la splendeur désolée de la Patagonie, ses paysages possèdent une dimension théâtrale.

BUENOS AIRES, LE BOUT DU MONDE

La capitale Buenos Aires, affiche un air farouchement parisien, mâtiné de couleurs d'Amérique latine. Les architectures coloniales offrent un joyeux festival de jaune, bleu, rose et rouge qui viennent se mêler aux notes de tango. Buenos Aires, c'est aussi le point d'entrée pour parcourir de vastes étendues sauvages.

LES CHUTES D'IGUAZU, PLUS BELLES AU MONDE

Situées sur la frontière entre le Brésil et l'Argentine. Cette merveille de la nature (inscrite au patrimoine mondial par l'UNESCO en 1984) compte parmi les plus belles chutes du monde. Elle est organisée en parcs nationaux : le parc national de l'Iguazú au Brésil et le parc national d'Iguazu en Argentine. Le parc national d'Iguazu est l'un des lieux d'Argentine le plus diversifié en matière de plantes, d'oiseaux et de mammifères.

USHUAIA, LA PATAGONIE AVEC LES GLACIERS

Le parc national des Glaciers est sans contexte l'un des lieux les plus féériques de la Patagonie. Classé au patrimoine mondial de l'humanité depuis 1981, ce parc extraordinaire ne compte pas moins de 47 géants de glace sur près de 2 600 kilomètres carrés. Difficile donc de ne pas être envouté par ce spectacle aussi irréel que majestueux.

L'ARGENTINE AVEC VOYAGES DE RÊVE

Découvrez ce pays envoûtant, du 10 au 26 novembre 2017 avec VOYAGES DE RÊVE, en compagnie d'un guide calédonien, spécialiste de l'Argentine. Ne manquez pas cette occasion !
Tarif : 735.000 frs / personne en base double.



LES TOURS 2018

- Janvier** : Vietnam - Malaisie
- Janvier-Février** : Inde
- Mai** : Japon
- Juin** : Brésil
- Juillet** : Afrique du Sud - Zimbabwe
- Août** : Usa
- Septembre** : Europe centrale et Italie
- Octobre** : Argentine

du 28 octobre au 13 novembre 2017
**THAÏLANDE
 LAOS & CAMBODGE**
 à partir de 490.000 Frs*

* Tarif par personne sur une base de 2 personnes

Bangkok de nuit
 Temple d'Angkor

Retrouvez les programmes complets sur
www.VoyagesdeReve.nc

Facilités de Paiement

28.29.29
Infos et Résa

Voyages de Groupe avec Guide Calédonien
 en partenariat avec **AsiaVoyages, Nouméa**

LA NOUVELLE-CALÉDONIE, PAYS PRODUCTEUR DE NICKEL



LA DÉCISION DE MANILLE

Les Philippines, l'un des premiers exportateurs de nickel au monde, ont intensifié mardi la campagne contre les exploitations de nickel et décident de stopper la moitié de leur production de nickel, annulant près d'un tiers des nouveaux contrats miniers. 23 mines, qui menaceraient l'eau et les forêts, devront fermer et cinq sont suspendues. C'est 10% de la production mondiale de nickel qui pourrait être retirée du marché, déjà en déficit depuis l'an dernier.

PLUIES ABONDANTES EN AUSTRALIE

En ce début d'année, la mine First Quantum Ravensthorpe, mine à ciel ouvert de nickel, située en Australie à vue ses accès routiers coupés par des pluies abondantes. Les prévisions des analystes s'en ressentent. Un retard prolongé dans les expéditions de First Quantum ferait baisser l'offre mondiale et monter les cours du métal tout comme les Philippines, le joker du nickel.



En 2016, le chiffre d'affaires global de la filière du nickel s'établit à 113 milliards 607 millions de francs CFP. C'est 8 milliards de moins qu'en 2015, un recul de 6,5 % d'une année à l'autre, avec des disparités très marquées entre les métaux et les minerais exportés.

COMPÉTITIVITÉ

La SLN calédonienne, annonce avoir produit 2 millions de tonnes de nickel pur : de 1916 à aujourd'hui. Deux millions de tonnes, c'est plus d'une année de la production mondiale de nickel qui est sortie des mines et de l'usine de Doniambo. Ce qui souligne son importance pour les industries de pointe de l'économie mondialisée. Les usines calédoniennes sont engagées dans la bataille pour la compétitivité. Cette bataille se déroule sur les fronts indonésiens et philippins, d'autres terres de nickel.



BONNE NOUVELLE

Suite à c'est rebondissement aux seins de la filière, la Nouvelle-Calédonie peut répondre à la demande et à l'appétit insatiable des usines asiatiques et chinoises pour le nickel.

CopyMAGE
 Faire bonne impression !

IMPRESSIONS DE DOCUMENTS WINDOWS & APPLE
 RELIURES PLASTIQUES - MÉTALLIQUES - THERMO-COLLÉES / PLASTIFICATIONS
 GRAVURES ET IMPRESSION DE CD/DVD / COLLAGES SUR MOUSSE 5 & 10 MM
 TIRAGE DE PLAN NB & COULEUR / IMPRESSIONS POSTERS GRANDS FORMATS

3, rue Guynemer - Quartier Latin - BP 12080 - 98 802 Nouméa Cedex - Email : info@copymage.nc - Tél. 23 10 40

LES PREMIERS RÉSULTATS DE L'OBSERVATOIRE MARITIME



Le Cluster Maritime Nouvelle-Calédonie (CMNC) et la CCI ont signé en 2016 un partenariat pour créer un Observatoire économique maritime, dont l'objectif est d'évaluer le poids du secteur maritime dans l'économie calédonienne.

4 ENQUÊTES PROGRAMMÉES

Un programme de 4 enquêtes échelonnées entre 2016 et 2019 a été programmé et les résultats du 1er volet viennent de sortir. Cette première enquête menée en 2016, portait sur les secteurs sport, loisirs, commerce et industrie nautique.



PREMIER BILAN MITIGÉ

Les acteurs du maritime sont plus inquiets vis-à-vis de leur chiffre d'affaires que pour le secteur maritime en général. Les activités nautiques et récréatives (enseignement, animation, tourisme, location) dressent un bilan mitigé mais sont les moins inquiets vis-à-vis de l'avenir. Les commerçants sont majoritairement indécis et entendent l'avenir avec pessimisme. Les activités de l'industrie manufacturière (entretien, réparation, fabrication, mécanique) dressent un bilan plus positif et sont optimistes pour l'avenir.

En 2017 un autre secteur sera analysé : celui du transport maritime, des ports et de l'ensemble des activités qui touchent au fret, aux transports de passagers, de minerais, à la croisière et aux activités de logistique.

PLUS D'INFOS : custermaritime.nc



7 route de la Baie des Dames - DUCOS
Tél. 28 39 69 - www.trigone.nc - secretariat@trigone.nc
Ouvert du lundi au vendredi de 8h à 17h

ISOLATION DE LA TOITURE



Une toiture non isolée représente 30% des déperditions thermiques d'un habitat (Source Ademe). L'isolation thermique des combles doit donc être l'une de vos priorités tant pour le confort que pour les économies d'énergie.

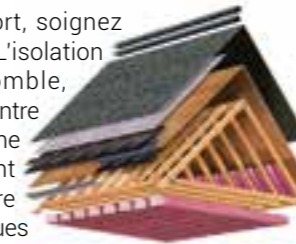
ISOLATION DE LA TOITURE PAR L'INTÉRIEUR



La méthode d'isolation la plus courante pour une toiture est l'isolation par l'intérieur. Elle permet de répondre à tous les défis architecturaux des toitures anciennes. Comme son nom l'indique, cette méthode va s'attaquer à l'intérieur de votre toiture. Elle va tout simplement consister à isoler les combles, soit par la pente du toit, soit par le plancher.

ISOLATION DES COMBLES

Pour vivre votre comble avec confort, soignez l'isolation thermique de ses parois ! L'isolation thermique et acoustique d'un comble, aménagé ou perdu, est indispensable. Entre simple et double couche, le choix d'une solution d'isolation est le plus souvent lié à la configuration des parois de votre logement et aux performances thermiques visées.



ISOLATION DE LA TOITURE PAR L'EXTÉRIEUR

Dans le neuf, isoler sa toiture par l'extérieur permet de mettre en valeur une belle charpente, des poutres apparentes et d'optimiser la surface habitable des combles. En rénovation, l'isolation par l'extérieur permet d'isoler ou de renforcer une isolation existante insuffisante, sans avoir à déménager les combles et sans réduire l'espace habitable existant.

PROTECTION SUR TOUS SUPPORTS



INSULTEC est un produit unique au monde ayant déjà fait ses preuves depuis plus de 15 ans en Australie, en Asie et dans la pétrochimie du Golfe persique.

Pour plus d'informations contactez [ECOBLAST](http://ecoblast.com).

BTNC
COURANTS FAIBLES CONCEPTION RÉALISATION
22 rue H. Simonin - DUCOS - Tél/Fax : 27 10 33 btnc@btnc.nc

AVEC BTNC SÉCURISEZ LES BIENS ET LES PERSONNES

ALARME INCENDIE
SYSTÈMES DE SÉCURITÉ
INCENDIE, DÉTECTION,
EXTINCTION AUTOMATIQUE
PAR GAZ

SÛRETÉ INTRUSION
CONTRÔLES D'ACCÈS,
DETECTION INTRUSION
ET VIDÉO SURVEILLANCE

SIEMENS

INSULTEC
PROTECTION THERMIQUE ÉTANCHE HAUT DE GAMME
ECO-PRODUCTS

STOP À LA CHALEUR !

AVEC UN SEUL ET UNIQUE PRODUIT **SANIT**

DISTRIBUÉ ET APPLIQUÉ PAR
ECOBLAST
sans perturbation intérieure

ISOLATION THERMIQUE RENOVATION ETANCHEITE

Retrouvez-nous sur [ecoblast](http://ecoblast.com) et sur www.ecoblast.nc

Tél : 94 12 17
contact@ecoblast.nc

L'énergie est votre avenir,
réautilisons-la !

LE BOWL, L'IMMANQUABLE DE 2017



des oignons émincés, des morceaux de mangues fraîches, du gingembre et du riz, le tout servi dans un bol bien-sûr !

BUDDHA BOWL. ...BUDHA WHAT ?

Le buddha bowl, en plus d'être savoureux et tendance, c'est healthy. Ce repas tout-en-1 permet d'associer les saveurs et de se faire plaisir. Dans un bol, on mêle légumes, céréales, protéines... Crus ou cuits. S'il n'y a pas de règle ou de recette à proprement parlé, l'usage veut qu'on y dispose harmonieusement entre 4 et 5 aliments variés (céréales, graines, légumes, légumes, protéines) afin d'obtenir un plat complet sain et équilibré, aussi beau que bon.



Envie d'un repas coloré, vitaminé et healthy, ne cherchez plus, le « bowl » est fait pour vous.

OUBLIEZ LES ASSIETTES, SORTEZ LES BOLS !

Manger dans une assiette ? Démodé ! Smoothie, salade ou même blanquette, désormais tout se sert dans un bol, ce récipient creux, à la fois exotique et régressif.



POKE BOWL, GO !

À l'origine, le Poke bowl, à prononcer « Pokāi » est un plat traditionnel d'Hawaï.

Dans la recette originale, on retrouve du thon cru mariné dans de la sauce soja. En accompagnement du poisson, on ajoute de l'avocat coupé en tranches, des algues, des noix de cajou ou de macadamia,

ANATOMIE DU BUDDHA BOWL

Dans le fond d'un grand bol, déposer les céréales complètes (riz, quinoa, pâtes, semoule...) et légumineuses (lentilles, pois chiches, haricots rouges...) pour faire le plein de protéines végétales. La portion de protéines doit représenter environ 1/3 du bol.

Les légumes occupent les 2/3 restants du bol, crus en cube ou en julienne (concombre, carotte, chou-fleur...), des légumes feuilles (kale, épinard, laitue, mâche, roquette...) et des légumes cuits en rondelles ou en dés (brocoli, betterave, patate douce...)

Pour apporter du croquant ajouter quelques oléagineux concassés, nature ou grillés, amandes, noix de cajou, noisettes, noix, pécan, graines de sésame, lin ou pavot, tout est permis

Pour lier le tout, préparer une sauce à base tahini*, purée de cacahuètes, de noix de cajou, de yaourt ou d'huile d'olive, que vous pouvez agrémenter de vinaigre, de gingembre ou encore de jus de citron, moutarde et des épices celons vos goûts.

En touche finale n'hésitez pas à saupoudrer votre bowl d'herbes fraîches.

*Le tahini est une pâte de sésame faite à partir de graines de sésame broyées, avec un peu d'eau, jusqu'à obtenir une pâte lisse.

L'ENCAS

SNACK

CUISINE FRANÇAISE ET SNACKING

PLATS À EMPORTER

À EMPORTER

Plats cuisinés / Sandwichs

Salades / Paninis

Bar à Soupes

Desserts / Boissons

1 rue de Provy - à côté de L'Essentiel (ancien Bistrot 22)
Rond point de Magenta
Ouvert du lundi au vendredi de 10h à 18h30
Téléphone : 412 600

L'EAU DE PASTÈQUE



Se désintoxiquer des sodas et autres jus de fruits sucrés, telle est la promesse de ces nouvelles boissons « naturelles ».

Composée à 90% d'eau, la pastèque contient des sels minéraux appelés électrolytes qui aident à réguler la pression sanguine. C'est le fruit par excellence à consommer sans modération durant l'été. Faible en calories et ultra-hydratante, l'eau de pastèque est déjà extrêmement populaire aux USA, grâce à Beyoncé, qui, en investissant dans la marque WTRMLN WTR, et a fait grimper en flèche la cote du breuvage. Elle est l'une des tendances healthy qui arrive en force chez nous en 2017 !

De plus, il n'y a rien de plus facile que de faire soi-même son eau de pastèque: ajoutez le jus d'un citron pressé à celui d'une pastèque. Vive l'été !



BOULANGERIE SAINT-HONORÉ



Pour la rentrée, la boulangerie Saint-Honoré vous attend avec son même savoir faire traditionnel artisanal, et toujours plus de produits de qualités confectionnés avec des matières premières sélectionnées avec soin. Johanna, Morgane et Elodie vous accueilleront avec le même dynamisme et sourire que l'an passé.

Pour la fabrication du pain Sébastien sélectionne les farines qui donnent à ses recettes leurs goûts et leurs typicités. Il se démarque en maintenant des méthodes traditionnelles. Alexandre pétrit lentement et marque des temps de repos significatifs entre chaque phase de la panification.

Vous trouverez des viennoiseries à la texture unique, à la fois croustillantes à l'extérieur et fondantes à l'intérieur. Pour se faire, François exerce un tournage au millimètre et les pâtes reposent de longues heures, donnant le temps au beurre de développer ses arômes, et à la fermentation de donner du goût.

Pour leurs pâtisseries, aux recettes exclusives, Guylene et Sébastien mettent un point d'honneur à trouver le meilleur des équilibres entre le goût, la texture et de diminuer le plus possible la quantité de sucre.

Retrouvez-nous sur Facebook : [Boulangerie Pâtisserie Saint-Honoré](#)

Le Siria

SNACK - RESTAURANT - SANDWICH
SUR PLACE OU À EMPORTER

« Cuisiner est l'art d'utiliser la nourriture pour créer le bonheur »

41 rue Forest Ducos
Tél. 28 80 25 / 78 70 25 - lesiria@lagoort.nc

FACILITÉ DE PARKING

Boulangerie Pâtisserie Saint-Honoré

Le goût, la passion et la tradition !

Pour la rentrée 2017
l'équipe du Saint-Honoré vous attend !

Rue J.F. CHERRIER, Complexe Le Golf Green Valley, Magenta (proche de La Tarriflette)
Boulangerie Pâtisserie Saint-Honoré / Téléphone 43 43 68
Ouvert du mardi au vendredi de 5h30 à 18h30 / Samedi et dimanche de 5h30 à 12h30

Mots mêlés

E S R E I H A C E A D N E G A
 G C P A R E N T S T C M N C E
 E A I E N T R E R C M H I A R
 L R N R P E I A T O A E A N V
 L T S M T B V A G P U B M T I
 O A T S L A E R M A T T E I L
 C B I E I B L R P I O R S N S
 G L T L E Y M U T N M O S E C
 O E U G V S N E C S N P A N O
 U R T E E I I H R L E S L O L
 T E E R R T A C L C A M C Y A
 E I U T U T R I E Y R C I A R
 R T R N O I T A E R C E R R I
 E A I R E N T R E E P E D C T
 C M E R U G I F E U T R E I E

- ACHAT
- AGENDA
- AUTOMNE
- BABYSITTING
- CAHIER
- CALCULATRICE
- CANTINE
- CARTABLE
- CLASSE
- COLLEGE
- COPAINS
- CRAYON
- ENTRER
- FEUTRE
- FIGURE
- FRAICHEUR
- GOMME
- GOUTER
- INSTITUTEUR
- LISTE
- LIVRE
- LYCEE
- MAITRE
- MATIERE
- MERCREDI
- MINUTIE
- PARENTS
- PRECIS
- PUNIR
- RECREATION
- REGLE
- RENTREE
- REVEIL
- SEMAINE
- SCOLARITE
- SPORT
- TRAC
- TRAIN
- TRAVAIL
- TRIMESTRE

Le mot-mystère est : septembre

ANAGRAMMES

Trouvez les anagrammes des 10 mots de la grille de gauche pour former verticalement dans la grille de droite le nom de deux massifs montagneux dans les Alpes Françaises.

C I B L E R
 H A R G N E
 G L A I S E
 T R E F L E
 N E U T R E
 S O N D E R
 C O R N E E
 R E U N I R
 T I S A N E
 M I E N N E



Empty 10x5 grid for anagram solution.

SOLUTION DE LA GRILLE D'ANAGRAMMES

I M E N N E
 T E N I V S
 R E N I E R
 E N C O R E
 R O N D E S
 T E N E U R
 R E F L E T
 A G I L E S
 H A R E N G
 C R I B L E

Apis Diffusion

MATÉRIEL APICOLE - MIEL ET PRODUITS DE LA RUCHE

10% DE REMISE EN ADHÉRANT AU PASS VIP POUR 2017

LIVRAISON GRATUITE SUR NOUMÉA CHAQUE SEMAINE



COFFRET GIFT BOXES
1 VERRE OFFERT POUR 2 KITS ACHETÉS, 5 VERRES À COLLECTIONNER !

LES KITS POUR "LA BIÈRE MAISON"

GELÉE ROYALE FRAICHE
100% LOCAL
LES 10 GR
5 000^{FRS}

POLLEN FRAIS LOCAL
LES 200 GR
2 000^{FRS}

EXTRACTEUR DE JUS
39 000^{FRS}

CIRE LES 5 KG
13 500^{FRS}

RUCHE COMPLETE PRETE A L'EMPLOI
27 000^{FRS}

NOUVEAU

Habits professionnels, matériel en kit ou monté, matériel d'extraction et d'emballage...

RETOUVEZ LE MATÉRIEL D'APICULTURE ICKO

La Saison Verte

Tél. 28 66 76 - 4 rue LAVOISIER - Ducos

100% NATUREL, 100% VANUATU !



JUS DE NONI
1 800^{FRS} (Les 600 ml)

HUILE VIERGE DE COCO
3 000^{FRS} (Les 1,5 l)

HUILE VIERGE DE TAMANU
800^{FRS} (Les 50 ml)

LA FOA - Tél. 46 65 49 - Mob. 83 62 21

Vente en ligne www.apisdiffusion.nc - Mail. apisdiffusion@lagoon.nc

Ouvert mercredi et jeudi de 7h30 à 11h30 et de 13h30 à 17h30, vendredi et samedi de 8h à 11h30 et de 13h30 à 18h

Le Grand Casting 9



INSCRIPTIONS SUR
sur www.legrandcasting.nc

PARTENAIRE OFFICIEL



Plus d'infos

Le Grand Casting

811 500

casting@oneway.nc

30 SEPTEMBRE
CASTINGS



En partenariat avec Bruno BERBÈRES
Directeur de casting de The VOICE
et The VOICE KIDS France

PARTENAIRES INSTITUTIONNELS



GOUVERNEMENT DE LA
NOUVELLE-CALÉDONIE



PROVINCE SUD

SPONSORS OFFICIELS

