



EDITORIAL

Une grande leçon d'humanité

Beaucoup d'émotions, de grandes joies, des inquiétudes de ne pas être sûr de bien faire, des moments de tristesse aussi, tous les ingrédients d'une compétition dans laquelle chacun veut proposer le meilleur de soi sont réunis cette semaine à La Réunion où se rencontrent tous les pays et les îles membres de la CJSOI.

C'est le rendez-vous tant attendu de l'amitié et de la fraternité où les jeunes nous montrent que lorsqu'on leur fait confiance ils savent prendre des responsabilités et faire de grandes choses.

Par delà les compétitions, les animations culturelles valorisent le travail accompli et permettent à chacun de rencontrer et de découvrir l'autre.



Merci à La Réunion pour son accueil!

La joie, la fête sont aussi au rendez-vous et c'est finalement une grande leçon d'humanité que nous donnent ces jeunes de l'océan Indien.

Bruno Prochasson
directeur Jeunesse et Sports
de Mayotte

ATHLETISME RENCONTRE AVEC UNE ATHLETE REUNIONNAISE

La belle brise d'Alizé

Nous faisons connaissance aujourd'hui avec Alizé, une jeune réunionnaise qui a participé au volet sportif de ces 7^e Jeux de la CJSOI. Elle a terminé 2^e du concours du saut en hauteur. Elle nous parle de son parcours sportif et de ses ambitions.



La délégation de la Réunion d'athlétisme n'a cessé d'encourager les athlètes, quelle que soit leur nationalité. (Photos Philippe Chan Cheung)

Alizé Brette, 14 ans, est l'une des plus jeunes athlètes de la délégation Réunion pour ces 7^e Jeux de la CJSOI. Sa spécialité : le saut en hauteur où elle a réalisé lundi après-midi la per-



La piste de Champ-Fleuri théâtre de quelques exploits tout au long de la semaine.

formance d'un mètre cinquante-six, ce qui lui a permis de se classer deuxième dans sa discipline et d'élever, au passage, son record personnel. Nous lui avons posé quelques questions sur son sport et les Jeux de la CJSOI.

« Un juste milieu entre compétition et partage »

– En quoi est-il important, pour toi, de participer à ces Jeux de la CJSOI?

– Au départ, juste après ma sélection pour ces Jeux de la CJSOI, je ne réalisais pas bien l'importance de cette compétition. Puis, lorsque j'ai remarqué le nombre d'affiches qui étaient placardées partout, la

place que ces Jeux occupaient dans les médias, je me suis dit que c'était quelque chose d'important et que j'avais une grande chance d'y participer.

– Que représentent-ils pour toi?

– Les Jeux permettent de mettre en avant le principe de l'échange entre les jeunes de l'océan Indien ainsi que le thème du fair-play. Il y a donc un juste milieu entre la compétition proprement dite et le partage entre tous et toutes.

– Quelle a été ta préparation en vue de ces Jeux?

– Il n'y a pas eu vraiment de préparation supplémentaire. Je m'entraîne régulièrement. Si ce n'est depuis mon arrivée au Village des Jeux où on s'entraîne tous les matins.

– Peux-tu nous définir ton parcours sportif?

– J'ai commencé l'athlétisme

en CE1 et le saut en hauteur vers la 6^e, 5^e. J'ai remarqué que, grâce à ma taille plus grande, je ne me débrouillais pas trop mal dans cette discipline. Pour ce qui est de la compétition, j'ai participé à un Réunion – Maurice en mai dernier où j'ai été classée 4^e, ainsi que les championnats de cross-country en mars.

– As-tu des projets d'avenir?

– Ce serait formidable pour moi de participer un jour au championnat de France d'athlétisme par équipes. Mais il faut que j'attende encore. Ils ne prennent que les cadettes et les meilleurs d'entre elles. Cela sera bien sûr difficile et me demandera plus d'entraînement. Après, le rêve de chacun, c'est de participer aux jeux Olympiques. Mais, là, c'est pas gagné!

Mélanie Russeil

LA RECETTE SEYCHELLOISE

Curry de poulet au lait de coco

Recette du Curry de poulet seychellois au lait de coco

Ingrédients : 1 poulet moyen, 3 gousses d'ail, 2 cuillères à soupe de quatre épices, 1 cuillère à soupe de safran vert, 2 cuillères à soupe de poudre de curry, poivre, sel, 200 grammes de pommes de terre, feuilles de cannelle, 1 tasse de lait de coco, 2 cuillères à soupe d'huile, gingembre.

Préparation : coupez le poulet en morceaux. Dans une casserole, faites bouillir le poulet avec du poivre, du sel, et 2 cuillères à soupe de quatre épices pendant 5 à 10 minutes. Ecrasez l'ail, le gingembre, le safran vert.

Epluchez les pommes de terre

et coupez-les en 4 morceaux. Lavez les feuilles de cannelle et coupez-les en petits morceaux. Retirez le poulet et placez-le dans une cocotte avec 2 cuillères à soupe d'huile d'olive. Ajoutez les épices écrasées (ail, gingembre, safran), feuilles de cannelle et 2 cuillères à soupe de curry.

Tournez pendant 5 minutes à feu bas, et couvrez-le tout jusqu'à ce qu'il sèche. Ajoutez la tasse de lait de coco et les pommes de terre coupées, et laissez mijoter. Tournez, de temps en temps, pendant 5 à 20 minutes. Goûtez pour l'assaisonnement et bon appétit!

Conseils : servez avec du riz basmati. Servez avec un rosé de Provence

GROS PLAN

POISSON ET RIZ À LA BASE

Le poisson et le riz sont la base de la cuisine seychelloise. On apprécie comme repas le bouillon des brèdes, la rougaille poisson, le chatini de requin, la daube de fruit à pain. Dans les spécialités locales, on retiendra aussi la « salade du millionnaire » aux cœurs de palmistes, le cari de roussette ou de zourite, le cari coco, la soupe de teteq, le tout accompagné de l'indispensable de bière pays (le pays possède une brasserie, la Seychelles Breweries qui produit 7 millions de litres par an).

Dans les restaurants, vous pouvez cependant manger une bonne viande rouge pour les nostalgiques. Poulpes, crabes, crevettes permet de varier les plats à travers le cari pays. Autant vous dire que la gastronomie de l'île ne manque pas d'atout et vous mangerez bien. Mangue, papaye, noix de coco, banane sont autant de fruit qui sont utilisés pour les desserts.

Le proverbe seychellois

Delo trankil i profon (traduction : se méfier de l'eau qui dort)

Une info sport à nous transmettre
une seule adresse :

sport@lequotidien.re

fax. 0262 28 25 28

ANIMATION OUVERT TOUS LES JOURS AU VILLAGE DES JEUX

Le foyer, lieu de rencontre

Il est un endroit que les jeunes fréquentent assidûment, c'est le foyer. Au village des jeux, c'est un lieu de rencontre incontournable.



Des jeux et des animations à disposition des jeunes.



Le foyer du Village des jeux ne désemplit pas.

Le foyer d'animation des Jeux est ouvert de 9 heures à 11 h 30 et de 13 h 15 à 19 heures. Il est animé par des personnes appartenant au CAP (Club animation prévention) et ne désemplit pas.

Il accueille pratiquement

trois cents personnes par jour et il constitue un des principaux lieux de rencontre des jeunes.

Pour divertir les sportifs et les jeunes du volet jeunesse, des tables de ping-pong sont installées, plusieurs jeux de so-

ciété sont à disposition, ainsi que de la musique pour les oreilles.

Les jeunes peuvent amener de la musique et des films de leurs îles respectives. Six encadrants se relayent pour assurer une discipline collective. Ces

encadrants sont des animateurs de terrain qui s'occupent régulièrement d'ados.

Mis en service le jeudi 29 juillet, ce foyer fonctionnera jusqu'à la fin de la CJSOI, soit le vendredi 6 août.

Benjamin Armougom