

8/9/10
NOVEMBRE | SALLE
OSCO MANOSCO

MUNDO MANOSQUE 2013 LATINO

+36h
de cours

BALSA
RAGGA
KIZOMBA
REGGAETON
BACHATA
ZUMBA

3 SOIRÉES 3 AMBIANCES
cubaine, tropicale, disco

zumba party

STAGES
en journée

CONCERTS
bachata & salsa

INFOS & RÉSA : 06 74 13 36 85 - FACEBOOK : MUSICA TOUNGA

Salsa #P



NEW Recette à la carte
SPORT
COMMERCE
ASSOCIATION
EXPO
ARTISTE
ACTU CINÉ

L'ACTU DU CAFÉ PRO
SPÉCIAL HALLOWEEN
VOS SORTIES DU MOIS





COMMANDEZ EN LIGNE SUR



FAITES VOS COURSES EN LIGNE ET PROFITEZ DEPUIS CHEZ VOUS DE TOUS LES AVANTAGES DE VOTRE HYPER U MANOSQUE

LES MÊMES PRIX
QU'EN RAYON

UN LARGE CHOIX
DE PRODUITS

DES POINTS
CARTE U

VOS PRODUITS
SOIGNEUSEMENT SÉLECTIONNÉS

Confiez-lui votre liste de courses
et choisissez entre livraison*
ou retrait en magasin.



les nouveaux commerçants

U LE COMMERCE QUI PROFITE À TOUS

HYPER U
Manosque

Z.I Saint Joseph - 04 92 70 70 30
Sortie autoroute A51 direction centre ville
Ouverture du lundi au samedi de 8h30 à 20h sauf le vendredi de 8h30 à 20h30
GPS : Latitude 43.833165 Nord - Longitude 5.742588 Est



SYSTEME U COURSELINE NATIONALE - RCS Cahors n° 8304 692 866 - Photo: www.contractuelle.com - Année 2013. Des frais de livraison sont applicables pour le service livraison à domicile. Selon les villes desservies par votre magasin. Voir conditions sur www.coursesu.com.

Voilà, la trousse est opérationnelle, le cahier aussi. J'espère que la rentrée s'est bien passée pour vous tous, petits et grands. Vous avez trouvé vos activités et loisirs pour décompresser après une bonne journée de travail ? Les choses sérieuses reprennent, finis la chaleur, le soleil, les grillades, les apéros entre amis... Mais nous n'allons pas laisser place à la morosité ambiante de l'entrée dans l'automne, grâce à votre magazine Mouv'in vous êtes informés des événements à vivre dans votre département, pour continuer à sortir et profiter de ce cadre de vie qui s'offre à nous !

Comme à son habitude, le magazine Mouv'in vous propose un éventail d'animations, d'activités physiques ou culturelles, de rendez-vous, de rencontres et d'échanges... Il y en a pour tous les goûts et c'est cela qui permet de rassembler autant de lecteurs autour du seul magazine mensuel gratuit du département et des environs. Un support unique, qui vous informe, vous renseigne, vous oriente. Le seul support qui met en avant chaque mois, et ce depuis huit ans, des

artistes, des groupes de musique, des associations, des personnages, des commerçants, des clubs sportifs, des événements locaux. Mouv'in parle de vous, de votre entourage, de votre cercle de vie, Mouv'in est fait pour vous !

Et comme nous souhaitons vous en offrir toujours plus, depuis le mois de mai vous pouvez retrouver les reportages vidéo sur la seule télé du département : Mouv'in TV. Pour cela, rien de plus simple, rendez-vous sur : www.mouv-in.tv. Vous pourrez y découvrir plus de sujets, des rencontres avec les différents acteurs de la ville, des retours sur événements pour les revivre dans l'ambiance, des parcours sportifs, et bien d'autres sujets... le tout en totale indépendance et surtout gratuitement !

Mouv'in, mensuellement indispensable !

Nicolas Le Plénier
(directeur de publication)



0 0 0 1 3 9 8 ARBRES PLANTÉS, GRÂCE AUX ANNONCEURS !

MAGAZINE MENSUEL GRATUIT

édité par l'entreprise Ndesign Publications · Siret : 480 187 970 00011 - APE : 7411Z
Siège social : le jardin des Hespérides Bât.B · 140, allée de la Ponsonne - 04100 Manosque
Portable : 06 64 14 04 94 - contact@mouv-in.com - www.mouv-in.com
Directeur de publication : Nicolas Le Plénier · Mise en page : Agence Ndesign
Imprimé en France · ISSN : 1953-7727 - dépôt légal à parution

plus de 15 000 lecteurs / mois

Ne peut être vendu · Ne pas jeter sur la voie publique · Toute reproduction, même partielle, est interdite (art. L.335 à L.335-10 du Code de la propriété intellectuelle)

VOTRE PUBLICITÉ DANS 

Contactez Nico au **06 64 14 04 94**
contact@mouv-in.com

MOUV'IN
SERVICE IMPRIMERIE 

MAIS AUSSI...

**FLYERS • AFFICHES • BANDEROLES
BROCHURES • ADHÉSIFS • ENSEIGNES
OBJETS PUBLICITAIRES • DRAPEAUX
STANDS • ROLL'UP • PLAQUETTES
DÉPLIANTS • MENUS RESTAURANT**

et tous vos besoins en impression

POUR LES FÊTES

**pensez à commander vos
ÉTIQUETTES, CALENDRIERS
SACS SHOPPING PERSONNALISÉS**

1000 CARTES DE VISITE

80 € HT

**QUADRI R°/V° + PELLICULAGE R°
MAQUETTE + LIVRAISON OFFERTE**

offre valable jusqu'au
31 octobre 2013
hors remises et
promotions en cours

COMMANDE & INFOS : 06 64 14 04 94 - contact@mouv-in.com



ACTUS CINÉ

les sorties ciné d'octobre avec le cinéma LE LIDO - Manosque



PLANES (2D/3D) // 9 OCTOBRE

Réalisé par Klay Hall · Avec Dane Cook, Priyanka Chopra, Julia Louis-Dreyfus
Genre : Animation

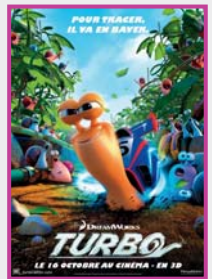
Chaque jour, alors qu'il pulvérise des traitements agricoles sur les récoltes, le petit avion de ferme Dusty se prend à rêver qu'il pourrait voler en compétition au milieu des avions les plus rapides au monde. Seulement voilà, il n'a pas vraiment le gabarit d'un champion, et en plus, il est sujet au vertige ! Comme il n'est pas du genre à renoncer, Dusty fait appel à Skipper, un as de l'aéronavale, pour l'aider à se qualifier lors des éliminatoires du Grand Rallye du Tour du Ciel et ainsi défier sur son terrain Ripslinger, le redoutable tenant du titre. Et c'est au-dessus du monde de CARS, avec l'aide d'une hilarante flottille de casse-cou volants venus des quatre coins de la planète, que Dusty va déployer ses ailes pour relever, sous les yeux des spectateurs du monde entier, le plus grand défi de sa vie...



TURBO (2D/3D) // 16 OCTOBRE

Réalisé par David Soren · Avec Ryan Reynolds, Samuel L. Jackson
Genre : Animation , Aventure , Comédie

Turbo est un escargot qui n'a qu'un seul rêve en tête : être incroyablement rapide ! Son obsession pour la vitesse l'a rendu quelque peu impopulaire chez les siens, où lenteur et prudence sont de rigueur. Mais il est hors de question pour lui de se conformer. C'est alors que se produit un étrange accident qui lui donne soudainement le pouvoir de foncer à toute vitesse. Il s'embarque alors dans une aventure extraordinaire pour accomplir son invraisemblable destinée : courir contre le plus grand champion de course automobile, Guy La Gagne. Avec l'aide d'une équipe d'escargots aussi rusés que stylés, l'ultime outsider Turbo mettra tout son cœur – et sa coquille, pour prouver qu'aucun rêve n'est trop grand, aucun rêveur n'est trop petit



THE MORTAL INSTRUMENTS (2D/3D) // 16 OCTOBRE

Réalisé par Harald Zwart Avec Lily Collins, Jamie Campbell Bower
Genre : Fantastique , Action , Aventure

New York, de nos jours. Au cours d'une soirée, Clary, 15 ans, est témoin d'un meurtre. Elle est terrifiée lorsque le corps de la victime disparaît mystérieusement devant ses yeux... Elle découvre alors l'existence d'une guerre invisible entre des forces démoniaques et la société secrète des Chasseurs d'Ombres. Le mystérieux Jace est l'un d'entre eux. À ses côtés, Clary va jouer dans cette aventure un rôle qu'elle n'aurait jamais imaginé.



**EXPO
40M²**

**ENDUIT
FACADE**

**PIERRES
DÉCORATIVES**

**ISOLATION THERMIQUE
PAR L'EXTERIEUR**



22 bd Casimir Pelloutier - MANOSQUE - 04 92 79 66 06 / 06 70 54 39 23

Pour voir les bandes-annonces
Flashez les QR Code
avec votre smartphone



LE COEUR DES HOMMES 3
// 23 OCTOBRE

Réalisé par Marc Esposito • Avec Bernard Campan, Jean-Pierre Darroussin, Eric Elmosnino • Genre : Comédie, Romance

Alex, Antoine et Manu rencontrent Jean, un solitaire, qui ignore les plaisirs de l'amitié. Peu à peu, ils apprennent à se connaître, à s'apprécier. Jean est touché par la complicité et l'affection qui nourrit leur relation, il découvre le bonheur d'être ensemble. Quand leurs aventures sentimentales et les épreuves de la vie les bousculent, ils se regroupent pour les partager, pour se tenir chaud. De confidences en éclats de rires, le trio redevient un quatuor.



**THOR : LE MONDE
DES TÉNÈBRES**
(2D/3D)
// 30 OCTOBRE

Réalisé par Alan Taylor
Avec Chris Hemsworth,
Natalie Portman,
Genre : Action, Fantastique

Thor se bat pour restaurer l'ordre à travers l'univers... Mais une ancienne race menée par le menaçant Malekith revient pour précipiter l'univers dans les ténèbres. Face à un ennemi auquel même Odin et Asgard ne peuvent résister, Thor doit s'embarquer dans son plus périlleux voyage jusqu'à ce jour, au cours duquel il retrouvera Jane Foster et sera contraint de tout sacrifier pour sauver l'humanité.



MBM

Prêt à Porter Homme et Femme

FÊTE SES
25
ANS

EXCEPTIONNEL

-25%

sur toute la collection Kaporal
du 1er au 31 octobre

Kaporal
Deeluxe
Nana Baila
Cuir Arturo
et bien d'autres...

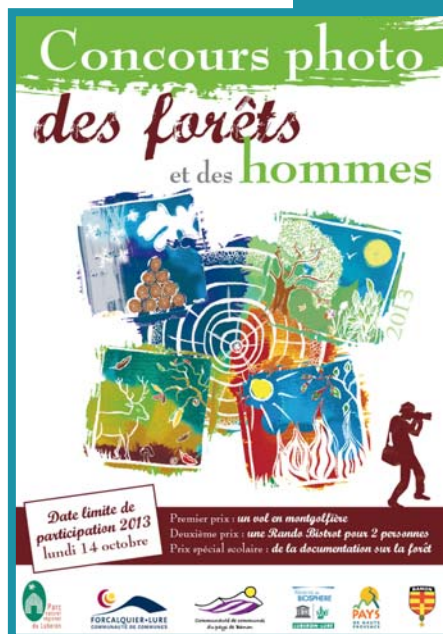
lundi : 14h30 - 19h

Mardi au samedi : 9h-12h & 14h30-19h

17 AVENUE JEAN GIONO - MANOSQUE

Tél. : 04 92 72 20 80

CONCOURS PHOTO « DES FORÊTS ET DES HOMMES »



Le parc naturel régional du Luberon, la communauté de communes Pays de Forcalquier-Montagne de Lure et la communauté de communes Pays de Banon organisent un concours de photographies numériques gratuit sur le thème « Des forêts et des hommes ».

**JUSQU'AU
LUNDI 14 OCTOBRE
MINUIT**

Gagnez un vol en montgolfière pour une personne ou une rando-bistrot pour deux personnes en partageant votre regard sur les relations entre les hommes et les forêts !

Les scolaires (écoles, lycées et établissements d'études supérieures) peuvent également participer à titre collectif pour gagner une documentation variée sur la forêt.

VENEZ À BANON LE 20 OCTOBRE !

Les photos seront projetées le dimanche 20 octobre 2013 à Banon lors de la fête. Vous pourrez voter pour les photos qui vous touchent le plus de 10 h à 16 h. La remise des prix du concours se fera à 16 h 30.

POUR PARTICIPER

Les participants (individuels ou classes) peuvent envoyer jusqu'à 5 photographies au format JPEG pour le lundi 14 octobre à minuit, par mail uniquement : lesquatresaisonsdelaforet@gmail.com. Les photographies peuvent être en couleur ou en noir et blanc. Elles doivent comporter individuellement un titre et un nom d'auteur.

RENSEIGNEMENTS

lesquatresaisonsdelaforet@gmail.com
ou 04 90 04 42 00

LA SEMAINE DU GOÛT 2013

La Semaine du goût s'apprête à revenir avec une nouvelle édition, à découvrir du 14 au 20 octobre 2013. Cet événement, devenu incontournable, promeut l'éducation au goût et l'expertise des chefs et artisans de France, afin de valoriser le patrimoine alimentaire français, de la terre à l'assiette.

Rendez-vous du 14 au 20 octobre 2013 pour découvrir la nouvelle édition de la Semaine du goût. Placée sous le signe des rencontres et du partage, cette 24e édition sera marquée par de nombreux événements à l'instar des Leçons du goût dans les écoles primaires, la Chaîne du goût dans les collèges, Chef sur le campus au sein des universités, et la 2e Rencontre nationale des chefs de demain pour les apprentis cuisiniers. Les plus grands vivront aussi des expériences gustatives multiples avec les Ateliers du goût partout dans la région et les Tables du goût des restaurants partenaires. À vos fourchettes !

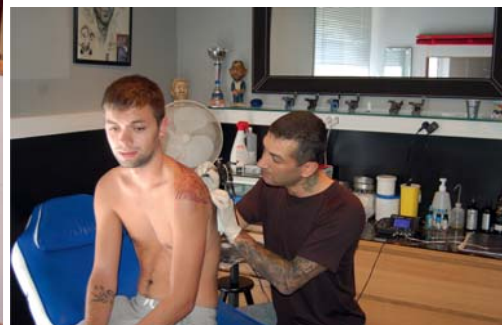
LEÇONS DE GOÛT

Le goût ne se résume pas à ce que ressentent les papilles. Découvrir des saveurs, les différencier, les créer, en parler... cela s'apprend et se cultive. Depuis 1990, des milliers de professionnels des métiers de bouche se rendent dans les écoles pour donner des leçons de goût à des classes de CM1 et CM2. En 2012, 5 000 leçons de goût ont été données avec succès grâce à la bonne volonté et au professionnalisme exceptionnel des chefs de cuisine, boulangers, pâtisseries, bouchers, charcutiers, traiteurs, fromagers, primeurs ou agriculteurs, chefs... éducateurs d'un jour.

ATELIERS DU GOÛT

Parcours du goût, shows culinaires, cantines en fête, des journées portes ouvertes... tout est prétexte à organiser une rencontre faite d'expériences autour du goût. À vocation pédagogique, les Ateliers du goût contribuent à initier petits et grands au goût et aux différentes saveurs partout en France. Ils sont organisés par des collectivités locales, des artisans, des associations, des fermes, des musées... Ces Ateliers du goût, ouverts au grand public, sont le plus souvent gratuits ou à tarif préférentiel. Quand ? Du lundi 14 au dimanche 20 octobre 2013, dans de nombreux lieux de vie en France. Inscription sur www.legout.com.





Paradoxalement, les spécialistes de la transformation dermique ont décidé de faire peau neuve à l'approche de leur huitième anniversaire. Vous l'aurez compris, cette métaphore indique que vos spécialistes de la modification corporelle évoluent pour votre plus grand bonheur.

Les deux sympathiques bourreaux corporels ne cessent, malgré les années qui passent, d'avoir cette volonté qui les caractérise si bien. Une volonté d'évolution, et surtout de satisfaire du mieux possible leurs clients qui viennent chaque jour leur confier un bout de peau. À cette occasion, il y a eu du changement dans votre studio de tatouage-piercing...

UN GRAND RÉAMÉNAGEMENT

Votre lieu de rendez-vous reste le même, avenue Majoral-Arnaud à Manosque, mais vous pourrez constater, dès votre entrée dans le studio, qu'il y a eu du changement. Un aménagement plus convivial pour faciliter l'accès, mais aussi pour améliorer le confort et la qualité de travail des deux professionnels. Vous

trouvez donc trois box, deux destinés au tatouage et un pour le piercing. Chacun disposant d'une totale intimité et un univers spécifique à Gérard ou Stéphane. Vous pourrez profiter d'une salle d'attente confortable en restant au contact de la chaleur humaine de vos hôtes et passer un agréable moment en leur compagnie.

CONSTANTE AMÉLIORATION

Un nouvel aménagement et une nouvelle identité graphique, mais l'amélioration ne s'arrête pas là ! Cela passe par des stages de tatouages dans ce souci constant d'apprendre toujours et encore plus. À la rencontre d'autres talents et d'autres styles lors des conventions de tatouage, et surtout une conformité vis-à-vis des normes

d'hygiène qui évoluent sans cesse pour une sécurité garantie d'un travail qui touche à l'intégrité corporelle.

« Immortal Karesse aujourd'hui est différent d'hier, cette différence ne pourra se faire qu'avec les personnes désireuses de subir une transformation corporelle », nous précise Stéphane qui, depuis plus d'un an, vient suppléer Gérard qui continue à s'affirmer dans la maîtrise de son art.

HORAIRES D'OUVERTURE

Désormais, avec deux tatoueurs, il y en a toujours un présent pour vous conseiller. Du coup, le studio est ouvert du mardi au samedi de 10 h à 18 h 30 et le lundi sur rendez-vous. Il en est de même pour vos demandes de piercing.

INFORMATIONS

IMMORTAL KARESS

Avenue Majoral-Arnaud

04100 Manosque

Tél. : 04 92 74 79 13

www.immortalkaresse.com

Facebook : ImmortalKaresse Piercer



Tout savoir pour entreprendre

Jeudi 17 octobre
de 13h30 à 19 heures



Salle des fêtes Osco Manosco à Manosque

30 STANDS, DES PROS ET DES TÉMOIGNAGES

➔ 10 ATELIERS CONFÉRENCES

www.initiative-hauteprovence.com

Le 17 octobre prochain, retrouvez pour la troisième fois cet événement départemental à la salle des fêtes de Manosque. Organisé par Initiative Haute-Provence, en étroite collaboration avec Initiative Alpes du Sud.

Une journée qui vous donnera l'envie de créer votre boîte, l'envie d'entreprendre, l'envie de réussir, l'envie de ressembler aux chefs d'entreprise qui réussissent, l'envie d'entrer dans ce groupe, ce monde dynamique, et de vous épanouir dans votre vie professionnelle. C'est le but de cette 3^e Journée de la création et de la transmission d'entreprise : tout savoir pour entreprendre.

PRÉSENCE DE PROFESSIONNELS

Pour des réponses claires et précises, des professionnels et spécialistes (structures d'accompagnement ou experts-comptables, notaires, Oséo...) seront présents et vous orienteront dans les choix à faire. Des chefs d'entreprise viendront faire partager leurs expériences et témoignages aux futurs créateurs et repreneurs.

TRENTE STANDS

Des stands seront mis à disposition afin que les personnes intéressées puissent s'informer et être conseillées par des

professionnels. Elles pourront également assister aux ateliers et conférences. Elles pourront profiter également d'un coin détente et d'une restauration sur place.

AU SERVICE DES CRÉATEURS, DES TERRITOIRES ET DE L'EMPLOI

« Initiative Haute-Provence est l'une des 230 plateformes qui constituent Initiative France, premier réseau associatif d'appui et de financement des créateurs d'entreprises. En 2012, dans un contexte difficile, elles ont bien rempli leur rôle en soutenant la création, la reprise ou la croissance d'un peu plus de 16 000 entreprises. Ces entreprises ont elles-mêmes créé ou maintenu plus de 37 000 emplois la même année. Nous intervenons partout de deux manières, aussi importantes l'une que l'autre. Tout d'abord, par un prêt d'honneur sans intérêts ni garanties, accordé au porteur de projet, qui renforce ses fonds propres et l'aide à obtenir un financement bancaire complémentaire. En 2012,

nous avons distribué 159 millions d'euros de ces prêts à taux zéro et les banques ont prêté en complément plus d'un milliard d'euros. Par ailleurs, nous accompagnons l'entrepreneur pendant la préparation de son dossier et la durée de remboursement du prêt. Les équipes des plateformes, 861 salariés et 14 400 bénévoles, dont 4 500 parrains, se mobilisent pour donner toutes les chances de succès à ceux que nous finançons. Les entreprises qui bénéficient du soutien financier et humain du réseau affichent, après trois ans d'existence, un taux de pérennité de 86 %. Ces chiffres nationaux, comme ceux d'Initiative Haute-Provence, prouvent la pertinence de notre mode d'intervention au service des créateurs, des territoires et de l'emploi », nous précise Louis Schweitzer, président d'Initiative France.

INFOS PRATIQUES

Tout savoir pour entreprendre
3^e édition de la Journée de la création et de la transmission d'entreprise
Jeudi 17 octobre 2013
de 13 h 30 à 19 h à Manosque
Salle des fêtes Osco-Manosco
Tél. : 04 92 72 51 51
contact@initiative-hauteprovence.com
www.initiative-hauteprovence.com



LES OFFRES
15^è
ANNIVERSAIRE
du 1er au 31 octobre 2013

PRÉSENT À LA FOIRE EXPO DE SISTERON
du 4 au 7 octobre

PROVENCE PISCINES



PISCINES
Magiline

PISCINES PAR PASSION
www.piscines-magiline.fr

POUR L'ACHAT D'UNE PISCINE

PROFITEZ DE LA PROMO
NAGE À CONTRE COURANT
AVEC 4 BUSES BALNÉO DANS L'ESCALIER

À 990 € TTC
POSÉE

au lieu de 3290 € TTC posée

POUR L'ACHAT D'UN SPA

TRANSPORT + BACHE +
ESCALIER OFFERTS

Phybris spa



SHOWROOM
SPA
SAUNA
HAMMAM

PROVENCE PISCINES MANOSQUE (Expo piscine/Spa)

Route de Volx (face à Auchan) - 04100 Manosque
Tél. 04 92 74 78 14 - Mail : propismanosque@orange.fr

PROVENCE PISCINES LA BRILLANNE (Rénovation/SAV)

Rond point Les Fourches - 04700 La Brillanne
Tél. 04 92 78 61 32 - Mail : provence-piscine2@wanadoo.fr



Nouvel arrivé dans le paysage gastronomique manosquin, le Bouchon catalan vous propose une cuisine qui vous fera voyager, et traverser le sud de la France en quelques bouchées.

L'ouverture est prévue le 16 octobre sur la place du Terreau à Manosque, il vous faudra quelques jours de patience afin de découvrir ce restaurant à la cuisine créative et originale, qui propose de nouveaux goûts et nouvelles saveurs pour vos déjeuners ou dîners.

Le Bouchon catalan c'est avant tout le savant mélange du concept des bouchons lyonnais et de la cuisine catalane et méditerranéenne. Une cuisine de montagne (jambon ibérique, serrano, charcuterie, viandes...) complétée par des produits de terre et de mer (anchois de Collioure, par exemple). Une cuisine traditionnelle le midi et semi-gastronomique le soir avec, point très important, la prise en compte du budget d'aujourd'hui qui vous permettra d'accéder à des plats raffinés et de qualité pour un coût raisonnable.

SON PREMIER RESTAURANT

Fort de nombreuses expériences, Laurent Urbano peut enfin sauter le pas et acquérir son propre restaurant.

Un chef qui a fait ses classes à Groisy, à Megève, à la Fuste, au Clos de la violette, à la Colombière en Suisse, au Petit Lauragais et The Kitchen. Désormais maître à bord, il va pouvoir donner libre cours à sa créativité et développer son concept qui lui tient tant à cœur. Pour cela, il sera épaulé par son associé Benjamin Follana avec qui il a déjà travaillé durant deux ans, notamment au Petit Lauragais et The Kitchen. Ce pâtissier-cuisinier apportera forcément sa touche personnelle.

MENUS ET PLATS

« Le midi, les gens recherchent à manger bon, vite, pas cher et sans attente, pour cela nous proposons un menu à 16 € avec deux entrées au choix, une viande ou un poisson au choix, carte de desserts, plateau de fromages et café. Ou bien, entrée et plat, ou plat et dessert à 13 €, ou la formule plat du jour à 10,90€. Pour le soir, nous gardons une petite carte de saison en jouant sur la fraîcheur des produits avec, au choix : trois entrées, trois poissons ou trois viandes, plateau

de fromages, cinq desserts, café, pour des menus à 26 et 36 € », nous précise Laurent.

À noter une particularité, le samedi midi, le Bouchon catalan vous proposera un menu « retour du marché » avec des produits achetés le matin même aux producteurs locaux présents sur le marché de Manosque.

INFORMATIONS

Le Bouchon catalan dispose d'une salle de 30 à 40 couverts dans une décoration moderne et chaleureuse. Une terrasse couverte de 30 places. Situé au bout de la place du Terreau vous aurez une facilité de stationnement avec le parking juste à deux pas. Ce parking est gratuit le soir, et pour votre repas du midi, il est gratuit pendant 50 min; mais si vous souhaitez prendre votre temps afin de déguster votre repas, le Bouchon catalan vous rembourse le prix du parking sur présentation de votre ticket (déductible de votre note, durée maximale remboursée : 1h30 de stationnement).

Le Bouchon catalan est ouvert tous les jours midi et soir, sauf le lundi et le mardi.

RENSEIGNEMENTS ET RÉSERVATIONS

Le Bouchon catalan
Place du Terreau 04100 Manosque
Tél. 04 92 79 37 45

OUVERTURE LE 16 OCTOBRE



LE BOUCHON Catalan

RESTAURANT *spécialités terre et mer*

**PARKING du Terreau
GRATUIT MIDI et SOIR***

LE BOUCHON Catalan

**VOUS REMBOURSE LE PRIX DU PARKING
sur présentation de votre ticket**

(*déductible de votre note, durée maximale
remboursée : 1h30 de stationnement).

FORMULES MIDI

- Plat du Jour : **10€90**
- Plat+dessert
ou entrée+plat : **13€**
- Entrée+plat
+dessert+café : **16€**



ouvert du mercredi au dimanche midi et soir
Tél. : 04 92 79 37 45

**21b Place du Terreau
MANOSQUE**



Peyrolles-en-Provence accueille son premier Salon du mariage et de l'événementiel les 2 et 3 novembre prochain. L'occasion de venir à la rencontre de professionnels pour l'organisation de votre mariage, le tout à quelques minutes de Manosque.

L'association C'est que du bonheur est une association loi 1901 regroupant des prestataires et commerçants de qualité liés à l'événementiel et plus particulièrement au mariage. Cette association s'est créée afin d'améliorer sans cesse les produits et services pour satisfaire la clientèle ainsi que pour organiser des manifestations publiques telles que le Salon du mariage et de l'événementiel de Peyrolles-en-Provence.

DES PROFESSIONNELS IMPLIQUÉS

Virgin Cérémonie, organisation et robes de mariées, le Clos des anges, salle de réception pour vos événements, et Fabien Belmonte, photographe-portraitiste et designer graphiste, sont à l'initiative, et organisateurs, du Salon du mariage et de l'événementiel, qui aura lieu à l'espace Frédéric-Mistral à Peyrolles-en-Provence, les 2 et 3 novembre 2013.

« Nous voulons offrir un salon qui procurera aux visiteurs, un style différent par rapport aux "salons habituels". Les différents prestataires ne seront pas "parqués dans des box", mais seront libres de leurs mouvements. Ils converseront de leurs produits et services avec le public. Ils vous inviteront à vous asseoir en leur compagnie autour d'un café ou d'un verre de bulles pour une ambiance détendue et chaleureuse! Nous mettrons en place avec les 40 prestataires présents différentes ambiances et diverses décorations permettant aux futurs organisateurs de mariage ou d'événements de "se projeter". »

Un salon où vous trouverez des traiteurs, des vigneron, des pâtisseries, des confiseurs, des animateurs pour enfants et adultes, une garderie... des décorateurs, des créateurs de faire-part personnalisés, des espaces dédiés à la beauté (coiffure, ongles, minceur,

bijoux, robes, costumes sur mesure...), à la photographie (réalisation de portraits...), un espace cérémonie laïque, une décoration originale et féérique...

Mais chut ! Nous n'en dirons pas plus pour vous laisser le plaisir de la surprise lors de votre visite les 2 et 3 novembre 2013 à Peyrolles-en-Provence, à l'espace Frédéric-Mistral.

SOYEZ CURIEUX ET VENEZ NOMBREUX !

Achetez vos billets en ligne et obtenez plus d'informations sur le site internet du salon :

www.salon-mariage-peyrolles.com.

Prix adulte : 6 € — Prix couple : 10 €
— Enfants de moins de 12 ans : gratuit
Buvette et restauration sur place.





Le salon du
mariage
et de l'événementiel

2-3
NOV
2013

Espace Frédéric Mistral
13860 Peyrolles-en-Pce

Renseignements, Réservations et Billeterie en Ligne :
www.salon-mariage-peyrolles.com



Depuis cinq ans, Oraison en Provence, met l'amande à l'honneur. Retrouvez la programmation de cette journée gustative, mais pas seulement...

À travers cette fête, l'association Fête de l'amande souhaite promouvoir le patrimoine industriel, artisanal, culinaire et agricole autour de l'amandier, symbole de la Provence. Alors, partagez la passion de ces « croqueurs d'amandes » et partez à la découverte de ce patrimoine, mais aussi de vos sens à travers les différentes animations proposées pendant ces deux journées.

AU PROGRAMME DE CE WEEK-END FESTIF :

LE SAMEDI 12 OCTOBRE DE 9 H À 18 H

LES RENCONTRES AUTOUR DE L'AMANDE

Conférences à l'usine Perl'Amande

- 9 h-10 h : « Les bienfaits des fruits secs » par P. Chavigny, responsable recherche et développement-qualité Perl'Amande.
- 11 h-12 h : « La culture de l'amandier » par C. Delobel, technicienne agricole de l'amande, et H. Duval, chercheur à l'INRA.
- 14 h-15 h : « Témoignage d'un cultivateur » par F. Drac, cultivateur d'amandes à Dabisse.
- 16 h-17 h : « Les anciennes variétés d'amandes » par J.-P. Talichet, responsable de la Maison de la biodiversité à Manosque.

Visites de l'usine Perl'Amande

Rendez-vous sur place, chemin du Thuve. Tél. 04 92 78 63 86.

Les visites de l'usine sont prévues pour une durée d'environ une heure avec un groupe de 10 à 15 personnes maximum, et se dérouleront entre les conférences.

Une visite le matin de 10 h à 11 h, et deux visites l'après-midi de 15 h à 16 h.

LE DIMANCHE 13 OCTOBRE DE 9 H À 19 H

CENTRE-VILLE D'ORAISON

- Grand marché artisanal et du terroir autour de l'amande et de ses dérivés sur la place du Colonel-Frume.
- Le cassoir : cassage des amandes durant toute la journée par l'authentique cassoir de Valensole du XIX^e siècle.
- Oraison a l'honneur d'accueillir le chef étoilé Jany Gleize de la Bonne Étape pour une nouvelle création à base d'amandes, vers 15 h.
- Le groupe folklorique Les Fileuses d'Oraison réalisera une animation sur la casse traditionnelle des amandes avec les galets de la Durance.
- Animation musicale, vers 11 h 30, par l'Harmonie d'Oraison.

CHÂTEAU D'ORAISON

- Exposition de photos d'amandes et d'amandiers par l'école de photo de Volx.
- Modelage de pâte d'amandes pour les enfants par l'association Pas sage.
- Projection du film des frères Silvain, paysans nougatiers, Il était en Provence...
- Présentation culinaire, par le chef Sylvain Novak, du travail de l'amande en pâtisserie.

PLACE DU KIOSQUE

Circuit de quads et château gonflable toute la journée pour les enfants.

SALLE DE L'EDEN

Repas autour de l'amande, par le traiteur la Fricassée. Sur réservation auprès de l'office de tourisme, tél. 04 92 78 60 80.

VISITE DE LA FABRIQUE DE NOUGATS ET CALISSONS ROUBAUD

De 10 h à 18 h : visite d'une demi-heure de l'atelier Calisson.

Rendez-vous sur place, 43 avenue Flourens-Aillaud.

Tél. 04 92 78 62 59.

RENSEIGNEMENTS ET RÉSERVATIONS :

Office de tourisme d'Oraison, tél. 04 92 78 60 80.

<http://www.oraison.com/>

Association Fête de l'amande, tél. 06 71 20 00 60, Michel Doucet.

AVIS DE RECHERCHE DE LA POINTUE D'ORAISON

L'association Fête de l'amande lance un avis de recherche de l'amande pointue d'Oraison, variété ancienne du terroir dont les caractéristiques sont méconnues. Si vous pensez détenir un amandier de cette variété, n'hésitez pas à apporter, au stand de la Maison de la biodiversité présente sur la fête, vos amandes, feuilles, photos..., et faire part au technicien présent de vos remarques et observations sur la culture de cet amandier. L'association vous remercie de votre participation à la conservation de notre patrimoine fruitier.

12 et 13
octobre

O R A I S O N

FÊTE DE L'AMANDE

Samedi 12 octobre :

Visites de Perl'Amande et conférences autour de l'amande

Dimanche 13 octobre :

Marché de producteurs

Visite de la confiserie Roubaud

Cassage d'amandes

Démonstrations de chefs

Animations pour enfants, circuit Quad

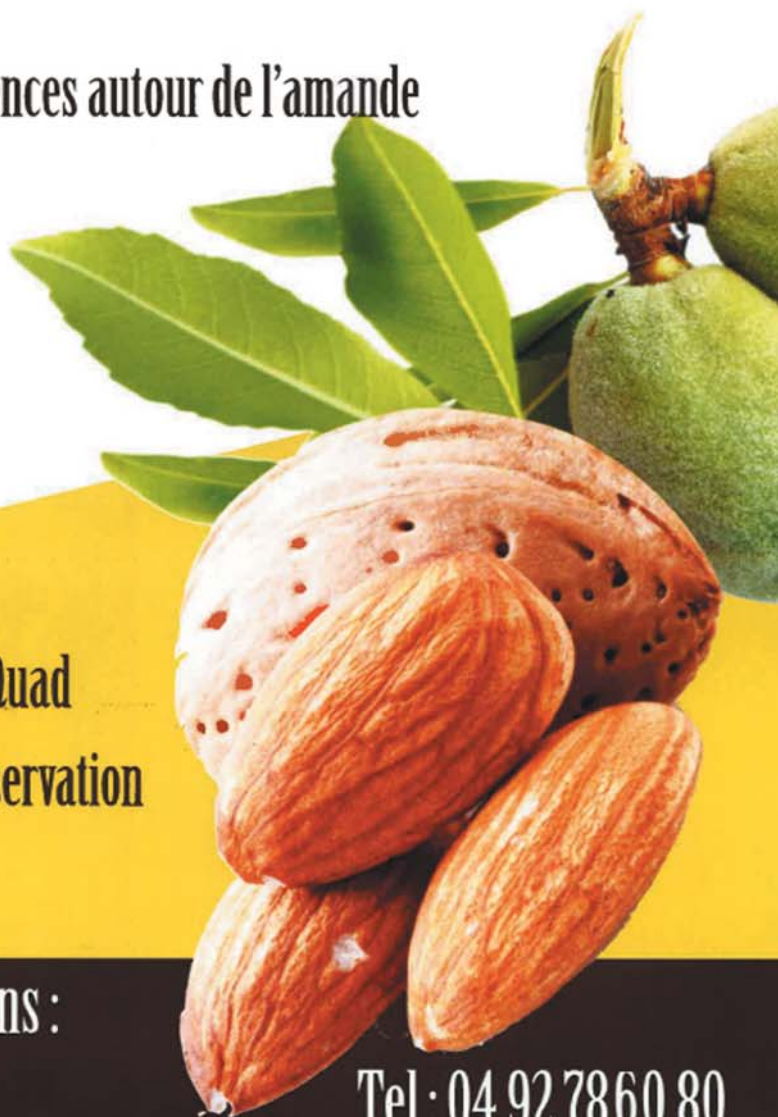
Repas autour de l'Amande sur réservation

à l'Office de Tourisme

Renseignements et Inscriptions :

Office de Tourisme

Tel : 04 92 7860 80



Réalisé avec le soutien de :



AGENDA

Mercredi

2 Mercredi 2 Octobre

PIERREVERT	...	Collectes de sang	...	09 71 53 43 02
GRÉOUX	av. des thermes	Foire Saveurs des Alpes du Sud	...	04 92 78 01 08

Jeudi

3 Jeudi 3 Octobre

REILLANNE	...	Collectes de sang	...	04 92 75 61 62
STE TULLE	Espace G. Vachier	Collectes de sang	14h-19h30	04 92 79 75 12
MANOSQUE	Petite salle J. le bleu	Soir de jazz : Christophe Leloil/Perrine Mansuy	21h	04 92 72 19 70
MANOSQUE	Studio C	Cours Danse Orientale	19h-20h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Salsa cubaine débutants	19h-20h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Salsa cubaine niv. I et II	20h-21h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Kizomba	20h-21h	06 74 13 36 85

Vendredi

4 Vendredi 4 Octobre

VOLX	Salle associative	Lecture de Maupassant	21h - entrée libre	04 92 70 91 28
MANOSQUE	Fondation Carzou	Exposition Christopher Walker	...	04 92 87 40 49
STE TULLE	Théâtre	«L'Étranger» par Cie Mille-feuille	21h	04 92 78 21 13

Samedi

5 Samedi 5 Octobre

SALLES/VERDON	Lac	Triathlon Nature Man
REILLANNE	Stade	«Sports pour tous sans différence»	...	06 70 40 80 01
ORAISON	Salle de l'Eden	Concert Blues	20h30 - 16€	06 88 08 40 42
PIERREVERT	village	4ème édition des fêtes médiévales	gratuit	06 63 38 55 33
MANOSQUE	Fondation Carzou	Exposition Christopher Walker	...	04 92 87 40 49
GRÉOUX	place Pauline	Samedi de Pauline (bal musette)	...	04 92 78 01 08
GRÉOUX	...	Festival d'automne des chorales	...	04 92 78 01 08
CORBIÈRES	Bar le Carpe Diem	Concert : Kurbiaz	21h	04 92 79 78 66
VINON/VERDON	Salle des fêtes	Bal de rentrée Trad et Ridéra	...	04 92 71 09 04
LES MÉES	...	Soirée Irlandaise avec Irish Coffee	21h	04 92 34 03 01
MANOSQUE	Café de la Poste	soirée Rap et Slam	20	04 92 72 69 02

ROULEZ EN TOUTE SÉCURITÉ
CONTRÔLE TECHNIQUE AUTOMOBILE

AUTOSUR
CONTRÔLE TECHNIQUE AUTOMOBILE
DES PONCHES
Tél. 04 92 75 94 07

266, rue des Ponches
(face à Macdan) MANOSQUE
À conserver et à présenter lors de votre visite
offre NON CUMULABLE

Vous
offre

10 €

sur votre
contrôle technique



FLASHÉZ CE CODE
avec votre smartphone

AUTOSUR
CONTRÔLE TECHNIQUE AUTOMOBILE

NOUVEAU
Rapide et pratique

POUR PRENDRE RENDEZ-VOUS

ou VIA LE LIEN <http://clierdv.com/autosur-1137>

Dimanche

6 Dimanche 6 Octobre

SALLES/VERDON	Lac	Triathlon Nature Man
Oraison	Places ville	Vide Grenier	journée	04 92 78 60 80
Oraison	Salle de l'Eden	Loto	15h	04 92 78 60 80
VOLX	Place Mairie	Vide grenier	journée	06 26 48 58 77
PIERREVERT	village	4ème édition des fêtes médiévales	gratuit	06 63 38 55 33
MALIJAI	Parc du château	Brocante/vidé grenier	6h-18h	06 12 74 08 09
STE TULLE	esplanade	Vide grenier intérieur et extérieur	journée	06 44 09 54 79
FORCALQUIER	...	Les brocantes de St Lazare
MANOSQUE	...	Vide grenier
ST MICHEL L'OB	...	Grande brocante et vide grenier d'automne	...	04 92 76 66 55
MANOSQUE	Fondation Carzou	Exposition Christopher Walker	...	04 92 87 40 49
GRÉOUX	...	Dimanches musicaux	...	04 92 78 01 08
VILLENEUVE	Salle des fêtes	Vide dressing la Soleïade	journée	04 92 78 53 92
LA BRILLANNE	Aire de loisirs	Championnat inter-clubs Boules	journée	04 92 71 17 46
LA BRILLANNE	Mairie	Vide grenier	journée	04 92 78 63 18

Lundi

7 Lundi 7 Octobre

MANOSQUE	Fondation Carzou	Exposition Christopher Walker	...	04 92 87 40 49
MANOSQUE	Studio C	Cours Zumba	19h-20h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Bachata Dominicaine	19h30-20h30	06 74 13 36 85

Mercredi

9 Mercredi 9 Octobre

MANOSQUE	Fondation Carzou	Exposition Christopher Walker	...	04 92 87 40 49
GRÉOUX	place Hotel de Ville	Foire artisans sans vitrine	...	04 92 78 01 08
MANOSQUE	Théâtre Jean le Bleu	Concert Alex Baupain	21h	04 92 72 19 70

Jedi

10 Jeudi 10 Octobre

MANOSQUE	Fondation Carzou	Exposition Christopher Walker	...	04 92 87 40 49
MANOSQUE	Studio C	Cours Danse Orientale	19h-20h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Salsa cubaine débutants	19h-20h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Salsa cubaine niv. I et II	20h-21h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Kizomba	20h-21h	06 74 13 36 85

par internet :

www.mouv-in.com

DIFFUSEZ VOS INFOS D'ÉVÉNEMENTS
 Gratuit pour les associations et les clubs - à diffuser avant le 20 du mois précédant votre manifestation

par mail :

infos@mouv-in.com

AGENDA

Vendredi

11 Vendredi 11 Octobre

ORAISON	Salle de l'Eden	Cinéma	18h & 21h · 5€	04 92 78 60 80
VOLX	Foyer rural	Conf : Le patrimoine naturel animal local	18h · libre	04 92 70 91 28
MANOSQUE	Fondation Carzou	Exposition Christopher Walker	...	04 92 87 40 49
VINON/VERDON	Salle des fêtes	Collecte de sang	15h-19h30	04 92 78 89 74
MANOSQUE	Théâtre Jean le Bleu	Théâtre : le bonheur	21h	04 92 70 34 19

Samedi

12 Samedi 12 Octobre

ORAISON	...	Fête de l'Amande	journée	04 92 78 60 80
MANOSQUE	Église St Sauveur	Concert Vivaldi - Orchestre symphonique	20h30	04 92 77 75 91
ALLEMAGNE	Salle des fêtes	Soirée café théâtre humour débridé	20h30	06 45 16 91 61
CASTELLANE	...	Collectes de sang	...	04 92 83 75 13
GRÉOUX	...	Fête de la Saint Hubert	...	04 92 78 01 08
CORBIÈRES	Bar le Carpe Diem	Soirée repas Moules frites	20h	04 92 79 78 66
VILLENEUVE	Salle des fêtes	Bourse aux skis	8h-17h30	04 92 78 42 31
STE TULLE	Théâtre	Conférence : difficultés scolaires	10h	...
DIGNE	...	6ème Trail du Cousson	...	06 79 06 62 91
MANOSQUE	Café Provisoire	Fiesta des Lycées	21h	04 92 72 19 70
MANOSQUE	Atelier de la Danse	Stage de danse avec Pascal Couillaud	journée	06 16 95 97 65

Dimanche

13 Dimanche 13 Octobre

ORAISON	...	Fête de l'Amande	journée	04 92 78 60 80
VOLX	Place Mairie	Vide grenier	journée	04 92 78 49 77
PIERREVERT	village	KIVENTOU	7h-19h	06 88 16 23 59
DIGNE	...	Vide grenier d'automne
LES MÉES	...	Brocante, vide grenier, vide nursery
MALLEMOISSON	...	Vide grenier du foot
PUIMOISSON	...	Vide grenie / Brocante
REILLANNE	...	vide écurie et foire agricole St denis	...	04 92 76 45 37
GRÉOUX	...	Fête de la Saint Hubert	...	04 92 78 01 08
DIGNE	...	6ème Trail du Cousson	...	06 79 06 62 91
MANOSQUE	Atelier de la Danse	Stage de danse avec Pascal Couillaud	journée	06 16 95 97 65

HYPER U
MANOSQUE



LE SAVIEZ-VOUS ?
LES VÉHICULES DE TOURISME
À PRIX BAS,
C'EST AUSSI
CHEZ U LOCATION.



U location
Véhicule de tourisme 5 places*
29€ la journée
tout compris**
RENDEZ-VOUS SUR:
location-u.com

Lundi

14 Lundi 14 Octobre

LA BRILLANNE	...	Collectes de sang	...	04 92 78 77 29
STE TULLE	Théâtre	Exposition : «l'étranger»
MANOSQUE	Studio C	Cours Zumba	19h-20h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Bachata Dominicaine	19h30-20h30	06 74 13 36 85

Mardi

15 Mardi 15 Octobre

VOLX	...	Cross du Collège	...	04 92 70 91 28
ST AUBAN	MJC	Collectes de sang	...	04 92 64 33 56
STE TULLE	Théâtre	Exposition : «l'étranger»
VINON/VERDON	Moulin St André	One Man show : tout est dans le cosson	20h30 - 8€	04 92 70 34 19
MANOSQUE	Studio C	Cours Reggaeton style cubain	21h-22h	06 74 13 36 85

Mercredi

16 Mercredi 16 Octobre

VOLX	...	«La forêt et ses champignons»	...	04 92 75 22 01
MANOSQUE	Fondation Carzou	Fugue Musicale	18h30	04 92 87 40 49
MANOSQUE	...	Collectes de sang	...	04 92 72 43 43
GRÉOUX	Place Hôtel de Ville	Foire Saveurs des Alpes du Sud	...	04 92 78 01 08
STE TULLE	Théâtre	Exposition : «l'étranger»
VINON/VERDON	Mairie	Visite guidée du village	15h	04 92 74 04 39

3^e Journée de la création et de la transmission d'entreprise

Tout savoir pour
entreprendre

Jeudi 17 octobre
de 13h30 à 19 heures



Initiative
Un réseau. Un esprit.
haute
provence

Salle des fêtes Osco Manosco à Manosque



30 STANDS, DES PROS ET DES TÉMOIGNAGES

➔ 10 ATELIERS CONFÉRENCES

www.initiative-hauteprovence.com

AGENDA

par internet :
www.mouv-in.com

DIFFUSEZ VOS INFOS D'ÉVÉNEMENTS
Gratuit pour les associations et les clubs - à diffuser avant le 20 du mois précédant votre manifestation

par mail :
infos@mouv-in.com

Jeu

17 Jeudi 17 Octobre

PIERREVERT	salle polyvalente	dégustation du vin primeur	18h	...
MANOSQUE	...	Collectes de sang	...	04 92 72 43 43
STE TULLE	Théâtre	Exposition : «l'étranger»
MANOSQUE	Salle des Fêtes	3ème journée de la création d'entreprise	13h30-19h	04 92 72 51 51
MANOSQUE	Studio C	Cours Danse Orientale	19h-20h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Salsa cubaine débutants	19h-20h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Salsa cubaine niv. I et II	20h-21h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Kizomba	20h-21h	06 74 13 36 85

Vendredi

18 Vendredi 18 Octobre

MANOSQUE	Église St Sauveur	Ensemble vocal Néerlandais	20h30 · gratuit	06 07 35 23 68
STE TULLE	Théâtre	Exposition : «l'étranger»
LES MÉES	Salle cinéma	Chansons et poésies	21h	...

Samedi

19 Samedi 19 Octobre

VOLX	...	Atelier naturaliste : Menaces sur la biodiversité	14h-19h	04 92 75 22 01
MANOSQUE	Fondation Carzou	Concert solistes maîtrise Gabriel	20h30 · 10€	04 92 87 40 49
GRÉOUX	...	Brocante	...	04 92 78 01 08
CORBIÈRES	Bar le Carpe Diem	Concert : Les canap's	21h	04 92 79 78 66
STE TULLE	Théâtre	Exposition : «l'étranger»
STE TULLE	Théâtre	Les Cénographies	16h-20h	04 92 78 20 06
MANOSQUE	Atelier de la Danse	Cours de danse Parents/Enfants	15h-16h30	06 16 95 97 65

Côté Femme

15, Avenue abdon Martin - ORAISON
04 92 76 50 17 - anastasia.08@wanadoo.fr

Prêt-à-porter, chaussures & accessoires

cop. copine

I.CODE

CHIPIE
WOMEN

IKKS IKKS
SHOES

FINAL TOUCH

A SH

BEL AIR

GAT RIMON

NOUVELLE COLLECTION
AUTOMNE / HIVER 2013-2014

actuellement disponible
en boutique

NOUVEAUX LOOKS POUR
UNE NOUVELLE SAISON

NOUVEAU
la collection prêt-à-porter 2013/2014
GAT RIMON
À DÉCOUVRIR

Paiement en 3 ou 4 fois (voir modalités en magasin)
Retouche gratuite - Carte de fidélité



Côté Femme
a reçu le trophée
LES VICTOIRES
DE L'ENTREPRISE

Relookeuse
professionnelle

Conseillère en image
DIPLOMÉE

Ouvert du mardi au samedi de 10h à 12h30 et de 15h à 19h30 et le dimanche de 10h à 12h30

renseignements en magasin ou par téléphone

Dimanche

20 Dimanche 20 Octobre

Oraison	Salle de l'Eden	Loto	15h	04 92 78 60 80
Pierrevert	Salle polyvalente	Foire bio franco-italienne	9h-18h	04 92 72 53 95
Estoublon	...	vide grenier de l'automne
Manosque	...	Brocante et bourse aux plantes
Gréoux	...	Dimanches musicaux	...	04 92 78 01 08
Ste Tulle	Théâtre	Exposition : «l'étranger»
Manosque	Impasse G.S. Ohm	Concours officiel de saut d'obstacles Équifun	...	04 92 72 06 29
Les Mées	Salle des fêtes	Thé dansant	15h	04 92 34 04 41
Manosque	Atelier de la Danse	Stage Afro Pop danse sport avec Alphet Pacific	15h	06 16 95 97 65

Lundi

21 Lundi 21 Octobre

Forcalquier	...	Collectes de sang	...	04 92 75 48 22
Ste Tulle	Théâtre	Exposition : «l'étranger»
Manosque	Studio C	Cours Zumba	19h-20h	06 74 13 36 85
Manosque	Studio C	Cours Bachata Dominicaine	19h30-20h30	06 74 13 36 85

CARPE DIEM CAFÉ



soirées à thèmes
les samedis soir
possibilité de restauration

contrée à 21H
les vendredis
dès le 8 novembre

CORBIÈRES

17 place de l'Église ■ 04 92 79 78 66

ouvert du lundi au samedi ■ fermé le dimanche ■ service jusqu'à 22h30 le samedi soir



AGENDA

Mardi

22 Mardi 22 Octobre

STE TULLE	Théâtre	Exposition : «l'étranger»
MANOSQUE	Studio C	Cours Reggaeton style cubain	21h-22h	06 74 13 36 85

Mercredi

23 Mercredi 23 Octobre

GRÉOUX	Place Hôtel de Ville	Foire artisans sans vitrine	...	04 92 78 01 08
STE TULLE	Théâtre	Exposition : «l'étranger»

Jeudi

24 Jeudi 24 Octobre

GRÉOUX	...	Conférence de l'Étoile	...	04 92 78 01 08
STE TULLE	Théâtre	Exposition : «l'étranger»
MANOSQUE	Studio C	Cours Danse Orientale	19h-20h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Salsa cubaine débutants	19h-20h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Salsa cubaine niv. I et II	20h-21h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Kizomba	20h-21h	06 74 13 36 85

Vendredi

25 Vendredi 25 Octobre

ORAISON	Salle de l'Eden	Cinéma	18h & 21h · 5€	04 92 78 60 80
GRÉOUX	...	Foire aux santons	...	04 92 78 01 08
STE TULLE	Théâtre	Exposition : «l'étranger»
MANOSQUE	Café Provisoire	Concert : Gari Gréu	21h	04 92 72 19 70

Samedi

26 Samedi 26 Octobre

VOLX	Foyer rural	Conférence : «le canal de Manosque»	18h · Libre	04 92 75 22 01
GRÉOUX	...	Foire aux santons	...	04 92 78 01 08
GRÉOUX	...	Grande braderie des commerçants	...	04 92 78 01 08
CORBIÈRES	Bar le Carpe Diem	soirée dance floor avec Dj Vivox	20h	04 92 79 78 66
STE TULLE	Théâtre	Exposition : «l'étranger»
VINON/VERDON	Salle des fêtes	Soirée Country	...	06 73 61 88 67
LES MÉES	Salle des fêtes	Exposition photos	10h30-19h	...

par internet :

www.mouv-in.com

DIFFUSEZ VOS INFOS D'ÉVÉNEMENTS
Gratuit pour les associations et les clubs · à diffuser avant le 20 du mois précédant votre manifestation

par mail :

infos@mouv-in.com

par internet :
www.mouv-in.com

DIFFUSEZ VOS INFOS D'ÉVÉNEMENTS
Gratuit pour les associations et les clubs - à diffuser avant le 20 du mois précédant votre manifestation

par mail :
infos@mouv-in.com

Dimanche

27 Dimanche 27 Octobre

ORAISON	Salle de l'Eden	Loto	15h	04 92 78 60 80
ORAISON	Places de la ville	Vide grenier	journée	04 92 78 60 80
ESPARRON	...	Vide grenier, vide poussettes et brocante
FORCALQUIER	...	marché du livre ancien et collections
GRÉOUX	...	Dimanches musicaux	...	04 92 78 01 08
GRÉOUX	...	Foire aux santons	...	04 92 78 01 08
LES MÉES	Salle des fêtes	Exposition photos	10h30-19h	...

Lundi

28 Lundi 28 Octobre

GRÉOUX	...	Foire aux santons	...	04 92 78 01 08
MANOSQUE	Studio C	Cours Zumba	19h-20h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Bachata Dominicaine	19h30-20h30	06 74 13 36 85

Mardi

29 Mardi 29 Octobre

GRÉOUX	...	Foire aux santons	...	04 92 78 01 08
MANOSQUE	Studio C	Cours Reggaeton style cubain	21h-22h	06 74 13 36 85

2 professionnels en un même lieu

Un large choix dans
un magasin de 100m²
Optique - Solaire
Audition - Lentilles
Basse vision

CG OPTIC

OPTICIEN INDÉPENDANT - CAROLINE GAILLET

EN OPTIQUE
1 MONTURE ACHETÉE
= 1 MONTURE OFFERTE*

-10% sur les Rayban
toute l'année

Tél. : 04 92 76 52 70
www.cg-optic.fr

voir conditions en magasin

entendre
... et la vie recommence

BILAN* et ESSAI GRATUITS

SOPHIE BELOT

Audioprothésiste D.E.

Tél. : 04 92 34 71 52
entendresophiebelot@wanadoo.fr

L'audition, c'est

entendre

www.entendre.com



1 seule adresse : 1 BD DES FRÈRES JAUMARY - 04700 ORAISON

AGENDA

par internet :

www.mouv-in.com

DIFFUSEZ VOS INFOS D'ÉVÉNEMENTS
Gratuit pour les associations et les clubs - à diffuser avant le 20 du mois précédant votre manifestation

par mail :

infos@mouv-in.com

Mercredi

30 Mercredi 30 Octobre

ST ETIENNE ORG	...	Collectes de sang	...	04 92 77 25 38
GRÉOUX	...	Foire aux santons	...	04 92 78 01 08
GRÉOUX	av. des thermes	Foire aux saveurs des Alpes du Sud	...	04 92 78 01 08

Jeudi

31 Jeudi 31 Octobre

CORBIÈRES	Bar le Carpe Diem	Soirée Halloween	19h	04 92 79 78 66
ORAISON	Place du kiosque	Halloween	...	04 92 78 60 80
MALIJAI	Salle des fêtes	La nuit des masques	21h	06 70 99 74 50
GRÉOUX	...	Collectes de sang	...	0 810 810 809
GRÉOUX	...	Foire aux santons	...	04 92 78 01 08
MANOSQUE	Théâtre Jean le Bleu	Humour : Granier et Sentou	21h	04 92 70 34 19
MANOSQUE	Studio C	Cours Danse Orientale	19h-20h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Salsa cubaine débutants	19h-20h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Salsa cubaine niv. I et II	20h-21h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Kizomba	20h-21h	06 74 13 36 85
VILLENEUVE	Bowling	Tériefiante Soirée MOUV'IN HALLOWEEN	dès 21h30	06 64 14 04 94

Vendredi

1 Vendredi 1er Novembre

CÉRESTE	...	grande brocante et vide greniers	...	04 92 76 66 55
CHÂTEAU-ARN	...	brocante vide greniers
MANOSQUE	...	Brocante vide greniers, bourse aux plantes
GRÉOUX	...	Foire aux santons	...	04 92 78 01 08

Samedi

2 Samedi 2 Novembre

GRÉOUX	...	Foire aux santons	...	04 92 78 01 08
CORBIÈRES	Bar le Carpe Diem	Concert Tertio	20h	04 92 79 78 66
PEYROLLES	Esp. F. Mistral	Salon du Mariage et de l'événementiel	10h-19h	06 16 07 20 32

Retrouvez l'horoscope de **THIERRY VALANCE** en fin de magazine

CONSULTATIONS SUR RDV AU TÉLÉPHONE avec règlement par CB

au 06 01 26 65 40 ou 09 83 24 56 86

REJOIGNEZ MOI SUR MA PAGE

facebook

THIERRY VALANCE



Dimanche

3 Dimanche 3 Novembre

ESPARRON	...	Vide greniers, vide poussettes
FORCALQUIER	...	Les brocantes de St Lazare
MANOSQUE	...	Vide greniers
GRÉOUX	...	Foire aux santons	...	04 92 78 01 08
VILLENEUVE	Salle des fêtes	Vide poussettes	...	04 92 78 42 31
LA JAVIE	...	4ème cross de la Sartheau	...	06 79 63 33 87
PEYROLLES	Esp. F. Mistral	Salon du Mariage et de l'événementiel	10h-19h	06 16 07 20 32

Lundi

4 Lundi 4 Novembre

MANOSQUE	Studio C	Cours Zumba	19h-20h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Bachata Dominicaine	19h30-20h30	06 74 13 36 85

Mardi

5 Mardi 5 Novembre

MANOSQUE	Studio C	Cours Reggaeton style cubain	21h-22h	06 74 13 36 85
----------	----------	------------------------------	---------	----------------

PROMOS D'OCTOBRE

NYLOFOR 3D PRO

BETAFENCE



Maille 200x50 - Fil 5mm - Longueur 2500 mm

PROMO
164€HT
Ht 1m45

GRILLAGE A MAILLES SOUDEES



Maille 100 x 50
Fil 2,5 mm
Fil horizontaux crantés à chaque maille
Coloris VERT RAL 6005
Longueur du rouleau 25 mètres

PROMO
65€HT
le rouleau
Ht 1m50



PORTILLON GRILLAGE
COMPLET

Maille 50 x 50
Largeur 1m



Descours & Cabaud

PROVENCE - ALPES - CÔTE D'AZUR

Prolians

*Devis de vos clôtures
sur demande*

Marseille 15ème	Aubagne	Fos sur mer	Istres
04 95 05 58 58	04 42 82 44 10	04 42 11 33 44	04 42 55 99 71
04 95 05 58 00	04 42 82 44 12	04 42 05 52 81	04 42 55 99 43



MANOSQUE

Z.I Saint-Joseph
04100 MANOSQUE

• Tél. : 04 92 70 04 19
• Fax : 04 84 88 19 73



Un événement d'envergure régionale débarque à la salle des fêtes de Manosque Osco-Manosco les 8, 9 et 10 novembre 2013. Stages, concerts, soirées et bien d'autres surprises vous attendent.

Les amateurs de danses latines vont être servis, durant trois jours, ils pourront s'adonner à leur passion ou venir découvrir les différents styles dans une ambiance « Muy Caliente », avec ce nouveau festival qui a pour but la mise en avant de la musique et des danses du monde latino !

UNE PREMIÈRE RÉGIONALE

À l'initiative de ce projet unique, trois associations de danse : Salsa HP pour le département des Alpes-de-Haute-Provence, Tropicuba pour le Var et les Bouches-du-Rhône, et Tiempo Latino pour les Hautes-Alpes. Quatre départements qui vont donc se rencontrer à la croisée des chemins, à Manosque, pour accueillir un bon millier de danseurs et passionnés, durant un long week-end qui débutera le vendredi soir avec un concert de bachata dès 21 h, avec le célèbre Jalil Lopez, et se terminera le dimanche avec, entre autres, un concert salsa (programme complet et détaillé ci-dessous).

DES PROFESSEURS INTERNATIONAUX

Le week-end sera ponctué de stages avec plus de trente-six heures de cours, bachata, ragga, hip-hop, salsa, reggaeton, kizomba, zumba... avec des professeurs de renommée nationale et internationale. Pour mettre tout le monde dans l'ambiance zumba et salsa party.

3 SOIRÉES : 3 AMBIANCES

Ambiances assurées ! Trois soirées et trois ambiances : cubaine, tropicale, disco et danses du monde, pour vivre chaque soir de ce week-end jusqu'au bout de la nuit.

RESTAURATION

Grâce à la Folie gourmande, vous pourrez vous restaurer sur place, midi et soir, durant ces trois jours. Réservations au 06 27 20 13 90 ou 06 87 31 78 67.

INFORMATIONS ET RÉSERVATIONS

Tél. 06 74 13 36 85

Dans le cadre de son partenariat, Mouvin.tv sera présent pour couvrir l'événement et vous pourrez retrouver le reportage en décembre sur www.mouvin.tv.

PROGRAMME DÉTAILLÉ

VENDREDI 8 NOVEMBRE

Dès 21 h • Grande salle (800 m2) • 15 €

CONCERT BACHATA « SHOW CASE », JALIL LOPEZ
+ SOIRÉE LATINO SALSA.

SAMEDI 9 NOVEMBRE • 15 €

Grande salle (800 m2)

22 h : Concert salsa (before et after Dj's)

23 h-3 h : Disco fiesta party

Salle Tropicale

21 h 30-3 h : Kizomba, bachata, ragga party

Salle Cuba

21 h 30-3 h : Cuba, salsa party

DIMANCHE 10 NOVEMBRE • 15 €

Grande salle (800 m2)

20 h : Méga zumba party avec six professeurs

22 h : Show danses du monde avec troupe Kaluma

23 h-3 h : Cuba, salsa party

Salle Tropicale

21 h 30-3 h : Disco party

Salle Cuba

21 h 30-3 h : Kizomba, bachata party

COURS ET STAGES

SAMEDI 9 ET DIMANCHE 10 NOVEMBRE

De 10 h à 12 h et de 14 h à 18 h

plus de 36 heures de cours

Salsa, ragga, hip-hop, bachata, reggaeton, kizomba, zumba.

8/9/10
NOVEMBRE

SALLE
OSCO MANOSCO

festival

MUNDO

MANOSQUE 2013

LATINO

+36h
de cours

SALSA
BAGGA
KIZOMBA
REGGAETON
BACHATA
ZUMBA

3 SOIRÉES 3 AMBIANCES
cubaine, tropicale, disco

CONCERTS
bachata & salsa

ZUMBA
party



STAGES
en journée



MOUV'IN.TV

INFOS & RÉSA : 06 74 13 36 85 - FACEBOOK : MUSICA TOUNGA

Salsa #P

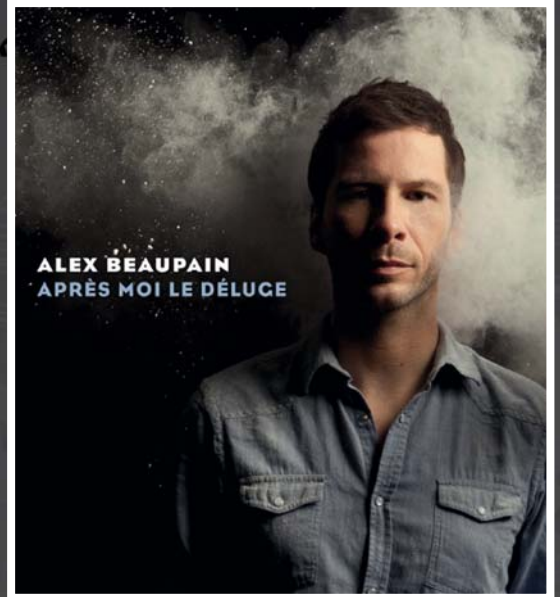




MJC DE MANOSQUE

Le café provisoire

Lieu de Développement Musiques Actuelles



Dans le cadre de notre partenariat, retrouvez tous les mois la programmation détaillée des concerts du Café provisoire, MJC de Manosque. À découvrir ce mois-ci la nouveauté « soir en jazz » et le concert d'Alex Baupain.

ALEX BEAUPAIN (chanson)

Mercredi 9 octobre – 21 h

Théâtre Jean-le-Bleu. 15 €-18 €.

Alex Baupain s'est imposé comme l'une des personnalités les plus talentueuses de la scène française. Ses mélodies et ses textes ciselés composent un univers poétique singulier et racontent les rêves, les amours et les désenchantements de toute une génération.

Après moi le Déluge, son dernier album révélera une mélancolie assumée, ses influences et ses premiers amours musicaux.

Avec fragilité et pudeur, il lie l'intime à l'universel ; ses textes, soulignés ici par les sons éthérés des synthétiseurs, là par la puissance des cordes, ramènent chacun à ses propres souvenirs, à sa propre histoire.

La scène semble avoir libéré son chant. Un chant au service des textes et de mélodies d'une qualité rare.

<http://alexbaupain.artiste.universalmusic.fr/>

LA FIESTA DES LYCÉES

Samedi 12 octobre – 21 h - 5 € - Adhérent Gratuit.

Tous styles, tous instruments, la scène est ouverte aux groupes lycéens du département !

Une fois par trimestre, l'opportunité de se produire au Café pro est donnée aux jeunes groupes lycéens et collégiens. C'est pour eux l'occasion de monter un répertoire et de le présenter à un large public.

SOIR DE JAZZ

Christophe Leloil (trompette)

et Perrine Mansuy (piano)

Judi 3 octobre – 21 h

Petite salle Jean-le-Bleu. 8 €-10 €.



Découvrez les artistes de la scène régionale jazz.

Du jazz standard à l'improvisation en passant par des cartes blanches en solo, duo ou trio, ce rendez-vous mensuel permettra à tous les publics, initiés ou néophytes de partager les multiples couleurs du jazz...

PERRINE MANSUY

Remarquée dans de multiples formules et meneuse de ses propres projets (le merveilleux Vertigo Songs remarqué par la critique), sa sensibilité fait merveille dans moult contextes (Rémi Charmasson, Karim Ziad...).

CHRISTOPHE LELOIL

Se promène pour sa part sur tous les fronts de l'improvisation (Archie Shepp, Emmanuel Bex, Peter King...) et trouve le temps de publier un nouvel opus en leader (Line 4 avec André Charlier), et d'enseigner au conservatoire à rayonnement départemental de Digne-Manosque.

Ce duo en forme d'invitation est ainsi l'occasion pour ces deux complices de longue date de se retrouver autour de compositions originales ou de relectures de grands aînés qui continuent de les inspirer : John Taylor, Kenny Wheeler, Tom Harrell, Keith Jarrett... Réservation conseillée, jaugé limitée.

BILLETTERIE DES CONCERTS

Sur place : MJC de Manosque

1 allée de Provence – 04100 Manosque

En ligne : www.moxity.com ou www.mouv-in.com

Renseignements : 04 92 72 19 70



GARI GRÈU

(chanson aïoli)

Vendredi 25 octobre – 21 h

Café provisoire, MJC de Manosque.

8 €-10 €.

« Une musique des peuples, qui peut être celle de créateurs, mais de ceux qui créent dans, par et pour le peuple... »

Cette phrase de Claude Sicre, Gari Grèu pourrait se l'attribuer, car c'est en cultivant la tradition et la maîtrise des chanteurs de rue qu'il grave en musique les textes de nos quotidiens, de ce qui nous obscurcit les temps libres et nous éclaire les moments de vie ; des chansons qui nous guident dans les pas de Dame Réalité : dans un temps qu'on se doit de ne jamais oublier.

En 2013, il est soutenu sur scène par Magid Cherfi, Moussu T et Franck Vandecasteele, ou même en reprenant Bourvil, Gari Grèu réussit à nous faire voyager intelligent dans ses rythmes enjoués.

<http://www.gari-greu.fr/>

GAGNEZ VOS PLACES POUR CET ÉVÉNEMENT

facebook

en devenant FAN
et participez aux jeux

MAGAZINE
MOUV'IN



Le portrait de ce mois est consacré à ce jeune manosquin qui, au travers de son emploi à la mairie de Manosque, a su se distinguer à l'échelle nationale en remportant le Prix de l'éducateur en mai dernier.

Benoit a grandi dans le quartier des Serrets à Manosque, depuis tout jeune il est passionné par le sport en général et aime faire partager sa passion. Une passion qui deviendra une réelle motivation pour sa vie professionnelle avec une première expérience à l'École ouverte, qui propose aux enfants des activités durant tout l'été. *« Cela a vraiment été le déclic, à partir de là j'ai passé mon diplôme d'éducateur à Aix-en-Provence et je suis resté dans le milieu du sport en tant qu'éducateur, pour ne plus le quitter ».*

INSERSPORT

Une belle opportunité s'offre alors à Benoit, la ville de Manosque lui propose en 2010 de reprendre et développer le projet Innersport, initialement créé par Christophe Lebrun à l'époque de l'OMS. C'est un projet d'insertion par le sport qui comprend entre autres des actions comme Cité Sport, les clubs sportifs partenaires vont à la

rencontre des jeunes de quartier afin de leur faire découvrir leurs disciplines, une facilité d'accès au sport pour les jeunes, l'apprentissage des règles et de la rigueur de chaque sport... quatre à l'origine, vingt aujourd'hui, chaque année de nouveaux clubs deviennent partenaires afin de rejoindre la tournée Cité Sport.

MEILLEUR ÉDUCATEUR NATIONAL

Par ses actions, son investissement, ses choix, sa rigueur au travail, et suite à la constitution du dossier pour répondre à l'appel à projets, Benoit a été qualifié pour la finale nationale du projet « Fais-nous rêver ». L'agence pour l'éducation par le sport, à l'origine de ce projet, récompense chaque année des acteurs de l'éducation et l'insertion par le sport. Benoit se retrouve donc à Paris, au siège de GDF Suez, pour défendre le projet. Puis, c'est en mai 2013 qu'il reçoit, au Sénat au milieu de célébrités du sport, le trophée du meilleur éducateur national.

« C'est énorme, une grande surprise et une très grande satisfaction, cela me donne encore plus de motivation. C'est également une occasion de parler positivement des Serrets dont je suis originaire et où se déroule une partie des actions que je mène. Pour moi, je le vois comme une étape, en me disant qu'il y en a encore d'autres à relever. Je tiens à remercier le milieu sportif manosquin qui s'implique dans le projet, et le service jeunesse et sport ».

IMPLICATION ET HUMILITÉ

Pour les gens qui le connaissent ou qui le rencontreront prochainement, Benoit fait preuve d'une grande humilité qu'il est important de souligner. Passionné et investi dans son travail et les actions qu'il mène, il ne nous montre que l'aspect positif, nous restons néanmoins conscients qu'il est seul à développer ces projets et que cela représente une charge de travail très lourde. Mouv'in restera à ses côtés pour transmettre les informations nécessaires au plus grand nombre. En attendant, ne vous étonnez pas de le croiser dans un ou plusieurs clubs manosquins, le bénévolat et la pratique du sport ont toujours été pour lui une source de motivation, de rencontres et d'expériences enrichissantes.

Du Côté Maison

450 m² d'Expo

La Nouvelle Collection est arrivée



MOBILIERS BOIS
PATINES PERSONNALISÉES



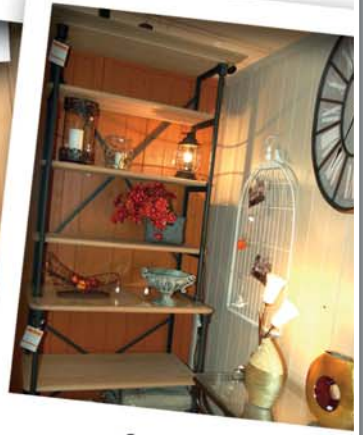
LUMINAIRES



DÉCO int/ext



TABLES EN PIERRE / FER FORGÉ
Intérieur/extérieur Fabrication Européenne



CADEAUX



TABLEAUX



partenaire
ISIFUN
chèques KDOY

Une sélection originale avec des pièces uniques

Route de Volx (face à Auchan) Manosque

à 5 min du centre ville - parking gratuit - tel. 04 92 74 78 15 - ducotemaison@yahoo.fr
lundi 15h-19h mardi au samedi 9h30-12h30 & 14h30-19h

LA TEAM DRIFTING MACHINES

Texte : Nicolas Le Plénier • Photo : Diverses sources

Manosque a son équipe de drift trike, une discipline apparue en Nouvelle-Zélande, avant de se développer aux États-Unis. Ne vous étonnez surtout pas si vous voyez dévaler ces drôles d'engins, c'est l'équipe Drifting Machines.

Fun et adrénaline sont au rendez-vous avec le drift trike ! Le drift trike est une discipline qui consiste à descendre des routes en dérapant sur une sorte de tricycle. Cette discipline existe depuis quelques années déjà. Apparue en Nouvelle-Zélande avant de se développer aux États-Unis et un peu partout dans le monde, elle compte aujourd'hui pas mal d'adeptes en France avec de nombreuses équipes dans d'autres régions. Elle vient même d'être reconnue par la FFRS (Roller sport) en juin dernier.

LE DÉCLIC YOUTUBE

Adrien Ortu nous présente ce qui a été un déclic chez lui et ces amis. « *En ce qui nous concerne on a commencé à en parler au début de l'été après avoir vu des vidéos sur YouTube, à l'origine on était trois : Benjamin Montier, Stéphane Noirmain et moi-même, puis on a rapidement été rejoint dans le projet par deux autres potes, Adrien Garrivier et Jérémie Penalva. On a trouvé des plans sur des forums et on s'est lancé dans la construction ! Le plus long au début ça a été de rassembler toutes les pièces nécessaires, il a fallu qu'on trouve des BMX d'occasion, qu'on commande des jantes de kart, qu'on fabrique le cadre, etc. !* »

UNE ÉTRANGE MACHINE

Le principe de la machine est assez simple : une fourche avant de BMX soudée à un cadre fait maison, et à l'arrière ce sont des roues avant de kart sur lesquelles on met un tube de PVC pour pouvoir glisser ! Pour le siège chacun fait avec ce qu'il a trouvé (siège de kart, chaise Ikea, siège de tracteur...).

« *Nos trikes ont été prêts au mois d'août et nous avons alors créé l'équipe Drifting Machines ! On est aujourd'hui sept à avoir un trike, mais pas mal de potes sont en train d'en construire et on sera certainement bientôt une douzaine à rouler ! On n'a pas prévu de créer d'association pour l'instant, mais ça viendra peut-être si on est de plus en plus nombreux et si on veut organiser des événements officiels !* »

PLUS D'INFOS

Que les personnes intéressées n'hésitent pas à rejoindre le groupe Drifting Machines sur Facebook et à nous poser des questions pour la fabrication de leurs trikes (on en trouve aussi, déjà faits, sur le Bon coin mais c'est plus fun de fabriquer sa propre machine !).

Retrouvez la vidéo de l'équipe Drifting Machines sur www.mouvin.tv



Immortal Kares
TATOUAGE • PIERCING

LUNDI sur RDV / MARDI au SAMEDI 10h - 18h30

04 92 74 79 13 - www.immortalkares.com

VENTE CAMPING CAR - CARAVANES - SCOOTERS - QUADS - REMORQUES - LADA

Center Cars Loisirs



*Un véritable atelier mécanique,
entretien et réparation toutes marques,
à deux pas de chez vous !*

**ÉCHAPPEMENT • FREINAGE
PNEUMATIQUES • RÉVISION**

Une garantie constructeur préservée

**UN ESPACE
DE 450 M²**

**ESPACE
ENTRETIEN
RAPIDE**

FORFAIT VIDANGE

Berline	78€*
4x4	98€*
Camping Car	128€*



712 Bd Marechal Juin (route de Volx) • 04100 MANOSQUE
Tél : 04 92 72 03 15 • mail : centercarsloisirs@yahoo.fr

Au-dessus du Quartier du Forum

*Pensez à l'entretien
pour l'hiver
de votre véhicule*

*voir conditions au garage



Halloween est une fête folklorique et païenne traditionnelle ayant une lointaine origine celtique. Pendant la protohistoire celtique existait une fête religieuse — Samain en Irlande, Samonios en Gaule —, qui se déroulait sous l'autorité des druides, pendant sept jours (le jour de Samain lui-même et trois jours avant et trois jours après). « C'est une fête de fermeture de l'année écoulée et d'ouverture de l'année à venir. Le temps de Samain est celui du Sidh (l'autre monde) brièvement confondu avec celui de l'humanité ». C'est la période de possibles rencontres mythiques entre certains hommes et les dieux des Tuatha Dé Danann. Les fêtes druidiques ont disparu d'Irlande au Ve siècle, avec l'arrivée d'une nouvelle religion, le christianisme. La fête chrétienne de la Toussaint, à laquelle est adossée Halloween, n'a été instituée qu'au IXe siècle par le pape Grégoire IV. L'abondante littérature irlandaise médiévale, élaborée par les clercs entre le VIIIe et le XIIIe siècle, ne mentionne que la fête sacrée de Samain. Sur le continent, l'historienne Nadine Cretin cite une croyance bretonne qui aurait perduré jusqu'au début du xxe siècle, selon laquelle les âmes des morts revenaient à la veille de la Toussaint et lors des nuits de solstice. Avant d'aller se coucher, on leur laissait de la nourriture sur la table et une bûche allumée dans le feu pour qu'ils puissent se chauffer. Cette croyance n'étant pas chrétienne, elle pourrait être, si elle est confirmée, une survivance de Samain.

LA LÉGENDE

Jack-O'-Lantern est probablement le personnage le plus populaire associé à l'Halloween. Il nous provient d'un vieux conte irlandais. Jack aurait été un avare, un personnage ivrogne, méchant et égocentrique. Un soir, alors qu'il était dans une taverne, le Diable lui apparut et lui réclama son âme. Jack demande au Diable de lui offrir à boire, un dernier verre avant de partir pour l'enfer. Le Diable accepte et se transforme en pièce de six pence. Jack la saisit et la place immédiatement dans sa bourse. Cette dernière ayant une serrure en forme de croix, le Diable ne peut s'en échapper. Finalement, Jack accepta de libérer le Diable, à condition que ce dernier lui accorde un an de plus à vivre. Douze mois plus tard, Jack fit une autre farce au Diable, le laissant en haut d'un arbre (sur lequel il avait gravé une croix grâce à son couteau) avec la promesse qu'il ne le poursuivrait plus.

Lorsque Jack meurt, l'entrée au paradis lui est refusée, et le Diable refuse également de le laisser entrer en enfer. Jack réussit néanmoins à convaincre le Diable de lui donner un morceau de charbon ardent afin d'éclairer son chemin dans le noir. Il place le charbon dans un navet creusé en guise de lanterne et est condamné à errer sans but, jusqu'au jour du jugement

dernier. Il est alors nommé Jack of the Lantern (Jack à la lanterne, en français), ou Jack-O'-Lantern. Il réapparaît chaque année, le jour de sa mort, à Halloween.

L'étymologie du mot Halloween appartient strictement à la langue anglaise, sans aucun rapport avec le gaélique ou toute autre langue celtique. Son nom actuel est une altération de All Hallows Eve, qui signifie littéralement « le soir de tous les saints », c'est-à-dire la veille de la fête chrétienne de la Toussaint. Hallow est une forme archaïque du mot anglais holy et signifie « saint », even est une forme usuelle qui a formé evening, le soir). L'orthographe Hallowe'en est encore parfois utilisée au Canada et au Royaume-Uni, « e'en » étant la contraction de even, devenue « een ».



à partir du 7 octobre

arrivage des déguisements

Halloween

MASQUE
à partir d'**1€**

ACCESSOIRES
à partir d'**1€**

COSTUME ENFANT
à partir de **4,99€**

COSTUME ADULTE
à partir de **14,99€**

La Foire **Fouille**



La Foire **Fouille**

DECO DE SALLE, VAISSELLE JETABLE, MAQUILLAGE, ...

Avenue de la Libération - Ouvert du lundi au samedi - de 9h30 à 12h30 et de 14h à 19h
Ouverture **NON-STOP** le samedi de 9h30 à 19h00

MANOSQUE



LA SOIRÉE HALLOWEEN DISNEY 2013

Toutes les activités ne sont pas encore communiquées, mais voici ce que vous devriez trouver durant votre visite :

Les décorations traditionnelles d'Halloween, avec les citrouilles, les fantômes (qui devraient être de retour !), mais aussi les animations d'Halloween, avec le spectacle « Mickey et sa surprise-party d'Halloween » ou encore les divers orchestres ! Des nouveautés sont aussi attendues du côté des spectacles de la journée !

Attention, le temps des hommes citrouilles, des vingt-cinq tonnes de citrouilles, bottes de paille et de foin, des pieds de maïs dispersés dans Frontierland est révolu. Le thème est dorénavant « plus Disney » et plus recherché. Le résultat de l'année dernière était moins massif, car le parc avait accumulé de nombreux décors en près de vingt ans de festivités. De nombreuses nouvelles décorations verront le jour cette année encore avec la suite du projet d'une Halloween « plus Disney ».

La nuit la plus « mortelle » se passe à Disneyland Paris avec hurlements garantis pour les plus courageux ! La désormais célèbre Soirée Halloween Disney est une expérience unique à vivre en famille ou entre amis, de 20 h 30 à 1 h du matin, à la lueur de la lune, dans une ambiance plus mystérieuse que jamais, avec de nombreuses animations, des surprises et une ambiance « d'enfer » jusqu'au bout de la nuit.

Au programme : des animations de rue et spectacles endiablés tout au long de la soirée. Les méchants devraient continuer de rencontrer les visiteurs à Frontierland devant Phantom Manor comme c'était le cas auparavant.

La Soirée Halloween Disney propose une soirée au cœur du parc Disneyland après la fermeture. De nombreuses rencontres avec des personnages Disney sont organisées lors de cet événement. Pour les amateurs de personnages Disney, c'est l'occasion en or de rencontrer des personnages relativement rares. De nombreux spectacles sont organisés tout au long de la soirée dans les différents lands.

LA CÉLÈBRE FÊTE DE GREENWICH VILLAGE

La plus célèbre fête d'Halloween a lieu chaque année à New York dans le fameux Greenwich Village. Indéniablement l'endroit où il faut être pour vivre une grande nuit de peur. Lieu de fête new-yorkais par excellence, le Greenwich Village connaît une fièvre particulière la nuit de la parade d'Halloween. Personnages déguisés, danseurs, musiciens et autres artistes défilent pour la plus grande joie du public : plus de 1,5 million de personnes ont participé à cette fête de la citrouille ces dernières années dans toute la ville. Fantômes, sorcières, monstres, nains sataniques et dragons se confondent dans un esprit général très créatif et frôlant souvent l'art abstrait. Chaque année, les organisateurs font appel à de gigantesques et loufoques marionnettes, portées par plusieurs personnes en tête de cortège pour la fête d'Halloween. Agglutinés sur le trottoir, juchés sur les cabines de téléphone ou les panneaux publicitaires, les spectateurs envahissent tous les points d'observation imaginables. Une folie à laquelle ne songeait pas le groupe de voisins de quartier qui a monté en 1973 le premier défilé avec la marionnette Ralph Lee. Depuis le 11 septembre 2001, la fête du 31 octobre a un goût particulier. Celui de l'infailible instinct de survie de la Big Apple, car la parade a pour thème le phénix, l'oiseau mythologique qui renaît toujours de ses cendres...



HEIDI KLUM'S HALLOWEEN PARTY

À l'initiative du célèbre mannequin allemand, cette soirée d'Halloween, regroupe un grand nombre de célébrités. Réputée et fortement attendue, c'est l'occasion de voir les plus beaux, les plus originaux et aussi les plus chers des costumes. Bien entendu, cette soirée est réservée aux stars. L'an dernier, le mannequin avait annulé sa soirée à cause de l'ouragan Sandy, pour la reporter à décembre avec un « Noël hanté », l'occasion pour elle de présenter un nouveau déguisement remarquable, celui de Cléopâtre... La question est : après Cléopâtre et le corps humain à vif, quel sera le déguisement d'Heidi Klum cette année ?

RÉES HALLOWEEN

Halloween MOUV'IN party

Votre magazine Mouv'in marque une nouvelle fois l'événement avec cette terrifiante soirée organisée au bowling de Villeneuve.

Ce n'est pas la première soirée Mouv'in organisée pour Halloween, vous vous rappelez certainement la soirée Harry Potter qui avait rencontré un franc succès. Les soirées Mouv'in se font moins nombreuses, c'est donc l'occasion de participer à la plus grande et à la plus terrifiante soirée d'Halloween du département.

TERREUR ET BONNE AMBIANCE

Au sein du bowling de Villeneuve, nous profiterons des deux salles et pourrons ainsi assurer des ambiances différentes pour les goûts de chacun. Salsa-latino dans l'une, disco-électro dans l'autre. Entièrement décoré le bowling sera hanté par les sons endiablés de DJ Pascual et DJ Tounga. Les plus jeunes pourront jouer en toute tranquillité au bowling ou aux jeux présents sur place (billard, baby-foot...). Les plus âgés quant à eux pourront se déchaîner sur les pistes de danse et frissonner !

CONCOURS DU DÉGUISEMENT LE PLUS TERRIFIANT

Le déguisement est conseillé pour la soirée, et un concours sera organisé pour récompenser le plus beau costume d'Halloween, adulte homme, adulte femme et enfant. De nombreux lots sont à gagner grâce à nos partenaires, donc soyez original !

INFORMATIONS ET RÉSERVATIONS

L'entrée est à 10 € avec une boisson offerte, vous aurez l'accès aux deux salles. La soirée débutera à 21 h 30 et est ouverte à tous, petits et grands. Possibilité de restauration sur place au restaurant du bowling : 04 92 75 96 21.

Pour plus d'infos, plus de renseignements ou pour réserver :

06 64 14 04 94, ou

Facebook : magazine Mouv'in.

JEUDI 31 OCTOBRE
21h30 / BOWLING VILLENEUVE

UNE LANTERNE TERRIFIANTE

Halloween approche, c'est l'heure de sortir les déguisements de sorcière, les sacs de bonbons... et les citrouilles terrifiantes. Suivez-nous pas à pas pour réaliser, chez vous, une belle lanterne d'Halloween.

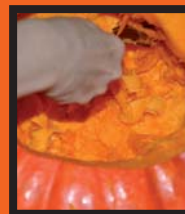
Étape 1 : Lavez la citrouille d'Halloween et coupez son chapeau. Choisissez une belle citrouille ou un gros potiron, lourd et brillant. Une fois passé sous l'eau, on lui coupe la tête. Concrètement, il suffit de planter la lame d'un couteau pointu bien lisse et très solide en biais au milieu du rayon du potiron, et tourner tout autour du pédoncule. Puis retirer ce chapeau délicatement en tirant sur le pédoncule.



Étape 2 : Videz les graines et filaments. Après avoir gratté rapidement l'intérieur du potiron, on le vide de l'intérieur. Avec les doigts, ça colle et c'est gluant. On adore ! Pour obtenir une belle citrouille l'an prochain, essuyez les graines avec du papier absorbant, et laissez-les sécher sur une plaque. Une fois déshydratées, conservez-les six mois dans une enveloppe, et plantez-les fin mars en pleine terre, en laissant 20 cm entre chaque graine. Attention, ces plantes sont très envahissantes. Prévoyez un espace suffisant.



Étape 3 : Creusez la chair du potiron pour la cuisiner. Une fois débarrassé de ses graines, on peut creuser le potiron pour récupérer la chair. Avec une solide cuillère à soupe, tenue au ras du manche, grattez l'intérieur en prenant garde de ne pas transpercer la peau. Opération fastidieuse, car la chair est dure, et la peau fine. Inutile d'aller profondément. Sur une belle citrouille comme celle-là, on peut prélever 3 kg en gardant une écorce encore bien épaisse. Cette étape n'est pas obligatoire dans la confection d'une lanterne, mais ce serait dommage de se priver d'un si beau légume. Plein de vitamines, légèrement sucré, il fait le bonheur des enfants.



Étape 4 : Dessinez et découpez la citrouille d'Halloween. En prenant une photo comme modèle, dessinez au feutre le visage du monstre. En cas de correction à apporter, gomez avec un papier absorbant mouillé. Une fois la forme définie, plantez la lame du couteau lisse bien droit dans la citrouille, puis évidez en suivant votre tracé. Appuyez depuis l'intérieur ou l'extérieur pour prélever les découpes.



Étape 5 : Reste à allumer la lanterne. Traditionnellement, on place à l'intérieur une bougie chauffe-plats. Dans ce cas, mieux vaut éviter de remettre le chapeau, car la flamme brûlerait la citrouille. Mais le rendu est moins intéressant. Nous avons choisi de placer une lanterne électrique pour éclairer sans risque notre citrouille d'Halloween. Il existe aujourd'hui toute sorte lampes à LED, même des bougies à LED. Idéal pour allumer une citrouille d'Halloween, à l'intérieur comme à l'extérieur, en toute sécurité.



REPAS SPÉCIAL HA



8 mini-citrouilles • 2 cuillères à soupe d'huile • 1 oignon haché • 400g de bœuf haché • ½ cuillère à café de piment • ½ cuillère à café de curry doux • 2 gousses d'ail finement hachées • 2 tomates coupées en dés • ½ patate douce coupée en dés • 1 cuillère à café de cassonade • sel • poivre du moulin

MINI-CITROUILLES AU BŒUF PIMENTÉ

POUR 4 PERSONNES • PRÉPARATION : 25 MIN
CUISSON : 40 MINUTES

➤ Découpez un chapeau aux citrouilles. Retirez les graines et les filaments. Evidez-les en laissant 5 mm de chair autour de l'écorce. Hachez la chair retirée. Faites chauffer l'huile dans une poêle. Ajoutez l'oignon et laissez-le blondir pendant 5 minutes.

➤ Ajoutez dans la poêle la viande, le piment, le curry et l'ail. Mélangez et laissez mijoter pendant 10 minutes. Ajoutez les tomates et 25cl d'eau. Portez à ébullition. Ajoutez alors les dés de patate douce, la citrouille hachée et la cassonade. Salez et poivrez. Couvrez et laissez mijoter pendant 30 minutes.

➤ Faites bouillir de l'eau dans un faitout. Salez, puis plongez les coques et les chapeaux des citrouilles dans de l'eau bouillante et laissez-les cuire pendant 10 minutes. Egouttez soigneusement les coques des citrouilles puis emplissez-les de la préparation, tout en gardant au chaud. Posez le couvercle dessus et servez aussitôt.



À PARTIR D'OCTOBRE OUVERT AUSSI
LES JEUDIS, VENDREDIS ET SAMEDIS SOIR

Café de la Poste

RESTAURANT OUVERT LE MIDI

sauf le dimanche

FORMULE plat+dessert à partir de 14€

Terrasse ensoleillée

Soirée à thème 1fois/mois

Brasserie et glacier

Rue Reine-Jeanne

04100 MANOSQUE

Tél.: 0492726902

e-mail : contact@cafedelaposte.com

www.cafedelaposte.com

HALLOWEEN



1 quartier de
potiron • 10cl d'eau
• 100g de sucre
en poudre • 65g
de farine • 3 œufs •
1 sachet de sucre
vanillé • 30cl de
lait ½ écrémé •
1 cuillère à café
d'extrait de vanille
• 20g de beurre
pour le moule • 2
cuillères à soupe
de sirop d'érable

CLAFOUTIS DE POTIRON À LA VANILLE

POUR 4 PERSONNES • PRÉPARATION : 20 MIN
CUISSON : 1H

- Ôtez les pépins et les filaments du quartier de potiron, puis détaillez-le en petits cubes. Mettez-les dans une casserole, puis ajoutez l'eau, saupoudrez de 30g de sucre en poudre et couvrez. Faites cuire à feu doux en remuant régulièrement jusqu'à ce que le potiron soit tendre.
- Pendant ce temps, versez la farine dans un saladier, puis cassez les œufs, ajoutez le reste de sucre en poudre et le sucre vanillé et fouettez vigoureusement ;
- Incorporez progressivement le lait et remuez jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse, puis ajoutez l'extrait de vanille et mélangez.
- Préchauffez le four à 210°C (th. 7). Répartissez le potiron dans le fond d'un moule préalablement beurré, puis versez la pâte. Enfourez pour 40 minutes de cuisson.
- Sortez le clafoutis du four, laissez – le refroidir et démoulez le, puis arrosez le clafoutis d'un filet de sirop d'érable et servez-le.

HOROSCOPE



BÉLIER
21/03 - 20/04

Le programme idéal serait pour vous, un programme sans stress, où tout coule comme vous l'espérez et pourtant il n'en est rien, car les tensions de tous ordres fusent, laissant monter en vous un sentiment d'impuissance. Le mot d'ordre est de rétablir la barre et d'aller de l'avant.



TAUREAU
21/04 - 21/05

Soyez non seulement un médiateur, mais faites également valoir vos droits ou, mieux encore, vos idéaux, car c'est en partie grâce à eux que vous recevrez la considération de ceux qui vous entourent et qui n'ont pas toujours été d'accord avec vos dires.



GÉMEAUX
22/05 - 21/06

Prenez le temps de vivre, et n'essayez pas toujours d'être le meilleur, car à ce petit jeu vous risqueriez de vous perdre totalement, soyez vous-même, celui qui au fond de lui doute encore, et c'est lui seul qui pourra atteindre la victoire. Faites-vous confiance et laissez de côté les détracteurs.



CANCER
22/06 - 22/07

C'est le moment de vous livrer, de dire enfin ce qui sommeille en vous, qui a besoin de se réveiller, et de prouver enfin ce que vous êtes seul capable de faire. Car en vous sommeillent de grandes réalisations et il est temps de les faire sortir au grand jour. Allez de l'avant, ne reculez pas ou plus.



LION
23/07 - 23/08

Vous voici subitement devant la glace, et celle-ci devient subitement votre pire ennemi, tout ce que vous aimiez vient de disparaître, enlevant d'un trait votre confiance légendaire. De l'exercice, un régime alimentaire, sont à mettre en place sans attendre, vous permettant une fois de plus d'être le roi du zodiaque.



VIERGE
24/08 - 22/09

Après les rencontres de cet été et les nouveaux horizons donnés par celles-ci, vous voilà une fois de plus retourné dans la routine, routine qui n'est plus pour vous à l'ordre du jour, et de nombreux changements professionnels, voire personnels, vont envahir le ciel astral de nos vierges, qui sont ouvertes aujourd'hui à ce qu'elles aiment appeler la découverte.



BALANCE
23/09 - 23/10

Au lieu de vouloir tout analyser, et couper les cheveux en quatre, ne vaudrait-il pas mieux pour vous ne pas agir tout simplement, changer ce qui doit être changé, et surtout ne plus exister, car ces petites choses à la longue vous pourrissent la vie ? Réagissez à votre rythme et cela, à la longue, vous donnera raison.



SCORPION
24/10 - 22/11

Vos vacances furent studieuses et celles-ci vous laissent un besoin d'aller plus loin dans votre culture. Vos lectures ont fait sortir en vous de nouvelles émotions, émotions qui étaient cachées et qui vous empêchaient de vivre. Les vacances ont servi à cela, le sentiment d'exister.



SAGITTAIRE
23/11 - 21/12

Attention, la période associée aux vacances se termine, et aujourd'hui la réalité est là et bien là. Les difficultés financières sont présentes, les conflits administratifs sont bien là et il vous faut monter au créneau pour enrayer cette fin d'année qui semble musclée.



CAPRICORNE
22/12 - 20/01

Enfin, vous avez décidé de vous intégrer véritablement au groupe, car derrière votre sourire se cachait souvent un être déçu, désabusé de l'attitude des autres, et les vacances dernières vous ont ouvert les yeux face aux autres, ceux qui semblaient primordiaux à votre vie, et qui aujourd'hui vous semblent être un leurre.



VERSEAU
21/01 - 18/02

Malgré vos efforts, un contrat prévu depuis longtemps risquerait de vous passer sous le nez et profiter à d'autres, à tous ceux qui vous ont décrié, et qui malgré leur incompétence font à ce jour valoir leurs droits. Patientez, car le temps aura raison de vous.



POISSONS
19/02 - 20/03

Que la vie est belle, lorsqu'on est amoureux (ou amoureuse), que la vie est belle lorsque l'on est deux, voilà le mot d'ordre de ce mois qui semble à vos yeux idyllique, un mois que vous aimeriez partager avec les autres, mêmes ceux qui depuis quelque temps laissaient entrevoir d'être à vos yeux des ennemis.

JEUDI 31 OCTOBRE

21h30 / BOWLING VILLENEUVE

Halloween MOUV'IN party

2 SALLES
AMBIANCES
SALSA, DISCO, ELECTRO

CONCOURS DU DEGUISEMENT
LE PLUS EFFRAYANT
nombreux lots a gagner

BOWLING / JEUX
RESTAURATION POSSIBLE

INFOS/RESA
06 64 14 04 94
magazine Mouv'in 

ENTREE
10€

une consommation
offerte

MOUV'IN.TV

Salsa #P

Amnental Karass

La Foir'fouille

BOWLING
VILLENEUVE