

**VENDREDI 31 OCTOBRE**

21h30 / BOWLING VILLENEUVE

# Halloween MOUV'IN party

2 SALLES  
AMBIANCES  
SALSA, DISCO, ELECTRO

CONCOURS DU DEGISEMENT  
LE PLUS EFFRAYANT  
nombreux lots à gagner

SHOW FEU & LAZER  
par la Cie FEU FOLIE

DEMO DE DANSE  
par VITA LIBERTE  
et Cie VAGALOUM

BOWLING / JEUX  
RESTAURATION POSSIBLE  
MENU HALLOWEEN 25€

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

ENTREE  
**10€**  
une consommation  
offerte  
&  
accès gratuit avec  
votre bracelet d'entree  
au BE Club

**mouv'in**  
TV

**BOWLING**  
VILLENEUVE

Vital Liberté

Salsa 42

VAGALOUM

BE CLUB

SPÉCIAL HALLOWEEN

ITW BENOIT CHEYROU

VOS SORTIES DU MOIS

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



# happycash

Spécialiste des Biens d'Occasion

## NOUVEAU à MANOSQUE

### Vendez Echangez Achetez

### VENDEZ nous VOS...

Téléphones, jeux vidéo,  
matériel informatique,  
télévision, BD, Mangas,  
CD-DVD,  
petit électroménager,  
appareils photo et vidéo,  
Hi-Fi, Sono,  
matériel de sport,  
instruments de musique,  
bijoux, Or\*...

\* Voir conditions en magasin, selon réglementation en vigueur.  
Visuels non contractuels.



29 Chemin Théophile Farnaud  
Derrière la station service E. Leclerc

Tél. 04 92 74 97 78 - [www.happycash.fr](http://www.happycash.fr) - Happy Cash France



Après cette rentrée, nous voilà tous remis dans le bain ! Et les nouvelles activités proposées dans le département vont vous faire découvrir d'autres horizons physiques... Le plus dur est de reprendre ! À l'heure où j'écris cet édito nous profitons d'un bel été indien, en espérant qu'il dure longtemps, mais l'heure des feuilles mortes arrive à petits pas et les teintes automnales vont envahir nos collines environnantes. Profitez alors de l'occasion pour découvrir la nature qui nous entoure, pour vous balader ou même pratiquer une activité physique en plein air pour vous oxygéner ; on a cette chance, autant en profiter.

Le mois d'octobre est associé à Halloween. Comme chaque année, le magazine Mouv'in organise sa traditionnelle HALLOWEEN MOUV'IN PARTY au bowling de Villeneuve. En espérant vous voir encore plus nombreux que l'année dernière (350 participants) pour danser, jouer, rire et profiter d'un bel événement ; le tout, déguisé ou pas, selon votre choix. Une soirée qui rencontre un fort succès, et cette année vous pourrez profiter du spectacle de jonglage

lumineux et enflammé de la compagnie Feu folie qui émerveillera petits et grands. Nos partenaires de la soirée : Vita liberté fera une démonstration de danse, et le BE Club offrira l'entrée à tous les participants de la soirée MOUV'IN (sur présentation du bracelet). Comme l'an passé, vous profiterez de deux salles avec deux ambiances (latino et disco-pop) pour ravir tous les styles et tous les goûts.

N'oubliez pas, pour recevoir le magazine jusqu'à cinq jours avant sa sortie « papier », inscrivez-vous à la lettre d'information sur le site [www.mouv-in.com](http://www.mouv-in.com). Vous serez également tenu informé des dernières vidéos mises en ligne sur Mouv'in.tv, et en exclusivité des articles supplémentaires et autres recettes de notre partenaire Diet' et Tic ([www.diet-et-tic.com](http://www.diet-et-tic.com)).

**Annonceurs ? Le numéro Spécial Noël de Mouv'in arrive à grands pas. Réservez au plus tôt votre encart pour paraître dans ce magazine et profiter des offres commerciales associées.**

Bonne lecture à tous et au mois prochain.

**f** SUIVEZ L'ACTUALITÉ DE MOUV'IN SUR LES PAGES FACEBOOK : **MAGAZINE MOUV'IN & MOUV'IN.TV**

**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](mailto:contact@mouv-in.com) - [www.mouv-in.com](http://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

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** **MOUV'IN**

Contactez Nico au **06 64 14 04 94**  
[contact@mouv-in.com](mailto:contact@mouv-in.com)

plus de 20 000 lecteurs / mois



# Adieu Kilos!

Expert en Hamburger

Experte en Nutrition



**NATUR HOUSE**  
Experts en rééducation alimentaire

*Prenez Rendez-vous!*

40 avenue Jean Giono - 04100 MANOSQUE  
Tél. : 04 92 75 44 91

**J'ai perdu du poids sans m'en rendre compte !**

Damien a fait de l'alimentation sa profession, une passion mais aussi une bataille au quotidien... jusqu'à ce qu'il découvre la méthode Naturhouse. Un parcours exemplaire qui nous prouve qu'avec de la motivation, on arrive à tout.

**Damien -30kg\***

**Comment expliquer vos problèmes de poids ?**  
 Comme je suis cuisinier, je n'ai pas des horaires fixes. Je mangeais n'importe quoi à n'importe quelle heure, sans y prêter attention.

**Qu'est-ce qui vous a décidé de prendre rendez-vous avec une diététicienne-nutritionniste Naturhouse ?**  
 Je voulais être accompagné. Le concept d'un suivi hebdomadaire m'a tout de suite convaincu. Pour moi, il n'y a pas de solution miracle, uniquement des solutions durables.

**Qu'est-ce que vous reprenez de la méthode Naturhouse ?**  
 Grâce à Naturhouse, j'ai réappris à manger, ce n'est pas un régime, mais un rééquilibrage alimentaire.

**Quelle a été votre principale source de motivation ?**  
 La balance ! Voir mon poids descendre semaine après semaine, voilà ma motivation au quotidien !

**SUIVI HEBDOMADAIRE**

**500 CENTRES EN FRANCE**  
[www.naturhouse.fr](http://www.naturhouse.fr)

**La méthode NATUR HOUSE**

- Plan diététique personnalisé
- Suivi hebdomadaire gratuit avec votre diététicienne-nutritionniste
- Compléments alimentaires à base de plantes (environ 40€/semaine)

EXTRAIT DU TÉMOIGNAGE PARU DANS LE MAGAZINE PESO PERFECTO N°25, DISPONIBLE DANS TOUS LES CENTRES NATURHOUSE.

Graphic business 05.54.11.07.46 • Photos : Pascal Comtesse • Illustration : Clotilde Selton

# ACTUS CINÉ

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



## LOU, JOURNAL INFIME // 8 OCTOBRE



Réalisé par Julien Neel  
Avec Ludivine Sagnier, Kyan Khojandi, Lola Lasseron  
Genre Comédie

Lou est une jeune fille créative et rêveuse d'une douzaine d'années. Elle vit seule avec sa mère, Emma, qui a mis de côté sa vie de femme ces dernières années pour se consacrer à l'épanouissement de sa fille. Leur cocon confortable cache malgré tout quelques failles : Emma stagne et glisse doucement vers la mélancolie alors que Lou est obnubilée par Tristan son petit voisin, délaissant sa bande de copains... Leur bulle éclate alors qu'Emma entame une renaissance amoureuse et qu'un premier baiser fait rentrer Lou dans les années enivrantes de l'adolescence.



## LE LABYRINTHE // 15 OCTOBRE

Réalisé par Wes Ball  
Avec Dylan O'Brien, Aml Ameen, Will Poulter  
Genre Action, Science fiction, Aventure



Quand Thomas reprend connaissance, il est pris au piège avec un groupe d'autres garçons dans un labyrinthe géant dont le plan est modifié chaque nuit. Il n'a plus aucun souvenir du monde extérieur, à part d'étranges rêves à propos d'une mystérieuse organisation appelée W.C.K.D. En reliant certains fragments de son passé, avec des indices qu'il découvre au sein du labyrinthe, Thomas espère trouver un moyen de s'en échapper.



## NINJA TURTLES 2D/3D // 15 OCTOBRE



Réalisé par Jonathan Liebesman  
Avec Megan Fox, Will Arnett, William Fichtner  
Genre Action, Aventure

Tenez-vous prêts : quatre héros de légende vont bientôt faire parler d'eux à New York... Leonardo, le leader, Michelangelo, le beau gosse, Raphael, le rebelle et Donatello, le cerveau, vont tout faire pour défendre la ville de New York, prise entre les griffes de Shredder. Entre deux dégustations de pizzas (sans anchois, bien sûr) et un entraînement intense aux arts martiaux, prodigué par leur maître Splinter, ils vont accomplir leur destin, aidés par la courageuse reporter, April O'Neil.



**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](http://location-u.com)





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



**SAMBA**

**// 15 OCTOBRE**

Réalisé par Eric Toledano, Olivier Nakache  
Avec Omar Sy, Charlotte Gainsbourg, Tahar Rahim  
Genre Comédie, Drame

Samba, sénégalais en France depuis 10 ans, collectionne les petits boulots ; Alice est une cadre supérieure épuisée par un burn out. Lui essaye par tous les moyens d'obtenir ses papiers, alors qu'elle tente de se reconstruire par le bénévolat dans une association. Chacun cherche à sortir de son impasse jusqu'au jour où leurs destins se croisent... Entre humour et émotion, leur histoire se fraye un autre chemin vers le bonheur. Et si la vie avait plus d'imagination qu'eux ?



**ON A MARCHÉ  
SUR BANGKOK**

**// 22 OCTOBRE**

Réalisé par Olivier Baroux  
Avec Kad Merad, Alice Taglioni,  
Peter Coyote  
Genre Comédie, Aventure



Serge Renart, un journaliste TV devenu has-been et Natacha Bison, une reporter de guerre écartée du métier parce que trop dangereuse pour ses collègues, se retrouvent obligés d'enquêter ensemble sur une affaire qui les mènera en Thaïlande à la recherche d'un des secrets les mieux gardés de l'histoire contemporaine... Que s'est-il réellement passé pendant la retransmission télévisuelle de la mission Apollo 11, où pour la première fois, l'homme a posé le pied sur la Lune ?



**RÉSERVEZ  
DÈS MAINTENANT  
VOTRE ENCART**

**POUR LE NUMÉRO  
"SPÉCIAL  
FÊTES"**

**MAGAZINE 84 PAGES  
CAHIERS : NOËL  
IDÉES CADEAUX  
& SORTIES  
ST SYLVESTRE**

**RÉSERVATIONS/INFOS  
06 64 14 04 94  
contact@mouv-in.com**





*La traditionnelle Foire aux santons de Gréoux-les-Bains fête son 20e anniversaire. Un événement qui, en vingt ans, a vu passer un grand nombre d'artisans santonniers et surtout des milliers de visiteurs.*

« En 2014, l'office de tourisme fête la 20e édition de la Foire aux santons. Si nous ressentons une grande fierté, nous prenons également conscience de la tâche qui nous attend pour célébrer dignement cet anniversaire. Sur une idée de l'équipe, en 1994, emmenée par M. Redolfi, le président, et Brigitte Reynaud-Wolter, la directrice, est née cette foire dans laquelle se sont impliqués bon nombre de bénévoles. Au fil des années, cette foire a grandi, a progressé, s'est améliorée pour devenir aujourd'hui une manifestation incontournable du calendrier grysiénois. »  
La 20e Foire aux santons se déroulera du vendredi 24 octobre au dimanche 2 novembre au centre de congrès L'Étoile (salle Jean-Giono).

« Cette édition se doit d'être exceptionnelle : exceptionnelle par la qualité des santonniers et des produits présentés, exceptionnelle par la quantité et la qualité des animations, exceptionnelle enfin par la mobilisation des moyens de la commune et de l'office de tourisme sans oublier les Amis

de la Foire aux santons (les bénévoles). Tout en gardant son esprit populaire et commercial, nous souhaitons développer la qualité culturelle de cette manifestation en valorisant l'histoire de ce savoir-faire provençal : la fabrication du santon. »

**Vingt santonniers régionaux, fabriquant leurs produits en France, vous donnent rendez-vous pour dix jours d'exposition-vente.**

Le santon, en provençal santoun (« petit saint »), est un petit personnage en argile, créé artisanalement à la main et avec amour. On retrouvera le santon au cœur des crèches pour les fêtes de Noël. Ils perpétuent la tradition provençale, la vie des hommes et de la famille. À l'origine, la crèche familiale se limitait aux personnages de la Nativité : Marie, Joseph, l'Enfant Jésus et les rois mages. Les santonniers s'inspirent de l'héritage des vieux métiers traditionnels du petit peuple de Marseille et des personnages

de la pastorale, pour fabriquer leurs santons. Chacun de ces artisans peaufine ses statuettes avec une attention particulière pour les détails ainsi que les postures. On reconnaît la marque du santonnier par son travail minutieux qui ne ressemble à aucun autre. Au cours de l'exposition-vente de santons, le visiteur profite d'ateliers de démonstration, d'animations, et de spectacles pour les enfants, sans oublier les chants et danses des troupes folkloriques.

### UNE FRÉQUENTATION TOUJOURS AU RENDEZ-VOUS

Fort de son statut de première foire de l'année, la fréquentation ne cesse d'augmenter depuis quelques années, au point d'approcher les dix mille visiteurs en dix jours.

### LA QUALITÉ AVANT TOUT

C'est par sa diversité de produits exposés que la foire se veut originale : santons en argile brute, peints ou non, des puces aux habillés... le choix est vaste. Les exposants de la foire (venant de la région Paca et du Gard) sont des santonniers traditionnels et fournissent un travail réalisé en atelier. C'est ainsi que la Foire aux santons a su se démarquer des autres et est devenue un rendez-vous incontournable pour les amoureux des santons.

### ET RETROUVEZ TOUS LES JOURS :

Le rendez-vous des gourmands : les gourmands pourront retrouver fruits secs, nougats et calissons, chocolats... Tout ce qu'il faut pour préparer les treize desserts ou se régaler sur place.

20e Foire aux santons  
Centre de congrès L'Étoile  
04800 Gréoux-les-Bains

**Horaires d'ouverture :** tous les jours de 15 heures à 19 heures. Nocturne le vendredi 31 octobre jusqu'à 21 heures. Entrée libre.

**Informations :** office de tourisme de Gréoux-les-Bains – 04 92 78 01 08 – [greouxlesbains.com](http://greouxlesbains.com).





# LES SORTIES JEUX VIDÉO

**SORTIES OCT 2014**



## FORZA HORIZON 2 EXCLU XBOX ONE



Cette fois, le festival Horizon se déroule à la frontière franco-italienne. Bord de mer, campagne italienne, routes sinueuses de montagne... Un tout nouveau territoire à conquérir pour les pilotes émérites.

- Explorez un vaste monde ouvert et vivant : La nouvelle évolution du fantastique moteur graphique de Forza offre un cycle jour/nuit complet avec des effets météo, d'éclairage.

- Foncez dans les haies sur des pistes campagnardes, traversez des champs et des forêts et découvrez de nouveaux raccourcis lors de vos aventures effrénées et sensationnelles. Prenez tous les risques et gagnez des récompenses en étalant vos talents de pilote et votre style.

- Connectez-vous instantanément avec vos amis : Passez instantanément du solo au multijoueur en ligne. Pas de lobbies, pas d'attente. Rejoignez ou créez votre propre Car Club avec jusqu'à 1000 membres pour étendre votre réseau d'amis et régner sur les tableaux de classements. En solo, la technologie Drivatar peuple votre univers d'amis même s'ils ne sont pas en ligne avec vous. Seulement sur Xbox One.

- Plus de 200 des plus belles voitures au monde à conduire. Des 4x4 les plus extrêmes aux bolides modernes et surpuissants. Tous recréés avec un souci inégalé du détail.



## L'OMBRE DU MORDOR PS4 / XONE



La Terre du Milieu : L'Ombre du Mordor propose un environnement de jeu dynamique où vous orchestrez votre vengeance et imposez votre volonté au Mordor. Le jeu débute la nuit du retour de Sauron au Mordor, alors que l'armée de ce dernier exécute froidement les rôdeurs de la Porte Noire. L'histoire est inédite et se situe entre les événements du Hobbit et ceux du Seigneur des Anneaux. Alimenté par le Nemesis System, chaque ennemi possède un visage unique, sa propre personnalité, ses forces et ses faiblesses. Selon votre style de jeu, vos affrontements engendrent l'apparition d'ennemis jurés spécifiques. Trouvez la meilleure stratégie pour vaincre chacun de vos adversaires, infiltrer leurs rangs et dominez-les dans ce monde évolutif qui mémorise chacune de vos actions et de vos décisions.

- Libérez les pouvoirs spectraux – Grâce à vos pouvoirs spectraux, orchestrez et exercez votre vengeance avec des corps à corps musclés, une discrétion impitoyable et des combats à distance intenses.
- Dominez vos ennemis – Découvrez le monde avec vos pouvoirs spectraux et apprenez à connaître chacun de vos ennemis afin d'accomplir la vengeance de Talion ;
- Imposez votre volonté au Mordor – Retournez les ennemis les uns contre les autres en les forçant à Assassiner, Terroriser, Sacrifier ou Espionner. Selon la façon dont vous utilisez le Nemesis System, chaque ennemi rencontré peut évoluer pour devenir un ennemi juré au cours de votre aventure.

**JEUX-VIDÉO**

**Neufs  
Occasions**

**Accessoires  
Connectiques**



**MEGA  
CHIP**

**PLANETE HD**

**INFORMATIQUE**

**PC / Assemblage**

**S.A.V  
Devis/Diagnostic  
Gratuit**



**ZI St Joseph - MANOSQUE**

**04 92 87 23 22**

**MEGACHIP  
MANOSQUE**







*Le petit village de Volx organise le 19 octobre prochain, la journée de l'olive, le Ban des olivades. De nombreuses animations sont prévues au programme. Présentation...*

Sous l'organisation de l'association des commerçants Volx ensemble, cette animation est destinée à faire découvrir le village de Volx au plus grand nombre. Ainsi vous pourrez constater le dynamisme des commerçants de Volx lors de cet événement de taille.

#### DÉBUT DE LA CUEILLETTE

Ce n'est pas une coïncidence si la date de cette manifestation a été décidée en octobre. Octobre est le mois du début de la cueillette des olives, un événement qui s'adresse donc aux locaux plutôt qu'aux touristes.

#### DE NOMBREUSES ANIMATIONS

L'événement débutera à 9 h 30, et de nombreuses animations sont prévues toute la journée, pour petits et grands, autour du thème de l'olive. Entre autres, un concours d'aïoli et aïoli géant, à 12 h 45, dans le village (réservation au 06 11 36 56 53) et également au restaurant

La Belle Époque (04 92 71 18 62). Les enfants ne seront pas en reste avec les animations : Ludobrousse, balades en poneys, groupe folklorique La Taïole avec démonstration de métiers anciens.

#### TOUTE LA JOURNÉE :

Démonstration d'extraction d'huile, démonstration de l'effeuilleuse à olives avec la Ventarelle, visite de l'exposition de cartes postales et de timbres, visite gratuite de l'écomusée (navette gratuite mise en place)...

Une tombola sera organisée et la remise des prix sera assurée par Anne-Laure Fourmont, Miss Provence 2014.

#### PROGRAMME

9 h 30 : ouverture de la fête  
 9 h 45 : départ de la balade sur le chemin des Fontaines  
 10 heures : concours d'aïoli  
 10 heures : conférence sur les maladies et les ravageurs

11 heures : intronisation

11 h 45 : remise des prix du concours d'aïoli

12 h 15 : inauguration de la fontaine des Quatre-Chemins, et apéritif offert par l'association des commerçants

12 h 45 : aïoli géant (sur réservation au 06 11 36 56 53) et également au restaurant La Belle Époque (sur réservation au 04 92 71 18 62)

14 h 30 : deuxième départ de la balade sur le chemin des Fontaines

14 h 30 : conférence sur la trituration de l'olivier

16 heures : tirage au sort de la tombola, prix remis par Miss Provence 2014.

Un événement organisé par l'association des commerçants Volx ensemble avec la participation du conseil général, de la chambre de commerce et d'industrie des Alpes-de-Haute-Provence, de la commune de Volx, du Groupement des oléiculteurs de haute Provence et du Luberon, de la Fédération des acteurs de l'oléiculture de haute Provence et de la confrérie Les Compagnons de l'olivier.

#### PLUS D'INFOS :

Volx Ensemble : 06 11 36 56 53





un produit



*Lancés au printemps 2013 par la chambre de commerce et d'industrie, les chèques cadeaux KDO4 rencontrent un vif succès auprès des entreprises, associations et comités d'entreprise du département ! Retour sur cette initiative, une première dans la région PACA !*

Depuis l'année dernière, la chambre de commerce et d'industrie commercialise, auprès d'un large public de professionnels, les chèques cadeaux KDO4, valables exclusivement chez les commerçants et prestataires de services des Alpes-de-Haute-Provence. Ces chèques cadeaux peuvent être offerts aux collaborateurs, tout en bénéficiant d'une exonération de charges sociales\*, ou aux clients et partenaires dans le cadre de programmes de fidélisation.

## UN OUTIL AU SERVICE DU DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUE !

Parce que consommer local, c'est aussi un moyen de stimuler, solidairement, l'économie d'un territoire, les chèques cadeaux KDO4 représentent une somme d'avantages pour tous ! Un avantage social, exonéré de charges sociales pour l'entreprise ou son comité d'entreprise ; du pouvoir d'achat supplémentaire exonéré de charges sociales et fiscales, pour les utilisateurs ; un frein à l'évasion commerciale et des retombées économiques pour les entreprises locales.

## UTILISABLES CHEZ PRÈS DE 440 COMMERÇANTS PARTENAIRES

Répartis sur l'ensemble du département et dans tous les univers de consommation : mode, sport, bien-être, équipement de la maison, jouets, puériculture, multimédia, voyages, loisirs, gastronomie, etc., les chèques cadeaux KDO4 rassemblent la majorité des commerces de proximité, des enseignes nationales et des grandes surfaces de notre territoire. Ils offrent ainsi à chacun la liberté de choisir selon ses goûts, ses besoins et son budget !

## 100 % DES CLIENTS LES RECOMMANDENT !

Les clients sont séduits par cette initiative. « *Nous avons décidé de faire bénéficier nos salariés de cette initiative à l'occasion des fêtes de fin d'année. Une soixantaine de salariés en tout ont ainsi reçu des chèques KDO4 à Noël pour un montant de 120 euros. Habituellement, nous utilisons les chèques nationaux et nous avons été séduits par cette idée*

*visant à promouvoir les commerces locaux. Nous ignorions comment nos salariés allaient réagir à ce changement, mais l'accueil a été très positif. Il faut dire que les enseignes participant à l'opération sont nombreuses et très variées. On va réitérer cette année. C'est une initiative à laquelle nous croyons beaucoup et nous souhaitons l'encourager ; raison pour laquelle nous avons également décidé d'utiliser ces chèques KDO4 à la boutique d'usine »,* comme nous l'explique la responsable marketing de Terre d'Oc à Villeneuve. La dirigeante de la SARL Turcan, à Mison, complète « *La démarche, dans laquelle s'inscrit cette opération, nous plaît. Il est important pour le tissu économique local que nos salariés puissent faire leurs achats dans le département. D'autant qu'il y a une très belle offre et que celle-ci s'étoffe de plus en plus !* »

Alors, n'hésitez plus, libérez vos envies ! Plaisir et pouvoir d'achat garantis !

## INFORMATIONS

Vous souhaitez passer commande ? Rejoindre les commerçants partenaires ? Obtenir un complément d'information ? Contactez la chambre de commerce et d'industrie des Alpes-de-Haute-Provence. Tél. 04 92 30 80 99 – [chequescadeaux04@digne.cci.fr](mailto:chequescadeaux04@digne.cci.fr) – [www.chequescadeaux04.fr](http://www.chequescadeaux04.fr).

\* Cf. réglementation Urssaf.







*Plus qu'un groupe, c'est un véritable projet qui regroupe des artistes de styles et d'horizons différents qui apportent un son des plus éclectiques en passant par tous les types de musique - rock, soul, groove, reggae, hop hop...*

*Nous espérons par le biais du Café Provisoire décrocher un CAC pour l'aide à la tournée », précise Shaïkan, le chanteur.*

#### DATES À VENIR

En ce mois d'octobre, vous pourrez découvrir ce groupe des plus particuliers au K'fé Quoi, de Forcalquier. Ils seront en concert le 10 octobre avec comme première partie le son groove, slam, oriental de Goulven Ka, après avoir été en résidence du 6 au 10 octobre. Rendez-vous à 21 heures. L'occasion de vous présenter leurs six titres qui vous montreront en détail la diversité musicale du groupe et de leur show final. La soirée sera captée en direct par Roland Allard.

**Le titre Scar Woman :** bercée par la douce et à la fois dynamique mélodie de trompette, la voix de Shaïkan apporte de l'intensité à ce titre, un contraste envoûtant que l'on écouterait sans s'arrêter !

#### PLUS D'INFOS :

The Musik Base Project  
Yann Marsy : 07 87 99 48 58  
musikbaseproject@gmail.com  
facebook.com/themusikbaseproject  
soundcloud.com/themusikbaseproject

L'institut de musique Pro Musica a permis la rencontre de ces musiciens professionnels passionnés. De cette passion sont nés la collaboration, le travail et la naissance d'un show d'exception : The Musik Base Project !

À l'origine du projet, Shaïkan, il apporte ses textes et ses musiques inspirés d'un parcours atypique, sillonnant la route artistique et culturelle, la route au sens propre du terme. Un regard plein de questions sur la société, sur les gens, les situations. Un duo, puis un trio donneront la prémisse du projet qui prend alors de la maturité. Après un an et demi de scène en trio, Roland Allard vient à la croisée de leur route. Ce vidéaste et réalisateur (entre autres pour les Rita Mitsouko ou IAM), enthousiasmé par le concept The Musik Base Project, donne le déclic et le cercle s'élargit. Ainsi Raoul Chichin, Clem Aubert, Joe Dash, Armelle Ita, BigLips, Mitraillet Bille François Garcia et Gaïan Hosten entrent dans le cercle.

#### L'ENCHAÎNEMENT

Aujourd'hui, le projet se compose de six musiciens chacun apportant sa touche et son style au service de la voix extraordinaire de Shaïkan, mais l'un ne va pas sans l'autre, Shaïkan à son tour enjolive les rythmiques, les sonorités, tantôt soul, funk, rock, reggae ou hip-hop...

Avec plus de trente dates cette année, le projet a fait son petit bonhomme de chemin, Aups, Manosque, Gap, Lyon, Villeneuve, Urtis, Le Sauze, Sainte-Tulle, Salon-de-Provence, Cruis... avec des premières parties comme Chinese Man, Yann et Skoob le roi, Ceux qui marchent debout, Shaolin Temple Defender, Sterenno, Djiwan, Mekanik Kantatik...

*« Nous sommes en train de préparer la tournée 2015 et les dates sont en cours de validation, Lyon, Paris, Nantes, Toulouse.*







*Ouvert depuis 2006, le salon de tatouage Immortal Karesse renforce son équipe pour votre plus grand bonheur dermique, le tout dans une nouvelle déco...*

Une ambiance et une décoration entièrement repensée en août 2013.

« Nous souhaitons bien distinguer les box pour plus de confort et d'intimité. La surface d'accueil rend votre entrée dans la boutique encore plus chaleureuse, ainsi vous pourrez vous mettre à l'aise, vous laissant vous inspirer des milliers d'exemples de tatouages classés par genre, pour donner vie à ce qui deviendra votre future marque indélébile », précise Stéphane, tatoueur-perceur.

## UNE NOUVELLE RECRUE

L'arrivée d'Émilie, au mois de mai dernier, apporte une touche et une sensibilité féminine au salon. Graphiste de formation, elle décide d'entreprendre le tatouage après avoir été refroidie par la mentalité trop commerciale des agences de communication. Au départ une simple curiosité, la pratique s'est avérée être un révélateur pour Émilie.

« Je devais continuer mes études vers une licence à Paris, mais je n'arrivais pas à trouver une entreprise pour mon stage en alternance. Un ami tatoueur qui m'avait proposé d'apprendre pour le plaisir m'a finalement formée à la technique, j'ai adoré ! Je suis alors restée

*dans ce domaine, et quelques mois après je suis venue rendre visite à Immortal Karesse avec mon matériel, ils m'ont donné ma chance et ils ont continué à me former ». D'une formation de graphiste, il est donc tout naturel qu'Émilie soit spécialisée dans le dessin, mais elle affectionne particulièrement le travail en niveaux de gris et noir. Elle a pour objectif de s'améliorer dans le réalisme avec un style de dessin vraiment propre à elle. « Le tatouage, c'est un apprentissage quotidien, j'aime allier graphisme et tatouage, je veux arriver à faire mes preuves avec des travaux qui me représentent ».*

« Émilie apporte une vision plus jeune et un esprit graphique différent de ce que nous faisons, c'est un atout pour contenter une autre cible de clientèle à la recherche d'un style précis », précise Gérard, le tatoueur inconditionnel.

## EN CONTINUELLE INNOVATION

Les émissions de télé apportent une communication sur le métier. Un effet de mode aussi, mais qui permet à l'offre d'évoluer. Pour Immortal Karesse, ils ont réussi au fil du temps à innover et à

apporter des formules pour satisfaire une clientèle plus large. « Le plus important, au-delà de ce qu'on réalise, c'est de conserver l'aspect humain et proche de notre client. Chacun amène sa personnalité et nous voulons rester ce que nous sommes », nous confie Stéphane.

## OUVERTURE

Vous disposez désormais de deux tatoueurs, une tatoueuse et un perceur, à vous de choisir, en fonction de son style, de sa spécialité et de sa sensibilité, la personne qui aura la lourde responsabilité d'apposer sur votre peau une empreinte éternelle.

Le salon est ouvert le lundi sur rendez-vous, et du mardi au samedi de 10 heures à 18 h 30.

## INFORMATIONS

### IMMORTAL KARESS

Avenue du Majoral-Raoul-Arnaud  
04100 Manosque  
Tél. 04 92 74 79 13  
Facebook : Immortal Karesse Manosque  
(vous pouvez retrouver les derniers travaux réalisés par les trois tatoueurs).

Vous pouvez regarder le reportage réalisé par MOUV'IN.TV en flashant ceci ou en vous rendant sur :

[www.mouv.in.tv](http://www.mouv.in.tv)







*De nombreux acteurs économiques étaient au rendez-vous pour l'inauguration du magasin Conforama Manosque, le 18 septembre dernier.*

Jacques Février, directeur du magasin, a su communiquer sa joie et sa satisfaction de voir son magasin, celui de ses collaborateurs et employés, enfin terminé après six mois de travaux intensifs.

« C'est pour nous une grande fierté que de vous accueillir dans ce magasin rénové et agrandi. Entre la ville de Manosque et Conforama, c'est une longue histoire, car l'enseigne est arrivée il y a trente et un ans, s'est agrandie deux fois en 1990 et 1992, et s'est modernisée en 2001. Petite anecdote : il y a trente ans exactement, deux salariés, Irène et Pascal, intégraient le magasin. En juillet 2013, notre président, Thierry Guibert, a souhaité venir à Manosque. J'ai eu l'occasion de lui présenter les enjeux économiques du site et de la région. La décision a alors été prise de faire une rénovation complète et un agrandissement de notre magasin. Cette rénovation nous permet aujourd'hui d'avoir une force d'attractivité plus grande. »

Puis un diaporama a remémoré aux salariés, aux entrepreneurs et à la direction, l'évolution des travaux, des premiers coups de pioches jusqu'à la fin, en passant par les petits aléas qui ont vite été résolus, pour vous offrir aujourd'hui un magasin aux tendances nationales, et qui fait la fierté de Stéphane Roux, directeur de la région Sud-Est pour Conforama.

Les élus locaux avaient répondu présents pour cet événement d'importance dans le paysage commerçant manosquin, à l'image de Rolland Aubert, vice-président du conseil général, Christophe Castaner, député des Alpes-de-Haute-Provence, maire de Forcalquier, Bernard Diguët, premier adjoint de la Ville de Manosque, Valérie Peisson, adjointe chargée du commerce et du tourisme, Christelle Toussaint, conseillère municipale et déléguée au commerce et aux entreprises, Armel Lehen, vice-président de la DLVA chargé de l'économie. Jacques Février tenait

également à remercier Christophe Gueydan, directeur de Leclerc, Jérémie Chauvin, directeur de Botanic, les prestataires qui ont travaillé sur le site, Stéphane Roux, directeur régional, et les personnes du siège (événementiel, merchandising, agencement).

« Ce projet nous a permis d'embaucher quatre salariés supplémentaires. Nous sommes dorénavant 36 personnes à vous servir quotidiennement dans un magasin et un dépôt de 5500 m<sup>2</sup> au total. Je suis très fier du travail de chacun et je veux vous les présenter. L'équipe dépôt: Sylvie, Laurence, Claire, Roselyne, Gérard, Yannick, Saïd, Laurent. L'équipe caisse : Jocelyne, Marie-Noëlle, Magali, Mélanie, Nathalie. L'équipe meuble: Rémy, Pascal, Philippe, Sébastien, Ludovic. L'équipe électroménager et multimédia : Richard, Patricia, Geneviève, Anastasia, Stéphanie, Chloé, Jean-Philippe, Sébastien, Camille. L'équipe décoration et art de la table: Dominique, Christel, Brigitte, Yann, Alexis, Jésus, Rémy. »

Conforama Manosque peut désormais vous accueillir dans un magasin entièrement rénové, vous y trouverez forcément de quoi répondre à vos attentes pour la décoration et l'aménagement de la maison.

RETROUVEZ LE REPORTAGE DE LA SOIRÉE D'INAUGURATION SUR [WWW.MOUVIN.TV](http://WWW.MOUVIN.TV).





Conforama

JEUDI 18 SEPTEMBRE  
INAUGURATION





*L'offre de loisirs s'étoffe à Manosque, pour le plus grand plaisir des amateurs d'activités à partager entre amis. L'occasion de passer de bons moments tout en restant à proximité.*

Situé rue des entrepreneurs, face à la Pataterie, au-dessus de JouéClub, le Laser Game Mega-zone vient de sortir de terre. Un espace de 850 m<sup>2</sup> consacré aux jeux, mais aussi à la détente. Un lieu convivial où vous pourrez vous retrouver entre amis autour d'un verre accompagné d'un hot-dog, d'une assiette de charcuterie ou de spécialités selon le thème de la soirée.

#### UNE LICENCE MONDIALE

Megazone est une licence internationale qui développe des Laser Game dans le monde entier (Paris, Lyon, New York, Dubaï...) et compte parmi ses réalisations les plus beaux espaces de jeux. La particularité des décors repose dans la réalisation à l'aérographe par un artiste à l'immense talent au vu des peintures produites. Le Megazone de Manosque a donc été réalisé sur le même schéma, en bénéficiant d'une superficie de 600m<sup>2</sup> qui en fait l'un des plus grands Laser Game de France.

#### UNE ASSOCIATION FRUCTUEUSE

Le Laser Game Megazone est né de l'idée de Laurent Raymondo et de son fils Yoan. « *Nous avons constaté beaucoup de demandes à JouéClub pour les produits*

*"Air Soft", un véritable phénomène, nous avons l'idée de créer ce type d'activité à Manosque, qui pourrait s'adresser aux garçons comme aux filles, aux hommes comme aux femmes et de tous âges, puisque le Laser Game se joue de 7 à 90 ans. Nous avons cette opportunité de local proche de JouéClub et qui pouvait créer un fort dynamisme dans la zone industrielle Saint-Joseph, la superficie était idéale pour concrétiser nos projets », nous précise Laurent Raymondo. Le projet est alors complet avec l'association de Laurent et Etelka Chaumeton.*

#### LE MUST DU LASER GAME

Nous vous le disons, l'espace de jeu a une superficie de 600 m<sup>2</sup>, avec un labyrinthe idéal pour les passionnés et « gamers ». Vous entrez dans un sas et devrez suivre les indications et consignes diffusées à l'écran de manière très théâtralisée, histoire de se croire vraiment dans un monde très futuriste. Le ton est donné, vous entrez alors dans un autre univers, une autre dimension. Parez-vous de votre gilet, choisissez parmi les vingt modes de jeu différents et donnez le meilleur de vous-même, seul ou en équipe. À la fin de la partie, votre stratégie aura-t-elle payé ?

Une feuille de scores vous est remise, qui vous motivera certainement pour faire une seconde partie ! Le Laser Game Megazone de Manosque dispose d'un matériel de dernière génération, idéal pour réaliser des tournois ou participer au classement mondial des Laser Games. Alors à vous de jouer !

Un minigolf de neuf trous, en extérieur et éclairé, fait aussi partie de ce lieu de jeu, tout comme les billards, baby-foot, air-hockey, flippers. Et prochainement une nouveauté, qui va vous rendre accro, va faire son apparition, on ne vous en dit pas plus...

#### UN LIEU CONVIVAL

La partie de jeu terminée, ou sans même avoir joué, vous pouvez profiter du bar pour boire un verre entre amis, partager une formule apéro, tapas, vin rosé, par exemple, ou regarder l'un des matchs Bein Sport retransmis sur écrans géants. Des soirées-spectacles, DJ, chanteurs, salsa kizomba sont programmées. Consultez le programme sur : [megazonemanosque.com](http://megazonemanosque.com), ou sur la page Facebook : megazonemanosque. Vous pouvez télécharger sur notre site une application pour avoir en direct toutes les nouvelles.

Megazone est ouvert tous les après-midi à partir de 16h, sauf les mercredis, samedis et dimanches, à partir de 14h, fermé le lundi. La partie adulte est à 9 €, 17 € pour deux parties, 24 € pour trois parties. Pour les enfants : 7 € la partie, 13 € les deux parties, 18 € les trois parties. Le minigolf est à 4,50 € pour les adultes et 3,50 € pour les enfants. Profitez des formules : anniversaire enfant ou adulte, enterrement de vie de garçon ou fille, comité d'entreprise... Il est même possible de privatiser un espace VIP pour votre événement, une salle de 50m<sup>2</sup> est spécialement consacrée aux anniversaires, avec une formule à la carte, et aux séminaires ou réunions d'entreprises.

#### INFORMATIONS

Megazone Laser Game  
Rue de l'Industrie - ZI St Joseph  
04100 Manosque Tél. 04 92 75 11 05  
Site : <http://megazonemanosque.com>

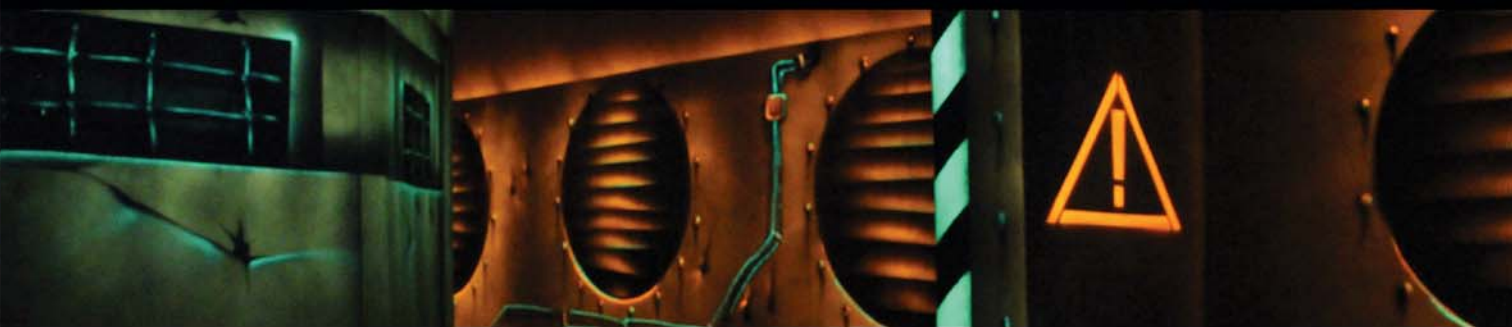


megazonemanosque.com

**MEGAZONE**  
Laser Games



# NOUVEAU À MANOSQUE



**VENEZ Y FÊTER LES MOMENTS  
IMPORTANTES DE VOTRE VIE :  
ANNIVERSAIRE ENFANT ET ADULTE  
DIPLOMÉS, JOURNÉE ENTREPRISE**



Pour la 1<sup>ère</sup> fois sur Manosque, MEGAZONE vous offre un lieu convivial, 100% loisirs destinés à tout public. En famille, entre amis, à l'occasion d'un anniversaire, d'un enterrement de vie de garçon/fille ou d'une sortie entreprise, MEGAZONE MANOSQUE vous propose : laser games intérieur (600m<sup>2</sup>), bar et buvette intérieur/extérieur, mini-golf extérieur, salle de jeux (billards, baby-foot, air hockey, attrape peluche...)



RUE DE L'INDUSTRIE - ZI ST-JOSEPH (AU DESSUS DE JOUECLUB / LA PATATERIE)

**04 100 MANOSQUE - 04.92.75.11.05**





# Ma VISITE EN LIVE

*Créé il y a un an par un entrepreneur manosquin, ce concept inédit vient renforcer les moyens mis en œuvre par les agences immobilières pour la vente d'un bien.*

Cet outil va au-delà d'un simple assemblage de photos à trois cent soixante degrés, puisque le bien en question est filmé et commenté, tout au long de la visite, par un professionnel de l'immobilier. C'est alors une véritable visite guidée que les futurs acquéreurs pourront découvrir, avec les spécificités de chaque pièce, annoncées par l'agent. Ainsi les acheteurs pourront se projeter dans les volumes de ce qui deviendra peut-être leur logement.

« Ce concept procure de nombreux avantages pour le professionnel qui va réellement pouvoir faire découvrir le bien à ses clients avant même d'effectuer une visite, la vidéo agit alors comme un filtre puisque le client saura, après avoir regardé cette dernière, si ce bien nécessite un déplacement. Le professionnel, lui, va alors optimiser son planning et donc économiser une visite qui est parfois inutile, car le bien ne correspond finalement pas aux attentes du client. Un concept encore plus utile pour les acheteurs étrangers ou éloignés qui recherchent un bien sûr ce secteur. Les acheteurs pourront alors faire une sélection des biens qui les intéressent sans se déplacer ! Une particularité qui fera son effet aussi bien auprès de l'acheteur que du vendeur qui trouvera en ce concept un outil supplémentaire et efficace pour la vente rapide de son bien et qui permettra à l'agence de se distinguer de la concurrence et ainsi obtenir un mandat de vente exclusif plus facilement. », nous précise le créateur.

## UNE DIFFUSION ÉLARGIE

L'agence pourra également utiliser les nombreux supports et médias intégrés à l'offre qui lui permettront de diffuser encore plus largement son mandat. Par ailleurs, des partenariats sont en cours avec des sites et magazines immobiliers qui permettront à l'annonce vidéo d'être visible sur les médias les plus vus et lus. Très prochainement, le site Mavisiteenlive.com regroupera toutes les annonces vidéo immobilières.

## DES VISITES SANS SE DÉPLACER

Pour l'acheteur, la recherche se fait de chez lui, confortablement installé dans son canapé, en regardant depuis son ordinateur, sa tablette, son smartphone ou sa télé connectée, le bien filmé. Il peut, à souhait, revoir la vidéo et même communiquer directement avec l'agence !

## UNE EFFICACITÉ PROUVÉE

Depuis son lancement, le concept a montré son efficacité, car il a contribué à la vente de 80 % des biens filmés. Bien entendu, la vente est due avant tout au professionnalisme de l'agent et au prix justement estimé, mais le retour qui en est fait montre que la visite guidée en vidéo a facilité ou débloqué la vente des biens.

« Les photos ont leurs limites, parfois elles ne donnent pas vraiment envie et freinent la motivation du client de venir voir le bien. Certains vendeurs n'avaient même jamais

eu de visite pour leur bien, la vidéo a alors joué un rôle très important puisqu'elle a donné l'envie aux acheteurs d'y accorder de l'attention. La conception de cette vidéo va montrer la réalité de ce bien, la taille des pièces, les volumes, les matériaux, la luminosité, les couleurs, l'espace, les ambiances... Elle montre aussi bien l'intérieur que l'environnement extérieur, les commentaires nous permettent de présenter en détail l'appartement ou la maison comme nous le ferions au client en direct. On peut aborder les spécificités des pièces, les particularités, s'attarder sur des points précis, aborder la vie du quartier, les commodités proches, la localisation, etc., le tout associé aux images et graphismes. Une fois étalonnée et montée, la vidéo nous est livrée aux couleurs et à l'image de notre agence, nous n'avons plus qu'à la communiquer à nos clients susceptibles de rechercher ce type de bien. Et cela fonctionne, car depuis que nous travaillons avec [Mavisiteenlive.com](http://Mavisiteenlive.com) nous avons obtenu plus de mandats exclusifs et nous gagnons énormément sur le temps passé en visite », nous confie Xavier André d'Arthur Immo, l'un des premiers clients de [Mavisiteenlive.com](http://Mavisiteenlive.com).

## UN PRIX TRÈS ABORDABLE

Malgré les moyens techniques et humains mis en œuvre (professionnels de l'image et matériel), cet outil s'avère être très abordable financièrement puisqu'en moyenne le coût de réalisation de la vidéo ne représente que deux à six pour cent des frais d'agence suivant le pack et les options choisies. Aucun autre frais n'est à prévoir, ni location de matériel.

Un petit investissement qui donnera une image dynamique à votre structure et facilitera la vente de vos biens mandatés. Un concept qui va rapidement être amené à se développer dans la région et bien au-delà.

## RENSEIGNEMENTS

Tél. 06 64 14 04 94

Mail : [contact@mavisiteenlive.com](mailto:contact@mavisiteenlive.com)

Web : [www.mavisiteenlive.com](http://www.mavisiteenlive.com)





Un concept unique au service des agences immobilières

# Ma VISITE<sup>®</sup> EN live



Vos visites en un clic !

- ✓ Gagner du temps
- ✓ Se démarquer des concurrents
- ✓ Obtenir des mandats exclusifs

# 75%

DES PROPRIÉTAIRES  
PRÉFÈRENT TRAVAILLER  
AVEC UN PROFESSIONNEL  
QUI PROPOSE DE LA VIDÉO

OFFRE SPÉCIALE  
LANCEMENT

Bénéficiez de tarifs préférentiels  
jusqu'au 30 novembre 2014

☎ 06 64 14 04 94

✉ [contact@mavisiteenlive.com](mailto:contact@mavisiteenlive.com)

[mavisiteenlive.com](http://mavisiteenlive.com)





# Alpes Audit Associés

Audit · Expertise · Conseil · Entreprise

**VOTRE EXPERT-COMPTABLE  
ALPES AUDIT ASSOCIÉS  
VOUS INFORME**

## DÉPENSES PRIVÉES OU «PRO» ?

*Quel dirigeant irait travailler sans costume, mal coiffé ou avec une dent en moins ! Pour autant, ces dépenses sont-elles professionnelles et déductibles sur le plan fiscal ?*

### IDÉES REÇUES, RUMEURS OU RÉALITÉ JURIDIQUE ?

Il est fréquent d'entendre dire qu'un dirigeant est en droit de déduire un costume par an sur le compte de sa société. Mais d'où vient une telle information qu'on ne retrouve pourtant dans aucun texte ? Il s'agit d'une idée reçue tellement relayée par la « rumeur urbaine » qu'on la croit être une vérité absolue. Pourtant, en cas de contrôle fiscal, le fisc ne manquera pas de redresser la société si elle déduisait une telle dépense. Qu'en est-il alors des dépenses de coiffeur, de prothèses dentaires ou d'appareillage ? Alors que ces dépenses vous sont indispensables pour travailler, toutes ne sont pas admises en déduction au titre de dépenses professionnelles. Mettons un terme aux fausses rumeurs !

### COSTUME, COIFFEUR : NON !

Les achats de vêtements de travail sont des charges déductibles des bénéficiaires. Mais il doit s'agir de vêtements spéciaux à usage professionnel (blouses, chaussures de protection, etc.). Aucune déduction ne saurait en revanche être admise lorsque les vêtements ne se distinguent pas de ceux portés dans les circonstances courantes de la vie (Rép. min., Trégouët no 08359, J.O. Sén. 23 10 2003, p. 3154).

De même, les dépenses de coiffeur engagées pour le compte du dirigeant doivent également être considérées comme des dépenses personnelles, alors même qu'elles ont pour finalité de soigner sa présentation vis-à-vis de ses interlocuteurs (Circ. min. du 07 01 2003, no 2003/7).

### APPAREILLAGE ET PROTHÈSE : SOUS CONDITION !

Les dépenses d'appareillage et de prothèse dentaire ou auditive sont normalement des dépenses personnelles non déductibles du résultat de l'entreprise. Toutefois, il est admis que lorsqu'elles sont indispensables pour pallier un grave handicap qui, s'il n'était pas corrigé, interdirait l'activité professionnelle, elles sont alors considérées comme une dépense professionnelle à 50 % du montant après remboursement par la Sécurité sociale et la mutuelle. Il appartient toutefois au service des impôts d'apprécier ces situations, sous le contrôle du juge de l'impôt, au regard des justifications apportées (Rép. min. Dumont, no 94168, J.O. A.N. 14 11 2006, p. 11873).

### PEUT-ON FAIRE PAYER SES LUNETTES PAR SON ENTREPRISE ?

Les lunettes de vue sont une dépense personnelle. Mais cette dépense peut être remboursée partiellement par la Sécurité sociale. La mise en place d'une mutuelle permet de compléter ce remboursement.

Le coût de la mutuelle du dirigeant peut être pris en charge par l'entreprise, si elle entre dans le cadre de la loi Madelin. Ce qui signifie qu'en prenant en charge la mutuelle, l'entreprise prend en charge indirectement le coût des lunettes de vue.

N'hésitez pas à faire le point avec votre expert-comptable sur le caractère déductible de l'ensemble de ces dépenses !

### SARL ALPES AUDIT ASSOCIÉ

304 J Avenue de la Libération  
Parc d'activités St Joseph – 04100 MANOSQUE  
Tél. : 04 92 70 91 30 - Fax : 04 92 76 64 35  
[a2a.expert-infos.com](http://a2a.expert-infos.com)

### Horaires d'ouverture du cabinet :

de 8 heures à 12 heures et de 13 h 30 à 18 heures,  
du lundi au vendredi.

**Votre expert-comptable, à votre disposition**



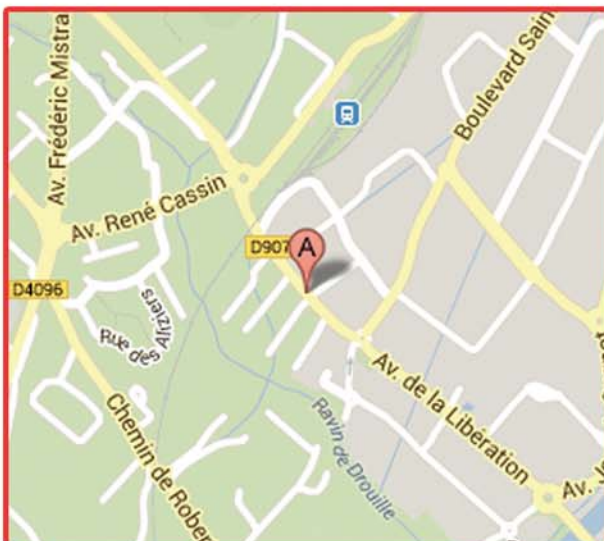
# Alpes **Audit** Associés

Audit · Expertise · Conseil · Entreprise

## VOTRE CONSEIL DE PROXIMITÉ EN MATIÈRE

*COMPTABLE  
SOCIALE  
INFORMATIQUE  
JURIDIQUE  
ADMINISTRATIVE  
FINANCIÈRE  
PATRIMONIALE*

### POUR NOUS CONSULTER



#### **Cabinet A2A**

304 J Avenue de la libération  
04100 Manosque  
Tél. : 04 92 70 91 30 - Fax : 04 92 76 64 35  
[a2a@a2a04.com](mailto:a2a@a2a04.com)

#### **Cabinet AeA**

Av. Charles Richaud  
04700 Oraison  
Tél. : 04 92 73 11 76 - Fax : 04 92 78 93 59  
[aea.oraison@aea04.fr](mailto:aea.oraison@aea04.fr)

#### **Cabinet A2CE**

2 Impasse de la source  
13770 Venelles  
Tél. : 04 42 54 15 66  
[a2cep@a2cep.com](mailto:a2cep@a2cep.com)



<http://a2a.expert-infos.com/>



# AGENDA

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

PAR MAIL :  
infos@mouv-in.com

ANNONCEZ VOTRE ÉVÉNEMENT

SITE WEB :  
www.mouv-in.com

## 1 MERCREDI 1<sup>er</sup> OCTOBRE

MANOSQUE	Médiathèque	Spectacle jeune public par la cie Adieu Berthe	...	☎ 04 92 74 10 54
GRÉOUX	Avenue des Thermes	Foire artisanale «saveurs des alpes du sud»	...	☎ 04 92 78 01 08
SISTERON	...	Musiques d'automne	...	☎ ...

## 2 JEUDI 2 OCTOBRE

FORCALQUIER	Le Kfé Quoi !	Scène ouverte/découvertes	soirée	☎ 06 85 35 68 42
MANOSQUE	Studio C	Cours Salsa cubaine, bachata, kizomba, zumba	19h-21h	☎ 06 74 13 36 85
SISTERON	...	Musiques d'automne	...	☎ ...

## 3 VENDREDI 3 OCTOBRE

FORCALQUIER	Le Kfé Quoi !	L'Amenaza + DJ	soirée	☎ 06 85 35 68 42
GRÉOUX	Centre l'Étoile	Les fables de la Fontaine - spectacle jeune	20h30 • 12€	☎ 04 92 78 01 08
CHÂTEAU-ARN	Théâtre Durance	Danse : Empty Moves - Ballet Prejlocaj	21h • 30€	☎ 04 92 64 27 34
FORCALQUIER	Mairie	Conférence : Mon père : héros ou salaud ?	18h	☎ ...
SISTERON	...	Musiques d'automne	...	☎ ...
SISTERON	Place Mairie	31ème Foire-expo de Sisteron	journée	☎ ...

**Immortal Kares**  
TATOUAGE • PIERCING

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

☎ 04 92 74 79 13 - www.immortalkares.com



# AGENDA

PAR MAIL :  
infos@mouv-in.com

ANNONCEZ VOTRE ÉVÉNEMENT

SITE WEB :  
www.mouv-in.com

## 4 SAMEDI 4 OCTOBRE

MANOSQUE	Médiathèque	Conférence : rôle du service de santé militaire...	10h30 - 12h	☎ 04 92 74 10 54
VOLX	...	Conférence : Les chauves souris	18h	☎ 04 92 75 22 01
PIERREVERT	village	Fête médiévale de Pierrevert	journée	☎ 06 63 38 55 33
FORCALQUIER	Le Kfé Quoi !	Hit my Fame + Subsonic	soirée	☎ 06 85 35 68 42
CHÂTEAU-ARN	...	Marché à la brocante et vide greniers	...	☎ ...
SALLES/VERDON	...	Triathlon Natureman 2014	...	☎ ...
VINON/VERDON	Salle des fêtes	Stage et Bal de rentrée Trad et Ridéra	...	☎ 04 92 71 09 04
VALENSOLE	Salle polyvalente	Soirée théâtre	20h30	☎ 06 78 92 92 72
STE TULLE	Espace G. Vachier	Exposition de Bonsaï et démo de Kyudo	10h-18h	☎ 04 92 78 20 06
GRÉOUX	Placette Pauline	Les samedis de Pauline : Les Toto Boys	16h-19h	☎ 04 92 78 01 08
VALENSOLE	...	Spectacle Merci Molière! Cie Quoi qu'on die	21h	☎ ...
ORAISON	Loly Circus	Baby Cirque	...	☎ 04 92 75 36 86
CHÂTEAU-ARN	Médiathèque	Percussions et danses afro-péruviennes	journée	☎ 04 92 64 44 12
VILLENEUVE	Salle des fêtes	Soirée Créole	20h	☎ 06 33 26 84 64
MANOSQUE	Gymnase des Iscles	Handball Féminin : EPM / Sausset	20h30	☎ 06 77 14 47 18
STE TULLE	Les charbonnières	Braderie d'automne Porte Accueil / RHP	14h-18h	☎ 04 92 87 27 85
SISTERON	...	Musiques d'automne	...	☎ ...
SISTERON	Place Mairie	31ème Foire-expo de Sisteron	journée	☎ ...
MANOSQUE	8 Allée Ponsonne	Le collectif petite enfance à 30 ans	10h	☎ 04 92 72 80 41
MANOSQUE	...	Vide poussette Les Loustics du 04	...	☎ ...
BASTIDE JOURDAN	Salle polyvalente	Vide poussette des CTB	9 h	☎ 06 81 67 52 12
REILLANNE	Complexe Sportif	Sport pour tous, rencontre avec la différence	journée	☎ 06 70 40 80 01

## VOS CARTES DE VISITE PERSONNALISÉES



1000 CARTES  
QUADRI R°/V°  
PELLICULAGE R°  
PAPIER 350 GR

**80€ HT**  
TVA 20% en sus  
OFFRE VALABLE  
jusqu'au 31 octobre 2014

MAQUETTE & LIVRAISON  
OFFERTES

**S'PRINT**  
votre imprimeur local au prix du web  
la qualité en plus ! **BOX**

Tél. : 06 64 14 04 94 - contact@sprintbox.fr - www.sprintbox.fr



# AGENDA

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

## 5 DIMANCHE 5 OCTOBRE

MANOSQUE	...	Les chemins de la résistance	...	☎ 06 74 04 24 26
PIERREVERT	village	Fête médiévale de Pierrevert	journée	☎ 06 63 38 55 33
BANON	...	Brocante et vide grenier	...	☎ ...
DIGNE	...	Brocante et vide grenier du CAD Football	...	☎ ...
FORCALQUIER	...	Les brocantes de St Lazare	...	☎ ...
MOUSTIERS	...	Collections et créations	...	☎ ...
ST ETIENNE	...	Brocante Vide greniers plantes, livres, collections	...	☎ ...
SALLES/VERDON	...	Triathlon Natureman 2014	...	☎ ...
VALENSOLE	Salle polyvalente	Journée pédagogique avec Harmonie dpt.	journée	☎ 04 92 74 90 02
STE TULLE	Espace G. Vachier	Exposition de Bonsaï et démo de Kyudo	10h-18h	☎ 04 92 78 20 06
GRÉOUX	Village	Hommage aux Grysiens de la grande guerre	dès 10h30	☎ 04 92 78 01 08
MALIJAI	Salle des fêtes	Exposition - vente artistique	9h30-17h30	☎ 04 92 32 12 33
MALIJAI	Salle des fêtes	Journée Portes ouvertes AZZA	9h30-17h30	☎ 04 92 34 09 18
MALIJAI	Parc du Château	Brocante vide grenier	dès 6h	☎ 06 31 69 14 25
Oraison	Stade Gai Miniet	Match Rugby	...	☎ 04 92 78 60 80
Oraison	Salle de l'Eden	Loto Amicale Mairie	15h30	☎ 04 92 78 60 80
CHÂTEAU-ARN	Place Résistance	16ème cyclocross Jarlandin	12h30-16h	☎ 06 71 10 12 75
SISTERON	Place Mairie	31ème Foire-expo de Sisteron	journée	☎ ...
MANOSQUE	...	Vide poussette Les Loustics 04	...	☎ ...

## 6 LUNDI 6 OCTOBRE

CHÂTEAU-ARN	Centre S. Signoret	3è éditions des rencontres objectifs nature	...	☎ 06 58 44 70 58
FORCALQUIER	Salle Pierre Michel	Cours de danse de salon et danse en ligne	18h15-21h30	☎ 06 75 81 18 52
SISTERON	Place Mairie	31ème Foire-expo de Sisteron	journée	☎ ...

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>



# AGENDA

PAR MAIL :  
infos@mouv-in.com

ANNONCEZ VOTRE ÉVÉNEMENT

SITE WEB :  
www.mouv-in.com

## 7 MARDI 7 OCTOBRE

PIERREVERT	Salle polyvalente	Collecte de sang	15h-19h30	☎ 04 92 72 88 99
ORAISON	Salle de l'Eden	Don du sang	8h-12h30	☎ 04 92 78 60 80
MANOSQUE	Théâtre J. le bleu	soirée conte : L'homme semence	20h30	☎ 04 92 72 31 66
MANOSQUE	Théâtre J. le Bleu	Concert : fête d'automne	14h30	☎ 04 92 72 22 28

## 8 MERCREDI 8 OCTOBRE

CHÂTEAU-ARN	Théâtre Durance	Ilô - danse jeune public	16h	☎ 04 92 64 27 34
-------------	-----------------	--------------------------	-----	------------------

## 9 JEUDI 9 OCTOBRE

PIERREVERT	Bibliothèque	Conférence Marc Donato	18h30	☎ 04 92 72 86 87
GRÉOUX	Centre l'Étoile	Conférence de l'Étoile sur Jean Giono	17h30	☎ 04 92 78 01 08
MALIJAI	Salle Bergeroux	Atelier découverte scrapbooking	14h-17h	☎ 04 92 34 09 18
VINON/VERDON	...	Spectacle : Merci Molière ! Cie Quoi Qu'on die	21h	☎ 04 92 34 09 18
MANOSQUE	Studio C	Cours Salsa cubaine, bachata, kizomba, zumba	19h-21h	☎ 06 74 13 36 85

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

Prêt-à-porter, chaussures & accessoires  
I.CODE IKKS WOMEN CIMARRON FINAL TOUCH (A SH) BEL AIR GAT RIMON

L'AUTOMNE EST BIEN LÀ !  
VENEZ DÉCOUVRIR LES NOUVELLES SILHOUETTES  
TENDANCES POUR LA SAISON 2014/2015  
À VOUS DE CRÉER VOTRE LOOK !

JOANNA  
CRÉE VOTRE STYLE

Paiement en 3 ou 4 fois (voir modalités en magasin)  
Retouche gratuite - Carte de fidélité  
Partenaire chèques K04 (CCI)

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

RELOOKEUSE  
PROFESSIONNELLE  
DIPLOMÉE  
CONSULTANTE  
EN LOOK

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

# AGENDA

PAR MAIL :  
infos@mouv-in.com

ANNONCEZ VOTRE ÉVÉNEMENT

SITE WEB :  
www.mouv-in.com

## 10 VENDREDI 10 OCTOBRE

VINON/VERDON	Salle des fêtes	Assemblée générale Boule du Verdon	18h	☎ 04 92 74 95 84
Oraison	Salle de l'Eden	Cinéma	18h & 21h • 5€	☎ 04 92 78 60 80
LES MÉES	Maison associations	Conférence « la mémoire du corps »	20h30	☎ 04 92 34 06 08
CHÂTEAU-ARN	Théâtre Durance	Concert : Jazz Racine Haïti	21h • 21€	☎ 04 92 64 27 34
FORCALQUIER	Le Kfé Quoi !	Goulven Ka + The Musik Base Project	soirée	☎ 06 85 35 68 42
DIGNE	...	Foire aux livres d'Amnesty International	...	☎ ...
QUINSON	Musée Préhistoire	Conférence par Claude Salicis	...	☎ 04 92 74 09 59

## 11 SAMEDI 11 OCTOBRE

VINON/VERDON	Salle des fêtes	Assemblée générale West Verdon Evasion	17h30	☎ 07 77 96 39 23
STE TULLE	Centrale hydrolique	Fête de la science	journée	☎ 04 92 78 38 39
STE TULLE	Parc Max Trouche	Fête du sentier des sports	10h-15h30	☎ 04 92 78 20 06
GRÉOUX	Centre de l'Étoile	Stage découverte de Tango Argentin	15h-19h	☎ 04 92 78 01 08
MALIJAI	City Stade	Tournoi de foot au City Stade	8h30	☎ 06 42 69 93 77
Oraison	Salle de l'Eden	Concert Eden District Blues	20h30	☎ 04 92 78 60 80
Oraison	Village	Fête de l'Amande	journée	☎ 04 92 78 60 80
ST AUBAN	Centre Social	Le sommeil de bébé	11h-12h30	☎ 04 92 30 58 54
PEIPIN	Salle polyvalente	Grand Bal Folk (balèti)	16h-1h	☎ 04 92 64 17 94
L'ESCALE	MAC	Théâtre : Les Malfoutugassais	21h	☎ 04 92 77 01 74
VILLENEUVE	Salle des fêtes	Bourse aux skis	journée	☎ 06 24 26 02 36
MANOSQUE	Stade Rochette	Rugby juniors : EPM / St Maximin	16h30	☎ 04 92 74 34 15
FORCALQUIER	Le Kfé Quoi !	Wek Family	soirée	☎ 06 85 35 68 42
DIGNE	...	Foire aux livres d'Amnesty International	...	☎ ...
MANOSQUE	Stade Rochette	Rugby cadet : EPM / St Maximin	15h	☎ 04 92 74 34 15
GRÉOUX	Casino Partouche	Festival des Chorales	20h30 • 8€	☎ ...
VINON/VERDON	Médiathèque	1914 - 1918 Voix de l'ombre	17h	☎ 04 92 70 59 40
GRÉOUX	Église	Concert chants sacrés du 12è au 20è siècle	18h	☎ 04 92 72 29 37
MANOSQUE	Canal de Provence	Visite et découverte le long du canal de Manosque	14h-17h	☎ 04 92 75 22 01
QUINSON	Musée Préhistoire	Fête de la science au musée de préhistoire	...	☎ 04 92 74 09 59

## ATELIER DANSES

Proposé par l'association VIREVOLTE - Le Lundi Salle P. Michel à FORCALQUIER

Une séance  
« découverte »  
valable au mois  
d'Octobre 2014  
en venant  
de la part  
de Mouv'in

**DANSE  
EN COUPLE**  
Rock - Tango - Chachacha  
Valse - Samba - Rumba...

**DANSE EN LIGNE  
(SE DANSE SEUL)**  
Madison - Kuduro...  
Se pratique sur différents rythmes





# AGENDA

## 12 DIMANCHE 12 OCTOBRE

VINON/VERDON	Salle des fêtes	Soirée Country	...	☎ 06 73 61 88 67
GRÉOUX	Parc Morelon	Dimanches musicaux : Les Petites Casquettes	16h	☎ 04 92 78 01 08
MALIJAI	Parking centre aéré	Zumba Party en plein air	10h-12h	☎ 06 68 37 07 84
ORAISON	Village	Fête de l'Amande	journée	☎ 04 92 78 60 80
LES MÉES	places du village	Brocante vide grenier	7h-19h	☎ 06 72 54 97 57
LES MÉES	Maison associations	ABC de la numéologie	8h45 - 17h30	☎ 04 92 34 08 06
VILLENEUVE	Salle des fêtes	Vide poussette	9h-15h	☎ 04 92 78 42 31
MANOSQUE	Stade Rochette	Rugby seniors : EPM / RC Pertuis	15h	☎ 04 92 74 34 15
ST MICHEL L'OB	...	Grand vide grenier de St Michel l'Observatoire	journée	☎ 04 92 76 66 55
DIGNE	...	Vide grenier du collège Maria Borrely	...	☎ ...
MALLEMOISSON	...	Vide grenier du foot	...	☎ ...
MANOSQUE	...	Brocante vide grenier association germaine	...	☎ ...
REILLANNE	Colline de St Denis	Danse : Echo3 & Bissap	19h	☎ 07 50 91 50 76
QUINSON	Musée Préhistoire	Fête de la science au musée de préhistoire	...	☎ 04 92 74 09 59

## 13 LUNDI 13 OCTOBRE

FORCALQUIER	Salle Pierre Michel	Cours de danse de salon et danse en ligne	18h15-21h30	☎ 06 75 81 18 52
-------------	---------------------	---	-------------	------------------

## 14 MARDI 14 OCTOBRE

ST AUBAN	Centre La Marelle	Coin famille «spécial automne»	16h45	☎ 04 92 32 37 04
MANOSQUE	Théâtre J. le Bleu	Conférence : Gemmes d'hier et d'aujourd'hui	18h	☎ ...

**Camélia**  
Boutique

KOKOMARINA • LAUREN VIDAL  
CHRISTINE LAURE • FA CONCEPT  
PAUL BRIAL • GUY DUBOUIS

Habille la femme du 38 au 54

5 promenade Aubert Millot • 04100 MANOSQUE  
camelia.manosque@orange.fr - 04 92 72 15 73 - ouvert du mardi au samedi : 9h-12h & 14h30-19h

active  
style  
confort  
nature  
flâner

Avec la nouvelle collection,  
nos marques misent sur la féminité et la douceur...  
pour le travail, sortir, etc...

# AGENDA

## 15 MERCREDI 15 OCTOBRE

VINON/VERDON	Devant mairie	Visite guidée du village	15h	☎ 04 92 74 04 39
GRÉOUX	Parking des Aires	Foire artisanale «artisans sans vitrine»	journée	☎ 04 92 78 01 08

## 16 JEUDI 16 OCTOBRE

GRÉOUX	Centre de l'Étoile	Conférence de l'Étoile par Mireille Fouque	17h30	☎ 04 92 78 01 08
Oraison	Salle du Château	5ème Forum des métiers de la défense	9h-18h	☎ 04 92 78 60 80
MANOSQUE	Studio C	Cours Salsa cubaine, bachata, kizomba, zumba	19h-21h	☎ 06 74 13 36 85

## 17 VENDREDI 17 OCTOBRE

ST AUBAN	Centre La Marelle	Apéro citoyen avec l'institut d'Histoire sociale	18h	☎ 04 92 32 37 04
CHÂTEAU-ARN	Théâtre Durance	Théâtre : Fratrie	21h	☎ 04 92 64 27 34
FORCALQUIER	Le Kfé Quoi !	Messengers	soirée	☎ 06 85 35 68 42
MANOSQUE	Théâtre J. le bleu	Spectacle Hamlet	19h	☎ 04 92 72 19 70
MANOSQUE	Médiathèque	Rencontre : illustrateur une classe élémentaire	14h30	☎ 04 92 74 10 54

## 18 SAMEDI 18 OCTOBRE

VINON/VERDON	Salle des fêtes	Repas et conférence Nynos	12h	☎ ...
Oraison	Loly Circus	Baby cirque	...	☎ 04 92 75 36 86
Oraison	Salle de l'Eden	Loto comité des fêtes	15h30	☎ 04 92 78 60 80
CASTELLET	...	Expo guerre 1914-1918	...	☎ 04 92 78 60 80
CHÂTEAU-ARN	Parc arboré	Brocante vide grenier	7h-16h	☎ 06 88 16 53 27
ST AUBAN	Stade	Sortie découverte des plantes sauvages	13h30	☎ 06 50 36 07 49
MANOSQUE	Maison associations	Vente brocante au profit de Terre des Hommes	9h-18h	☎ ...
DIGNE	Palais des congrès	Journée Country	15h-1h • Gratuit	☎ 06 22 31 07 66
MANOSQUE	L'Atelier de la danse	Stage de danse contemporaine avec C. Barreau	dès 16h	☎ 06 86 76 15 69
MANOSQUE	Stade Rochette	Rugby sport adapté	10h-15h	☎ 04 92 74 34 15
FORCALQUIER	Le Kfé Quoi !	Karma Express + Stimbre	soirée	☎ 06 85 35 68 42
MANOSQUE	Médiathèque	Histoire de la médecine au cours des âges	10h30-12h	☎ 04 92 74 10 54



# LE BAN DES OLIVADES 19 Octobre

**Dès 9h30**

**TOMBOLA Prix remis par MISS PROVENCE 2014 Anne-Laure Fourmont**

**NOMBREUSES ANIMATIONS POUR LES ENFANTS Ludobrousse, balade en poneys...**

**CONCOURS D'AÏOLI & AÏOLI GÉANT**  
A partir de 12h45 (réservation au 06 11 36 56 53)  
Egalement au Restaurant «La Belle Epoque»  
(réservation au 04 92 71 18 62)

**PRÉSENCE DU GROUPE FOLKLORIQUE LA TAÏOLE & DÉMONSTRATIONS DE MÉTIERS ANCIENS**





# AGENDA

PAR MAIL :  
infos@mouv-in.com

ANNONCEZ VOTRE ÉVÉNEMENT

SITE WEB :  
www.mouv-in.com

## 19 DIMANCHE 19 OCTOBRE

VALENSOLE	Salle polyvalente	Loto de l'Automne	15h30	☎ 04 92 74 90 02
PIERREVERT	Salle polyvalente	Tournoi d'échecs	...	☎ 04 92 72 86 87
GRÉOUX	Parc Morelon	Dimanches musicaux : Quintet du Verdon	16h	☎ 04 92 78 01 08
CASTELLET	...	Expo guerre 1914-1918	...	☎ 04 92 78 60 80
ORAISON	Loly Circus	Stage de cirque Ados/adultes	...	☎ 04 92 75 36 86
ORAISON	Salle de l'Eden	Loto Handicap Evasion	...	☎ 04 92 78 60 80
ST AUBAN	Espace Grabinski	Duathlon en Durance	9h	☎ 06 71 26 53 45
ST AUBAN	avenue du Stade	Grande Braderie d'Automne	9h-18h	☎ 04 92 62 62 50
LES MÉES	Salle des fêtes	Thé dansant avec Tenue de soirée	15h-19h	☎ 04 92 34 03 41
VOLONNE	Espace Notre Dame	Super Loto	15h	☎ 06 21 55 53 06
VILLENEUVE	Salle des fêtes	Vide-dressing	...	☎ 06 70 09 16 79
MANOSQUE	Maison associations	Vente brocante au profit de Terre des Hommes	9h-18h	☎ ...
MANOSQUE	L'Atelier de la danse	Stage de danse contemporaine avec C. Barreau	dès 9h30	☎ 06 86 76 15 69
MANOSQUE	...	Brocante vide grenier Débal livres	...	☎ ...
RIEZ	...	Vide greniers	...	☎ ...
VOLX	village	Fête «Le Ban des Olivades»	9h30 - 17h	☎ 06 11 36 56 53
VOLX	Collège	Atelier de Qi Qong débutants	9h30 - 12h	☎ 06 62 73 15 00

**Immortal Karess**  
*Full your body*

**Tattooage**  
**Piercing**

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

☎ 04 92 74 79 13 - [www.immortalkaress.com](http://www.immortalkaress.com)

# AGENDA

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

## 20 LUNDI 20 OCTOBRE

VINON/VERDON	Ext. + Salle des fêtes	Activités Jeunes Vinonnais pendant vacances	...	☎ 04 92 74 04 39
CASTELLET	...	Expo guerre 1914-1918	...	☎ 04 92 78 60 80
FORCALQUIER	Salle Pierre Michel	Cours de danse de salon et danse en ligne	18h15-21h30	☎ 06 75 81 18 52

## 21 MARDI 21 OCTOBRE

VINON/VERDON	Ext. + Salle des fêtes	Activités Jeunes Vinonnais pendant vacances	...	☎ 04 92 74 04 39
L'ESCALE	MAC	Conférence sur l'Égypte ancienne	20h30	☎ 04 92 64 02 46
GRÉOUX	Médiathèque	Bruitage de film	17h	☎ 04 92 70 48 20
GRÉOUX	Médiathèque	Conférence : On vous embobine l'oreille	18h30	☎ 04 92 70 48 20

## 22 MERCREDI 22 OCTOBRE

VINON/VERDON	Ext. + Salle des fêtes	Activités Jeunes Vinonnais pendant vacances	...	☎ 04 92 74 04 39
CHÂTEAU-ARN	Médiathèque	Rencontre avec l'illustrateur Jérémie Fischer	journée	☎ 04 92 64 44 12
ST AUBAN	Centre La Marelle	Coin famille «Basket»	14h-16h	☎ 04 92 32 37 04
VOLX	Foyer rural	Journée jeux tout public	14h-17h	☎ 04 92 70 91 28

## 23 JEUDI 23 OCTOBRE

VINON/VERDON	Ext. + Salle des fêtes	Activités Jeunes Vinonnais pendant vacances	...	☎ 04 92 74 04 39
STE TULLE	Espace G. Vachier	Collecte de sang	14h-20h30	☎ 04 92 78 20 06
STE TULLE	Théâtre Fluchère	Conférence de Gilbert Croué	17h30	☎ 04 92 78 20 06
GRÉOUX	Village	Grande braderie des commerçants grysiens	journée	☎ 04 92 78 01 08
ST AUBAN	Centre La Marelle	Coin famille «Création de cerfs volants»	14h-16h	☎ 04 92 32 37 04
FORCALQUIER	Le Kfé Quoi !	Joulik	soirée	☎ 06 85 35 68 42
MANOSQUE	Studio C	Cours Salsa cubaine, bachata, kizomba, zumba	19h-21h	☎ 06 74 13 36 85

EXPO  
40M<sup>2</sup>

ENDUIT  
FACADE

PIERRES  
DÉCORATIVES

ISOLATION THERMIQUE  
PAR L'EXTERIEUR



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



# AGENDA

PAR MAIL :  
infos@mouv-in.com

ANNONCEZ VOTRE ÉVÉNEMENT

SITE WEB :  
www.mouv-in.com

## 24 VENDREDI 24 OCTOBRE

VINON/VERDON	Salle des fêtes	Collecte de sang	15h - 19h30	☎ 04 92 78 89 74
VINON/VERDON	Ext. + Salle des fêtes	Activités Jeunes Vinonnais pendant vacances	...	☎ 04 92 74 04 39
STE TULLE	Théâtre Fluchère	Conférence de Gilbert Croué	17h30	☎ 04 92 78 20 06
GRÉOUX	Village	Grande braderie des commerçants grysétiens	journée	☎ 04 92 78 01 08
GRÉOUX	Centre de l'Étoile	20ème Foire aux Santons	15h-19h	☎ 04 92 78 01 08
ORAISON	Salle de l'Eden	Cinéma	18h & 21h • 5€	☎ 04 92 78 60 80
ST AUBAN	Centre La Marelle	Coin famille «Mandala»	10h-12h	☎ 04 92 32 37 04
FORCALQUIER	Le Kfé Quoi !	Soirée Do Brazil	soirée	☎ 06 85 35 68 42
VOLX	Foyer rural	Don du sang	15h-19h30	☎ 06 73 50 33 69

## 25 SAMEDI 25 OCTOBRE

VINON/VERDON	Ext. + Salle des fêtes	Activités Jeunes Vinonnais pendant vacances	...	☎ 04 92 74 04 39
GRÉOUX	Village	Grande braderie des commerçants grysétiens	journée	☎ 04 92 78 01 08
GRÉOUX	Centre de l'Étoile	20ème Foire aux Santons	15h-19h	☎ 04 92 78 01 08
CHÂTEAU-ARN	Esp. Font Robert	Brocante Vide grenier	6h-19h	☎ 06 72 54 97 57
L'ESCALE	MAC	Tournoi de Tarot	14h	☎ 06 18 90 97 59
VILLENEUVE	Restaurant Bowling	Dîner spectacle Cabaret Vegas Show	20h30	☎ 04 92 72 01 78
GRÉOUX	Écociné Verdon	Let's Go Vidéo #13	11h-18h	☎ 06 83 33 01 18
FORCALQUIER	Le Kfé Quoi !	Big Tree Sound System	soirée	☎ 06 85 35 68 42
LA MOTTE CAIRE	...	Foire exposition	...	☎ ...
MANOSQUE	Canal de Provence	Visite et découverte le long du canal de Manosque	10h-17h	☎ 04 92 75 22 01
FORCALQUIER	Gymnase COSEC	expo-bourse d'oiseaux exotiques	10h-17h	☎ ...

Offrez les chèques cadeaux de la CCI!

Plaisir et pouvoir d'achat pour vos salariés

un produit

CONSEIL GÉNÉRAL ALPES DE HAUTE-PROVENCE

CCI ALPES DE-HAUTE-PROVENCE

Les chèques cadeaux, un produit au service du développement local, accessible à tous les salariés !

[www.chèquescadeaux04.fr](http://www.chèquescadeaux04.fr) Contact : [chèquescadeaux04@digne.cci.fr](mailto:chèquescadeaux04@digne.cci.fr) - ☎ 04 92 30 80 99

# AGENDA

## 26 DIMANCHE 26 OCTOBRE

VINON/VERDON	Ext. + Salle des fêtes	Activités Jeunes Vinonnais pendant vacances	...	☎ 04 92 74 04 39
GRÉOUX	Centre de l'Étoile	20ème Foire aux Santons	15h-19h	☎ 04 92 78 01 08
Oraison	Places ville	Vide grenier	Journée	☎ 04 92 78 60 80
Oraison	Salle de l'Éden	Loto Cheveux d'argent	15h	☎ 04 92 78 60 80
Oraison	Cynodrome	Courses de lévriers	14h30	☎ 04 92 78 60 80
MALLEFOUGASSE	Places du villages	Fournée d'automne citrouillades	10h - 18h	☎ 06 64 80 23 84
MANOSQUE	Salle Osco Manosco	Après-midi dansant par le club de Handball	14h-17h30	☎ 06 23 21 15 62
ESPARRON	...	Vide greniers, vide poussettes et brocante	...	☎ ...
FORCALQUIER	...	Marché du livre ancien et collections	...	☎ ...
LA MOTTE CAIRE	...	Foire exposition	...	☎ ...
PIERREVERT	...	Brocante vide grenier foire aux livres	...	☎ ...
FORCALQUIER	Gymnase COSEC	expo-bourse d'oiseaux exotiques	10h-17h	☎ ...

## 27 LUNDI 27 OCTOBRE

GRÉOUX	Centre de l'Étoile	20ème Foire aux Santons	15h-19h	☎ 04 92 78 01 08
FORCALQUIER	Salle Pierre Michel	Cours de danse de salon et danse en ligne	18h15-21h30	☎ 06 75 81 18 52

## 28 MARDI 28 OCTOBRE

GRÉOUX	Centre de l'Étoile	20ème Foire aux Santons	15h-19h	☎ 04 92 78 01 08
ST AUBAN	Centre La Marelle	Coin famille «Peinture sur verre»	14h-16h	☎ 04 92 32 37 04

## 29 MERCREDI 29 OCTOBRE

GRÉOUX	Centre de l'Étoile	20ème Foire aux Santons	15h-19h	☎ 04 92 78 01 08
GRÉOUX	Parking des Aires	Foire artisanale «saveurs des Alpes du sud»	journée	☎ 04 92 78 01 08
ST AUBAN	Tennis Grabinski	Coin famille «Initiation Tennis»	14h-16h	☎ 04 92 32 37 04

## 30 JEUDI 30 OCTOBRE

GRÉOUX	Centre de l'Étoile	20ème Foire aux Santons	15h-19h	☎ 04 92 78 01 08
GRÉOUX	Centre de l'Étoile	Conférence de l'Étoile par Audrey Truffier	17h30	☎ 04 92 78 01 08
MANOSQUE	Studio C	Cours Salsa cubaine, bachata, kizomba, zumba	19h-21h	☎ 06 74 13 36 85

# E.L. FACADES

06 63 21 55 30 - PIERREVERT  
sarl-elfacades@orange.fr

DEPUIS AVRIL 2011

ISOLATION THERMIQUE  
PROJECTION MÉCANIQUE

NETTOYAGE FACADES  
TRAITEMENT FISSURES

DEVIS GRATUIT



# AGENDA

## 31 VENDREDI 31 OCTOBRE

VILLENEUVE	BOWLING	Soirée Halloween MOUV'IN Party	dès 21h	☎ 06 64 14 04 94
VALENSOLE	Salle polyvalente	Halloween des Enfants	après-midi	☎ 06 78 92 92 72
PIERREVERT	Bibliothèque	La guerre 14-18 en Provence par M. Benedetto	18h30	☎ 04 92 72 86 87
PIERREVERT	Salle polyvalente	Soirée halloween par Génération Disco	...	☎ 06 51 06 14 54
GRÉOUX	Centre de l'Étoile	Nocturne 20ème Foire aux Santons	15h-21h	☎ 04 92 78 01 08
MALIJAI	Salle des fêtes	La nuit des masques 2	21h	☎ 06 70 99 74 50
ORAISON	Place du Kiosque	Halloween	...	☎ 04 92 78 60 80
FORCALQUIER	Le Kfé Quoi !	Toumaï	soirée	☎ 06 85 35 68 42
VOLX	Foyer rural	Halloween's cabaret	20h30	☎ ...

## 1 SAMEDI 1<sup>er</sup> NOVEMBRE

GRÉOUX	Centre de l'Étoile	20ème Foire aux Santons	15h-19h	☎ 04 92 78 01 08
CÉRESTE	...	Brocante vide grenier	...	☎ ...
CHÂTEAU-ARN	...	Marché à la brocante et vide greniers	...	☎ ...
MANOSQUE	...	brocante vide grenier bourse plantes	...	☎ ...

## 2 DIMANCHE 2 NOVEMBRE

GRÉOUX	Centre de l'Étoile	20ème Foire aux Santons	15h-19h	☎ 04 92 78 01 08
DIGNE	...	Vide grenier du digne basket club	...	☎ ...
ESPARRON	...	Vide greniers, vide poussettes, brocante	...	☎ ...
FORCALQUIER	...	Les brocantes de St Lazare	...	☎ ...

## 3 LUNDI 3 NOVEMBRE

FORCALQUIER	Salle Pierre Michel	Cours de danse de salon et danse en ligne	18h15-21h30	☎ 06 75 81 18 52
-------------	---------------------	---	-------------	------------------

## 5 MERCREDI 5 NOVEMBRE

MANOSQUE	Médiathèque	Atelier avec Jérémie Fischer (illustrateur)	14h30	☎ 04 92 74 10 54
----------	-------------	---	-------	------------------

## Salon des Loisirs Créatifs

Dimanche 9 Novembre 2014  Salle de l'Eden à ORAISON

A travers de nombreux ateliers vous découvrirez :

-  Les artisans & artistes locaux
-  Des vendeurs en fournitures diverses
-  Des animations toute la journée...

Entrée  
Gratuite de  
9h à 18h

Beaux-arts, arts du fil, cartonnage, bijoux, scrapbooking, mosaïque, calligraphie...

Organisation  
Association  
"Pas Sage"

Sur place  
Buvette  
Espace enfants





*Le restaurant-cabaret de Villeneuve (face au bowling) s'est spécialisé en proposant tous les mois des dîners-spectacles de cabaret avec une toute nouvelle compagnie, mais aussi des one-man-show. Découvrez...*

Ouvert les vendredis et samedis soir, les autres jours sur réservation, le restaurant peut accueillir de vingt à deux cents personnes, grâce notamment à une très grande salle attenante à la salle du restaurant qui fait aussi bien office de piste de danse, de scène pour les spectacles, que de salle pour réceptions et séminaires.

#### NOUVEAU SPECTACLE DE CABARET

Mais la particularité du lieu réside dans l'organisation de dîners-spectacles une ou deux fois par mois. Un concept qui a rencontré jusqu'alors un franc succès. Cette année, le dîner-spectacle revient pour votre plus grand plaisir avec de la nouveauté et surtout deux nouvelles compagnies, Vegas Show et Lovely Girl. Composées de cinq danseuses, un chanteur ou une chanteuse et d'un transformiste en guise de présentateur. Le spectacle commence à 21 h 30 et le menu est généralement composé d'un apéritif avec amuse-bouches, d'un

flan de Saint-Jacques, d'un filet de bœuf aux morilles, d'un dessert et d'un quart de vin, le tout pour 60 € par personne. Pour les groupes un tarif sur devis vous sera établi.

#### ONE-MAN-SHOW

Le 21 novembre aura lieu la première représentation de Philippe Roche pour son one-man-show. Philippe Roche vient de participer au Festival d'Avignon et est actuellement au théâtre du Gymnase à Paris. Vous passerez à coup sûr une excellente soirée et profitez du menu pour 35 € par personne.

#### ET PLUS ENCORE

Suivez régulièrement la programmation des soirées proposées au restaurant-cabaret, mais sachez d'ores et déjà qu'une fois par mois vous pourrez participer à une soirée karaoké avec buffet pour 15 €, et une fois par mois également, une soirée années 80 avec

repas pour 25 €. Le dernier jeudi de chaque mois, thé dansant à partir de 14 heures à 10 € par personne avec une boisson offerte.

#### POUR VOS ÉVÉNEMENTS

Il est bien entendu possible de réserver la salle pour l'organisation de tous types d'événements, anniversaires, mariages, repas de fin d'année, séminaires, etc.

#### À VOS AGENDAS

Dîner-spectacle de cabaret : 25 octobre; 15 novembre ; 13 décembre midi et soir; 31 décembre

One-man-show : 21 novembre

Thé dansant : dernier jeudi de chaque mois

Soirée karaoké et soirée années quatre-vingt : une fois par mois

Soirée du Jour de l'an : dîner-spectacle et soirée dansante, 120 €

#### RÉSERVATIONS

Tél. 04 92 72 01 78 et 06 50 38 72 95  
Mail : restaurant.villeneuve@orange.fr



# *Cabaret Restaurant* *The Music Hall*



**DÉCOUVREZ  
NOTRE NOUVEAU  
SPECTACLE  
1 CHANTEUR  
4 DANSEUSES**

**25 OCTOBRE  
15 NOVEMBRE  
13 DÉCEMBRE  
(MIDI & SOIR)  
31 DÉCEMBRE**

**DÎNER-SPECTACLE  
60€ / personne**  
Tarif de groupes  
sur demande

**VEGAS!**  
*the Show*

RÉSERVATIONS : 06 50 38 72 95





# ASSOCIATION VIREVOLTE

Texte : Nicolas Le Plénier · Photos : Association Virevolte

**L'association, créée en juillet 2011 par des amateurs de danse de différents niveaux souhaitant progresser dans cette activité, propose aujourd'hui des ateliers de toutes danses tous les lundis à Forcalquier.**

L'association a commencé par l'objectif de développer la danse de salon et la danse en ligne en proposant un apprentissage afin d'être à l'aise et de prendre plaisir en dansant selon les opportunités (bals, dancings, fêtes locales ou familiales, mariages, etc.) et cela aussi bien en danse à deux qu'en danse individuelle.

## LA DANSE DE SALON

La danse de salon appelée aussi danse de loisirs regroupe différentes danses que l'on retrouve au bal :

Les danses dites « standards » : tango, paso-doble, quick step, valse viennoise, valse lente.

Les danses dites « latines » : samba, rock, cha-cha, rumba avec un soupçon de bachata et salsa.

La danse de salon est répartie en deux niveaux, débutants et initiés :

- Un niveau pour débutant, pour acquérir les bases de toutes les danses ; cela nécessite plus d'une année d'apprentissage.
- Un niveau pour initié, pour découvrir des variations plus élaborées et pratiquer des enchaînements, les fixant durablement en mémoire.

## LA DANSE EN LIGNE

Le madison et la country sont en général bien identifiés par le public, mais la danse en ligne, ou line dance, est assez peu connue, car ces termes mêmes n'évoquent pas grand-chose pour la plupart des gens. La danse en ligne est un enchaînement de pas, divisé en plusieurs sections de huit contes, écrits pour coller à la musique. « *Notre objectif étant de s'amuser dans les soirées dansantes, nous choisissons comme support musical des rythmes variés comme le rock, le cha-cha, le merengue, la rumba, la variété française et internationale* », nous précise Fabienne, l'animatrice.

*« Une majorité de nos adhérents cumule danse de salon et danse en ligne. La danse en ligne ne nécessitant pas de partenaire est donc un avantage pour les personnes seules qui souhaitent se divertir sur de la musique. On peut donc répéter les chorégraphies à la maison, sortir en soirée. »*

Pour cette année 2014, l'association Virevolte a effectué une première démonstration à l'occasion de deux manifestations à Forcalquier : la Fête de la musique et le Forum des associations. Il s'agissait d'un rock, dansé en couple, sur la musique de Pretty Woman, ainsi que de plusieurs pots-pourris de danse en ligne :

- 1er pot-pourri : cha-cha-tango ;
- 2e pot-pourri : bachata-merengue ;
- 3e pot-pourri : quick step-rumba.

Vous pouvez consulter nos démonstrations sur la chaîne : [www.youtube.com/user/fabybailadora](http://www.youtube.com/user/fabybailadora).

## ACTIVITÉ

L'association Virevolte propose des ateliers de :

- danse de salon
- danse en ligne

répartis en trois sessions d'une heure à une heure un quart.

Ces sessions se déroulent le lundi à Forcalquier, salle Pierre-Michel.

18 h 15-19 h 30 : danse de salon pour initiés

19 h 30-20 h 30 : danse en ligne

20 h 30-21 h 30 : danse de salon pour débutants

## RENSEIGNEMENTS :

Association Virevolte – Forcalquier

Président : 06 82 67 18 81

Fabienne, l'animatrice : 06 75 81 18 52

virevolte-forcalquier@laposte.net







Texte : Nicolas Le Plénier • Photos : Vagaloum

**L'école de samba Vagaloum, basée dans la commune de Saint-Maime, propose des cours de danse brésilienne à Saint-Maime, Mane et Manosque.**

Sita Vilaça, professeur de danse passionnée, a notamment étudié à l'école de samba Salgueiro (Rio) et Saravah (Tours). Elle a décidé de créer l'école de samba Vagaloum afin de partager sa passion de la danse brésilienne avec les enfants à partir de quatre ans, les ados et les adultes.

Découverte et apprentissage des danses du Brésil, de São Paulo à Recife, en passant par Rio et Bahia. Adaptations contemporaines et modernes de chorégraphies d'ensemble, solos et duos, ces danses font travailler tous les muscles ainsi que le cardio.

### INITIATION À LA SAMBA NO PÉ : EN SOLO

La samba solo la plus connue est la samba no pé (samba de pieds). Il s'agit de celle que l'on pratique majoritairement lors des carnivals. La samba est alors une danse très complète, car chaque partie du corps est sollicitée. Il existe un grand nombre de pas. Perfectionnement vers l'accélération, jeux de pieds du passista, posture, attitude et placement corporel.

### LES AUTRES COURS :

Croisement de la samba et du hop hop ; croisement samba-Bollywood avec interventions ponctuelles de Léa Favre (pour les ados) ; apprentissage de la samba reggae, afro-brésilien accompagné de la batucada La Clique (percussions brésiliennes et afro-brésiliennes) ; percussions corporelles ; Maracatu ; Axé (danse populaire fitness, cardio) ; initiation au Maculelê (danse des bâtons) ; initiation aux bases de la Capoeira (pour les enfants).

*« Plusieurs styles sont étudiés et chacun y trouve sa propre manière de danser, d'interpréter ! Plusieurs cours pour adultes sont proposés afin que chacun puisse y trouver le rythme qui lui convient ! », nous précise Sita.*

### NOUVEAU !

Cours de danse à Vita Liberté Manosque. Rencontre avec les musiciens de la batucada La Clique deux fois par mois pour les adultes et ponctuellement pour les enfants. Bonne ambiance assurée !

Chaque année, les élèves de l'école Vagaloum sont mis en scène lors d'un spectacle assez époustouffant, plein d'énergie, de poésie, d'humour et de spontanéité. Faites, vous aussi, partie de la fête.

### LES ÉVÉNEMENTS À VENIR

L'école Vagaloum sera présente le 24 octobre au K'fé Quoi de Forcalquier pour la soirée Ambiance do Brasil, concerts et démonstrations au rendez-vous. Vagaloum interviendra également le 31 octobre au bowling de Villeneuve pour un spectacle de danse brésilienne dans le cadre de la soirée Halloween Mouv'in Party.

### RENSEIGNEMENTS :

Tél. : 06 63 64 13 02

Mail : [vagaloum@yahoo.fr](mailto:vagaloum@yahoo.fr)







# BENOÎT CHEYROU de passage à Manosque

Texte : Nicolas Le Plenier • Photos : MOUV'IN.TV

Le célèbre milieu de terrain de l'Olympique de Marseille était en visite au Complexe à Manosque pour découvrir la structure dans son ensemble. Il a eu la sympathie de nous accorder une interview.

Après un bon repas servi au restaurant Le Giorgio, Benoît Cheyrou a découvert le cadre et particulièrement le padel, un sport qu'il apprécie et auquel il consacre pas mal de temps pour améliorer son jeu. Benoît nous a également accordé une interview télévisée que vous pourrez prochainement retrouver sur la première webtv du département : Mouv'in.tv ([www.mouv.in.tv](http://www.mouv.in.tv)). Instants choisis...

**M'i : Benoît, on te voit t'intéresser et pratiquer le padel, tu n'envisages quand même pas une reconversion ?**

**BC :** Pourquoi pas ! Cela fait quelques semaines, voire quelques mois que je me suis mis au padel, et ça me plaît énormément, très ludique et pas besoin d'une grande technique pour pouvoir s'amuser. C'est un sport en devenir, je pense, et ici il y a de belles installations, je vous invite à le découvrir.

**M'i : Quels sont tes objectifs pour cette saison ?**

**BC :** Rentrer dans le top 100 des joueurs de padel ! [rires].

**M'i : Quel est l'état d'esprit de tes coéquipiers avec ce bon début de saison ?**

**BC :** Un état d'esprit très revanchard vis-à-vis de la saison dernière, ratée. On sent qu'il y a une réelle envie de démontrer qu'il y a de la qualité dans cet effectif et que la saison dernière était un accident.

**M'i : Beaucoup de monde pense que c'est l'effet Bielsa, qu'en penses-tu ?**

**BC :** Je pense qu'effectivement il a une grosse part de responsabilité dans les bons résultats actuels, vu que

l'effectif n'est pas trop différent de l'année dernière. Chaque entraîneur arrive avec de nouvelles méthodes et cela change les états d'esprit des joueurs, et ainsi chacun veut montrer ses qualités au nouvel entraîneur.

**M'i : Après ta carrière pro souhaites-tu rester dans le milieu sportif, et si oui lequel ?**

**BC :** C'est sûr que j'aime beaucoup le sport, j'ai fait de ma passion mon métier, le football. J'aime aussi beaucoup le sport comme le padel, le tennis, le golf; regarder le sport à la télé quelque qu'il soit. C'est ce que je connais le mieux, mais je n'ai pas d'idées définitives, je reste ouvert à toutes propositions, même si ce n'est pas dans le sport.

**M'i : Quel est le plus beau souvenir de ta carrière à ce jour ?**

**BC :** Le titre de champion de France avec Marseille en 2010, et d'avoir défilé sur le Vieux-Port, c'était un souvenir énorme, et chaque année qui passe lui donne encore plus de saveur et de valeur.

**M'i : C'est ta huitième saison à l'OM, est-ce que tu te vois finir ta carrière au club ?**

**BC :** On va voir comment l'avenir se goupille, quand je suis arrivé personne ne me voyait rester autant de temps dans ce club, et finalement ce club m'a beaucoup apporté, j'aime ce club tout simplement !

**M'i : Un petit mot pour les lecteurs de Mouv'in qui sont aussi fans de l'OM ?**

**BC :** Continuez à lire et à suivre Mouv'in, il y a beaucoup d'infos intéressantes et des nouveautés régulièrement. Puis, venez essayer le padel au Complexe !

Nous remercions Benoît Cheyrou de nous avoir accordé cette interview exclusive. Retrouvez l'interview en intégralité avec quelques questions décalées prochainement sur la WEBTV MOUV'IN.TV ([www.mouv.in.tv](http://www.mouv.in.tv)).





# ORGANISATEURS D'ÉVÉNEMENT ?

---

**PROFITEZ D'UNE  
COUVERTURE MÉDIA  
AVEC LE « PACK »  
MAGAZINE + TV**  
POUR UNE COMMUNICATION OPTIMALE

---



**ARTICLE D'UNE PAGE DANS  
LE NUMÉRO DU MOIS  
DE VOTRE ÉVÉNEMENT**  
+ DE 20 000 LECTEURS

**250€HT\***  
TVA 20%  
EN SUS

**REPORTAGE LE JOUR  
DE L'ÉVÉNEMENT  
PRISES DE VUES / INTERVIEWS  
ET MONTAGE  
DIFFUSION SUR :**



**INFOS  
RÉSERVATION**

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





# EP MANOSQUE RUGBY

Texte : Nicolas Le Plénier · Photo : EPM Rugby

**Fondé par M. Blanc en 1966, le club de rugby de Manosque compte aujourd'hui plus de deux cent vingt licenciés, encadrés par de nombreux bénévoles, le tout sous la présidence de Jacques Mandrino.**

Le rugby est un sport de valeurs, et le club de Manosque compte bien les faire respecter. L'EP Manosque rugby a vu passer dans ses rangs de nombreux joueurs, avec notamment un grand nombre de titres de champion de Provence. Aujourd'hui, la discipline évolue et afin de faire découvrir ce sport et les nouvelles activités, ce sont de nombreux bénévoles qui s'activent autour des licenciés du club pour que l'EP rugby continue à rapporter des titres à Manosque.

Depuis plus de cinq ans, l'école de rugby est labellisée FFR (Fédération française de rugby). Toutes les catégories sont représentées, de cinq ans révolus jusqu'au sénior, ainsi qu'une équipe vétérans loisirs.

Les matchs ont lieu au stade Jean-Salobert à la Rochette le samedi pour les jeunes ou le dimanche pour les séniors. Quant à l'équipe première, elle évolue cette année en 2e série régionale, les juniors en Philiponeau, et les cadets en Teulière B.

## LE RUGBY FLAG

Depuis deux ans, une section « sport adapté » a été créée, avec comme objectif de faire pratiquer le rugby à des personnes à capacités mentales réduites. La particularité du rugby flag réside dans le fait qu'il n'y a pas de plaquages. Chaque joueur porte deux rubans (ou tags en anglais) attachés à une ceinture ou directement à son short par des patches en velcro. Les joueurs attaquants, porteurs du ballon, esquivent les défenseurs, se passent le ballon, et marquent des essais. L'équipe adverse doit, pour l'en empêcher, arracher un des rubans au porteur du ballon.

L'intérêt principal du rugby flag est de pouvoir pratiquer le rugby sans contact direct et avec un jeu au pied plus restreint. Cette section a été mise en place en commun sur les deux départements alpins (Alpes-de-Haute-Provence et Hautes-Alpes).

## UN EMPLOI D'AVENIR

Maxime Debarros a intégré l'association grâce à un contrat emploi d'avenir, pour une durée de trois ans. Il aura à cœur d'œuvrer pour la promotion du rugby et de l'EP Manosque.

## UN DERNIER ADIEU

L'année sportive 2014-2015 a été endeuillée par le départ trop soudain de Jean-Pierre Caparos dont l'empreinte au sein du club est à jamais inscrite dans nos mémoires.

## VENEZ NOUS REJOINDRE :

Pour tout renseignement, vous pouvez contacter le club au 04 92 74 34 15 ou vous rendre directement au stade Jean-Salobert (la Rochette) à Manosque. Le site du club : [www.rugby-mannosque.com](http://www.rugby-mannosque.com).

## PALMARÈS :

Champion de Provence 2000-2001, cadet à 12  
 Champion de Provence 2001-2002, cadet à 12  
 Champion de Provence 2003-2004, cadet à 12  
 Champion de Provence 2005-2006, cadet territorial  
 Champion de Provence 2010-2011, cadet Teulière B  
 Champion de Provence 2003-2004, junior à 12  
 Champion de Provence 2012-2013, junior Philiponeau

*« Certaines catégories de jeunes ont remporté le bouclier départemental et ont obtenu d'excellents résultats dans les tournois territoriaux. Nos meilleurs éléments ont été retenus dans les sélections départementales et ont participé à de grands tournois tels que la Corse, Grenoble, l'Italie... »*





## COURS NATATION enfant

Piscine de la Rochette  
Manosque

Tous les matins  
du lundi au vendredi  
de 9h15 à 11h15  
(3 créneaux de 30min)

Cours semi-collectif  
(max 5 personnes)  
tous niveaux

**1<sup>ÈRE</sup> SEMAINE  
VACANCES  
DE TOUSSAINT**

# SPORT & bien-être

## AQUABIKING

CENTRE MANUESCA ◦ MANOSQUE

TOUS LES JOURS entre 12h et 14h  
(2 créneaux de 45min)

MERCREDI soir : 18h30 - 21h  
(3 créneaux)

JEUDI soir : 19h15 - 21h  
2 créneaux)

VENDREDI soir : 18h30 - 21h  
3 créneaux)

SAMEDI matin : 9h - 10h  
2 créneaux)

**PETITS GROUPES  
SEMI COLLECTIF  
DE 4 PERSONNES**

INSCRIPTIONS AUX COURS :  
06 59 73 65 85 - david.gabrillargues@orange.fr



# MANOSQUINS À L'

## STÉPHANE HONDE à Los Angeles (États-Unis)



**Ils quittent le département mais que deviennent ils ? Nous allons le savoir au fil des mois avec cette nouvelle rubrique.**

### OÙ HABITES-TU ?

J'habite à Los Angeles, en Californie.

### DEPUIS QUAND ?

Août 2013

### QUELLES SONT LES RAISONS DE TON DÉPART ?

Je suis musicien et je suis parti créer un nouveau projet avec des musiciens de Black Sabbath, Dio, Jeff Beck, Deep Purple et Iron Maiden. Nous avons enregistré un album : Hollywood Monsters – Big Trouble (l'album est actuellement disponible chez Leclerc laser à Manosque). Il est très difficile de monter de tels projets en France et encore moins dans le sud de la France, de plus les États-Unis sont le pays du rock, et Los Angeles est la ville où tous les rockers habitent... alors, j'ai tenté ma chance, j'ai pris un billet et je suis parti au culot et ça a marché ! L'album est maintenant en vente dans le monde entier et nous préparons une tournée européenne pour février 2015.

### QUE FAIS-TU ?

Je suis musicien, chanteur et guitariste.

### PEUX-TU ME DÉCRIRE UNE JOURNÉE TYPE LÀ-BAS ?

Il n'y a pas vraiment de journée type. Il faut absolument avoir une voiture pour pouvoir se déplacer à Los Angeles, car la ville est immense ! On ne peut pas s'ennuyer à Los Angeles, c'est un paradis pour les enfants, il y a Universal Studio, Disney Land, Hollywood. Il y a la mer, la neige et le désert. Il y en a pour tous les goûts ! Los Angeles est plusieurs villes en une : Hollywood, Santa Monica, Tarzana, Thousand Oaks, Beverly Hills, etc.

### COMMENT OCCUPES-TU TON TEMPS LIBRE ?

J'aime aller dans les magasins de vinyles d'occasion et trouver des disques rares. J'aime aussi visiter Los Angeles, la ville est tellement grande qu'il me faudra plusieurs années pour bien la connaître.

### QUEL TEMPS FAIT-IL EN CE MOMENT ?

Il fait très beau (il ne doit pleuvoir qu'une semaine par an, c'est le désert !)

Il fait très chaud en ce moment, il a fait 40° hier !





# ÉTRANGER

À L'ÉTRAN-

## QU'EST-CE QUI T'A LE PLUS SURPRIS À TON ARRIVÉE ?

La gentillesse des gens et la propreté ! Les gens sont courtois, la ville semble avoir été construite le mois dernier ! Comme tout bon Français, j'avais une mauvaise image de l'Amérique et des Américains. Ce pays n'est absolument pas l'image qu'on donne à la télé.

## QUELLE EST L'EXPRESSION LOCALE QUE TU UTILISES LE PLUS ? QUE VEUT-ELLE DIRE ?

Je n'ai pas d'expression en particulier... Et si je me mets en colère, ce sont souvent les expressions en français qui prennent le dessus !

## LE PLAT TYPIQUE ?

La « nourriture » typique ici serait la nourriture mexicaine. Los Angeles faisait partie du Mexique. Los Angeles est très cosmopolite, il n'y a pas vraiment de différence avec l'Europe. Je n'aime pas trop manger fast-food, ce n'est pas mon truc.

## LA BOISSON LOCALE ?

Le Coca ! ha ! ha !

## QU'EST-CE QUI TE MANQUE LE PLUS DE MANOSQUE ?

Ma famille.

## QU'EST-CE QUI TE MANQUERAIT LE PLUS SI TU PARTAIS ?

L'optimisme des gens, le fait que la vie soit facile, le monde musical, et le beau temps toute l'année.

## LE RETOUR, C'EST POUR QUAND ?

Très bientôt !

## UNE PHRASE POUR VALORISER LOS ANGELES ET INCITER LES GENS À Y VENIR ?

Los Angeles est la ville parfaite pour les gens qui ont de l'ambition, c'est une ville jeune, le temps est parfait. C'est une ville verte dans le sens où on se sent à la campagne partout où l'on va... ça ne fait pas « ville ».

## CE QUE LES GENS NE SAVENT PAS DE LOS ANGELES ?

Personnellement, je ne savais pas que Los Angeles est un regroupement de plusieurs villes... enfin... j'appelle ça « ville », car les quartiers sont tellement grands ! C'est aussi une ville très paisible, ce n'est pas du tout l'image que l'on nous en donne !

## LES COUTUMES LOCALES ? (VESTIMENTAIRES, PROFESSIONNELLES...)

Ce que j'aime c'est que tout le monde peut s'habiller comme il veut : tatouages, cheveux longs, barbe, smoking... Contrairement à la France : on ne juge pas les gens sur leur apparence physique, mais sur ce qu'ils font !

## PRÉCISE-MOI LE NOM DE LA BOÎTE POUR LAQUELLE TU BOSSES ?

La Rock'n Roll Academy !





sera organisé pour récompenser le plus beau costume d'Halloween (femme, homme et enfant). De nombreux lots sont à gagner grâce à nos partenaires, donc soyez original !

#### BOWLING ET JEUX

Exceptionnellement pour la soirée, la partie de bowling sera à 6€, avec chaussures comprises, au lieu de 8,50€ habituellement. La personne qui fera le meilleur score durant la soirée remportera un lot-surprise.

#### ENTRÉE GRATUITE AU BE CLUB

Tous les participants de la soirée Halloween Mouv'in Party bénéficieront de l'entrée gratuite au BE Club, dès 1 heure du matin, sur présentation de leur bracelet Halloween Mouv'in Party. Une initiative qui vous permettra de continuer la fête jusqu'au bout de la nuit.

#### PHOTO ET VIDÉO

Dès l'entrée, vous pourrez vous faire tirer le portrait, histoire d'avoir un souvenir déguisé de la soirée. De nombreuses photos seront prises tout au long de l'événement et vous pourrez retrouver les photos sur le site [www.mouv-in.com](http://www.mouv-in.com). Vous pourrez également regarder la vidéo sur la webtélé Mouv'in.tv ([www.mouv-in.tv](http://www.mouv-in.tv)).

#### INFORMATIONS ET RÉSERVATIONS

L'entrée est à 10 €, avec une boisson au choix offerte, vous aurez l'accès librement aux deux salles. La soirée débutera aux alentours de 21 heures et sera ouverte à tous, petits et grands. Vous pourrez déguster le menu spécial Halloween du restaurant du bowling, à 25 € par personne, dès 19 h 30 (entrée à la soirée comprise dans le menu). Réservations au 04 92 75 96 21.

Pour toutes questions ou réservations pour la soirée, téléphone 06 64 14 04 94, ou sur Facebook : Halloween Mouv'in Party.

*Terrifiante et amusante à la fois, la soirée Halloween Mouv'in Party revient cette année avec encore plus de surprises pour vous faire passer une soirée inoubliable.*

Vous étiez plus de trois cent cinquante l'année dernière, et, à l'unanimité, dès les jours qui ont suivi vous en redemandiez. Il était alors logique de vous proposer cette année encore une soirée mémorable, au bowling de Villeneuve, mais avec encore plus de surprises et animations que nous allons vous présenter...

#### DEUX SALLES, DEUX AMBIANCES

C'est certainement ce qui a contribué au succès de cette soirée Halloween, grâce aux deux salles et aux deux ambiances, il y en a pour tous les goûts. Salsa-latino dans l'une, disco-pop-electro dans l'autre. Vous serez envoûté par les sons endiablés de DJ Pascual et DJ Tounga.

Un bowling aux allures de manoir hanté qui vous fera frissonner de plaisir. Vous vous déchainerez sur la piste de danse pendant que les enfants pourront sereinement jouer au bowling ou aux autres jeux présents sur place (billard, baby-foot...).

#### SPECTACLES ET ANIMATIONS

Au-delà de la soirée dansante, vous pourrez retrouver, dès votre arrivée, la compagnie Feu folie qui proposera, pour vous accueillir, un spectacle de jonglage avec feu. Une fois à l'intérieur, ce sera cette fois-ci avec des objets lumineux qu'ils jongleront, et vous feront même une démonstration de laser. Dans la salle latino, une intervention de l'école de samba Vagaloum avec danses brésiliennes et batucada. Puis retour au bowling avec le rythme de Vita liberté qui réalisera une prestation. Bien entendu, le programme avec les horaires précis vous sera remis à l'entrée pour naviguer d'une salle à l'autre et ne pas manquer la moindre minute de spectacle. ATTENTION !!! UNE SURPRISE DE DERNIÈRE MINUTE VOUS ATTEND, on ne vous en dis pas plus.... ça va déménager !!

#### CONCOURS DU DÉGUISEMENT LE PLUS TERRIFIANT

Le déguisement est conseillé pour la soirée, mais pas obligatoire. Un concours





VENDREDI 31 OCTOBRE

21h30 / BOWLING VILLENEUVE

# Halloween MOUV'IN<sup>®</sup> party

2 SALLES  
AMBIANCES  
SALSA, DISCO, ELECTRO


CONCOURS DU DEGUISEMENT  
LE PLUS EFFRAYANT  
nombreux lots a gagner

SHOW FEU & LAZER  
par la Cie FEU FOLIE

DEMO DE DANSE  
par VITA LIBERTE  
et Cie VAGALOU

BOWLING / JEUX  
RESTAURATION POSSIBLE  
MENU HALLOWEEN 25€

INFOS/RESA

06 64 14 04 94  
magazine Mouv'in 

ENTREE

10€

une consommation

offerte

&

acces gratuit avec  
votre bracelet d'entree  
au BE Club



BOWLING  
VILLENEUVE

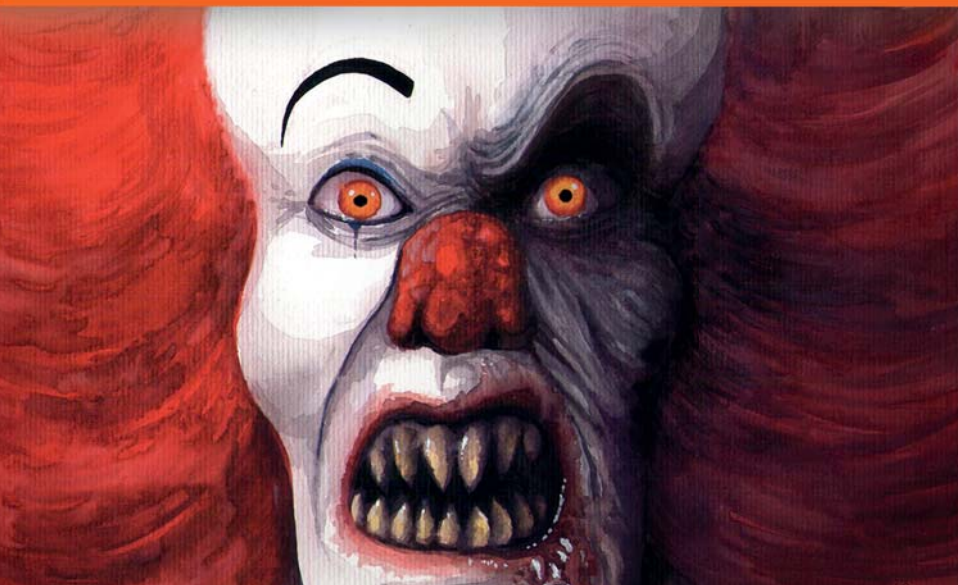
Vita liberte  
LE SPORT 100% LOW COST

Salsa #P

VAGALOU







*Peur des petits monstres qui viennent vous quêmander des bonbons en sonnant à votre porte d'entrée ? Heureusement qu'ils font plus de peur que de mal et qu'un peu de sucre permet, cette nuit du 31 octobre, de calmer leurs ardeurs !*

Mais on ne pense pas aux monstres qu'un jour par an ! Dès le plus jeune âge, on a soif de frissons, et on se souvient de nos nuits blanches passer à se raconter des histoires les plus terrifiantes les unes que les autres. Et n'importe quel amateur d'horreur et science-fiction qui se respecte, que ce soit en cinéma ou en littérature, aura en tête et à la bouche ce nom devenu mythique et qui fait déjà trembler rien qu'à son évocation... Je veux parler du roi, du fléau\* du genre, Stephen King, dont l'heureux anniversaire était le 22 septembre dernier. Alors, prêts à vous replonger dans vos souvenirs les plus effrayants ?

## HALLOWEEN OU LE GOUT DE L'HORREUR

### L'HISTOIRE DE LA CITROUILLE AMÉRICAINE PERCÉE

Originellement, Halloween est la contraction d'une expression anglaise

(« All Hallows Eve » ou « the eve of All Saints' Day ») signifiant « Veille de la Toussaint ». Pour la terreur, on repassera. Sauf qu'en tant qu'ancienne fête païenne et très prisée en Irlande notamment, elle est illustrée par la Jack'O Lantern, soit la fameuse citrouille percée et éclairée. Et la légende a suivi. Le passage de l'Halloween, c'est-à-dire le porte-à-porte des enfants déguisés pour recueillir des bonbons, est sans doute notre souvenir le plus marquant de cette journée.

Ainsi, les bonbons, on connaît, mais la tradition de solidarité qui s'est développée depuis plus de soixante ans outre-Atlantique (aux Etats-Unis et au Mexique par exemple), un peu moins. L'Unicef a pris pour habitude de lancer une campagne de collecte, durant laquelle les enfants déguisés et munis de boîtes en carton décorées demandent des sous au lieu de bonbons (ou en plus). Ainsi, la campagne nommée

« Trick-or-Treat for UNICEF » a permis de réunir plus de 180 millions de dollars à travers le monde depuis son premier lancement.

### LES CHAIRS DE POULE ET L'INITIATION À L'HORREUR EN LITTÉRATURE

Le frisson est une activité prisée dès l'enfance, à travers des parcs d'attraction qui vont toujours plus loin dans les sensations fortes, les premiers films interdits aux moins de 12 ans (ah la première fois que j'ai vu *Scream*...), ou encore les livres qu'on dévore avant de se coucher. Quel est votre Chair de Poule préféré ? Personnellement, en y réfléchissant j'ai l'impression qu'ils sont tous pareils. Le pitch de base pourrait être : « Une famille de deux parents et deux enfants partent en vacances, mais dans un concours de circonstances, les deux enfants se retrouvent seuls. Alors qu'ils sont désespérés, ils entrent dans un parc d'attractions géant où ne résident que des enfants sans parents. Magnifique ! Sauf qu'ils se rendront vite compte qu'un monstre en forme de marshmallow dévore chaque nuit quelques pensionnaires... ». Peu importe, au fond, l'important était d'en lire le plus possible. D'ailleurs, pour les amateurs et les nostalgiques, le film *Chair de Poule* sortira au cinéma le 7 août 2015.



## STEPHEN KING, LE GRAND MANITOU DU GENRE

### LES ADAPTIONS AU CINÉMA PARMIS LES PLUS ANGOISSANTS DU GENRE

Dès l'adolescence, on passe à autre chose. Et Stephen King est sans conteste le maître absolu de la littérature du genre. Observer à quel point les adaptations au cinéma de ses romans peuvent être angoissantes et réussies montre bien qu'un livre de Stephen King est complet. La description des personnages et des décors, l'enchaînement des actions, l'entretien du suspense et le détail de tout ce que peut ressentir un personnage terrifié sont écrits avec brio et donnent tous les éléments à un éventuel réalisateur pour transposer l'histoire à l'image.

Dans les meilleures adaptations, on peut compter *Shining* (avec l'immense Jack Nicholson), même si Stephen King ne trouve pas le film de Stanley Kubrick assez fidèle au roman. Ensuite, *Christine* (quand une voiture peut vivre, penser par elle-même et donc tuer), *Carrie* ou encore *La Ligne verte* sont autant de films marquants grâce à la complexité de l'intrigue ou l'intérêt que les personnages peuvent susciter.

### UN VRAI ÉCRIVAIN AVANT TOUT

Mais si je parle des films, attention, Stephen King est avant tout un écrivain, un vrai. Pas simplement un mec qui raconte des histoires pour t'empêcher de dormir. Il a une vision intéressante et humble du métier d'écrivain, d'ailleurs, qu'il nous fait partager dans *Écriture, mémoires d'un métier*. Il y explique que l'inspiration n'est pas un don, ni quelque chose de magique qu'on attend comme un idiot devant une feuille blanche.

Il a également une rigueur dans son travail d'écriture qui le place au-dessus des auteurs faisant simplement la retranscription du langage d'aujourd'hui pour raconter une histoire contemporaine. L'une des expressions qu'il hait le plus en littérature ? « That's so cool ».

Enfin, on peut lire le roman *Misery*, histoire d'un écrivain qui, après avoir publié le dernier tome d'une saga dans lequel il fait mourir son héroïne, a un accident de voiture. Il est recueilli par une infirmière fan de ses bouquins mais très furieuse d'apprendre la mort de son personnage favori. Elle va lui demander de réécrire l'histoire et sera très, très persuasive...

Alors, comment vivre Halloween ? Si vous me cherchez à ce moment-là, je serai certainement plongée dans un roman du King...

\* « le fléau » pour Le fléau, l'un de ses plus grands romans.

Par Hélène Ladièr

## POUR VOUS PROCURER LE LIVRE D'HÉLÈNE LADIER

### Requiem à 4 mains gauches



Hélène LADIER

Tout commence avec ce maudit accident de voiture. Un séisme, des incendies, le risque nucléaire... La ville de Manosque est confrontée à des événements tragiques et nombreux. Trop nombreux.

Ces catastrophes successives inquiètent les habitants: une malédiction frappe-t-elle la ville? Certains y croient dur comme fer, d'autres affichent un esprit rationnel que les événements mettent à rude épreuve.

Gagou, le vieux mendiant dont personne ne connaît l'âge, semble en savoir plus qu'il ne devrait. Et Saturnin, ce jeune homme taciturne qui revient à Manosque alors qu'il s'était promis de ne plus jamais y remettre les pieds, que cherche-t-il?



La plume a un encier, un auteur a un territoire où puiser souvenirs, impressions... C'est en partant que j'ai pu avoir le recul nécessaire pour écrire ce récit. Accessible aux connaisseurs des beautés manosquines et aux non initiés.

Illustrations de Pauline Ladièr

Hélène LADIER  
RENDEZ-VOUS  
SUR LE SITE :  
LULU.COM  
+ HÉLÈNE LADIER

OU SUR LE BLOG  
<http://t-as-vu-ma-plume.over-blog.com>

## ÉGLANTINE, LA SORCIÈRE MALÉFIQUE

Dans le fond d'une forêt magique, disait-on, vivait une sorcière, semblait-il, maléfique. Sa maison semblait lugubre et très peu accueillante. Cette sorcière ne souriait jamais. On disait d'elle qu'elle était méchante et jalouse.

Et pourtant ! Cette sorcière possédait des talents du cœur. Tous les soirs à la joie des habitants, les arbres dansaient, la lune scintillait de bonheur et les étoiles faisaient la fête autour de celle-ci et tout ça grâce à Églantine. Mais tout le monde semblait l'ignorer.

Tous les ans, le 31 octobre, Églantine se dirigeait vers le magasin général pour y acheter des herbes aromatiques comme du thym, de la sarriette, toutes sortes d'herbes mélangées, c'est pourquoi on l'avait surnommée la sorcière maléfique.

Mais ce que les gens ne savaient pas, c'est qu'Églantine, en secret dans son cœur, était follement amoureuse et qu'elle serait sur le point de découvrir une potion magique qui rendrait follement amoureux celui qu'elle désirait.

Il y avait déjà plusieurs années qu'Églantine pratiquait sa potion magique et rien ne se passait vrai-ment.

Ce soir-là, pourtant, quelque chose d'extraordinaire était sur le point de se produire. Églantine vit dans le chemin qui menait à sa maison, un épouvantail allant dans sa direction. La potion magique d'Églantine mijotait dans un creux chaudron et elle serait prête à la faire déguster par cet épouvan-tail qui serait peut-être celui qu'elle désirait tant.

L'épouvantail s'approcha d'Églantine et la fit sursauter. À ce moment-là, Églantine eut peur ! Tout à coup, Églantine se demanda si ce n'était pas un mauvais tour et si cet épouvantail ne voulait pas tout simplement lui faire peur !

Églantine se dépêcha, elle versa une tasse de potion magique et l'offrit à l'épouvantail. Les minutes passaient, Églantine se morfondait en silence. Que se passerait-il ?

Alors, devinez quoi. L'épouvantail après avoir ingurgité au moins cinq ou six tasses de potion ma-gique commença à caresser les cheveux d'Églantine. Églantine ravie se mit à sourire pour la pre-mière fois de sa vie. Son visage s'illumina de bonheur. Enfin, elle trouvait l'amour !

Mais, se dit-elle, comment ferais-je pour me laisser fréquenter par un épouvantail ? À ce moment précis, l'épouvantail se montra au grand jour, c'est-à-dire qui il était vraiment. Et devinez qui se cachait derrière l'épouvantail, nul autre que M. Fred.

Tous les gens du village se réjouirent de voir Églantine si resplendissante au bras de M. Fred que l'on rejetait autrefois.

Quant à Églantine, elle ne voulait dans son cœur que connaître l'amour. Et maintenant, avec M. Fred, elle perdit son habit de sorcière et se revêtit d'une magnifique robe de princesse. M. Fred l'embrassa tendrement et se réjouissait de leur bonheur.

« N'est-il pas vrai que l'amour rend beau et heureux ? »

## ET VOUS ? EN QUOI ALLEZ-VOUS VOUS DÉGUISER ?

Vous souhaitez vous déguiser pour Halloween, mais vous n'avez aucune idée ! Voici une petite sélection de costumes les plus originaux possible.

### L'INDÉTRÔNABLE VAMPIRE

Le plus populaire, et du coup le plus courant, un inconditionnel ; mais vous risquez de ne pas être le seul vampire de la soirée. Néanmoins, vous pouvez le personnaliser à souhait pour en faire un vampire unique.



### LES PIRATES

Un déguisement très tendance, aussi bien pour homme que pour femme, de nombreux modèles existent et certains sont très bien réalisés. Un costume qui fera forcément son effet.



### LES LICENCES

Dans cette catégorie, sont regroupés les déguisements de personnages célèbres de séries télé, de films ou de dessins animés. Les plus courants : Star Wars, les Marvels, les personnages Disney... Un déguisement forcément original.



### DISCO

Retour dans les années soixante-dix avec ces tenues « flash », un peu de nostalgie pour passer une soirée « funky ». De nombreux accessoires pourront enrichir votre tenue et faire de vous le roi ou la reine de la piste de danse, façon Travolta !



### EN COUPLE

Si vous venez en couple, optez pour un déguisement de duos célèbres, Batman et Robin, ange et démon, Astérix et Obélix, Popeye et Olive...



### LE MAQUILLAGE

Pensez-y, c'est un élément qui rendra votre déguisement unique et des plus terrifiant. Aujourd'hui de nombreux produits et accessoires vont vous permettre de réaliser des effets ultra-réalistes.



Vous pouvez aussi miser sur des personnages d'Halloween, l'épouvantail Jack O'Lantern, les sorcières, la citrouille, sinon faites marcher votre imagination avec des personnages de films d'horreur (Scary Movie, Freddy, Chucky).





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 **9,99€**

**La Foire**  **Fouille**



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

**La Foire**  **Fouille**

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**

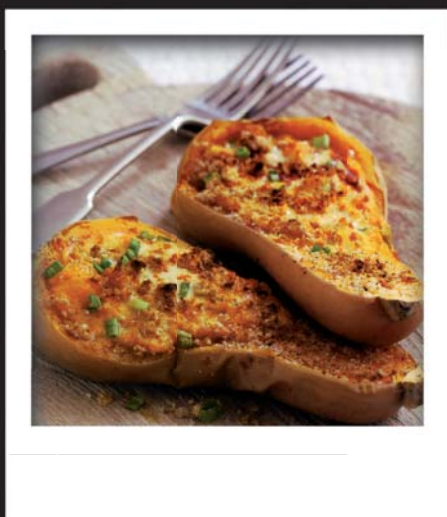


**115 g de mimolette - 30 cl de lait + 1 c. à s. - 1 c. à c. rase de Maïzena - 600 g de pommes de terre vitelotte - 600 g de pommes de terre à chair ferme ( Bintje ou BF15 ) - huile de friture - sel fin, poivre du moulin**

## CRÈME DE MIMOLETTE ET SES DIPS DE POMMES DE TERRE

**POUR 4 PERSONNES • PRÉPARATION : 15 MIN  
CUISSON : 10 MINUTES**

- Râpez la mimolette. Dans une casserole, faites-la fondre avec le lait sur feu doux, puis poivrez.
- Dans un bol, délayez la Maïzena dans 1 c. à s. de lait froid, puis ajoutez-la au mélange à la mimolette. Laissez épaissir pendant 2 min en remuant régulièrement, puis retirez la sauce du feu et passez-la à travers une passoire. Versez-la dans de petits bols et laissez-la refroidir.
- Pendant ce temps, pelez les pommes de terre, puis émincez dans la longueur les pommes de terre vitelotte le plus finement possible. Coupez ensuite les pommes de terre à chair ferme en bâtonnets de 5 mm de côté. Rincez les chips et les allumettes dans un grand volume d'eau froide et séchez-les sur du papier absorbant.
- Dans une friteuse, portez l'huile de friture à 180°C. Lorsqu'elle est à température, mettez les chips et les allumettes de pommes de terre à frire par petites quantités, pendant 3 min.
- Épongez-les sur du papier absorbant, salez-les et servez-les à l'apéritif avec la crème de mimolette.



**2 courges butternut - 4 c. à s. d huile d'olive - 2 oignons nouveaux avec leurs tiges hachés - 150 g de mascarpone - 50 g de parmesan - 1 pincée de paprika - 1 pincée de noix muscade - 2 c. à s. bombée de chapelure - sel, poivre du moulin**

## COURGES BUTTERNUT GRATINÉES

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

- Préchauffez le four à 180° (th .6 ). A l'aide d'un grand couteau, fendez en deux les courges dans le sens de la longueur. Retirez les graines à la cuillère à soupe, puis badigeonnez la chair des courges d'huile d'olive. Salez, poivrez et enfournez pour 45 min de cuisson. Lorsque que la chair est tendre, sortez les courges du four.
- Montez la température du four à 240° (th .8 ). Prélevez la pulpe des courges avec une cuillère sans percer les écorces.
- Déposez cette pulpe dans un grand saladier. Ajoutez les oignons hachés, le mascarpone, le parmesan, le paprika et la noix muscade. Salez, poivrez et mélangez à l'aide d'une fourchette jusqu'à l'obtention d'une purée grossière.
- Répartissez cette préparation dans les quatre écorces évidées, saupoudrez de chapelure et faites gratiner au four pendant 15 min. Servez dans les coques et dégustez bien chaud.



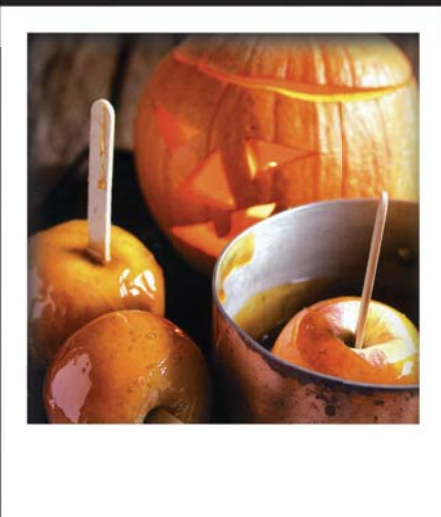


**1 disque de pâte sablée (280 g) - 125 g de beurre ramolli coupé en dés+ 10 g pour le moule - 25 cl de crème liquide - 300 g de chocolat noir coupé en carrés - 1 zeste d'orange**

## TARTE GOURMANDE AU CHOCOLAT NOIR

**POUR 4 PERSONNES · PRÉPARATION : 20 MIN  
REPOS : 10 MIN · CUISSON : 10 MINUTES  
RÉFRIGÉRATION : 1 H**

- Préchauffez le four à 180° C(th 6). Etalez la pâte sablée et garnissez-en un moule à tarte beurré. Piquez le fond à la fourchette et recouvrez-le d'aluminium ménager et de légumes secs. Faites-le cuire au four pendant 15 min. Ôtez l'aluminium ménager et les légumes secs et enfouez à nouveau pour 5 min de cuisson. Laissez refroidir sur une grille pendant 10 min.
- Faites chauffer la crème liquide à feu doux. Ajoutez le chocolat, laissez-le fondre et remuez doucement à la cuillère en bois, jusqu'à l'obtention d'une ganache parfaitement lisse.
- Hors du feu, incorporez les dés de beurre et laissez-les fondre entièrement. Versez la ganache sur le fond de pâte démonté et égalisez la surface avec le dos d'une cuillère. Placez la tarte au réfrigérateur 2 h, jusqu'à ce que la ganache soit figée. Au moment de servir rapez finement le zeste d'orange sur votre tarte.



**8 bâtonnets à esquimau ou 8 tiges en bois - 8 petites pommes reinettes fermes et coquantes - 450 g de sucre en poudre - 2 c. à s. de vinaigre de vin blanc - 125 g de beurre coupé en dés - 10 gouttes de colorant alimentaire rouge - 10 glaçons.**

## POMMES D'AMOUR D'HALLOWEEN

**POUR 8 POMMES · PRÉPARATION : 15 MIN  
CUISSON : 10 MIN**

- Enfoncez les bâtonnets au coeur des pommes. Versez le sucre, le vinaigre, le colorant et 2 c. à s. d'eau chaude dans une casserole à fond épais, puis ajoutez le beurre. Faites cuire à feu doux en remuant, jusqu'à ce que le sucre et le beurre aient fondu.
- Augmentez le feu et laissez cuire sans plus remuer jusqu'au stade du grand cassé ( 147° C ). À défaut de thermomètre à sucre, vérifiez la température en prélevant 1 goutte de sirop à l'aide d'une cuillère et en la plongeant dans un verre d'eau froide. Si une petite bille ferme et non collante se forme entre vos doigts, le sirop est prêt.
- Retirez la casserole du feu et placez-la dans une jatte d'eau chaude, pour garder le sirop suffisamment liquide. Plongez les pommes une par une dans le sirop et enrobez-les soigneusement, en procédant rapidement. Laissez-les égoutter sur une grille, puis plongez-les une seconde fois dans le sirop.
- Trempez les pommes d'amour dans un bol rempli d'eau froide et de glaçons, afin que le glaçage durcisse. Laissez refroidir les fruits sur du papier sulfurisé.

# MOUV'IN.TV

La programmation du mois



## SPORT AND GO

### RANDO DU FROMAGE - BANON

Le rendez-vous incontournable des amateurs de VTT. Nous avons couvert pour vous cet événement à la découverte de beaux paysages.



## CULTUR'ART

### FRANCOIS-XAVIER DEMAISON

Nous avons pu rencontrer François-Xavier Demaison lors de son passage aux Soirées du Château à Gréoux-les-bains. Une interview bien déjantée pour MOUV'INTV



## INTERVIEW

### BENOIT CHEYROU - OM

De passage à Manosque, le milieu de terrain de l'Olympique de Marseille, Benoît Cheyrou, nous a accordé une interview exclusive.



## CULTUR'ART

### COOKSOUND FESTIVAL

Le couvent des Cordeliers à Forcalquier accueillait la quatrième édition du CookSound Festival avec l'Amérique du Sud comme invitée d'honneur.



## CULTUR'ART

### 5ÈME FESTIVAL ROCK DC

L'événement musical de cette fin d'été. Nous vous faisons vivre ou revivre quelques instants choisis des concerts et de l'ambiance à St Martin les eaux.



## SPORT AND GO

### FÊTE DU SPORT AUTO - MALIJAI

Retrouvez la traditionnelle Fête du Sport Auto de Malijai avec toutes les activités proposées durant ce week-end.



## CULTUR'ART

### NUIT DE LA PLEINE LUNE

Nous vous faisons revivre cet événement magique, fantastique, féerique du 10 août dernier à Valensole.



## C'EST QUOI TON SPORT ?

### TRIATHLON - ANTHONY PUJADES

Le jeune athlète de haut niveau nous présente sa discipline : le triathlon ! Vivez sa pratique quotidienne et profitez de ses conseils.



## CULTUR'ART

### LA NUIT DU COURT MÉTRAGE

L'événement annuel regroupant les passionnés de la vidéo et du cinéma avait lieu aux Château des Templiers à Gréoux-les-bains le 9 août dernier.



## SPORT AND GO

### TRIATHLON DES FERRÉOLS

C'est sous une forte chaleur que nous avons pu suivre les triathlètes présents pour ce bel événement. Une journée à revivre sur votre webtv.



## SPORT AND GO

### TRAIL NOCTURNE DE CORBIÈRES

Retour sur le traditionnel Trail Nocturne de Corbières. De nombreux participants et une ambiance très conviviale.



## CULTUR'ART

### ÉLECTION TOP MODEL 2014

L'événement mode de ce mois de juin. Dans une ambiance extraordinaire, revivez l'élection du Top Model des Alpes de haute Provence 2014 qui avait lieu à Ste Tulle.

LES ÉMISSIONS SONT VISIBLES SUR :



www.mouvin.tv



chaîne : mouvintv



page : mouvin.tv



# INSCRIVEZ VOUS !

## NEWSLETTER MOUV'IN

RECEVEZ PAR MAIL  
JUSQU'À 5 JOURS  
AVANT SA SORTIE PAPIER  
LE MAGAZINE MOUV'IN  
EN VERSION NUMÉRIQUE

ET AUSSI...

- + D'ARTICLES
- + DE RECETTES
- + DE VIDÉO

AVEC VOTRE INSCRIPTION  
VOUS POUVEZ GAGNER  
DE NOMBREUX CADEAUX  
TOUS LES MOIS  
AVEC NOS PARTENAIRES

RENDEZ-VOUS SUR  
[WWW.MOUV-IN.COM](http://WWW.MOUV-IN.COM)

DEVENEZ FAN DE LA PAGE  
MAGAZINE MOUV'IN



# HOROSCOPE



**BÉLIER**  
21/03 - 20/04

Ce mois sera fait de challenges, challenges que vous devrez mettre en place, et ceci comme vous l'aimez en adoptant la diplomatie, à l'encontre de votre excitation légendaire, et ainsi vous arriverez à vos fins.



**TAUREAU**  
21/04 - 21/05

Alors, même si vous avez toujours la forme, l'hiver approchant votre moral baisse, comme une marmotte, vous hibernez, un peu, voire très casanier, vous préférez recevoir plutôt que d'être invité, mais quelquefois faites des efforts. Octobre sera le mois de la nouveauté.



**GÉMEAUX**  
22/05 - 21/06

Octobre sera pour vous le mois des challenges, celui où vous devrez tout miser sur votre carrière qui à vos yeux s'essouffle, heureusement votre foyer vous amène chaque instant de chaque jour, l'équilibre qu'ailleurs il vous manque.



**CANCER**  
22/06 - 22/07

Après des mois de questions, de remises en cause, vous décidez subitement et présentement d'aller de l'avant, d'atteindre vos objectifs, seul l'amour sera votre véritable challenge, car aimer pour vous n'est pas chose facile. Osez parler.



**LION**  
23/07 - 23/08

Si pour vous ce fut l'heure de la sortie, là c'est l'heure de la rentrée, car les projets affluent de toutes parts, et vous voyez cette fin d'année pour vous comme étant un challenge, pour accéder enfin à ce qu'il vous semble être juste. Votre vie prend un véritable virage.



**VIERGE**  
24/08 - 22/09

Votre vie ne correspond pas à vos attentes, et pourtant vous serez surpris, ou surprise, de la tournure que vous offre le mois en cours. Sur le plan familial déjà un véritable challenge vous permettra de vous réaliser. Faites-vous confiance dès maintenant.



**BALANCE**  
23/09 - 23/10

Octobre, mois de votre anniversaire, vous conduira à faire le point des choses, mais surtout des gens et ceux auxquels vous apportiez de l'importance, car les choses ont changé, vous aussi et vous ouvrez subitement les yeux. L'avenir pourra vous sourire, si vous faites un effort.



**SCORPION**  
24/10 - 22/11

Une fois de plus, l'amour est au programme, et cela vous met dans tous vos états, car au fond de vous-même vous savez que cela est difficile, voire impossible. Et pourtant, vous stressez à l'idée d'être seul, ou seule, en fin d'année.



**SAGITTAIRE**  
23/11 - 21/12

La planète du travail, qui n'est autre que Mercure, vous donne subitement l'envie d'aller au-delà de vos capacités, votre entourage voit en vous un nouveau carriériste, quelqu'un qui veut être au premier plan, tout en gardant son autonomie légendaire.



**CAPRICORNE**  
22/12 - 20/01

Voilà un mois qui se veut être héroïque, ou tout au moins légendaire. Tout abonde dans votre sens, sans rien dire, vous êtes entendu, votre jovialité aura payé à la longue. Gardez cette attitude, elle vous sera utile.



**VERSEAU**  
21/01 - 18/02

Un poste est pour vous essentiel, celui des sentiments, mais pour cela, ou tout au moins pour réussir, mieux vaudrait pour vous changer d'optique, et d'aller à l'essentiel, votre carrière, car elle aussi change et vous, vous êtes encore trop statique. Réveillez-vous.



**POISSONS**  
19/02 - 20/03

Comme une star, derrière vos lunettes noires, vous regardez le monde, l'analysez, mais ce n'est pas cela la vie, et ce qui se profile pour la fin d'année vous amène à revoir vos priorités. L'amour en fait partie, mais l'argent est essentiel, et là, le bât blesse. Il vous faut, dès 2015, tout changer.



# Foire aux SANTONS

de Gréoux-les-Bains

**20<sup>ème</sup> Anniversaire**

**Du 24 octobre  
au 2 novembre 2014  
Tous les jours  
de 15h à 19h**

**Nocturne :  
le 31 octobre  
de 15h à 21h**

J'AIME  
GRÉOUX



Organisée par l'Office de Tourisme  
04-92.78.01.08  
[www.greouxlesbains.com](http://www.greouxlesbains.com)



**L'ÉTOILE**  
CENTRE DE CONGRÈS