

#166 • OCTOBRE 2022
www.mouv-in.com



GRATUIT

Alpes de Haute-Provence

ICI

et nulle part ailleurs !

28 OCT > 6 NOV 2022

GRÉOUX-LES-BAINS

Foire aux Santons

DEPUIS 1994

M
O
U
V
I
N

ÉVÈNEMENTS | CAHIER DÉCO/HABITAT/MAISON | COMMERCES



DE 14H À 18H
ENTRÉE GRATUITE

CENTRE DE CONGRÈS L'ÉTOILE

8 avenue Pierre Brossolette - 04800 Gréoux-les-Bains



GRÉOUX LES BAINS
Bien-vivre en Provence



**150€ offerts par
tranche de
1000€ d'achat***

* voir conditions en magasin

Pour vous garantir une cuisine équipée de qualité, tous nos meubles sont fabriqués et montés dans notre usine de Haute-Savoie.



Aurélie



Olivier



Thibaut



Romain

SoCoo'c

Des cuisinistes pas comme les autres

Tél. 04 65 69 00 80

361 Av. des Près Combaux, 04100 Manosque

Ouvert du lundi au samedi 10h-12h / 14h-19h - magasin@manosque.socooc.com

16
ANS

édito #166 • OCTOBRE 2022



MAGAZINE MOUV'IN
ÉDITÉ PAR L'AGENCE SOF'COMMUNICATION
EURL AU CAPITAL DE 5000€
RCS MANOSQUE 851 680 702
QUARTIER MERINE
04410 SAINT-JURS
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)
CRÉDIT PHOTO : ADOBESTOCK - FREEPIX

DIRECTRICE DE PUBLICATION
& RÉDACTRICE EN CHEF

SOPHIE GUIOU

☎ 06 11 64 30 54

contact@mouv-in.com

GRAPHISME & IMPRESSION

AGENCE SOF'COMMUNICATION

QUARTIER MERINE

04410 SAINT-JURS

contact@sofcommunication.com

PUBLICITÉ // PARTENARIAT

☎ 06 11 64 30 54

contact@mouv-in.com

www.mouv-in.com

Vous l'attendiez avec impatience ce nouveau numéro de votre magazine Mouv'in et bien... le voilà !

Même si la fraîcheur commence à faire son apparition, les journées restent tout de même bien agréables. Alors pourquoi ne pas profiter de l'été indien pour prendre soin de son habitat changer ses meubles par exemple ? D'ailleurs vous trouverez dans le cahier Habitat/Déco/Maison les informations sur la nouvelle enseigne d'ameublement qui ouvre ses portes début octobre. Rendez-vous aussi dans votre magasin Interior's pour dénicher, meuble, déco qui embelliront votre intérieur. L'équipe s'occupe aussi de l'ameublement d'hôtels, de gîtes etc... L'automne c'est aussi le moment de préparer son jardin pour l'hiver : Nature et Paysage vous délivre de bons conseils... Ce n'est plus la saison de la baignade mais c'est bel et bien le moment de mettre votre piscine en hivernage et de faire un «check up» pour que lorsque le moment sera de nouveau propice, vous ayez le moins d'entretien possible. L'Eau-Thentique Piscine vous aidera à faire le point et vous indiquera les meilleures solutions pour entretenir votre piscine. Ce changement de saison est aussi le moment de prévoir les futures chaleurs de l'été, pourquoi ne pas installer une climatisation ?

Et si vous souhaitez changer de mode de chauffage, c'est encore le moment de faire appel à l'expertise d'Help Services à Manosque. L'agenda mensuel est encore bien rempli ! Il y a encore pas mal d'animations pour passer de belles journées : spectacles, concerts, expos vous trouverez de quoi faire. La traditionnelle fête de l'amande à Oraison soufflera ses 15 bougies le 9 octobre. Allez y faire un petit tour pour découvrir les secrets de ce fruit à coque emblématique de notre région ainsi que des produits du terroir et de l'artisanat. On pense aussi à Octobre Rose, vous savez l'opération nationale de sensibilisation contre le cancer du sein ? Comme l'année dernière la Ville de Manosque se mobilise et c'est le 8 et 9 octobre que cela se passe... Vous aussi apportez votre pierre à l'édifice.

Fin octobre c'est aussi Halloween ! Pour l'occasion, la commune de Manosque organise le 1er Manosque Halloween Festival qui se tiendra du 25 octobre au 1er novembre. Retrouvez toute la programmation en pages centrales !

Bonne lecture et à très vite...

Sophie Guiou

Retrouvez le MAGAZINE MOUV'IN sur www.mouv-in.com   

DES CRÉATIONS UNIQUES ADAPTÉES À VOS BESOINS



INTERIOR'S

À SUIVRE DANS LE CAHIER DÉCO...

Envie de vous faire une toile ? Retrouvez les sorties cinéma prévues pour ce mois d'**Octobre 2022**.



Espace Soubeyran - 2 rue Rossini - Manosque
Parking de la Villette - Gratuit 3 heures

SORTIE LE 5 OCTOBRE



TICKET TO PARADISE

George Clooney, Lucas Bravo, Julia Roberts

Un couple séparé est réuni pour tenter d'empêcher leur fille de commettre la même erreur qu'eux jadis : céder au coup de foudre.

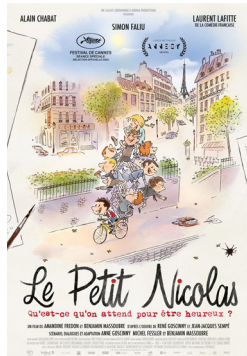


L'ORIGINE DU MAL

Laure Calamy, Doria Tillier, Dominique Blanc

Dans une luxueuse villa en bord de mer, une jeune femme modeste retrouve une étrange famille : un père inconnu et très riche, son épouse fantasque, sa fille, une femme d'affaires ambitieuse, une ado rebelle ainsi qu'une inquiétante servante. Quelqu'un ment. Entre suspicions et mensonges, le mystère s'installe et le mal se répand...

SORTIE LE 12 OCTOBRE



LE PETIT NICOLAS - QU'EST-CE QU'ON ATTEND POUR ÊTRE HEUREUX ?

Laurent Lafitte, Alain Chabat, Simon Faliu

Penchés sur une large feuille blanche, Sempé et Goscinny donnent vie à un petit garçon rieur et malicieux, le Petit Nicolas. Au fil du récit, le garçon se glisse dans l'atelier de ses créateurs, et les interpelle avec drôlerie. Sans compter sur Lucie, l'enquêtrice un peu spéciale, chargée de l'affaire...



SIMONE, LE VOYAGE DU SIÈCLE

Thomas Scimeca, Jonathan Capdevielle, Léonie Dahan-Lamort

Le destin de Simone Veil, son enfance, ses combats politiques, ses tragédies. Le portrait épique et intime d'une femme au parcours hors du commun qui a bousculé son époque en défendant un message humaniste toujours d'une brûlante actualité.

SORTIE LE 19 OCTOBRE



BELLE ET SÉBASTIEN : NOUVELLE GÉNÉRATION

Michèle Laroque, Alice David Robinson Mensah-Rouanet,

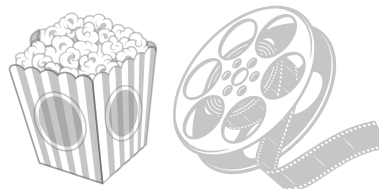
Sébastien, 10 ans, passe ses vacances à contrecœur à la montagne chez sa grand-mère et sa tante. Il doit donner un coup de main à la bergerie, rien de bien excitant pour un garçon des villes comme lui... mais c'est sans compter sur sa rencontre avec Belle, une chienne immense et maltraitée par son maître. Prêt à tout pour éviter les injustices et protéger sa nouvelle amie, Sébastien va vivre l'été le plus fou de sa vie.



LE NOUVEAU JOUET

Jamel Debbouze, Daniel Auteuil, Simon Faliu

Sami vit heureux dans une cité de banlieue, entre ses amis, voisins et sa femme Alice. Pour l'anniversaire de son fils, l'homme le plus riche de France fait ouvrir le grand magasin qui lui appartient. Alexandre choisit Sami, le gardien de nuit, comme nouveau jouet...



NovaMac :

assistance, dépannage,
maintenance, réparation,
vente et installation
de vos Mac, iPhone, iPad,
Apple Watch, Apple TV... dans les
Alpes de Haute-Provence



04 30 30 33 75

09 81 44 13 07

09 53 61 90 10

3, bd Casimir Pelloutier

04100 - Manosque

www.novamac.eu

contact@novamac.fr

QUAND LA HAIE VÉGÉTALE S'INVITE DANS LE JARDIN



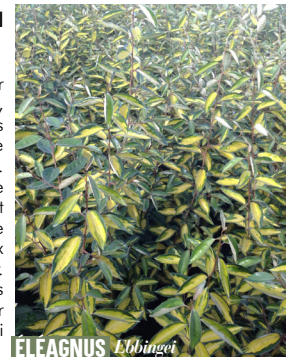
PHOTINIA *Red Robin*



Disponibles
en pépinière

Les plantes de haie qu'il vous faut !

Vous pouvez opter pour
une haie végétale,
pour des haies vives
ou encore pour de
nombreux autres styles.
Rendez-vous dans notre
pépinière à Pierrevert
pour trouver une large
gamme de végétaux
adaptés à votre extérieur.
Nos pépiniéristes
sauront vous conseiller
pour créer la haie qui
vous correspond !



ELEAGNUS *Ebbingei*

Notre sélection de végétaux méditerranéens résistants au froid



YUCCA *rostrata*



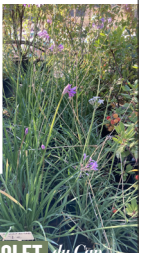
EUPHORBE



ABELIA



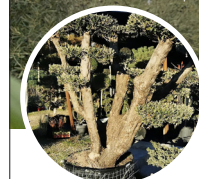
VIVACES



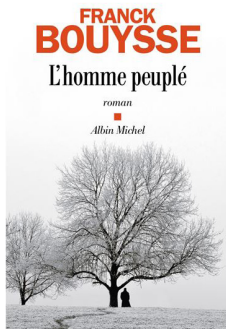
AIL VIOLET *du Cap*

ZOOM SUR... *les Oliviers*

Nous vous proposons tout type d'olivier en commençant par le petit olivier en 3 litres jusqu'au plus majestueux des oliviers. L'olivier étant notre spécialité nous mettons tout en oeuvre pour vous proposer les arbres les plus grandioses de la région. En nuage, en plateau ou bien des oliviers traditionnels, tous sont disponibles dans votre pépinière Nature & Paysage.

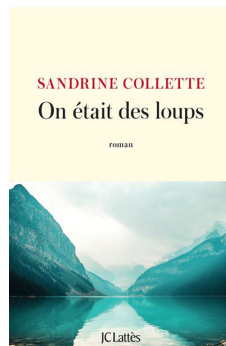


Tous les mois en partenariat avec la Librairie Au Poivre d'Ane à Manosque, retrouvez la sélection de votre libraire : roman, BD, jeunesse...des ouvrages et des auteurs à découvrir !



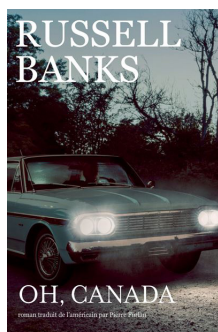
L'HOMME PEUPLÉ

Franck Bouysse - Editions Albin Michel
Un écrivain s'installe sur un coup de tête dans une ferme à l'écart d'un village perdu. Très vite il ressent un malaise de plus en plus envahissant accentué par le fait qu'il se sent épié par son plus proche voisin. Un roman polyphonique virtuose avec une atmosphère inimitable.



ON ÉTAIT DES LOUPS

Sandrine Collette Editions JC Lattès
Liam vit loin du monde dans une région de montagnes et de forêts encore sauvages avec sa femme et son fils. Mais un jour au retour de la chasse il retrouve sa femme tuée par un ours. Pour le protéger l'homme décide de se séparer de son fils. Sandrine Collette nous livre un roman bouleversant, abrupt et sombre.



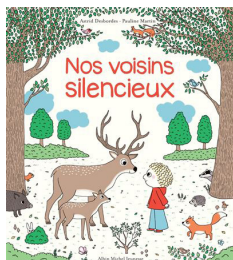
OH CANADA

Russel Banks - Editions Actes Sud
Leonard Fife, un documentariste qui a formé et marqué des générations de jeunes cinéastes, a 77 ans et a perdu en partie la vue. Durant ses derniers jours il accepte une interview filmée par un de ses étudiants. Mais cet interview va tourner à la confession et Fife livrer des vérités bien dérangeantes. Russell Banks est au sommet de son art dans ce roman d'une grande force.



L'ILLUSION DU MAL

Piergiorgio Pulixi - Editions Gallmeister
En Italie des milliers de personnes reçoivent une vidéo où l'on voit un criminel ligoté et un homme masqué qui prend la parole. Son objectif : faire voter en ligne le public sur le sort de son prisonnier laissé impuni par la justice. Deux femmes aussi différentes qu'imprévisibles, épaulées par un criminologue sont chargées de l'enquête. Un thriller captivant !



NOS VOISINS SILENCIEUX

Astrid Desbordes et Pauline Martin Editions Albin Michel Jeunesse
Une nouvelle aventure d'Archibald ! Archibald découvre qu'il a beaucoup plus de voisins qu'il ne pense car il faut compter les animaux qu'il voit, ou ne voit pas tous les jours. Ces derniers sont indispensables et il faut les respecter et les protéger. Une belle aventure qui explique aux petits le monde merveilleux qui les entoure ! A partir de 3 ans..

A NE PAS MANQUER...



CROSSROADS

Jonathan Franzen - Editions Grasset
Nous sommes en 1971, à la veille de Noël, la météo annonce une importante perturbation. Russ Hildebrandt vit avec sa femme, Marion, et leurs enfants dans une banlieue cossue de Chicago. Pour ce pasteur libéral, l'attrance qu'il ressent à l'égard d'une jolie paroissienne est un vrai cas de conscience. À ses tourments s'ajoute l'arrivée de Rick Ambrose, le jeune pasteur cool qui cherche à l'évincer à la tête de l'association de jeunes qu'il a créée. Soudain, tout s'accélère... La guerre du Vietnam fait rage, la contestation s'étend, les enfants s'émancipent, la musique change. Sex, drugs & rock'n'roll.



Tous les mois notre nouveau partenaire vous fait découvrir les jeux de société indispensables à avoir chez soi....

BARAKA JEUX

10 Bd Gassendi,
Digne-les-Bains - Tél. 04 92 81 42 71

le Barjoc

03 Rue du Dr Honorat
Digne-les-Bains Tél.04 92 83 92 87

GALERAPAGOS

A partir de 10 ans – 20 minutes – 3 à 12 joueurs

Après le naufrage de votre bateau, votre groupe de survivants se retrouve sur une île déserte où l'eau et la nourriture se font rares. Seule solution pour échapper à ce cauchemar : construire ensemble un grand radeau pour embarquer les survivants, mais le temps presse car un ouragan pointe à l'horizon...Faites équipe pour survivre mais soyez prêt à sacrifier vos camarades en cas de pénurie. Un jeu presque coopératif où vous devrez être aussi fourbe que diplomate pour vous garantir une place pour le voyage retour !!



AMBIANCE

FAMILLE



AKROPOLIS

A partir de 8 ans – 25 minutes – 2 à 4 joueurs

Au cœur de l'antique Méditerranée, des cités rivales cherchent à s'attirer richesse et gloire. Les plus talentueux architectes de la Grèce antique s'attellent à la tâche. Habitations, temples, marchés, jardins, casernes... Autant de quartiers qui permettront à votre ville de croître et se démarquer. Mais vos constructions doivent respecter une certaine harmonie et des règles bien précises pour espérer voir grimper le prestige de votre cité.

COMPLICES

A partir de 10 ans – 20 minutes – 2 joueurs

Voileurs en quête de butin, vous devez attraper un maximum de pièces de monnaie sans toucher aux lasers de sécurité. Mais chacun de vous a des lunettes à filtre coloré qui l'empêchent de voir une couleur de laser. Il vous faudra donc communiquer au mieux avec votre complice !



JEU À DEUX

ENFANT



HANSEL ET GRETEL

A partir de 6 ans – 20 minutes – 2 à 4 joueurs

Aidez les 2 héros Hansel et Gretel, du célèbre conte des Frères Grimm, à obtenir cinq délicieux pains d'épice sans se faire attraper par la méchante sorcière ! Tour à tour, les joueurs ajoutent une tuile friandise sur la table. Dès qu'une friandise est complète, un jeton Pain d'épice est gagné. À la fin du tour de table, chaque personnage doit être déplacé selon le nombre de points présents sur le pourtour de l'ensemble de tuiles : Hansel avance d'autant de cases que de points verts, pour Gretel, on compte les points rouges et, pour la sorcière, les violets. Les joueurs gagnent tous ensemble dès qu'ils obtiennent 5 biscuits de pain d'épice. Mais ils perdent si la sorcière se retrouve sur la même case qu'un des enfants !

EVERDELL

A partir de 12 ans – 2h – 1 à 4 joueurs

Développez le village avant l'arrivée de l'hiver ! En tant que leader du village, vous aurez la lourde tâche de faire tout le nécessaire pour que la vie des habitants soit assurée pendant la saison hivernale. Au cours de la partie, les joueurs joueront à tour de rôle. À leur tour, les joueurs devront effectuer une action parmi les trois suivantes :

- Placer un ouvrier, jouer une carte, action Saison

Everdell est un jeu de placement d'ouvriers, facile à apprendre, offrant une grande profondeur stratégique et une rejouabilité sans fin.



EXPERT

MISE EN HIVERNAGE DE VOTRE PISCINE, L'EAU-THENTIQUE PISCINE VOUS ACCOMPAGNE !



VILLENEUVE

Ça y est l'été est terminé et la saison des baignades touche à sa fin. Il va maintenant falloir penser à mettre votre piscine en hivernage et préparer la saison prochaine. L'Eau-thentique Piscine, vous accompagne et vous conseille ! Prenez vite contact avec lui.

L'HIVERNAGE : ÉTAPE IMPORTANTE

Malheureusement pour celles et ceux qui possèdent une piscine, la saison de la baignade est terminée. Vient maintenant le temps de la mise en hivernage du bassin pour préparer au mieux la saison suivante. On parle de mise en hivernage de piscine lorsque la température de l'eau avoisine les 16 degrés, c'est-à-dire que l'on peut arrêter de traiter et de filtrer l'eau. Il faut savoir qu'en dessous de 16 degrés les algues ne prolifèrent plus. Savez-vous qu'il existe deux types d'hivernage : l'hivernage passif et l'hivernage actif ?

En cas d'hivernage passif, on coupe la pompe de filtration (ce qui permet une économie d'énergie), on met un produit d'hivernage et l'on bâche la piscine.

Si vous optez pour un hivernage actif, vous allez continuer à filtrer, nettoyer le bassin tout en mettant un produit d'hivernage. Cette technique va permettre de maintenir un bon équilibre de l'eau, et éviter un nettoyage fastidieux quand le moment de la prochaine baignade sera de circonstance.

Nicolas, le spécialiste de la piscine vous accompagne pour cette période d'hivernage. Il saura vous conseiller sur la meilleure solution et les bons produits. Vous ne le savez peut-être pas mais les produits conseillés par les professionnels sont plus efficaces, car plus concentrés en agents actifs.

HIVERNER SA PISCINE AU BON MOMENT AVEC LES CONSEILS DE L'EAU-THENTIQUE PISCINE !

VÉRIFIER LES INSTALLATIONS

La période d'hivernage est le moment idéal pour faire appel à l'Eau-Thentique Piscine pour faire vérifier votre installation. Nicolas s'occupe de tout, de **changer le sable du filtre** si besoin, puisqu'il est **conseillé de le changer tous les 5 ans**. Vous pouvez aussi faire remplacer le sable par des billes de verre, qui elles se changent tous les 10 ans.

On pense aussi à faire l'entretien de son robot nettoyeur pour ne pas avoir de surprise, si vous souhaitez changer de couverture pour votre piscine, Nicolas saura vous guider.

Et si vous avez une piscine avec un liner, peut-être faudra-t-il penser à le changer ?

Bref, on fait appel à un professionnel comme Nicolas pour le «check-up» complet de sa piscine et de ses installations. Et pour anticiper sur la saison à venir, vous pouvez aussi lui confier la remise en service de votre bassin.

ET POURQUOI PAS UN SPA ?

A moins d'avoir un bassin chauffé par une pompe à chaleur, **vous pouvez toujours envisager d'investir dans un spa pour l'hiver.** C'est également agréable l'été !

L'Eau-Thentique Piscine vous propose aussi à la vente une gamme de spas allant du standard, jusqu'au plus haut de gamme !

Et comme pour la piscine, Nicolas vous accompagne de la pose à l'entretien...



L'eau-thentique
PISCINE

**Rénovation . Maintenance
Vente d'accessoires**

Nicolas SORI-BRUNEAU

Tél. 06 46 35 99 04 – leauthentique.piscine@gmail.com

11 lot des Vignes - 04180 VILLENEUVE



Hivernage de la piscine,
c'est le moment !



Des cuisinistes pas comme les autres

361 Avenue des Près Combaux, 04100 Manosque

SoCoo'c MANOSQUE : VOTRE PROJET CUISINE VA SE CONCRÉTISER !

HABITAT / MAISON / DÉCO

MANOSQUE



SoCoo'c : MANOSQUE

Avec son enseigne aux couleurs acidulées, dès que vous pousserez les portes, c'est une équipe dynamique qui vous accueillera pour concocter avec vous votre projet de cuisine. **Aurélié, Olivier, Thibaut, Romain sont là pour vous conseiller, vous aiguiller et trouver les meilleures solutions** pour la cuisine de vos rêves, mais **toujours en respectant votre budget, vos envies et les contraintes techniques.**

Ce ne sont pas moins de 12 cuisines qui sont installées dans le magasin avec chacune des styles différents : industriel, style campagne, moderne, avec de multiples possibilités de couleurs, de matières, d'agencements....

MON PROJET CUISINE

Que ce soit pour une première cuisine, une rénovation ou un investissement, **l'équipe de Manosque sera à votre écoute en fonction de vos priorités**, pour construire votre projet avec vous, **en étroite collaboration, et toujours avec beaucoup de bienveillance.** Ecoute, transparence et qualité sont de rigueur !

Vous allez pouvoir choisir le style de votre future cuisine avec un choix de **22 coloris de caisson**, de **30 modèles de plan de travail**, et de **60 modèles de façades** : mat, brillant, effet bois, sans poignée, effet matière, que votre cuisine soit en L, en U, en îlot tout est possible !

Chez SoCoo'c MANOSQUE c'est simple, que ce soit avec Aurélié, Olivier, Thibaut ou Romain, en un rendez-vous, **vous CO'conectez votre futur cuisine grâce à l'outil E-découverte, vous CO'concevez votre plan** avec votre kitchener préféré. Une **fourchette de prix en fonction de vos besoins, de vos envies et de vos attentes vous sera aussi donné.** Vous aurez alors tous les ingrédients en mains : **offre chiffrée détaillée, votre vue 3D, et délai pour mettre au chaud votre projet !!**

Petit plus, pendant que vous concevez votre projet, vos bambins pourront s'occuper dans l'espace qui leur est réservé !



ET POUR LA POSE ?

Félicitations, votre projet est ficelé, c'est donc le moment des métrés. Rassurez-vous, vous n'aurez pas à prendre le mètre et à mesurer, puisque c'est le poseur lui-même qui viendra prendre les côtes pour une cuisine sur mesure. De cette manière, il peut anticiper les contraintes, et il n'y aura donc pas de mauvaises surprises ! Autre aspect non négligeable, **un plan technique de votre cuisine vous sera fourni pour que vous puissiez anticiper les poses des prises, des arrivées d'eau etc...** En ce qui concerne la pose de votre cuisine, 2 choix s'offrent à vous : un professionnel vient chez vous et effectue la pose ou alors, comme chez SoCoo'c les meubles sont montés d'usine, vous pourrez la poser vous-même. Pour cette deuxième option, il faudra juste vous munir des bons outils et suivre la recette avec les tutos en ligne !



Des cuisinistes pas comme les autres



SoCoo'c : ENSEIGNE ENGAGÉE !

A un moment ou à un autre vous avez forcément entendu parler de cette enseigne de cuisinistes qui compte 186 magasins dans toute la France. Cette marque 100 % Française fabrique et monte tous les meubles au cœur de son usine située en Haute-Savoie.

La marque SoCoo'c est fière d'arborez des labels tels que le Label NF Environnement, le Label NF Ameublement; tous les bois utilisés proviennent des filières PEFC.

D'autre part, pour la marque il n'y a pas de compromis possible : 1 arbre coupé, c'est un arbre planté. **N'oublions pas de souligner que l'usine est 100% autonome !**

Engagée sur le plan écologique, la marque joue aussi la carte de la transparence. En effet, dans tous les magasins de la marque et à Manosque aussi, **on vous expliquera clairement de quoi se compose le prix de votre cuisine.** D'autre part, la transparence est aussi de mise dans l'affichage des prix, puisqu'un devis détaillé vous est remis à la fin de chaque rendez-vous Bref, vous l'aurez compris la transparence est le mot d'ordre de SoCoo'c Manosque.

C'est le moment de profiter de l'expertise de votre équipe SoCoo'c et de bénéficier d'avantages !



**En ce moment
150€ OFFERTS par tranche
de 1000€ sur les meubles**

(Ex. pour une cuisine d'une valeur de 4000€ = 600€ offerts)



Aurélié



Olivier



Thibaut



Romain

SoCoo'c Manosque

361 Av. des Près Combaux, 04100 Manosque

Tél. 04 65 69 00 80

Ouvert du lundi au samedi
de 10h à 12h et de 14h à 19h

magasin@manosque.socoooc.com

<https://www.socoooc.com>

COMME À LA MAISON : L'AMEUBLEMENT TENDANCE À MANOSQUE !



MANOSQUE

COMME À LA MAISON !

«Comme à la Maison » est la nouvelle enseigne qui vient d'ouvrir ses portes dans la zone d'activité St Joseph à Manosque. Forts de leur expérience, **Chrystelle et Lucas ont décidé de lancer leur propre enseigne d'ameublement.** Ils ne sont pas novices en la matière puisque c'est leur cœur de métier à tous les deux. **On peut donc dire que les meubles : ils connaissent et de fait ils seront de bons conseils pour vous orienter et vous aider dans vos choix.** Épaulez par leurs décorateurs ils n'hésiteront pas à vous guider pour choisir les meubles qui vous correspondent.



Pourquoi « Comme à la Maison » ? **Et bien tout simplement parce que l'agencement du magasin est conçu... comme à la maison** pour que les clients et l'équipe se sentent comme chez eux, en toute simplicité. Chaque espace est agencé avec goût et harmonie : vous pourrez trouver par exemple un univers avec un style moderne, industriel, ou plus classique...

Tout est mis en œuvre pour que vous puissiez vous projeter « comme à la maison», et choisir tel ou tel meuble qui correspondra à l'ambiance que vous avez déjà créée chez vous, ou que vous allez créer de toutes pièces. Tout est fait pour que chez eux, on se sente : Comme à la Maison !

QUELS TYPES DE MEUBLES ?

Dans votre nouvelle enseigne «Comme à la Maison» vous allez pouvoir trouver **une large offre de meubles personnalisables selon vos souhaits.**



DES MEUBLES TENDANCE, ET DESIGN POUR UN INTÉRIEUR À VOTRE IMAGE !

Si vous êtes à la recherche d'une **salle à manger complète ou uniquement d'un buffet, d'une table, des chaises,** l'équipe saura vous trouver le produit adapté qui sublimerait votre intérieur et comblerait vos envies.

Les salons ont aussi toute leur place dans le magasin. Là encore, c'est un large panel de canapés design, d'angle, trois places tout aussi confortables les uns que les autres qui s'offrent à vous. **Et bien entendu, il y a de multiples possibilités de composition, les seules contraintes seront vos envies et les dimensions.** Vous pourrez également choisir une table basse qui s'adaptera à votre ambiance : bois massif, table basse à plateau céramique, table design... vous aurez une nouvelle fois l'embarras du choix.

Besoin de changer votre matelas ?

«Comme à la Maison» a aussi la solution pour que **vous puissiez enfin passer une bonne nuit réparatrice sur un matelas adapté à votre morphologie.** Vous pourrez aussi trouver en boutique des sommiers et lits personnalisables et tout cela bien entendu selon vos goûts.

Une fois l'été passé on a souvent des envies de changements de meubles, allez savoir pourquoi ! Quoi qu'il en soit un nouvel espace dédié à l'ameublement vient d'ouvrir ses portes à Manosque. C'est le moment de vous y rendre et vous verrez, vous vous y sentirez... Comme à la Maison !

Enfin pour embellir votre cocon, **les dernières tendances en matière de déco vous sont aussi proposées.** Un tableau, un tapis, des miroirs, ou encore un objet décoratif peut changer du tout au tout votre décoration d'intérieur. Vous aurez le choix parmi une sélection minutieuse faite par l'équipe !

ACCÈS FACILE !

Avec sa situation idéale dans la zone Saint Joseph, vous allez pouvoir venir en toute sérénité chez «Comme à La Maison». **En effet, avec ses deux entrées et ses deux parkings,** le magasin est facilement accessible. **C'est aussi un avantage lorsque vous repartirez avec vos achats !**



COMME À LA MAISON

ZI St Joseph - Bâtiment Actiplus

04100 Manosque

Tél. 04 92 74 56 25

contact@calm-commealamaison.fr

www.calm-commealamaison.fr

NOUVEAU à MANOSQUE

**OFFRE D'OUVERTURE
REMISE DE 15% !**

CALM
COMME A LA MAISON



OUVERTURE

Lundi 14h - 19h
Mardi au vendredi
10h-12h30 / 14h-19h
Samedi 10h-19h

**Salons • Meubles •
Convertibles •
Literie • Décoration**

**Vos projets entièrement
personnalisables**

RCLB Ameublement,
Zi St Joseph, Bâtiment ACTIPLUS
04 100 MANOSQUE - Tél 04 92 74 56 25

www.calm-commealamaison.fr

BON DE RÉDUCTION

- 15%

À valoir sur présentation
de ce coupon dans votre magasin
COMME À LA MAISON à Manosque*

Hors promos en cours, offre non-cumulable.
Voir conditions en magasin.

CLIMATISATION, POMPE À CHALEUR... : HELP SERVICES ARRIVE À MANOSQUE !



MANOSQUE

Help Services entreprise de chauffage et de climatisation déjà implantée à Pertuis, s'installe maintenant à Manosque. C'est avenue du 1^{er} Mai, Immeuble Le Meeting que l'équipe vous attend pour vos projets de climatisation ou de chauffage...

PETIT FOCUS SUR HELP SERVICES

Contrairement à ce que certains pourraient penser, Help Services n'est pas une «jeune entreprise» qui s'installe dans le paysage manosquin. En effet, **Help Services officie depuis 2005** dans le département limitrophe du Vaucluse et plus particulièrement à Pertuis où elle a déjà des locaux. L'équipe d'Help Services ayant de plus en plus de demandes dans les Alpes-de-Haute-Provence a décidé de **s'installer à Manosque pour plus de proximité avec ses clients.**

SON DOMAINE D'ACTIVITÉ

Help Services vous propose l'installation de climatisation, de pompe à chaleur, avec bien entendu l'entretien et le dépannage, ainsi que l'installation de chaudières bois à granulés.

La climatisation

Vous avez un projet de climatisation ? **Prenez vite contact avec l'équipe qui saura vous conseiller au mieux en fonction de vos besoins, des surfaces des pièces, et bien entendu de votre budget.**

Faire le choix d'opter pour une climatisation réversible vous fera faire des économies sur votre budget de chauffage. Il faut savoir qu'un climatiseur réversible a un très bon rendement, et vous permettra de remplacer vos radiateurs électriques assez énergivores.

Ce système vous apportera un rafraîchissement l'été, c'est quand même le but d'une climatisation non ?

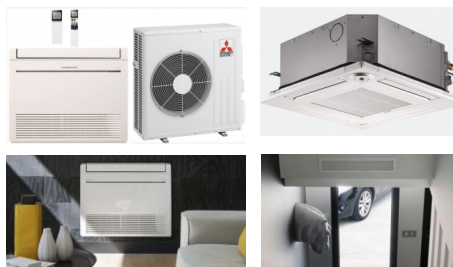
Split, console, cassette ou gainable les systèmes de climatisation sont multiples.

Les splits : Une unité «moteur» fixée en extérieur a l'avantage de nécessiter peu d'aménagement, une ou plusieurs unités sont fixées en intérieur. Si vous optez pour une climatisation dans une seule pièce alors, il vous faudra un système mono split. Si vous avez plusieurs pièces à équiper alors Help Services vous conseillera le multi-split.

Les consoles : Avec une unité compacte, ce système nécessite peu de , vous pouvez la positionner aussi bien au sol qu'au mur. Ce système vient souvent en remplacement d'un radiateur électrique sous une fenêtre

Les cassettes : Il s'agit d'une unité intérieure prévue pour être encastrée dans un plafond avec un soufflement vers le bas. Très utilisé dans les surfaces commerciales ou les bureaux, ce système ne nécessite pas de mur pour l'installation et il s'intègre parfaitement dans le faux-plafond.

Les gainables : La climatisation gainable réversible est un système avec l'unité intérieure cachée dans les combles du faux plafond. L'air chaud ou froid circule alors dans les gaines et l'air est libéré par soufflage via des grilles. C'est le système de climatisation discret par excellence.



La pompe à chaleur

Help Services remplace votre ancienne chaudière fioul ou gaz par une pompe à chaleur. Faire le choix d'une pompe à chaleur va vous faire faire des économies... Stop aux idées reçues ! Une pompe à chaleur a une faible consommation d'énergie. L'utilisation est plus que simple, il n'y a pas de rejets, ce qui est non négligeable pour l'environnement, un seul appareil répond à tous les besoins et le plus du plus : **vous pouvez bénéficier d'aides financières.** Si votre logement a plus de 2 ans et que vous faites appel à **Help Services, professionnel certifié RGE** pour la fourniture et la pose de votre pompe à chaleur air/eau en remplacement d'une chaudière à gaz, fioul ou charbon, vous allez pouvoir bénéficier de la Prime Coup de Pouce d'EDF déduite directement de votre facture.

Les ménages les plus modestes vont pouvoir bénéficier du dispositif Ma Prime Renov'. **Help Services étant partenaire économies d'énergies EDF peut vous proposer le financement de votre pompe à chaleur à taux réduit.** Contactez vite l'équipe pour une étude !

Chaudière à bois à granulés

Help Services s'entoure du meilleur dans ce dispositif à savoir **Ôkofen le numéro 1 français !** En choisissant ce système vous allez œuvrer pour la protection du climat et de la biodiversité, mais pas que ! **Les granulés de bois stockés dans la réserve prévue à cet effet vont brûler « à la demande » en fonction de la température souhaitée.** Cette réserve permet une autonomie de plusieurs jours et pour certaines d'une année entière. **La chaudière à granulés fonctionne en automatique, tout en ayant un chauffage central économique et une chaleur homogène.** D'autre part, le granulé est une énergie propre, locale, écologique et la moins coûteuse... Vous pouvez là aussi bénéficier d'aides pour ce dispositif ..

ENTRETIEN ET DÉPANNAGE

Confier l'installation de votre climatisation ou de votre système de chauffage à l'équipe de **Help Services c'est avoir l'assurance d'un suivi.** En effet, une fois la pose effectuée, vous ne serez pas livré à vous-même puisque **Help Services assure l'entretien et le dépannage en cas de souci.**

Alors convaincu ? C'est encore le moment de faire installer votre climatisation pour pallier les fortes chaleurs et penser à cet hiver avec un système de chauffage efficace !



Help Services

Zi St Joseph Immeuble Le Meeting
Av. du 1er Mai - 04100 Manosque
Tél. 04 92 79 76 50
contact@helpservices.fr
www.helpservices.fr

HELP SERVICES

Climatisation - Pompe à chaleur
DÉPANNAGE MULTI TECHNIQUES



Remplacez votre ancienne chaudière par une pompe à chaleur
ou une chaudière bois à granulés



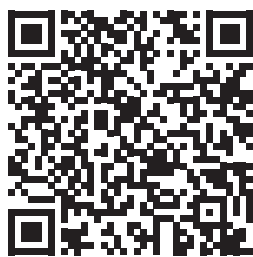
ZI St Joseph - Imm. Le Meeting - 04100 Manosque

☎ 04 92 79 76 50

✉ contact@helpservices.fr

🌐 www.helpservices.fr

Nos réalisations
à découvrir



Ils nous ont
fait confiance !

CRÉONS ENSEMBLE VOTRE MAISON GÎTE, HÔTEL

ACCOMPAGNEMENT...

Chez Interior's, nous accompagnons nos clients dans l'aménagement de leurs projets avec pour mot d'ordre : **proposer des meubles élégants, uniques et conçus pour durer.**

Grâce à notre usine et nos 40 ans d'expérience, nous fabriquons et maîtrisons plus de 40 collections.

Notre catalogue en ligne: interiors.fr



...RÉNOVATION...

Niché entre Lubéron et Verdon, nous vous présentons en avant-première le projet de rénovation « hôtel particulier la Salamandre », un futur espace exclusif à Manosque pour présenter sur 300m² les plus belles collections d'Interiors ! A découvrir, au pied de la bâtisse, une partie de l'ancien cloître des Carmes du 15^{ème} siècle.

SERVICE EXCLUSIF !

Votre magasin Interior's vous propose un **service exclusif de décoration d'intérieur sur Manosque**. Les experts de la décoration n'attendent que vous !



INTERIOR'S

«BIENVENUE - UN NOUVEAU SERVICE EN DÉCORATION D'INTÉRIEUR POUR LES PROFESSIONNELS
SUR MANOSQUE PAR NOS EXPERTS BRIGITTE, MARC, RONNY»

SHOWROOM INTERIOR'S

18 avenue Jean Giono - 04100 Manosque (centre-ville à côté de Monoprix)
Du mardi au samedi de 9h30 à 18h30 - Dimanche et lundi sur rendez-vous
Tél. 04 92 87 66 68 - interiors.manosque@gmail.com

DÉCOUVREZ
NOS VIDÉOS SUR



@INTERIORS.FR

LES CONSEILS DE NATURE & PAYSAGE POUR PRÉPARER SON JARDIN À L'ARRIVÉE DE L'AUTOMNE



LES CONSEILS DE NATURE & PAYSAGE

► Préparation du potager

Avec l'arrivée du froid, il vaut mieux **désherber correctement son potager pour que la repousse printanière soit optimale**. Pensez également à préparer votre sol et à lui apporter un amendement organique.

► Ramasser les feuilles mortes et les apporter au potager (en paillage)

À l'automne, les feuilles mortes jonchent les allées et les pelouses. **Ne les laissez pas étouffer le gazon et retirez-les régulièrement** jusqu'à ce que cette période soit terminée.

► Aérer la pelouse

Si on le fait souvent au printemps, il est également possible d'aérer la pelouse avant l'arrivée de l'hiver. Pour cela, scarifiez le gazon pour **retirer la mousse et les mauvaises herbes** qui envahissent votre gazon. **Disposez un engrais organique** sur la surface de votre gazon et **effectuez un regarnissage par semis** (disponibles en jardinerie).

► Planter les arbres à feuilles caduques

Hêtre, érable, bouleau... Tous les arbres et arbustes à feuillages caduques peuvent être plantés au mois d'octobre, avant que l'hiver survienne. Pensez également aux arbres fruitiers (disponibles en jardinerie), ils se plantent de mi-octobre à fin avril. **Le 25 novembre, jour de la Sainte Catherine, serait d'ailleurs le moment idéal.**

► Tailler les haies

N'attendez pas qu'il fasse trop froid pour tailler les haies. Cela pourrait les aggraver ! Opérez cette action à l'automne pour avoir de belles haies au printemps prochain.

PIERREVERT

BIEN PRÉPARER SON JARDIN AVANT L'HIVER : BONNE SOLUTION POUR AVOIR UN BEAU JARDIN AU PRINTEMPS !

► Pailler le sol

Le paillage effectué à l'automne est réalisé de préférence avant la tombée des gelées, et plutôt au milieu de l'automne ou en fin de saison. **C'est un atout pour préserver les plantes et les arbustes du froid de l'hiver.** Une couche épaisse de paillis permet d'isoler les plantes et les arbustes durant toute la saison. **Demandez conseils à notre pépiniériste pour trouver le paillage idéal pour vos végétaux** (disponibles en jardinerie).

“ D'après nous, il est plus judicieux de planter vos végétaux à l'automne pour leur permettre une meilleure résistance lors de la sécheresse à la belle saison. ”

► La dernière tonte avant l'hiver

On ne passe pas la tondeuse en hiver. Mais pour offrir une dernière coupe à votre gazon, procédez à la tonte ultime avant l'hiver. **Vous devez tondre avant les premières gelées et pensez à tailler l'herbe à 4 ou 5 cm de hauteur**, ce qui permettra de ramasser les feuilles étendues sur votre gazon. **Vous pouvez également apporter les déchets de coupes à votre potager.**

► Bloquer les arrivées d'eau

Avant l'arrivée de l'hiver, **pensez à fermer les arrivées d'eau du jardin** en vidageant les canalisations et apportez un isolant dans vos regards.



L'arrière-saison arrive à grands pas et l'hiver n'est pas la saison rêvée pour profiter du jardin. On en profite donc pour les préserver pour le printemps prochain. Protection, désherbage, taille... Voici comment bien préparer son jardin avant l'arrivée de l'hiver.



Lors de vos visites à la jardinerie, pensez à donner votre nom au pépiniériste au moment de votre passage en caisse pour cumuler vos points de fidélité !

Pour suivre Nature & Paysage sur Facebook et sur Instagram, c'est très simple ! Retrouvez-les sous le nom de @natureetpaysage04. À très vite !



NATURE & PAYSAGE

Quartier le Clos, 04860 Pierrevert
Tél. 04 92 72 59 70

Ouvert du lundi au samedi
de 9h00 à 12h00 et de 14h00 à 18h00

Site internet : www.natureetpaysage04.com

POUR LA 2^E ANNÉE PIERREVERT FÊTE LES VENDANGES LE 22 OCTOBRE



PIERREVERT

Pierrevert, capitale viticole des Alpes de Haute Provence fête les vendanges pour la 2^e fois. Cette deuxième édition vous invite à vous immerger dans le monde viticole au travers de visites guidées, dégustations, course à pied et animations ...

TOUT COMMENCE EN 2021

C'est l'année dernière, en 2021 que la Mairie de Pierrevert et l'Office de Tourisme Communautaire DLVAgglo, en partenariat avec l'Organisme de Défense et de Gestion des Vins des Alpes du Sud, ont décidé de créer un événement exceptionnel pour compenser l'annulation du Rosé Day. **La 1^{ère} édition de cette fête des vendanges a rencontré un franc succès.** Ce ne sont pas moins de 2000 personnes qui sont venues honorer les vendanges et un millier de verres vendus. Quand le bilan de cette 1^{er} édition est arrivé, un seul constat était possible : **reconduire et pérenniser l'événement qui initialement devait être unique !**

Avec le Rosé Day, Pierrevert compte maintenant deux grands événements viticoles qui se veulent festifs, populaires et ouverts à tous !



UNE JOURNÉE FESTIVE !

Notez donc dans votre agenda la date du samedi 22 octobre pour profiter de cette belle journée qui s'annonce sous les meilleurs auspices ! C'est dans différents lieux du village de Pierrevert que va se dérouler la journée avec un beau programme concocté pour le plus grand plaisir de tout un chacun.

Pour les plus sportifs, il faudra vous inscrire pour la **Foulée des Vendanges**. Le départ de cette course à pied, sans classement sera donné à **14h30 dans le Parc André-Turcan et marquera le lancement des festivités.**



LA VIGNE ET LE VIN MIS À L'HONNEUR LORS DE LA FÊTE DES VENDANGES

Pour les curieux qui souhaitent percer les secrets des caves, il sera possible de participer à des **visites guidées et commentées de caves telles que la cave coopérative « Petra Véridis », Domaines de Régusse et « La Blaque »**. Les papilles seront en émoi avec des dégustations de vins « bruts », qui se dérouleront dans le musée de la Vigne et du Vin, ainsi qu'avec une balade gourmande...

A partir de 18h et jusqu'à 22h, c'est dans la salle polyvalente qu'il faudra se rendre pour **une dégustation de nombreux vins de l'appellation**. Pour pouvoir déguster les précieux nectars, il faudra dans un premier temps acheter un verre (au tarif de 8€), vous pourrez à l'issue de cet investissement déguster les vins des 7 domaines présents pour l'occasion : La Cave coopérative « Petra Véridis », le Domaine de Régusse, le Domaine « La Blaque », le Domaine « Lou Roucas », la Cave « La Madeleine », le Château « Rousset » ou encore le Château-Saint-Jean-Lez-Durance. Attention, pas plus de 800 seront vendus, soit 500 en pré-vente et 300 sur place le jour même. **Il n'y en aura donc pas pour tout le monde... qu'on se le dise !**

En parallèle de la dégustation, et toujours dans la salle polyvalente, **des animations pour enfants seront proposées** (maquillage, bar à sirops, sculpture de ballons).

Le **groupe marseillais Basilic Swing** avec un style jazz manouche et musiques tziganes donnera un concert pour animer cette fin de journée.

Enfin pour combler les petites faims, vous pourrez profiter des stands de restauration (payants) installés pour l'occasion.

LE MUSÉE DE LA VIGNE ET DU VIN



Le musée de la vigne et du vin situé à Pierrevert complètement réhabilité en 2021 **permet de mettre en images, et en parfums, le travail des domaines locaux**. Venez visiter le musée qui offre un parcours enrichissant et visuellement attractif. En fin de visite le rendez-vous est donné avec Julie Pedinielli dans la zone de dégustation fort propice aux échanges, pour une découverte d'un vin blanc, de deux rosés et d'un rouge afin d'avoir un bon aperçu des atouts de l'appellation et du terroir. Une visite guidée est possible tous les samedis, sur réservation.

Le Musée de la Vigne et du Vin propose aussi une **balade commentée « De la vigne au verre » du cœur du village jusqu'à la très belle chapelle Saint-Patrice**. A l'issue de cette balade, un temps d'échange dans l'espace de dégustation du Musée est prévu. Là encore, c'est Julie Pedinielli qui vous fera découvrir le vin rosé, rouge et blanc. Vous pouvez profiter de cette balade, au départ du Musée de la Vigne et du Vin, tous les samedis, sur réservation.



FÊTE DES VENDANGES
Samedi 22 octobre 2022

Infos

Tél. 04 92 72 86 8

info@mairie-pierrevert.fr

MUSIQUES À PAULINE : VERDON MUSIK LE 9 OCTOBRE SUR LA PLACETTE À PAULINE

La saison des Musiques à Pauline se poursuit à Gréoux-les-Bains. Le dimanche 9 octobre c'est le groupe Verdon Musik qui vous entraînera de 16h à 17h30 pour un concert ouvert à tous sur la Placette à Pauline...

GRÉOUX-LES-BAINS



VERDON MUSIK

Habitué des Musiques à Pauline, le groupe Verdon Musik vous propose 1h30 de musique entraînante aux couleurs des plus grands succès de la variété internationale et du jazz.

Avec des styles variés, ce big band saura vous faire passer un bon moment de détente sur la très connue Placette à Pauline. C'est toujours avec grand plaisir qu'il est attendu et ovationné par des spectateurs toujours plus nombreux !

Si vous ne le connaissez pas, c'est l'occasion de venir le découvrir en famille ou entre amis....



Musiques à Pauline - Dimanche 9 octobre 2022 - 16h - 17h30
Placette à Pauline - Gréoux-les-Bains
En cas de mauvais temps annoncé, le concert sera reporté.

Avant de basculer complètement dans la période automnale, l'association Collection Vente Echange du 04 vous invite à venir faire un tour à la brocante et au marché des artisans créateurs sur la place de la Mairie à Pierrevert.

BROCANTE ET ARTISANS CRÉATEURS SONT À L'HONNEUR À PIERREVERT LE 30 OCTOBRE

PIERREVERT



DIMANCHE 30 OCTOBRE

L'association Collection Vente du 04 n'est pas à son coup d'essai quant à l'organisation de manifestations. En effet **cela fait maintenant plusieurs années que les membres très actifs organisent des brocantes, des marchés d'artisanat-créateur ou encore des shows d'artistes, avec notamment La Nuit des Sosies à Manosque.**

Pour ce début d'automne, **c'est le dimanche 30 octobre qu'il faut noter dans son agenda pour ne pas manquer la brocante qui se tiendra sur la place de la Mairie. Mais attention ce n'est pas qu'une brocante !**



En effet, pour la première fois, vous pourrez aussi profiter du **1^{er} marché d'artisans-créateurs pour découvrir des pépites !** Ce sera aussi l'occasion de dénicher, avec certes un peu d'avance, des cadeaux de Noël uniques !

C'est donc toute la journée du dimanche 30 octobre, **sur la place de la Mairie à partir de 8h30** que cette belle journée placée sous le signe de la convivialité va se dérouler. N'hésitez pas à faire passer le mot !



Brocante et Marché des Artisans Créateurs
Dimanche 30 octobre 2022 - Pierrevert
Dès 8h30

Réservation obligatoire pour un stand
06 27 64 31 72 ou 06 42 93 96 48

NovaMac SPÉCIALISTE APPLE À MANOSQUE...



Pour les aficionados de la marque à la pomme, NovaMac va vous en faire voir de toutes les couleurs ! Pour trouver le matériel idéal, c'est l'adresse à ne pas rater. Ne perdons pas de vue que NovaMac vous propose tout au long de l'année des services tels que la réparation l'assistance, la maintenance ou encore la formation sur les produits Apple.



MANOSQUE

Installé à Manosque au 3 boulevard Casimir Pelloutier, depuis plus de 8 ans, NovaMac, est spécialisé dans l'assistance, la formation, la vente, l'installation, la maintenance, le dépannage et la réparation de produits Apple. En effet, grâce à une expérience de plus de 35 ans en informatique et une connaissance parfaite des appareils Apple acquise au fil des années, Yves-Hervé Dujardin pourra vous apporter toutes les réponses aux questions que vous vous posez sur les produits Apple tant réputés !



TOUTES LES NOUVEAUTÉS APPLE !

La boutique NovaMac propose à la vente : ordinateur (Mac mini, MacBook Air, MacBook Pro, iMac, Mac Pro, Mac Studio...), iPhone, iPad, Apple Watch, Apple TV et autres produits de la marque.

Régulièrement NovaMac vous propose les dernières nouveautés et versions de vos appareils favoris.

Dernière nouveauté en date, les **MacBook Air et Pro avec puce M2** (processeur le plus puissant existant sur le marché public). Vous trouverez aussi le nouvel **lpad Air avec puce M1**.

Et si vous voulez vous équiper du dernier smartphone de la gamme Apple, vous avez le choix entre **les très puissants iPhone 14, 14 Ultra, 14 Pro** ou encore **iPhone 14 Pro Max** (tous capables de détecter les accidents et d'appeler les secours, entres autres) vous les trouverez également en boutique.

Sans oublier l'iPhone SE, appareil avec un très bon rapport qualité prix, qui possède la 5G, et qui saura vous satisfaire.

LES DERNIÈRES NOUVEAUTÉS APPLE SONT CHEZ NovaMac À MANOSQUE !

Et toujours disponible chez NovaMac, le **Mac Studio l'ordinateur de bureau nouvelle génération**. Très compact avec une connectivité multiple, vous aurez tout ce qu'il vous faut pour transformer n'importe quel espace en véritable studio de création. **Avec des puces M1 Max ou M1 Ultra, le Mac Studio se révèle être extrêmement puissant et compact.**

Découvrez vite en boutique la nouvelle gamme **Apple Watch**, il y en a pour tous les styles et tous les goûts. Pour celles et ceux qui aiment avoir les mains libres, c'est le moment de vous procurer les derniers **AirPods Pro** pour un son encore plus riche ! Toute l'année, la boutique vous propose **des appareils Apple neufs ou reconditionnés, qui ont été contrôlés, mis à jour et qui sont tous sous garantie.**

Les derniers produits d'Apple sont bien entendu disponibles à la boutique ou à la commande. Sachez également qu'en fonction de vos besoins, **il vous sera possible de demander des facilités de paiements en plusieurs fois.** Ceci se traite au cas par cas afin de répondre aux besoins de chacun et de manière adaptée.

NovaMac RÉPARE VOS ORDINATEURS APPLE

Les appareils Apple sont des produits haut de gamme qui nécessitent une parfaite connaissance de leur fonctionnement et de leurs composants pour pouvoir les réparer au mieux. Aussi vous vous êtes sûrement demandé à quel endroit emmener votre matériel afin qu'il bénéficie une réparation ou des modifications optimales. C'est pour cela que **NovaMac s'est spécialisé exclusivement sur la marque Apple** afin que votre appareil préféré soit réparé ou upgradé dans les règles de l'art. Notons que **NovaMac ne travaille qu'avec les pièces d'origine de la marque et uniquement de la marque.** Chez NovaMac pas de mauvaise surprise, une fois de retour dans vos mains, votre matériel fonctionnera comme il se doit.

Que vous ayez un iPhone, un iPad, un Mac, ou une Apple Watch...

NovaMac est en mesure de répondre à toutes vos demandes concernant votre matériel Apple, quelle que soit l'année de votre modèle, **tout en conservant la garantie constructeur.** Que vous soyez un particulier ou une entreprise **NovaMac sera en mesure d'intervenir à distance ainsi qu'en déplacement** sur Manosque, Aix-en-Provence ou encore Avignon sur de nombreux points tels que :

- **Recherche de pannes,**
- **Réparations simples ou complexes** comme une vitre cassée d'iPad, un changement de bouton Home, un remplacement d'écran d'iPhone ou de carte vidéo d'iMac, de carte mère de Mac, etc...
- **Remplacement de disque dur, récupération de vos données ...**
- **Maintenance et mise à jour de votre Mac.**

Quel que soit le problème sur votre matériel Apple, contactez au plus vite NovaMac, qui vous proposera la solution la plus adaptée

ASSISTANCE ET FORMATION

Vous avez besoin d'aide pour utiliser votre nouveau Mac ? Vous souhaitez quitter le monde du PC et vous former à l'utilisation d'un Mac et de son univers ? Quoi de mieux que de se faire accompagner pour cette nouvelle aventure qui commence avec les produits de la marque Apple. Passionnée depuis toujours, **l'équipe NovaMac propose régulièrement des ateliers au magasin ou sur site**, pour vous former aux appareils Apple et des assistances adaptées et sur-mesure par rapport à votre besoin.



NovaMac

3 boulevard Casimir Pelloutier
04100 Manosque

Tél. 04 30 30 33 75 - contact@novamac.fr
www.novamac.eu

Du mardi au vendredi de 9h-12h / 14h-19h
Le samedi 9h-12h / 14h-17h



Nova Mac Manosque

FÊTE DE L'AMANDE : 15^{ÈME} ÉDITION LE DIMANCHE 9 OCTOBRE À ORAISON

Par tradition, la Ville d'Oraison met l'amande à l'honneur le deuxième dimanche d'octobre. Cette année, la Fête de l'Amande soufflera ses 15 bougies 9 octobre. Une belle journée vous attend pour découvrir l'amande, fruit à coque très convoité dans notre département !



ORAISON



DIMANCHE 9 OCTOBRE 2022
AVEC LE PARRAINAGE DE RENAUD MUSÉLIER
Président de la Région Sud



ORAISON

Tout au long de la journée, de multiples animations vous seront proposées. **Les plus jeunes et les moins jeunes pourront s'amuser grâce aux jeux en bois de LudoBrousse.**

Un atelier maquillage, magicien, sculpture de ballon, modelage en pâte d'amande et quads électriques raviront les plus petits.

Pour l'occasion, **Les Fileuses d'Oraison, en costume traditionnel provençal, vous feront découvrir les gestes ancestraux du cassage des amandes au fer ou à la pierre.** Le fruit de leur travail vous sera offert ! Un cassoir d'époque toujours en fonctionnement sera en place au cœur de la fête.



Comme tous les automnes, la filière de l'amande est mise à l'honneur à Oraison. Producteurs, transformateurs et consommateurs sont accueillis le temps d'une journée festive, pour **célébrer ce fruit à coque gourmand, avec des vertus nutritives et gustatives, qui ne sont plus à prouver.**

L'association, « La Fête de l'Amande », n'a œuvré depuis 15 ans pour redonner à la Provence la place qu'elle mérite dans la production d'amande.

Le rendez-vous est donc donné dès 9h le dimanche 9 octobre au cœur de la Ville d'Oraison pour la 15^e édition de la Fête de l'Amande.

JOURNÉE CONVIVIALE ET FESTIVE !

Pour l'occasion, Oraison rend piéton son cœur de ville pour vous faire **redécouvrir le plaisir de marcher, de flâner et de profiter de tous les espaces de la fête.** C'est le jour idéal pour percer toutes les facettes de ce petit fruit à coque, au travers d'ateliers culinaires par les Disciples d'Escoffier, stands pédagogiques ou expositions.

Cette année **Renaud Muselier, Président de la Région Provence-Alpes-Côte d'Azur, parrain de cette 15^e édition, inaugurer la Fête de l'Amande à 14h, sur la place du Kiosque.**

Perl'Amande vous ouvrira ses portes pour des visites de son usine implantée à Oraison depuis 1964. Attention, il est nécessaire de vous inscrire auprès de l'Office de Tourisme, sur l'un des 4 créneaux : 9h30, 11h, 14h ou 15h30.

La Confiserie Doucet vous réserve aussi un atelier «turbine enrobage de chocolat», à l'extérieur de son usine, pour **percer les secrets de fabrication des douceurs** tant appréciées des gourmands.

Et ce n'est pas tout ! La journée sera non seulement gustative, mais aussi culturelle : plusieurs expositions sont prévues sur la place du Kiosque et dans les Salles du Château. Ainsi l'association a mis en place l'exposition sur **la relance de la pistache**, les Archives Départementales nous présenteront des **documents sur la transhumance** et les Fileuses d'Oraison ont travaillé cette année sur **les vêtements matelassés de nos ancêtres.**

Un atelier BD avec Olivier Bauza sera proposé par la Médiathèque dans les salles du Château entre 10h et midi (sur réservation au 04 92 78 72 82)

Les jeunes créateurs des Accueils de Loisirs et du CMJ de la Ville d'Oraison, ont travaillé sur diverses **créations autour de l'amande.**

Un espace restauration et une cuisine de rue, ainsi que les nombreux bars et restaurants de la ville vous régaleront de mets autour de l'amande.

Un grand concours de gâteau à l'amande est aussi organisé pour l'occasion !

En milieu d'après-midi, à 15h00 sur la place du Kiosque, le groupe **SOURDURE** assurera l'animation aux sons d'une musique occitane.

LA SAVIEZ-VOUS ?

Jusqu'au 19^e siècle, **Oraison accueillait le plus grand centre de cassage et de négoce de France** qui fournissait tous les dragistes et nougatiers de l'hexagone. **A l'époque on comptait 7 cassoirs et les amandes étaient cassées à la main avec le fer, petite barre carrée en acier strié à l'extrémité ou avec les galets de la Durance...**



Aujourd'hui, les industries agroalimentaires oraisonnaises font vivre une centaine de personnes et au fil du temps, c'est une réputation internationale qui s'est forgée. **Les confiseries Doucet ou Perl'Amande, acteurs majeurs, contribuent à relancer la filière de l'amande, qui continue son expansion.**



FÊTE DE L'AMANDE

Dimanche 9 octobre 2022 - Dès 9H

Infos et réservations visite

Bureau Office de Tourisme 04 92 78 60 80

Contact : fetedelamande@gmail.com

CASINO

GRÉOUX | LES BAINS

**TOUTE L'ANNÉE,
VIVEZ UNE EXPÉRIENCE
DE JEU UNIQUE !**



- 60 machines à sous
- 13 postes de roulette anglaise électronique et black jack électronique
- Des tables de jeux traditionnels

Espace de jeu ouvert tous les jours de 10h à 1h en semaine et jusqu'à 2h les vendredis, samedis et veilles de jour férié.

Le Bistrot est ouvert du mercredi au dimanche de 12h à 14h et de 19h à 22h.

Jouer comporte des risques : endettement, dépendance... Appelez le 09 74 75 13 13 (Appel non surtaxé)





DONNEZ UNE CHANCE À L'IMPRÉVU !



CASINO
GRÉOUX | LES BAINS



10€ OFFERTS*

*** Présentez ce coupon en caisse, valable 1 seule fois par personne sur la durée de l'opération et exclusivement au Casino Gréoux. Offre valable jusqu'au 31 octobre 2022.**

Jetons immatériels, remis sous forme de tickets promotionnels, non échangeables, non remboursables, non négociables, valables sur les machines à sous compatibles et 21 jours à compter de leur remise.

18+

LES FORMATIONS COURTES À ADF C'EST QUOI ?



MANOSQUE

Salariés et demandeurs d'emploi, formez-vous pour l'acquisition de compétences sur un format court. Le centre de formation ADF à Manosque, propose des formations de courte durée. Retrouvez le planning de ces dernières sur la page ci-contre

LES FORMATIONS COURTES CHEZ ADF

Vous êtes salarié ? Demandeur d'emploi ? Vous n'avez pas beaucoup de temps pour vous former ? Vous ne souhaitez pas suivre un cursus diplômant qui est trop chronophage ?

ADF met à disposition un ensemble de formations « courtes » dans différents domaines : bureautique, comptabilité, Infographie, web et réseaux sociaux, langues, management et communication, développement personnel.

A titre d'exemple, les formations courtes en bureautique sont ouvertes à tous les niveaux du grand débutant au confirmé. Elles peuvent être réalisées sur différentes modalités. Ainsi, vous pouvez suivre des cours en collectif à ADF, mais aussi en individuel. Pour les entreprises, nous pouvons mettre en place des sessions « privées » en intra pour les salariés d'une même entreprise soit à ADF soit directement au sein de votre structure.

« Nous proposons aussi des cycles courts en gestion d'entreprise permettant à des créateurs d'entreprise d'acquérir de solides bases pour la gestion de leur exploitation.

En infographie, nous proposons des formations sur les logiciels de la suite Adobe (Photoshop, Indesign, Illustrator), sous format de 3 jours pour un cycle initiation et 3 jours pour un cycle perfectionnement. Ainsi, en 6 jours de formation et avec de la pratique vous allez acquérir de très bonnes bases pour l'utilisation d'un des logiciels de la suite Adobe.

En ce qui concerne la création d'un site internet et l'usage professionnel des réseaux sociaux, nous proposons un ensemble de formations vous permettant de créer votre site web en 3 jours et d'apprendre à mieux connaître et utiliser de façon optimale les réseaux sociaux.



LES FORMATIONS COURTES : GESTION DES ENTREPRISES INFOGRAPHIE, PNL, MANAGEMENT CRÉATION DE SITE INTERNET

Grâce à nos formations en développement personnel, vous pourrez travailler sur votre communication grâce à la PNL (Programation Neuro Linguistique), mais aussi sur la gestion du stress ou encore la confiance en soi et l'estime de soi.

« Quoi de plus important que de prendre soin de soi, pour mieux prendre soin de ceux qui vous entourent ! » commente Michel Pucheu – directeur d'ADF.

De même, sur les formations en management, nous vous proposons des cycles de 2 fois 2 jours pour développer vos compétences sur la communication, le rôle du manager, travailler sur la motivation des collaborateurs, accompagner ses collaborateurs grâce à des outils de management, travailler sur sa gestion du temps et de mieux définir les priorités. Cette formation est disponible en collectif ou en intra pour les entreprises.»

ACCOMPAGNEMENT DES ENTREPRISES

Pour aller plus loin, ADF accompagne les entreprises du territoire sur l'innovation managériale.

Rendre le management plus responsable, plus autonome, plus agile. Lors de ces accompagnements sur plusieurs journées « nous travaillons avec le dirigeant, les managers, pour la mise en place d'une politique managériale commune et individuelle à travers des séances de coaching. »

C'est cette approche de mixité en formation et coaching qui fait la force du processus d'accompagnement des entreprises vers un management plus agile et plus adapté à la nouvelle génération de salariés. Rentrer dans ces processus de transformation c'est travailler sur l'avenir de votre entreprise, pour la rendre adaptable et adaptée aux défis de demain.



ADF

22, Rue des Entrepreneurs ZI St Joseph
04100 Manosque
Tél. 04 92 72 82 82
accueil@adfformation.fr

Vous pouvez consulter tous les programmes des formations courtes sur le site internet

www.adfformation.fr

VENEZ VITE DÉCOUVRIR NOS FORMATIONS COURTES !

ADAPTÉES ET SUR MESURE...



+ Chaque module de formation peut être suivi individuellement et ou en entreprise. Nous étudions tous vos projets de formations.

CALENDRIER DES FORMATIONS

2022

- Photoshop Perfectionnement
17, 18 & 20 octobre | 21 heures
- Réseaux sociaux
à usage professionnel
7, 22 nov. & 6 décembre | 21 heures
- Illustrator Initiation
14, 15 & 17 novembre | 21 heures
- Illustrator Perfectionnement
21, 22 & 25 novembre | 21 heures
- Management (Parcours 1)
4 & 11 octobre | 14 heures

- Management (Parcours 2)
24 novembre & 1 décembre | 14 heures
- Gestion du stress
8 & 15 novembre | 14 heures

2023

- Management (Parcours 1)
7 & 14 mars | 14 heures
- Management (Parcours 2)
21 & 27 mars | 14 heures
- Réseaux sociaux
à usage professionnel
20 mars, 3 & 4 avril | 21 heures



22, Rue des Entrepreneurs
ZI St Joseph
04100 Manosque
Tél : 04 92 72 82 82
www.adfformation.fr
accueil@adfformation.fr

adfformation.fr



AVANTAGES DU SALARIÉ EN FORMATION

• Maintien de la rémunération



Durant la formation, le salarié continue à être rémunéré et conserve sa protection sociale habituelle (sauf si le CPF est effectué hors temps de travail)

- Coût de la **formation prise en charge**
- Formation pendant le **temps de travail**

Qualiopi
processus certifié

■ RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante :
ACTIONS DE FORMATION - ACTIONS DE FORMATION PAR APPRENTISSAGE



LA CCIT 04 VOTRE PARTENAIRE POUR LE DÉVELOPPEMENT DE VOS COMPÉTENCES !



À l'écoute des besoins de son territoire en matière de développement des compétences, la Chambre de commerce et d'industrie territoriale des Alpes-de-Haute-Provence s'appuie sur son expertise de terrain **pour développer son offre de formation** à travers ses **3 pôles** : **Sup'Alternance Provence**, **Éco-Campus Provence Formation**, IFE04 et son **Centre d'Étude de Langues**.

SUP'ALTERNANCE PROVENCE : DES FORMATIONS TERTIAIRES, EN ALTERNANCE, DE BTS À BAC+3

Avec **9 parcours diplômants** et **15 années d'expérience**, **Sup'Alternance Provence** a formé plus de **1000 jeunes** par la voie de l'**alternance sur les métiers utiles au territoire**. Son offre de formation vous permet d'accéder aux métiers du commerce, de l'organisation en entreprise, du tourisme, de l'hôtellerie-restauration ou encore de la banque & assurance. Fort de son lien avec le monde de l'entreprise, les enseignements sont animés par des spécialistes de la pédagogie et de l'entreprise, offrant aux alternants toutes les clés pour devenir acteurs de leur réussite.

• Les formations Bachelor – Bac+3 :

- Chargé de clientèle particuliers et professionnels en banque et assurance
- Responsable développement commercial
- Responsable de distribution omnicanale
- Responsable d'un centre de profit en tourisme hôtellerie-restauration

Public : Titulaire d'un Bac+2, dans un cursus en lien avec la formation



• Les formations BTS – Bac+2 :

- Support à l'action managériale
- Tourisme
- Management commercial opérationnel
- Management hôtellerie-restauration
- Négociation et digitalisation de la relation client

Public : Titulaire du Baccalauréat

« J'ai choisi l'alternance pour mettre en pratique la théorie avec une expérience directe sur le terrain. Dès l'obtention de mon diplôme, je peux être embauchée dans mon entreprise actuelle ou ailleurs. »

Marion, étudiante en Bachelor RDO
Responsable de Distribution Omnicanale

Des emplois vous attendent,
il est encore possible de vous inscrire :



Sup'Alternance Provence

55 avenue du 1er Mai 04100 Manosque

www.supalternanceprovence.fr

04 92 70 75 38

accueil@supalternanceprovence.fr

ÉCO-CAMPUS PROVENCE FORMATION : LES MÉTIERS DE L'ÉNERGIE ET DE LA CHIMIE VOUS ATTENDENT

Devenez un professionnel en chimie, ou en maîtrise de l'énergie, grâce à des parcours diplômants et à des formations professionnelles jusqu'à Licence — Bac+3. L'Éco-Campus Provence est un campus moderne, unique en région PACA, équipé de plateaux techniques dédiés à la transition écologique et aux énergies renouvelables..

• Zoom sur les formations à venir :

-Certificat de qualification professionnelle Opérateur de fabrication des industries chimiques

Public : En reconversion, pas de diplôme requis. Formation en apprentissage de 6 mois.

Débouchés : Technicien de fabrication en industrie chimique et cosmétique...

Que vous soyez chef d'entreprise, salarié, commerçant, demandeur d'emploi ou étudiant, la CCIT des Alpes-de-Haute-Provence vous propose des formations et des services adaptés à vos besoins. Profitez du savoir-faire et de l'expérience de ses centres de formation.

TERRITOIRE

•Bac professionnel PCEPC - Procédés de la Chimie, de l'Eau et des Papiers Cartons option chimie

Tout public : En reconversion, pas de diplôme requis. Formation en apprentissage de 24 mois.

•Licence professionnelle MEEDD Maîtrise de l'Énergie, Électricité et Développement Durable : Parcours coordinateur technique pour l'optimisation des énergies renouvelables

Public : Titulaire d'un Bac+2 dans un cursus en lien avec les énergies. Formation en apprentissage de 12 mois.

Débouchés : Coordinateur technique, Facility Management, chargé d'affaires bureau d'étude, gestionnaire...



« Je travaille dans une station de ski du Val d'Allos où je suis chargé de l'optimisation énergétique des stations du Haut-Verdon. Que ce soit en formation théorique et pratique, je suis parfaitement dans mon élément. »

Grégoire, étudiant en
Licence Professionnelle MEEDD



Des places sont disponibles,
il est encore possible de vous inscrire :



Éco-Campus Provence Formation

445 rue Gabriel Besson

04220 Sainte-Tulle

www.ecocampusprovenceformation.fr

04 92 70 75 20 – accueil@ecpf.school



IFE 04 : LE PARTENAIRE FORMATION AU SERVICE DES ENTREPRISES

Accompagner les entreprises vers plus de compétitivité et de performance en proposant des solutions clés en main est l'une des missions de la CCIT des Alpes-de-Haute-Provence. Ainsi, le service de formation continue de la CCIT - IFE 04 – Institut de Formation des Entreprises s'appuie sur sa proximité avec le monde de l'entreprise pour répondre aux besoins en formation des dirigeants et de leurs salariés. La CCIT04 vous propose différentes thématiques parmi lesquelles : digitalisation, marketing, communication et développement personnel, management et leadership, réseaux sociaux, langues, pédagogie active, bureautique.

Avec 12 certifications CCE® reconnues au niveau national, le CCI accompagne les salariés dans la formation et la reconnaissance de leur savoir-faire ; Management d'équipe, commercial, achats, digitalisation... Il y a toujours un CCE® pour certifier vos compétences.

● La formation du moment :

Gestion de l'énergie, de l'eau et des déchets en hôtellerie

Le nouveau classement hôtelier vise à répondre aux attentes des clients en matière d'environnement.

Formez votre personnel à la gestion économe de l'énergie, de l'eau et des déchets.

Public : Tout personnel du secteur de l'hôtellerie.

Prochaines dates :

- Le 18 octobre 2022 à l'Éco-Campus Provence de Sainte-Tulle (04220)
- Le 25 octobre 2022 à la CCIT04 - Digne-les-Bains (04000)



un institut

CCI ALPES DE-HAUTE-PROVENCE

Institut de Formation des Entreprises

60 bd Gassendi

04000 Digne-les-Bains

www.digne.cci.fr

04 92 70 75 23

j.malabave@digne.cci.fr

Centre d'Étude de Langues



Centre d'Étude de Langues

60 bd Gassendi

04000 Digne-les-Bains

www.digne.cci.fr

04 92 70 75 23

j.malabave@digne.cci.fr

CEL : LE CENTRE D'ÉTUDE DE LANGUES, LE RÉSEAU N°1 DE LA FORMATION EN LANGUES VIVANTES EN FRANCE

Premier opérateur national de formation en langues étrangères pour adultes, le Centre d'Étude de Langues (CEL) de la CCIT 04 propose une offre de formation en langues. Le processus de formation est adapté au profil et à la progression de l'apprenant. Les certifications CLOE - Compétences Linguistiques Orales et Écrites - du CEL, inscrites au Répertoire Spécifique de France Compétences, sont proposées dans cinq langues et finançables par votre CPF - Compte Personnel de Formation.

Les titulaires d'une certification CLOE peuvent attester de leurs compétences à communiquer en situations courantes ou professionnelles.

Vous êtes intéressé ?

Évaluez gratuitement votre niveau en langue étrangère grâce à l'outil OSCAR : www.oscar-cel.com

UN MOIS D'OCTOBRE HAUT EN MUSIQUE À LA CAPSULE !



MANOSQUE

SAMEDI 1^{ER} OCTOBRE - De 19H à 00h

Jardin des Couquières - Gratuit

LIMS D'AULNAY - LA MARMITE

IMOJIS - ZEROKATRINA



SAMEDI 15 OCTOBRE - 21h - La Capsule

BAGARRE + ATOEM + FRED SKITTY

[Electro]

BAGARRE - Avec sa nouvelle formule, Bagarre nous invite dans son CLUB : sans limite, sans frontière, sans genre, sans scène ni fosse, et où la liberté est totale.

ATOEM - Objet musical non-identifié né d'un lointain big bang électro, le duo d'Atoem se livre depuis plusieurs mois à la création méthodique d'une techno impeccable, aux variantes froides et aux particules sonores élémentaires.

Fan de musique des 80's, **FRED SKITTY** produit des morceaux allant chercher du côté de la house pop autant que de la dark disco.

Tarifs : 10€ / 12€ - Billetterie sur yurplan.com

JEUDI 20 OCTOBRE - 19h

Petite salle Jean le Bleu

SARAI [Musique du Monde]

Baltazar Montanaro (violon baryton), Sophie Cavez, (accordéon diatonique) et Juliette Minvielle, (chant & percussions) proposent cette création à partir de textes et poèmes exclusivement féminins, s'étalant sur plusieurs siècles, à partir des fonds documentaires du CIRDOC. Ce répertoire est une invitation à questionner les différentes formes d'amour. L'amitié musicale qui lie Sophie et Baltazar depuis 2007 est un parfait écrin pour la voix sensible de Juliette.

Tarifs : 8€ / 10€ - Billetterie sur yurplan.com



LES ACTIONS CULTURELLES

Des projets sont mis en œuvre pour **favoriser l'accès à la culture pour tous** et la **découverte des musiques actuelles** à travers des actions de sensibilisation, de transmission et d'initiation.

SESSIONS D'ENREGISTREMENT STUDIO

MARDI 25 & MERCREDI 26 OCTOBRE

de 10h à 18h

Rappeur, slameur, poètes et autres chanteurs en herbe, le studio de la MJC est ouvert à tous les artistes souhaitant enregistrer leur voix sur leur instru !

Accompagné par un technicien et à l'aide d'un équipement professionnel, les participants repartiront avec une maquette de leur production. Gratuit / sur inscription (créneau de 2h).

OUVERTURE DES STUDIOS

Toute l'année, sur créneaux fixes ou occasionnels, la MJC accueille des groupes amateurs ou professionnels en répétition, résidence ou enregistrement.

► Un studio de répétition de 100m² dédié aux musiques amplifiées et équipé du backline (batterie, amplis, claviers, micros, sonorisation) ;

► Un studio de MAO (musique assistée par ordinateur) pour enregistrer en autonomie ses productions.

► Un studio d'enregistrement pour le maquettage et les prises de son.



Infos et renseignements
Tél. 04 92 72 19 70
contact@mjc-manosque.fr
www.mjc-manosque.com

SAMEDI 8 OCTOBRE - 9h à 15h - La Capsule

Dans la cadre de

la Fête de la Science

Tilak [Atelier / concert]



Donner à comprendre la musique par le biais de la science ! En mêlant une approche artistique et scientifique et dans un format pédagogique construit, l'artiste électro Tilak et le chercheur du Laboratoire de Mécanique Acoustique Renaud Cote proposeront aux publics de découvrir la musique assistée par ordinateur. Modalités : séances à 9h et à 15h. Atelier d'1h30 / tout public / gratuit / Sur réservation. Tilak clôturera ces sessions par un concert à 11h et à 17h, dans la salle de concerts La Capsule.

LES MERCREDIS ET LES VACANCES D'AUTOMNE SE PASSENT AU REPAIRE !

Terminés les temps extra-scolaires où on ne sait pas quoi faire ! Désormais au Repaire des 14-17 ans il y a de quoi s'occuper entre science, bricolage, astroloween...
Demandez le programme !

MANOSQUE



LES MERCREDI'S DU REPAIRE

L'Espace Jeunes est ouvert aux 14 - 17 ans, filles et garçons, du bassin manosquin. Il permet à toutes celles et ceux qui le souhaitent de partager des moments conviviaux, des instants de détente, et de concevoir et réaliser ensemble des projets riches et variés.

L'accueil a lieu dans un espace dédié, une salle lumineuse aménagée pour et par les jeunes (bibliothèques, ludothèque, ordinateur, canapés, baby-foot, table de ping-pong...). Les activités peuvent avoir aussi lieu dans les espaces communs ou des salles spécifiques si besoin. L'Espace Jeunes de la MJC est en lien avec Vacances Pour Tous.



AU PROGRAMME EN OCTOBRE

- **Samedi 1^{er} octobre 14h-00h**
Festival enDurance
- **Mercredi 5 octobre 14h-18h**
Fabrication de mobilier en palettes
- **Samedi 8 octobre toute la journée**
Le Repaire pédale à Drouille et expérimente la Fête de la Science
- **Mercredi 12 octobre 14h-18h**
Fabrication de mobilier en palettes
- **Mercredi 19 octobre 14h-18h**
Fabrication de mobilier en palettes
Test du salon + Goûter cuisiné partagé !



LES VACANCES D'AUTOMNE DU REPAIRE



- **Du 24 octobre au 4 novembre**
« ASTROLLOWEEN »
Murder party – Déco – Cuisine
Soirée « Thriller » - Séjour...
5€ la semaine + adh. à la MJC
+ participation sur séjour et selon l'activité proposée
www.mjc-manosque.com/espace-jeunes/

LE CINECLUB REDÉMARRE !

Appel à passionné-es : Un cinéclub s'est créé au sein de la MJC. Vous êtes intéressé ? **Venez coopérez au choix des films, des sujets d'échange, de l'ambiance et de la soirée...**

Renseignements :
Charliélie Elzière – 04 92 72 19 70

CRÉATION DE DÉCORS AUTOUR DE SANTONS PROVENÇAUX

Création de décors de petites maisons pouvant servir pendant les fêtes autour des santons.
Samedis 1/10, 8/10, 15/10, 22/10, 19/11 et 26/11

LES 3 CHORALES DE LA MJC

De 8 à 99 ans

Vous aimez chanter ? Vous avez peur de parler devant la classe ? Vous préparez un examen ? Vous voulez vous détendre ?
Chanson du monde, chanson pop, polyphonie basque ou corse... Quel que soit le style, chanter en chœur est un bon remède – naturel et peu onéreux – pour rester en forme.
La chorale permet de travailler le souffle, la respiration, lutter contre le stress, prendre confiance en soi...

STAGE DE PEINTURE - 8-12 ANS

Du 24 au 28 octobre



Renseignements
Tél. 04 92 72 19 70 - contact@mjc-manosque.fr
www.mjc-manosque.com

RENDEZ-VOUS AUX AUTOMNALES DE SALAGON LE 16 OCTOBRE 2022

Comme chaque année, Salagon, musée et jardins vous accueille pour son grand rendez-vous de la rentrée avec les Automnales !
Nous vous présentons le programme de cette journée du 16 octobre 2022



SALAGON



ANIMATIONS, ATELIERS TOUTE LA JOURNÉE POUR PETITS ET GRANDS

Cette nouvelle édition a été conçue comme un écho de l'exposition temporaire « Habiter, Habitats, Habitants » et propose au public familial une série d'ateliers, d'animations et de jeux autour de « l'habitat léger ».

Une journée festive entre création, table-ronde/conférence, concert olfactif et animations où petits et grands pourront profiter des jardins et des ateliers proposés toute l'après-midi !

PROGRAMME DE LA JOURNÉE

► CONFÉRENCE/TABLE RONDE - 15H

Habiter léger : états des lieux et perspectives pour demain ?

Par Béatrice Mesini, chercheuse au CNRS (laboratoire TELEMME, CNRS, Aix-en-Provence).

► CONCERT - 17H

47° PARALLÈLE,
un spectacle Zazplinn production.

Un voyage musical et olfactif nourrit des traditions populaires qui jalonnent le 47° parallèle. Terrain d'improvisations poétiques et sensorielles au son de la harpe de Roxane Martin.

► ATELIERS / ANIMATIONS

TENT'ACTION, quelle famille sera la plus rapide ?

Concours de rapidité de montage et démontage de toiles de tentes.
En partenariat avec Décathlon Manosque

► ABRIS'BROUETTE

Atelier de fabrication de cabanes dans des brouettes.

► TIPIVILLAGE

Atelier de construction d'un village de tipis avec du matériel de récupération.

► MAQUETTE

Atelier de fabrication de maquette de tipis selon les connaissances archéologiques de l'habitat Paléolithique.
Par le Musée de Préhistoire des Gorges du Verdon.

ESPACE DÉCOUVERTES ET RENCONTRES

Rencontrez des professionnels de l'habitat léger. **Démonstration de montage de Yourte par l'atelier FIL**

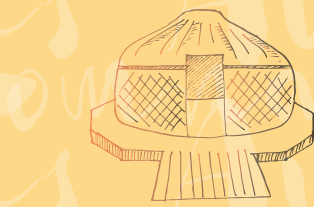


LES AUTOMNALES
Dimanche 16 octobre 2022
De 13h à 18h

4€ – Gratuit pour les moins de 6 ans

Actualité du musée sur le site internet
www.musee-de-salagon.com

Facebook @museesalagon
et Instagram @salagonmuseejardins



Les Salagon ^{Musée et Jardins} à Mane (04) Automnales

« L'habitat léger »




Dimanche 16 octobre 2022

Une journée festive : ateliers, table-ronde /
conférence, concert olfactif et animations 13h-18h



Tarif : 4€ (entrée du site incluse) / Gratuit - de 6 ans

www.musee-de-salagon.com

Retrouvez-nous sur   



En partenariat avec



MUSÉE DE PRÉHISTOIRE DES GORGES DU VERDON

À QUINSON - ALPES DE HAUTE-PROVENCE



Vivez la Préhistoire !



Visites guidées, animations et ateliers pour tous

www.museeprehistoire.com



CET AUTOMNE, VIVEZ LA PRÉHISTOIRE !



QUINSON

L'un des plus grand Musée de la Préhistoire d'Europe n'est autre que celui de Quinson, le saviez-vous ? Depuis 2001, il vous entraîne dans une expérience de découverte immersive, interactive et ludique. Il se dote aujourd'hui d'un nouvel espace pour imaginer la Préhistoire...

LE PRÉHISTOSITE...

Connaissez-vous le Préhistosite à Quinson ?

Ce nouvel espace complémentaire de la visite du musée Départemental de Préhistoire des gorges du Verdon est une occasion unique sur le territoire de « visiter » et d'imaginer les modes de vies de nos ancêtres. Situé entre le parking et le musée, vous pourrez y découvrir cinq habitats préhistoriques en bois, pierre ou en terre et un monument funéraire (dolmen) reproduits grandeur nature d'après des données archéologiques et selon des techniques de constructions traditionnelles. Dans un espace végétalisé évoquant les paysages de la Préhistoire, vous pourrez explorer, à votre rythme, le parcours de visite composé de points d'informations sur les savoir-faire architecturaux ainsi que sur les relations que les hommes et les femmes préhistoriques entretenaient avec leur environnement.



DES ATELIERS DURANT LES VACANCES SCOLAIRES

Bonne nouvelle ! Pour les vacances scolaires, l'équipe du musée vous propose des ateliers pour expérimenter les techniques de chasse de nos ancêtres : faire du feu sans allumette, tirer à l'arc ou lancer la sagaie au propulseur dans le nouveau stand de tir du Préhistosite !

DÉCOUVREZ LES SECRETS DE LA PRÉHISTOIRE AU MUSÉE DE LA PRÉHISTOIRE À QUINSON

Passage obligé pour les jeunes ! Une course d'orientation à travers le temps et les grandes étapes de la Préhistoire. Une exploration du Préhistosite ludique et pédagogique avec un gagnant chaque mois par tirage au sort. Activité gratuite renseignements à l'accueil du musée.

AU PROGRAMME...

Durant les vacances scolaires d'automne, un beau programme de visites guidées du musée et d'animations au Préhistosite est proposé... Notez les dates !

Du Samedi 22 octobre au lundi 7 novembre 2022

► Visites guidées du musée

• Jeudis 27 octobre et 3 novembre de 15h à 17h
Tarif 10€ pour les adultes, 8€ pour les enfants

► Animations Préhistosite

• Jeudis 27 octobre et 3 novembre de 10h30 à 13h. Rendez-vous à 10h.
• Mercredis 26 octobre et 2 novembre
• Vendredis 28 octobre et 4 novembre de 14h30 à 17h. Rendez-vous à 14h.
Tarif 5€ pour les adultes et 4€ pour les enfants (à partir de 6 ans).



Actualité du Musée
www.museeprehistoire.com

Facebook
@MuseePrehistoireGorgesduVerdon
Twitter : @MPrehistoire
Instagram : @museeprehistoireverdon

Renseignement 04 92 74 09 59
contact@museeprehistoire.com



OCTOBRE ROSE QU'EST-CE-QUE C'EST ?

Octobre Rose est une campagne annuelle de sensibilisation au cancer du sein. C'est tout d'abord aux Etats-Unis, en 1985, que cette campagne est lancée. Ce n'est qu'en 1994 que cette campagne traverse l'Atlantique sous l'impulsion du Magazine Marie Claire et du groupe Estée Lauder pour devenir une **grande opération de sensibilisation et de mobilisation auprès du grand public contre le cancer du sein**. Vous ne le savez peut-être pas, mais à ce jour, le cancer du sein est le cancer féminin le plus diagnostiqué au monde.

MANOSQUE SE MOBILISE POUR OCTOBRE ROSE !

MOBILISATION LE 8 ET 9 OCTOBRE 2022

Déjà très mobilisée l'année dernière, la Ville de Manosque est soucieuse et impliquée dans la prévention en termes de santé. C'est donc pour cette raison que cette année encore, la ville met en place des actions de sensibilisation auprès de ses habitants autour du dépistage des cancers.

Vous aussi participez à cette campagne de sensibilisation le samedi 8 et le dimanche 9 octobre où de nombreuses actions sont prévues :

Samedi 8 octobre - 8h /12h

C'est dans le **centre-ville de Manosque** que cela se passe, avec un **Village Prévention** qui sera installé pour l'occasion. Vous pourrez vous arrêter sur les **stands**, pour vous renseigner, des **animations** et des **jeux en présence des partenaires et associations** seront organisés pour l'occasion.

Dimanche 9 octobre - 9h/17h

Pour cette deuxième journée dédiée, c'est au **Lac des Vannades** qu'il faudra **se rendre pour une journée « Sport et Prévention »**. Sportif ou non vous allez pouvoir venir vous aussi participer à l'opération « Octobre Rose ».

Pour 2€ vous obtiendrez un dossard fictif au profit d'une association.

C'est le moment de venir marcher, courir, pédaler, pagayer... famille, amis, adhérents d'association, c'est le moment de mobiliser tout le monde !

Tous les kilomètres parcourus seront comptabilisés, alors **c'est le moment de montrer que la Ville de Manosque est plus que jamais mobilisée...**

Le dress code pour cette journée Sport et Prévention est « Tous en Rose », tenue ou accessoire rose de rigueur !

SAM. 8 | DIM. 9
OCTOBRE

Manosque
Octobre ROSE

SAMEDI 8
Centre-ville 8h / 12h
VILLAGE PRÉVENTION
STANDS - ANIMATIONS - JEUX
en présence des partenaires & associations

DIMANCHE 9
Lac des Vannades 9h / 17h
JOURNÉE SPORT & PRÉVENTION
COURSE À PIED - VTT - VÉLO - NATATION - YOGA - AVIRON
CONFÉRENCES - ATELIERS - DÉMO
Tous vos kilomètres comptent !
Les fonds récoltés seront reversés à une association.

Programme des actions sur : www.ville-manosque.fr

Manosque
HAUTE-PROVENCE

20
AN
TERRE
DE
24

28^E FOIRE AUX SANTONS : PLONGEZ DANS L'UNIVERS FÉRIQUE DES FÊTES DE FIN D'ANNÉE !



Durant 10 jours, la cité thermale va se plonger dans l'univers féérique des fêtes de fin d'année avec sa **28^e Foire aux Santons** organisée chaque année par l'Office de Tourisme Communautaire DLVAgglo. **Ce ne sont pas moins de 17 santonniers qui vont exposer leur savoir-faire au sein du Centre de Congrès métamorphosé pour l'occasion en crèche géante.** Lumières tamisées et ciel étoilé seront de mise pour accentuer encore un peu plus cette ambiance si spéciale que nous aimons tous, avouons-le ! Depuis 1994 cette foire est rapidement devenu l'événement incontournable, aussi bien pour les santonniers qui reviennent tous les ans que pour le public. Les santonniers présents sont de véritables artistes et façonnent santons et autres objets avec rigueur et minutie. Qu'ils soient bruts ou peints, du plus petits aux tailles les plus classiques, **vous trouverez la ou les pièces qui viendront embellir la crèche qui reste une tradition provençale très marquée.**



LE SANTON : UNE TRADITION....

Impossible de nier le fait que la crèche et ses traditionnels santons représentent l'une des plus grandes richesses de la culture provençale. Savez-vous que « santoun » qui signifie petit saint désigne en provençal ce personnage en argile fabriqué à la main ? A l'origine, les artisans santonniers amoureux de la tradition, représentaient la nativité : Marie, Joseph, l'enfant Jésus et les Rois Mages. La crèche a ensuite accueilli tout ce qui constitue le petit peuple de Provence, des vieux métiers aux personnages les plus emblématiques.

Cette 28^e Foire aux Santons de Gréoux-les-Bains, première du calendrier régional nous plonge dans la féerie des fêtes de fin d'année. C'est une crèche géante qui vous ouvre ses portes du vendredi 28 octobre au dimanche 6 novembre 2022. C'est l'occasion de découvrir un art provençal très apprécié...

GRÉOUX-LES-BAINS



L'AMBIANCE FÉRIQUE DE NOËL S'INVITE À GRÉOUX POUR LA TRADITIONNELLE FOIRE AUX SANTONS...

AU PROGRAMME DE CES 10 JOURS

Ce n'est pas par hasard que chaque année la foire aux santons est organisée durant les vacances de la Toussaint, puisque cet événement se veut familial. **De nombreuses animations sont d'ailleurs dédiées aux enfants : spectacles, séances de cinéma, démonstrations, expositions et concours de dessins ponctuent ces 10 jours de foire.**

Autre temps fort de cette foire : l'élection du santon de l'année ! Vous aurez la possibilité d'élire pour la «5^e édition le Santon de l'Année». Vous pourrez voter pour votre santon préféré. Ce dernier sera alors sur l'affiche de la prochaine édition. Et pour voter c'est très simple, vous aurez deux possibilités : soir lors de votre venue à la foire, soit sur facebook.

Durant toute la foire vous pourrez découvrir **une exposition de costumes provençaux anciens et d'objets typiques ainsi qu'assister à des démonstrations de moulage ou de peinture avec un santonnier présent sur la foire.**

Les enfants jusqu'à 12 ans, pourront faire preuve d'imagination en participant au **concours de dessins « Dessine-moi un santon »**. D'autre part de nombreuses animations sont prévues durant toute la foire pour les plus jeunes. Au programme : **maquillage, spectacle de magie, déambulation musicale, sculpture de ballon et il paraît même qu'il y aura une surprise pour les enfants qui seront déguisés le 31 octobre...**

Les santonniers Mayans et Fanny exposeront une crèche, et la librairie « Histoire de Lire », proposera des livres à la vente sur le thème de Noël en Provence. Une conférence mimée présentera les traditions de Noël, qui sont nombreuses dans notre région. Et pour un savoir un peu plus sur les costumes traditionnels provençaux, Mireille Chopin vous fera une visite guidée de l'exposition des costumes.

Pour combler les petites faims et les étancher les petits soifs vous pourrez vous retrouverez **Le rendez-vous des gourmands** sur place avec vente de boissons et de petite restauration.



Foire aux Santons
Du 28 octobre au 6 novembre
Centre de Congrès de l'Étoile
Gréoux-les-Bains

Entrée libre tous les jours de 14h à 18h
Facebook : foireauxsantons

LA NOUVELLE SAISON DU K'FÉ QUOI EST LANCÉE !

Rappelez-vous, cet été le k'Fé Quoi est parti en Guinguette, puis il a fait sa Guinguette ! Et après un peu de repos bien mérité, toute l'équipe est remontée comme un coucou et vous a préparé une nouvelle saison aux petits oignons ! Découvrez vite ce qui vous attend et surtout notez les dates...

FORCALQUIER



NOUVELLE SAISON ET NOUVEAUX PROJETS !

Après un été rempli de découvertes musicales, l'équipe du k'Fé Quoi continue sur sa lancée pour cette nouvelle saison. C'est une chouette programmation qui vous attend, mais pas que... de nouveaux projets sont aussi dans les tuyaux... on vous laisse découvrir tout cela pour ce mois d'octobre.

EN OCTOBRE AU K'FÉ QUOI



Le vendredi 7 octobre, c'est une sortie de résidence qui est prévue. Dès 19h, une expo photo de Solal Fayet et un set de DJ La Sirocco [Hip-Hop Bass Music] vous feront patienter jusqu'à 20h pour le concert de sortie de résidence de Pamela Badjogo. Cette gabonaise à la voix soul à évolué aux côtés de Salif Keita, Oumou Sangaré ou encore Cheick Tidiane Seck. Vous assisterez à un cocktail bouillonnant mêlant afro-pop, hiplife façon ban-toue et afrobeat...

Dès 19h - Participation libre



Le vendredi 14 octobre c'est l'électron libre issu de la scène électro du française **RAKoon**, qui fera un live, qui est à la fois un concentré d'énergie porté par d'envoûtantes mélodies et de puissantes basses. Toujours avec un objectif : la quête d'un son plus hybride et unique... Ensuite c'est Organized Bazar qui prendra le relais avec Dj Orbaz aux commandes pour un set afrobeat, house, hiphop, breakbeat et tribal...

Dès 20h - PAF 6/10/13€



Vendredi 21 octobre, Omri Swafeld, vous embarquera pour sa sortie de résidence dans son univers atypique entre folk, delta blues, électro et hip-hop avec une musique audacieuse, sensible exigeante et ultra-créative.

DJ Pola Facettes [Rock around the word!] prendra les commandes de la scène pour finir la soirée.

Dès 19h - Participation libre

LES NOUVEAUTÉS DU K'FÉ QUOI !

Le K'Fé Quoi développe le volet artistique et culturel du coup, des ateliers musiques, radio, vidéo, danse, bricolage, auto-défense, ou encore des projets d'éducation artistique et culturelle, des rencontres avec les artistes sont au rendez-vous...

D'autre part, le centre Social et le k'Fé Quoi vous invitent à découvrir de nouvelles pratiques artistiques près de chez vous. C'est avec un format un peu, même très différent de celui que nous avons pour habitude de voir que cela va se passer. Pour découvrir tout cela, il vous faudra donc suivre le **TRIPORTEUR** dans les quartiers de Forcalquier !

Et ça commence en novembre !

Voilà les thèmes et les lieux de rendez-vous :

Samedi 19 novembre

- ▶ **Arts Plastique et Photo**
Jardin du Couvent des Cordeliers
- ▶ **Musique et atelier libre**
Les Chambarels
- ▶ **Cuisine et théâtre**
Le viou

Samedi 3 décembre

- ▶ **Cuisine et photo**
Place Saint Pierre
- ▶ **Musique et arts plastiques**
Cour des Artisans
- ▶ **Théâtre et atelier libre**
Quartier du Cas

A suivre dans les prochains magazine....



Infos et billetterie

www.le-kfe-quoi/billetterie

le K'Fé Quoi

ZA les Chalus 04300 Forcalquier

Facebook : @lekfequoiconcerts

Instagram : @le.kfe.quoi

SAM'KIFF // Un RDV kiffant pour toute la famille !

- 11h-13h : Le p'tit marché
- 11h- 16h : Espace jeux, livres, réparation de vélo
- 13h30 : Atelier du jour
- 16h : Goûter et mini Boum !
- 17h - 22h : Scène ouverte

TOUS LES
1^{ERS} SAMEDIS
DU MOIS



CONCERTS, FILMS ET MASTERCLASS POUR LE 7^E AUTOMNE MUSICAL



Du 1er au 15 octobre 2022, sous la direction artistique de Bernard Mauppin le collectif de musiciens professionnels « Ensemble Instrumental Provence Verdon » organise la 7^e édition de l'Automne Musical en partenariat avec l'Office de Tourisme Communautaire DLV Agglo.

GRÉOUX-LES-BAINS

AUTOMNE MUSICAL 7^E ÉDITION

Cette nouvelle édition du tant attendu Automne Musical vous réserve une programmation de choix. Felicity Lott, célèbre cantatrice franco-britannique fait une nouvelle fois l'honneur de sa présence. Elle assurera deux jours de masterclass ouvertes au public. Notons comme tous les ans la présence d'artistes de renom connus et reconnus sur la scène internationale. Que vous soyez ou non initié à la musique dite «classique», vous vous apercevrez vite que cette dernière est capable de créer un lien social indéfectible !

Des artistes de grande renommée font l'honneur de leur présence pour partager la programmation de cette 7^e édition.

LA PROGRAMMATION

► Samedi 1^{er} Octobre - 18h

Eglise ND des Ormeaux

Piano et airs d'opéra

Concert d'ouverture avec des interprétations de Chopin, Bellini, Puccini, Donizetti, Siczynski, Lehar et Straus avec :

- François Dumont, piano
- Helen Kearns, soprano

Du rêve et de la fête dans ce programme d'ouverture du Festival !

► Mercredi 5 Octobre - 18h

Eglise ND des Ormeaux

Pergolèse « Stabat Mater »

Interprété par l'Ensemble Instrumental Provence Verdon avec :

- Joëlle Mauppin, soprano
- Maximin Marchand, contre-ténor
- Marie Floc'h, flûte (BACH, « Suite en si »)

Une œuvre légendaire et magistrale du répertoire baroque.

► Jeudi 6 Octobre - 18h

Écociné, Centre de Congrès l'Etoile

Film musical « Les virtuoses »

1997, Mark Hermann, César du meilleur film étranger



ARTISTES DE RENOM, LÉGION ÉTRANGÈRE ET MASTER CLASS POUR CETTE 7^E ÉDITION

► Samedi 8 Octobre - 20h

Eglise ND des Ormeaux

Musique de la Légion Etrangère

Direction : Lieutenant-Colonel Lardeux
Organisé par le Club Soroptimist international de Haute-Provence

Une référence dans l'histoire des musiques militaires

Les bénéficiaires de cette soirée exceptionnelle iront à la cabine de soins de bien-être à l'hôpital de jour de Manosque pour les malades atteints du cancer.

► Jeudi 13 Octobre - 18h

Eglise ND des Ormeaux

Schubert « Winterreise – Le voyage d'hiver »

Interprété par Ensemble Instrumental Provence Verdon dans une version quintette cordes, clarinette et baryton-basse Jean-Christophe Maurice, baryton basse

Ce cycle de 24 chansons (lieder) est l'un des plus bouleversants de toute l'histoire de la musique

► Samedi 15 Octobre - 18h

Centre de Congrès l'Etoile, salle Mistral

Musique Latine « Le souffle du Bandonéon »

« Astor Piazzola 1958, retour de Paris »
Interprété par Ensemble Instrumental Provence Verdon et Victor-Hugo Villena, bandonéon
Un virtuose de cet instrument magique au service d'une remarquable culture populaire

LES MASTERCLASS

Une master-class est une rencontre entre un artiste de renom et des jeunes talents. Cette 7^e édition de l'Automne Musical accueille Felicity Lott, grande soprano britannique. A Gréoux-les-Bains, ces master-class sont ouvertes au public. C'est l'occasion de découvrir et encourager de jeunes chanteurs qui profiteront de l'expertise de cette remarquable personnalité du monde lyrique international !

► Vendredi 7 octobre

Chapelle San Sebastian

De 9h30 à 12h30 et de 14h à 18h

► Samedi 8 octobre

Chapelle San Sebastian

De 9h30 à 12h30 et de 14h à 18h

► Dimanche 9 octobre

Chapelle San Sebastian

De 9h30 à 12h30 et de 14h à 18h

Les Master-Class sont ouvertes au public dans la limite des places disponibles, par Felicity Lott et des étudiants sélectionnés par les organisateurs.

► Dimanche 9 octobre

Eglise ND des Ormeaux

18h : concert par les étudiants de la Master-class, Olivier Larchardeur sera au piano. Ouvert au public dans la limite des places disponibles.



7^E AUTOMNE MUSICAL

Du 1er au 15 octobre - Gréoux les Bains

Pour le film du 6 octobre :

Billetterie au cinéma. Tarif unique : 8€

Pour les concerts : Billets en vente dans les Offices de Tourisme de Gréoux-les-Bains, Manosque, Oraison, Riez, Quinson, Valensole, ou en ligne sur greoux-les-bains.com
Plein tarif : 15€

Tarif Pass 3 concerts : 36€ au lieu de 45€
Gratuit pour les moins de 18 ans

TAMBACOUNDA, ORGANISE UNE SOIRÉE SOLIDAIRE À REILLANNE LE SAMEDI 22 OCTOBRE 2022

L'association Tambacounda porte le nom d'une ville du Sénégal d'où est parti le projet d'échanges entre les écoles de Reillanne et de Tambacounda. Cette année, l'association organise une soirée solidaire qui permettra d'aider une école du Sénégal... Vous aussi participez au projet !



REILLANNE

L'ASSOCIATION

L'objectif de l'association créée en 2002 est de venir en aide à l'école de Adja Aïda M'Baye et à sa voisine l'école maternelle municipale en apportant un soutien financier et logistique pour améliorer les conditions d'accueil, de vie et d'apprentissage des enfants scolarisés.

En partenariat avec l'école de Reillanne, les enseignants et leurs élèves ont déjà mené de beaux projets. 2 CD de chants, un livre de contes. La fresque située devant l'école de Reillanne, prouvant le partenariat vient d'être illustrée pour la deuxième fois par les élèves de CM1 et CM2.



L'association quant à elle soutient la scolarité de 1000 enfants, 430 maternelles et 650 primaires et a financé des puits, la construction d'une bibliothèque, a fait des dons de livres, ou encore la construction d'une cantine.

L'association se veut aussi et surtout un exemple d'échanges culturels, de liens fraternels entre deux continents, des rencontres, de respect et de compréhension de cette culture africaine si riche... tout simplement d'échanges «humains», nos différences nous enrichissent.



REPAS SOLIDAIRE

C'est un véritable échange qui se noue avec l'école de Tambacounda. L'association met tout en œuvre pour améliorer les conditions de scolarité des enfants. L'école de Tambacounda dirigée par Aïssatou NDIAGNE est devenue la plus grande école maternelle du pays avec plus de 430 enfants scolarisés.

C'est donc pour cette raison qu'un repas solidaire est organisé par l'association dans le but de récolter des fonds qui permettront de financer les repas de la cantine des tous petits, les conditions des familles étant de plus en plus rudes au vu de la crise économique.

Le repas proposé au Café du Cours à Reillanne sera réalisé bénévolement par un traiteur et sera suivi d'un dessert musical avec à la voix et la guitare Mathias Berthier, auteur compositeur de talent. Les places étant limitées, il est plus que conseillé de réserver...

SOUTENEZ LES PROJETS DE L'ASSOCIATION



Si vous aussi vous souhaitez apporter votre soutien à l'association pour l'aider à accomplir les projets, vous pouvez vous manifester auprès de Laurence

Destombes la présidente ou bien adhérer à l'association via le lien : <https://www.helloasso.com/associations/association-tambacounda>.



ASSOCIATION TAMBACOUNDA

Boulevard de Salve 04110 Reillanne

Tél. 06 74 65 40 57

tambacounda-reillanne@hotmail.fr

Facebook

[@associationtambacoundareillanne](https://www.facebook.com/associationtambacoundareillanne)

LE LION'S DE MANOSQUE FAIT (AUSSI) SA RENTRÉE !



A vrai dire le Lion's Club n'a pas vraiment pris de congés... En effet durant la période estivale et en septembre il s'en est passé des choses ! Et cela n'est pas prêt de s'arrêter. Nous faisons un petit récap sur les actions passées et celles à venir

MANOSQUE

LE CHANGEMENT DE PRÉSIDENT !

Comme tous les ans, le Lion's Club change de président ! Pour cette année 2022, c'est **Bruno Riggi** qui succède à **Sylvain Nowak**. La passation officielle s'est déroulée le samedi 2 juillet en présence de tous les membres du club et du Maire de Manosque Camille Galtier.

Sylvain Nowak a remis à Bruno Riggi les symboles de la présidence à savoir : la cloche, le maillot et la Charte du Club.

Cette cérémonie est aussi l'occasion de faire le bilan de l'année écoulée et de mettre en avant les actions à venir, sans oublier la présentation du nouveau bureau. C'est une belle tradition à la fois émouvante et remplie de convivialité !



15 AOÛT : BROCANTE - VIDE GRENIER

Comme tous les ans le jour du 15 août, le Lion's Club organise sa traditionnelle brocante qui se tient sur la Promenade Aubert Millot et le vide-grenier qui lui se déroule sur la place du Docteur Joubert à Manosque. **Et comme tous les ans, cette journée a rencontré un vif succès.** Les membres du club souhaitent remercier leurs épouses et amies venues prêter main forte ce jour là. **Les fonds récoltés seront bien entendu reversés !**



REMISE DE CHÈQUE AUX SAPEURS POMPIERS

Début septembre, c'est une bien belle cérémonie qui s'est tenue au Golf de Pierrevert pour **une remise d'un chèque de 2000€ aux Sapeurs Pompiers du 04 au bénéfice de l'Œuvre des Pupilles Sapeurs Pompiers morts en service commandé ou de maladie.** Pour l'occasion, les représentants de l'Union Départementale des Sapeurs Pompiers du 04 étaient présents ainsi que les participants du tour cycliste des Pompiers 04.



LE FORUM DES ASSOCIATIONS

Bien évidemment, le Lion's Club ne pouvait pas être absent du Forum des Associations qui s'est déroulé à Manosque le 10 septembre. **L'équipe était bien présente pour présenter le Lion's Club, expliquer ses actions, ses objectifs.** Et bien entendu, si vous aussi vous souhaitez participer à la vie du Lion's Club n'hésitez pas !



LES ROSES JAUNES

Les « Roses jaunes » est une opération nationale de tous les Lion's Club à l'occasion de la journée mondiale Alzheimer le 21 septembre. Ne soyez donc pas surpris si ce jour là vous avez vu des roses jaunes en ville...

LES ACTIONS À VENIR

Le Lion's Club va également être très actif pour cette dernière partie de l'année ! D'abord il faudra compter sur la **présence du club le dimanche 9 octobre au Lac des Vannades dans le cadre de l'opération Octobre Rose.**

Et comme tous les ans, le Lion's Club organise **une grande journée de dépistage du diabète L.I.D.E.R.** Cette année, elle se déroulera le **22 octobre devant le supermarché Leclerc de Manosque.** C'est le moment de vous y rendre et de rencontrer un médecin qui vous fera passer un test, ce qui vous permettra éventuellement de faire le nécessaire si besoin.

Le **6 novembre 2022**, réservez votre **dimanche pour le traditionnel loto du Lions Club** qui se déroulera à la Salle Osco Manosco. De nombreux beaux et gros lots sont à gagner. Nous vous en dirons un peu plus dans le magazine du mois de novembre.

Notez déjà la date dans votre agenda !

Les **25 et 26 novembre**, l'équipe du club se mobilisera pour **une collecte pour la Banque Alimentaire.** Vous les retrouverez à l'entrée de votre magasin Hyper U de Manosque.

Enfin vous retrouverez aussi le Lion's Club sur le **marché de Noël à Manosque**



Lion's Club de Manosque
C/o Golf du Luberon - La grande Gardette
04860 Pierrevert
Tél. 07 67 45 25 09
manosque.lionsclub@gmail.com
Facebook : @lionsclubdemanosque
<http://Lionsclub-Manosque.com/>

25 OCT. > 1^{er} NOV.



MANOSQUE

Halloween
FESTIVAL

CENTRE VILLE | LAC DES VANNADES
SALLE OSCO MANOSCO



WWW.VILLE-MANOSQUE.FR





MANOSQUE Halloween FESTIVAL

PROGRAMME

SOUS RÉSERVE D'ANNULATION EN FONCTION DES CONDITIONS MÉTÉOROLOGIQUES

du 25/10 au 1/11

- • Décoration de la ville
- • Musique en centre ville
- • Concours décorations des vitrines et maisons

Mardi 25/10

17h30 • place de l'Hôtel de Ville

• • MANOSQUE HALLOWEEN FESTIVAL

Inauguration de la 1^{ère} édition du festival,
en présence de M. le Maire, de l'équipe du festival
et des partenaires

Ambiance musicale • Dégustation de velouté de potiron

Mercredi 26/10

Après-midi • Centre Jean Giono (Sur inscriptions au 04 92 70 54 54)

- • Ateliers arts plastiques « Bêtes, monstres et chimères »
(à partir de 8 ans) • 14h/15h30
- • Lecture contée « Voyage à travers les écrits fantastiques
de Jean Giono » • 15h/16h (à partir de 12 ans)
- • Ateliers création poétique « Des mots, des peurs,
des cauchemars » • 16h/17h30 (à partir de 10 ans)

Après-midi • Passage du contrôle

- • « Tunnel de la peur » animé par le Théâtre Le Lila

Jeudi 27/10

10h/12h et 15h/17h • place de l'Hôtel de la Ville

« JOURNÉE CULINAIRE »

- • Démonstration et ateliers culinaires autour
des saveurs d'automne • Producteurs locaux
- • Ateliers créatifs et culinaires pour les enfants
« Mon goûter d'Halloween »
- • Menus d'automne dans les restaurants de la ville

10h/12h • Médiathèque D'Herbès

- • Escape Game, édition Halloween - (à partir de 10 ans)
Sur inscription au 04 92 74 10 59

17h/18h30 • Centre ville

- • « Manosque de l'effroi ». Découvrez Manosque sous
une facette plus sombre ! Légendes, histoires criminelles,
monstres ... 17h Départ : Statue du Froid, A. Millot
Sur inscription au 04 92 70 54 58

Vendredi 28/10

10h/12h • Médiathèque D'Herbès (Sur inscriptions au 04 92 74 10 59)

- • Escape Game, édition Halloween - (à partir de 10 ans)

À partir de 14h30

- • **PARADE DES P'TITS MONSTRES** - Centre de l'enfance
« L'Étrange Noël de Mr Jack » • Centre Ville
- • Feu du caramantran et goûter offert aux enfants
16h30 • Place du Terreau

18h/19h • Le Parais (Sur inscriptions au 04 92 70 54 54)

- • Visite de la maison de Jean Giono « Exploration au
crépuscule de l'âme et de la mémoire mystérieuse
du Parais » (à partir de 16 ans)

Samedi 29/10

14h/19h • Studio Mintaka Lac des Vannades

APRÈS-MIDI BIEN ÊTRE « SŒURcières », pour se
rassembler, se réunir et fêter le passage de la saison
estivale à celle hivernale.

Au programme: yin yoga • méditation • initiation au
pendule • lithothérapie • alimentation durable ...

Se relier au rythme des saisons, de la nature ...

Information/réservation : contact@studio-mintaka.fr

24/10 au 4/11
Centre de l'enfance
« L'ÉTRANGE NOËL
DE MONSIEUR JACK »

14/10 au 4/11
Repaire MJC
« ASTROLLoween »

26/10 au 29/10
Médiathèque D'Herbes
QUIZZ « SECRETS
D'HALLOWEEN »

26/10 au 2/11
Centre Jean Giono
« JEAN GIONO
PAR LE PRISME
FANTASTIQUE »

11h/18h • rue Guilhemperre

« **EL DIA DE LOS MUERTOS** », animations mexicaines

- Ôtel des morts • Bénédiction religieuse à 12h
- Vente de chrysanthèmes • Cuisine mexicaine
- Séances de divination • 10h/12h - 13h/18h
- Maquillage terrifiant • 13h30/17h30
- « On casse les piñatas » • 14h

À partir de 15h - Centre ville

• « **GRANDE CHASSE AUX BONBONS** »
dans les commerces de la ville participants (*voir listing*)

Réservée aux enfants déguisés sous la responsabilité de leurs parents

GRANDE PARADE DÉGUISÉE (*ouverte à tous*)

- 18h • Départ de l'Esplanade François Mitterrand
- Shows de danse par les écoles de la ville :
esplanade, promenade A. Millot, places
St-Sauveur, Mairie, Marchands, Pagnol, Soubeyran
- 19h • Arrivée au village d'Halloween - parvis du cinéma CGR
- Grand Flashmob Thriller
- Concert d'Halloween, animations, foodtruck, jeux...
- Concours du plus beau déguisement
- Prix spécial pour l'association la plus représentée
- Lâcher de lanternes
- Programmation spéciale au cinéma CGR

Dimanche 30/10

Journée - lac des Vannades

« **O'VANNADES FÊTE HALLOWEEN** »

- Producteurs locaux • Marché de créateurs
- Spectacles et animations • Jeux enfants
- Ateliers creusage de courge
- Manèges • Maquillage
- Ambiance musicale
- Repas autour de la courge et saveurs d'automne

Lundi 31/10 • 14h/1h

Mardi 1er novembre • 10h/23h

Salle des fêtes Osco Manosco

« **HALLOWEEN STRANGER PARTY** », votre soirée Halloween sur le thème de la série tv « Stranger Things »
3 salles d'activités et d'animations enfants, ados, adultes (trampolines, stand de tir, lasergame, jeux vidéo, rétro gaming...)

EXCLU DANS LE 04 !

UNE PISTE DE ROLLER DISCO DE 400 M²

Soirée Disco années 80

Ambiance et Décoration

Restauration et buvette sur place

PROGRAMME COMPLET ET PLUS D'INFORMATIONS SUR :
VILLE-MANOSQUE.FR

*Décorez votre vitrine ou votre maison
et participez au concours de la Ville !*

IDÉES DÉCORATION VITRINES
(source Pinterest)



IDÉES DÉCORATION MAISONS
(source Pinterest)



Inscrivez-vous !

Flashez le QR code avec l'appareil photo
de votre téléphone ou sur le site :
www.ville-manosque.fr



Inscrivez-vous !

Flashez le QR code avec l'appareil photo de
votre téléphone ou sur le site :
www.ville-manosque.fr



31 OCT

— 14H > 1H —

MANOSQUE
SALLE OSCO MANOSCO

01 NOV.

— 10H > 23H —

2 Soirées
DISCO FUNK
ANNÉES 80

RESTAURATION
& BUVETTE

AMBIANCE & DÉCO
STRANGER THINGS

Exclu
ROLLER DISCO
PISTE 400m²

LAZERGAME
TRAMPOLINES

JEUX VIDÉO ARCADES
& RETRO GAMING



HALLOWEEN — STRANGER — PARTY

enfants dès 3 ans
ados & adultes

BILLETTERIE :

www.manosquehalloweenfestival.fr



@manosquehalloweenfestival

MARCEL PAGNOL S'INVITE À GRÉOUX-LES-BAINS POUR LES SOIRÉES DE L'ÉTOILE !

La compagnie DANS LA COUR DES GRANDS, se consacre à faire vivre l'œuvre de Marcel Pagnol et cela d'une façon originale. Le rendez-vous est donné le vendredi 21 octobre pour «Un soir au bar de la Marine», florilège de scènes de «Marius et Fanny»



GRÉOUX-LES-BAINS

«UN SOIR AU BAR DE LA MARINE»

Le temps de cette soirée vous allez être transporté sur le port de Marseille à la nuit tombée, pour passer une soirée en compagnie des personnages de «Marius» et «Fanny» comme si vous étiez à la terrasse du Bar de la Marine. Cette adaptation inédite des scènes mythiques de ces deux œuvres se déroulera sous vos yeux. Sifflet du Ferry boat, César, Panisse, Escartefigue et M. Brun, protagonistes de la mythique partie de carte, vont vous faire voyager dans l'univers de Marcel Pagnol empli de l'émotion de Marius et Fanny, le tout sous l'œil d'Honorine.

Rire, émotion, mauvaise foi, exagération, et beaux sentiments sont au rendez-vous avec le jeu des comédiens de la compagnie «Dans la Cour des Grands».



C'est sans aucun doute que vous allez vous retrouver au cœur de l'œuvre phare de Marcel Pagnol le temps du spectacle.

La proximité du jeu des comédiens transporte chaque spectateur au cœur même des œuvres d'un des plus grands auteurs français.



Soirées de l'Étoile
Vendredi 21 octobre 2022 - 20h30

Centre de Congrès l'Étoile
Salle Mistral Av. P. Brossolette
04800 Gréoux-les-Bains

Plein tarif 15 € - Tarif réduit : 12€
Gratuit moins de 12 ans

Résas : Offices de Tourisme de la DLVA
(Gréoux, Manosque, Riez, Quinson,
Valensole, Oraison) ou en ligne
www.durance-luberon-verdon.com
www.greoux-les-bains.com

Avec pour crédo le compostage, l'association le Colibricole à proposé au mois de septembre dans le cadre de son projet du broyat sur un plateau, sa deuxième initiation au compostage, qui intéresse de plus en plus habitants et citoyens qui ont envie de s'engager. Bravo ! Pour ce mois d'octobre d'autres actions sont prévues...

VALENSOLE

SITE DE COMPOSTAGE : DÉJÀ 3 ANS

Cela fait déjà 3 ans que le site de compostage partagé s'est installé en face de la déchetterie de Valensole. A l'occasion de cet «anniversaire», l'association invite les adhérents pour un moment convivial en salle polyvalente de Valensole le 15 octobre.

Au programme : grand jeu de la Ludobrousse, rétrospective des 3 années de compostage et pour se restaurer un petit buffet anniversaire sera de la partie.

Ensuite les portes de la salle polyvalente s'ouvriront à tous et toutes pour un bal folk avec Jojo et son accordéon

On vous y attend nombreux !

Participation libre au profit de l'association



BOURS'ÔVERT : LE DÉPLOIEMENT

Cet automne est le lancement de la plateforme Bours'Ôvert sur le territoire DLVAgglo en partenariat avec la collectivité. Si vous produisez des résidus d'entretien de jardins/d'espaces verts ou que vous cherchez du broyat, de la sciure, des copeaux, du fumier, du bois de chauffe, un broyeur,... c'est pour vous !

UN AUTOMNE RICHE POUR L'ASSOCIATION LE COLIBRICOLE



Bours'O Vert sensibilise aussi à l'utilisation de ces matières organiques, véritable aubaine pour les sols. Que vous soyez professionnel des espaces verts, collectivité, agriculteur, plateforme de compostage, jardin partagé, centre équestre, particulier,... n'hésitez pas à déposer une offre ou une annonce de recherche! Simple et pratique, elle répond aux enjeux de réduction des brûlages des déchets verts et d'amélioration des sols!

Partagez l'info pour lancer le maximum d'échanges sur la plateforme dès maintenant!



Association Le Colibricole

colibricole@gmail.com

Morgane, Coordinatrice et Maitre composteur

Tél : 06 62 49 74 15

LES RENDEZ-VOUS D'OCTOBRE AU CENTRE CULTUREL RENÉ CHAR



Ça y est la saison culturelle est bel et bien lancée au Centre Culturel René Char et c'est encore une belle programmation qui vous attend...

DIGNE-LES-BAINS



OUVERTURE DE SAISON

LONNY

[pop folk]

Vendredi 7 octobre - 20h30

Palais des Congrès - Entrée libre
(réservation conseillée au 04 92 30 87 10)

Ex-Voto

La jeune française Lonny est la nouvelle pépite folk de la scène francophone. Après seulement trois singles sortis, tous playlistés France Inter ou FIP, elle voit enfin son premier album *Ex-Voto* sortir en janvier 2022.

Musicienne chevronnée, Lonny aurait pu choisir la familiarité de l'alto dont elle joue depuis petite mais le son qui court le long de sa colonne vertébrale, celui par lequel elle tient debout, se nourrit des guitares folk.

Ses textes introspectifs, délicats et entêtants sont portés par une voix remplie de douceur brute. Proposant un folk qui touche au cœur, intemporelle, raffinée et intimiste, apaisante et lumineuse, elle séduit un large public.

À découvrir absolument !

www.horizon-musiques.fr/artistes/lonny



LAS LLORONAS

[musiques du monde / folk / slam]

Vendredi 14 octobre - 20h30

Centre Culturel René Char - Tarifs de 18€ à 6 €
Soaked

Avec leur mélange atypique de mélodies acoustiques et de slam, las Lloronas nous plongent dans des textes intimes, imprégnés de belles harmonies et de mélodies mélancoliques.

Accompagnées par la guitare, l'accordéon, le ukulélé et la clarinette, elles créent une délicieuse symbiose polyphonique de musique traditionnelle espagnole, de sons klezmer, de fado, de blues et de slam...

«Rapprochant avec aisance polyphonies et slam, elles signent un premier album d'une rayonnante délicatesse» *Le Monde*

www.muzeikpublique.be/artists/laslloronas

Concert présenté dans le cadre des tournées du Chainon du réseau Cercle de Midi



MARION RAMPAL ET PIERRE-FRANÇOIS BLANCHARD

[musique]

Vendredi 21 octobre - 20h30

Centre culturel René-Char - Tarifs de 18 € à 6 €

Le secret

La chanteuse Marion Rampal et le pianiste Pierre-François Blanchard, amoureux de mélodie classique, de Great Black Music, de chanson française, collaborateurs des géants Archie Shepp et Pierre Barouh, élaborent depuis leur rencontre un langage commun de l'interprétation qui bouscule les codes établis. Leur *Secret* traverse la Mélodie Française, aborde un hymne ténébreux de la Nouvelle Vague, une pièce tragi-comique de Brigitte Fontaine, délirante et acide... Le duo déploie un art de la suspension du temps, dans la lignée des grands interprètes improvisateurs de l'histoire du jazz. Ils révèlent des affinités entre mélancolie romantique et Blues, conjuguent une mélancolie authentique à une ironie mordante et drolatique.

« Marion Rampal, à la forte présence en scène, offre la preuve d'un vrai style poétique » *Le Monde*

www.marionrampal.com

www.pierrefrancoisblanchard.com

Concert présenté dans le cadre des tournées du Chainon du réseau Cercle de Midi

41^E RENCONTRE INTERNATIONALE ACCORDÉON ET CULTURES

[musiques originales]

Samedi 29 octobre - 15h

Palais des Congrès - Entrée libre (billetterie le jour même)

Les maîtres d'œuvre de cette 41^e Rencontre Internationale accordéon et cultures sont tous issus de l'Académie d'Accordéon des Alpes-de-Haute-Provence. Ils partagent l'affiche avec les musiciens transfrontaliers italiens Vittorio Frairia au violon et Stefano Righero au piano. Grâce à une prestation originale et peu conventionnelle autour de l'accordéon, le saxophone, le piano et le violon survoleront un tableau orné de couleurs sublimes.

Les compositeurs de la commande de la ville de Digne-les-Bains 2022, Fabio Banchio et Luca Zanetti compléteront par leurs talents la toile avec une œuvre inédite : « *N'autre Monde* ».



SPECTACLES

DANS LE CADRE DU OFF !



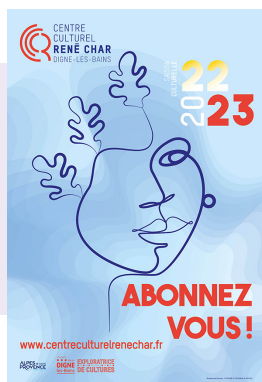
ORPHEON LAVANDE : LES 20 ANS

[musique]

Dimanche 16 octobre - 15h

Palais des Congrès - Entrée libre

L'Orphéon Lavande, orchestre d'harmonie de Digne-les-Bains, vous propose de venir fêter ses 20 ans. Son chef de musique, Thierry Gasiglia, a élaboré pour l'occasion un moment de partage autour des plus grands succès cinématographiques. Nous vous attendons nombreux pour passer un agréable après-midi musical.



PENSEZ À VOUS ABONNER !

Pratique et économique, l'achat de la carte d'abonnement individuelle est nominative à 12 € vous permet de bénéficier du tarif abonné de 12 € par spectacle (tarif plein 18 €) ou de 18€ (tarif plein 25 €) pour le spectacle «LA MÉGÈRE APPRIVOISÉE».

C'est simple et sans engagement. La prise d'abonnement est ouverte toute l'année.



BILLETTERIE

sur le site de vente en ligne et à l'accueil du CC René Char
Du **lundi au jeudi de 9h à 11h45** et de **14h à 17h30** (le vendredi jusqu'à 16h30)

Renseignements : 04 92 30 87 10 ccrc@dignelesbains.fr

Retrouvez l'intégralité de la saison sur www.centreculturelrenechar.fr

DERNIÈRE EXPO DE L'ANNÉE A LA GALERIE BRILLAN'ART DU 6 AU 30 OCTOBRE !

Pour la dernière exposition de l'année à la Galerie Brillan'Art, ce sont les dernières œuvres de la grande artiste Marina Haccoun-Levikoff qui sont exposées. Nous vous en disons un peu plus sur le thème de cette expo à ne manquer pour rien au monde !



LA BRILLANNE

MARINA HACCOUN-LEVIKOFF

Artiste née en Belgique en 1944, Marina Haccoun-Levikoff suit des études d'arts plastiques à Anvers. Avec un enseignement de grande rigueur de son professeur Jos Hendrickx : « C'est lui, mon professeur d'Anvers, qui m'a appris l'essentiel de l'Art et engagée dans cette voie. » De 1966 à 1969, Marina vit à Paris et fréquente l'Académie Julian. Elle obtient une bourse pour suivre des cours de gravure en Autriche. Elle quitte ensuite la France pour Israël où elle va développer son travail personnel. Actuellement Marina réside à Manosque où elle poursuit son travail axé principalement sur les liens du Visible et du Lisible et la Lumière.

DE NOMBREUSES EXPOSITIONS

L'exposition qui se tiendra à la Brillanne n'est, vous ne vous en doutez certainement pas, une première pour cette artiste. En effet de nombreuses galeries ou centres culturels ont accueilli ses œuvres. Elle a en effet exposé en Israël, en Belgique, Allemagne, Italie et en France, à Perpignan, Paris, Marseille, Metz et particulièrement dans le Département des Alpes de Haute-Provence : Digne-les-Bains, Manosque, Forcalquier, Lurs, Manne, Simiane...

EXPOSITION « PONTIQUES » À LA BRILLANNE

C'est donc Marina Haccoun-Levikoff qui va clôturer cette saison artistique de la galerie Brillan'Art avec une exposition dont le thème n'est autre que « Pontiques ».

Ici, le terme « Pontiques » se rapporte au pourtour de la mer Noire, le Pont-Euxin.



« Et l'homme au masque d'or se dévêt de son or en l'honneur de la mer »

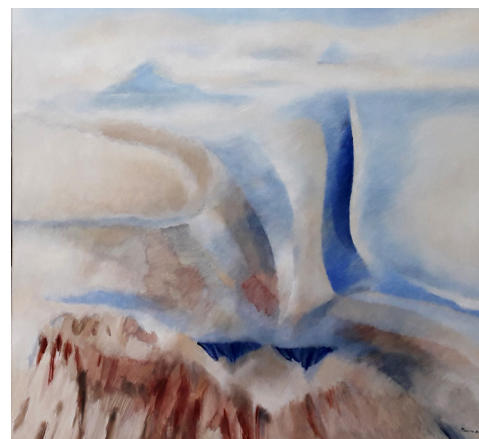
Saint-John Perse

Pont-pontus signifie MER en grec, le chemin, le flot : Pont est aussi ce qui relie; les flots ce qui conduit, transporte. Pont-Euxin ou la MER NOIRE. Cette mer Noire, lieu de circulation, est riche de cultures, elle transporte gens et idées, elle se glisse dans la Méditerranée par le Bosphore, la mer de Marmara, le détroit des Dardanelles et la mer Egée. C'est dans ce passage que je vous introduis.

Le nom de Noire fut donné par les turcs seldjoukides. Chez eux, les points cardinaux sont désignés par des couleurs :

Kara, le noir pour le nord Ak, le blanc pour le sud. Ainsi Karadeniz [deniz = mer] est la mer Noire et Akdeniz, ou mer Blanche, désigne la Méditerranée. Les mots et les noms ont leur histoire et la mer Blanche de Russie septentrionale se glisse dans la Méditerranée par une malicieuse opportunité. Par l'histoire familiale, ces mers, qu'elles soient Noires, Blanches et Bleues, sont les miennes, je les connais et je les aime.

C'est sans aucun doute que vous retrouverez dans les œuvres accrochées au mur de la chaleureuse galerie Brillan'Art, le style de l'artiste où lumières et couleurs vous feront voyager. Et selon la sensibilité de chacun et chacune le voyage ne sera pas le même... Nous vous laissons découvrir par vous-même les œuvres de cette exposition à ne pas manquer !



EXPOSITION « PONTIQUES »

Galerie Brillan'Art - 11 place des Aires
04700 La Brillanne.

Exposition du 6 au 30 octobre 2022

Du jeudi au dimanche de 15h à 19h
ou sur rendez-vous.

www.brillanart.com

A.Sauvadet 06 10 84 39 37

AGENDA

25 OCT. > 1^{er} NOV.
CONCOURS DÉCORATION
VITRINES ET DES MAISONS

MANOSQUE
Halloween
FESTIVAL

Vous souhaitez décorer votre vitrine ou votre maison ?
Participez au concours de la ville !

INSCRIPTIONS SUR :
WWW.VILLE-MANOSQUE.FR

AGENDA DES EXPOSITIONS EN OCTOBRE

MANE	Musée Salagon	Exposition "Habiter, Habitats, Habitants"	Journée	☎ 04 92 75 70 50
MANE	Musée Salagon	Exposition "Intérieur Paysan"	Journée	☎ 04 92 75 70 50
MANE	Eglise de Salagon	Fleurs ! 10 artistes contemporains défient le cliché	Journée	☎ 04 92 75 70 50
MANE	Musée Salagon	Expo "Traces au Prieuré de Salagon"	Journée	☎ 04 92 75 70 50
MANE	Musée Salagon	Expo Œuvres d'arbres-Bourgades d'insectes	Journée	☎ 04 92 75 70 50
MANOSQUE	Hôtel Raffin	Jean Giono les Chemins de l'œuvre	Journée	☎ 04 92 70 54 54
MOUSTIERS	Village	Sculptures Monumentales 5 ^e rencontres >31/10	...	☎ 04 92 74 67 84
DIGNE-LES-BAINS	Archives dép.	Exposition : Portrait de Haute Provence	...	☎ 04 92 36 75 00
DIGNE-LES-BAINS	Musée Promenade	Exposition : Territoire de transhumances	...	☎ 04 92 36 70 70
QUINSON	Musée de Préhistoire	Bienvenue chez les Préhistos	10H-19H	☎ 04 92 74 09 59
BANON	Au Tour du bois	Exposition permanente (bois)	...	☎ 06 33 26 24 98
QUINSON	Musée de Préhistoire	Exposition "Préhisto'Art du Verdon"	10H-19H	☎ 04 92 74 09 59
ST-ÉTIENNE-LES-O.	Square Elie Pallet	La Nécropole de l'Abadie	...	☎ 04 92 73 02 00
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Exposition : Lucien Jacques et Jean Giono	...	☎ 04 92 70 48 20
SIMIANE-LA-R.	Château médiéval	Exposition permanente au château	10H30-18H30	☎ 04 92 73 11 34
FORCALQUIER	La Voûte	Expo : nouvelle saison artistique à La Voûte	10H-19H	☎ 06 62 61 89 27
BANON	24 rue de la Fontaine	Expo permanente - Atelier Galerie Arnold Toubeix	...	☎ 04 92 72 96 60
SAINTE TULLE	Médiathèque	Les grands espaces de Gallmeister 29/10	...	☎ 04 92 78 39 38
MOUSTIERS	Galerie la Bourgade	Céramiques de Timothée Humbert >9/10	10H-18H	☎ 04 22 23 95 67
DIGNE-LES-BAINS	Musée Gassendi	Exposition : Rose, c'est la vie	10H-18H	☎ 04 92 31 45 29
DIGNE-LES-BAINS	musée A-D Néel	Exposition - La vie du Bouddha > 30/11	10H-18H	☎ 04 92 31 32 38
GRÉOUX-LES-BAINS	Chateau des T.	Salle des gardes en Octobre	15H-18H	☎ 04 92 78 01 08
FORCALQUIER	Médiathèque	On n'y croit pas !	...	☎ 04 92 75 72 41
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Les talents cachés de Gréoux >8/10	...	☎ 04 92 70 48 20
SISTERON	Galerie Domnine	Exposition : Mady Ersham >22/10	...	☎ 04 92 61 54 50
DIGNE-LES-BAINS	Archives dép;	Vivre à Digne au Ier-IIIème siècle >31/08/23	9H-17H	☎ 04 92 36 75 00
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Fête de la science "Univers express" >29/10	...	☎ 04 92 70 48 20
SAINTE-TULLE	Médiathèque	"Transition énergétique" 31/10 AU 4/11	...	☎ 04 92 78 39 38
REILLANNE	Galerie des Arts	Exposition de photographies :14/10 > 23/10	...	☎ 06 95 88 22 23

Nouveau Service

UN COLIS OU UNE PALETTE À ENVOYER ?
Nous avons des solutions à vous proposer !



EXPÉDITION DE TOUT COLIS :
Ski, vélo, échelle, pneu, jantes, petits meubles, matelas...
Possibilité valeur déclarée et contre-remboursement à la livraison.



Depuis Gap ou Manosque à destination de toute la France nous expédions vos colis en toute sécurité. Récupération possible sur tout le 04 & 05.



Gap 04 92 51 28 22 mes.gap@transportscharbonnier.com
Manosque 04 92 72 18 16 mes.manosque@transportscharbonnier.com

AGENDA

28 OCT. 14h30
CENTRE VILLE & TERREAU
PARADE DES P'TITS MONSTRES
avec le Centre de l'enfance

MANOSQUE
Halloween
FESTIVAL

L'ÉTRANGE L'NOIR DE MONSIEUR JACK

DÉFILÉ DES ENFANTS • GOÛTER OFFERT
FEU DU CARAMANTRAN

Rejoignez le Centre de l'enfance et participez à cette parade déguisée avec vos enfants !

WWW.VILLE-MANOSQUE.FR

LUNDI 3 OCTOBRE

GRÉOUX-LES-BAINS	Eglise	7ème Automne musical >15/10	...	☎ 06 80 96 08 84
L'ESCALE	Maison des Assos	Aime-moi vrai - Théâtre	19H	☎ 04 92 64 27 34
MANE	Salle des jeunes	Atelier de danses traditionnelles >3/07/23	18H30-19H45	☎ ...
FORCALQUIER	...	Sortie de marche nordique	14H-16H	☎ 06 72 39 27 63

MARDI 4 OCTOBRE

ESTOUBLON	Route des Gorges	Visite de l'ancien moulin à huile >31/10	16H-18H	☎ 04 92 34 44 60
MANOSQUE	Gaïa & Nous	Atelier faB; - Tablette lave vaisselle - Sur résa	13H-18h30	☎ 09 73 88 05 47
DIGNE-LES-BAINS	Ciné Toiles	Ciné-débat sur la Sécurité sociale	18H	☎ 04 92 36 62 00
SISTERON	Sanofi	Collecte de sang - Sur RDV	...	☎ ...
NIOZELLES	Salle municipale	Cours de QiGong et cours adapté	Journée	☎ 06 56 81 53 16

7ème AUTOMNE MUSICAL

GRÉOUX-LES-BAINS

DU 1^{ER} AU 15 OCTOBRE 2022



RETROUVEZ LE PROGRAMME DÉTAILLÉ ET RÉSERVEZ VOS BILLETS ICI



Invitée:
Dame Felicity Lott
soprano

1^{ER} OCTOBRE
Concert d'ouverture Piano et Airs d'Opéra

5 OCTOBRE
Stabat Mater - Pergolèse

6 OCTOBRE
Film « Les virtuoses »

7/8/9 OCTOBRE
Master-class Felicity Lott

8 OCTOBRE
Musique de la Légion Etrangère

13 OCTOBRE
Winterreise - Schubert

15 OCTOBRE
Musique latine « le Souffle du bandonéon »

BILLETS EN VENTE DANS LES OFFICES DE TOURISME DE :

- GRÉOUX-LES-BAINS
- MANOSQUE
- ORAISON
- QUINSON
- RIEZ
- VALENSOLE

VENTE EN LIGNE : greoux-les-bains.com

et nulle part ailleurs !

Destination HAUTE-PROVENCE
DURANCE LUBERON VERDON

ALPES DE HAUTE PROVENCE
LE DÉPARTEMENT

PLYAGGLO
Pays de Luberon Agglomération

CAESIO MUTUELLE

VillaBorghese
Hôtellerie & Gastronomie

ITER
Itinéraire de la Haute-Provence

PROVENCE CÔTE D'AZUR

AGENDA

29 OCT. 18h ESPLANADE MITTERRAND
 19h PARVIS DU CINÉMA CGR
GRANDE PARADE DÉGUISEE
 ADULTES • ENFANTS • ASSOCIATIONS

MANOSQUE
Halloween
 FESTIVAL

PARADE EN VILLE • SHOWS DE DANSE • FLASHMOB "THRILLER"
 VILLAGE D'HALLOWEEN • CONCERT • ANIMATIONS • JEUX
 CONCOURS DU PLUS BEAU DÉGUISEMENT • LÂCHER DE LANTERNES
 PROGRAMMATION SPÉCIALE AU CINÉMA CGR • ETC...

WWW.VILLE-MANOSQUE.FR

MERCREDI 5 OCTOBRE

VALENSOLE	Ancienne école	Gratuiterie de la Voï	14H-17H	☎ 06 84 51 37 26
MANOSQUE	Gaïa et Nous	Ateliers fab. Sur résa : "Shampoing solide"	13H-18H30	☎ 09 73 88 05 47
DIGNE-LES-BAINS	...	Ateliers numériques créatifs	14H-17H	☎ 04 92 30 87 17
GRÉOUX-LES-BAINS	Eglise	Pergolèse "Stabat mater"	18H-19H30	☎ 06 80 96 08 84
CÉRESTE	...	Festival de la Parentalité	15H30-17H30	☎ 04 90 75 81 30
GRÉOUX-LES-BAINS	Rés. Les Grands Pins	Rétro musette	16H-18H30	☎ 04 92 70 40 03
FORCALQUIER	...	Sortie de marche nordique	14H-16H	☎ 06 72 39 27 63
CHÂTEAU ARNOUX	Foyer club des aînés	Atelier intergénérationnel de l'entrée des artistes	14H-15H30	☎ 06 13 39 53 04
CHÂTEAU-ARNOUX	...	Heure du conte spéciale Jean Claverie	15H30	☎ 04 92 64 44 12

***Votre rentrée à 1 euro chez SO SWIM le 1er mois sur tous les ABONNEMENTS**

So Swim votre Club d'Aquagym et de Miha Bodytec

***-10% sur tous les Carnets**



Offres Valables du 22 Août 2022 au 31 Octobre 2022

Ces offres sont valables sur présentation de ce document et uniquement réservées aux non adhérents de So Swim



***Hors Frais d'inscription et de Badge**



AGENDA

14H/1H 31 OCT. • 1^{re} NOV. 10H/23H

"HALLOWEEN STRANGER PARTY"
SALLE DES FÊTES OSCO MANOSCO

MANOSQUE
Halloween
FESTIVAL

VOTRE SOIRÉE HALLOWEEN SUR LE THÈME DE "STRANGER THINGS"
3 SALLES D'ACTIVITÉS ET D'ANIMATIONS ENFANTS/ADOS/ADULTES
PISTE DE ROLLER DE 400M² • SOIRÉE DISCO ANNÉES 80
AMBIANCE ET DÉCORATION • RESTAURATION ET BUVETTE

WWW.VILLE-MANOSQUE.FR

JEUDI 6 OCTOBRE

MANOSQUE	Gaïa et Nous	Ateliers fab. Sur résa : "Cake vaisselle"	13H - 18H30	☎ 09 73 88 05 47
SISTERON	Place de la Rép	39ème Foire-expo du 6 au 9/10	...	☎ 04 92 61 00 37
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Automne musical - Film musical "Les Virtuoses"	18H - 20H	☎ 06 80 96 08 84
DIGNE-LES-BAINS	Archives dép.	Conférence : L'Archéologie post-médiévale	18H	☎ 04 92 36 75 00

VENDREDI 7 OCTOBRE

MANOSQUE	Gaïa et Nous	Ateliers fab. Sur résa : "Crème hydratante"	13H-18H30	☎ 09 73 88 05 47
DIGNE-LES-BAINS	...	Ateliers numériques Basics	10H - 12H	☎ 04 92 30 87 17
GRÉOUX-LES-BAINS	Chapelle	Masterclass avec Dame Felicity Lott	...	☎ 06 80 96 08 84
DIGNE-LES-BAINS	Palais des Congrès	Concert - LONNY	20H30	☎ 04 92 30 87 10
VILLENEUVE	Salle des fêtes	Conférence "Les microbes et virus"	20H	☎ 06 28 14 24 78
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Semaine bleue : Atelier Quilling	15H	☎ 04 92 70 48 20
MANOSQUE	Théâtre Jean le Bleu	Wok N' Woll Délirium Musicalia	20H30	☎ 04 92 70 35 21
MANOSQUE	Salle des Tilleuls	Collecte de sang - Sur RDV	...	☎ 06 19 26 18 35
FORCALQUIER	Le K'Fé Quoi	Expo photo + concert Pamela Badjogo	Dès 19H	☎ ...
MANOSQUE	La Fourmi Gourmande	Comptines dessinées et signées - sur résa	14H - 15H30	☎ 04 92 74 03 67



Vous souhaitez apprendre à danser tout en vous amusant ?
Alors L'Académie Dance Center est faite pour vous.



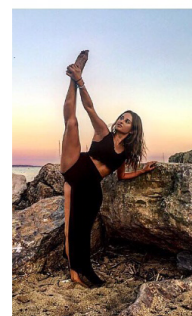
L'Académie Dance Center est une école de danse manosquine dirigée par Amélie Chabal depuis 3 ans. Vous pourrez y pratiquer de nombreux styles de danse moderne et urbaine, tel que le street jazz, le modern' latino, le lady style, le hip-hop/break dance, le dancehall, le contemporain mais aussi la danse orientale

"Notre objectif est d'offrir des cours de qualité afin que les élèves développent leur capacité physique, leur technique et leur sens artistique, tout en s'amusant et en prenant du plaisir" explique Amélie Chabal. Apprendre de nouveaux pas de danse ou travailler sa technique, autant de possibilités proposées par l'Académie Dance center. C'est dans ses nouveaux locaux, en zone industrielle Saint Joseph, qu'une belle et grande salle de danse vous attend.

Cette année ce sont aussi deux nouveaux professeurs qui rejoignent Amélie : Carla Lampazona, professeur de dancehall et contemporain et Charlélie Elzière, professeur de hip-hop et break dance .

L'Académie Dance Center vous propose également des spectacles, de nombreux stages et workshops avec des danseurs de tous horizons.

Pour tous renseignements n'hésitez pas à contacter L'Académie Dance Center :
0673795447 - lacademie.dancecenter@gmail.com - www.lacademiedancecenter.fr - @lacademiedancecenter -
182 Rue des Entrepreneurs 04100 MANOSQUE



AGENDA

25 OCT. > 1^{er} NOV.
CONCOURS DÉCORATION VITRINES ET DES MAISONS

MANOSQUE
Halloween
FESTIVAL

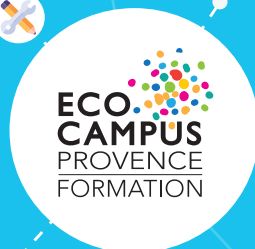
Vous souhaitez décorer votre vitrine ou votre maison ?
Participez au concours de la ville !

INSCRIPTIONS SUR :
WWW.VILLE-MANOSQUE.FR

SAMEDI 8 OCTOBRE

ORAISON	Centre ville	Marché de producteurs et d'artisanat	8H30-12H30	☎ 04 92 70 77 77
VALENSOLE	Site de compostage	Café Compost	10H-12H	☎ 06 62 49 74 15
MANOSQUE	Gaïa et Nous	Ateliers fab. Sur résa : "Détartrant WC"	14H & 15H30	☎ 09 73 88 05 47
GREOUX-LES-BAINS	Salle des Gardes	EXPO de NANOU & Fabien LICATA	10H-18H	☎ 06 61 53 45 30
MANE	Salagon	Fête de la Science	10H-18H	☎ 04 92 75 70 50
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Musique de la Légion Etrangère	20H-22H	☎ 06 20 99 31 41
SISTERON	Cathédrale	Concert : Chœur du Calas	20H	☎ 06 33 93 72 73
LES MÉES	Église	Festivoix festival de musique	...	☎ 04 92 34 36 38
CHÂTEAU-ARNOUX	Aérodrome	Journée des métiers de l'aéronautique	10H-17H	☎ 04 65 32 02 00
VILLENEUVE	Place de la mairie	Concours Madison en rose - Octobre Rose	19H30	☎ 04 92 78 42 31
VALENSOLE	Salle polyvalente	Zize du Panier - Nouveau spectacle	20H30	☎ 06 84 08 73 62
CHÂTEAU ARNOUX	Lot les lauzieres	2 ^{ème} Salon du livre et des Arts	Journée	☎ 06 13 39 53 04
FORCALQUIER	...	Chansons françaises des années folles à nos jours	20H30-23H	☎ 06 45 16 91 61
LE POËT	Salle des Fêtes	Salon Bien-être > 9/10	10H -19H	☎ 06 16 46 27 71
MALIJAI	Salle des Fêtes	Vide Grenier	Journée	☎ 06 69 58 71 55

Développez aujourd'hui vos compétences de demain



Centre d'Étude
de Langues

CHAMBRE DE COMMERCE
ET D'INDUSTRIE



AGENDA

28 OCT. 14h30
CENTRE VILLE & TERREAU
PARADE DES P'TITS MONSTRES
avec le Centre de l'enfance

MANOSQUE
Halloween
FESTIVAL

L'ÉTRANGE
NOÛL
DE
MONSIEUR
JACK

DÉFILÉ DES ENFANTS • GOÛTER OFFERT
FEU DU CARAMANTRAN

Rejoignez le Centre de l'enfance
et participez à cette parade déguisée
avec vos enfants !

WWW.VILLE-MANOSQUE.FR

DIMANCHE 9 OCTOBRE

LA BRILLANNE	5 rue de l'église	Vide grenier	Journée	☎ 04 86 90 54 99
Oraison	Centre ville	Fête de l'amande	Journée	☎ 04 92 78 60 80
FORCALQUIER	Cvt des Cordeliers	Fête des jardins en automne	Journée	☎ 04 92 75 38 03
MANOSQUE	Lac des Vannades	Journée sport et prévention / Octobre rose	Journée	☎ 04 92 70 34 00
GRÉOUX-LES-BAINS	Placette Pauline	Musiques à Pauline - Verdon musik	16H-17H30	☎ 04 92 78 01 08
SAINT-JULIEN-DU-V.	Salle polyvalente	Où atterrir ?	10H-17H	☎ 04 92 83 12 43
CHAMPTERCIER	...	Repas dansant	12H	☎ 06 71 97 24 08
FORCALQUIER	...	Sortie de marche nordique	14H-16H	☎ 06 72 39 27 63
LE POËT	Salle des Fêtes	Salon Bien-être > 9/10	10H -19H	☎ 06 16 46 27 71

LUNDI 10 OCTOBRE

LES MÉES	Quartier la Taura	TOURNOI TENNIS SENIORS	Journée	☎ 04 92 34 33 76
FORCALQUIER	...	Sortie de marche nordique	14H-16H	☎ 06 72 39 27 63

Oraison

15^{ème} Fête de l'Amande

DIMANCHE 9 OCTOBRE 2022

AVEC LE PARRAINAGE DE RENAUD MUSELIER

Président de la Région Provence-Alpes-Côte d'Azur, Président délégué de Régions de France



AGENDA

29 OCT. 18h ESPLANADE MITTERRAND
19h PARVIS DU CINÉMA CGR

GRANDE PARADE DÉGUISÉE
ADULTES • ENFANTS • ASSOCIATIONS

MANOSQUE Halloween FESTIVAL

PARADE EN VILLE • SHOWS DE DANSE • FLASHMOB "THRILLER"
VILLAGE D'HALLOWEEN • CONCERT • ANIMATIONS • JEUX
CONCOURS DU PLUS BEAU DÉGUISEMENT • LÂCHER DE LANTERNES
PROGRAMMATION SPÉCIALE AU CINÉMA CGR • ETC...

WWW.VILLE-MANOSQUE.FR

MARDI 11 OCTOBRE

MANOSQUE	Gaïa et Nous	Ateliers fab. Sur résa : "Baume multusage"	13H-18H30	☎ 09 73 88 05 47
CHÂTEAU ARNOUX	...	Collecte de sang - Sur RDV	...	☎ 04 92 64 33 56
NIOZELLES	Salle municipale	Cours de QiGong et cours adapté	Journée	☎ 06 56 81 53 16

MERCREDI 12 OCTOBRE

VALENSOLE	Ancienne école	Gratuerie de la Voï	14H-17H	☎ 06 84 51 37 26
MANOSQUE	Gaïa et Nous	Ateliers fab. Sur résa : "Masque cheveux"	13H-18H30	☎ 09 73 88 05 47
DIGNE-LES-BAINS	...	Ateliers numériques créatifs	14H-17H	☎ 04 92 30 87 17
FORCALQUIER	...	Sortie de marche nordique	14H-16H	☎ 06 72 39 27 63
DIGNE-LES-BAINS	Salle les Gavots	Collecte de sang - Sur RDV	...	☎ 06 61 93 04 30

JEUDI 13 OCTOBRE

MANOSQUE	Gaïa et Nous	Ateliers fab. Sur résa : "Liquide vaisselle"	13H-18H30	☎ 09 73 88 05 47
SAINTE-TULLE	Théâtre Henri Fluchère	Agents doublement secrets	19H	☎ 04 92 70 35 21
GRÉOUX-LES-BAINS	Eglise	Schubert "Winterreise - le voyage d'hiver"	18H-19H30	☎ 06 80 96 08 84
DIGNE-LES-BAINS	Archives dép.	Conférence : Des expulsés alsaciens et mosellans	18H	☎ 04 92 36 75 00



SAISON CULTURELLE
22
2023

CENTRE CULTUREL RENÉ CHAR
DIGNE-LES-BAINS

ABONNEZ VOUS !

Infos/billetterie : 04 92 30 87 10 / www.centreculturelrenechar.fr

Ville de **DIGNE les-Bains** **EXPLORATRICE DE CULTURES**

AGENDA

14H/1H 31 OCT. • 1^{re} NOV. 10H/23H
"HALLOWEEN STRANGER PARTY"
 SALLE DES FÊTES OSCO MANOSCO

MANOSQUE
Halloween
 FESTIVAL

VOTRE SOIRÉE HALLOWEEN SUR LE THÈME DE "STRANGER THINGS"
 3 SALLES D'ACTIVITÉS ET D'ANIMATIONS ENFANTS/ADOS/ADULTES
 PISTE DE ROLLER DE 400M² • SOIRÉE DISCO ANNÉES 80
 AMBIANCE ET DÉCORATION • RESTAURATION ET BUVETTE

WWW.VILLE-MANOSQUE.FR

VENDREDI 14 OCTOBRE

MANOSQUE	Gaïa et Nous	Ateliers fab. Sur résa : "Dentifrice"	13H-18H30	☎ 09 73 88 05 47
DIGNE-LES-BAINS	...	Ateliers numériques Basics	10H-12H	☎ 04 92 30 87 17
ORAISON	Salle du château	Cinéma	18H30	☎ 09 63 04 56 52
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Club des lecteurs : La rentrée littéraire	17H	☎ 04 92 70 48 20
DIGNE-LES-BAINS	C. C. René Char	Concert - LAS LLORONAS	20H30	☎ 04 92 30 87 10
CHÂTEAU-ARNOUX	Théâtre Durance	OMMA - Danse	20H30	☎ 04 92 64 27 34
VOLX	Salle des fêtes	Chansons des bistrots, tavernes et caboulots	19H30-22H30	☎ 06 45 16 91 61
VALENSOLE	...	Collecte de sang - Sur RDV	...	☎ 06 07 23 21 82
FORCALQUIER	Le K'Fé Quoi	Concert Rakoon	20H	☎ ...
CHÂTEAU ARNOUX	Salle J. Escanez	53 ^{eme} Champ. France oiseaux exotiques >16/10	18H - 22H	☎ ...

SAMEDI 15 OCTOBRE

ORAISON	Centre ville	Marché de producteurs et d'artisanat	8H30-12H30	☎ 04 92 70 77 77
MANOSQUE	Gaïa et Nous	Ateliers fab. Sur résa : "Lessive"	14H - 15h30	☎ 09 73 88 05 47
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Musique latine "le souffle du bandonéon"	18H- 19H30	☎ 06 80 96 08 84
MANOSQUE	MJC La Capsule	Bagarre + Atoem + Fred Skitty [électro]	21H	☎ 04 92 72 19 70
BANON	Librairie Le Bleuet	Café littéraire avec Paule Constant au Bleuet	11H-12H	☎ 04 92 73 25 85
LES MÉES	Église	Festivoix festival de musique	...	☎ 04 92 34 36 38
ST-MICHEL-L'OBS	Village des sciences	Fête de la science : l' énergie	10H-18H	☎ ...
THÈZE	...	Faites des randonnées >16/10	14H-17H	☎ ...
SAINT AUBAN	Place Pechiney	Vide-greniers	Journée	☎ 06 68 64 03 15
SAINTE TULLE	Esp. Gaston Vachier	Soirée Fideuà - Repas + soirée sur résa	Dès 20H	☎ 04 86 56 02 29

CONCERTS



SEPTEMBRE

17.09 - ISAYA ["VOYAGE SONORE" AU MUSÉE DE LA PRÉHISTOIRE]
 01.10 - FESTIVAL ENDURANCE [CULTURES URBAINES]
 15.10 - FRED SKITTY + BAGARRE + ATOEM [ÉLECTRO]
 20.10 - SARAÏ [CIE MONTANARO]
 19.11 - CHINESE MAN RECORDS
 24.11 - CARTE BLANCHE À BLUES UP !
 26.11 - SOIRÉE METAL
 10.12 - ZAR ÉLECTRIK + YIRIBA
 15.12 - CONFÉRENCE
 "LE JAZZ AU FÉMININ"



AGENDA

25 OCT. > 1^{er} NOV.
CONCOURS DÉCORATION
VITRINES ET DES MAISONS

MANOSQUE
Halloween
FESTIVAL

Vous souhaitez décorer votre
vitrine ou votre maison ?
Participez au concours de la ville !

INSCRIPTIONS SUR :
WWW.VILLE-MANOSQUE.FR

DIMANCHE 16 OCTOBRE

VILLENEUVE	Salle des Fêtes	Loto de l'Age d'Or	14H-18H	☎ 06 51 95 17 14
MANE	Salagon	Les Automnales de Salagon	13H-18H	☎ 04 92 75 70 50
DIGNE-LES-BAINS	Palais des Congrès	Concert - ORPHÉON LAVANDE : LES 20 ANS	15H	☎ 04 92 30 87 10
SAINTE-TULLE	Parc municipal	La Foulée Tullésaine	9H30	☎ ...
SAINTE-TULLE	Parc MaxTrouche	Octobre Rose	Journée	☎ ...

LUNDI 17 OCTOBRE

FORCALQUIER	...	Sortie de marche nordique	14H-16H	☎ 06 72 39 27 63
SISTERON	...	Collecte de sang - Sur RDV	...	☎ 06 33 39 74 34

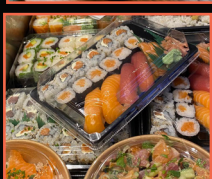
MARDI 18 OCTOBRE

MANOSQUE	Gaïa et Nous	Ateliers fab. Sur résa : "Shampooing solide"	13H-18H30	☎ 09 73 88 05 47
DIGNE-LES-BAINS	CFA	Collecte de sang - Sur RDV	...	☎ ...
NIOZELLES	Salle municipale	Cours de QiGong et cours adapté	Journée	☎ 06 56 81 53 16



Shin SUSHI

SUR PLACE ■ EN LIVRAISON ■ À EMPORTER



- Cuisine japonaise faite maison à base de produits frais
- Sushis préparés à la minute
- Terrasse
- Livraison à domicile ou au bureau

Commandez en ligne sur SHINSUSHIBAR.EATSELF.FR

AGENDA

28 OCT. 14h30 CENTRE VILLE & TERREAU
PARADE DES P'TITS MONSTRES
 avec le Centre de l'enfance

MANOSQUE
 Halloween FESTIVAL

L'ÉTRANGE NOÛL DE MONSIEUR JACK

DÉFILÉ DES ENFANTS • GÔÛTER OFFERT
 FEU DU CARAMANTRAN

Rejoignez le Centre de l'enfance
 et participez à cette parade déguisée
 avec vos enfants !

WWW.VILLE-MANOSQUE.FR

MERCREDI 19 OCTOBRE

VALENSOLE	Ancienne école	Gratuiterie de la Voï	14H-17H	☎ 06 84 51 37 26
MANOSQUE	Gaïa et Nous	Ateliers fab. Sur résa : "Détartrant WC"	13H-18H30	☎ 09 73 88 05 47
DIGNE-LES-BAINS	...	Ateliers numériques créatifs	14H-17H	☎ 04 92 30 87 17
MANOSQUE	Théâtre Jean le Bleu	Il ne faut pas déranger les anges	16H	☎ 04 92 70 35 21
GRÉOUX-LES-BAINS	Rés. Les Grands Pins	Rétro musette	16H-18H30	☎ 04 92 70 40 03
FORCALQUIER	...	Sortie de marche nordique	14H-16H	☎ 06 72 39 27 63
CHÂTEAU-ARNOUX	...	Rencontre avec un apiculteur - dès 6 ans	15H30	☎ 04 92 64 44 12

JEUDI 20 OCTOBRE

MANOSQUE	Gaïa et Nous	Ateliers fab. Sur résa : "Baume multi usage"	13H-18H30	☎ 09 73 88 05 47
MANOSQUE	Salle Jean le Bleu	Saraï [musiques du monde]	19H-20H30	☎ 04 92 72 19 70
REILLANNE	...	Collecte de sang - Sur RDV	...	☎ 06 15 40 16 24

VENDREDI 21 OCTOBRE

MANOSQUE	Gaïa et Nous	Ateliers fab. Sur résa : "Déodorant"	13H-18H30	☎ 09 73 88 05 47
DIGNE-LES-BAINS	C. Culturel René Char	MARION RAMPAL ET PIERRE-FRANCOIS BLANCHARD	20H30	☎ 04 92 30 87 10
MANOSQUE	Théâtre Jean le Bleu	Le petit coiffeur	20H30	☎ 04 92 70 35 21
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Un soir au bar de la marine	20H30-22H	☎ 04 92 78 01 08
SAINTE TULLE	Médiathèque	Conférence spectacle	18H-19H20	☎ 04 92 78 39 38
FORCALQUIER	Le K'Fé Quoi	Concert Omri Swafield	19H	☎ ...

LES SOIRÉES DE **L'ÉTOILE** 2022

GRÉOUX-LES-BAINS
CENTRE DE CONGRÈS

VENDREDI 21 OCTOBRE
À 20H30

UN SOIR AU BAR DE LA MÉRINE

Florilèges de scènes de « Marius et Fanny »
 Par la Compagnie **DANS LA COUR DES GRANDS**

BILLETTS EN VENTE DANS LES OFFICES DE TOURISME DE :

- GRÉOUX-LES-BAINS
- MANOSQUE
- ORAISON
- QUINSON
- RIEZ
- VALENSOLE

VENTE EN LIGNE : durance-luberon-verdon.com

Plein tarif : 15€, Tarif réduit* : 12€, Gratuit pour les moins de 12 ans
 *(demandeurs d'emploi, moins de 25 ans, groupes à partir de 10 personnes et comités d'entreprises)

et nulle part ailleurs !

Destination HAUTE-PROVENCE DURANCE LUBERON VERDON

PLVAGGLO

ALPES DE HAUTE PROVENCE

REGION SUB ALPES

CHÂTEAU SAINT-JEAN LES DURANCE

CHAÎNE THERMALE DU SOEIL

Agglo de Région d'Arles

bleu

AGENDA

29 OCT. 18h ESPLANADE MITTERRAND
19h PARVIS DU CINÉMA CGR

GRANDE PARADE DÉGUISÉE
ADULTES • ENFANTS • ASSOCIATIONS

MANOSQUE
Halloween
FESTIVAL

PARADE EN VILLE • SHOWS DE DANSE • FLASHMOB "THRILLER"
VILLAGE D'HALLOWEEN • CONCERT • ANIMATIONS • JEUX
CONCOURS DU PLUS BEAU DÉGUISEMENT • LÂCHER DE LANTERNES
PROGRAMMATION SPÉCIALE AU CINÉMA CGR • ETC...

WWW.VILLE-MANOSQUE.FR

SAMEDI 22 OCTOBRE

ORAISSON	Centre ville	Marché de producteurs et d'artisanat	8H30-12H30	☎ 04 92 70 77 77
MANOSQUE	Gaïa et Nous	Ateliers fab. Sur résa : "Tablette lave-vaisselle"	14H & 15h30	☎ 09 73 88 05 47
LES MÉES	Église	Festivoix festival de musique	...	☎ 04 92 34 36 38
PIERREVERT	Parc André-Turcan	Fête des vendanges	10H-21H	☎ 04 92 72 86 87
SAINTE-TULLE	Médiathèque	Rencontre littéraire avec l'éditeur Gallmeister	10H30-12H	☎ 04 92 78 39 38
FORCALQUIER	...	Sortie de marche nordique	14H-16H	☎ 06 72 39 27 63
PUIMOISSON	Salle Conseil Muni.	Exposition sur des Femmes Remarquables	Journée	☎ ...

DIMANCHE 23 OCTOBRE

SIMIANE-LA-R.	Jardin de l'Abbaye	Brico récup au jardin	15H-16H	☎ 04 92 75 94 19
DRAIX	La Rouine	Fête de la poire sartheau blanche	Journée	☎ 06 69 66 50 08
PUIMOISSON	Salle Conseil Muni.	Exposition sur des Femmes Remarquables	Journée	☎ ...
ESPARRON DE V.	Corniche des Aires	Fête de la courge	Journée	☎ 06 64 46 09 09

Samedi 22 octobre

FÊTE DES VENDANGES

Pierrevert

ICI

et nulle part ailleurs

Salle polyvalente
Dégustations, balade dans les vignes, foulée des vendanges, visites de caves et du musée de la vigne et du vin, concert, animations pour les enfants



Programme et réservations en flashant ce QR Code



AGENDA



LUNDI 24 OCTOBRE

FORCALQUIER	...	Sortie de marche nordique	14H-16H	☎ 06 72 39 27 63
SAINT JURs	salle des fêtes	Jacques Brel textes et chansons	16H	☎ 06 45 16 91 61
FORCALQUIER	...	Collecte de sang - Sur RDV	...	☎ 06 01 91 85 52

MARDI 25 OCTOBRE

MANOSQUE	Gaïa et Nous	Ateliers fab. Sur résa : "Crème hydratante"	13H-18H30	☎ 09 73 88 05 47
MANOSQUE	Place de l'hotel de ville	Inauguration Manosque Halloween Festival	17H30	☎ 04 92 70 34 00
AIGLUN	...	Collecte de sang - Sur RDV	...	☎ 06 77 16 45 58
NIOZELLES	Salle municipale	Cours de QiGong et cours adapté	Journée	☎ 06 56 81 53 16

MERCREDI 26 OCTOBRE

VALENSOLE	Ancienne école	Gratuiterie de la Voï	14H-17H	☎ 06 84 51 37 26
MANOSQUE	Gaïa et Nous	Ateliers fab. Sur résa : "Lessive"	13H-18H30	☎ 09 73 88 05 47
MANOSQUE	Centre Jean Giono	Festival Halloween - Ateliers, lectures... sur résa.	Dès 14H	☎ 04 92 70 54 54
FORCALQUIER	...	Sortie de marche nordique	14H-16H	☎ 06 72 39 27 63
DIGNE LES BAINS	Salle Les Gavots	Collecte de sang - Sur RDV	...	☎ 06 61 93 04 30

JEUDI 27 OCTOBRE

MANOSQUE	Gaïa et Nous	Ateliers fab. Sur résa : "Masque cheveux"	13H-18H30	☎ 09 73 88 05 47
MANOSQUE	Place Hôtel de Ville	Manosque Halloween Festival - Journée culinaire	Journée	☎ ...
BANON	Librairie Le Bleuët	Histoires d'automne pour les enfants au Bleuët	16H-17H	☎ 04 92 73 25 85
VOLX	...	Collecte de sang - Sur RDV	...	☎ 04 92 75 44 87
MANOSQUE	Mediatheque D'Herbès	Escape game Edition Halloween - sur résa	10H-12H	☎ 04 92 74 10 59
MANOSQUE	...	«Manosque de l'effroi» - sur inscription	17H - 18H30	☎ 04 92 70 54 58

AGENDA

29 OCT. 18h ESPLANADE MITTERRAND
19h PARVIS DU CINÉMA CGR

GRANDE PARADE DÉGUISÉE
ADULTES • ENFANTS • ASSOCIATIONS

MANOSQUE Halloween FESTIVAL

PARADE EN VILLE • SHOWS DE DANSE • FLASHMOB "THRILLER"
VILLAGE D'HALLOWEEN • CONCERT • ANIMATIONS • JEUX
CONCOURS DU PLUS BEAU DÉGUISÉMENT • LÂCHER DE LANTERNES
PROGRAMMATION SPÉCIALE AU CINÉMA CGR • ETC...

WWW.VILLE-MANOSQUE.FR

VENDREDI 28 OCTOBRE

MANOSQUE	Gaïa et Nous	Ateliers fab. Sur résa : "Cake vaisselle"	13H - 18H30	☎ 09 73 88 05 47
MANOSQUE	Divers lieux	Manosque Halloween Festival - Spectacle famille	...	☎ 04 92 70 34 00
ORAISON	Salle du château	Cinéma	18H30	☎ 09 63 04 56 52
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Foire aux Santons > 6/11	14H-18H	☎ 04 92 78 01 08
MANOSQUE	Mediatheque D'Herbès	Escape game Edition Halloween - sur résa	10H-12H	☎ 04 92 74 10 59
MANOSQUE	Le Paradis	Visite de la maison de Jean Giono - sur inscript.	18H - 19H	☎ 04 92 70 54 54
MANOSQUE	Centre ville	Parade desp'tits montres, feu caramantran, goûter	Dès 14h30	☎ 04 92 70 34 00
DIGNE-LES-BAINS	Salle Perchot	Soirée Jeux	19H30	☎ 06 99 96 22 27

SAMEDI 29 OCTOBRE

ORAISON	Centre ville	Marché de producteurs et d'artisanat	8H30-12H30	☎ 04 92 70 77 77
MANOSQUE	Gaïa et Nous	Ateliers fab. Sur résa : "Shampoing solide"	14H & 15h30	☎ 09 73 88 05 47
GRÉOUX-LES-BAINS	Eglise	7ème Automne musical >15/10	...	☎ 06 80 96 08 84
MANOSQUE	Centre Ville	Manosque Halloween Festival - Animations/Parades	Journée	☎ 04 92 70 34 00
MANOSQUE	Lac des Vannades	Manosque Halloween Festival - yoga	Journée	☎ 04 92 70 34 00
DIGNE-LES-BAINS	Ctre C. René Char	41e RENCONTRE INTERNATIONALE ACCORDÉON ET CULTURES	15H	☎ 04 92 30 87 10
DIGNE-LES-BAINS	Complexe aquatique	Atelier Tzigane	15H-16H30	☎ 04 92 31 51 80
SAINTE-CROIX-DU-V	Route du Bord du Lac	Avironnades >30/10	Journée	☎ 04 92 77 76 51
SISTERON	Complexe sportif	Grand concert 80-90	20H30	☎ 04 92 61 36 50
BANON	Librairie Le Bleuët	Spectacle « Sous le vent »	19H-20H	☎ 04 92 73 25 85
MANOSQUE	Rue Guilhempière	Animations mexicaines - bénédiction religieuse	11H - 18H	☎ 04 92 70 34 00
MANOSQUE	Ctre ville / commerces	Grande chasse aux bonbons	Dès 15H	☎ 04 92 70 34 00
MANOSQUE	Espl. F. Mitterand	Grande parade déguisée	Dès 18H	☎ 04 92 70 34 00
LES VANNADES	Studio Mintaka	Célébrer Samhain - yoga, méditation... sur résa	14H-19h	☎ ...



www.le-kfe-quoi.com

SEPT / DEC 22

MINIMUM ENSEMBLE | PAMELA BADJOGO
HIBOU | RAKOON | YAMATSUKI
ORGANIZED BAZAR | O'MAKAI
DJ M.OAT | DOWDELIN | CLAIRE DAYS
BIENSÛRE | NICOLAS TORRACINTA
MPL | DJ AMAZONITA | OMRI SWAFIELD

✚ LES RDV KIFFEZ QUOI ! | JOURNÉES SAM'KIFF
SCÈNES OUVERTES | LE PETIT NOËL KARAOKÉ
LES DIMANCHES DU CONTE | LA NUIT DU JEU | ETC...

AGENDA

14H/1H 31 OCT. • 1^{re} NOV. 10H/23H

"HALLOWEEN STRANGER PARTY"
SALLE DES FÊTES OSCO MANOSCO

MANOSQUE
Halloween
FESTIVAL

VOTRE SOIRÉE HALLOWEEN SUR LE THÈME DE "STRANGER THINGS"
3 SALLES D'ACTIVITÉS ET D'ANIMATIONS ENFANTS/ADOS/ADULTES
PISTE DE ROLLER DE 400M² • SOIRÉE DISCO ANNÉES 80
AMBIANCE ET DÉCORATION • RESTAURATION ET BUVETTE

WWW.VILLE-MANOSQUE.FR

DIMANCHE 30 OCTOBRE

MANE	Salagon	Visite du jardinier	15H-17H	☎ 04 92 75 70 50
PIERREVERT	Place de la mairie	Brocante ,vide grenier et artisanat et créateur.	Journée	☎ 06 42 93 96 48
MANOSQUE	Les des Vannades	Fête de la Citrouille et de l'automne	Journée	☎ 04 92 70 34 00
MANOSQUE	Promenade Aubert Millot	Brocante	Journée	☎ 06 99 56 91 36
MANOSQUE	Eglise Saint Sauveur	Concert Violons de Prague	16H-17H30	☎ 06 66 12 21 12
REVEST-DU-BION	Place du village	Fête de la châtaigne	Journée	☎ 06 40 31 74 69
BANON	Librairie Le Bleuet	Randonnée littéraire du Bleuet	14H-17H	☎ 04 92 73 25 85
FORCALQUIER	...	Sortie de marche nordique	14H-16H	☎ 06 72 39 27 63
MANOSQUE	Lac Vannades	Halloween Coulers et saveurs d'automne	Journée	☎ ...

LUNDI 31 OCTOBRE

MANOSQUE	Salle Osco Manoso	Manosque Halloween Festival - Halloween party	14H-01H	☎ 04 92 70 34 00
FORCALQUIER	...	Sortie de marche nordique	14H-16H	☎ 06 72 39 27 63

MARDI 1 NOVEMBRE

MANOSQUE	Salle Osco Manoso	Manosque Halloween Festival - Halloween party	10H-23H	☎ 04 92 70 34 00
----------	-------------------	---	---------	------------------

ROULEZ EN TOUTE SÉCURITÉ
CONTRÔLE TECHNIQUE AUTOMOBILE

AUTOSUR
CONTRÔLE TECHNIQUE AUTOMOBILE

DES PONCHES
Tél. 04 92 75 94 07

266, rue des Ponches
(à côté de Hertz) MANOSQUE

RIEZ
Tél. 04 92 79 13 74

33 allées Louis Gardiol
(derrière la pharmacie) RIEZ

Vous OFFRE

12€

sur votre contrôle technique

À conserver et à présenter
lors de votre visite
offre NON CUMULABLE

AUTOSUR
CONTRÔLE TECHNIQUE AUTOMOBILE
DES PONCHES / RIEZ

N'attendez pas de laisser
passer la date pour faire votre
contrôle technique !

SUIVEZ NOUS SUR FACEBOOK 



AGENDA

25 OCT. > 1^{er} NOV.
CONCOURS DÉCORATION
VITRINES ET DES MAISONS

MANOSQUE
Halloween
FESTIVAL

Vous souhaitez décorer votre vitrine ou votre maison ?
Participez au concours de la ville !

INSCRIPTIONS SUR :
WWW.VILLE-MANOSQUE.FR

MERCREDI 2 NOVEMBRE

VALENTOLE	Ancienne école	Gratuiterie de la Voï	14H-17H	☎ 06 84 51 37 26
DIGNE-LES-BAINS	...	Ateliers numériques Basics	10H-12H	☎ 04 92 30 87 17
MANOSQUE	Gaïa et Nous	Ateliers fab. Sur résa : "Déodorant"	13H & 18h30	☎ 09 73 88 05 47

JEUDI 3 NOVEMBRE

BANON	Librairie Le Bleuet	Histoires d'automne pour les enfants au Bleuet	16H-17H	☎ 04 92 73 25 85
CHÂTEAU-ARNOUX	Théâtre Durance	Cirque	19H	☎ 04 92 64 27 34
MANOSQUE	Gaïa et Nous	Ateliers fab. Sur résa : "Tablette lave-vaisselle"	13H & 18h30	☎ 09 73 88 05 47

VENDREDI 4 NOVEMBRE

VILLENEUVE	Salle des fêtes	Conférence "Les mines d'eau des environs"	20H	☎ 06 28 14 24 78
MANOSQUE	Gaïa et Nous	Ateliers fab. Sur résa : "Shampooing solide"	13H & 18h30	☎ 09 73 88 05 47

SAMEDI 5 NOVEMBRE

VALENTOLE	Site de compostage	Café Compost - 1 samedi du mois	10H-12H	☎ 06 62 49 74 15
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Les histoires du 1er...	10H30	☎ 04 92 70 48 20
MANE	Salle des associations	Soirée jeux pour tous	20H-23H30	☎ 04 92 75 00 13

Retrouvez l'horoscope de THIERRY VALANCE

Consultation
par téléphone

06 01 26 65 40

de magazine

REJOIGNEZ MOI SUR MA PAGE

facebook

THIERRY VALANCE



Pour les 10 premiers lecteurs de Mouv'in
une question GRATUITE !

Envoyez votre question,
votre date de naissance et le code **MOUV-OCT**
à l'adresse : contact@mouv-in.com

ENTRAÎNEZ-VOUS EN PLEIN AIR AVEC L'ASSOCIATION CORIOLIS !



L'Association Coriolis avec comme président Mr Givaudan est une association loi 1901 (à but non lucratif) qui a vu le jour en 2017.

ACTIVITÉ PHYSIQUE EN EXTÉRIEUR

Pratiquer une **activité sportive en extérieur** permet de **combinaison des bienfaits de la nature et le plaisir du sport**. Ainsi on évolue dans un endroit agréable (et différent à chaque séance), on booste son énergie, son immunité et on améliore son sommeil.

L'association propose des **séances diverses, ludiques et surtout adaptées et individualisées**. Ces séances se font en petit groupe, avec la qualité d'un coaching efficace pour progresser sans risque de blessures.

Et le BONUS, c'est d'être en PLEIN AIR (toute l'année !).



4 COACHS, 4 DISCIPLINES !

L'Association Coriolis compte dans ses rangs 4 coachs diplômés avec chacun sa spécialité.

Vous pourrez donc pratiquer :

► **La course à pied** qui se pratique hors stade et qui est plutôt typée trail. Florent, le coach saura vous motiver et vous donner les bons conseils !

► **La marche nordique**, Florie, championne d'Europe dans sa discipline vous promet une pratique de la marche nordique, ludique et pleine d'énergie.

PIERREVERT / MANOSQUE

► **Yoga dynamique**, Frankie vous enseignera des enchaînements fluides et toniques pour des séries de postures sportives.

► **Cardio/renforcement musculaire** : Julie réveillera vos muscles et entretiendra votre cardio tout en profitant de la nature.



Les séances sont dites à « la carte ». Vous pouvez bénéficier de 10 séances, (1 séance = 1 heure d'entraînement), pour un tarif de 70 €, de 20 séances pour 120€. On vous demandera également une adhésion annuelle de 12€. Avec ce système vous pouvez gérer vos entraînements comme bon vous semble ! Il suffira juste de réserver votre séance à l'avance pour connaître les lieux d'entraînements.

PORTE OUVERTE AUX ADOS !

L'Association ouvre aussi ses portes aux **adolescents** (à partir de la 6^{ème}) qui souhaitent pratiquer une activité physique. Toujours en plein air, **les entraînements sportifs sous forme de jeux, de défis** (individuels ou par équipe) vont leur garantir un bien-être cardio vasculaire et musculaire. **Au programme : rapidité, vélocité, motricité et renforcement des zones posturales ! Le dévouement est garanti !**

INTERVENTIONS SPORTIVES

L'Association Coriolis peut également être missionnée pour effectuer des interventions sportives au sein des entreprises et collectivités. Elle peut proposer différents types de prestations :

- Réveil musculaire
- Jeux Sportifs (parfait pour la cohésion)
- Organisation de journée d'intégration sportive
- Sortie Marche Nordique
- Cours de Renforcement musculaire
- Sensibilisation au TMS (Troubles Musculo Squelettiques)
- Animation pour les interventions dans les quarts d'heure de sécurité en entreprise.

ENTRAÎNEMENT SPORTIF <i>En plein air</i>					
Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Week end
0845-0945 CARDIO/RENFO Julie PIERREVERT		MATIN MARCHÉ NORDIQUE Florie Manosque et alentours	09H-10H YOGA Frankie PIERREVERT	0845-0945 CARDIO/RENFO Julie PIERREVERT	SAMEDI/ DIMANCHE COURSE À PIED Florent PIERREVERT
MATIN DU APM MARCHÉ NORDIQUE Florie Manosque et alentours	10H30-10H30 COURSE À PIED Florent PIERREVERT	16H30-17H30 ENTRAÎNEMENT ADOS Frankie PIERREVERT	18H30-19H30 COURSE À PIED Florent Karine PIERREVERT	12H30-13H30 YOGA Frankie PIERREVERT	SAMEDI/ DIMANCHE MARCHÉ NORDIQUE Florie Manosque et alentours
18H-19H PERFECTIONNEMENT MARCHÉ NORDIQUE Florie PIERREVERT- Stalle		18H-19H CARDIO/RENFO Frankie PIERREVERT			

SÉANCE DECOUVERTE, SÉANCES À LA CARTE !

Avant de vous lancer à fond, l'Association Coriolis vous offre une séance de découverte pour que vous puissiez vraiment vous rendre compte de ce que le sport pratiqué en plein air peut vous apporter. Ensuite il n'y a pas besoin de souscrire un abonnement mensuel, donc pas d'engagement. La liberté !



Association Coriolis

Julie : 07 82 33 22 75

assocoriolis@gmail.com

Facebook/ Insta : @assocoriolis

<https://assocoriolis.wixsite.com/association-coriolis>

ESSAI TRANSFORMÉ POUR LA RENTRÉE DU DLV XV !

Tout le monde a retrouvé avec beaucoup de plaisir le chemin du stade pour commencer une nouvelle saison de rugby. Que ce soit chez les plus jeunes ou pour les catégories compétitions et loisirs, l'essai est transformé ! On fait le point sur la reprise...



MANOSQUE

Tout le monde a retrouvé ses marques au sein du DLV XV pour cette nouvelle saison qui s'annonce. Petit à petit joueurs et staff reprennent leurs marques et leurs habitudes de jeu.

L'ÉCOLE DE RUGBY

Comme vous avez pu le lire dans la précédente édition du magazine, l'École de Rugby a repris les entraînements sur deux sites : Manosque et Saint Julien Le Montagnier. **Tout le monde est unanime pour dire que cette rentrée rugbyistique a été une belle réussite !**

A la mi-septembre l'école de rugby comptait déjà une soixantaine d'inscriptions, sans compter sur les nouveaux arrivants qui ont depuis rejoint le club !



Il faut aussi savoir que les goûters sont distribués dans le club house pour que les enfants s'imprègnent dès le plus jeune âge de leur future deuxième maison.

Car si vous ne le saviez pas encore, le rugby est une grande famille !

Les membres du club souhaitent remercier toutes les personnes qui sont à leur côté pour leur investissement vers la progression et bien-être des enfants.



**BIENVUEILLANCE, CONVIVIALITÉ,
ESPRIT D'ÉQUIPE : LES VALEURS
DU RUGBY ET DU DLV XV**

Après une fin de saison dernière difficile, le club a su reconstruire une équipe d'encadrant qui va permettre de passer une superbe saison 2022/2023. C'est avec 22 éducateurs, pleins de motivations et d'envies, que l'École de Rugby va fonctionner cette année.

12 personnes rejoignent les rangs du DLV XV et 9 d'entre elles partiront en formation durant toute l'année sportive pour gagner en compétence.

En parallèle de l'aspect sportif, l'équipe de bénévoles accueille les parents au Club House lors des sessions d'entraînements où café, et boissons vous attendent dans une ambiance chaleureuse.

LES CATÉGORIES COMPÉTITIONS ET LOISIRS

C'est sous l'oeil bienveillant de leurs coachs que les cadets et les juniors du Rassemblement des Alpes du Sud ont repris l'entraînement. Le premier match de championnat est fixé au 1^{er} octobre, nous vous donnerons les résultats dans la prochaine édition du magazine.

L'équipe sénior a elle débuté la saison en Régional 2 avec un match à l'extérieur face au Lerins Rugby Club le dimanche 18 septembre.

L'équipe a ensuite enchaîné avec un match à domicile le dimanche 25 septembre au Stade Jean Salobert, contre le RC Pertuis. **Malgré une rivalité sportive historique une réelle amitié s'est nouée avec l'équipe de Pertuis.**

Cette saison comptera au total 22 matchs en phase de poule.

N'oublions pas les fameux Rougatoun de l'équipe loisir qui ont dépoussiéré aussi leurs crampons. C'est début septembre qu'il se sont retrouvés dans la bonne humeur sur le terrain et... en dehors du terrain !



BABY HANDBALL, LES PLUS PETITS JOUENT AUSSI AU HANDBALL !



MANOSQUE

Les plus petits ont aussi droit de pratiquer le handball c'est pour cela que le club ouvre cette année encore une section baby Handball réservée aux enfants de 3 à 5 ans.

Toujours désireux d'ouvrir les portes du gymnase au plus grand nombre, le **Manosque Handball** compte cette année encore une section **Baby Handball** pour la pratique de **3 à 5 ans**. **Thibaut Corraera**, qui a ouvert la première catégorie dans le 04 il y a 7 ans **revient cette année encadré les plus jeunes des handballeurs**. Il s'est prêté pour vous au jeu des questions pour en savoir un peu plus sur cette section du club !

Mouv'in : «Thibaut, pourquoi avoir ouvert une section Baby Hand au Manosque Handball il y a déjà 7 ans ?

Thibaut : Le club a toujours voulu ouvrir la pratique du handball au plus grand monde. A cette époque, la Fédération venait de créer cette nouvelle pratique et il nous a semblé logique d'offrir la possibilité aux plus jeunes de venir découvrir notre sport, avec des séances bien adaptées à leur catégorie d'âge.

Mouv'in : Comment se passe une séance de Baby Hand ?

Thibaut : **On propose des jeux ludiques dans lesquels on intègre des histoires** qui permettent aux enfants de développer leur imaginaire. Bien évidemment, on court, on saute, on lance la balle et on essaie de marquer des buts ou faire des arrêts. C'est l'essence de notre sport et on le retrouve chez les Baby, qui sont très demandeurs. Enfin, **on met l'accent sur le partage, que ce soit avec les autres enfants ou bien avec les parents.**

Mouv'in : Quel est le rôle des parents lors des séances de Baby Hand ?

Thibaut : **Les parents nous aident à accompagner leurs enfants lors des jeux**, que ce soit sur le thème de la motricité ou de la cohésion. D'une part, **l'enfant se sent rassuré d'avoir un parent à ses côtés** pour l'aider à relever des défis, et d'autre part, **c'est l'occasion idéale de partager un moment de complicité parent-enfant sur le thème du sport**. Bien sûr, les parents connaissent mieux leur enfant que quiconque, et **nous leur laissons le choix de leur participation active ou non lors de la séance.**



Mouv'in : Comment se porte l'Ecole de Handball (3-10 ans) en ce début d'année sportive ?

Thibaut : **Elle se porte très bien !** Nous avons beaucoup de nouveaux joueurs, notamment chez les 8-10 ans avec environ 30 joueurs lors des entraînements. **C'est encourageant pour l'avenir du club de voir autant de néo-handballeurs sur le terrain des Iscles !** Nous mettons tout en œuvre pour que chacun puisse progresser à son rythme et avec plaisir. Mais nous ne fixons pas de limites, et **nous pouvons continuer à accueillir tous les jeunes joueurs et joueuses désireux de pratiquer du handball cette année, et ceux dans les meilleures conditions possible.»**

HORAIRES DES ENTRAÎNEMENTS POUR LES PLUS JEUNES

► Baby-handball (207-2018-2019)

Samedi 9h30 - 10h15
Gymnase des Iscles

► U9 ans (2016-2015)

Mercredi 17h - 18h - Samedi 10h - 11h
Gymnase des Iscles

► U11 ans (2014-2013)

Mercredi 18h - 19h15 - Samedi 11h - 12h15
Gymnase des Iscles



Manosque Handball

Tél. 06 35 02 68 39

6304002@ffhandball.net

www.manosquehandball.fr

LANCEMENT DE DÉBUT DE SAISON AU HAUTE-PROVENCE BASKET

Tout le monde a fait sa rentrée au Haute Provence Basket. Les supporters sont bel et bien au rendez-vous et les premiers matchs ont lancé la saison et les entraînements ont repris pour l'école de basket ou le mini-basket !

MANOSQUE



C'est accompagnée de la super mascotte « Alpha », que Cécile Ielli, la présidente du club Haute Provence Basket a suivi de près le démarrage de cette nouvelle saison.



DES SUPPORTERS BIEN PRÉSENTS !

Cela fait plaisir de voir l'émulsion **des supporters qui sont venus nombreux encourager l'équipe masculine Sénior** à l'occasion de son premier match en coupe de France. Malgré la défaite, **la joie de se retrouver et des tribunes bien remplies marquent bel et bien ce début de saison.**

COUPE DE LIGUE : SENIORS FILLES

Pour ce début de saison, l'équipe séniors filles a pris la direction de Nice pour disputer un match de coupe de la Ligue. **Elles se sont bien défendues et ont remporté le match 80-27**, en partant avec 14 points de retard. Cette nouvelle équipe qui est tant attendue a fait preuve de solidarité et d'esprit d'équipe. Jonas Bourguignon, coach n'était pas peu fier de l'équipe, **il espère aller loin avec cette équipe atypique engagée cette saison en Région.**



U13 GARÇONS PREMIER MATCH !

C'est à Marseille que l'équipe des U13 garçons a disputé son premier match en championnat régional. Pour eux, le mini basket c'est terminé ! **Ces jeunes joueurs font leur premier pas dans « la cour des grands ».** Tous en première année dans cette catégorie, ils devront affronter plus grands et plus forts toute la saison ! Ils sont plus que jamais motivés et n'hésiteront pas à se donner à fond pour assurer la satisfaction de leur coach et du club !



U15 A BRIGNOLES

Les U15, accompagnés de leur coach Matéo ont fait un très beau match à Brignoles. Engagés en championnat régional, **ces jeunes joueurs sont les élites pour le club HPB qui ne compte pas moins de 50 jeunes joueurs dans cette catégorie.**

ECOLE DE BASKET / MINI-BASKET

L'école de basket ou le mini-basket reprend aussi avec le premier plateau U9. Ces rassemblements ont lieu tous les samedis matin. Les gymnases de Vols, Manosque, Vinon-sur-Verdon explosent de bonheur en accueillant chacun leur tour les plus petits. **Un même point commun : la passion du ballon ! Ça les éclate !**



PROCHAIN ÉVÈNEMENT

Notez-le dans vos agendas, le week-end du 15 et 16 octobre, c'est Octobre Rose ! Le club s'investit contre le cancer du sein, et met à disposition dans les tribunes un grand carton pour une récolte de soutien-gorge. Faites passer le mot !

LES ATHLÈTES DE L'EPM ATHLÉTISME ONT AUSSI FAIT LEUR RENTRÉE !



MANOSQUE

BELLES PERFORMANCES DES TRAILEURS DE L'EPM ATHLÉTISME

Avant la rentrée officielle de tous les groupes du club, des athlètes du groupe trail se sont lancés le défi de participer à l'Ultra Trail du Mont Blanc qui se déroulait du 22 au 28 août 2022. Sommet Mondial du Trail, cet événement comporte 7 trails dont quatre en ultra-endurance qui traversent trois pays : la France, L'Italie et la Suisse. Du côté des hommes, c'est **Yann Adelman** qui après des mois voire des années de préparation prend le départ du 170 km ! Sur la ligne de départ l'attente est longue, très longue mais Yann, plus motivé que jamais, rentre dans sa course en gérant au mieux les barrières horaires. **Au départ; 2657 participants, tous avec la même envie : franchir la ligne d'arrivée.**

Au kilomètre 80, à Courmayeur, Yann est 1800^{ème} et c'est à partir de ce moment là qu'il prend un rythme qui lui convient qui lui permet de doubler pas mal dans les montées. Yann gère sa course sans ressentir de fatigue ni le réel besoin de dormir, bémol tout de même, et pas des moindres, ses cuisses le font souffrir dans les descentes.

Avant d'arriver au dernier ravitaillement, c'est un coup de mou qui touche Yann, mais avec sa force de caractère et sa détermination, il puise dans ses réserves et son mental pour continuer et ne pas abandonner. Enfin la descente vers Chamonix : l'arrivée est en ligne de mire. **Il franchira cette fameuse ligne en 744^{ème} position après 38h de course, 170 kms et 10050 m de dénivelé positif !**

C'est un exploit sportif que Yann a réalisé et une aventure humaine incroyable qu'il n'oubliera pas de si tôt.

Chez les femmes, c'est **Laure Le Pomellec** qui se lance le défi du 170 kms après avoir participé à la Restonica Trail en juillet. Et pour cet ultra-trail du Mont Blanc, elle est venue elle aussi bien déterminée à franchir la ligne d'arrivée. Et tout comme Yann, elle est, **elle aussi finir en un peu plus de 44h de course.** Tout au long de cette course mythique elle était accompagnée et encouragée par ses partenaires et amies... **Bravo à Laure pour cette belle course qui montre la détermination, le mental d'acier** qu'il faut avoir, sans oublier le côté humain très présent !



REPRISE POUR LE GROUPE ROUTE

Mi-septembre, le groupe route de l'EPM Athlétisme s'est aussi retrouvé pour le 1^{er} entraînement de la saison. On a rechaussé les baskets pour commencer l'entraînement sous l'œil bienveillant de Maria Joly, avec une première course de la saison : le **10 km d'Octobre Rose à Sainte-Tulle le 16 octobre.** Et pourquoi vous ne rejoindriez pas le groupe route ? Quel que soit votre âge, votre niveau et vos objectifs, vous êtes les bienvenus ! N'hésitez pas et rejoignez les athlètes !



L'ÉCOLE D'ATHLÉTISME RETROUVE LA PISTE....

La rentrée sportive c'est pour tout le monde à l'EPM Athlétisme. De l'éveil athlétique à la catégorie benjamins loisirs, **ce ne sont pas moins de 90 jeunes qui ont fait leur premier entraînement de la saison.** Tout le monde avait le sourire, aussi bien les entraîneurs que les athlètes en devenir lors du KinderAthlé. Cette 6^{ème} édition du KinderAthlé permet au club d'ouvrir ses portes aux enfants de 7 à 11 ans pour découvrir l'athlétisme. C'est aussi un moment de partage et de convivialité !



BENJAMINS 1^{ERE} ANNÉE SONT AUSSI RENTRÉS !

Le nouveau groupe Benjamin 1^{er} année a aussi foulé la piste du stade Adrien Gilly, au programme de cette saison : saut, lancer, course... **Bon courage à eux, et rendez-vous dans les prochains numéros pour suivre leurs performances !**

L'ÉCOLE DE PERCHE

Pour apprendre à sauter à la perche comme les plus grands athlètes, l'EPM Athlétisme lance son école de perche. Ouverte aux jeunes dès l'âge de 12 ans, c'est tous les mercredis de 13h30 à 16h qu'ils vont pouvoir s'initier apprendre les bases avec Delphine qui va encadrer la discipline. C'est l'occasion de prendre de la hauteur !



MEETING ANNIVERSAIRE

Pour fêter les 60 ans du club, **un grand meeting se tiendra le 15 octobre au stade Adrien Gilly à Manosque.** Venez assister le matin au tour de pointes ainsi qu'au grand meeting officiel l'après-midi. Le club vous attend nombreux...



EPMANOSQUE ATHLÉTISME

Stade Municipal Adrien Gilly - Rue Santo Estello - 04100 MANOSQUE

Tel : 06 25 16 36 61

manosque.athletisme@gmail.com - www.manosque.athle.com

Facebook : EPManosque Athlétisme





INGRÉDIENTS

- 150g de farine
- 6 à 8 feuilles de basilic selon le goût
- Une douzaine d'olives noires dénoyautées
- 1 sachet de levure
- 1 c à s d'huile d'olive
- Sel, poivre



MADELEINES OLIVES NOIRES ET BASILIC

Pour 6 personnes . Préparation 15 min . Cuisson 12 min



PRÉPARATION

- Préchauffer le four à 170°C. Couper en petits morceaux les olives noires, ciseler le basilic. Réserver.
- Mélanger et tamiser la farine et la levure. Battre les oeufs en omelette, saler et poivrer, puis ajouter la farine-levure. Verser l'huile d'olive sur le mélange basilic-olives et incorporer à la préparation précédente..
- Répartir la pâte dans les moules à madeleine. Enfourner pour 10 à 12 minutes.

GRATIN DE POTIRON ET POMMES DE TERRE

Pour 6 personnes . Préparation 10 min . Cuisson 45 min



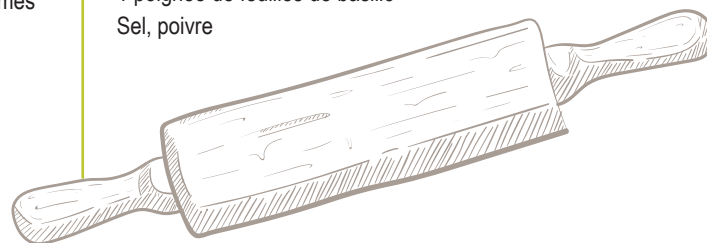
PRÉPARATION

- Préchauffer le four à 180°C (thermostat 6). Éplucher les pommes de terre et le potiron. Les couper en lamelles, les laver et les sécher à l'aide de papier absorbant.
- Éplucher et couper en tranche l'oignon puis les faire revenir dans une poêle légèrement huilée. Ajouter la crème fraîche liquide, les feuilles de basilic lavées et séchées. Saler, poivrer et mélanger la préparation avec une cuillère en bois.
- Dans un grand saladier, mélanger les lamelles de pommes de terre et de potiron.
- Répartir la moitié dans un plat à gratin préalablement beurré. Verser la préparation de crème liquide à l'oignon et au basilic. Couvrir du reste de pommes de terre et de potiron.
- Faire cuire pendant 20 min. Parsemer dessus du gratin de potiron et pommes de terre avec le fromage râpé. Enfourner le plat au four pour 15 min. Servir bien chaud, lorsque le fromage est gratiné.



INGRÉDIENTS

- 8 pommes de terre
- 500 g de potiron
- 2 oignons
- 1 pot de 25 cl de crème fraîche liquide
- 70 g de fromage râpé
- 1 poignée de feuilles de basilic
- Sel, poivre





Sof'Communication
Communication | Graphisme | Impression

COMMUNIQUEZ
mieux et plus fort !



- *Flyers*
- *Logos*
- *Brochures*
- *Affiches*
- *Enseignes...*

contact@sofcommunication.com
Tél. 06 11 64 30 54

HOROSCOPE



BÉLIER
21/03 > 20/04

Vous sentez l'automne s'installer lourdement et vous redoutez la santé de vos proches qui pour vous est précaire et vos parents vous inquiètent profondément. Aux petits soins, vous vous rapprochez d'eux.



TAUREAU
21/04 > 21/05

Les amis auront une place énorme dans votre vie cette semaine, tout sera basé sur eux et sur la notion de partage et d'amour. Ah l'amour véritable programme dans votre vie et là, vous avez décidé que rien ne serait comme avant.



GÉMEUX
22/05 > 21/06

Le travail sera sans nul doute votre principale préoccupation. Rien ne va plus, faites vos jeux, et là vous vous sentez quelque peu démuni face à l'adversité. Relevez la tête car cela ne va pas durer, à la longue vous gagnerez.



CANCER
22/06 > 22/07

Subitement, vous avez envie de passer à la vitesse supérieure, les nouvelles idées se bousculent dans votre cerveau, ne laissant pas beaucoup de place aux loisirs, mais dites-vous que vos efforts paieront rapidement.



LION
23/07 > 23/08

Votre entêtement est à son comble et cela peut vous porter préjudice. Un conseil renvoyez vos idéaux qui ne sont pas à la hauteur de ce que vous proposez. Revoyez votre copie, il est plus que temps.



VIERGE
24/08 > 22/09

Que vous arrive-t-il donc soudainement, en explorateur, vous êtes désireux de percer les mystères liés à votre naissance et l'ensemble de votre famille, car elle vous semble remplie de nombreuses ombres.



BALANCE
23/09 > 23/10

L'argent, chez vous est souvent un problème, vous êtes souvent un panier percé, et là, ce n'est pas le moment, car votre gestionnaire vous tire le signal d'alarme. Redressez la barre, car la fin de cette année risque d'être un peu compliquée.



SCORPION
24/10 > 22/11

Ouf, Ouf, Ouf, l'ambiance à la maison n'est pas au top, les reproches fusent et dès que vous ouvrez la bouche vous voyez pleuvoir des missiles. Alors, jouez la carte du silence, même si « qui ne dit mots consent », je vous propose cette politique.



SAGITTAIRE
23/11 > 21/12

Vous savez déjà que votre décision de vendre un bien, n'est pas judicieuse, pourtant vous persistez et vous signez, avant de donner l'ultime signature; pesez une fois de plus, le pour et le contre.



CAPRICORNE
22/12 > 20/01

L'amour est au programme, et pour une fois, vous laissez de côté votre vie professionnelle, qui pourtant occupe votre vie à 200%, mais là, le jeu en vaut la chandelle, et vous vous investissez dans la nouvelle relation, votre relation.



VERSEAU
21/01 > 18/02

Votre vie, ne sera pas aussi simple que vous le pensiez, les projets sont là, mais ils sont trop nombreux, et contrecarrent vos plans et votre organisation. Une remise en question sur votre carrière est à envisager.



POISSONS
19/02 > 20/03

L'amour est un grand poste pour vous, vous aimez être, aimé et vous faites tout pour mériter l'attention des autres. Soyez serein, ils ou elles vous aiment et cela devrait très prochainement vous mettre du baume au cœur.

ICI

et nulle part ailleurs !

28 OCT > 6 NOV 2022
GRÉOUX-LES-BAINS

Foire aux Santons

DEPUIS 1994



DE 14H À 18H
ENTRÉE GRATUITE

CENTRE DE CONGRÈS L'ÉTOILE

8 avenue Pierre Brossolette - 04800 Gréoux-les-Bains

RETROUVEZ
LE PROGRAMME



PARTENAIRES :

