



AGENDA DES SORTIES  
COMMERCES  
CAHIER SPORT

# MOVIE



**BTS**  
**AUDIOVISUEL**  
**BANQUE**  
**ASSURANCE**  
**SIO**  
**PERTUIS (84) MCO**



# keepcool

SOCIAL SPORTS CLUB

**MANOSQUE**

**NOUVEAU PROPRIÉTAIRE,  
NOUVELLE ÉQUIPE !**



**CARDIO - MUSCULATION - SMALL GROUPS - COACHING**



Accessible 7j/7 de 6h à 23h



Vidéos depuis l'appli Keepcool



Coaches diplômés d'Etat

# 19/ANS

MAGAZINE MOUV'IN

ÉDITÉ PAR L'AGENCE SOF'COMMUNICATION

EUROL 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



# irresistible

ALPES DE HAUTE PROVENCE



## édito #190 • Mars 2025

Les jours rallongent, la nature s'éveille, et nous sentons déjà cette douce promesse de renouveau. Le printemps approche à grands pas, et avec lui, l'envie irrésistible de profiter des beaux jours qui s'annoncent. Que ce soit pour flâner en terrasse, se balader en pleine nature ou simplement savourer les premières douceurs du soleil, la saison invite aux sorties en extérieur et aux moments de partage. Cela tombe bien, l'agenda s'étoffe avec une multitude d'idées pour sortir et prendre le temps de se détendre. Dans ce numéro, retrouvez comme tous les mois de mars, un focus spécial pour vous aider à construire votre avenir : un cahier dédié à l'emploi et à la formation. Parce que le printemps est aussi une période propice aux nouveaux départs, c'est l'occasion parfaite pour envisager de nouvelles perspectives professionnelles et saisir les opportunités qui s'offrent à vous.

Côté culture et sorties, les rendez-vous incontournables reviennent en force ! La reprise des soirées de l'Étoile promet de belles soirées, tandis que les concerts au Centre Culturel René Char et à La Capsule Manosque, rythmeront vos soirées avec une programmation riche et variée. À ne pas manquer également : la 2<sup>e</sup> édition de Corsica in Gréoux, un événement qui met à l'honneur toute la richesse de la culture corse au cœur de la cité thermale. Entre concerts, et produits locaux, cette immersion insulaire promet une belle escapade aux saveurs méditerranéennes.

Que cette saison soit synonyme d'énergie, de projets et de moments inoubliables. Belle lecture et beau printemps à toutes et à tous !

Sophie Guiou

Retrouvez le MAGAZINE MOUV'IN sur [www.mouv-in.com](http://www.mouv-in.com)



## ROSSINI

Maison de Ventes aux Enchères

### JOURNÉES D'ESTIMATIONS GRATUITES

ESTIMATIONS GRATUITES  
DE VOS BIJOUX & OBJETS  
D'ART ET DE COLLECTION

**MANOSQUE**

**MERCREDI 26 MARS**

09:00 - 14:00 - Au Campanile Hôtel, rue du Temple

14:00 - 18:00 - Rdv à domicile sur demande dans  
toutes les Alpes de haute-Provence (04)

**MARDI 29 AVRIL**

09:00 - 14:00 - Au Campanile Hôtel, rue du Temple

14:00 - 18:00 - Rdv à domicile sur demande dans  
toutes les Alpes de haute-Provence (04)

**SUR RENDEZ-VOUS**

Maitre Romain Verlomme-Fried

06 69 03 09 24

[rossini.sud@rossini.fr](mailto:rossini.sud@rossini.fr)

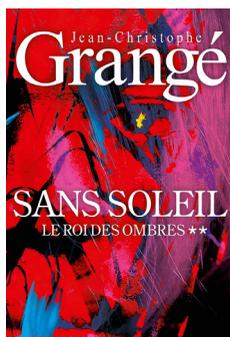


Tous les mois en partenariat avec la Librairie Jaubert à Riez, retrouvez la sélection de votre libraire : roman, BD, jeunesse...des ouvrages et des auteurs à découvrir !

## LIBRAIRIE JAUBERT



Les Allées Louis Gardiol - 04400 - Riez  
Tél. 04 92 77 84 60



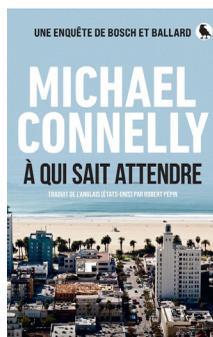
### SANS SOLEIL TOME 2

**Grangé**  
**Editions Albin Michel**

Années 1980 : sur les dancefloors parisiens, c'est la mort qui mène la danse. Embarquez avec Jean-Christophe Grangé pour une quête hallucinée sur les traces du mal...

Un meurtrier peut en cacher un autre. C'est vieux comme le mal. Dans l'ombre d'une

affaire résolue, une sourde étincelle brille encore... Des ruelles de Tanger aux ténèbres de la forêt africaine, la chasse continue, remontant jusqu'au crime fondaté



### A QUI SAIT ENTENDRE

**Michael Connelly**  
**Editions Calmann Levy**

Harry Bosch et Renée Ballard enquêtent sur des cold cases qui ont marqué la cité des Anges. À la tête de l'unité des Affaires non résolues, Renée Ballard retrouve la trace, grâce à l'ADN, d'un violeur en série qui a terrorisé Los Angeles deux décennies plus tôt avant de disparaître. Mais très vite, elle va se heurter à des secrets et à des obstacles juridiques qui

la forcent à demander son aide à Harry Bosch. Et cette fois, elle pourra compter sur une autre alliée : Maddie, la fille de Harry, qui rejoint l'unité et dévoile des documents surprenants concernant l'affaire la plus emblématique du siècle dernier, celle du Dahlia noir. Alors que la première enquête devient dangereuse, Ballard, Harry et Maddie ne seront pas de trop pour retrouver des criminels que les familles des victimes attendent depuis longtemps déjà de voir arrêtés



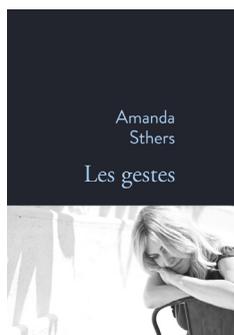
### UN AVENIR RADIEUX

**Pierre Lemaitre**  
**Editions Calmann Levy**

« Je viens sauver quelqu'un, se répétait-il, et maintenant qu'il se trouvait à deux heures de Prague, il sentait monter en lui une vive anxiété. »

Une échappée belle de Paris à Prague, d'un studio de radio à des ruelles hostiles, d'un cachot glacé à une académie de billard, d'une école de bonnes soeurs aux bureaux obscurs de la République. Chacun des Pelletier, à son heure, devra choisir entre son intérêt et son devoir, et pour certains entre la raison du coeur et la raison d'État. Un dilemme parfois déchirant, sauf pour le chat Joseph, qui lui a choisi depuis longtemps.

Passionnant, intense, bouleversant. Un grand roman de Pierre Lemaitre.



### LES GESTES

**Amanda Sthers**  
**Editions Stock**

Il y a évidemment des secrets derrière ses secrets, des moments de mystère, de tristesse et de joie dans l'ombre des silences que certains entendront. Il est possible que mes souvenirs aient leurs fantaisies, mais j'ai fait de mon mieux pour lui rendre justice, pour exprimer ce

que mon père m'a raconté comme ce qu'il a tu, les gestes que je vais te transmettre et ceux qu'il n'a pas faits. »

Alors que Marc s'apprête à adopter un enfant, son père meurt. Pour offrir à son fils un morceau de son histoire, il plonge dans la vie hors du commun d'Hippolyte, chauffeur de taxi exubérant devenu archéologue fantasque, et remonte aux histoires d'amour de ses parents et de ses grands-parents, procédant à une archéologie de l'intime.

De l'Égypte à Paris en passant par la Grèce et l'Italie, Amanda Sthers compose une fresque familiale sur la transmission et l'origine, peuplée de personnages aux incroyables destins. Impossible de lâcher cette saga à l'écriture aussi poétique que ses héros



## JEUNESSE



### OURSON ET SES COPAINS

**Tanja Louwers**

Un joli livre d'éveil avec de la feutrine à toucher !

Aujourd'hui, c'est l'anniversaire d'Ourson !

Qu'est-ce que ses amis ont bien pu préparer pour l'occasion ?

Envie de vous faire une toile ?  
Retrouvez les sorties cinéma prévues  
pour ces mois de **Mars 2025**



CINÉMA

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

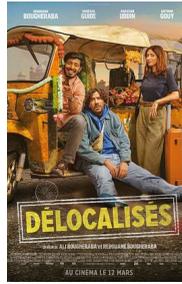
## SORTIE LE 5 MARS



### IN THE LOST LANDS

**Dave Bautista, Milla Jovovich, Arly Jover**  
Une reine pactise avec la puissante et redoutée sorcière Gray Alys afin qu'elle lui rapporte un trésor capable de lui conférer un pouvoir immense.

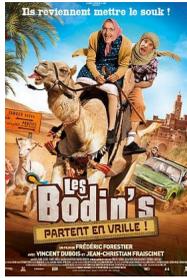
## SORTIE LE 12 MARS



### DÉLOCALISÉS

**Redouane Bougheraba, Vanessa Guide, Ahassan Uddin**  
Le jour où Redouane va obtenir sa promotion et enfin passer contremaître, il apprend que l'usine de matelas où il travaille est délocalisée en Inde.

## SORTIE LE 19 MARS



### LES BODIN'S PARTENT EN VRILLE

**Vincent Dubois, Jean-Christian Fraiscinet**  
Quand Maria Bodin, fermière autoritaire et revêche, et son fils Christian, apprennent qu'une usine de fromage industrielle s'apprête à s'installer dans leur petit village, ils sont prêts à tout pour défendre leur fromagerie artisanale.

## SORTIE LE 26 MARS

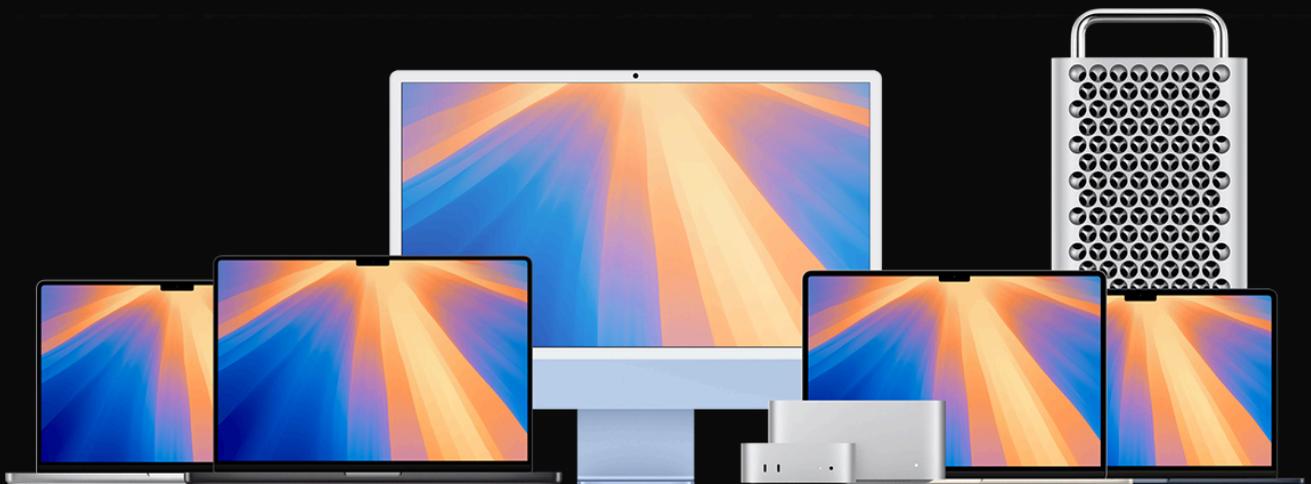


### LE JOUEUR DE GO

**Tsuyoshi Kusanagi, Takumi Saitoh, Kaya Kiyohara**  
Ancien samouraï, Yanagida mène une vie modeste avec sa fille à Edo et dédie ses journées au jeu de go avec une dignité qui force le respect.

# NovaMac

Assistance, dépannage, maintenance, réparation, formation,  
vente et installation de produits Apple dans les Alpes de Haute-Provence



3, boulevard Casimir Pelloutier - 04100 - Manosque

04 30 30 33 75 - 04 26 85 07 72

novamac.eu - contact@novamac.fr

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



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



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

## FOR A CROWN

**A partir de 8 ans – 20 minutes – 3 à 5 joueurs**

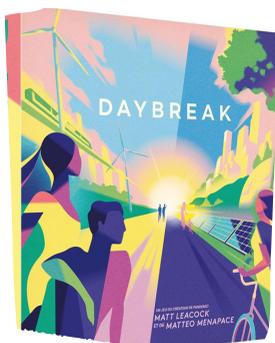
La lutte pour le royaume s'annonce très rude. Êtes-vous prêt à faire tout ce qu'il faut pour accéder au trône ?

1. Recrutez des mercenaires. Placez-les dans les pochettes de cartes de votre famille et mélangez-les avec les mercenaires de vos adversaires dans un paquet commun.
2. Révélez les cartes une par une. Si l'un de vos mercenaires est révélé, appliquez immédiatement ses effets. Mais attention, les événements peuvent ruiner tous vos plans !
3. Collectez le plus de rubis possible. Bandits masqués, influence, magie... tout est permis tant que vous faites perdre des rubis à vos adversaires et que vous vous assurez de remporter la couronne à la fin de cette bataille royale épique.



AMBIANCE

EXPERT



## DAYBREAK

**A partir de 10 ans – 90 minutes – 1 à 4 joueurs**

Daybreak, lutez ensemble contre le réchauffement climatique

Daybreak est un jeu coopératif qui propose une vision résolument optimiste de notre futur proche dans laquelle vous construisez des technologies innovantes et améliorerez la résilience de votre population pour faire face au réchauffement climatique.

Elaborez en commun les meilleures stratégies pour décarboner la société et créez des combos de cartes dans votre zone de jeu personnelle.

Découvrez des illustrations uniques et inspirantes qui vous plongeront dans un monde plus vert où chacun peut s'épanouir.

## LES ÉCLAIRTOUT

**A partir de 6 ans – 15 minutes – 1 à 5 joueurs**

Le sablier est lancé : attrapez vite vos lampes de poche magiques et partez à la recherche de licornes, de pirates, de pompiers ou de nains de jardin ! Explorez des décors grouillants de détails et tentez de débusquer à temps tous les personnages cachés pour rester en bonne place sur la piste ! Un Cherche et Trouve haletant et rocambolesque, jouable en coopération ou en compétition.



ENFANT

INITIÉ



## BEHIND

**A partir de 10 ans – 60 minutes – 1 à 4 joueurs**

Analysez, Assemblez, Admirez !

Dans Behind, observez bien les tuiles étalées devant vous. Ensuite, assemblez-les de façon logique et enfin, retournez-les pour admirer le résultat au verso !

Pour chaque tableau, 6 cartes indices sont disponibles, à retourner dans leur ordre de numérotation. Mettez votre égo de côté, elles sont là pour vous aider !

# KEEP COOL MANOSQUE : NOUVEAU PROPRIÉTAIRE, NOUVELLE ÉQUIPE, TOUJOURS AU TOP DE LA FORME !

# keepcool

SOCIAL SPORTS CLUB

## MANOSQUE



### DU CHANGEMENT...

Manosque voit Keep Cool, sa salle de sport bien connue, prendre un nouveau virage ! Avec une nouvelle équipe de propriétaires passionnés à sa tête, **le club de fitness entame l'année 2025 avec une énergie renouvelée.** Préparez-vous à découvrir une **ambiance dynamisée et des offres sportives innovantes !** Forte d'une expertise de près de 20 ans dans le domaine du Sport Santé, l'équipe à la barre de Keep Cool Manosque a débuté son aventure en 2008 avec le centre de remise en forme Axiom Sport-Bien-Etre, niché au cœur de la Clinique Axiom à Aix-en-Provence. En 2019, elle a élargi son horizon en acquérant le club aquatique **So Swim Manosque.** Ce début d'année 2025 marque une **nouvelle étape avec l'acquisition de Keep Cool,** consolidant ainsi son engagement envers le bien-être et la santé de la communauté manosquaine.



### «SMALL GROUPS» : L'EXPÉRIENCE SPORTIVE RÉINVENTÉE

**Nouveauté chez Keep Cool Manosque :** l'arrivée des «Small Groups» ! Oubliez les cours collectifs impersonnels. Ces **sessions de 45 minutes, encadrées par un coach professionnel** diplômé d'État, offrent une expérience personnalisée et motivante. Que vous soyez adepte de cardio training, passionné de cardio boxe, de renforcement musculaire avec le Pilates, le Yoga, ou désireux de tonifier votre corps avec le Full Body, **il y a forcément un «Small Group» fait pour vous.**

Avec **4 cours par jour minimum**, répartis sur différents créneaux (matinée, pause déjeuner, soirée), **il est facile d'intégrer ces séances à votre emploi du temps.** Et avec une ouverture 7 jours sur 7, de 6h à 23h, **Keep Cool s'adapte à tous les rythmes de vie.**



### PARTENARIAT GAGNANT : KEEP COOL ET SO SWIM, L'ALLIANCE DU FITNESS ET DE L'AQUATIQUE !

**Keep Cool Manosque ne s'arrête pas là !** Pour une expérience sportive complète, **profitez du partenariat exceptionnel avec So Swim,** le centre aquatique situé aux Près Combaux, **juste à côté de Keep Cool.** Dirigé par la même équipe de coaches sportifs diplômés d'État, **So Swim propose une large gamme d'activités aquatiques** pour tous les goûts et tous les niveaux. Ce partenariat se traduit par des offres combinées attractives :

### OFFRES EXCEPTIONNELLES !

#### ► OFFRE ALL INCLUSIVE

**Accès illimité à So Swim et à Keep Cool Manosque** pour seulement 99€ au lieu de 130€ ! (pour les 50 premiers adhérents entre le 1<sup>er</sup> mars et le 30 avril 2025).

#### ► OFFRE DÉCOUVERTE

**pour tout nouvel abonnement Keep Cool Manosque ou So Swim, le premier mois est offert** (pour toute souscription entre le 1<sup>er</sup> mars et le 30 avril 2025).

### SO SWIM : VOTRE OASIS AQUATIQUE À MANOSQUE

#### So Swim, c'est quoi exactement ?

Imaginez un lieu dédié au bien-être aquatique, où vous pouvez **vous dépenser, vous détendre et vous ressourcer.** So Swim vous propose des activités variées :

- **Aquagym** pour une remise en forme douce,
- **Aquabike** pour tonifier votre corps,
- **Aquatrainning** pour un entraînement complet,
- **Pilates** pour renforcer vos muscles en profondeur,
- **Electrostimulation Miha Bodytec** pour des résultats rapidement visibles,
- **Bébés nageurs** pour éveiller vos tous petits aux joies aquatiques
- **Leçons de natation** pour apprendre à nager ou perfectionner les techniques de vos enfants, le tout dans **une eau à 31 degrés et jusqu'à 33 degrés pour les bébés.**

Ouvert tous les jours de 9h à 20h et le samedi matin, **So Swim vous accueille avec des formules d'abonnement flexibles ou des tickets à l'unité.**



### VOTRE BIEN-ÊTRE, LEUR PRIORITÉ !

L'**accompagnement personnalisé** de chaque adhérent, quel que soit son objectif et son niveau sportif, est **au cœur de la philosophie de Keep Cool Manosque et So Swim.** Cette équipe dynamique à taille humaine a fait de la démarche **Sport-Santé sa marque de fabrique**, en créant une ambiance chaleureuse et conviviale où chacun se sent à l'aise pour progresser. Alors, n'attendez plus ! **Venez découvrir les nouvelles offres de Keep Cool Manosque et So Swim.** Leurs équipes sont à votre écoute pour vous conseiller.



#### KEEP COOL MANOSQUE

Z.A des Près Combaux - Manosque

Tél. 04 92 77 00 77

#### SO SWIM MANOSQUE

Tél. 09 83 96 41 16

# LE LIONS CLUB DE MANOSQUE ORGANISE LE 6<sup>E</sup> SALON VINS ET SAVEURS LES 4, 5 ET 6 AVRIL 2025



Comme tous les ans, le rendez-vous est donné début avril par le Lions Club de Manosque pour le Salon Vins et Saveurs. Cette année, c'est **du 4 au 6 avril 2025** que vous pourrez venir à la rencontre des vignerons, distillateurs, brasseurs et artisans des métiers de bouche soigneusement sélectionnés. **Que vous soyez gourmand ou gourmet, ce salon est le lieu idéal pour découvrir des produits rares et d'une qualité inégalée.**



## UN SALON TRES ATTENDU !

Cette 6<sup>e</sup> édition, organisée par le Lions Club de Manosque avec le soutien de la ville de Manosque et en partenariat avec la radio Ici Provence (France Bleu Provence), est, comme tous les ans, très attendue. Que ce soit par les visiteurs, dont le nombre augmente chaque année, ou par les exposants, qui seront ravis de vous présenter leurs produits. Du côté de l'œnologie, **les principales régions viticoles seront représentées** : Alsace, Beaujolais, Bordeaux, Bourgogne, Champagne, Languedoc, Loire, Provence, Roussillon ou encore Sud-Ouest. Vous allez sans nul doute découvrir des vins que vous connaissez peu, voire pas du tout...

Bien entendu, **les saveurs ne sont pas en reste avec la mise en avant des produits du terroir**. Eaux-de-vie, liqueurs, vins apéritifs, rhums, bières... **Des arômes inédits titilleront vos papilles !** Vous aurez aussi l'occasion de **découvrir des mets** tels que des produits corses, des fromages ou encore des huîtres et autres crustacés. Le foie gras, les spécialités régionales et les escargots raviront les gourmets ! Les saveurs sucrées seront aussi bien présentes : miel, biscuits, confitures, chocolats, fruits confits et bien d'autres gourmandises raviront les palais.

## GASTRONOMIE ET CONVIVIALITÉ

Comme lors des précédentes éditions, **des démonstrations culinaires** sont programmées durant les trois jours. Les Disciples d'Escoffier se feront un plaisir de vous proposer des démonstrations en direct. Sur leur stand, vous pourrez **découvrir des plats gastronomiques, à déguster sur place ou à emporter**. Si vous souhaitez vous restaurer sur place, il vous suffira de vous diriger vers l'**espace restauration**. Bar à huîtres, escargots, charcuteries... de quoi combler toutes les envies ! Vous pourrez également **savourer des recettes originales préparées par des chefs chevronnés**, sur place ou à emporter.

La **soirée nocturne du 5 avril** promet d'être un moment convivial, avec **une animation musicale prévue dans l'espace restauration de 20h à 22h**.

## L'ESPACE RESTAURATION VOUS ACCUEILLE DÈS L'OUVERTURE DU SALON, LE VENDREDI 4 AVRIL À 12H !

## PETIT PLUS...

Cette année encore, vous pourrez **participer à la tombola** qui vous permettra peut-être de remporter l'un des paniers composés de vins fins et de produits du terroir. Pour participer, rien de plus simple : il vous suffira de glisser dans l'urne **le ticket qui vous sera remis à l'entrée**.

L'**entrée est fixée à 5 € pour les trois jours** et comprend non seulement **votre ticket de tombola**, mais également **un verre sérigraphié et un porte-verre**. Ces accessoires vous permettront de profiter pleinement des dégustations sur les stands.

Le Lions Club de Manosque vous invite à la 6<sup>e</sup> édition du salon Vins et Saveurs, du 4 au 6 avril 2025. En attendant, assistez à la pièce de théâtre Le Prénom, organisée par le club le 22 mars à Gréoux-les-Bains.

## PIÈCE DE THÉÂTRE LE 22 MARS



Avant le tant attendu Salon Vins et Saveurs, le Lions Club de Manosque vous propose une soirée théâtrale **le 22 mars 2025 à Gréoux-les-Bains**.

La Compagnie Sans Nom montera sur scène pour interpréter «Le Prénom».

Vous connaissez certainement l'histoire...Invité chez Elisabeth et Pierre sa soeur et son beau-frère, Vincent y rejoint Claude un ami. Attendant l'arrivée de sa compagne, la révélation du futur prénom de leur fils provoque tension, dispute, révélation de secrets. La famille y survivra-t-elle ?

Infos : Samedi 22 mars 2025 | 20h45

Tarif 20€

Centre de Congrès de l'Etoile

Gréoux les Bains - Tél. 06 83 65 97 16

**LIONS CLUBS  
INTERNATIONAL**



Le **lundi 17 février**, le Lions Club de Manosque était présent au CCAS de Manosque pour remettre des colis destinés aux personnes sans domicile fixe.

**Fidèle à ses valeurs de solidarité et d'entraide**, le Lions Club s'engage tout au long de l'année pour venir en aide aux personnes dans le besoin.



## SALON VINS ET SAVEURS

Du 4 au 6 avril 2025

Salle Osco Manosco - 611 Chemin du Moulin Neuf - Manosque

Entrée 5€ pour les 3 jours

Programme complet sur le site web : [salonvinsaveurs04.org](http://salonvinsaveurs04.org)

*L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. Consommez avec modération surtout si vous prenez le volant.  
En cas de doute, des alcootests sont disponibles à l'accueil du Salon.*

# LE GROUPE NUMISMATIQUE DE MANOSQUE ORGANISE SA BOURSE ANNUELLE LE 9 MARS

Si vous êtes passionné par les monnaies, médailles et billets de tous pays et de toutes époques, ou si vous souhaitez découvrir cet univers fascinant, n'hésitez pas à vous rendre à la bourse annuelle régionale à La Brillanne, organisée par le Groupe Numismatique de Manosque.

ÉVÈNEMENTS

## MANOSQUE / LA BRILLANNE

### LA NUMISMATIQUE KESAKO ?

On appelle la numismatique l'étude des monnaies, médailles et objets monétaires, anciens ou modernes. Elle analyse leur histoire, leur fabrication, leurs inscriptions et leur valeur tant historique qu'économique. Passionnée d'histoire et de culture, cette discipline éclaire les échanges commerciaux, politiques et sociaux des civilisations à travers les âges. **Saviez-vous qu'à Manosque il existe un groupe de numismates à la fois amateurs et passionnés ?**

### LE GROUPE NUMISMATIQUE

Tous les premiers samedis du mois, le groupe de passionnés se réunit à la Maison des Associations de Manosque, de 9 h à 12 h. Vous êtes bien sûr invité à venir les rencontrer pour échanger sur le sujet, faire identifier ou estimer vos monnaies, médailles ou billets, quels que soient leur pays d'origine ou leur époque.

Le groupe dispose également d'une bibliothèque numismatique, l'une des plus complètes de la région. Que vous souhaitiez découvrir cet univers ou approfondir vos connaissances, c'est le moment idéal pour prendre contact avec le club.

### LA NUMISMATIQUE : PLONGEZ DANS L'UNIVERS FASCINANT DES MONNAIES ET MÉDAILLES

### BOURSE ANNUELLE

Cette année, après plusieurs années de pause, la grande bourse annuelle régionale organisée par le club numismatique de Manosque se tiendra le dimanche 9 mars 2025, dans la salle des fêtes de La Brillanne. Toute la journée, vous aurez l'occasion de rencontrer des passionnés qui proposeront des monnaies et des médailles. Que vous souhaitiez compléter votre collection ou la commencer, vous trouverez sur place des conseils précieux et des trésors pour enrichir votre passion.



**Groupe Numismatique De Manosque**

Club très convivial de numismates amateurs & passionnés

Le groupe vous accueille tous les premiers samedis du mois de 9h à 12h à la maison des associations pour :

- Identifier, estimer des monnaies, billets et médailles de tous pays et toutes époques.
- Discuter et échanger autour de notre hobby.
- Vous proposer une des bibliothèques numismatiques des plus complètes de la région.

gndm.paca@gmail.com  
06 08 07 02 93  
Groupe Numismatique de Manosque

**Bourse annuelle et régionale 2025**  
Dimanche 9 Mars 2025  
Salle des fêtes place de la mairie  
04700 La Brillanne  
Renseignements et Réservations au 06.25.01.09.16



### BOURSE ANNUELLE ET RÉGIONALE DIMANCHE 9 MARS 2025

Salle des Fêtes de la Brillanne  
04700 La Brillanne

Infos et réservations : 06 25 01 0 9 16

**Groupe numismatique de Manosque**  
Tél. 06 08 07 02 93 | gndm.paca@gmail.com

## LES CONCERTS DU MERCREDI DE RETOUR POUR UNE 2<sup>E</sup> SAISON

Pour cette deuxième saison, c'est toujours un mercredi par mois, jusqu'en novembre, que l'église Notre-Dame-des-Ormeaux accueille des artistes renommés.

## GRÉOUX-LES-BAINS



MUSIQUE

Organisé par l'Ensemble Instrumental Provence Verdon et l'Office de Tourisme du Pays de Manosque, ces concerts proposent un rendez-vous musical d'exception et vous offrent un voyage enchanteur au cœur des plus grands chefs-d'œuvre du répertoire. Ce rendez-vous mensuel se veut pluriel et éclectique, partant à la rencontre de Mozart comme de la musique traditionnelle irlandaise, convoquant les rythmes Sud-Américains ou plongeant au cœur de la musique romantique la plus émouvante. Au fil de ces concerts, l'Ensemble Instrumental Provence Verdon déploie tout son talent pour créer une atmosphère unique où les instruments fusionnent et vous offrent une expérience auditive inoubliable.

### MERCREDI 19 MARS

Pour ce premier concert de la saison, se sont «**Les Cordes dansantes**» qui vous attendent. Lorsque la guitare et le violon s'unissent, la danse de l'occident à l'orient prend vie à travers rythmes et mélodies envoûtants. Les 10 cordes commencent intimement, virevoltent et s'entrecroisent dans une entente parfaite.



«Les cordes dansantes» - Mercredi 19 mars 2025 - 18h

Eglise Notre Dame des Ormeaux - 04800 Gréoux-les-Bains

Tarif 15€ - Gratuit pour les moins de 16 ans - Réservations : Dans les Offices de Tourisme du Pays de Manosque : de Gréoux-les-Bains, Manosque, Oraison, Valensole, Riez, Esparron-de-Verdon et Quinson.  
Ou en ligne : [www.durance-luberon-verdon.com](http://www.durance-luberon-verdon.com) (rubrique billetterie)



Guegham Nikoyan, violon  
Cécile Le Duy, guitare.

# JOURNÉES ESSENTI'ELLES : "ALEXANDRA DAVID-NEEL, EXPLORATRICE ET FÉMINISTE" DU 7 AU 8 MARS À PIERREVERT



Initiées depuis 2018 par la commune de Pierrevert, les Journées Essenti'Elles mettent à l'honneur les femmes à l'occasion de la journée internationale qui leur est dédiée depuis 1977. La 6<sup>e</sup> édition se déroulera du vendredi 7 au samedi 8 mars à la salle polyvalente avec l'exploratrice Alexandra David-Neel comme égérie autour d'un programme varié.

## PIERREVERT

### LES JOURNÉES ESSENTI'ELLES : 6<sup>E</sup> ÉDITION

Chaque année, un hommage est rendu à une figure emblématique, choisie pour son action et son influence pour le droit et la liberté des femmes (Simone Veil, Marie Curie, Joséphine Baker, Simone de Beauvoir, Colette). Pour 2025, c'est **Alexandra David-Neel qui est mise à l'honneur**. Cet événement est organisé avec les artistes locaux et les associations culturelles pierreverdantes. Une exposition est proposée autour d'aquarelles, de broderies, de dessins, de peintures et sculptures ainsi que d'un espace littérature. Ces journées seront également ponctuées de temps forts : **chant, courts-métrages, danse, documentaire, rencontre, lectures croisées, saynètes théâtrales**.



### DEUX INVITÉS D'HONNEUR

Cette édition accueillera deux invités d'honneur : **Benoît de Souza**, sculpteur dignois, qui a modelé un buste d'Alexandra David-Neel, exposé pour l'occasion, et qui a créé gracieusement un logo pour l'événement ; et **Nicolas Eprendre**, réalisateur qui viendra présenter son documentaire "Alexandra David-Neel, engagements de jeunesse" suivi d'échanges avec le public.



### ALEXANDRA DAVID-NEEL, EXPLORATRICE ET FÉMINISTE



*"Va, vis et deviens. N'attends rien des autres. Sois libre et ose. Le bonheur n'est pas d'avoir ou d'être, il est seulement dans le faire ou le devenir."*

**Alexandra David-Neel est une figure emblématique de l'exploration et de l'émancipation féminine.** Connue pour ses incroyables voyages en Asie, et notamment pour avoir été la première femme européenne à entrer dans Lhassa, au Tibet, en 1924, **elle incarne également un modèle de féminisme audacieux et visionnaire.** À travers ses récits de voyage, **elle montre qu'une femme peut être courageuse, érudite et pleinement indépendante.** Ses choix de vie étaient des actes profondément féministes dans une société qui limitait les ambitions des femmes.



#### Infos et programme complet

Mairie de Pierrevert

Service Communication

Tél. 04 92 72 86 87 - mairie-pierrevert.fr

### PROGRAMME

#### ● Vendredi 7 mars

##### 17h30 : Ouverture des expositions

Aquarelles, broderies, dessins, tableaux et sculptures par les artistes des associations Atelier Bleu Outremer, Broderie en Haute-Provence, R'Eve d'Art

##### 18h : Projection Kino (court-métrage)

"Alexandra, notre ADN" sur un texte d'Alexandra David-Neel réalisé par le Collectif OFF

**18h15 : Lectures croisées de textes de l'auteur** par les bénévoles de la médiathèque de Pierrevert

**19h : Saynètes théâtrales** par les comédiens de l'atelier du Théâtre des Pas Pressés

##### 19h30 : Apéritif d'inauguration

#### ● Samedi 8 mars

##### 17h30 : Ouverture des expositions

Aquarelles, dessins, tableaux et sculptures par les artistes des associations Atelier Bleu Outremer, R'Eve d'Art

##### 18h : Projection du documentaire

"Alexandra David-Neel, engagements de jeunesse" de Nicolas Eprendre en présence du réalisateur et Nadine Gomez-Passamar (conservatrice honoraire de la Maison Alexandra David-Neel) suivie d'échanges avec le public

##### 19h : Projection Kino (court-métrage)

"Alexandra, notre ADN" réalisé par le Collectif OFF

**19h15: Création artistique "Alexandra David-Neel, cette orientaliste méconnue" (chant, danse et humour)** par les associations Chœur cante la vido, Evidanse et Tango en Haute-Provence

**20 h : Pause gourmande** par les Disciples d'Escoffier

# GRÉOUX IN CORSICA

## DU 4 AU 6 AVRIL : CHANTS, ET SAVEURS CORSES AU RENDEZ-VOUS !

Gréoux in Corsica revient dans la cité thermale pour une 2<sup>e</sup> édition haute en couleurs ! Plongez dans l'univers corse à travers des concerts, des produits du terroir et des traditions inoubliables. Découvrez dès maintenant le programme de ces trois jours festifs...



## GRÉOUX-LES-BAINS

En 2024, l'Office de Tourisme lance la 2<sup>e</sup> édition de « Gréoux in Corsica », un événement qui relie la culture provençale et corse. Cette édition propose des concerts mettant en valeur la **diversité musicale corse** et des **dégustations de produits locaux tels que fromages, charcuteries et vins**. Une occasion unique de découvrir l'histoire, les traditions et les saveurs de la Corse à Gréoux-les-Bains !

### LES CONCERTS

● **Vendredi 4 avril - 21h**

Centre de Congrès de l'Etoile

#### I Campagnoli

**I Campagnoli** est un des plus anciens groupes de polyphonies corses. Son nom signifie « Les Hommes de la terre ». Son répertoire est constitué de **chants profanes, sacrés et de créations**. Ils se produisent principalement dans les églises, là où la puissance des chants prend toute sa dimension. Le groupe est composé de : Guy CALVELLI (chant), Louis CRISPI (chant), Saveriu BELLINI (chant et guitare) et Isabelle GIANNELLI (violon). Le groupe est né en 1989 de la passion de quelques jeunes du Nebbiu et de Bastia pour le chant polyphonique. Au fil de décennies, le groupe s'est réinventé, se recentrant sur quelques chanteurs et introduisant des instruments pour venir accompagner la pureté des voix. **Découvrez avec I Campagnoli les richesses d'une terre où le chant est présent dans tous les actes de la vie.**

● **Samedi 5 avril - 21h**

Centre de Congrès de l'Etoile

#### Jean-Charles Papi

Jean-Charles Papi, **auteur, compositeur et interprète**, s'est imposé dans la musique corse. Il débute en 1985 avec Surghjenti, rejoint Canta u Populu Corsu (1989-2006) et collabore avec divers groupes comme I Muvrini et Chjami Aghjalesi. Il fonde Novi en 2006 et participe à plusieurs projets collectifs, dont « **Corsu Mezu Mezu** » aux côtés de **Patrick Fiori et Patrick Bruel**. En solo depuis 2009, il a réalisé plusieurs albums, dont Finici sorti en octobre 2024. Jean-Charles se distingue par son style musical résolument rythmé, énergique et festif ainsi que par son grain de voix aisément reconnaissable.



I Campagnoli



Jean-Charles papi



Suarina



L'Archetti Biastacci

● **Dimanche 6 avril - 21h**

Centre de Congrès de l'Etoile

**Suarina** : Un groupe corse 100 % féminin "Chants et polyphonies féminines corses"

**Suarina est un trio corse**, composé de trois jeunes femmes liées par une amitié profonde, nourrissant leur passion commune pour la musique. Ensemble, elles explorent de nouvelles voies. Leur musique est le fruit d'une fusion entre **la technique traditionnelle du chant polyphonique corse et les influences musicales de chacune**. Ces dernières, allant de la pop aux musiques du monde, s'entremêlent à leurs racines. **En ce sens, elles enrichissent ainsi leur répertoire et leur créativité tout en créant une identité musicale originale, universelle et contemporaine.**

Avec : *Elisa Tramoni, Sylvia Gensollen, Angélique Degiovanni*

● **Samedi 5 et dimanche 6 avril**

#### L'Archetti Biastacci

- **Vendredi 4 avril à 21h :**

*En première partie du groupe I Campagnoli*

- **Samedi 5 avril entre 8h à 13h :**

*Devant les thermes sur le marché de producteurs*

- **Samedi 5 avril à 21h :**

*En première partie de Jean-Charles Papi*

- **Dimanche 6 avril entre 9h à 13h :**

*Placette Pauline sur le marché de producteurs.*

**Violonistes de Bastia et de sa région**, issus pour la plupart du Conservatoire Henri Tomasi, un même goût pour la pratique du répertoire de musique et chansons traditionnelles et populaires corses les réunit. .

Né il y a cinq ans sous l'impulsion de leur professeur Raphaël Pierre, le groupe œuvre pour préserver et continuer la tradition des violonistes corses. Si le chant, notamment la paghjella, occupe une place importante dans la musique traditionnelle, la pratique du violon (classique ou traditionnelle) se place juste derrière, avant la cetera, a pifana ou, plus près de nous, la guitare.

### LES PRODUCTEURS CORSE

Le **samedi 5 avril, de 8h à 13h, devant les thermes, et le dimanche 6 avril, de 9h à 13h, sur la placette Pauline**, des producteurs corses seront ravis de vous faire découvrir les produits du terroir. **La Maison Mele di Santa Maria** vous proposera des biscuits traditionnels corses à base de produits provenant de leur propre exploitation. **Jean-Marc Campocasso**, éleveur de cochons corses, vous offrira de la charcuterie de son élevage, ainsi que des beignets au fromage à déguster sur le pouce. **Le Domaine Montemagni** sera également présent pour vous faire découvrir ses vins issus de leur propre exploitation, située sur un territoire classé Grand Site de France, avec des vignes certifiées en Agriculture Biologique et en HVE.



#### CORSICA IN GRÉOUX

**Du 4 au 6 avril 2025 - Gréoux les Bains**

Concerts au Centre de Congrès de l'Etoile

Plein tarif : 16€, tarif réduit 13€,

gratuit pour

les moins de 12 ans.

À retrouver dans les Offices de Tourisme et

des congrès du Pays de Manosque de

Gréoux-les-Bains, Riez, Quinson,

Manosque, Valensole, Oraison

Et en ligne sur :

[www.paysdemanosque.com/greoux-in-corsica-1.html](http://www.paysdemanosque.com/greoux-in-corsica-1.html)

# CHEZ SCHMIDT, LE RÊVE DEVIENT «REALITY» !

Que vous rêviez d'une nouvelle cuisine, d'un bureau fonctionnel ou d'un dressing sur mesure, Schmidt vous aide à visualiser vos projets avec des rendus 3D réalistes. De plus, les nouveautés 2025 sont arrivées; c'est le moment de venir les découvrir en magasin.



## MANOSQUE

### REALITY POUR MIEUX VOUS PROJETER !

Parce que chez Schmidt on a à cœur de vous écouter, l'équipe vous offre désormais le meilleur rendu visuel 3D du marché grâce à Reality !

Depuis novembre, les visuels proposés sont d'une qualité exceptionnelle, ce qui vous permet de mieux vous projeter dans vos futurs intérieurs. Avec Home Schmidt Home, visualisez chaque détail de votre projet, qu'il s'agisse de votre cuisine, de votre bureau ou de votre dressing, et imaginez-le dans un rendu encore plus réaliste et fidèle à vos envies. Votre projet, dans les moindres détails, devient enfin réalité !



«REALITY»,  
pour mieux  
vous projeter !



Et pour une expérience immersive, la réalité virtuelle vous est désormais proposée pour découvrir votre futur aménagement.

### LES NOUVEAUTES 2025 débarquent en magasin...

Les aménagements d'exposition ayant fait votre bonheur, les travaux ont démarré pour installer les nouveaux aménagements en avril 2025.

### COLLECTION FIRST

La nouvelle collection « First » est arrivée et vous sera proposée à des prix exceptionnels ! C'est l'occasion rêvée d'en profiter...



### COLLECTION BAHIA

La gamme BOIS MASSIF s'étend avec la nouvelle collection BAHIA qui est LE coup de cœur 2025 derrière la gamme STRIA déjà présente l'année dernière ! On aime le cadre fin pour un design épuré. Avec ses nouvelles gammes « Baia » et « Dolce Bosca », Schmidt présente naturellement des variations de tons clairs et foncés, témoins de la vie de l'arbre. Les panneaux sont composés à partir de particules plaquées chêne.

Le bois utilisé pour vos façades est quant à lui issu de forêts gérées durablement.



### COLLECTION CURVE

Toujours au chapitre des nouveautés, la collection « Curve » fait une entrée fracassante et talonne la collection PRINT qui est un véritable succès.



Nous avons eu plaisir à dessiner ces 5 nouveaux aménagements pour nos quatre nouvelles ambiances qui nous l'espérons vous séduiront aussi.



#### SCHMIDT MANOSQUE

ZI St-Joseph, 273 Av. du 1<sup>er</sup> Mai

04100 Manosque - Tél. 06 67 06 83 90

Lundi 9h30-12h30 / 14h-16h

Du mardi au vendredi

9h30-12h30 / 14h-18h30 - Samedi 10h-18h

# SCHMIDT

1<sup>ER</sup> FABRICANT FRANÇAIS\* 

JUSQU'À  
**2000€**  
OFFERTS\*\*

DU 1<sup>ER</sup> AU 31 MARS

[www.homedesign.schmidt](http://www.homedesign.schmidt)

**SCHMIDT**  
273 avenue du 1<sup>er</sup> Mai  
04100 MANOSQUE  
Tél. 06 67 06 83 90

\*Etude du CSIL - EU04 Avril 2022 / 100€ offerts par tranche de 1000€ TTC d'achat meubles hors pose, hors livraison, remise exclusivement valable sur les meubles, dans la limite de 2000€ TTC de remise

# LES SOIRÉES DE L'ÉTOILE : LANCEMENT DE LA 12<sup>E</sup> SAISON



## GRÉOUX-LES-BAINS

Ça y est, le mois de mars est là et les Soirées de l'Étoile sont de retour pour une 12<sup>e</sup> saison avec une programmation variée accessible à toutes et tous, tout en mettant à l'honneur l'humour, la comédie, le théâtre et la chanson. Levons le voile sur la programmation 2025 et le premier spectacle le 28 mars...

### LES SOIRÉES DE L'ÉTOILE

Organisées par l'Office de Tourisme et de Congrès du Pays de Manosque, les Soirées de l'Étoile sont un élément clé de l'animation culturelle de Gréoux-les-Bains. Avec un tarif abordable (de 15 à 20 €) et l'entrée gratuite pour les moins de 12 ans, ces spectacles mettant en avant les artistes régionaux et attirent un nombreux public. Depuis 2014, vous avez été 10 500 spectateurs à assister aux 73 représentations, et ce, malgré les annulations dues à la crise sanitaire.

Cette saison 2025 s'annonce sous les meilleurs auspices, avec en prime la célébration de la 80<sup>e</sup> représentation en fin d'année. Notez les dates des 7 spectacles de cette 12<sup>e</sup> saison...

#### Programmation 2025

##### ● Vendredi 28 mars

**Oh bonne mère ! mon frère est parisien...**

Jean Jaque et Madame Antoine

##### ● Vendredi 25 avril

**Les colocs**

par Mam'zelle spectacles

##### ● Vendredi 16 mai

**Jacques Brel**

Textes et chansons par Dominique Zamparini & Pierre-Alain Wehr

##### ● Vendredi 20 juin

**Mozart mon amour**

Pauline Courtin, Vadim Sher et Christophe Barbier

##### ● Vendredi 19 septembre

**La croisière ça m'use**

Jean Jaque et Madame Antoine

##### ● Vendredi 17 octobre

**Le père Noël est une ordure**

La comédie d'Aix

##### ● Samedi 22 novembre

**20 ans déjà**

par Christelle Chollet

#### Vendredi 28 mars - 21h - Salle Mistral, Centre de Congrès de l'Étoile

##### ► Oh bonne mère ! mon frère est parisien...

Jean Jaque et Madame Antoine

**Ah, la rivalité Marseille/Paris... Un classique du genre !** À la mort de sa mère, un Marseillais pure souche découvre que celle-ci lui a caché l'existence d'un demi-frère vivant dans la capitale. Cette révélation inattendue va se transformer en rencontre entre ces deux personnages opposés qui vont devoir régler les problèmes de succession. Et l'arrivée de ce Parisien à Marseille va entraîner de multiples gags et quiproquos entre ces demi-frères qui, le temps d'un week-end, vont devoir apprendre à se connaître. Avec des scènes d'anthologie comme l'apprentissage de la démarche marseillaise, la découverte de l'ambiance pittoresque d'un match de l'OM et beaucoup d'autres « régalaides ».



**Le mot de l'auteur Jean Jaque :** « J'avais envie d'aborder le thème Marseille/Paris de manière inattendue. Et le fait d'imaginer ces deux protagonistes que tout oppose, être frères m'a paru amusant. Mais au-delà de l'opposition nord/ sud classique, j'ai souhaité ajouter une opposition sociale afin de multiplier les situations comiques. Je n'ai pas évité les clichés habituels (pastis, OM...) car ils font partie de la culture populaire locale et les omettre aurait été une erreur, voire une incongruité pour le public. Mais, j'ai également voulu traiter d'autres codes locaux : façon de parler, de manger, de marcher... et même d'embrasser ! Car à Marseille – et c'est ce qui fait la curiosité qu'aiguise cette ville –, rien n'est vraiment tout à fait comme ailleurs »

**Le mot du metteur en scène Camille Agobian :** « L'opposition entre la culture marseillaise et parisienne était présente dans le texte, j'ai donc choisi de ne pas me focaliser uniquement là-dessus, mais plutôt de trouver un univers différent qui allait l'enrichir, mais aussi mettre l'accent sur le rapport entre ces demi-frères. J'ai donc eu l'idée de les faire évoluer dans un univers très cartoon, pour jouer avec le côté enfantin du personnage du Marseillais et pour accentuer le comique de ce duo. Mon choix a été confirmé après la rencontre avec les comédiens qui m'ont proposé un jeu très clownesque. Ce parti-pris de mise en scène apporte une force comique supplémentaire au texte, mais donne aussi une dimension différente au spectacle. Selon les souhaits de l'auteur, nous gardons l'efficacité du café-théâtre dans une pièce de théâtre. »



#### LES SOIRÉES DE L'ÉTOILE VENDREDI 28 MARS 2025 - 21H

Centre de Congrès l'Étoile, avenue Pierre Brossolette à Gréoux-les-Bains  
Plein tarif : 20€, tarif réduit\* 15€, gratuit pour les moins de 12 ans.

À retrouver dans les Offices de Tourisme et des congrès du Pays de Manosque de Gréoux-les-Bains, Riez, Quinson, Manosque, Valensole, Oraison

Et en ligne sur : [paysdemanosque.com](http://paysdemanosque.com)

Sur place, les soirs de spectacle, à partir de 20h (dans la limite des places disponibles).

\* (moins de 25 ans, demandeurs d'emploi, groupes à partir de 10 personnes et comités d'entreprises)

# TROIS ARTISTES, UNE EXPO DU 8 AU 30 MARS DANS LES CADRE DES EXPOS DU CHÂTEAU

La nouvelle saison artistique est bel et bien lancée à Gréoux-les-Bains ! Chaque mois, la Salle des Gardes du Château des Templiers ouvre ses portes à des artistes peintres, sculpteurs, photographes, plasticiens... Pour ce premier rendez-vous de la saison, ce sont trois artistes qui vous présentent leurs œuvres.

## GRÉOUX-LES-BAINS



Pour cette première exposition de la saison, qui se tiendra du samedi 8 mars au dimanche 30 mars, vous pourrez découvrir le travail de trois artistes : **Brigitte Bonnaire**, **Hélène Teffri-Chambelland** et **Lucie Binisti**, chacune avec sa propre démarche artistique.

### Brigitte Bonnaire

**Autodidacte**, Brigitte Bonnaire est tombée dans le dessin et la peinture dès l'enfance, noircissant les marges de ses cahiers de croquis et dévorant les livres d'art. Enseignante passionnée, elle a intégré les arts plastiques dans sa pédagogie tout en se formant lors de **stages avec des artistes** comme Mercedes Henry et les spécialistes de peinture murale de CitéCréation. Ces expériences l'ont conduite à réaliser des projets collectifs, notamment des fresques et des installations publiques.



Depuis 2010, la **peinture à l'huile est devenue son mode d'expression privilégié**. Brigitte s'inspire de son environnement quotidien, capturant les chemins, les arbres et les paysages marqués par les aléas du climat. Les incendies de 2017 et 2019 qui ont ravagé les abords de son itinéraire habituel ont profondément influencé son travail, laissant des traces charbonneuses visibles dans ses œuvres.

**Son art, à la fois introspectif et ancré dans le réel, explore les thèmes de la transformation et de la résilience, témoignant de son attachement au geste et à la matière.** Brigitte Bonnaire invite ainsi à un voyage sensible au cœur d'une nature sublimée par l'expérience et la mémoire.



### Lucie Binisti

Depuis 1986, **Lucie Binisti** exprime ses émotions à travers la **peinture, le dessin et la gravure**. Formée à l'école pluridisciplinaire d'art de Fontblanche, elle explore le vide et le plein, la couleur et la lumière. En 2012, elle découvre la gravure aux Beaux-Arts de Digne et **joue avec les plaques et l'encre comme une cuisinière avec ses ingrédients**.



Inspirée par les paroles de Giacometti, son travail sensible reflète une quête d'authenticité. **Lucie partage également sa passion en transmettant son approche artistique à divers publics**. Ses œuvres ont été exposées dans de nombreux lieux, notamment à la galerie Pôle Cézanne de l'Estaque, à Marseille.



### Hélène Teffri-Chambelland

**Hélène Teffri-Chambelland**, formée à l'**ébénisterie et à la sculpture**, s'est construit une carrière artistique riche et variée. Diplômée des prestigieuses écoles d'Annecy, Marseille et Boule à Paris, elle a acquis **une solide maîtrise des techniques manuelles, enrichie par le dessin, le modelage et l'histoire de l'art**. De retour dans la vallée du Jabron, elle a poursuivi sa passion à l'école d'art de Dignes-Bains où elle a redécouvert le plaisir du modelage. **Ses sculptures, empreintes de sensibilité et de précision**, incarnent ce lien entre tradition et expression personnelle, prenant vie dans son atelier dédié au volume.



### LES EXPOS DU CHÂTEAU

Du samedi 8 au dimanche 30 mars 2025  
Château des Templiers - Salle des Gardes  
Gréoux-les-Bains  
Ouvert du mardi au dimanche de 10h à 18h  
Fermé le lundi

Vernissage de l'exposition  
vendredi 7 mars à 18h

# LES VTAE ONT LE VENT EN POUPE CHEZ ÉLÉMENTS CYCLES !



## SAINTE-TULLE



### Chez Éléments Cycles, on met du vert dans vos sorties avec les NOUVEAUX VTAE !



**superior.**

**Les VTAE SUPERIOR débarquent chez Éléments Cycles !**

Superior fête ses 30 ans cette année, c'est une marque de vélos à assistance électrique (VAE) qui, bien que peu connue en France, a toujours été présente sur les lignes de départ des compétitions internationales, participant notamment à trois Jeux olympiques.

**Pourquoi est-il "SUPERIOR" ?**  
 Design épuré | Légèreté | Rapidité

- ▶ **Entièrement suspendu**, avec batterie et moteur intégrés, un vélo Superior est LE partenaire idéal pour les randonnées d'une journée.
- ▶ De plus vous pouvez rouler sur des terrains encore plus difficiles grâce à la suspension RockShox ou aux pneus Schwalbe de haute qualité.

**A NE PAS MANQUER !**



**Hydratez-vous avec style !**

Découvrez les gourdes personnalisées Éléments Cycles, pratiques et écologiques. Idéales pour vos sorties à vélo, elles vous accompagnent partout ! Rendez-vous vite en magasin !



**ELEMENTS CYCLES**

ZA Bastides Blanches 5 Av. du Languedoc, 04220 Sainte-Tulle - Tel : 06 02 27 90 77

elementsycles@gmail.com | <https://elementsycles.fr>

Du Mardi au Samedi 09h30-12h30 et 14h30-19h30

Le printemps approche, alors fini l'excuse du « Il fait trop froid pour sortir le vélo » ! C'est le moment ou jamais de remonter en selle et de découvrir tout ce qui vous attend chez Elements Cycles pour aller toujours plus loin !

Le VTAE Patron eRIDE 920 blue a été conçu comme un système optimisé pour passer des journées entières à rouler. Avec son intégration ultime, sa géométrie minutieusement dessinée et son nouveau système d'assistance électrique Bosch ultra puissant de 800Wh, vous avez ce qui se fait de mieux.

Offrez-vous une expérience supérieure en montée comme en descente, encore et encore !



**SCOTT**

**On vous offre 400 € et on reprend votre vélo !**

Pour compenser la suppression de l'aide de l'état de 400€ pour l'achat d'un vélo électrique, Éléments cycles prend en charge ces 400 € sur les modèles suivants :

**Mavaro Neo 5+ | Tesoro Neo X2  
 Tesoro Neo X3 | Scott Sub active e-ride**  
 et bien d'autres à venir découvrir en magasin...

**Et ce n'est pas tout !  
 Éléments Cycles reprend votre ancien vélo\* !**

(\*montant à définir en magasin en fonction du vélo, et sous réserve d'acceptation par le magasin)

**FINANCEMENT FLEXIBLE**

Pour l'achat de votre nouvelle monture Éléments Cycles propose des options adaptées :

- Paiement en 3 ou 4 fois sans frais.
- Financement sur 10 à 48 mois, pour des montants de 3 000 € à 6 000 €.

**LE PRINTEMPS  
EST LÀ : VOTRE  
VÉLO NE PEUT  
PLUS PRÉTExTER  
LE FROID !**



ZA Bastides Blanches, 04 220 Sainte-Tulle

[elementscycles@gmail.com](mailto:elementscycles@gmail.com)

06 02 27 90 77

 Éléments Cycles

 [elementscycles](https://www.instagram.com/elementscycles)

# CASINO PARTOUCHE : TOUJOURS PLUS D'ANIMATIONS EN MARS



## GRÉOUX-LES-BAINS

En mars, le casino vous réserve encore de nombreuses animations ! Bien plus qu'une simple salle de jeu, c'est un véritable lieu de loisirs où et surprises rythment chacune de vos visites. Découvrez le programme de ce mois de mars.

Le Casino Partouche de Gréoux-les-Bains vous propose, tout au long de l'année, de **nombreuses animations** pour rendre votre visite encore plus ludique. L'équipe met un point d'honneur à organiser des événements en dehors de la salle de jeu. N'oubliez pas que pour participer à ces animations, telles que les lotos, les wingos et les apéros du patron, **vous devez être titulaire de la carte Players Plus.**

### MARS : UN MOIS D'ANIMATIONS

#### ● Mardi Gras

##### Mardi 4 mars

Après la Chandeleur, la tradition veut qu'en mars, **on fête Mardi Gras**. Et bien entendu, au casino, on ne passe pas à côté des traditions. C'est donc pour cette raison que **le mardi 4 mars**, si vous vous trouvez **en salle des machines à sous pendant le goûter, vous pourrez déguster de délicieuses bugnes !**

#### ● Wingo

Comme tous les mois, **si vous êtes détenteur de la carte Players Plus**, vous allez pouvoir participer au **Wingo**. Deux sessions sont programmées :

✓ **Vendredi 7 mars - En soirée**

✓ **Mardi 25 mars - Après-midi**

Si vous n'avez jamais participé au Wingo, pas de panique, le principe est ultra simple !

Il vous suffit d'**imprimer un ticket à la borne dédiée**. Ce ticket comportera quatre numéros tirés au hasard entre 1 et 60. **Le tirage aléatoire**, s'affichera sur les écrans de la salle de jeu et **sera annoncé au micro**. Si vous êtes le premier ou la première à réunir les quatre numéros sur votre ticket, **criez « Wingo »** et remportez la victoire !



#### ● Journée de la Femme

Le 8 mars, depuis 1977, est la **Journée internationale des Droits des Femmes**. Pour cette occasion, l'équipe du casino, comme chaque année, souhaite marquer cette journée particulière. En effet, toute la journée, **une fleur ainsi qu'un cocktail seront offerts à toutes les femmes venant tenter leur chance au casino.**

#### ● Apéro du patron !

✓ **Jeudi 13 mars - Dès 19h**

L'apéro du patron est devenu, comme le wingo une tradition mensuelle au casino. Ce moment convivial est l'occasion de partager le verre de l'amitié en présence du «patron» ! N'oubliez pas qu'il **est nécessaire d'être détenteur de la carte Players Plus** pour participer à ce moment en toute convivialité.

#### ● Loto

✓ **Jeudi 27 mars**

Pour finir ce mois de mars en beauté, l'équipe vous propose son traditionnel Loto, comme pour le Wingo ou l'apéro du patron il faut être détenteur de la carte Players Plus pour participer. Vous aurez peut-être la baraka ce jour là et vous repartirez peut-être avec de belles surprises.... Comme on dit «qui ne tente rien n'a rien» !

### SALLE DE JEU

Pour que votre expérience de jeu soit unique lors de votre venue au Casino de Gréoux-les-Bains, **la salle de jeu s'étoffe régulièrement**. En février, ce ne sont pas moins de **5 nouvelles machines à sous qui ont enrichi le parc de jeux**. Vous ne les avez pas encore testées ? C'est le moment d'y remédier !

Vous pourrez également tenter votre chance sur les autres machines. Le casino vous propose en effet **73 machines à sous, 20 roulettes électroniques, 7 tables de blackjack électroniques** et 2 tables de blackjack traditionnelles.

Serez-vous le prochain ou la prochaine à décrocher le jackpot ? Pour le savoir, venez tenter votre chance !

### LES SOIRÉES AU BISTROT

Le Bistrot du Casino, accessible à tous, vous invite à vivre des soirées spéciales en famille ou entre amis. Profitez d'un délicieux repas dans une ambiance conviviale comme l'équipe sait la créer.

#### Ambiance musicale

À l'occasion de la **Journée Internationale des Droits des Femmes**, le Bistrot du Casino vous propose une soirée musicale pour savourer un délicieux repas en musique.

✓ **Samedi 8 mars - Dès 19h**

#### Deux soirées karaoké !

Venez passer deux soirées mémorables au restaurant avec **«les spéciales Karaoké»**. Que vous soyez chanteur expérimenté ou simplement là pour vous amuser, ces soirées sont l'occasion idéale de découvrir de nouveaux talents et de partager des moments conviviaux. **Ambiance festive et chansons pour tous les goûts vous attendent**. Profitez d'un repas délicieux dans une atmosphère animée et chaleureuse ! Ne manquez pas cette expérience musicale pleine de joie et de rires.

✓ **Vendredis 14 & 28 mars - Dès 19h**

#### Soirée coquillages

Venez savourer **une soirée spéciale coquillages** dans une ambiance conviviale et raffinée ! Profitez d'un **menu exclusif à 45€**, spécialement conçu pour les amateurs de fruits de mer, avec des saveurs qui éveilleront vos papilles. En plus, pour ajouter encore plus de plaisir à votre soirée, **5€ de crédit jeu vous seront offerts** pour tenter votre chance ! Une soirée gourmande et animée vous attend, avec des délices marins et un moment de détente garanti. Réservez vite votre table !

✓ **Samedi 15 mars - Dès 19h**



### CASINO PARTOUCHE

Av. des Thermes  
04800 Gréoux-les-Bains  
Tél. 04 92 78 00 00

<https://casino-greoux.partouche.com>

Facebook : @Casino de Greoux-les-Bains



# SOIRÉE COQUILLAGE

SAMEDI 15 MARS À PARTIR DE 19H00

**Formule à volonté** *(Hors boissons)*

Tarif : 45 € par personne  
+ 5 € de crédits de jeu offerts



# PLONGEZ DANS UNE AVENTURE PHOTOGRAPHIQUE INÉDITE AVEC GOOD SHOT !



Vous aimez capturer l'instant, jouer avec la lumière et immortaliser la beauté du monde qui vous entoure ? Que vous soyez amateur curieux ou photographe confirmé, Good Shot vous invite à vivre une expérience unique au cœur des paysages les plus saisissants de notre région.

## TERRITOIRE

### POURQUOI PARTICIPER ?

Au fil des saisons, Good Shot, collectif de photographes, vous propose une série de sorties dédiées à la photographie, dans des lieux d'exception, propices à la créativité et à l'apprentissage. Profitez de cette opportunité pour perfectionner votre technique, explorer de nouvelles approches artistiques et enrichir votre regard aux côtés d'autres passionnés.

► **Développez votre talent** : Que vous soyez débutant ou expérimenté, les **sorties thématiques** organisées par Good Shot vous offriront l'**occasion d'apprendre de nouvelles techniques** et de repousser vos limites.

► **Rencontrez des passionnés** : Rejoignez une communauté de photographes partageant la même passion et **échangez conseils et astuces**.

► **Exposez vos oeuvres** : Vos plus beaux clichés seront mis en avant lors d'une exposition collective en fin d'année.

### PROGRAMME DE L'ANNÉE

Chaque sortie est conçue pour **allier apprentissage et émerveillement**. Que ce soit pour **capturer le vol des vautours**, **jouer avec les lumières nocturnes** ou **sublimer les couleurs de l'automne**, chaque instant sera une occasion unique d'**explorer de nouvelles facettes de la photographie**

- **Dimanche 6 avril** : Vautours dans les gorges du Verdon
- **Dimanche 25 mai** : Papillons et Insectes
- **Dimanche 6 juillet** : Champs de Lavande sur le Plateau de Valensole
- **Samedi 20 septembre** : Vautours dans les gorges du Verdon
- **Samedi 15 novembre** : Couleurs d'automne
- **Décembre** : Exposition collective

**Les sorties débutent à 9h** et se déroulent sur une journée entière. Il vous faudra prévoir votre pique-nique ainsi qu'une tenue adéquate. Pour chaque sortie, **un point de rencontre vous sera communiqué en temps voulu**.

Une option de transport depuis Manosque sera également proposée.

Pour profiter de ces sorties, **il est nécessaire d'adhérer au collectif pour la somme de 10 € par an**. Notez que les frais de tirage photo pour l'exposition collective de décembre restent à votre charge.



**COLLECTIF GOOD SHOT**  
contact.goodshot@gmail.com  
Tél. 06 83 86 22 25

# DEWIS MIRA : UN NOUVEAU SINGLE EMPREINT DE POÉSIE ET DE PROFONDEUR



### NOUVEAU SINGLE

Le 7 février 2025, Dewis Mira a dévoilé son nouveau single, **Vivre et mourir chaque jour**, une ode à la fugacité de l'existence et à l'intensité du quotidien. **Auteur-compositeur-interprète d'Oraison**, cet artiste singulier façonne depuis plusieurs années une musique à la croisée de la folk anglo-saxonne et de la chanson française, mêlant mélodies envoûtantes et textes ciselés. **Ce single sera le premier titre du deuxième opus de Dewis**. Inspiré par des figures majeures comme Nick Drake, Nick Cave, Alain Bashung, Scott Matthews et Rachel Sermanni, Dewis Mira puise également dans la poésie brute et sensible de Charles Bukowski, Paul Verlaine et Louis Aragon.

## TERRITOIRE

Ces influences transparaissent dans son écriture, où se mêlent **introspection, mélancolie et quête de sens**. Après un premier album remarqué, **It's Never Too Late**, sorti en 2018, et une campagne de financement participatif pour son second opus, Dewis Mira poursuit son chemin avec **Vivre et mourir chaque jour**. Ce titre explore les cycles de la vie et la nécessité d'embrasser chaque instant, dans une approche à la fois intime et universelle. Leorceau est disponible sur les plateformes d'écoute (Spotify, Deezer, Apple music...), révélant **une atmosphère à la fois douce et intense**, portée par une voix habitée et une guitare acoustique subtile. Avec ce nouveau single, **Dewis Mira confirme son talent pour raconter l'existence avec une sincérité désarmante et une poésie intemporelle**.

Pour suivre l'actualité de l'artiste et découvrir

Dewis Mira dévoile **Vivre et mourir chaque jour**, un single intense et poétique sur la fragilité de l'existence. Avec sa voix et ses mots justes, il touche en plein cœur. A découvrir de toute urgence...

**Vivre et mourir chaque jour**, rendez-vous sur ses réseaux sociaux et son site officiel.



**DEWIS MIRA**  
<https://dewismira.webador.fr/>  
Lien d'écoute: [www.fanbase.to/72HNju9h](http://www.fanbase.to/72HNju9h)  
Facebook : Dewis Mira  
Instagram : dewismira

# MON AGGLO POUR L'EMPLOI, 11<sup>E</sup> EDITION DU 27 AU 29 MARS 2025

Événement phare de l'emploi et de l'insertion, Mon Agglo pour l'emploi revient du 27 au 29 mars pour sa 11<sup>e</sup> édition. Ateliers, recrutements et rencontres rythmeront ces trois jours, avec un focus sur l'économie locale et les 10 ans de l'événement.

## MANOSQUE



### MON AGGLO POUR L'EMPLOI 2025

ÉDITION  
SPÉCIALE

10  
ANS



Pour la 11<sup>e</sup> édition de Mon Agglo pour l'emploi, qui aura lieu du 27 au 29 mars, le leitmotiv reste le même : **favoriser l'emploi et l'insertion professionnelle, que ce soit de façon directe ou indirecte.**

Entretiens individuels, ateliers pratiques et recrutements en direct vont rythmer ces 3 jours, avec comme objectif commun d'**animer et développer l'économie et l'emploi sur notre territoire.** Piloté par DLVAgglo, Mon Agglo pour l'emploi fédère aussi de nombreux partenaires : France Travail, Mission Locale, Chambre des Métiers et de l'Artisanat, Chambre de Commerce et d'Industrie 04, Initiative Alpes-Provence, villes de Manosque et de Sainte-Tulle, etc.

Pour célébrer ensemble les 10 ans de Mon Agglo pour l'emploi, des événements annexes sont organisés avant et après MAPE (ateliers collectifs et individuels, forums, visites d'entreprises...).

Rendez-vous dès le 11 mars pour Mon Agglo pour l'emploi - La Prépa !

## 3 JOURS DÉDIÉS À L'EMPLOI !

27  
mars

### ► Jeudi 27 mars à Manosque

Salle Osco Manosco de 9h à 12h  
**FORUM POUR L'EMPLOI**

DLVAgglo et France Travail co-pilotent ce Forum.

*Au programme de cette matinée :*

- **Des recrutements en direct** avec des entreprises locales **dans tous les secteurs d'activités** (industrie, services à la personne, hôtellerie-restauration, etc.) ;
- **Un espace découverte des métiers** avec le car simulateur de Transdev et l'engin de chantier test de la fédération du BTP ;
- **Un espace Service public de l'emploi :** France Travail, Mission Locale 04 et Cap Emploi.



**Entrée libre et gratuite.**  
Il est fortement conseillé de venir muni de plusieurs CV

28  
mars

### ► Vendredi 28 mars à Sainte-Tulle

Eco Campus de 8h à 12h  
**MATINÉE ENTREPRISES**

**Mettez l'intelligence artificielle au service de la communication de votre entreprise :** voilà la promesse faite aux entreprises dans le cadre de la matinée qui leur est dédiée.

*Retrouvez le programme de cette matinée :*

- **9h15 - Conférence plénière :** l'IA au service de la communication des entreprises ;
- **10h puis 11h - Atelier 1 :** l'IA pour la création de contenus, par Rémy Bigot ;
- **10h puis 11h - Atelier 2 :** l'IA au service de sa stratégie de communication : calendrier éditorial, offres promotionnelles, par Matthew Fabius.



**Nombre de places limité, entrée gratuite.** Inscrivez-vous pour la conférence et les ateliers par mail : [economie@dva.fr](mailto:economie@dva.fr).



29  
mars

### ► Samedi 29 mars à Manosque

Salle Osco Manosco de 14h à 17h  
**FORUM JOBS D'ÉTÉ**

La journée du samedi 29 mars est **dédiée aux jeunes de 16 à 25 ans.**

*Tout au long de cet après-midi, vous pourrez retrouver 6 pôles :*

- **Pôle Accompagnement :** Atelier CV et coaching entretien ;
- **Pôle Découverte :** Informations sur les stages en entreprise et Période de Mise en Situation Professionnelle ;
- **Pôle Engagement :** Présentation du service national universel, des offres de services civiques, etc. ;
- **Pôle Formation :** Présentation des cursus en alternance par des organismes de formation du territoire. Focus BAFA et métiers de l'animation ;
- **Pôle Entrepreneuriat Jeunes :** Présentation des Coopératives Jeunes Majeurs, Coopérative Jeunesse de Services, etc. ;
- **Pôle Jobs d'été :** Recrutements en direct pour les 16-25.



**Entrée libre et gratuite.**  
Il est fortement conseillé de venir muni de plusieurs CV

# ADF SE DÉVELOPPE POUR MIEUX VOUS ACCOMPAGNER !



## TERRITOIRE

ADF, présent sur le territoire depuis plus de 25 ans, spécialisé dans le tertiaire et le numérique, prend un nouveau tournant !

ADF rejoint le groupe STUDAVERNIR et vous propose de nouvelles offres de formation, pour développer vos compétences et proposer de nouvelles perspectives aux apprenants du territoire, quel que soit leur âge !

Depuis quelques années, nous innovons régulièrement pour vous proposer une offre formative cohérente avec les besoins de notre territoire :

- 2021 : BTS SIO
- 2022 : BTS assurance/ TP CDUI
- 2023 : BTS banque
- 2024 : BTS Audiovisuel et BTS MCO avec une ouverture sur PERTUIS (84)

Notre ambition est de vous accompagner dans votre projet professionnel, quel que soit votre cursus initial, que vous sortiez du lycée ou que vous envisagiez une reconversion professionnelle.

Il n'y a pas d'âge pour entamer une nouvelle formation et orienter sa carrière !

En sortie de lycée, de nombreuses questions se posent quant à son avenir professionnel. Il est important d'en parler et d'échanger avec des professionnels pour bien s'orienter.

Chez ADF, vous bénéficiez d'un rendez-vous individualisé pour faire le point sur votre projet. Une fois celui-ci défini, c'est en atelier BOOSTER que vous optimisez vos chances de recrutement en apprentissage.

### L'APPRENTISSAGE, QU'EST CE ?

C'est la garantie de se former tout en apprenant un métier dans les meilleures conditions ! Vous n'avez pas de frais pédagogiques et vous êtes suivi tout au long de votre cursus pour assurer votre réussite.

Prenez contact avec nos conseillers au 04 92 72 82 82



## VOUS SOUHAITEZ RÉORIENTER VOTRE CARRIÈRE, DÉCOUVRIR UN NOUVEAU MÉTIER ?

Quel que soit votre parcours, il existe des solutions pour se former. Après un point sur votre projet professionnel, nous vous accompagnons dans les différentes démarches pour assurer le financement de votre formation. Demandeurs d'emploi, salarié en quête de nouvelles aventures, envie de se former tout simplement sur un nouvel outil ou logiciel, nous avons peut-être la solution !

Contactez nous pour faire le point, ADF à votre écoute, du lundi au vendredi de 8h15 à 18h00.



Toutes les formations sur [adfformation.fr](http://adfformation.fr)



### ADF FORMATION

22, rue des Entrepreneurs  
ZI. St Joseph - 04100 Manosque  
Tél. 04 92 72 82 82  
[accueil@adfformation.fr](mailto:accueil@adfformation.fr)  
[www.adfformation.fr](http://www.adfformation.fr)

## Retrouvez-nous ici ! NOTRE AGENDA

- 29 mars 2025 **SALON DE L'APPRENTISSAGE**  
DLVA - Mon Agglo pour l'Emploi  
📍 Salle Osco Manosco - Manosque
- 2 avril 2025 / de 14 h à 16 h **JOURNÉE JOB DATING BANQUE**  
📍 Bât. Le Galaxis, 9173 Rue Berthelot (face à Top Animal) Manosque
- 21 mai 2025 **SALON DE L'APPRENTISSAGE**  
Mission Locale  
📍 Salle Osco Manosco - Manosque





# ENVIE DE CHANGER DE MÉTIER OU D'ÉVOLUER ?

## OSEZ LA RECONVERSION !

NOS FORMATIONS DIPLÔMANTES SEULEMENT EN 1 AN.

### NIVEAU BAC

Secrétaire Assistant  
Secrétaire Comptable  
Comptable Assistant  
Titre ASCA en PME/TPE

### NIVEAU BAC +2

BTS Comptabilité et Gestion  
BTS Gestion de la PME  
BTS Professions Immobilières  
Titre Gestionnaire de Paie

### SALARIÉS



#### En CDI

Vous avez travaillé 24 mois lors des cinq dernières années et **vous travaillez depuis plus d'un an pour le même employeur.**

#### En CDD

Vous avez eu une **activité salariée d'au moins 2 ans consécutifs ou non**, au cours des 5 dernières années dont 4 mois en CDD au cours des 12 derniers mois. La demande de formation doit être déposée **avant la fin du CDD**. La formation doit avoir lieu **6 mois au plus tard** après la fin du CDD.

**Date limite de dépôt de dossier : MAI 2025**  
pour une rentrée en septembre 2025

### DEMANDEURS D'EMPLOI



Si vous êtes **demandeur d'emploi**, peinez à retrouver du travail ou si **votre métier ne vous convient plus**, pensez à la **reconversion professionnelle** ! Vous pouvez **solliciter les fonds RÉGION** pour financer certaines formations.



Groupe Studavenir



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

adfformation.fr



Tél. 04 92 72 82 82  
mail : [accueil@adfformation.fr](mailto:accueil@adfformation.fr)

# BULLES DE SAVOIR : UN SOUTIEN SCOLAIRE PERSONNALISÉ POUR PROGRESSER ENSEMBLE !



## Bulles de Savoir

Depuis sa création en septembre 2022, l'association «**Bulles de Savoir**» s'est rapidement affirmée comme **une référence en soutien scolaire et accompagnement éducatif**, dès la primaire. Sa mission est simple : donner à chaque élève **les clés de la réussite**, quel que soit son parcours. Avec **une équipe de professeurs diplômés et agréés par l'Éducation nationale**, «**Bulles de Savoir**» propose un enseignement sur mesure, adapté aux besoins de chacun.

### UN SOUTIEN PERSONNALISÉ POUR TOUS

Alors que l'année scolaire avance, il est essentiel de **ne pas laisser les lacunes s'installer**. C'est pourquoi «**Bulles de Savoir**» propose un accompagnement adapté **dès le primaire**. Avec des **groupes limités à six élèves**, chaque participant bénéficie d'une **attention personnalisée pour cibler ses besoins et progresser efficacement**.

Que vous soyez en **primaire, au collège, au lycée, en prépa ou adulte**, «**Bulles de Savoir**» vous offre un **large choix de matières** : français, mathématiques, sciences, philosophie, langues... Toutes les disciplines classiques sont couvertes pour **renforcer vos compétences et consolider vos connaissances**. Un accompagnement spécifique est également proposé pour la **préparation aux concours**, aussi bien pour les épreuves écrites qu'orales.

Avec «**Bulles de Savoir**», chaque élève bénéficie d'un **accompagnement personnalisé**, d'un soutien pour progresser et d'outils pour réussir. **Ne laissez pas les difficultés s'accumuler, rejoignez l'association et avancez vers la réussite.**

## MANOSQUE

“ NOUS NE FAISONS PAS «**À LA PLACE DE...**», MAIS NOUS FOURNISSEZ DES MÉTHODES ET DES OUTILS POUR PROGRESSER ET CONSOLIDER LES ACQUIS DÈS LE PRIMAIRE. ”

### BIEN PLUS QU'UN SIMPLE ACCOMPAGNEMENT SCOLAIRE

«**Bulles de Savoir**» va au-delà de l'aide aux devoirs. L'association propose aussi un **accompagnement pour la rédaction de rapports de stage, de dossiers professionnels, ainsi que pour la création de CV et de lettres de motivation**. Vous avez besoin d'une relecture ou d'une correction de vos travaux écrits ? Les professeurs de «**Bulles de Savoir**» sont là pour vous aider à perfectionner chaque détail.

### DES COURS TOUT AU LONG DE L'ANNÉE, DES STAGES INTENSIFS

Chez «**Bulles de Savoir**», l'accompagnement va au-delà des périodes scolaires. **Les professeurs sont disponibles toute l'année**, même pendant à chaque période de vacances, pour **des stages intensifs**. Les prochains stages auront lieu durant **les vacances de printemps**. Contactez l'association pour connaître les dates et les modalités. **Ces stages en petits groupes sont pensés pour consolider les acquis ou, au contraire, combler les lacunes.**

#### PROCHAIN STAGE DE SOUTIEN INTENSIF

► Vacances de printemps

Renseignez-vous au 07 69 80 85 44 du lundi au samedi de 9h à 20h

«**Bulles de Savoir**» est une référence en soutien scolaire personnalisé. Avec une approche sur mesure, elle accompagne chaque élève vers la réussite, que ce soit pour combler des lacunes, préparer des examens ou rédiger des dossiers professionnels.



Chez «**Bulles de Savoir**», l'approche se démarque des cours magistraux souvent monotones. Ici, **on ne fait pas à la place des élèves, mais on les aide à renforcer leur travail scolaire**. Les cours complètent l'école, en apportant **des méthodes et des outils qui favorisent la réflexion et l'autonomie**. L'accompagnement dépasse les simples résultats scolaires : il aide chaque élève à interagir, à identifier ses points forts et à surmonter ses difficultés. Pour ceux qui rencontrent des difficultés liées à la phobie scolaire, l'association propose un **cadre bienveillant**, où ils peuvent retrouver progressivement le plaisir d'apprendre.



### LOCATION D'ESPACES

En plus de ses activités éducatives, «**Bulles de Savoir**» met à disposition **des espaces pour vos réunions ou séances de co-working**. Que ce soit pour une demi-journée, une journée, un mois ou plus, l'association propose des salles adaptées à vos besoins. Vous aurez également accès aux espaces communs, comme la zone de restauration et de détente, pour une ambiance agréable et conviviale. **Pour plus d'informations ou un devis, n'hésitez pas à contacter «Bulles de Savoir».**



#### "Bulles de Savoir"

2 Boulevard Martin Bret

04100 Manosque - Tél. 07 69 80 85 44

bullesdesavoir04@gmail.com

<https://bullesdesavoir.fr/>

Permanence téléphonique du lundi au samedi de 9h à 20h

# CARMEJANE VOUS OUVRE SES PORTES SAMEDI 22 MARS 2025 DE 9H À 16H.

Venez découvrir Carmejane le samedi 22 mars 2025 ! Une journée unique pour explorer les installations, rencontrer les équipes, et trouver une orientation professionnelle adaptée à vos attentes.



## LE CHAFFAUT



### AU PROGRAMME DE LA JOURNÉE PORTES OUVERTES

- Présentation des formations ■ Visite des locaux
- Ateliers et démonstrations de matériel ■ Visite de la bergerie et de l'atelier de transformation alimentaire ■ Possibilité de déjeuner sur place\*.

\*Achat de tickets repas sur place, dès votre arrivée.



### CARMEJANE EN QUELQUES POINTS

L'Établissement Public Local de Carmejane, situé à 10 km de Digne-les-Bains, est constitué du lycée, du centre de formation pour adultes et apprentis (CFPPA), et d'une exploitation agricole ovine.

#### Les 5 missions de Carmejane :

- 1 Assurer une **formation générale, technologique et professionnelle initiale et continue**,
- 2 Contribuer à l'**insertion scolaire, sociale et professionnelle des jeunes**, comme à celle des **adultes**,
- 3 Participer à l'**animation et au développement des territoires**,
- 4 Contribuer aux **activités de développement, d'expérimentation et d'innovation agricoles et agroalimentaires**,
- 5 Participer aux **actions de coopération internationale**, notamment **en favorisant les échanges et l'accueil d'élèves, d'apprentis, d'étudiants, de stagiaires et d'enseignants**.

► Le **Lycée de Carmejane** dispense des formations de la **seconde au BTS** dans les secteurs de la **production agricole et animale**, de la **gestion des milieux naturels**, et de l'**aménagement paysager**.

► Le **CFPPA de Carmejane** met en œuvre des formations du **CAP au BTS** dans les secteurs de l'**agriculture**, de la **forêt**, de l'**aménagement paysager**, de la **transformation alimentaire** et de l'**animation par la voie de l'apprentissage** et de la **formation continue pour adultes**.

### L'ATELIER DE TRANSFORMATION ALIMENTAIRE



Intégrée dans les locaux de l'établissement de Carmejane, notre halle pédagogique comprend un atelier de transformation de produits alimentaires. Il est particulièrement **adapté à la conception de préparations à base de fruits et légumes et de viande**.

Il dispose de :

- **Deux zones de préparations** équipées de matériels professionnels de fabrication, de cuisson, de traitements thermiques.
- **Salle de cours** (15 places)
- **Local de stockage**
- **Chambres froides**
- **Vestiaires et toilettes**
- **Dispositif de compostage**

#### ► Quelles prestations ?

- **Location de locaux et équipements** aux professionnels pour des activités de transformation en situation de formation.
- **Soutien technique** dans le développement et la fabrication de produits alimentaires.
- **Accompagnement** à la réalisation de projets de recherche et développement.
- **Formation** sur les aspects technologiques, réglementaires et scientifiques concernant la sécurité sanitaire des aliments.



### LA FORMATION CAPA OIA (TRANSFORMATION DES PRODUITS ALIMENTAIRES)



- **Métiers visés** : opérateur de production, agent de transformation, opérateur de machines
- **Prochaine session de formation** : du 15 avril au 19 décembre 2025
- **Lieux de formation** : CFPPA Antenne de Forcalquier, Couvent des Cordeliers, 04300 Forcalquier & **Atelier de Transformation Alimentaire, 04510 Le Chaffaut-Saint-Jurson**
- **Contact** : Amine HABIB – Tél : 04 92 72 92 79  
Mail : amine.habib@educagri.fr

### LES SERVICES À DISPOSITION



- **Restaurant scolaire**
- **Internat** au Lycée et au CFPPA
- **CDR** (Centre de Documentation et de Ressources)
- **Gymnase, terrain de rugby**
- **Association des Lycéens, Etudiants, Stagiaires et Apprentis et Association Sportive**.



#### EPL DE CARMEJANE

04510 LE CHAFFAUT SAINT JURSON

Lycée : 04 92 30 35 70  
legta.digne@educagri.fr

CFPPA : 04 92 34 60 56  
cfppa.digne@educagri.fr



# FORMEZ VOUS AUX MÉTIERS DE LA BEAUTÉ À MANOSQUE !



## TERRITOIRE

### De l'apprentissage à l'emploi : construisez votre avenir

L'apprentissage est le chemin tout indiqué pour **suivre une formation, obtenir un diplôme et, à terme, décrocher un emploi !**

Devenue CFA des métiers de la beauté et du bien-être en 2021, l'École Vicenta Formation est l'endroit idéal pour **se former aux métiers de l'esthétique, de la cosmétique, de la parfumerie et de la coiffure**. Elle propose des contrats d'apprentissage permettant de **préparer un CAP, un BAC PRO ou un BP**.

Pour vous aider à franchir le pas, nous vous donnons les bonnes raisons de passer par la voie de l'apprentissage.



### Etre en apprentissage chez Vicenta Formation c'est :

- Pouvoir suivre un apprentissage dès l'âge de 16 ans et jusqu'à 29 ans révolus
- **Alterner les périodes de formation chez Vicenta Formation et en entreprise** (2 jours au centre de formation, 3 jours en entreprise)
- **Bénéficier d'un salaire**
- Bénéficier d'une **expérience professionnelle** et vous familiariser avec le monde du travail
- Obtenir un **diplôme d'état** en fin de cursus
- Bénéficier de formations mixtes
- Faire une reconversion professionnelle
- Pouvoir **travailler dans de nombreux secteurs** : Esthétique, Cosmétique, Parfumerie, Parapharmacie, Thalassothérapie, Spa, Coiffure.

Alors si les métiers de la beauté vous intéressent, Vicenta sera votre formateur idéal !

## JOURNÉE

# PORTES OUVERTES

Venez découvrir l'école ainsi que les formations proposées

## Vendredi 14 mars 2025 de 13h00 à 17h00

LE  
PLUS

Le Salon d'Application  
en esthétique  
et en coiffure est ouvert  
à la clientèle sur rendez vous !

**Qualiopi**  
processus certifié

La certification qualité a été délivrée (2024) au titre de la catégorie d'actions suivantes :  
ACTIONS DE FORMATIONS ET ACTIONS DE FORMATIONS PAR APPRENTISSAGE

■ RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Vous rêvez d'une carrière dans l'esthétique, la parfumerie et la coiffure ?  
L'école Vicenta Formation vous propose des formations complètes pour vous aider à atteindre vos objectifs.

### LES AUTRES FORMATIONS

Depuis 2008, Vicenta enrichit continuellement son offre de formation. Découvrez l'ensemble des cursus proposés au sein de l'école : **BAC PRO, CAP, BREVET PROFESSIONNEL, MENTION COMPLÉMENTAIRE**.

#### ■ En initial, sortie 3<sup>ème</sup> ou 2<sup>nd</sup>e :

- ✓ **BAC PRO** esthétique cosmétique parfumerie (3ans)
- ✓ **BAC PRO** Métiers de la coiffure (3ans)
- ✓ **CAP** esthétique cosmétique parfumerie (2ans)
- ✓ **CAP** Métiers de la coiffure (2ans)

#### ■ En 1 an : reconversion professionnelle

- ✓ **CAP** esthétique cosmétique parfumerie
- ✓ **CAP** Métiers de la coiffure

#### ■ En alternance sur 2 ans en contrat d'apprentissage ou de professionnalisation :

- ✓ **CAP** esthétique cosmétique parfumerie
- ✓ **CAP** Métiers de la coiffure
- ✓ **Brevet** professionnel esthétique cosmétique parfumerie
- ✓ **Brevet** professionnel Métiers de la coiffure

#### ■ Des formations complémentaires :

**En coiffure** : remise à niveau, chignons, barbier  
**En esthétique** : soins du corps, modelage esthétique, extension de cils/ rehaussement, prothèse ongulaire.



Ecole Technique Privée Vicenta Formation  
CAF des Métiers de la Beauté  
56 rue Pasteur Georges Gillier  
04100 Manosque  
Tél. 04 92 74 19 76  
vicenta.formation@orange.fr

Suivez l'école sur les réseaux sociaux



Flashez le code  
et retrouvez toutes les infos  
de Vicenta Formation

# SE FORMER AUX MÉTIERS DU PARAMÉDICAL : UN AVENIR AU SERVICE DE LA SANTÉ

L'Institut de Formations Paramédicales (IFP) des Alpes de Haute-Provence propose des cursus qualifiants IFSI - IFAS - IFAP sur ses sites de Digne-les-Bains et Manosque Agréé par l'ARS et la Région Sud, il forme des professionnels compétents et engagés.



## TERRITOIRE

### L'INSTITUT DE FORMATIONS PARAMÉDICALES

L'institut de formations paramédicales (IFP), **seul institut public de formations paramédicales des Alpes de Haute-Provence**, regroupe **3 filières de formations sur 2 sites**, Digne-les Bains et Manosque. L'institut est agréé par l'Agence Régionale de Santé (ARS) et par la Région Sud qui en est le financeur. L'institut permet d'accéder à des cursus de formations donnant **un lien direct à l'emploi dans les secteurs du sanitaire et du médico-social**.

#### Quelle est sa mission ?

Sa mission est de promouvoir la santé pour tous en facilitant l'accès à des fonctions qualifiantes. L'engagement de l'institut est de **former des professionnels de santé réflexifs, compétents, capables de s'adapter à toutes situations de soins**. En privilégiant un **accompagnement personnalisé**, l'institut déploie des valeurs humanistes et professionnelles en cherchant à développer un esprit de collaboration chez les apprenants.

### LES FILIÈRES

► **A Digne** : une filière infirmière (IFSI) et une promotion aide-soignante (IFAS).

► **A Manosque** : une promotion aide-soignante (IFAS) et une promotion auxiliaire de puériculture (IFAP).

L'institut de formation **d'auxiliaires de puériculture a ouvert ses portes pour la rentrée de janvier 2024**. Créer pour répondre à l'augmentation des besoins en termes de professionnalisation dans les domaines de l'enfance et de la « petite enfance », **cet institut est le seul IFAP présent sur le territoire des Alpes de Haute-Provence**. L'ensemble de la première promotion de 20 élèves auxiliaires de puériculture a été diplômée en décembre 2024.



#### ► Le déroulement des formations

L'ensemble des formations se déroule en **alternance cours-stage**, sur **3 ans** pour la **formation infirmière** et sur **11 mois** pour les **formations aide-soignante et auxiliaire de puériculture**. L'apprentissage représente aussi une voie pour suivre ces formations. IFP collabore avec le CERFAH afin d'accompagner les apprentis dans les meilleures conditions

**La formation en soins infirmiers**, sous l'égide d'Aix-Marseille Université, permet de délivrer le **grade de licence** en complément du diplôme d'Etat.

#### EFFECTIFS ACTUELS

- **61 étudiants Infirmiers** par promotion IFSI
  - **55 élèves AS\*** répartis sur les sites de Digne-les-Bains et de Manosque
  - **20 élèves AP\*** sur le site de Manosque

La rentrée à Digne est fin août et septembre.  
La rentrée à Manosque est en janvier.

\* Aide-soignante | \* Auxiliaire de puériculture

#### ► Les voies d'admission aux formations

• **IFSI** : Via Parcoursup et sélection Formation Professionnelle Continue pour les candidats ayant cotisé 3 ans à la sécurité sociale (épreuves écrites et orale).

• **IFAS et IFAP** : sélection sur dossier + épreuve orale



### UNE ACTIVITÉ DE FORMATION CONTINUE

#### Accompagnement aux sélections :

- Accompagnement à la sélection pour l'entrée en **IFSI** pour toute personne ayant cotisé au moins trois années à la sécurité sociale
- Accompagnement à la sélection d'entrée en **IFAS**.

#### Formation continue

- Des **formations continues d'adaptation à l'emploi** pour les professionnels de santé déjà actifs (tutorat, réactualisation des savoirs, ...)
- Des **parcours spécifiques pour les professionnels de santé autre qu'infirmier** (sous réserve d'acceptation du dossier).



INSTITUT DE FORMATION PARAMÉDICALES  
Tél. 04 92 30 16 15  
[www.ght04.fr/institut](http://www.ght04.fr/institut)

	DIGNE		MANOSQUE	
	IFSI		IFAS	IFAS
	FPC	Parcoursup		
<b>Ouverture des inscriptions</b>	29 janvier	15 janvier	1 <sup>er</sup> avril	Mi-août
<b>Clôture des inscriptions</b>	6 mars	2 avril	13 juin	Début octobre
<b>Epreuves de sélection</b>	22 mars			
<b>Entretien de sélection (selon convocation)</b>	7-8-9 avril		Mi-juin	Mi-octobre
<b>Résultats de la sélection</b>	2 juin	A partir du 2 juin	3 juillet	Début novembre
<b>Rentrée</b>	1 <sup>er</sup> septembre		25 août	Pré-rentrée mi décembre Rentrée le 5 janvier 2026

# LA CAPSULE : DÉCOUVREZ LA PROGRAMMATION DU MOIS DE MARS !



Au programme ce mois-ci : du rap, de l'électro-world et un coup de projecteur sur les jeunes talents du lycée Félix Esclangon. Des rendez-vous immanquables à noter dans vos agendas !



## MANOSQUE



### SAMEDI 8 MARS - 21H / La Capsule Une soirée pour les amoureux du rap

#### ► HÉRISONS MC [rap jazz]

Né en 2020 à Montpellier, HÉRISONS MC se compose d'un tandem de rappers-souffleurs, trompette et trombone en main, aux grooves dansants, riffs tranchants et textes puissants. Hérissons piquants!

#### ► CHILL BUMP [rap électro]

Formé en 2011, le duo Chill Bump, composé du rappeur Miscellaneous et du beatmaker Bankal, revient avec «Back For More», un triptyque d'EP. Une nouvelle aventure sonore à découvrir en live !

Tarifs : 10€-12€ en prévente / 12€-14€ sur place



### JEUDI 13 MARS - 19H Petite Salle Jean Le Bleu De la musique du monde revisitée par un homme-orchestre

#### ► WAAGAL

Guitare, didgeridoo, handpans, kashaka, synthé et autres instruments sont joués simultanément pour créer une performance solo où le musicien repousse ses limites. S'inspirant des musiques et cultures du monde, Waagal associe sonorités millénaires et rythmes innovants.

Tarifs : 8€-10€ en prévente / 10€-12€ sur place



### SAMEDI 22 MARS - 21H / La Capsule Coup de projecteur sur les talents du lycée Félix Esclangon

#### ► LA FIESTA DES LYCEES

Comme chaque année, le rendez-vous est pris ! La FIESTA DES LYCÉES est le moment où les lycéens de la spécialité musique du lycée Félix Esclangon se produisent sur la scène de La Capsule. Entreprises revisitées et compositions, ils présentent un répertoire aux multiples influences, travaillé en classe et peaufiné en live...

Tarifs : Participation aux frais 3€ / gratuit adhérents



### LA CAPSULE VOUS PROPOSE AUSSI ...

- La 3<sup>e</sup> édition de l'Electro Light Party organisée par les bénévoles de la Capsule le **samedi 5 avril**, autour du thème « Circus »
- « Les amours sous-marines », une fable musicale poétique et décalée qui émerveillera petits et grands à partir de 6 ans le **samedi 12 avril à 16h**
- La folk et le blues à l'honneur le **samedi 26 avril à 21h** avec les groupes ISAYA et SLIM PAUL



Retrouvez toute la programmation sur [www.mjc-manosque.com](http://www.mjc-manosque.com)  
Suivez La Capsule sur Facebook et Instagram @lacapsulemjc  
Billetterie en ligne déjà disponible

# EXPOSITION ET REPAIR CAFÉ EN MARS À LA MJC

La Capsule MJC vous invite à découvrir une nouvelle exposition dans sa galerie et à venir réparer vos objets cassés au Repair Café.

## MANOSQUE



### EXPOSITION

#### « DES TALENTS FACE AU CANCER » - DU 4 AU 27 MARS 2025

Dans le cadre de Mars Bleu, dépistage du cancer colorectal, l'association Du cancer au bien-être propose une exposition des talents de ses adhérents **du 4 au 27 mars** dans la galerie de La Capsule MJC. Touchés par le cancer, la création artistique leur permet d'exprimer leurs ressentis et leurs émotions. L'association propose aussi des activités de bien-être et de sport santé.

- ▶ L'exposition est accessible gratuitement **du 4 au 27 mars 2025**, du lundi au vendredi de 10h à 18h, et le samedi de 14h à 18h.
- ▶ Le vernissage de l'exposition aura lieu le **jeudi 6 mars à 18h30** dans la galerie de La Capsule MJC.
- ▶ Pour plus de renseignements, vous pouvez contacter l'association  
**Du cancer au bien-être : 06 84 11 05 63 / ducanceraubienetre@gmail.com**



### SAMEDI 1<sup>ER</sup> MARS DE 14H À 17H : VENEZ RÉPARER VOS OBJETS CASSÉS AU REPAIR CAFÉ !

Vous ne savez pas quoi faire d'une chaise au pied branlant, d'un grille-pain qui ne marche plus ou encore de votre pull troué ? Ne les jetez pas, venez les faire réparer au Repair Café le **samedi 1<sup>er</sup> mars de 14h à 17h à la Capsule MJC !**

**Le Repair Café Manosque, c'est :**

#### Quoi ?

Réparer ensemble les objets abimés ou cassés, un conseil d'expert, une rencontre, une inspiration. Des réparateurs bénévoles vous aideront à réparer tout ce que vous avez à réparer.

#### Qui ?

La Capsule MJC en collaboration avec les associations Les Petits Débrouillards, le CPIE Alpes Provence, DLV2030 et Mobiclou Manosque.

#### Quand ?

Le temps d'un samedi après-midi par mois, la MJC se transformera en atelier de réparation !

#### Comment ?

Vous arrivez avec vos objets cassés ou en panne. Ils auront peut-être la chance d'avoir une seconde vie grâce aux experts bénévoles du Repair Café ! Après avoir rempli, à l'accueil, une fiche réparation pour chaque objet amené, vous attendez qu'un réparateur soit libre pour s'occuper de votre objet. En attendant, vous pouvez boire ou grignoter quelque chose gratuitement.

Réparer, c'est une expérience ludique et gratifiante et souvent très simple. En plus, réparer ne permet pas seulement d'économiser de l'argent, mais aussi de précieuses matières premières, et contribue ainsi à réduire les émissions de gaz à effet de serre.

## REPAIR CAFE MANOSQUE



Pour plus d'informations sur nos activités, horaires et tarifs, veuillez consulter le site [www.mjc-manosque.com](http://www.mjc-manosque.com)  
Ou contacter la MJC par mail à [contact@mjc-manosque.fr](mailto:contact@mjc-manosque.fr), ou par téléphone au **04 92 72 19 70**

# UNE PROGRAMMATION EXCEPTIONNELLE POUR CE MOIS DE MARS ...

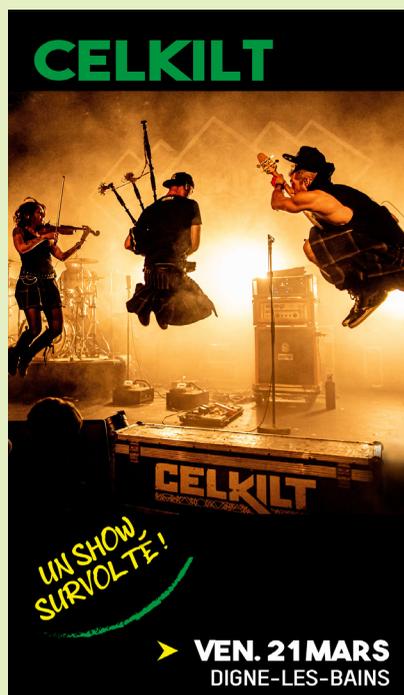


CENTRE CULTUREL RENÉ CHAR

PALAIS DES CONGRÈS

## DIGNE-LES-BAINS

À l'aube du printemps, la ville de Digne-les-Bains vous propose un éventail extraordinaire de spectacles pour tous les goûts. De la musique classique, occitane, de la danse, du rock celtique, du cirque pour le jeune public et du cinéma, avec la 51<sup>e</sup> rencontre cinématographique.



**VENEZ FÊTER LA ST PATRICK !!**  
**VENDREDI 21 MARS À 20H30**  
**Palais des Congrès**



**CELKILT** [Rock Celtique]

TARIFS de 18 € à 6 €

En plus de 750 prestations scéniques survoltées, **CelKilt** a su s'imposer comme une valeur sûre parmi les ténors du genre. Un pied bien ancré dans la tradition celtique, avec une cornemuse épique qui visite tour à tour Ecosse et Bretagne et un violon espiègle teinté d'Irlande et de polka, CelKilt assume pleinement ses penchants wok n'woil, convoquant tour à tour Foo Fighters, Dropkick Murphys ou AC/DC. De l'autodérision, de la ferveur et du punch.

**Un seul but : transmettre le pouvoir du Kilt !!!**

[www.celkilt.com](http://www.celkilt.com)

Buvette sur place

**CONCERT DEBOUT**



Crédit photo : MICHEL-BOURDONCLE

**ORCHESTRE SYMPHONIQUE DE SAN REMO**

[Musique Classique]

**Dimanche 2 mars - 17h - Palais des Congrès**

Tarifs de 25 € à 15 €

**Hommage à Beethoven : de l'intimité à l'héroïsme**

Un programme qui reflète l'esprit universel et humaniste du compositeur, auquel les forces musicales réunies lui rendent un vibrant hommage.

Avec **L'Orchestre Sanremo** et Giancarlo De Lorenzo [Direction] | Michel Bourdoncle [Piano]

[www.lesnuitspianistiques.fr](http://www.lesnuitspianistiques.fr)

**SARAI**

[Musiques Occitanes]

**Judi 6 mars - 19h - Centre Culturel René-Char**

Tarifs de 18 € à 6 €

**Histoires d'amours occitanes**

Une sélection de poèmes exclusivement féminins, s'étalant sur plusieurs siècles, permet de faire dialoguer des femmes ayant connu des destinées fort éloignées, tout en partageant une langue et une forme d'expression : la poésie. Un répertoire qui invite à questionner les différentes formes d'amour.

Compagnie Balthazar Montaneiro

[www.compagnie-montanaro.com](http://www.compagnie-montanaro.com)

En partenariat avec l'Institut d'études occitanes 04/05 et l'association Animation scolaire d'OC



Crédit photo : MARION GAMBIN

Crédit photo : LITTLE SHAO



**NJIM**  
[Danse/Théâtre]

**Samedi 15 mars - 20h30 - Palais des Congrès**  
Tarifs de 18 € à 6 € | Tout public

**COMPAGNIE WANTED POSSE**

NJIM, champion du monde de hip-hop le jour, voyou la nuit. Inspiré de faits réels, ce spectacle raconte l'énigme d'un homme tiraillé entre sa passion pour la danse et son besoin d'adrénaline. Un récit haletant, une performance à couper le souffle !

« *Le collectif hip hop français le plus en vue de l'Hexagone pour sa force, sa longévité, sa façon de se moquer des cadres et de défricher de nouveaux territoires* » – Télérama

[www.wanted-posse.com](http://www.wanted-posse.com)

**COUP DE CŒUR**

SPECTACLES

## ENLIVREZ-VOUS

[Jeune Public - Cirque]

**Mercredi 26 mars - 15h - Palais des Congrès**

Tarif unique 6 € - Dès 3 ans

Un livre, une chaise, et ils sont deux. Deux passionnés de lecture.

La lecture, c'est une affaire personnelle, et pourtant... s'il y a une chose qui les rapproche c'est bien le livre, ce troisième personnage. Omniprésent, il les entraînera dans un dialogue des corps à la fois acrobatique, poétique et comique.

Compagnie du contrevent

De et avec Anaël Chaval et Antoine Isnard-Dupuy

[www.cieducontrevent.weebly.com](http://www.cieducontrevent.weebly.com)

En partenariat avec la Ligue de l'enseignement 04

Crédit photo : JEHAN HAMM



## DU 18 MARS AU 1<sup>er</sup> AVRIL



### LA 51<sup>E</sup> RENCONTRE CINÉMATOGRAPHIQUE

[Cinéma]

Centre Culturel René-Char

Tarifs : de 7 € à 3,50 € / Pass festival : 20 € pour 5 entrées

Projections et rencontres



### CONCOURS DE COURTS MÉTRAGES

Mardi 25 mars à partir de 18h

Entrée libre



Retrouvez la programmation complète sur : <https://rencontrescinédigne.com/>

## COUPS DE CŒUR EN AVRIL

MUSIQUE & DANSE FLAMENCO SAISON 24 25 DIGNÉ-LES-BAINS

**CUENTO EL FLAMENCO**

**JEUDI 3 AVR. 19H**

CENTRE CULTUREL RENÉ CHAR DIGNÉ-LES-BAINS

TARIFS de 18 € à 6 € \*Jeu de découverte DIGNÉ-LES-BAINS EXPLORATRICE DES SAISONS DE CULTURES

INFOS - 04 92 30 87 10

CHANSON SAISON 24 25 DIGNÉ-LES-BAINS

**ÉMILIE MARSH**

**VENDREDI 25 AVR. 20H30**

CENTRE CULTUREL RENÉ CHAR DIGNÉ-LES-BAINS

TARIFS de 18 € à 6 € \*Jeu de découverte DIGNÉ-LES-BAINS EXPLORATRICE DES SAISONS DE CULTURES

INFOS - 04 92 30 87 10

**D** PALAIS DES CONGRÈS

**C** CENTRE CULTUREL RENÉ CHAR

INFOS/BILLETTERIE

[www.centreculturelrenechar.fr](http://www.centreculturelrenechar.fr)

Tél. 04 92 30 87 10

## AGENDA DES EXPOSITIONS DE MARS

<b>BANON</b>	24 rue de la Fontaine	Peintures	Expo permanente - Atelier Galerie A Toubeix	...	☎ 04 92 72 96 60
<b>BANON</b>	116 r de l'Industrie	Artisanat	Expo : Atelier de Tournage d'Art sur Bois	...	☎ 06 33 26 24 98
<b>DIGNE-LES-BAINS</b>	Musée Gassendi	Jeunesse	« Lucioles, lire et jouer avec les Trois Ourses »	...	☎ 04 92 31 45 29
<b>DIGNE-LES-BAINS</b>	Musée Gassendi	Art	«Géologiques : Le cabinet des pierres» >31/08/25	...	☎ 04 92 31 45 29
<b>DIGNE-LES-BAINS</b>	Maison A D-Néel	Art	Japon, chefs-d'œuvre du musée Guimet >02/11/25	...	☎ 04 92 31 32 38
<b>DIGNE-LES-BAINS</b>	INSPE	Art	Exposition de Elodie Perrotin >31/03/25	...	☎ 04 92 31 28 49
<b>GRÉOUX-LES-BAINS</b>	Médiathèque	Jeunesse	Le petit monde de Pastel > 31/03/2025	...	☎ 04 92 70 48 20
<b>GRÉOUX-LES-BAINS</b>	Le village	Histoire	Gréoux d'autrefois... > 31/12/2025	...	☎ 04 92 78 01 08
<b>GRÉOUX-LES-BAINS</b>	Médiathèque	Photos	Exposition d'Andréa Gérard > 28/03/2025	...	☎ 04 92 70 48 20
<b>GRÉOUX-LES-BAINS</b>	Salle des Gardes	Art	Les Expos du Château 2025 - mars > 30/03/2025	10H-18H	☎ 04 92 78 01 08
<b>MANE</b>	Salagon	Histoire	Expo permanente : Traces au Prieuré de Salagon	...	☎ 04 92 75 70 50
<b>MANE</b>	Salagon	Nature	Oeuvres d'arbres - Bourgades d'insectes	...	☎ 04 92 75 70 50
<b>MANE</b>	Salagon	Art	« Dans le vent, la lumière « d'A. Poivilliers 30/04	10H-18H	☎ 04 92 75 70 50
<b>MANE</b>	Salagon	Art	Exposition «Jouets retrouvés» 23/03/2025	10H-18H	☎ 04 92 75 70 50
<b>MANE</b>	Salagon	Nature	Exposition «L'olivier, notre arbre» 30/04/2025	10H-18H	☎ 04 92 75 70 50
<b>MANOSQUE</b>	Hôtel Raffin	Histoire	Expo perm «Jean Giono les Chemins de l'oeuvre»	...	☎ 04 92 70 54 54
<b>MANOSQUE</b>	Centre Giono	Peinture	«Dans la forêt» Benoit Manent > 25/04/2025	...	☎ 04 92 70 54 54
<b>Oraison</b>	Le Château	Photos	Expo «Au fil du lauzon» > 31/03/2025	...	☎ 04 92 78 70 82
<b>Oraison</b>	Passage J. Laurens	Photos	Expo Anciennes photos d'école >31/12/2025	...	☎ 04 92 70 77 77
<b>QUINSON</b>	Musée de Préhistoire	Nature	Expo «Sors de ta Réserve» > 15/12/2025	...	☎ 04 92 74 09 59
<b>QUINSON</b>	Musée de Préhistoire	Histoire	Expo Dossier «Echos du bronze» > 15/12/2025	...	☎ 04 92 74 09 59
<b>SISTERON</b>	Espace d'Ornano	Peintures	Expo «Scènes de vie en Provence» > 29/03/2025	...	☎ 04 92 61 54 50
<b>ST-ÉTIENNE-LES-O</b>	Square Elie Pallet	Histoire	Expo permanente : La Nécropole de l'Abadie	...	☎ 04 92 73 02 00
<b>VILLENEUVE</b>	Salle des Fêtes	Art	Expo Peintures sous Verre > du 24/03 au 28/03	14H30 - 17H	☎ 06 88 52 99 46
<b>VOLX</b>	Médiathèque	Enquête	Exposition enquête interactive BD-Polar! 08/03	...	☎ 04 92 70 38 81



**POUR ANNONCER VOTRE ÉVÈNEMENT  
DANS LE MAGAZINE  
RENDEZ-VOUS SUR [WWW.MOUV-IN.COM](http://WWW.MOUV-IN.COM)**

avant le 15 du mois qui précède

## LUNDI 3 MARS

<b>SAINT-MICHEL-L'OBS</b>	Centre Astronomie	Loisirs	Soirée Dobson	21H-00H	☎ 04 92 76 69 69
---------------------------	-------------------	---------	---------------	---------	------------------

## MARDI 4 MARS

<b>VOLX</b>	Espace Simone Veil	Loisirs	Tarot (tous les mardis)	17H30-21H	☎ 06 14 74 24 11
<b>NIOZELLES</b>	Salle communale	Activité	Qi Gong ou gymnastique préventive de santé	...	☎ 06 56 81 53 16
<b>MOUSTIERS</b>	Office Tourisme	Visite	Visite guidée du village	10H30-12H	☎ 04 92 74 67 84
<b>DIGNE LES BAINS</b>	Médiathèque	Activité	Atelier d'écriture	17H-19H	☎ 04 92 31 28 49
<b>CHÂTEAU-ARNOUX</b>	Théâtre Durance	Théâtre	L'Oiseau Vert - Théâtre	20H30	☎ 04 92 64 27 34
<b>GRÉOUX-LES-BAINS</b>	Maison Paroissiale	Activité	Thés dansants, musette et toutes danses >23/12	14H30	☎ 06 77 16 54 05
<b>DIGNE LES BAINS</b>	Campus de Digne	Don	Collecte de sang sur RDV	8H30-13H	☎ 04 91 18 87 90

**19**  
2025  
JUILLET  
15€

**20**  
2025  
JUILLET  
29€\*

PARC DE DROUILLE  
**MANOSQUE**

Festival  
**musiks à manosque!**  
#MAM

**RÉSERVEZ VOS PLACES POUR LES 2 SOIRÉES SUPPLÉMENTAIRES**

**SOOLKING**  
**OBISPO**  
30 ANS DE SUCCÈS  
**CORRESPONDANCES**

\* Tarif 25€  
+ Droits de location 4€

www.ville-manosque.fr

Facebook Instagram





## MERCREDI 5 MARS

<b>CHÂTEAU-ARNOUX</b>	Théâtre Durance	<i>Théâtre</i>	L'Oiseau Vert - Théâtre	19H-20H10	☎ 04 92 64 27 34
<b>MANOSQUE</b>	Cinéma CGR	<i>Confé</i>	Notre corps est-il sacré, au sens laïque	19H-21H	☎ 06 07 24 93 81
<b>CHÂTEAU-ARNOUX</b>	Ferme de Ft Robert	<i>Sortie</i>	Défilé du carnaval	15H	☎ 06 81 29 85 11
<b>VOLONNE</b>	Salle polyvalente	<i>Atelier</i>	Entraîner sa mémoire	9H30	☎ 04 92 64 07 57
<b>MANOSQUE</b>	Médiathèque	<i>Activité</i>	Histoires sous les toits	16H	☎ 04 92 74 10 54

## JEUDI 6 MARS

<b>VOLX</b>	Espace Simone Veil	<i>Loisirs</i>	Tarot (tous les jeudis)	19H-22H30	☎ 06 14 74 24 11
<b>MOUSTIERS</b>	Office Tourisme	<i>Visite</i>	Visite guidée du village	14H30-16H	☎ 04 92 74 67 84
<b>MOUSTIERS</b>	Musée Faïence	<i>Visite</i>	Visite guidée du musée	11H	☎ 04 92 74 67 64
<b>DIGNE-LES-BAINS</b>	Ctre c René Char	<i>Concert</i>	Saraï	19H	☎ 04 92 30 87 10
<b>FORCALQUIER</b>	Librairie La Carline	<i>Rencontre</i>	Alban Lefranc «Dis-moi qui tu hantes»	18H30	☎ 04 92 75 01 25
<b>CHÂTEAU-ARNOUX</b>	Cinématographe	<i>Ciné débat</i>	Soirée naturaliste: «animal entre terre et ciel»	18H30	☎ 06 84 09 96 50

## VENDREDI 7 MARS

<b>MANOSQUE</b>	Centre Giono	<i>Confé</i>	Conférence Histoire de l'art, David Hockney	18H30-20H	☎ 04 92 70 54 54
<b>GRÉOUX-LES-BAINS</b>	Médiathèque	<i>Confé</i>	Marlène Lebrun : La figure du loup en littérature	17H	☎ 04 92 70 48 20



## Bulles de Savoir

ACCOMPAGNEMENT ET SOUTIEN  
À L'ÉDUCATION ET À LA SCOLARITÉ POUR TOUS

Primaire - Collège - Lycée - Prépa - Adultes

MANOSQUE | ORAISON | DISTANCIEL

### Cours individuels & en petits groupes Toute l'année & vacances scolaires

Français, Français Langues Étrangères  
Mathématiques, Sciences physiques  
Chimie, Philosophie, Histoire - Géographie  
Anglais, Espagnol.

Préparations épreuves écrites et orales  
Divers concours

Accompagnement rapport de stage  
Dossier professionnel  
CV - Lettre de motivation  
Corrections tous travaux écrits

Professeurs diplômés de l'enseignement

Stage de soutien à chaque périodes de vacances  
Prochain stage ► Vacances de printemps

## VENDREDI 7 MARS (suite)

<b>FORCALQUIER</b>	La Cordelière	Confé	Groupe de parole autour du deuil	10H-11H30	☎ 06 82 65 52 19
<b>PIERREVERT</b>	Salle polyvalente	Sortie	Journées Essenti'elles : expos, lectures...	Dès 17H30	☎ 04 92 72 86 87
<b>GRÉOUX-LES-BAINS</b>	Casino Partouche	Sortie	Animation Wingo en salle de jeu	Dès 19H	☎ 04 92 72 86 87

## SAMEDI 8 MARS

<b>MANOSQUE</b>	Ctre Carzou	Loisirs	Fête du Timbre : Le timbre fait des acrobaties	9H-17H	☎ 06 59 21 00 73
<b>MOUSTIERS</b>	Mouton Noir	Théâtre	« Rire de tous les mots »	Dès 19H30	☎ 06 78 66 52 42
<b>MANE</b>	Salle Polyvalente	Activité	Après-midi / Soirée jeux	Dès 19H	☎ 04 92 75 00 13
<b>ORAISON</b>	Médiathèque	Activité	Atelier d'écriture «L'eau»	10H-12H	☎ 04 92 78 70 82
<b>MANOSQUE</b>	Cinema CGR	Cinema	Festival film Italien «Prima La Vita»	15H45	☎ ...
<b>MANOSQUE</b>	Cinema CGR	Cinema	Festival film Italien «Vermiglio»	18H15	☎ ...

# Quand design rime avec durabilité

**PERGOLA  
BIOCLIMATIQUE**  
4M x 3M = 9 990€ TTC posée  
(voir conditions en magasin)

FENÊTRE  
VOLET  
PERGOLA  
STORE  
PORTE  
PORTAIL  
PORTE DE GARAGE

Du 7 au 29  
mars 2025  
**-15%**  
sur tous  
les produits\*



komilfo.fr

\* Offre non cumulable avec toute autre promotion. Hors travaux préalables, pose, dépannage, devis et commandes en cours. Hors accessoires, fenêtres de toit et agencement. Voir conditions en magasin.



Votre conseiller stores et fermetures

**STORES ET FERMETURES PROVENÇALES**  
04.92.72.54.94 – CONTACT@KOMILFO-SFP.FR  
AVENUE BLAISE PASCAL - ZI ST-JOSEPH  
04100 MANOSQUE

## SAMEDI 8 MARS (suite)

<b>DIGNE-LES-BAINS</b>	Complexe aqua	Activité	Bike and step	18H45-21H	☎ 04 92 36 36 00
<b>MANOSQUE</b>	La capsule MJC	Concert	Chill Bump + Herissons MC	21H-23H30	☎ 04 92 72 19 70
<b>GRÉOUX-LES-BAINS</b>	Ecociné Verdon	Ciné débat	Ciné débat	18H-20H	☎ 04 92 72 19 70
<b>MANOSQUE</b>	Cinéma CGR	Cinéma	Cinéma italien	...	☎ 04 92 87 57 17
<b>DIGNE-LES-BAINS</b>	Salle des Gavots	Confé	Etre agricultrice aujourd'hui	14H-16H	☎ 04 92 36 08 48
<b>SIGONCE</b>	Salle Barrière	Festival	Festival Hors-Champs	10H-20H30	☎ 06 01 23 23 30
<b>DIGNE-LES-BAINS</b>	Médiathèque	Loisirs	Lecture musicale bilingue	11H	☎ 04 92 31 28 49
<b>ROUMOULES</b>	Salle des fêtes	Activité	Loto	15H	☎ 06 15 13 88 82
<b>MOUSTIERS</b>	Salle des Fêtes	Activité	Loto	15H	☎ 06 15 13 88 82
<b>PIERREVERT</b>	Salle polyvalente	Sortie	Journées Essenti'elles : expos, lectures...	Dès 17H30	☎ 04 92 72 86 87

## DIMANCHE 9 MARS

<b>VOLX</b>	Foyer Rural	Théâtre	«LE CASSE»	15H-17H30	☎ 06 70 79 70 35
<b>MANOSQUE</b>	Ctre Carzou	Loisirs	Fête du Timbre : Le timbre fait des acrobaties	9H-17H	☎ 06 59 21 00 73
<b>MANE</b>	Salle Polyvalente	Activité	Après-midi / Soirée jeux	Dès 14H	☎ 04 92 75 00 13
<b>MANE</b>	Salle Polyvalente	Loisirs	Bourse Livres- musique-jeux vidéo	9H-17H	☎ 06 88 80 75 34
<b>FORCALQUIER</b>	Espace culturel	Concert	Hatik en concert à Forcalquier	19H-21H	☎ 04 92 75 10 02

**Samedi  
26  
AVRIL  
2025**

**de 9h00  
à 13h00**



Institut de Formations Paramédicales  
**JOURNÉE PORTES  
OUVERTES**



**Institut de Formations  
Paramédicales**  
Site de Manosque  
Sup'Alternance Provence  
Zone St Joseph  
264 bis Avenue du 1<sup>er</sup> Mai  
04100 MANOSQUE  
Tél. 04 92 30 16 15

Plus d'info : [www.gh04.fr/institut](http://www.gh04.fr/institut)

## DIMANCHE 9 MARS (suite)

<b>Oraison</b>	Places de la ville	Sorties	Vide grenier	8H30-18H	☎ 06 19 71 68 09
<b>Sisteron</b>	Parking du Super U	Sorties	Vide greniers du Sisteron FC	...	☎ 06 73 62 03 76
<b>Oraison</b>	Salle de l'Eden	Activité	Loto UNAPEI 04	14H30-18H	☎ 06 10 98 21 68
<b>Manosque</b>	Cinema CGR	Cinema	Festival film Italien «La Bella Estate»	14H30	☎ ...
<b>Manosque</b>	Cinema CGR	Cinema	Fes tfilm Ital. «La Fameuse inv. des ours en Sicile»	11H00	☎ ...

## LUNDI 10 MARS

<b>Sisteron</b>	Cinéma Rex	Cinéma	Ciné Bleu «En fanfare»	14H30	☎ 04 92 61 36 20
<b>Digne les Bains</b>	Lycée PG de Gennes	Don	Collecte de sang sur RDV	8H-12H30	☎ 04 91 18 87 90

## MARDI 11 MARS

<b>Volx</b>	Espace Simone Veil	Loisirs	Tarot (tous les mardis)	17H30-21H	☎ 06 14 74 24 11
<b>Niozelles</b>	Salle communale	Activité	Qi Gong ou gymnastique préventive de santé	...	☎ 06 56 81 53 16
<b>Gréoux-les-Bains</b>	Maison Paroissiale	Activité	Thés dansants, musette et toutes danses >23/12	14H30	☎ 06 77 16 54 05
<b>Manosque</b>	6 rue de la Brasserie	Sorties	Apéro conté	18H30-20H	☎ 07 68 57 56 11

## MERCREDI 12 MARS

<b>Volonne</b>	Salle polyvalente	Atelier	Entraîner sa mémoire	9H30	☎ 04 92 64 07 57
<b>Peyrus</b>	Salle des fêtes	Concert	Concert de François Morel et Antoine Sahler	19H	☎ 04 92 64 27 34
<b>Manosque</b>	6 rue de la Brasserie	Sorties	Contes en famille	14H30-16H	☎ 07 68 57 56 11

## 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.**

**PROS & PARTICULIERS**

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

## MERCREDI 12 MARS

<b>MANOSQUE</b>	Médiathèque	Sorties	Histoires sous les toits	16H	☎ 04 92 74 10 54
<b>ORAISON</b>	Médiathèque	Lecture	Lecture du château	15H30-16H	☎ 04 92 78 70 82
<b>FORCALQUIER</b>	Médiathèque	Conte	L'Heure du conte : la valise à histoires	10H30	☎ 04 92 75 72 41
<b>FORCALQUIER</b>	Librairie La Carline	Rencontre	Justine Augier «Personne morale»	18H30	☎ 04 92 75 01 25
<b>MANOSQUE</b>	Centre Giono	Rencontre	Rencontre et discussion instant philo	16H-17H30	☎ 04 92 70 54 54

## JEUDI 13 MARS

<b>VOLX</b>	Espace Simone Veil	Loisirs	Tarot (tous les jeudis)	19H-22H30	☎ 06 14 74 24 11
<b>SAINTE-TULLE</b>	Théâtre H Fluchère	Concert	Concert de François Morel et Antoine Sahler	19H	☎ 04 92 64 27 34
<b>MANOSQUE</b>	La Capsule MJC	Concert	Concert de World electr : Waagal	19H-20H30	☎ 04 92 72 19 70
<b>DIGNE LES BAINS</b>	Mairie	Don	Collecte de sang sur RDV	8H-12H30	☎ 04 91 18 87 90

## VENDREDI 14 MARS

<b>SAINT-MICHEL-L'OB</b>	Centre Astronomie	Loisirs	Soirée découverte	21H-00H	☎ 04 92 76 69 69
<b>PEYRUIS</b>	Maison Des Assos	Atelier	AFDC Kinésiologie	14H-17H30	☎ 07 75 73 41 77
<b>GRÉOUX-LES-BAINS</b>	Médiathèque	Lectures	Club des lecteurs	17H00	☎ 04 92 70 48 20
<b>VALENSOLE</b>	Salle Tardieu	Loisirs	Rencontres culturelles de Valensole	18H30-20H	☎ 04 92 71 19 41
<b>MANOSQUE</b>	Ecole Vicenta	Divers	Portes ouvertes Ecole d'esthétique Vicenta	13H-17h	☎ 04 92 74 19 76
<b>GRÉOUX-LES-BAINS</b>	Bistrot du Casino	Sortie	Soirée karaoké	Dès 19H	☎ 04 92 78 00 00



56 Rue Pasteur Georges Gillier  
04100 Manosque

Tél. 04 92 74 19 76  
vicenta.formation@orange.fr  
www.vicenta-formation.com



La certification qualifiée a été délivrée (2024)  
au titre de la catégorie d'actions suivantes :  
ACTIONS DE FORMATIONS ET ACTIONS  
DE FORMATIONS PAR APPRENTISSAGE

## ÉCOLE PRIVÉE / CFA D'ESTHÉTIQUE & DE COIFFURE FORMATIONS PROFESSIONNELLES **CAP / BP / BAC PRO**

### JOURNÉE PORTES OUVERTES

**Vendredi 14 mars 2025  
de 13h00 à 17h00**

**NOUVEAU** ➤ BAC PRO Métiers de la Coiffure

- BAC PRO Esthétique Cosmétique - Parfumerie • CAP Esthétique Cosmétique - Parfume
- CAP Coiffure • Brevet Professionnel Esthétique • Brevet Professionnel Coiffure



**Votre école est CFA des Métiers de la Beauté et propose le contrat d'apprentissage**

## SAMEDI 15 MARS

<b>SAINT-MICHEL-L'OBS</b>	Centre Astronomie	Loisirs	Exploration du ciel 2.0	21H-00H	☎ 04 92 76 69 69
<b>MANOSQUE</b>	101 Av René Cassin	Atelier	Atelier participatif : ne plus jeter, réparer	9H-12H	☎ 04 74 15 51 24
<b>QUINSON</b>	Salle Polyvalente	Théâtre	«Fausse note»	18H-20H	☎ 06 80 22 33 32
<b>VALENSOLE</b>	Salle Polyvalente	Sorties	Soirée avec repas	19H30-01H	☎ 07 66 14 13 67
<b>GRÉOUX-LES-BAINS</b>	Ecociné Verdon	Ciné débat	Ciné débat	14H-16H	☎ 04 92 72 19 70
<b>SISTERON</b>	Gymnase	Sport	9 <sup>ème</sup> Badminton Open Sisteronais	...	☎ 04 92 34 79 31
<b>FORCALQUIER</b>	Lib. La Carline	Lecture	Chhhht ! On se déguise...	10H30	☎ 04 92 75 01 25
<b>FORCALQUIER</b>	Cath. ND Bourguet	Concert	Concert I Messageri - Voix et musiques de Corse	20H	☎ 04 92 75 10 02
<b>SALAGON</b>	Prieuré	Concert	Concert Janua «échos du dernier schisme»	20H	☎ 04 92 75 70 50
<b>ORAISON</b>	Le Château	Conférence	Conférence «L'eau et la fossilisation»	10H-12H	☎ 04 92 78 70 82
<b>SAINTE-TULLE</b>	Théa. H. Fluchère	Théâtre	Théâtre «Les belles soeurs»	Dès 19H30	☎ 07 66 14 13 67
<b>SAINTE-TULLE</b>	Théa. H. Fluchère	Théâtre	Théâtre «Sans Animaux»	17H10	☎ 06 45 16 91 61
<b>SAINTE-TULLE</b>	Théa. H. Fluchère	Théâtre	Théâtre «Un grand cri d'amour »	14H	☎ 06 45 16 91 61
<b>SAINTE-TULLE</b>	Théa. H. Fluchère	Théâtre	Théâtre «Poésie en bagnole »	11H	☎ 06 45 16 91 61
<b>GRÉOUX-LES-BAINS</b>	Bistrot du Casino	Sortie	Soirée coquillages	Dès 19H	☎ 04 92 78 00 00

## DIMANCHE 16 MARS

<b>QUINSON</b>	Salle Polyvalente	Théâtre	«Les 7 jours de Simon Labrosse»	15H-17H	☎ 06 80 22 33 32
<b>ORAISON</b>	Salle de l'Eden	Théâtre	Le Casse de Jérôme Vuittenez	15H30-17H20	☎ 06 03 23 16 44
<b>SISTERON</b>	Centre Ville	Sport	15 <sup>ème</sup> Grand Prix Cycliste de la ville de Sisteron	13H30	☎ 06 81 71 06 85
<b>SIMIANE-LA-ROT.</b>	Salle Renaissance	Lecture	27 <sup>ème</sup> édition du Printemps des Poètes	20H	☎ 06 61 20 40 08

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

10€

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 



## DIMANCHE 16 MARS (suite)

LES MÉES	Salle des fêtes	Loisirs	Poker Tournoi caritatif Sébastien MOROSO	Dès 10H	☎ 06 03 82 08 34
MANOSQUE	Parking des Iscles	Sport	Rallye de Haute Provence 2025, 35 <sup>ème</sup> édition	...	☎ 04 92 72 05 32
QUINSON	Salle polyvalente	Théâtre	Soirée théâtrale «Les 7 jours de Simon Labrosse»	15H	☎ 06 80 22 33 32
VILLENEUVE	Salle des Fêtes	Sorties	Vide dressing	9H-17H	☎ 06 68 76 86 96
SAINTE-TULLE	Théa. H. Fluchère	Théâtre	Théâtre «Poésie en bagnole »	11H	☎ 06 45 16 91 61
SAINTE-TULLE	Théa. H. Fluchère	Théâtre	Théâtre «Montage express mars »	14H15	☎ 06 45 16 91 61
SAINTE-TULLE	Théa. H. Fluchère	Théâtre	Théâtre «Femmes »	16H30	☎ 06 45 16 91 61
SAINTE-TULLE	Théa. H. Fluchère	Théâtre	Théâtre «: Un mari parfait »	18H	☎ 06 45 16 91 61
SISTERON	Gymnase	Sport	9 <sup>ème</sup> Badminton Open Sisteronais	...	☎ 04 92 34 79 31
MANE	Salle Polyvalente	Loisirs	Après-midi / Soirée jeux	Dès 14H	☎ 04 92 75 00 13

# TOP ANIMAL

Produits & Conseils pour vos Compagnons



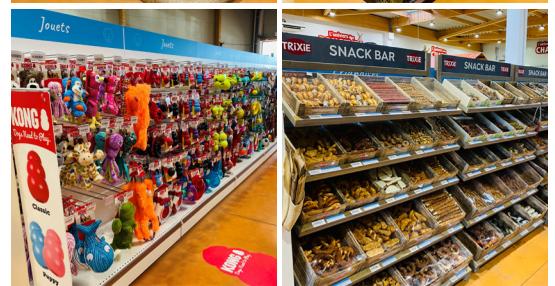
Votre FIDÉLITÉ RÉCOMPENSÉE !

10 SACS DE CROQUETTES  
ACHETÉS, LE 11<sup>ÈME</sup> EST OFFERT !

Voir conditions en magasin

1300M<sup>2</sup> DÉDIÉS AU BIEN-ÊTRE ANIMAL + DE 5000 RÉFÉRENCES

DÉCOUVREZ NOTRE SALON DE TOILETTAGE À TOP ANIMAL PEIPIN !



Du lundi au samedi 9h-19h

TOP ANIMAL Manosque  
ZI St Joseph

TOP ANIMAL Peipin  
Zone Champarlau

TOP ANIMAL Digne  
ZA St Joseph

TOP ANIMAL Noves  
ZA La Roque

## MARDI 18 MARS

<b>FORCALQUIER</b>	Librairie la Carline	Loisirs	Club de lectures ados #7	18H	☎ 04 92 75 01 25
<b>DIGNE-LES-BAINS</b>	Ctre René Char	Loisirs	51e rencontre cinématographique	...	☎ 04 92 30 87 10
<b>CHÂTEAU-ARNOUX</b>	Théâtre Durance	Danse	Pour sortir au jour - Danse	20H30-22H	☎ 04 92 64 27 34
<b>GRÉOUX-LES-BAINS</b>	Maison Paroissiale		Thés dansants, musette et toutes danses	Dès 14H30	☎ 06 77 16 54 05
<b>VOLX</b>	Espace Simone Veil	Loisirs	Tarot (tous les mardis)	17H30-21H	☎ 06 14 74 24 11
<b>DIGNE LES BAINS</b>	Médiathèque	Activité	Atelier d'écriture	17H-19H	☎ 04 92 31 28 49

## MERCREDI 19 MARS

<b>VOLONNE</b>	Salle polyvalente	Atelier	Entraîner sa mémoire	9H30-11H30	☎ 04 92 64 07 57
<b>MANOSQUE</b>	Médiat. d'Herbès	Lecture	Histoires sous les toits	16H	☎ 04 92 74 10 54
<b>DIGNE-LES-BAINS</b>	Ctre René Char	Loisirs	51e rencontre cinématographique	...	☎ 04 92 30 87 10
<b>GRÉOUX-LES-BAINS</b>	Eglise ND. Ormeaux	Concert	Les concerts du mercredi - les cordes dansantes	18H30	☎ 06 80 96 08 84
<b>VILLENEUVE</b>	Bibliothèque	Lecture	Les racontines	1630-17H	☎ 06 50 08 47 90
<b>AIGLUN</b>	Espace R. Moutet	Don	Collecte de sang sur RDV	8H-12H30	☎ 04 91 18 87 90

## JEUDI 20 MARS

<b>VOLX</b>	Espace Simone Veil	Loisirs	Tarot (tous les jeudis)	19H-22H30	☎ 06 14 74 24 11
<b>MANOSQUE</b>	Jean Le Bleu	Théâtre	«LE CASSE» - une pièce de Jérôme Vuittenez	20H30	☎ 06 03 23 16 44
<b>GRÉOUX-LES-BAINS</b>	Médiat. L. Jacques	Loisirs	BB lecteurs	9H30	☎ 04 92 70 48 20
<b>GRÉOUX-LES-BAINS</b>	Ecociné Verdon	Cinéma	Fête du court métrage	16H-18H	☎ 04 92 79 82 18
<b>DIGNE-LES-BAINS</b>	Ctre René Char	Loisirs	51e rencontre cinématographique	...	☎ 04 92 30 87 10
<b>MANOSQUE</b>	Cinéma CGR	Cinéma	Opéra - Roméo et Juliette	20H15	☎ 04 92 87 57 17
<b>ORAISON</b>	Salle de l'Eden	Loisirs	Thé dansant	14H30	☎ 04 92 70 77 77
<b>PIERREVERT</b>	Salle Polyvalente	Don	Collecte de sang sur RDV	14H30-19H	☎ 04 91 18 87 90

Retrouvez l'horoscope de **THIERRY VALANCE**

Consultation  
par téléphone

**06 01 26 65 40**

en fin 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-MARS**  
à l'adresse : [contact@mouv-in.com](mailto:contact@mouv-in.com)

## VENDREDI 21 MARS

<b>SAINT-MICHEL-L'OBS</b>	Centre Astronomie	Loisirs	Plénitude étoilée	19H - 20H	☎ 04 92 76 69 69
<b>SAINT-MICHEL-L'OBS</b>	Centre Astronomie	Loisirs	Soirée découverte	21H - 00H	☎ 04 92 76 69 69
<b>MOUSTIERS</b>	Mouton Noir	Concert	«Les minuscules»	Dès 19H30	☎ 06 78 66 52 42
<b>DIGNE-LES-BAINS</b>	Palais des Congrès	Concert	Celkilt	20H30	☎ 04 92 30 87 10
<b>BANON</b>	Salle Bugadière	Loisirs	Concours de contrée	20H30	☎ 06 29 84 81 14
<b>GRÉOUX-LES-BAINS</b>	L'Oustaù de Greù	Loisirs	Dégustation de vins, Des Copains et des Vins	19H-20H30	☎ 04 92 78 09 68
<b>GRÉOUX-LES-BAINS</b>	Ecociné Verdon	Cinéma	Fête du court métrage	16H-18H	☎ 04 92 79 82 18
<b>LA BRILLANNE</b>	Salle Communale	Don	Collecte de sang sur RDV	14H30-19H	☎ 04 91 18 87 90

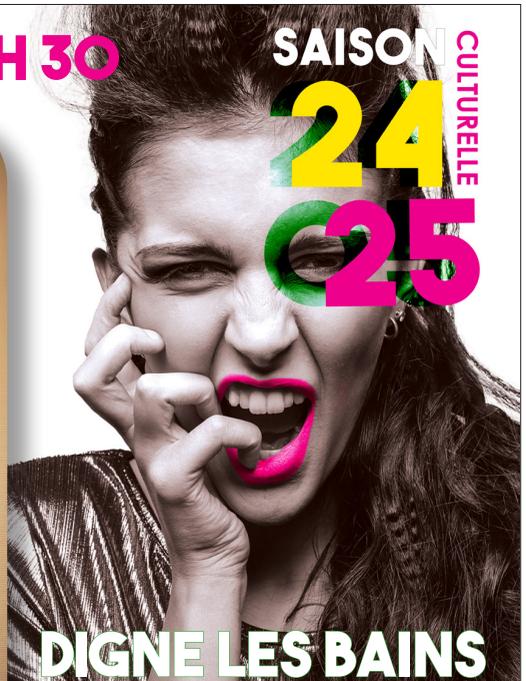
## SAMEDI 22 MARS

<b>GRÉOUX-LES-BAINS</b>	Ctre de Congrès	Spectacle	Théâtre : «Le Prénom»	20H45	☎ 06 8 365 97 16
<b>PEYRUIS</b>	Maison des assoc.	Loisirs	Les aprem en famille : Jeux de société	14H - 17H	☎ ...
<b>GRÉOUX-LES-BAINS</b>	Média. L. Jacques	Poésie	Printemps des poètes : Volcanique	Journée	☎ 04 92 70 48 20
<b>VOLONNE</b>	Salle polyvalente	Loisirs	Repair Café	14H - 17H	☎ ...
<b>MANOSQUE</b>	Schmidtd	Loisirs	Atelier culinaire avec thermomix - Gratuit	14H - 127H	☎ 06 33 67 10 01

# CELKILT - VEN. 21 MARS - 20 H 30

SAISON CULTURELLE

24  
25



## SAMEDI 22 MARS (suite)

<b>SAINT-MICHEL-L'OBS</b>	Centre Astronomie	Loisirs	Noisettes, à la recherche de la planète idéale	11H-12H	☎ 04 92 76 69 69
<b>SAINT-MICHEL-L'OBS</b>	Centre Astronomie	Loisirs	Le soleil, une étoile à découvrir	14H-15H30	☎ 04 92 76 69 69
<b>SAINT-MICHEL-L'OBS</b>	Centre Astronomie	Loisirs	Lucia, le secret des étoiles filantes	14H30-15H30	☎ 04 92 76 69 69
<b>SAINT-MICHEL-L'OBS</b>	Centre Astronomie	Loisirs	A la découverte du Système Solaire	16H-17H	☎ 04 92 76 69 69
<b>SAINT-MICHEL-L'OBS</b>	Centre Astronomie	Loisirs	Plénitude étoilée	19H-20H	☎ 04 92 76 69 69
<b>SAINT-MICHEL-L'OBS</b>	Centre Astronomie	Loisirs	Exploration du ciel 2.0	21H-00H	☎ 04 92 76 69 69
<b>MANE</b>	Salle Polyvalente	Loisirs	Après-midi / Soirée jeux	Dès 14H	☎ 04 92 75 00 13
<b>PUIMICHEL</b>	...	Loisirs	Atelier d'écriture	14H-16H30	☎ 06 31 89 62 80
<b>Oraison</b>	Le Château	Loisirs	Atelier «Fresque de l'eau»	14H-17H	☎ 04 92 78 70 82
<b>FORCALQUIER</b>	Médiathèque	Loisirs	Café Famille : Le monde du jeu vidéo	14H-16H30	☎ 04 92 75 72 41
<b>BANON</b>	Librairie Le Bleuët	Lecture	Café littéraire avec Sylvain Prudhomme	11H-12H	☎ 04 92 73 25 85
<b>Oraison</b>	Le Château	Lecture	Cercle de lecture «L'eau»	17H-18H	☎ 04 92 78 70 82
<b>Oraison</b>	Salle de l'Eden	Concert	Concert Blues «The Cinelli Brothers»	20H30	☎ 06 88 08 40 42
<b>Oraison</b>	Le Château	Confér.	Conférence «Journée mondiale de l'eau»	10H-12H	☎ 04 92 78 70 82
<b>MANOSQUE</b>	La Capsule MJC	Concert	Fiesta des lycées	21H-23H	☎ 04 92 72 19 70
<b>DIGNE-LES-BAINS</b>	Ctre René Char	Loisirs	51e rencontre cinématographique	...	☎ 04 92 30 87 10
<b>STE TULLE</b>	Salle G. Vachier	Loisirs	Soirée sbk Victor Gues Zapata	Dès 20H	☎ 06 86 92 21 51
<b>LE CHAFFAUT</b>	Lycee Carmejane	Divers	Journées portes ouvertes	9H - 16H	☎ 04 92 30 35 72

# JOURNÉES PORTES OUVERTES



**CARMEJANE**



**VENEZ DÉCOUVRIR  
LES FORMATIONS**

Route d'Espinouse, 04510 Le Chaffaut

# 22 MARS 2025

**9H À 16H**

**04.92.30.35.70**

## DIMANCHE 23 MARS

<b>VALENSOLE</b>	Park Salle Polyvalente	Sorties	Balade Botanique	11H-15H	☎ 06 03 89 31 96
<b>SISTERON</b>	Salle de l'Alcazar	Loisirs	2ème Salon toutes collections	9H -17H	☎ 06 67 10 51 95
<b>MANE</b>	Salle Polyvalente	Loisirs	Après-midi / Soirée jeux	Dès 14H	☎ 04 92 75 00 13
<b>GRÉOUX-LES-BAINS</b>	Ecociné Verdon	Cinéma	Fête du court métrage	16H-18H	☎ 04 92 79 82 18
<b>DIGNE-LES-BAINS</b>	Ctre René Char	Loisirs	51e rencontre cinématographique	...	☎ 04 92 30 87 10

## LUNDI 24 MARS

<b>DIGNE-LES-BAINS</b>	Ctre René Char	Loisirs	51e rencontre cinématographique	...	☎ 04 92 30 87 10
------------------------	----------------	---------	---------------------------------	-----	------------------

## MARDI 25 MARS

<b>VOLX</b>	Espace Simone Veil	Loisirs	Tarot (tous les mardis)	17H30-21H	☎ 06 14 74 24 11
<b>NIOZELLES</b>	Salle communale	Activité	Qi Gong ou gymnastique préventive de santé	...	☎ 06 56 81 53 16
<b>DIGNE-LES-BAINS</b>	Ctre René Char	Loisirs	51e rencontre cinématographique	...	☎ 04 92 30 87 10
<b>CHÂTEAU-ARNOUX</b>	Théâtre Durance	Théâtre	Qui m'appelle ? - Musique théâtre	20h30	☎ 04 92 64 27 34
<b>GRÉOUX-LES-BAINS</b>	Maison Paroissiale	Loisirs	Thés dansants, musette et toutes danses	Dès 14H30	☎ 06 77 16 54 05
<b>GRÉOUX-LES-BAINS</b>	Casino Partouche	Loisirs	Animation Wingo en salle de jeu	Dès 14H00	☎ 06 78 92 00 00

## MERCREDI 26 MARS

<b>DIGNE-LES-BAINS</b>	Palais des congrès	Cirque	Cirque: Enlivrez-vous	15H	☎ 04 92 30 87 10
<b>VOLONNE</b>	Salle polyvalente	Atelier	Entraîner sa mémoire	9H30-11H30	☎ 04 92 64 07 57



**MANOSQUE**  
Salles OSCO MANOSCO

# Salon Vins & Saveurs

6<sup>e</sup> ÉDITION

Les 4, 5 et 6 avril 2025

En partenariat avec :



Au profit des œuvres du

# LIONS Club Manosque

Nous servons

Horaires d'ouverture

Ven 12h / 21 h

Sam 10h / 22 h

Dim 10h / 18 h

web : [salonvingastronomie04.org](http://salonvingastronomie04.org)

Tél. 06 24 71 30 94

@lionsclubdemanosque

## MERCREDI 26 MARS (suite)

<b>MANOSQUE</b>	Hotel Campanile	Divers	Estim. Gratuite bijoux, objets d'art... sur RDV	9H-14H	☎ 06 69 03 09 24
<b>EPARTEMENT</b>	Département	Divers	Estim. à dom .Gratuite bijoux,... sur RDV	14H-18h	☎ 06 69 03 09 24
<b>DIGNE-LES-BAINS</b>	Centre Cult. R. Char	Loisirs	Haïku en BD avec BDNF	14H-16H	☎ 04 92 30 87 17
<b>MANOSQUE</b>	Médiat. d'Herbès	Lecture	Histoires sous les toits	16H	☎ 04 92 74 10 54
<b>DIGNE-LES-BAINS</b>	Ctre René Char	Loisirs	51e rencontre cinématographique	...	☎ 04 92 30 87 10
<b>RIEZ</b>	Salle M Alfieri	Don	Collecte de sang sur RDV	8H45-12H	☎ 04 91 18 87 90

## JEUDI 27 MARS

<b>VALENSOLE</b>	Avenue de Provence	Confér	Les Composts De Broussailles	18H-20H	☎ 06 03 89 31 96
<b>DIGNE-LES-BAINS</b>	Ctre René Char	Loisirs	51e rencontre cinématographique	...	☎ 04 92 30 87 10
<b>MANOSQUE</b>	Sall Osco Manosco	Salon	Mon agglo pour l'emploi : forum pour l'emploi	9H - 12H	☎ ...

## VENDREDI 28 MARS

<b>SAINT-MICHEL-L'OBS</b>	Centre Astronomie	Loisirs	Plénitude étoilée	19H-20H	☎ 04 92 76 69 69
<b>SAINT-MICHEL-L'OBS</b>	Centre Astronomie	Loisirs	Soirée découverte	21H-00H	☎ 04 92 76 69 69
<b>VILLENEUVE</b>	Salle des fêtes	Activités	Soirée jeux	17H-21H	☎ 06 61 25 97 21
<b>SAINTE-TULLE</b>	Eco campus	Forum	Mon agglo pour l'emploi : matinée entreprises	8H-12H	☎ ...



ÉDITION SPÉCIALE

10 ANS



# MON AGGLO POUR L'EMPLOI 2025

DU 27 AU 29 MARS 2025

**MANOSQUE SAINTE-TULLE**

ENTRÉES GRATUITES

- Recrutement
- Conférences
- Jobs d'été



PLUS D'INFOS

**DLVA.fr**

04 92 70 34 00

## VENDREDI 28 MARS (suite)

<b>DIGNE-LES-BAINS</b>	Ctre René Char	Loisirs	51e rencontre cinématographique	...	☎ 04 92 30 87 10
<b>CHÂTEAU-ARNOUX</b>	Théâtre Durance	Théâtre	À l'origine fut la vitesse	20H30	☎ 04 92 64 27 34
<b>DIGNE-LES-BAINS</b>	Salle Perchot	Loisirs	Soirée Jeux	19H30	☎ 06 99 96 22 27
<b>SISTERON</b>	Salle de l'Alcazar	Don	Collecte de sang sur RDV	14H30-19H	☎ 04 91 18 87 90
<b>GRÉOUX-LES-BAINS</b>	Centre de Congrès	Théâtre	«Oh bonne mère mon frère est parisien»	21H	☎ ...
<b>SIMIANE LA ROT.</b>	Salle Pierre Martel	Confé.	Les élixirs floraux et l'homéopathie	18H30	☎ 06 61 20 40 08
<b>GRÉOUX-LES-BAINS</b>	Bistrot du Casino	Sortie	Soirée karaoké	Dès 19H	☎ 04 92 78 00 00

## SAMEDI 29 MARS

<b>SAINT-MICHEL-L'OBS</b>	Centre Astronomie	Loisirs	Le soleil, une étoile à découvrir	10H45-12H45	☎ 04 92 76 69 69
<b>SAINT-MICHEL-L'OBS</b>	Centre Astronomie	Loisirs	Lucia, le secret des étoiles filantes	11H-12H	☎ 04 92 76 69 69
<b>SAINT-MICHEL-L'OBS</b>	Centre Astronomie	Loisirs	Noisettes, à la recherche de la planète idéale	14H30-15H30	☎ 04 92 76 69 69
<b>SAINT-MICHEL-L'OBS</b>	Centre Astronomie	Loisirs	A la découverte du Système Solaire	16H-17H	☎ 04 92 76 69 69
<b>SAINT-MICHEL-L'OBS</b>	Centre Astronomie	Loisirs	Plénitude étoilée	19H-20H	☎ 04 92 76 69 69
<b>SAINT-MICHEL-L'OBS</b>	Centre Astronomie	Loisirs	Exploration du ciel 2.0	21H-00H	☎ 04 92 76 69 69
<b>SAINTE-TULLE</b>	Esp. Gaston Vachier	Salon	Sainte-Tulle Manga Show	Journée	☎ 04 92 78 20 06
<b>MANE</b>	Salle Polyvalente	Loisirs	Après-midi / Soirée jeux	Dès 19H	☎ 04 92 75 00 13
<b>FORCALQUIER</b>	Médiathèque	Confé.	le monde des médias, la désinform. et la vérif. des faits	17H30-20H	☎ 04 92 75 72 41
<b>ORAISON</b>	Le Château	Loisirs	Déambulation «Les fontaines d'Oraison»	10H-12H	☎ 04 92 78 70 82
<b>MANOSQUE</b>	Salles Tilleuls /Quin.	Loisirs	Grand loto de l'AMPRA	14H -18H	☎ 04 92 72 22 28
<b>DIGNE-LES-BAINS</b>	Ctre René Char	Loisirs	51e rencontre cinématographique	...	☎ 04 92 30 87 10
<b>MANOSQUE</b>	Salle Osco Manosci	Forum	Mon aggro pour l'emploi : forum jobs été / altern.	14H-17H	☎ ...

LES SOIRÉES DE  
**L'ÉTOILE**  
2025

**GRÉOUX-LES-BAINS**  
CENTRE DE CONGRÈS

**VENDREDI 28 MARS**  
À 21H

BILLETTS EN VENTE DANS LES OFFICES DE TOURISME  
ET EN LIGNE : [www.durance-luberon-verdon.com](http://www.durance-luberon-verdon.com)



**OH BONNE MÈRE !  
MON FRÈRE EST  
PARISIEN...**

Une comédie de Jean Jaque  
et Madame Antoine

Avec Philippe Napias et  
Emmanuel Guéret

L-D-24-3818 (licence 2) et L-D-24-3870 (licence 3) et L-D-24-3871 (licence 1)

**ICI**  
et nulle part ailleurs !

SAMEDI **29** MARS (suite)

<b>BANON</b>	Librairie Le Bleuët	Lecture	Rencontre avec la journaliste Nesrine Slaoui	11H - 12H	☎ 04 92 73 25 85
<b>VALENSOLE</b>	Salle ciné. tardieu	Lecture	Rencontres poétiques de Valensole		
<b>CHÂTEAU-ARNOUX</b>	Théâtre Durance	Théâtre	À l'origine fut la vitesse	20H30	☎ 04 92 64 27 34
<b>SAINTE-TULLE</b>	Mairie	Confére.	«Eau et Fontaines en Provence»	17H-18H30	☎ 07 86 49 63 24

DIMANCHE **30** MARS

<b>SAINTE-TULLE</b>	Esp. Gaston Vachier	Salon	Sainte-Tulle Manga Show	Journée	☎ 04 92 78 20 06
<b>VALENSOLE</b>	Ancienne Ecole	Divers	Grande Gratuiterie De Printemps De La Voï	10H-15H	☎ 06 03 89 31 96
<b>MANE</b>	Salle Polyvalente	Loisirs	Après-midi / Soirée jeux	Dès 14H	☎ 04 92 75 00 13
<b>DIGNE-LES-BAINS</b>	Ctre René Char	Loisirs	51e rencontre cinématographique	...	☎ 04 92 30 87 10
<b>SISTERON</b>	Parking hyper U	Divers	Vide grenier	6H - 18H	☎ 04 92 30 87 10
<b>CHÂTEAU-ARNOUX</b>	Théâtre Durance	Théâtre	À l'origine fut la vitesse	20H30	☎ 04 92 64 27 34
<b>CHÂTEAU-ARNOUX</b>	Salle des fêtes	Concert	Voyage dans l'orchestre	15H	☎ 04 92 33 20 00
<b>MANOSQUE</b>	Place du Terreau	Loisirs	Manosque Motors show 2025 - 4ème édition	10H-18H	☎ 04 92 70 34 00
<b>ORAISON</b>	Résid. M Bret	Loto	Loto organisé par la FAAB	14H	☎ 06 35 50 02 98
<b>FORCALQUIER</b>	Place Bourgeut	Vide gren.	Grand vide grenier	6H30 - 17H	☎ 06 30 34 18 98

LUNDI **31** MARS

<b>DIGNE-LES-BAINS</b>	Ctre René Char	Loisirs	51e rencontre cinématographique	...	☎ 04 92 30 87 10
<b>FORCALQUIER</b>	Salle Bonne Fontaine	Don	Collecte de sang sur RDV	8H-12H30	☎ 04 91 18 87 90

**ILLUSTRATEURS  
CONFÉRENCIERS  
ANIMATIONS  
CINÉMA  
COSPLAY**

**SAINTE-TULLE MANGA SHOW**

**29 & 30 MARS 2025**  
ESPACE GASTON VACHIER  
WWW.VILLE-SAINTE-TULLE.FR

ATELIER SUSHI AVEC ARIGATO FOODTRUCKS BUVETTE

CONCERT DE JEAN-PAUL CÉSARI

DÉCOUVREZ LA VÉRITABLE MINI DE NICKY LARSON

# LES JEUNES « MOINS DE 17 » DE L'EP MANOSQUE HANDBALL : UNE ÉQUIPE DE COPAINS EN PLEIN PROGRÈS.



## MANOSQUE



L'EPM Handball vous présente aujourd'hui l'équipe des U17 garçon, dernière catégorie de jeunes avant le passage en équipe senior, ils assureront l'avenir du club.

### L'ÉQUIPE U17 GARÇON

L'équipe est composée essentiellement de **joueurs formés au club**, renforcée par un 2<sup>e</sup> année U15 surclassée et par des élèves de la section handball du collège du Mont d'Or qui ont pris cette année leur 1<sup>ère</sup> licence de handball en club.

L'effectif pour cette saison est un peu juste en termes de nombre (10 U17, dont 7 première année) mais **l'équipe progresse au fil des matchs** avec une bonne entente, un esprit collectif, de bienveillance et bien sûr de compétition.

Pour la 1<sup>ère</sup> partie de saison, **l'équipe U17 a participé au championnat Interdépartemental Vaucluse - Alpes de Haute Provence**, ce qui a permis des confrontations au niveau plus élevé du Vaucluse. L'équipe a fini 4<sup>e</sup> sur 6 avec 2 victoires et 3 défaites. Nos jeunes ont fait preuve de **beaucoup de courage et de solidarité** contre des équipes de très bon niveau. L'intégration progressive de nouveaux joueurs a permis une **progression individuelle et collective**.



L'équipe U17 et son entraîneur, Romain Ferreira



Tir à 6 mètres face au gardien

Pour la 2<sup>ème</sup> phase de compétition, la poule du 84 a croisé avec la poule du 13 (les 3 premières équipes de chaque poule s'affrontent et de même pour les 3 dernières). L'équipe a donc été reversée dans le championnat interdépartemental 13/84, secteur ouest, pour jouer les places de 7 à 12. **Les jeunes manosquins ont bien démarré l'année 2025** avec deux victoires et une défaite. En espérant qu'ils continuent sur leur lancée pour cette 2<sup>ème</sup> partie de la saison en **progressant et en prenant du plaisir collectif, ce qui reste le plus important pour le club**.

L'équipe U17 est entraînée depuis cette saison par un **jeune entraîneur, Romain FERREIRA**, 22 ans, joueur de l'équipe senior de l'EP Manosque Handball, qui fait aussi son apprentissage dans ce nouveau rôle, appuyé par les entraîneurs plus aguerris du club.

«*Romain que penses-tu de ton nouveau rôle cette année au club en t'occupant de l'équipe U17 ?*

**Romain** : En ce qui concerne mon rôle de coaching sur l'équipe des U17 je me sens bien dans ce poste et intégré dans l'ensemble du club. J'ai un **groupe super investi** qui s'entend très bien avec beaucoup de respect et je les en remercie énormément.»

Donc si vous avez envie de **découvrir un vestiaire de copains** qui partagent la même passion du handball dans un esprit de compétition collective, venez nous rejoindre et faire un essai.

**Entraînement des U17 :**

**Mercredi 17h-19h** gymnase de l'Ecole Internationale

**Vendredi 18h15-19h30** gymnase des Iscles

**En espérant vous voir bientôt sur un terrain de handball !**



U17 en pleine action



**MANOSQUE HANDBALL**

www.manosquehandball.fr/ - 6304002@ffhandball.net

Tél. 06 35 02 68 39 - Facebook : Manosque Handball - Instagram : @manosquehandball

# QUOI DE NEUF DU CÔTÉ DE L'EPM ATHLÉTISME MANOSQUE ?

Que ce soit en compétition, à l'entraînement ou en arbitrage, les athlètes de l'EPM Athlétisme sont sur le devant de la scène. Comme chaque mois, petit flashback sur les dernières performances du club.



## MANOSQUE

### MEETING DE NICE

Le 25 janvier, six athlètes de l'EPM Manosque et de l'athlétisme Durance Luberon Verdon se sont déplacés sur la Côte Bleue pour le meeting de Nice. **Lise Achat** a fait le déplacement pour engranger des points et se qualifier pour les régionaux d'épreuves libres en haies. **Andrea Buffet**, quant à elle, réalise des records personnels au poids et en sprint. Elle se qualifie également pour les régionaux libres en poids, haies et sprint. **Adam** débutait en benjamin, tandis que **Léa** et **Raphaël** prenaient leurs marques. Bravo à tous !



### MEETING INTERNATIONAL ELITE MIRAMAS

Fin janvier, **Bernard** et **Colleen** étaient à Miramas pour le meeting international élite. Bernard a officié en tant que **starter fédéral** et Colleen, qui prépare son examen fédéral, était **jeune juge régional**. C'est une belle expérience pour tous les deux !



### RECOMPENSE POUR CONSTANCE !

Le club est fier de **Constance** qui se voit attribuer le titre de **championne régionale au poids** avec un lancer à 10m70, un **record départemental** et une 16<sup>e</sup> place au bilan FFA. Bravo à elle et aux coachs !



### REGIONAUX LANCERS LONGS SALON

Les athlètes du club sont montés sur le podium lors des régionaux hivernaux de lancers longs à Salon :

- ▶ **Constance Napoléon** au javelot dans la catégorie Junior
- ▶ **Esteban Nicolle** au javelot dans la catégorie Cadet
- ▶ **Clara Castinel** au marteau dans la catégorie Cadette
- ▶ **Raphaël Miens** au disque dans la catégorie Cadet

Malgré des conditions météorologiques défavorables, les athlètes n'ont rien lâché !



### DU CÔTÉ DU TRAIL...

Début février, **Myriam** et **Teresa** ont participé au **trail de Fontaine-de-Vaucluse**. Au programme : 25 km et 1100 m de dénivelé positif, parcourus en 3h50 pour l'une et 3h29 pour l'autre. Ce parcours offre de magnifiques vues, ce qui ne gâche rien au plaisir de la course. Bravo aux deux athlètes !



Toujours début février, **Cyrille** a participé au magnifique **Trail des Calanques** avec ses 20 km et 1000 m de dénivelé positif sur un terrain calcaire offrant des vues à couper le souffle sur Marseille, le Cap Canaille et La Couronne. Bravo à Cyrille pour cette belle course !



### ... ET DU CROSS

Le club de Manosque était présent lors du cross d'Opio Équipe 04-05. Tous les athlètes ont donné le meilleur d'eux-mêmes, en particulier **Loris Nahal**, qui s'est qualifié pour les championnats de France de Challans. Bravo à tous pour leurs performances !



EPM ATHLÉTISME

manosque.athletisme@gmail.com | Tél. 06 25 16 36 31

www.manosque.athle.com

Suivez le club sur : facebook : EPManosque Athlétisme | Instagram : manosque\_athletisme

# LA RECETTE SUCRÉE

## TARTELETTE AUX POIRES ET CONFITURE DE FRAMBOISES

Préparation 30 min. Cuisson 20 min

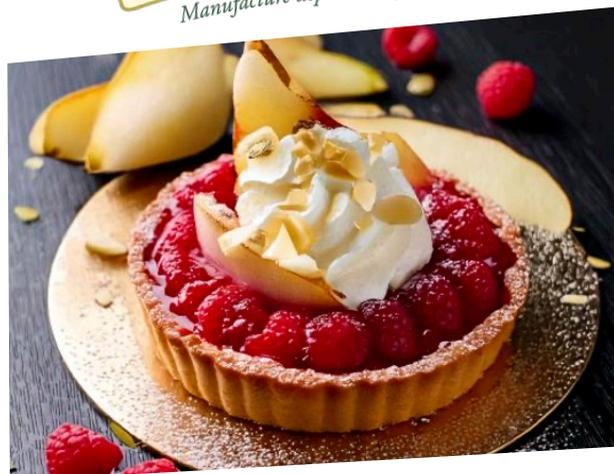


### PRÉPARATION

- Préchauffez votre four à 180°C.
- Découpez la pâte sablée et foncez-la dans 4 moules à tartelettes. Piquez le fond avec une fourchette.
- Mélangez dans un bol l'œuf, la crème, la poudre d'amandes et le sucre roux.
- Épluchez les poires et coupez-les en fines lamelles
- Déposez une cuillère de confiture de framboises sur le fond de chaque tartelette, puis ajoutez harmonieusement les tranches de poires..
- Versez le mélange à la crème sur les fruits et parsemez d'amandes effilées.
- Enfournez 20 à 25 minutes jusqu'à ce que la pâte soit dorée et la crème légèrement prise.
- Laissez tiédir avant de déguster !

#### Astuce gourmande

Servez ces tartelettes avec une boule de glace à la vanille ou un filet de miel pour encore plus de gourmandise.



### INGRÉDIENTS POUR 4 TARTELETTES

- 1 pâte sablée
- 2 poires mûres mais fermes
- 4 c. à soupe de **confiture de framboises Comtes de Provence**
- 1 œuf
- 10 cl de crème liquide
- 30 g de poudre d'amandes
- 20 g de sucre roux
- Quelques amandes effilées pour la décoration



### OFFRE BOUTIQUE D'USINE

**-30% sur tous les produits  
de la boutique toute l'année en créant  
votre compte fidélité directement  
à la boutique d'usine !**

### Boutique d'usine

11 Espace Saint-Pierre - 04310 Peyruis en Provence

Tél. 04 92 33 23 00

comtesdeprovence@agronovae.com

[www.comtes-de-provence.fr](http://www.comtes-de-provence.fr)

Facebook : @comtesdeprovence

Boutique d'usine ouverte

du lundi au vendredi de 9h à 17h





Sof'Communication  
Communication | Graphisme | Impression

**COMMUNIQUEZ**  
*mieux et plus fort !*



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

[contact@sofcommunication.com](mailto:contact@sofcommunication.com)  
Tél. 06 11 64 30 54

# HOROSCOPE



**BÉLIER**  
21/03 > 20/04

Pas vraiment stimulant ce mois de mars, vous qui vouliez des surprises, tout sera plutôt monotone que ce soit professionnel ou sentimental. Le train train s'installe et donne une certaine lassitude qui se traduit dans votre regard. Remettez-vous au sport, vous en avez besoin.



**TAUREAU**  
21/04 > 21/05

Cette année est véritablement votre année, car tout vous sourit et vous donne des ailes, votre vie sentimentale sera à son apogée à partir de ce mois de Mars qui pour vous est annonceur de printemps. Vos supérieurs peuvent vous demander de créer, vous apprendrez qu'ils ont pleinement confiance en vous.



**GÉMEAUX**  
22/05 > 21/06

En ce mois de mars, les planètes vous demandent d'être subtile, d'être rusé et ainsi de sauter sur toutes les opportunités qui s'offrent à vous. Pour les natifs qui sont toujours célibataires l'amour avec le passage de Vénus, vous ouvre ses portes. On pourra dire bientôt « Heureux qui comme Ulysse a fait un beau voyage ».



**CANCER**  
22/06 > 22/07

Vous voilà heureux et une nouvelle fois à aller au delà de vos possibilités. Avec l'arrivée du printemps vous vous sentez pousser des ailes. La maison où vous aimez vivre s'organise à souhait et l'ordre se fait sentir. Une période qui s'annonce plutôt positive. Attention toutefois un petit coup de fatigue pourrait survenir.



**LION**  
23/07 > 23/08

Période qui se veut un peu houleuse car deux planètes ennemies s'affrontent dans votre ciel, ce qui entraine dans votre vie personnelle quelques petites tensions. Pour une fois n'essayez pas de tout arranger mais au contraire mettez-vous un peu en retrait. La chance vous accompagne dans le domaine de vos finances.



**VIERGE**  
24/08 > 22/09

Ouf, ouf, ouf! Vous n'avez qu'une idée en tête c'est que l'on vous oublie, tout va à l'encontre de ce que vous pensiez ou espériez, et là il va vous falloir manoeuvrer et essayer de retrouver l'équilibre qui vous manque, il vous faudra beaucoup de patience avant de retrouver votre place.



**BALANCE**  
23/09 > 23/10

Ne vous a-t-on jamais dit que vous aviez en vous seul un véritable pouvoir de persuasion, car même si la situation familiale est délicate, vous tirez élégamment votre épingle du jeu. et vous arriverez durant tout le mois à faire porter les fautes aux autres, alors que... Professionnellement une fois de plus vous excellez.



**SCORPION**  
24/10 > 22/11

Une fois de plus, vous vous rendez compte que naître Scorpion n'est pas chose facile, et en ce mois de Mars des planètes s'organisent pour montrer votre caractère qui n'est pas toujours facile à comprendre. Toutefois vous connaîtrez une véritable embellie dans vos finances.



**SAGITTAIRE**  
23/11 > 21/12

Le mot d'ordre de ce mois de mars est Silence, car de nombreuses démarches vous laisseront croire qu'il vous faut agir et dire, et bien dans ce cas de figurine taisez-vous, car les astres aimeraient bien que vous vous perdiez dans des considérations que personne ne comprend et ne veut entendre.



**CAPRICORNE**  
22/12 > 20/01

Il serait grand temps que vous ouvriez au monde extérieur et que vous osiez affronter des domaines encore inconnus, car votre conformisme vous tire vers le bas et ne vous permet plus les échanges qui sont pourtant nécessaires à votre vie. Osez regarder les autres, ils peuvent avoir besoin de vous.



**VERSEAU**  
21/01 > 18/02

Voilà un mois qui se veut chanceux, car tout vous sourit que ce soit sentimentalement, professionnellement mais également en matière de finance. Une opération subitement possible vous fera stabiliser votre budget. En amour là aussi un renouveau s'installe donnant ainsi un peu de piment à votre vie.



**POISSONS**  
19/02 > 20/03

Après une période de doute et surtout d'inaction, vous voilà une nouvelle fois sur la brèche. Vous vous agitez et pour une fois vous avez raison car dans les prochains mois vous n'aurez plus vraiment le temps de vous arrêter. Cette période vous est favorable, alors ne laissez pas passer votre chance.

2<sup>ÈME</sup> ÉDITION

# GRÉOUX IN CORSICA



du 4 au 6 avril 2025

**3 CONCERTS**

AU CENTRE DE CONGRÈS L'ÉTOILE

VENDREDI 4 AVRIL À 21H  
**I CAMPAGNOLI**

SAMEDI 5 AVRIL À 21H  
**JEAN-CHARLES  
PAPI**

DIMANCHE 6 AVRIL À 17H  
**SUARINA**

Plein tarif 16€  
Tarif réduit 13€

**STANDS DE  
PRODUITS CORSES**  
ANIMATION MUSICALE AVEC  
L'ARCHETTI BASTIACCI

SAMEDI DE 8H À 13H  
DEVANT LES THERMES

DIMANCHE DE 9H À 13H  
PLACETTE PAULINE



Billets en vente dans les offices de tourisme du pays de Manosque  
et vente en ligne sur : [paysdemanosque.com](http://paysdemanosque.com)