



83
Avril 2014
www.mouv-in.com

GRATUIT
PAYS MANOSQUIN
ET ALENTOURS

NEW
Recette à la carte

SPORT

COMMERCE

ASSOCIATION

EXPO

ARTISTE

CINÉ

ACTU

MOUV-IN®

Bonnes fêtes
de Pâques!

CAHIER ACCENT DÉCO

EMPLOI / FORMATION

VOS SORTIES DU MOIS



Immortal Karess

— Fill your body —



8 ans

Merci pour
votre fidélité d'ennemie

Tatouage
Piercing

AVENUE MAJORAL ARNAUD - MANOSQUE / FACE AU CCAS

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

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

L'anniversaire passé, de retour désormais pour une neuvième année qui se voudra, je l'espère, pleine de joie, de bonheur, de surprises et de continuelles évolutions. De ce côté-là, l'année a très bien démarré, à l'image de la webtélé MOUV'IN qui ne cesse d'attirer des « webspectateurs » et qui vous fait découvrir le vrai visage des Alpes-de-Haute-Provence, toujours sous un regard positif ! Pratiquement un an d'existence — déjà ! — pour ce nouveau et unique média local, qui comptabilise plus de 80 reportages ; et les nouvelles émissions vont savoir capter d'autant plus votre attention. À l'image de la petite dernière : « **C'est quoi ton sport ?** », vous allez découvrir une discipline sportive au travers d'un club ou d'un coach. L'occasion pour vous donner le goût de la pratique. Une émission qui fera le tour des différentes associations et structures sportives de notre département. Le premier reportage à visionner sans plus tarder sur :

www.mouv.in

Donc l'ascension va bel et bien continuer et elle se concrétisera au fil des jours, des rencontres et des partenariats. En huit ans, c'est un véritable enrichissement personnel que j'ai acquis. La découverte de personnages

vrais et sincères, mais aussi d'une mentalité que nous qualifierons de « particulière », heureusement le positif ressort et je ne compte même plus les artistes animés de leur passion ou les clubs de sport et associations qui veulent partager cette même envie. La rencontre de créateurs d'entreprises portés par un projet bien personnel qui leur tient tant à cœur aujourd'hui encore. Ces centaines d'événements organisés chaque mois qui voient en MOUV'IN une vitrine et une communication au plus grand nombre. Mais surtout, durant ces huit années, j'ai découvert l'amour que vous portez au magazine MOUV'IN et c'est pour moi la plus grande des satisfactions. Pour cela nous essayons de vous en offrir toujours plus, chaque mois, et vous avez pu le constater avec le numéro de mars : plus de pages, encore plus de qualité, plus de reportages, plus de rubriques, plus d'informations, et une diffusion élargie grâce au site web de MOUV'IN et aux réseaux sociaux, qui portent ce lectorat à plus de 20 000 lecteurs par mois. Alors un GRAND MERCI à vous tous !

Nicolas Le Plénier (directeur de publication)



0 0 0 1 5 1 9 ARBRES PLANTÉS, GRÂCE AUX ANNONCEURS !

MAGAZINE MENSUEL GRATUIT

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

VOTRE PUBLICITÉ DANS 

Contactez Nico au **06 64 14 04 94**
contact@mouv-in.com
plus de 20 000 lecteurs / mois

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



Ma piscine pour la vie !

**Les Journées
Portes Ouvertes
Alliance Piscines
Manosque**

**Du Mardi 8 Avril au
Samedi 12 Avril 2014**

PROMO DE PRINTEMPS ALLIANCE PISCINES

Plus 2000 € TTC d'avantage client

pour toute commande passée avant le 30 avril 2014



**ROBOT HYDRAULIQUE
ZODIAC BARACUDA MX8**
549€ **460€**
MEILLEUR VENTE 2013

**BAYROL
AQUABROME Tablette 5kg**



2 achetées = le 3ème à - 50%
Soit votre seau à **43 €**

BÂCHE ÉTÉ
Bordée 4 côtés, 400 micron,
oeillet inox **4,99€/m2**
Prix au m2 hors découpe escalier
PRIX IMBATTABLE

CHLORE 5 FONCTIONS 5KG



1 acheté = le 2ème à - 50%
Soit votre seau à **29.90 €**

Et de nombreuses offres à venir découvrir...

Av. Joseph Cugnot - ZI St Joseph - 04100 MANOSQUE

Situé le long du canal entre Hyper U et le nouvel hôpital / Tél: 04 92 77 00 00 - Email: aquareve@alicepro.fr

ACTUS CINÉ

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

CLOCHETTE ET LA FÉE PIRATE (2D/3D) // 2 AVRIL



Réalisé par Peggy Holmes

Avec Mae Whitman, Tom Hiddleston, Genre Animation , Famille

Zarina, la fée chargée de veiller à la sécurité de la poussière de fée, décide par lassitude de tout abandonner, d'emmener avec elle un peu du précieux trésor et de se lier avec la bande de pirates qui sillonne les mers environnantes. Pour Clochette et ses amies les fées, c'est le début d'une nouvelle grande aventure où tous leurs pouvoirs vont se retrouver chamboulés sous l'effet d'une certaine poudre bleue. L'absence de maîtrise entraîne les pires catastrophes et la situation s'avère d'autant plus critique que les pirates cherchent désormais à gagner la Vallée des Fées...



RIO 2 (2D/3D) // 9 AVRIL

Réalisé par Carlos Saldanha

Avec Anne Hathaway, Jesse Eisenberg, Jemaine Clemen

Genre Animation , Aventure , Comédie

Blu a pris son envol et se sent désormais chez lui à Rio de Janeiro, aux côtés de Perla et de leurs trois enfants. Mais la vie de perroquet ne s'apprend pas en ville et Perla insiste pour que la famille s'installe dans la forêt amazonienne alors qu'ils découvrent que d'autres aras bleus y vivent.



NOÉ // 9 AVRIL



Réalisé par Darren Aronofsky

Avec Russell Crowe, Jennifer Connelly, Ray Winstone

Genre Aventure , Péplum

Oscar® du meilleur acteur, Russell Crowe est Noé, un homme promis à un destin exceptionnel alors qu'un déluge apocalyptique va détruire le monde.

La fin du monde... n'est que le commencement.



NEED FOR SPEED (2D/3D) // 16 AVRIL

Réalisé par Scott Waugh

Avec Aaron Paul, Dominic Cooper

Genre Action

Tobey Marshall et Dino Brewster partagent la passion des bolides et des courses, mais pas de la même façon... Parce qu'il a fait confiance à Dino, Tobey s'est retrouvé derrière les barreaux. Lorsqu'il sort enfin, il ne rêve que de vengeance. La course des courses, la De Leon – légendaire épreuve automobile clandestine – va lui en donner l'occasion. Mais pour courir, Tobey va devoir échapper aux flics qui lui collent aux roues, tout en évitant le chasseur de primes que Dino a lancé à ses trousses. Pas question de freiner...



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



**QU'EST-CE QU'ON A
FAIT AU BON DIEU**
// 16 AVRIL

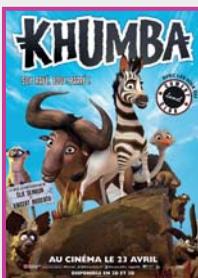
Réalisé par Philippe de Chauveron
Avec Christian Clavier, Chantal Lauby,
Ary Abittan
Genre Comédie

Claude et Marie Verneuil, issus de la grande bourgeoisie catholique provinciale sont des parents plutôt «vieille France». Mais ils se sont toujours obligés à faire preuve d'ouverture d'esprit...Les pilules furent cependant bien difficiles à avaler quand leur première fille épousa un musulman, leur seconde un juif et leur troisième un chinois. Leurs espoirs de voir enfin l'une d'elles se marier à l'église se cristallisent donc sur la cadette, qui, alléluia, vient de rencontrer un bon catholique.



KHUMBA
(2D/3D) // 23 AVRIL

Réalisé par Anthony Silverston
Avec Jake T. Austin, Liam Neeson,
Genre Animation , Aventure , Famille



Un zèbre demi-zébré est considéré par son troupeau comme la cause de la sécheresse persistante. Il décide de quitter leur lieu de retraite et part à la recherche de ses rayures perdues. Il est aidé dans sa quête par une vieille gnou et une autruche fashionable. C'est également pour trouver un moyen de sauver son troupeau de la sécheresse qu'il traversera maints dangers.



NOUVEAU

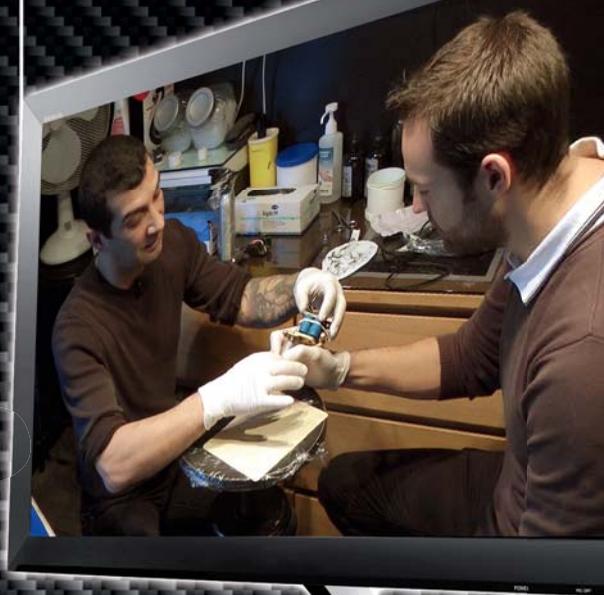
SUR LA 1^{ÈRE} WEBTV DU DÉPARTEMENT



PRÊTE MOI TON JOB

La nouvelle émission de votre
WebTV MOUV'IN.TV
En immersion dans l'activité des
entreprises de proximité, qui
nous feront découvrir leurs
métiers au travers d'un
apprentissage quotidien.

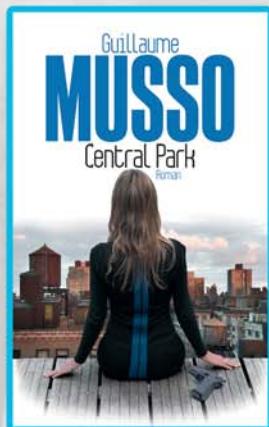
À VOIR SUR
WWW.MOUVIN.TV



COMMENT PARAÎTRE ?

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

LES NOUVEAUTÉS LIVRES / DVD



CENTRAL PARK Guillaume Musso (Auteur)

Alice et Gabriel n'ont aucun souvenir de la nuit dernière...

... pourtant, ils ne sont pas près de l'oublier. New York, huit heures du matin.

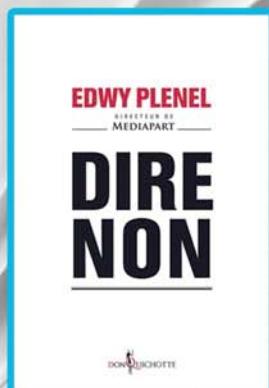
Alice, jeune flic parisienne, et Gabriel, pianiste de jazz américain, se réveillent menottés l'un à l'autre sur un banc de Central Park.

Ils ne se connaissent pas et n'ont aucun souvenir de leur rencontre. La veille au soir, Alice faisait la fête avec ses copines sur les Champs-Élysées tandis que Gabriel jouait du piano dans un club de Dublin.

Impossible ? Et pourtant...

Les questions succèdent à la stupéfaction. Comment se sont-ils retrouvés dans une situation aussi périlleuse ? D'où provient le sang qui tache le chemisier d'Alice ? Pourquoi manque-t-il une balle dans son arme ?

Pour comprendre ce qui leur arrive et renouer les fils de leurs vies, Alice et Gabriel n'ont pas d'autre choix que de faire équipe. La vérité qu'ils vont découvrir va bouleverser leur existence...



DIRE NON Edwy Plenel (Auteur)

La France ressemble ces temps-ci à un Titanic dont l'équipage dirigeant irait droit vers l'iceberg, le sachant et le voyant mais ne trouvant rien pour l'empêcher. Économique, sociale, démocratique, européenne, culturelle, écologique, etc. : les crises s'accumulent dans une confusion du sens et une perte de repère dont aucune force ne semble capable de dénouer les fils, à l'exception des tenants de la régression la plus obscure vers le plaisir de détester ensemble – les Roms, les Arabes, les Juifs, les étrangers, le monde, les autres, tous les autres. Nous ne sommes pas condamnés à cette fatalité. Urbaine, diverse et mêlée, dynamique et inventive, la France telle qu'elle est et telle qu'elle vit n'est pas conforme à cette image de régression, de division et de repli. Mais, entre cette réalité vécue et la politique supposée la représenter, le gouffre ne cesse de se creuser.



HUNGER GAMES 2 DVD



MANDELA Blu-Ray



BELLE ET SÉBASTIEN Blu-Ray



SNOW- PIERCER Blu-Ray

LES SORTIES JEUX VIDÉO

SORTIES AVRIL 2014



METAL GEAR SOLID V : GROUND ZEROES PS3 / X360 PS4 / XONE

UNE MISE EN BOUCHE AUX SAVEURS 5 ÉTOILES ! Bienvenue dans Metal Gear Solid V : Ground Zeroes, le prologue du jeu Metal Gear Solid V : The Phantom Pain! Véritable mise en bouche avec un scénario d'introduction qui permet de glisser doucement vers l'opus tant attendu, ce jeu prologue n'a pas fini de surprendre, tant par son gameplay que par son intensité.

Les nouveaux joueurs y découvriront un univers unique, celui de Kojima Productions, tandis que les vétérans pourront se familiariser avec les nouveaux graphismes bluffants et se confronter au premier monde ouvert de la franchise. Tout un programme qui vient dès à présent révolutionner l'expérience Metal Gear Solid...



FINAL FANTASY X / X-2 HD PS3/PS VITA

Profitant d'un lifting HD, les deux opus de Final Fantasy X débarque sur PS3. Vous profiterez même de la version internationale de FINAL FANTASY X-2, offrant une variété de contenu additionnel non inclus dans la version originale.

FINAL FANTASY X

Il y a très longtemps régnait sur Spira un âge d'or idyllique, rythmé au quotidien par l'utilisation des « machines », fabuleuses inventions d'une civilisation avancée. Puis, il y a mille ans de cela, une menace colossale connue sous le nom de Sin apparut, s'abattant sur le monde tel un cataclysme. Depuis, des générations d'Invokeurs l'ont vaincu, du moins pour un temps. Car le retour de Sin est inévitable, entraîné par un cycle de destruction sans fin... Affligé par cette menace omniprésente, le peuple de Spira s'est tourné vers le culte de Yevon, qui dénonce l'utilisation à outrance des machines comme étant la cause de la venue de Sin. Tidus, une jeune star de blitzball, se retrouve propulsé à Spira lorsque sa ville natale de Zanarkand est détruite par Sin, 1000 ans dans le passé.

FINAL FANTASY X-2

Deux années se sont écoulées depuis la victoire contre Sin. Après avoir vaincu Sin et être devenue Grand Invokeur, Yuna est restée sur l'île de Besaid, sa patrie d'enfance. Un jour, Rikku vient sur l'île de Besaid pour lui montrer une mémosphère. L'enregistrement est de lui. Ou peut-être pas... Yuna n'arrive pas à déterminer s'il s'agit bien de lui ou d'une personne qui lui ressemble.

JEUX-VIDÉO

Neufs
Occasions

Accessoires
Connectiques



MEGA
CHIP

PLANETE HD

INFORMATIQUE

PC / Assemblage

S.A.V

Devis/Diagnostic
Gratuit



Revendeur
Agréé

ZI St Joseph - MANOSQUE

04 92 87 23 22

MEGACHIP
MANOSQUE





Un nouvel album débarque dans le paysage local et va sûrement rayonner bien au-delà. Nevrast est la suite du premier album, The Lay of Leithian, sorti en 2004. Rencontre avec Thomas Reybard, un artiste à l'éclectisme musical.

M'i : Présente-nous ton parcours musical

T.R. : J'ai commencé la guitare à l'âge de onze ans, d'abord au conservatoire puis très vite à la MJC. J'ai donc une formation de musiques actuelles à la base (rock, pop, folk...), puis à vingt-cinq ans, j'ai appris le violoncelle et les bases de la théorie musicale afin d'ouvrir mon univers musical et parfaire mes compétences dans ce domaine.

M'i : Nevrast n'est pas ta première expérience ?

T.R. : Le premier album d'Ainulindalë s'appelle The Lay of Leithian, il est sorti en 2004 d'abord sur un label français (Cynfeirdd) puis sur un label allemand (Trollmusic), les deux éditions de l'album ont été épuisées assez vite, preuve du bon accueil qu'à reçu le CD en son temps. J'ai aussi sorti un disque de métal sous le nom de Vehementer Nos, en 2007, dont le magazine Mouv'in avait parlé à l'époque, et maintenant je sors le nouvel album d'Ainulindalë, Nevrast, en autoproduction. J'ai eu des contacts avec différents labels, mais les conditions sont devenues tellement défavorables pour les artistes (perte des droits d'exploitation, peu de soutien financier et rémunération sur les ventes ridicules) que j'ai choisi de me lancer dans l'autoproduction.

M'i : Présente-nous cet album

T.R. : J'ai commencé à travailler sur Nevrast en 2008. Je savais que musicalement l'album allait être assez ambitieux, notamment dans les arrangements. Ayant fait le conservatoire, j'ai eu la chance de croiser de nombreux musiciens qui ont tous accepté de participer à l'album, donc finalement il y a près de vingt musiciens sur cet album. La musique est basée principalement sur la guitare et la voix ce qui donne un côté folk, et les instruments issus du classique (cordes, chorale, flûte, trombone, etc.) donnent un côté plus aérien qui se rapproche d'une musique de film par moments. Au niveau des paroles, les textes sont inspirés par l'univers de Tolkien (le Silmarillion, le Seigneur des anneaux, le Hobbit...). À noter aussi que j'ai eu la chance de rencontrer Florence Guillot qui a fait de magnifiques illustrations originales pour le livret de l'album.

M'i : D'où vient le nom ?

T.R. : Ainulindalë est le nom du chant de la Création dans l'univers de Tolkien. La mythologie de Tolkien est construite autour d'un être unique qui, par l'Ainulindalë (donc le chant de la Création) a engendré les grands esprits

qui régissent le monde (l'esprit de l'eau, du vent, du temps, etc.).

M'i : Comment as-tu produit ce CD ?

T.R. : J'ai enregistré et mixé l'album moi-même, étant ingénieur du son de métier (Muvida, ma structure, a enregistré de nombreux groupes locaux notamment Gamac, Azyd Azylum, Toumaï, Ciao Tympan, etc.), donc, à part la partie visuelle et le mastering de l'album, je me suis occupé de tout.

M'i : Quel est l'objectif ?

T.R. : L'objectif est de faire connaître ce projet au plus grand nombre de personnes possible. La scène musicale à laquelle Ainulindalë est le plus souvent affilié s'appelle le Néo-Folk, c'est une scène qui est complètement mondialisée, je reçois donc plus de mails de l'étranger que de France, mais ce n'est pas une raison pour négliger le public local.

M'i : Y'aura-t-il des concerts à suivre ?

T.R. : A priori, non. Il faudra être au moins une dizaine de musiciens sur scène, dans des conditions confortables. Bref, il faudrait un assez gros budget pour pouvoir monter cet album en live.

M'i : Comment peut-on se procurer cet album ?

T.R. : Tous les liens sont sur le site www.ainulindale.fr, avec notamment le webshop ainulindale.bigcartel.com pour acheter l'album et bien sûr sur facebook.com/ainulindaleofficial pour suivre les actualités.



En fêtant ses cent ans d'existence cette année, l'établissement Chez Paulette est une véritable institution dans le paysage manosquin. L'arrivée de nouveaux propriétaires lui assure encore pas mal d'années à vous régaler tous les midis.

Le changement opéré cet hiver a laissé place à de nouveaux gérants, une nouvelle décoration et un nouveau fonctionnement. Après deux petits mois pour se mettre réellement en place, cette nouvelle équipe vous propose des formules et salades tous les midis avec un excellent rapport qualité-prix des plats servis.

FAISONS CONNAISSANCE

Le restaurant Chez Paulette a donc été repris cet hiver par l'équipe du Carpe Diem à Corbières. Une valeur sûre dans le monde de la restauration et qui s'est fait une réputation des plus positives en quelques années. « *Nous souhaitons maintenir cette réputation en nous adaptant à la demande des clients de Chez Paulette, un bon rapport qualité-prix avec des formules pour contenter le plus grand nombre. C'est pourquoi nous avons pris le temps de mettre en place deux formules et une carte de salades* », nous précise Philippe qui, accompagné

d'Orlane, s'occupe de la salle, Thomas est au comptoir et Laure en cuisine. Laure, la pépite de l'équipe, qui vous garantit saveurs et générosité du plat servi !

LA CARTE

Nous vous le disions précédemment, la nouvelle équipe de Chez Paulette a pris le temps d'analyser les attentes de sa clientèle pour définir une carte qui puisse y répondre parfaitement. Ainsi la nouvelle carte d'été propose des plats de 10 à 13 €, un plat du jour à 10 €, trois types de salades (fruits de mer, crudités et volaille-fromage) pour 7 €. **Deux formules sont proposées, plat du jour-dessert-café, à 12 €, ou entrée-plat du jour-dessert-café, à 15 €.** Le tout à base de produits de qualité pour assurer de meilleures saveurs dans votre assiette. Bien entendu, le café reste à 1 €, un des seuls lieux où le café est toujours à ce prix là !

CLIENTÈLE

Philippe et son équipe ont souhaité redonner l'âme qui était celle du restaurant Chez Paulette. Un établissement accueillant, de bons plats, copieux, pas chers. À la vue du restaurant, le pari est réussi. Ainsi une clientèle plus large pourra se retrouver dans ce nouveau cadre, tout en gardant l'aspect pratique pour les ouvriers des chantiers environnants qui avaient pris l'habitude de se retrouver ici.

INFORMATIONS

Chez Paulette est donc ouvert tous les jours du lundi au vendredi de 12 h à 14 h 30 pour le déjeuner, et le matin dès 7 h pour le petit-déjeuner. Avec les beaux jours qui arrivent, vous pourrez profiter d'une grande terrasse pour un déjeuner ensoleillé.

CONTACT

Chez Paulette
104 avenue de la Libération
04100 Manosque
Tél. 04 92 74 42 82



C'est l'émission follement kitch ! Animée par Patt et Philou tous les lundis soirs sur Fréquence Mistral Sisteron, revivez l'ambiance des années quatre-vingt grâce à ces deux passionnés. Présentation !

C'est le lieu de rendez-vous du lundi soir, aussi bien pour les auditeurs que pour les « facebookiens ». Et l'on constate que le studio de Fréquence Mistral Sisteron se transforme, le temps de l'émission, en un lieu d'échange et de partage avec les passionnés de la ville et bien au-delà grâce à la diffusion sur internet de l'émission. « *Nous avons des auditeurs du monde entier, ils nous envoient des messages, ce sont souvent d'anciens Bas-Alpins qui suivent l'actualité locale par l'intermédiaire de l'émission. Il y a aussi de vrais "kitcheurs" qui nous écoutent comme Jean-Luc Lahaye pour ne citer que lui* », nous précisent Patt et Philou.

UNE ÉMISSION INTERACTIVE

En direct sur les ondes et sur le site :

www.frequencemistralsisteron.fr, la particularité réside dans l'interactivité proposée avec les comptes Facebook de la radio. Ainsi Igor répond aux questions des internautes et, accompagné de Patt, ils mettent en place des jeux tout au long de la soirée et font ainsi gagner de nombreux cadeaux. Des jeux qui, bien entendu, sont axés sur les objets, dessins animés, films, musiques, séries télé... des années quatre-vingt. Et le concept fonctionne, c'est le moins que l'on puisse dire. Alors, vous aussi connectez-vous sur Facebook : Fréquence Kitch.

DEUX PASSIONNÉS

Patt et Philou se sont bien trouvés, c'est une évidence. Passionnés de radio et pionniers avec l'arrivée des radios libres, Patt et Philou ont un autre point commun : la passion et

la nostalgie des années quatre-vingt et de tout ce qui est lié. « *Depuis deux ans, l'émission ne cesse de se développer, nous avons de plus en plus d'auditeurs et d'interactions, c'est ce qui nous motive et nous pousse à en faire toujours plus* », précise Patrice qui est le responsable local de Fréquence Mistral.

ACCOMPAGNÉS DE BÉNÉVOLES

C'est le principe fondamental qui fait que ces radios associatives puissent proposer autant de programmes. Des bénévoles animateurs et tout autant passionnés, comme Philou à la technique, Fabrice, Igor... ou encore des sympathisants dont Jérôme ou Lionel, de véritables fidèles de l'émission.

EN COLLABORATION AVEC LES LIEUX MUSICAUX

Fréquence Kitch à créer une synergie et des partenariats avec les lieux musicaux du département, le Kfé Quoi ! à Forcalquier, la BE à Volx, les 12 Chênes... mais aussi des magasins et boutiques. Le tout pour proposer aux auditeurs différents lots, et parler des actualités « sorties » du département.

RETROUVEZ FRÉQUENCE KITCH SUR :

www.frequencemistralsisteron.fr

Sur Facebook : Fréquence Kitch

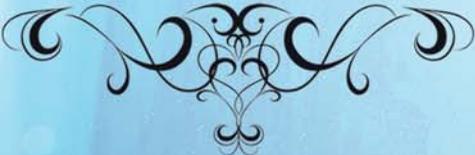
Tous les lundis soirs de 20 h 30 à 22 h

et sur les ondes : 99.2 FM

SAMEDI 7 JUIN
STE TULLE / SALLE DES FETES



NUIT DE LA MODE



COIFFURE • MAQUILLAGE
PRET-A-PORTER • MAILLOT DE BAIN
OPTIQUE • MAROQUINERIE • ACCESSOIRES

ÉLECTION TOP MODEL

ALPES DE HAUTE PROVENCE - 2014



ORGANISÉE AVEC L'ASSOCIATION DES COMMERCANTS TULLESAINS ET CORBIÉRAINS

CONCEPTION/IMPRESSION : MAGAZINE MOUV'IN



Rendez-vous culturel et incontournable pour les vidéastes locaux, Let's go vidéo a pour objectif la promotion des créations visuelles locales, pour tous et par tous.

Se déroulant sur une journée, cette manifestation est axée sur la projection de courts-métrages amateurs et professionnels, ponctuée par des échanges entre les réalisateurs et le public. Le concept « Let's go vidéo » est né de la rencontre entre Cédric Gisondi (association Vis ta mine) et Damien Fiorani (Zbqlab.info). Passionnés d'images et voulant faire partager à un large public des créations originales et locales non diffusées au grand jour, ils décident de créer cet événement culturel inédit et convivial sur le territoire de la communauté de communes Luberon-Durance-Verdon.

« Let's go vidéo », la journée de la vidéo locale, est un rendez-vous trimestriel. Ce samedi 19 avril 2014 au cinéma Écociné Verdon de Gréoux-les-Bains aura lieu la 11^e édition de 11 heures à 18 heures (entrée gratuite). Cela fait plus de trois ans que la manifestation existe : un rendez-vous donc à ne pas manquer !

LES OBJECTIFS :

- Faire découvrir l'environnement créatif proche et de proximité.
- Favoriser la rencontre et les échanges autour de vidéos entre les artistes

créateurs d'images, les professionnels et le public.

- Fidéliser un public et créer un réseau (amateurs et professionnels) autour des pratiques artistiques visuelles.

- Créer un événement culturel, convivial, intergénérationnel, vecteur de lien social.

CONCEPT :

Appel à projets trimestriel de créations vidéo n'excédant pas 7 minutes : mini-fiction, film d'animation, court-métrage, clip vidéo, pocket film, documentaire, interview...

Appel à réalisation de Kino : film original de moins de 60 secondes avec thème tiré au sort.

Les productions peuvent être réalisées avec une caméra, un appareil photo, un téléphone portable...

Sélection et programmation par le jury.

PROGRAMMATION DU 19 AVRIL 2014 :

La journée se compose de plusieurs parties :

- Le matin, de 11 h à 12 h : première projection de vidéos (rétrospectives des éditions précédentes, diffusion de notre webmagazine « Let's Go Vidéo, le Mag »).
- Le midi, de 12 h à 14 h : temps convivial et d'échange entre vidéastes et public

(chacun apporte un mets salé ou sucré, la boucherie du coin nous offre la charcuterie...).

- L'après-midi, de 12 h à 14 h : plusieurs vagues de projections vidéo courtes entrecoupées de questions-réponses avec les réalisateurs présents ; de 14 h à 14 h 30 : projection de Kino sur le thème : « Limite(s) ».

- Plusieurs surprises seront préparées par Francis Lecomte, ovni vidéaste tour à tour philosophe, clown et poète que Let's go vidéo suit depuis plus de trois ans maintenant. Dans son univers barré, tout se recycle et peut être le sujet d'un délire visuel et métaphysique. Sans jamais se prendre au sérieux, cet artiste réinvente sans cesse un film qui n'a pas de fin, un puzzle d'images et d'idées qui questionne le spectateur avec humour et poésie.

LES DATES EN 2014 :

Les samedis 19 avril, 28 juin et 25 octobre au cinéma Écociné Verdon de Gréoux-les-Bains (04) de 11 h à 18 h, et le dimanche 21 décembre en soirée.

ENVOYEZ VOS VIDÉOS AVANT LE 10 AVRIL 2014 !

La sélection des vidéos pour la 11^e édition est ouverte :

- vidéos amateurs, créateurs d'image, ou professionnelles de moins de 7 minutes (docu, clip, fiction, animation, pocket film...)
- vidéo Kino de moins de 1 minute sur le thème : « Limite(s) »

Let's go vidéo n°11 s'installe à Écociné Verdon, le nouveau cinéma de Gréoux-les-Bains (04) le SAMEDI 19 AVRIL 2014, de 11 h à 18 h

Envoyez vos vidéos par mail : contact@letsgovideo.fr (par Web Transfert ou par la poste...)

17
& 18
& 19
AVRIL
2014
CINÉ UBAYE
BARCELONNETTE



« Regards d'Altitude ne met pas les films sélectionnés en compétition. Le but est de faire connaître le travail d'équipes passionnées et de faire progresser la culture de la montagne à travers un moment de plaisir face aux images et de discussions après les films. En 2014, le public sera simplement consulté afin d'élire son coup de cœur. »

Après le succès de la première édition, le Festival du film de montagne de Barcelonnette revient pour une nouvelle édition. Partez à la découverte de lieux insolites, d'activités extrêmes, grâce aux regards apportés par les réalisateurs réunis.

Créé en 2012, le Festival du film de montagne de Barcelonnette souhaite croiser les regards sur les montagnes : celles de l'Ubaye, des Alpes du Sud, mais aussi celles d'ailleurs, jusqu'au bout du monde, à travers différentes approches : alpinisme et sports extrêmes, patrimoine humain, histoire, ethnologie et société, documentaires nature, fictions ou regards d'artistes... « *Accueillantes et familières, ou lointaines et dantesques, les montagnes ont toujours rassemblé les hommes : lieux de vie, de résistance ou d'exploits, elles gardent une place à part dans les imaginaires des sociétés du monde entier.* »

Le festival met donc à l'honneur les montagnards qui s'accrochent à la pente, qu'ils soient paysans, grimpeurs, artistes, scientifiques... Seuls comptent ces regards croisés vers les sommets et les messages que ramènent de là-haut des cinéastes passionnés d'altitude.

La première édition, organisée en avril 2013 par l'association Horizon montagne, en partenariat étroit avec le cinéma et la ville de Barcelonnette, a reçu un excellent accueil de la part des habitants de la vallée de l'Ubaye à travers un public enthousiaste et des salles comblées. Plus de 700 spectateurs ont répondu présents.

Programmé au cœur de la vallée de l'Ubaye, le festival se déroule à 1 135 mètres d'altitude dans la petite ville de Barcelonnette face aux sublimes paysages du Chapeau de Gendarme, aux portes du parc national du Mercantour.

Regards d'Altitude, c'est trois jours de festival du jeudi 17 au samedi 19 avril 2014, des films sélectionnés pour leur qualité, des invités qui veulent partager leur passion, un festival à taille humaine et riche en rencontres.

Une forte coopération a été mise en place avec le lycée André-Honorat de Barcelonnette qui propose aux jeunes des sections sport études et initiation aux métiers de la montagne. Des projections spéciales ont été organisées pour permettre aux lycéens de voir les films Venezuela Jungle Jam et Azazel, et rencontrer les grimpeurs Nicolas Favresse et Yann Mimet.

L'esprit du festival c'est aussi son « Bivouac » : un lieu de vie sur la place Frédéric-Mistral au cœur de la ville. Avant les films, entre les séances, après les débats au cinéma, le Bivouac est à la fois la cantine et le forum du festival où le public et les « pros » se retrouvent pour partager la soupe de montagne, poursuivre les débats après les projections ou planifier une sortie escalade ou ski...

**FESTIVAL DU FILM DE MONTAGNE
du jeudi 17 au samedi 19 avril 2014**

Association Horizon Montagne
Ciné-Ubaye
Rue Henri-Mercier
04400 Barcelonnette
festivalfilmbarcelonnette@yahoo.fr
facebook.com/RegardsDaltitude



Sillonons les allées de votre centre commercial Hyper U Manosque pour vous faire découvrir le rayon boucherie et les nouveautés qui le composent.

Un an déjà, que le rayon boucherie s'est agrandi, mais la principale nouveauté réside dans l'arrivée d'un nouveau responsable. Cet ancien artisan-boucher a été propriétaire d'une boucherie durant des années. Passionné du métier, la satisfaction du client est pour lui une priorité, il trans-met désormais ce partage dans votre magasin Hyper U Manosque où il vous conseille et reste à votre disposition avec son équipe pour répondre à vos demandes.

DES PRODUITS DE QUALITÉ

L'arrivée de Frédéric a permis une montée en gamme sur le plan de la qualité sur la viande dite traditionnelle. Le bœuf est désormais travaillé en carcasse, ce qui permet d'obtenir des pièces plus grosses et plus belles. La boucherie Hyper U Manosque travaille principalement avec du charolais. Pour l'agneau, et c'est de saison, il est fourni par la société Dufour, et c'est exclusivement un système label rouge. À noter que pour la période des fêtes

de Pâques de nombreuses promotions et animations seront proposées dans votre magasin.

Le veau est, quant à lui, « gourmand » élevé sous la mère, et pour la volaille le choix est donné en libre-service.

L'ÉQUIPE

Le rayon boucherie se compose de trois bouchers, un chef et un emballeur, ainsi qu'une gestion-naire de rayon volaille et boucherie libre-service. Anthony, Cyril, les deux Laurent et le chef répondent sur place à vos demandes tous les jours de 8 h 30 à 18 h sans interruption. Pour les commandes particulières, un délai de 72 heures vous sera demandé. Un véritable service de proximité au service de la clientèle, avec comme priorité la satisfaction du client !

HYGIÈNE

Un point fondamental qu'il est important de respecter. Hyper U Manosque met

un point d'honneur et fait preuve d'énormément de rigueur sur les règles d'hygiène au sein du labo.

UN RAYON ÉVOLUTIF

En fonction des périodes, le rayon boucherie de votre magasin Hyper U Manosque évolue pour laisser plus de choix et plus de place aux viandes du moment (été, hiver, Pâques, Ascension, Noël...). Les formats « familiaux » ont aussi, depuis le réaménagement, une place de choix dans le rayon avec des prix très attractifs. De nombreuses promotions sont proposées à la semaine, le mieux est d'y jeter un œil...

INFORMATIONS

Votre magasin Hyper U vous accueille du lundi au samedi de 8 h 30 à 20 h, fermeture à 20 h 30 le vendredi
Hyper U Manosque
ZI Saint-Joseph
04100 Manosque
Tél. 04 92 70 70 30
ou rendez-vous au magasin

HYPER U

MANOSQUE



SPÉCIALE PÂQUES

**12€_{,97} MAXI
KINDER
SURPRISE**



Photomatron



Développement photo



Photocopie



Point Presse Loto



Station essence 24h/24h



Gaz



Gonflage pneus



Station de lavage



Distributeur de billets



Camping Gaz



Boîte aux lettres

U Billetterie & Spectacles
Offrez-vous des instants inoubliables...



flunch

Du **lundi** au **samedi** de 8h30 à 20h sauf le **vendredi** de 8h30 à 20h30

NON STOP !

photo non contractuelle





Du vendredi 25 avril au lundi 28 avril, la Foire de Manosque vous propose de nombreuses activités pour amuser petits et grands autour du thème du Cirque et de la Magie :

VENDREDI 25 AVRIL 2014 :

TOUT AU LONG DE LA JOURNÉE :

• Close up de Magie par « les Gars Z Hilarants » :
Des tours de magie surprenants pour petits et grands à 10h30-11h30-14h30-16h et 17h30 dans les allées de la Foire

DE 10H30 À 12H ET DE 14H30 À 16H30 :

Jonglez, marchez sur un fil, sur un ballon... Amusez-vous à l'Ecole du Cirque.

DE 14H À 17H :

• Jeux de kermesse :
Venez jouer en famille à divers jeux de kermesse ... Bonne humeur garantie !

• STAND DE COMPOSITIONS FLORALES :

Vos enfants sont invités à créer une composition florale. Chaque enfant repart avec sa composition en cadeau.

• KIDDY PARC «POUR LES MOINS D'UN MÈTRE»

Espaces réservé aux tout petits: les enfants en bas âge pourront eux aussi trouver leur bonheur grâce aux activités suivantes : pêche aux canards, jeux en plastique, coloriages, ballons sauteurs, piscine à balle et jeux de kermesse ou d'éveil.

SAMEDI 26 AVRIL 2014 :

TOUT AU LONG DE LA JOURNÉE :

• Close up de Magie par « les Gars Z Hilarants » :
Des tours de magie surprenants pour petits et grands à 10h30-11h30-14h30-16h et 17h30 dans les allées de la Foire

DE 10H30 À 12H ET DE 14H30 À 16H30 :

Jonglez, marchez sur un fil, sur un ballon... Amusez-vous à l'Ecole du Cirque.

DE 14H À 17H :

• Jeux de kermesse :
Venez jouer en famille à divers jeux de kermesse ... Bonne humeur garantie !

• STAND DE COMPOSITIONS FLORALES :

Vos enfants sont invités à créer une composition florale. Chaque enfant repart avec sa composition en cadeau.

• KIDDY PARC «POUR LES MOINS D'UN MÈTRE»

Espaces réservé aux tout petits: les enfants en bas âge pourront eux aussi trouver leur bonheur grâce aux activités suivantes : pêche aux canards, jeux en plastique, coloriages, ballons sauteurs, piscine à balle et jeux de kermesse ou d'éveil.

DE 16H À 17H : SPECTACLE ENFANTS

Un noble grandiloquent juché sur une boule géante flanqué de son fidèle et joyeux serviteur. Spectacle humoristique et musical, mêlant les arts du cirque et le théâtre de rue. Totalement biodégradable, mais attention aux tâches!

DIMANCHE 27 AVRIL 2014 :

TOUT AU LONG DE LA JOURNÉE :

·Close up de Magie par « les Gars Z Hilarants » :
Des tours de magie surprenants pour petits et grands à
10h30-11h30-14h30-16h et 17h30 dans les allées de la Foire

DE 10H30 À 12H ET DE 14H30 À 16H30 :

Jonglez, marchez sur un fil, sur un ballon... Amusez-vous à
l'Ecole du Cirque.

DE 14H À 17H :

·Jeux de kermesse :
Venez jouer en famille à divers jeux de kermesse ... Bonne
humeur garantie !

• STAND DE COMPOSITIONS FLORALES :

Vos enfants sont invités à créer une composition florale.
Chaque enfant repart avec sa composition en cadeau.

•KIDDY PARC «POUR LES MOINS D'UN MÈTRE»

Espaces réservé aux tout petits: les enfants en bas age
pourront eux aussi trouver leur bonheur grâce aux activités
suivantes : pêche aux canards, jeux en plastique, coloriages,
ballons sauteurs, piscine à balle et jeux de kermesse ou
d'éveil.

DE 16H À 17H : SPECTACLE ENFANTS

Vos enfants vont adorer le spectacle qui leur est réservé.
«Dans une ambiance intimiste faite de bric à brac, entre
cirque contemporain et théâtre d'objet, les 4 artistes de Jazzy
Circus vous embarquent pour un concerto catastrophe en
cirque mineur.»

COMME CHAQUE ANNÉE, LES ADULTES NE SERONT PAS EN RESTE :

Les professionnels de Habitat et de l'Automobile seront à
votre disposition pour vous conseiller et vous orienter dans
vos recherches.

Un Espace gourmand vous permettra de découvrir les
saveurs et senteurs d'ici et d'ailleurs.

Les Associations, Gendarmerie, Protection Civile, les armées
seront vous présenteront leurs activités et répondre à vos
questions.

Cette année encore, l'exposition de l'Association Manosquaine
de Recherches Historiques et naturelles vous permettra de
découvrir, ou redécouvrir, « les poilus de 1914-1918 ».

LES APÉROS-CONCERTS

Un Apéro-Concert est aussi prévu chaque soir aux alentours
de 17h du Vendredi au Dimanche pour une de fin de journée
musicale.

AU PROGRAMME :

-VENDREDI 25 AVRIL 2014 :

Variété française et internationale avec Bruno Klimis : La
variété française sublimée pour cette première soirée de la
Foire de Manosque.

-SAMEDI 26 AVRIL 2014 :

Variété française et internationale avec Bruno Klimis et
Tommy Chiche (première partie des concerts de Patrick Fiori)
Deux voix d'exception pour un apéro concert d'exception...
Tommy dédicacera son album à l'issu du spectacle

-DIMANCHE 27 AVRIL 2014 :

Variété française et internationale avec Bruno Klimis et
Tommy Chiche (première partie des concerts de Patrick Fiori)
Deux voix d'exception pour un apéro concert d'exception...
Tommy dédicacera son album à l'issu du spectacle

-LUNDI 28 AVRIL 2014 :

Variété française et internationale avec Bruno Klimis : Pour
une soirée de clôture de la Foire 2014





Démarrons cette série d'articles pour vous faire découvrir, mois par mois, le nouvel aménagement de votre magasin Conforama Manosque. Pour cette première, découvrons l'espace salon-séjour et télé-hi-fi-multimédia.

Lorsque vous aurez ce magazine entre les mains et que vous lirez cet article, vous pourrez découvrir la nouvelle implantation de l'espace salon-séjour dans votre magasin Conforama Manosque. Une décoratrice aura apporté sa touche personnelle et ce seront onze séjours complets mis en situation, avec mobilier, pour vous donner des idées d'implantation. Dans cette surface importante du magasin, vous pourrez retrouver les différentes tendances en matière de canapé et fauteuils.

DES MATIÈRES POUR TOUS LES GOÛTS

Conforama propose une très large gamme de canapés, de toutes tailles, toutes dispositions, convertibles, multifonctions... déclinables en de nombreuses matières pour tous les goûts. Cuir, tissu, polyuréthane, tissu, chacun trouvera la matière adéquate pour son plus grand confort. Autant de déclinaisons qui portent l'offre à plus de cent cinquante références. Une tradition des magasins Conforama revient dans

les rayons, l'offre cent pour cent cuir, avec aujourd'hui des produits de qualité à prix discount, et une réelle montée en gamme. Un aménagement de dernière génération qui permettra au plus grand nombre de profiter du meilleur goût au meilleur prix.

Sans oublier le coin « fonctionnel » avec les clic-clacs et BZ pour les étudiants, appartements meublés, résidences secondaires... Des produits entièrement personnalisables et modulables.

RAYON TÉLÉ-HI-FI-MULTIMÉDIA

Dès l'arrivée dans ce rayon vous serez captivé par un énorme pavé télé, le plus grand des Alpes-de-Haute-Provence. Une multitude de formats, de qualités, et surtout la découverte de la nouvelle technologie 4K - Ultra HD. Une révolution dans un monde en constante évolution, désormais il sera inutile de multiplier par trois la taille de l'écran pour connaître la distance où il faudra vous placer pour regarder la télé. Même à seulement quelques centimètres de l'écran, vous ne verrez aucun pixel, une netteté parfaite !

Mais encore une fois, l'offre est très large, de 100 € à plus de 2 000 €, vous trouverez votre bonheur et, à quelques mois de la Coupe du monde de football, c'est le moment d'aller faire votre choix. Pour les demandes particulières Conforama est en partenariat avec un site qui propose plus de marques, encore plus de choix pour satisfaire votre recherche.

AUDIO CONNECTÉ

La nouveauté dans ce rayon, l'audio connecté fait son apparition avec les marques JBL et Beats. Enceintes sans fil, casques... reliez votre téléphone ou tablette avec la téléphonie Bluetooth et écoutez vos musiques préférées.

INFORMATIQUE, SMARTPHONES ET TABLETTES

À partir de mi-avril, vous pourrez choisir votre smartphone, tout opérateur, de 19 € à 800 € avec les marques les plus célèbres comme Apple, Samsung, Nokia... En matière d'informatique, Conforama Manosque vous propose le summum ! À partir de 399 €, repartez avec l'outil idéal que vous recherchez. Profitez du conseil des vendeurs à la pointe de la technologie, qui répondront à vos attentes.

INFORMATIONS CONFORAMA MANOSQUE

Route de Sisteron - 04100 Manosque
Ouvert du lundi au vendredi, de 10 h à 12 h 30 et de 14 h à 19 h
le samedi, de 10 h à 19 h en continu

VENEZ DÉCOUVRIR VOS NOUVEAUX ESPACES

SALON / SÉJOUR MULTIMÉDIA



TÉLÉVISEUR 140CM
LG 4K ULTRA HD - 2199€



PC PORTABLE ASUS
17.3 POUCES
799€



STATION D'ACCUEIL
TECH BEATS BOX
199€

CANAPÉ D'ANGLE FIXE
GAUCHE LOFT
COLORIS BLANC/ANTHRACITE
699€



Conforama

Route de Sisteron
04100 MANOSQUE



Un nouveau cabinet d'expertise comptable a ouvert ses portes en janvier 2014 à Manosque. Romain TARDIEU et Pierre GALIZZI proposent à leurs clients un service basé sur la proximité et la disponibilité.

Forts de plus de dix ans d'expérience dans différents cabinets d'expertise comptable, locaux et nationaux, ils ont choisi de créer une structure à taille humaine pour offrir des services personnalisés à leur clientèle :

« Nous sommes au service des chefs d'entreprise, il est primordial de s'adapter à leurs besoins et non de leur imposer de nouvelles contraintes. »

Proches de leurs clients et de leurs préoccupations quotidiennes dans la gestion de leur entreprise, Romain et Pierre privilégient l'aspect humain et le conseil dans leur travail : *« Bien communiquer avec nos clients et travailler en confiance sont des fondamentaux de notre métier. Nous sommes un véritable partenaire de l'entreprise, quel que soit son secteur d'activité. »*

TRANSPARENCE SUR LES PRIX

Pour travailler en confiance, il est aussi indispensable d'être transparent sur les prix.

« Nos tarifs sont forfaitaires, c'est-à-dire que le prix est annoncé au client avant la prestation. Il n'y a pas de "factures-surprises" si nous passons plus de temps que prévu sur le dossier. »

LES MERCREDIS DE L'ENTREPRISE

Très attachés au développement économique de leur territoire, Romain et Pierre ont créé les Mercredis de l'entreprise. Ce sont des journées dédiées au conseil et à l'aide pour la création et la reprise d'une entreprise. Tous les mercredis, ils vous reçoivent de 8 heures à 19 heures gratuitement, sans interruption et sans rendez-vous. Ils peuvent également vous recevoir sur rendez-vous les autres jours de la semaine.

FORMÉS AUX COMPTES DE CAMPAGNE

Information utile pour les candidats des prochaines élections, Romain et Pierre établissent les comptes de campagne pour lesquels ils ont été formés.

VOTRE COMPTA EN LIGNE

Enfin, ESSENTIEL COMPTA propose un service de comptabilité en ligne sécurisé sur internet. Le client saisit sa comptabilité sur un logiciel intuitif, très simple d'utilisation.

Cette solution présente de nombreux avantages : diminution du prix de la prestation comptable, accès à toutes vos informations 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7, suivi régulier de l'expert-comptable et pilotage de votre entreprise grâce au tableau de bord intégré mis à jour automatiquement.

Si vous souhaitez obtenir un devis gratuit ou plus d'informations sur les services proposés, vous pouvez les contacter :

ESSENTIEL COMPTA

84, rue des Artisans
04100 MANOSQUE
Téléphone : 04 34 34 02 20
Mail : contact@essentiel-compta.fr
Site internet : www.essentiel-compta.fr

ORDRE DES EXPERTS-COMPTABLES



RÉGION MARSEILLE PACAC

essentiel compta

Expertise Comptable • Gestion sociale
Juridique d'entreprise • Conseil à la création

offre spéciale créateur

Conseil gratuit tous les Mercredis
de 8 H à 19 H Non-Stop et sans RDV

Avis sur la faisabilité de votre projet,

Orientation sur votre recherche
de financement,

Étude du statut juridique, fiscal et
social adapté à votre situation,

Explication des démarches
administratives.

nos valeurs

Réactivité, proximité,
transparence sur les prix

84 rue des Artisans 04100 MANOSQUE

Tél : 04 34 34 02 20 / www.essentiel-compta.fr



MJC DE MANOSQUE

Le café provisoire

Lieu de Développement Musiques Actuelles



En avril, comme chaque année, le Café provisoire – MJC de Manosque vous fait découvrir les talents de musiques actuelles émergents et confirmés lors des Semaines des musiques actuelles.

SOIR DE JAZZ BENJAMIN FAUGLOIRE PROJECT

(jazz pop)

Judi 10 avril – 21 h

Petite salle Jean Le Bleu / 8€ – 10 €

Le Benjamin Faugloire Project est un trio composé de musiciens marseillais, Benjamin Faugloire (piano et composition), Denis Frangulian (contrebasse) et Jérôme Mouriez (batterie). Ces trois garçons se sont rencontrés au cours de leurs études au Centre des musiques Didier-Lockwood. Le Benjamin Faugloire Project est né en 2006, lors d'une résidence au LAP (Gap, 05), structure dont le pianiste était artiste associé. Deux ans plus tard, ils enregistrent leur premier album : Première nouvelle, autoproduit par Benjamin Faugloire, puis édité sous le label Sergent Major Compagny et distribué par Nocturne.

Pour le deuxième album, enregistré en 2012, le pianiste fait à nouveau confiance à sa rythmique et le trio confirme une unité de son, une symbiose étonnante révélant une grande sincérité dans sa musique, qui oscille entre jazz et pop, en effleurant parfois le classique. Le trio s'affirme non plus comme une révélation, mais s'installe pour de bon dans le nouveau paysage du jazz français et européen.

Samedi 19 avril – 21 h

Café provisoire / 8€ - 10€

ALPES (pop-rock)

Un monde onirique aux frontières floues, quelque part entre rêve et cauchemar. Une plongée enivrante dans ce qui s'apparente à une fête foraine et ses manèges ambulants. Là où l'émerveillement se mêle à l'inquiétant, Alpes produit un son lourd et hypnotique. Les rythmes saccadés se marient aux sonorités parfois cinglantes, toujours accompagnées par une voix charismatique. On se laisse alors entraîner par les sons puissants des instruments, qui ne sont pas sans rappeler les solos des WhiteStripes, ou bien encore The Vines...

+ Hit My Fame (pop-rock)

C'est le 24 avril 2010, au sortir d'un concert des Istréens de Soma que l'idée de monter un groupe naît dans l'esprit de deux amis, alors musiciens depuis quelques mois à peine. Au cours de l'été suivant, Hit My Fame se forme au sens propre et organise ses premières répétitions. Armé de ses premières compos, il monte pour la première fois sur scène aux côtés d'Appletop, de Lipstick et, coïncidence un peu forcée, de SOMA. La machine est alors lancée, créant une dynamique qui ne s'est jamais démentie depuis. Pendant deux ans le groupe apprend, dans tous les domaines. Petit à petit, de simple groupe « pour s'éclater entre potes », Hit My Fame tend à se changer en véritable projet artistique, se posant pour objectif d'essayer d'aller le plus loin possible. Durant cette période charnière, le line-up du groupe évolue régulièrement. Aux membres fondateurs Anthony (chant, guitare) et Clément (batterie), sont tout récemment venus se joindre Beebop (guitare) et Rudboy (basse), officiant déjà chez les Junky Monkeys.

OTTILIE B

Jeudi 24 avril – 21 h

Petite salle Jean Le Bleu / 8€ – 10 €

Femme libre aux origines multiples (Kabylie, Mongolie, Italie...) Otilie [B] joue avec les codes et les références pour mieux les détourner. Pour elle, tout s'inspire et tout l'inspire ! Ses influences se promènent de Björk à James Blake en passant par Fink, Gainsbourg, Satie, Les Elles et encore Saïnkho Namtchylak ou Abida Parveen. Avec Otilie [B] le virtuel devient concret : l'utilisation d'un ordinateur portable piloté de ses pieds nus (pédalier midi) et l'accordéon est dépoussiéré par un jeu nerveux, minimaliste et actuel, sa musique singulière réunit poétique et musicalité des mots soulignée par un live électro et des chants du monde (chant diphonique, souf). La spontanéité de ce tourbillon et sa générosité nous invitent les sens et les titillent avec humour. En live, on perçoit quelque chose de primaire, sauvage, du cri primal et primitif quelque chose qui sort de la féminité et l'incarne au plus profond. Dans sa façon d'empoigner ses instruments, de tordre les notes et les mots, elle travaille comme de la glaise la matière sonore et humaine.



REDK+ELFREDO+PSYKO

Samedi 26 avril – 21 h

Café provisoire / 8€ - 10€

R.E.D.K. (RAP)

Figure du rap marseillais depuis de nombreuses années avec son groupe Carpe Diem, R.E.D.K. est devenu un visage reconnu sur le plan national en 2012 grâce à son album commun avec Soprano, E=2MC. Son premier album solo, Chant de vision, sera dans les bacs le 10 mars. Peu importe que les textes ou les musiques naissent en premier, le rappeur veille toujours à ancrer ses rimes dans la réalité et à les débiter avec un flow virtuose qui sert son propos. La méthode fait ses preuves sur scène comme sur disque et ce n'est pas à l'approche de son premier album qu'il va soudainement en changer...

+ EL FREDO (RAP)

Natif d'Aubagne, El Fredo a toujours vécu dans la région PACA, haut lieu de la culture hip-hop... Plus d'une dizaine de déménagements plus tard, c'est en 1995 qu'il découvre le rap, et commence alors à pratiquer ses différentes disciplines dans les quartiers nord de Marseille. Très vite, il trouve sa voie dans l'écriture et découvre sa voix au travers de rimes qui l'amènent à une réflexion intérieure sur la société, sans jamais tomber dans la facilité ni les clichés; non pas en la blâmant de manière stérile, mais par le constat, l'observation de ce qui se passe autour de lui. Ses textes nous conduisent bien souvent vers l'espoir, la persévérance, et la finesse de ses jeux de mots lui confère un résultat toujours agréable à l'écoute.

+ PSYKO (RAP)

Exceptionnellement en première partie de soirée, découvrez les nouveaux sons qui sortent tout frais du studio de Psyko...

BILLETTERIE DES CONCERTS

Sur place : MJC de Manosque

1 allée de Provence – 04100 Manosque

En ligne : www.moxity.com

Renseignements : 04 92 72 19 70

AGENDA

Liste non exhaustive. Les informations que nous publions nous sont communiquées par les organisateurs sous réserve de changements de dernière minute. MOUV'IN décline toute responsabilité en cas d'erreurs, omissions, ou modifications.

Mardi

1 Mardi 1er Avril

MANOSQUE	Studio C	Cours Reggaeton style cubain	21h-22h	06 74 13 36 85
ORAISON	Salle de l'Eden	Don du sang	8h-12h30	04 92 78 60 80

Mercredi

2 Mercredi 2 Avril

MANOSQUE	Maison Asso	Cours esperanto	17h30 - 20h	04 92 72 39 89
GRÉOUX	av. des thermes	Foire artisanale - Saveurs des Alpes du Sud	journée	04 92 78 01 08

Jeudi

3 Jeudi 3 Avril

MANOSQUE	Studio C	Cours Danse Orientale	19h-20h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Salsa cubaine débutants	19h-20h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Salsa cubaine niv. I et II	20h-21h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Kizomba	20h-21h	06 74 13 36 85

Vendredi

4 Vendredi 4 Avril

MANOSQUE	Théâtre Jean le Bleu	5ème Week-end Musical : Orchestre de Cannes	21h	04 92 70 34 19
VILLENEUVE	Salle Jean Jaurès	Conférence : La via domitia	20h30	09 64 15 84 49
SAINT AUBAN	MJC	Agenda 21 des familles	17h30	04 92 30 58 54
VOLX	Foyer rural	Alpes de Lumière	20h30	04 92 70 91 28



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

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

*C'est déjà le Printemps !
Adoptez les nouveautés de la Collection PIE 2014*

JOANNA
CRÉE VOTRE STYLE

RELOOKEUSE PROFESSIONNELLE DIPLOMÉE
CONSULTANTE EN LOOK

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

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

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

Samedi

5 Samedi 5 Avril

MANOSQUE	Théâtre Jean le Bleu	5ème Week-end Musical : Quatuor Debussy	21h	04 92 70 34 19
MANOSQUE	Médiathèque	Conf. Amadeo Modigliani et l'expressionnisme	10h30 - 12h	04 92 74 10 54
MANOSQUE	Fondation Carzou	Concert de musique Classique	18h	04 86 56 44 42
PUIMICHEL	Observatoire	Observation de la lune	21h	06 79 35 52 52
MANOSQUE	Maison Asso	Cours esperanto	17h30 - 20h	04 92 72 39 89
FORCALQUIER	Salle Bonne Fontaine	Opéra de Gluck : Orphée et Eurydice	20h30	04 92 75 10 02
L'ESCALE	MAC	Tournoi de Tarot	14h30	09 63 69 30 98
CHÂTEAU-ARN	Théâtre Durance	Britannicus	17h30	04 92 64 27 34
CHÂTEAU-ARN	Théâtre Durance	Bérénice	21h	04 92 64 27 34
MANOSQUE	Atelier de la Danse	Atelier parents/enfants	15h-16h30	06 16 95 97 65
Oraison	Loly Circus	Baby Cirque 2 - 5 ans	...	04 92 75 36 86
GRÉOUX	Place Hotel de ville	Accueil du Porche Club Auvergne	18h30	04 92 78 01 08
GRÉOUX	...	Boule : championnat départemental seniors	8h	04 92 78 01 08
VALENSOLE	rues et salle polyv.	Carnaval	...	04 92 74 90 02
CORBIÈRES	Carpe Diem	Soirée cocktails avec DJ Vivox	20h	04 92 79 78 66
FORCALQUIER	Kfé Quoi !	The Zoulouzbek Band + Macadam bazar	20h	06 85 35 68 42

Dimanche

6 Dimanche 6 Avril

MANOSQUE	Théâtre Jean le Bleu	5ème Week-end Musical : Choeur régional	21h	04 92 70 34 19
MANOSQUE	Théâtre de la Fourmi	Un si petit chinois	17h et 21h	04 92 72 90 42
MANOSQUE	Maison Asso	Cours esperanto	17h30 - 20h	04 92 72 39 89
MALIJAI	Salle des fêtes	Concours + concert d'accordéon	16h	...
FORCALQUIER	Salle Bonne Fontaine	Opéra de Gluck : Orphée et Eurydice	17h	04 92 75 10 02
PEIPIN	Salle polyvalente	Vide grenier puériculture et jouets	8h - 18h	04 86 49 61 91
STE TULLE	Espace culturel	Vide grenier	8h - 18h	06 44 09 54 79
Oraison	Places	Vide grenier	journée	04 92 78 60 80
Oraison	Place du Kiosque	Parcours du coeur	9h-11h30	04 92 78 60 80
Oraison	Stade Giai Miniet	Hand Ball	13h	04 92 78 60 80
Oraison	Loly Circus	Stage échasses (cirque)	...	04 92 75 36 86
REILLANNE	Salle des fêtes	Bal et détente	18h	06 37 12 48 21
VILLENEUVE	Village	Course pédestre La Vilo Novo	9h30	04 92 78 42 31
VOLX	Collège	Atelier QI CONG	9h-12h	04 92 77 44 26
DIGNE	...	Vide greniers
FORCALQUIER	...	Les brocantes de St Lazare
VOLONNE	...	Vide grenier
LES MÉES	Maison associations	Les Méés Tonic fête ses 30 ans	14h	04 92 34 36 38
GRÉOUX	...	Boule : championnat départemental seniors	8h	04 92 78 01 08
PIERREVERT	Salle polyvakente	Bourse d'échange Minéraux et fossiles	gratuit	06 08 86 67 40

par internet :

www.mouv-in.com

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

par mail :

infos@mouv-in.com

AGENDA

Lundi

7 Lundi 7 Avril

MANOSQUE	Studio C	Cours Zumba	19h-20h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Bachata Dominicaine	19h30-20h30	06 74 13 36 85
FORCALQUIER	...	Collecte de sang	...	04 92 75 48 22
PIERREVERT	Salle polyvalente	Collecte de sang	15h - 19h30	04 92 72 88 99
LES MÉES	Maison associations	Atelier Sumbolon	14h	04 92 34 08 06
GRÉOUX	Parking Château	Démonstration taille d'oliviers	14h15	04 92 78 01 08

Mardi

8 Mardi 8 Avril

MANOSQUE	Studio C	Cours Reggaeton style cubain	21h-22h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Médiathèque	Conférence : le chevalier images et errances	17h à 18h30	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Théâtre J. le bleu	La Balle perdue	18h30	04 92 72 19 70
CHÂTEAU-ARN	Théâtre Durance	À vue de nez	19h	04 92 64 27 34
MALIJAI	...	La journée du pain - la fournée malijaienne	journée	04 92 34 19 71
MANOSQUE	Occitane	Collecte de sang	...	04 92 72 43 43

Mercredi

9 Mercredi 9 Avril

MANOSQUE	Médiathèque	Atelier Kamishibai	16h30	04 92 74 10 54
MALIJAI	Salle des fêtes	Collecte de sang	8h-12h	06 42 24 13 98

Jeudi

10 Jeudi 10 avril

MANOSQUE	Studio C	Cours Danse Orientale	19h-20h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Salsa cubaine débutants	19h-20h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Salsa cubaine niv. I et II	20h-21h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Kizomba	20h-21h	06 74 13 36 85
GRÉOUX	...	Gréoux-les-bains autrefois	16h	06 70 02 57 74
MANOSQUE	MJC	Lancement de la SMAC 2014	...	04 92 72 43 08
MANOSQUE	Fondation Carzou	Conférence Histoire de l'Art	20h	04 92 87 40 49
SISTERON	Sanofi	Collecte de sang	...	04 92 61 31 61
DIGNE	Palais des congrès	Forum pour l'emploi	9h-17h	04 92 30 05 25

Vendredi

11 Vendredi 11 Avril

GRÉOUX	...	Les poètes voyagent	20h30	04 92 72 38 06
MANOSQUE	Théâtre J. le Bleu	Cie Grenade - Josette Baiz	21h	04 92 70 34 19
Oraison	Salle de l'Eden	Cinéma	18h & 21h	04 92 78 60 80
VINON/VERDON	Salle des fêtes	Collecte de sang	15h - 19h30	04 92 78 89 74
LES MÉES	Maison associations	Atelier d'initiation à la radiesthésie	20h30	04 92 34 08 06

Samedi

12 Samedi 12 Avril

MANOSQUE	Médiathèque	Christian Guérin raconte Pagnol	14h15	04 92 74 10 54
VINON	Salle des fêtes	Soirée musicale des Vinestivales	20h	...
MONTFURON	Chapelle	Les mémoires d'un rat de guerre	21h	06 45 16 91 61
STE TULLE	Théâtre	Jusqu'au bout du quai : Cie Coeurs Accords	21h	04 92 78 21 13
CHÂTEAU-ARN	...	Brocante vide grenier collections	7h - 17h	06 88 16 53 27
STE TULLE	Espace culturel	Braderie du secours populaire	9h-17h	04 92 78 20 06
Oraison	Salle de l'Eden	Casting de chant « et si c'était vous »	20h30	04 92 78 60 80
VOLX	Foyer rural	Concert Groupe Tertio	21h - 5€	04 92 70 91 28
GRÉOUX	Eglise ND	Concert du groupe Corse «Accentu»	20h30	04 92 78 01 08
SISTERON	Cathédrale	Concert accordéon	20h30	04 92 61 54 50
CORBIÈRES	Carpe Diem	Concert Rock : Les mauvais garçons	20h	04 92 79 78 66
MANOSQUE	Salle Osco Manosco	Soirées Salsa/Rock/disco + défilé One Cop's	21h	06 74 13 36 85
FORCALQUIER	Kfé Quoi !	Mon vier + Super kemia	20h	06 85 35 68 42

SOLDES du 8 au 22 avril 2014

SOUS
entendu

-30 -40 -50%*



Espace Mirabeau - MANOSQUE
(face à l'esplanade François Mitterrand - La Poste) - 04 92 72 20 69

*sur articles signalés en magasin

AGENDA

Dimanche

13 Dimanche 13 Avril

MANOSQUE	Théâtre de la Fourmi	Un si petit chinois	17h	04 92 72 90 42
PEYRUIS	Esplanade château	Rando VTT des Fontaines	7h30	...
LES MÈES	Salle des fêtes	Loto de l'ADMR	16h	04 92 34 36 38
MANOSQUE	Atelier de la Danse	Stage Afro Pop Dance street avec Alphet Pacific	11h-12h	06 16 95 97 65
ORAISON	Salle de l'Eden	Casting de chant « et si c'était vous »	15h	04 92 78 60 80
ORAISON	Cynodrome	Courses de lévriers	14h30	04 92 78 60 80
ORAISON	Stade Gai Miniet	Match de rugby	...	04 92 78 60 80
ORAISON	Stade Gai Miniet	Match de hand	13h	04 92 78 60 80
REILLANNE	Salle des fêtes	Opéra «Tutti fan frutti»	17h	04 92 76 45 37
VOLX	Place des Félibres	Vide grenier par Gymnastique volxienne	...	04 92 78 49 77
DIGNE	...	Vide grenier des funkies
ENTREVENNES	...	Vide grenier et marché artisanal
ESPARRON	...	Vide greniers, vide poussette, brocante
FORCALQUIER	...	Brocante et bourse aux plantes
MANE	...	Vide greniers, brocante
MANOSQUE	...	Brocante, vide greniers
ST MAIME	...	Brocante, vide greniers
MANOSQUE	Salle des Tilleuls	Loto Magic'Evenement	15h	06 74 87 66 75
PIERREVERT	Salle polyvalente	Convention journée sportive et fitness	10h-16h	06 64 90 03 85

Lundi

14 Lundi 14 Avril

MANOSQUE	Studio C	Cours Zumba	19h-20h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Bachata Dominicaine	19h30-20h30	06 74 13 36 85
MALIJAI	Salle des fêtes	Expo «Métamorphoses et transformations»	16h30-18h	...
STE TULLE	Théâtre	Projection de «Jésus, Islam et chrétienté»	20h30	04 92 78 20 06

Mardi

15 Mardi 15 Avril

MANOSQUE	Studio C	Cours Reggaeton style cubain	21h-22h	06 74 13 36 85
MALIJAI	Salle des fêtes	Expo «Métamorphoses et transformations»	16h30-18h	...
CHÂTEAU-ARN	Cinématographe	Ciné-débat «couleur de peau : miel»	18h30	04 92 31 54 86
MANOSQUE	Fondation Carzou	Fugue musicale	18h30	04 92 87 40 49
DIGNE	Lycée Carmejane	Collecte de sang	...	04 92 64 41 93
RIEZ	...	Collecte de sang	...	04 92 77 80 49

par internet :

www.mouv-in.com

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

par mail :

infos@mouv-in.com

accent

DECCO[®]

Aménagement

Habitat

Décoration

EXTÉRIEUR
LE CARRELAGE
D'IMITATION

**DOSSIER SPÉCIAL
IMMOBILIER**
PREMIER ACHAT
LES PIÈGES À ÉVITER

COMPRENDRE
LES FRAIS DE
COPROPRIÉTÉ

BIEN VENDRE
SON BIEN IMMO

DOSSIER
QUELLES COULEURS
POUR VOTRE INTÉRIEUR

Les couleurs sont omniprésentes autour de nous, elles nous insufflent des états d'esprit, des sentiments, elles nous donnent la force d'avancer ou nous enfoncent dans un mutisme profond.

De plus, selon les pays, les cultures et les époques, les couleurs revêtent des significations différentes parfois aux antipodes de celles des cultures voisines ; comme le blanc associé en Occident à la pureté, alors qu'il est lié au deuil dans la plupart des pays asiatiques. Porteuse d'un sens et d'une symbolique, la couleur ne peut donc être choisie à la légère. Dans l'univers de la décoration, vous devrez tenir compte de l'ambiance que vous désirez créer, de l'information qui accompagne la couleur, du profil des occupants ou des visiteurs, etc. Ensuite vient la question subjective du bon goût et de l'harmonie, car si tout le monde s'accorde pour dire que bleu marine et noir ne font pas des merveilles, qu'en est-il pour le rose et le rouge ? Nous allons vous donner quelques pistes sur les associations de couleurs pour permettre un rendu

harmonieux. Afin de synchroniser le monde des utilisateurs de couleurs, il existe des codes et des nuanciers universels. Le nuancier RAL est principalement utilisé dans le domaine de la construction et du bâtiment (peinture, menuiserie, etc) alors que le nuancier Pantone est utilisé dans le domaine de l'imprimerie.

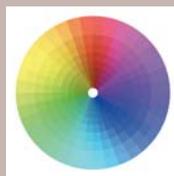


TOUT D'ABORD, LES COULEURS PEUVENT ÊTRE CLASSÉES PAR SECTEURS :

En se basant sur le cercle chromatique, on remarque que certaines couleurs ou leurs nuances nous donnent une impression de chaleur ou de fraîcheur.

LES COULEURS CHAUDES

Les couleurs chaudes, nous font penser directement à la chaleur contrairement aux couleurs froides qui représentent plutôt la fraîcheur. L'orange est la couleur la plus chaude sur le cercle chromatique. En face, sa couleur complémentaire le bleu est quant à lui la couleur la plus froide. Les rouges et jaunes ainsi que leur nuances se trouvent dans les zones de transition des couleurs chaudes.



LES COULEURS FROIDES

Le bleu représente le secteur le plus froid, en face de l'orange quant à lui, représente le secteur le plus chaud. Les verts et violets et autres nuances du bleu se trouvent dans ce qu'on appelle les zones de transition des couleurs froides.



LES COULEURS COMPLÉMENTAIRES

Sur le cercle chromatique, chaque couleur se trouve à l'opposé (en face) de sa couleur complémentaire. La couleur complémentaire d'une couleur chaude est une couleur froide et vice versa. Par exemple, à l'opposé du bleu, on trouve la couleur orange, à l'opposé du rouge on trouve le vert et à l'opposé du jaune on trouve le violet. On dit de ces couples de couleurs qu'ils sont complémentaires parce qu'ils se renforcent mutuellement et se mettent en valeur ensemble, chacune des couleurs fait ressortir l'autre, comme par exemple, le rouge est plus rouge s'il est accompagné du vert et ainsi de suite. En mélangeant deux couleurs complémentaires, on obtient un ton de gris. Une touche d'une autre couleur permet ensuite d'avoir des tons neutres mais légèrement colorés. D'ailleurs, pour obtenir du gris ou pour assombrir une couleur on peut jouer avec les couleurs complémentaires au lieu d'utiliser du noir.



SIGNIFICATION DU BLANC

Signification positive : pureté, équilibre, innocence, paix, calme, sérénité, virginité, mariage, valeur positive, procure de la lumière et donne une sensation de fraîcheur. La couleur blanche est une couleur neutre qui peut être froide ou chaude selon sa nuance. Le blanc n'est pas à proprement parler une couleur, le grand public la classe dans cette catégorie. Peut-être justement, car le blanc est d'un point de vue optique la synthèse chromatique de toutes les couleurs. Ce qui explique sans doute le sens qu'on lui accorde en Occident : celui de l'unité, de l'équilibre parfait. Le blanc se prête à merveille à tous les contextes : il se marie à la perfection avec toutes les couleurs, et il est difficile de s'en

lasser. Il faut cependant éviter de trop en user, en graphisme, il peut se révéler « vide » et fade lorsqu'il est trop présent. On le préfère donc accompagné d'autres couleurs ; d'ailleurs, il n'y a aucune restriction le concernant il est assorti à toute la palette chromatique !

ESPRIT DÉCO : ASSOCIATION DU BLANC

En décoration, le blanc est la couleur qui reflète le mieux la lumière du soleil contrairement au noir qui l'absorbe, c'est d'ailleurs pourquoi on retrouve toujours cette couleur dans tous les intérieurs. Le blanc représente une base pour tout travail ou décoration, puisqu'il met parfaitement en valeur toutes les autres couleurs. Le blanc nous permet d'éclaircir toutes les autres couleurs, à dosages différents il nous permet d'obtenir différentes nuances. Le blanc se marie à toutes les couleurs sans exception qu'elles soient chaudes, froides ou neutres. C'est une couleur très facile à associer selon le thème que l'on a choisi. Il adoucit également les tons les plus foncés si l'on veut obtenir un résultat reposant.

Il a la particularité d'être très élégant et de donner une note de fraîcheur, il convient à toutes les pièces d'une maison.

SIGNIFICATION DU NOIR

Signification positive : élégance, simplicité, sobriété, rigueur, mystère.

Signification négative : mort, deuil, tristesse, vide, obscurité, peur, angoisse, inconnu, perte.

Tout comme le blanc, le noir n'est pas au sens strict du terme une couleur. Le noir est une couleur terne qui symbolise des valeurs plutôt négatives. Le noir a la particularité de mettre en valeur les autres couleurs, textures ou objets qui se trouvent à ses côtés. En optique, le noir absorbe toutes les couleurs et se caractérise par son absence apparente de couleur, à l'inverse du blanc qui s'obtient en renvoyant toutes les couleurs qu'il absorbe à parts égales. Le noir se veut une couleur neutre. Il est vrai que le noir est la couleur sombre par excellence. Il se marie avec quasiment toutes les couleurs, et ne choquera que très peu, même lorsqu'il est employé à outrance. Comme avec le blanc, il faut cependant éviter de l'employer trop souvent seul, il est recommandé de toujours l'accompagner d'une couleur chaude ou d'une couleur pâle pour rehausser son style.

ESPRIT DÉCO : ASSOCIATION DE LA COULEUR «NOIR»

En décoration, le noir est reconnu comme une couleur élégante et contemporaine. C'est la couleur qui absorbe le plus la lumière du soleil contrairement au blanc qui la reflète. Le noir peut s'associer à pratiquement toutes les couleurs qu'elles soient chaudes, froides ou neutres, tout dépendra du thème choisi. Il convient à toutes les pièces d'une maison que ce soit dans une cuisine, dans une chambre, dans une salle de bain ou dans un salon, il donne un effet moderne, il faut veiller cependant à ne pas trop en abuser pour ne pas assombrir l'espace

Pour un style moderne, on pourra l'associer simplement à du blanc, au doré ou à l'argenté. On peut également l'associer à du rouge ou à de l'orange, à la couleur taupe, mais également aux tons neutres comme le gris clair et le crème. Le noir nous permet d'assombrir toutes les autres couleurs, à dosage différents il nous permet d'obtenir différentes nuances.

SIGNIFICATION DU BLEU

Signification positive : rêve, sagesse, sérénité, vérité, loyauté, fraîcheur, sensibilité, paix, calme.

Signification négative : mélancolie

Le bleu est une couleur classique considérée comme une couleur froide contrairement au rouge, orange ou jaune qui sont considérés comme des couleurs chaudes. La couleur bleue nous rappelle tout d'abord la nature et l'infini puisqu'elle nous fait penser directement à la mer et au ciel

ESPRIT DÉCO : ASSOCIATION DE LA COULEUR «BLEU»

En décoration le bleu a la particularité d'être très élégant, de donner une note de fraîcheur et d'être peu encombrant. La couleur «bleu» reflète la lumière plus qu'elle n'en absorbe, c'est pourquoi même foncée elle garde son côté frais et vivant. Elle peut vite devenir étouffante si elle est trop présente. Il est conseillé de trancher du bleu foncé avec des teintes plus claires comme le blanc ou le beige. Le turquoise et les bleus clairs se marient à la perfection avec les nuances de marrons. Le bleu est une couleur très facile à associer, il se marie avec pratiquement toutes les couleurs. Les nuances peuvent parfaitement être associées aux tons clairs (blanc, beige, rose, vert clair,...), aux tons foncés (gris, vert, rouge, marron,...) ou aux couleurs pastel. Tous les tons neutres font également une bonne alliance avec le bleu.

Le bleu foncé est idéal pour être utilisé en arrière-plan puisqu'il met en valeur les objets ou tableaux présentés, il peut être associé au vert frais, à des tons chauds par exemple.

Le bleu ciel est une couleur très rafraîchissante qui réfléchit bien la lumière, il peut être associé à du blanc, du beige pour rester dans les tons clairs, mais peut également convenir avec des couleurs plus sombres comme le violet, le rose, le bleu foncé, le vert, le gris ou les couleurs pastel.

Le bleu turquoise quant à lui apporte beaucoup de vitalité et de dynamisme, il reflète très bien la lumière, il peut être agréablement associé au marron chocolat, jaune, vert, rose, mauve, beige ou au gris.

Il convient aux salons comme aux chambres, salles de bain et cuisines. Il crée un effet de recul dans une pièce. Peindre les murs en bleu donne une impression de plus grand.

SIGNIFICATION DU ROUGE

Signification positive : amour, passion, chaleur, sexualité, ardeur, triomphe, tentation, feu, sang, luxe, énergie, émotion, force, pouvoir, puissance, persévérance, combat, détermination.

Signification négative : colère, interdiction, danger, agressivité

La couleur rouge est une couleur chaude contrairement au bleu, par exemple, qui est considéré comme une couleur froide. La couleur complémentaire du rouge est le vert, c'est donc la couleur qui le fait plus ressortir.

Le rouge est une couleur qui a du tempérament. Elle peut symboliser plusieurs valeurs contradictoires. Elle est sûrement la couleur la plus fascinante et ambiguë qui soit. Elle joue sur les paradoxes, anime des sentiments passionnels en complète contradiction : amour / colère, courage / danger, ardeur / interdiction...

Cette couleur chaude ne laisse donc pas indifférent et c'est là toute sa force : elle remue les passions, qu'elles soient positives ou négatives. Elle remue les sentiments

ESPRIT DÉCO : ASSOCIATION DE LA COULEUR ROUGE

En décoration, le rouge apporte une sensation de luxe et de chaleur et donne du caractère aux pièces les plus fades. Le rouge est une couleur que l'on peut associer avec certaines couleurs qui permettent de casser la puissance du rouge. Elle est particulièrement bien assortie aux marrons et se marie également très bien avec le blanc et le noir.

Elle est parfaitement associable aux tons neutres comme le blanc, la couleur crème, le noir, le brun ou encore à la couleur or. Également agréablement associable aux couleurs chaudes comme l'orange, il faut néanmoins l'associer avec modération avec du bleu, du vert ou du jaune.

Contrairement au bleu, qui donne une sensation de profondeur à une pièce, le rouge quant à lui, donne une sensation de rapprochement, idéal donc dans de grandes pièces où il donne une impression de chaleur et de douceur.

Peindre les murs en rouge, reste audacieux et ne convient pas si on désire de la discrétion. Une décoration rouge donne une impression de moderne tout en étant classique à la fois.

Le rouge convient à toutes les pièces d'une maison : salons, salles à manger, salles de bain, chambres mais également aux cuisines.

SIGNIFICATION DU JAUNE

Signification positive : fête, joie, chaleur, ego, puissance, connaissance, amitié, énergie, tonicité, dynamisme, douceur, intelligence.

Signification négative : traîtrise, mensonge, tromperie

La couleur jaune est une couleur chaude, sa couleur complémentaire est le violet, c'est d'ailleurs la couleur qui le met le plus en valeur et réciproquement.

Le jaune est une couleur gaie et vivante, du fait que c'est la couleur de l'or, elle fait aussi référence à la richesse et à l'opulence. En plus d'être lumineux, le jaune est frais, reposant et dynamique tout en étant accueillant et enveloppant.

Nulle couleur n'est plus joyeuse que le jaune. Couleur du soleil, elle permet d'égayer un univers et de le faire rayonner. Il est vrai que le jaune est une couleur chaleureuse et stimulante. Tout comme le soleil qui diffuse ses rassurants rayons porteurs de vie sur terre, le jaune est la couleur de la vie et du mouvement. Pourtant, derrière cet aspect joyeux, le jaune peut parfois se révéler négatif. Associé aux traîtres, à l'adultère et au mensonge, le jaune est une couleur qui mêle les contrastes.

ESPRIT DÉCO : ASSOCIATION DE LA COULEUR JAUNE

En décoration le jaune a la particularité de faire entrer de la lumière dans une pièce. Le jaune est une couleur douce facile à associer, il se marie parfaitement avec les tons neutres : blanc, crème, marron, gris et noir. Du côté des couleurs froides, on peut facilement l'accompagner avec le bleu, le turquoise ou avec le violet, sa couleur complémentaire.

On peut également l'associer à des couleurs chaudes comme le rouge, le rose ou l'orange ou encore avec du doré. **Il convient aux salons comme aux chambres, salles de bain et cuisines, pour sa particularité lumineuse il convient parfaitement aux sous-sols et rez-de-chaussée.**

SIGNIFICATION DU VERT

Obtention : bleu + jaune

Signification positive : espérance, chance, stabilité, concentration, réussite, énergie, optimisme, jeunesse, calme, sérénité, équilibre, permission, fraîcheur.

Signification négative : échec, infortune



CORATION

La couleur verte est une couleur froide, sa couleur complémentaire est le rouge qu'il met en valeur et réciproquement.

C'est sûrement la couleur la plus présente dans la nature. Associé à juste titre au monde végétal qui est son plus digne représentant, le vert est une couleur apaisante, rafraîchissante et même tonifiante.

ESPRIT DÉCO : ASSOCIATION DE LA COULEUR «VERT»

En décoration, le vert a la particularité d'être élégant et de donner une note de fraîcheur, de rajeunissement, de bien-être et de naturel à la pièce. Il est peu encombrant s'il est clair. L'avantage de cette couleur, c'est qu'elle est généralement en adéquation avec toutes les autres, particulièrement avec les couleurs qui sont comme elle issues de la nature comme le marron, l'ocre, le crème ou le taupe. Le vert est une couleur très simple à associer. Il se marie avec pratiquement toutes les couleurs. Tout dépend du thème choisi. On peut agréablement l'associer avec les tons neutres : crème, marron, gris, blanc ... Il se marie également très bien avec certaines couleurs chaudes comme le rouge, l'orange ou le jaune.

Du côté des couleurs froides, il peut s'associer très simplement avec le bleu. Les couleurs claires, par contre, adouciront le vert s'il est foncé.

Il convient aux salons comme aux chambres, salles de bain, cuisines et aux pièces qui ne reçoivent pas beaucoup de lumière

SIGNIFICATION DU ORANGE

Obtention : orange = rouge + jaune

Signification positive : joie, créativité, communication, sécurité, optimisme, audace, intelligence, loyauté, confiance, chaleur, rayonnement.

Signification négative : kitch, méfiance

La couleur complémentaire de l'orange est le bleu, c'est donc la couleur qui le met le plus en valeur. La couleur orange est une couleur très vive qui symbolise des valeurs.

Cette couleur ne porte pas ce nom pour rien, c'est une couleur tonifiante et piquante qui insuffle partout où elle passe une dose de bonne humeur.

On l'associe souvent à la créativité et à la communication, car il est vrai qu'elle est porteuse d'optimisme et d'ouverture d'esprit. Très à la mode durant les années sixties avec le mouvement hippie, mise de côté injustement à la fin du XXe siècle, l'orange recommence à avoir la côte !

Elle est avec le jaune la couleur de la bonne humeur et de dynamisme, il ne faut donc pas se priver de l'utiliser. Avec parcimonie cependant ; c'est une couleur très vive qui doit être utilisée à petite dose ou nuancée avec des teintes proches comme le rouge ou le jaune.

ESPRIT DÉCO : ASSOCIATION DE LA COULEUR ORANGE

En décoration, l'orange est un choix très extravagant, puisque c'est une couleur qui est très visible. Il donne beaucoup de dynamisme et de présence au décor. Il faut veiller cependant à ne pas trop en abuser parce que c'est une couleur assez envahissante.

L'orange peut s'associer à différentes couleurs et donner un effet différent selon le thème choisi.

On peut l'associer aux couleurs neutres claires comme le blanc ou le crème pour atténuer sa force et sa visibilité. On peut également le marier avec différents tons de gris pour casser son effet voyant et lui donner un air élégant. Le bleu, sa couleur complémentaire le fera ressortir, mais il faut veiller à ne pas abuser de l'une des couleurs.

Du côté des couleurs chaudes, il pourra accompagner différents tons de rouge ou de jaune.

Cette couleur a la particularité d'éclairer. Elle convient aux chambres, cuisines et salons.

SIGNIFICATION DU GRIS

Signification positive : calme, douceur

Signification négative : tristesse, solitude, monotonie, mélancolie, dépression, désarroi.

La couleur grise représente plutôt des valeurs négatives puisque c'est une couleur terne.

Le gris n'est pas au sens strict du terme une couleur. À mi-chemin entre le blanc et le noir, ses géniteurs, le gris est une teinte plutôt fade, associée à la tristesse et à la solitude.

Cette teinte a cependant le mérite d'être douce, plutôt apaisante et calme. Elle est généralement plutôt passe-partout et se prête bien avec quasiment toutes les couleurs (excepté le gris foncé mélangé au bleu ou vert foncé). Sobre, élégante, elle est une bonne alliée.

Il faut cependant faire attention de ne pas trop en abuser. Effectivement, en trop grande quantité, elle ramène à un univers fade, triste et mélancolique.

ESPRIT DÉCO : ASSOCIATION DE LA COULEUR «GRIS»



Bien que ce soit une couleur terne, le gris est une couleur très élégante. En décoration, il a la particularité de convenir à tous les décors et de donner une touche de modernité à n'importe quelle pièce.

Le gris comme la plupart des couleurs neutres peut s'associer très simplement à toutes les couleurs.

On peut agréablement l'associer avec des couleurs neutres comme le blanc, le noir, le crème ou à ses propres nuances.

Du côté des couleurs froides, on peut l'associer au bleu, vert, violet. On peut également l'accompagner par des couleurs chaudes comme le rouge, l'orange, le rose et bien d'autres, tout dépend du thème que l'on a choisi.

Il convient aux chambres, salles de bain, cuisines, salons. Il faut cependant éviter de mettre le gris dans des pièces peu éclairées, il risquerait de les assombrir encore plus.

SIGNIFICATION DU VIOLET

Obtention : violet = rouge + bleu

Signification positive : rêve, délicatesse, paix, amitié, méditation, subtilité, romantisme, idéalisme, protection, fraîcheur, pureté, luxe.

Signification négative : mélancolie, solitude, mystère.

Le violet est une couleur froide qui se situe sur la zone de transition. Cette couleur peut être chaude si le dosage de la couleur chaude est plus important. S'il est foncé, il donne une impression de chaleur et s'il est clair, il donne, au contraire, une sensation de fraîcheur.

La couleur complémentaire du violet est le jaune, c'est donc la couleur qui le fait plus ressortir.

ESPRIT DÉCO : ASSOCIATION DE LA COULEUR «VIOLET»

En décoration, le violet peut paraître en même temps raffiné et décontracté. Le violet foncé a la particularité d'être un choix audacieux et très élégant tout en n'étant pas très oppressant. Comme pour les couleurs chaudes, si les murs d'une pièce sont peints en violet foncé, cela donnera une sensation de rapprochement comme si la pièce était plus petite alors que s'ils sont peints en violet clair, cela donnera une impression que la pièce est plus grande. Le violet foncé absorbe la lumière contrairement au violet clair qui reflète la lumière et donne de la clarté.

Le violet est une couleur très facile et en même temps très difficile à associer. Il se marie parfaitement avec les tons neutres : blanc, crème, mais également avec le jaune sa couleur complémentaire qui le met en valeur.

Le blanc, le noir et le marron sont de bons acolytes mais le rose, le bleu ou le vert sont plus difficile à associer suivant les nuances utilisées en présence de violet.

Il se marie avec les couleurs froides comme le bleu qu'il soit clair ou foncé et avec le vert.

Du côté des couleurs chaudes, on peut l'accompagner facilement avec le rouge, le prune et le bordeaux foncé.

Accompagné de couleurs neutres, il donne une impression de luxe.

À vos pinceaux et rouleaux !! Donnez un coup d'éclat à votre intérieur.



DEPUIS
AVRIL 2011



AVANT



APRÈS

CHANOLLES
Rénovation façade
 finition écrassé
 projection mécanique
 d'un petit grain et
 aplatissement des points



AVANT



APRÈS

ISOLATION THERMIQUE
PROJECTION MÉCANIQUE

VACHÈRES
Rénovation façade
 finition à base d'enduit
 décoratif calcideco



AVANT

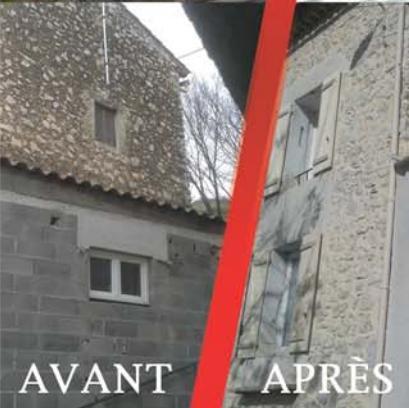


APRÈS

NETTOYAGE FACADES
TRAITEMENT FISSURES

GINASSERVIS
Rénovation hôtel-restaurant
 Chez Marceau
 finition frotassé
 fin serré à l'éponge

DEVIS GRATUIT



AVANT



APRÈS

GINASSERVIS
Rénovation façade + extension.
 Finition des pierres à la brosse métallique
 et finition de l'extension semi gratté
 projection mécanique d'un petit grain
 et gratter les pointes

E.L. FACADES

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



Les 25, 26 et 27 avril prochain, l'association A.V.E.C. Vous organise cette nouvelle édition du salon Botanique et aménagements extérieurs à Valensole.

Pour cette quatrième édition, l'association voit encore plus grand. « Compte tenu du succès remporté les années précédentes, en 2014, notre Salon se voit "pousser des ailes" et repousse ses limites en accueillant plus d'exposants sur une surface plus étendue. Sur un espace de 8 000 mètres carrés, ce sont plus de cent artisans, artistes, agriculteurs et commerçants du département et de ses alentours, qui pourront montrer leur talent et leur savoir-faire, soucieux de vous apporter le confort et l'innovation jusque dans votre jardin. »

Depuis ces débuts en 2008, le salon Botanique et aménagements extérieurs est un tremplin pour les nouvelles entreprises et une vitrine pour ceux dont les talents méritent d'être mis à l'honneur. Entouré par la nature du plateau de Valensole, il est normal de mettre en valeur les personnes sensibles et respectueuses de l'environnement. « Nous avons développé, depuis la création de notre Salon, un pôle entièrement dédié à l'écologie et aux énergies renouvelables. Une vingtaine d'exposants seront présents, dans un espace couvert de 200 mètres carrés et 100 mètres carrés en extérieur, pour nous aider à vivre dans le plus grand respect de la nature. »

UNE SOIRÉE NOCTURNE

Pour que la magie soit au rendez-vous cette année, samedi à la nuit tombée, le Salon sortira ses habits de lumière, lors d'une soirée nocturne. Vous pourrez venir flâner dans nos allées jusqu'à 22 heures, et pourquoi pas, au détour de l'une d'entre elles, vous laisser emporter par la poésie du moment en participant au lâcher de montgolfières écologiques miniatures illuminées, qui transporteront les petits comme les plus grands.

NOUVEAUTÉS

« Pour cette nouvelle édition, nous avons poussé les barrières et agrandi notre espace d'exposition de 2 000 mètres carrés. Nous accueillerons vingt exposants de plus qu'en 2012, dans différents domaines (agriculture, habitat, artisanat, commerces...). Le samedi 26 avril 2014, notre Salon fermera ses portes à 22 heures pour vous permettre de profiter pleinement de nos allées sous notre beau ciel étoilé. Une soirée animée par un disc-jockey local sera donnée près de notre espace buvette, ainsi qu'un lâcher de mini-montgolfières entièrement écologiques et biodégradables, qui allieront parfaitement le plaisir de nos yeux avec le respect de notre environnement.

Salon "Botanique et Aménagement Extérieur"



Quelques visuels pris au cours du salon

Le design s'invitera dans nos jardins, avec la présence d'exposants aux concepts innovants et insolites. Notre concours du plus beau stand sera modernisé et nous vous offrirons la possibilité d'élire vos stands préférés par catégories. Et parce que les enfants, autant que les parents, auront le droit de passer une journée de détente et d'amusement, plusieurs animateurs se succéderont tout au long de la journée pour offrir des ateliers ludiques basés sur le jardin et l'environnement. »

PRÉSENTATION

Créée en 2006, notre association, A.V.E.C. Vous, a pour but de valoriser les artisans, les commerçants et les agriculteurs de notre commune, de dynamiser notre secteur rural en plein ralentissement et de maintenir nos commerces de proximité. Le salon Botanique et aménagements extérieurs a vu le jour pour la toute première fois en avril 2008, grâce au dévouement et à l'énergie de la présidente actuelle de l'association, Marielle Angelvin. Le conseil général a encouragé notre action par la remise d'une « victoire de l'entreprise », catégorie Association de commerçants, en 2010. Cette manifestation atypique dans notre département a rencontré un franc succès d'année en année, auprès du public et des professionnels, par son concept, son dynamisme et son originalité. Sept mille visiteurs, dont 2 000 professionnels, viennent à chaque édition.

« Nous remercions la chambre de commerce et d'industrie territoriale des Alpes-de-Haute-Provence ainsi que le conseil général de nous soutenir dans nos actions tout au long de l'année. Avec un remerciement tout particulier à notre marraine, Nicole Peloux, présidente de la chambre de commerce et d'industrie territoriale, pour son soutien et sa fidélité depuis la création de notre Salon en 2008. »

LE SALON EN QUELQUES CHIFFRES :

Le salon Botanique et aménagement extérieur, c'est aussi :
3 jours de salon
1 nocturne et son lâcher de 300 mini-montgolfières illuminées et biodégradables
100 exposants
8 restaurateurs
6 grands thèmes autour de la botanique et du jardin
1 espace enfant entièrement gratuit et animé par des intervenants qualifiés

8 000 mètres carrés de surface d'exposition
7 000 visiteurs, dont 2 000 professionnels
4 000 heures de bénévolat pour vous offrir 3 jours de pure détente et de plaisir des yeux
150 bénévoles
1 concours du « plus beau stand » par catégorie
20 conférences animées par des professionnels du jardin et de l'environnement
Et surtout l'enthousiasme, la solidarité et la fierté de tout un village pour une manifestation hors du commun.

LES CATÉGORIES D'EXPOSANTS :

décoration d'extérieur
habitat, éco-conception
aménagement de jardin
artistes
végétaux et outillages

INFOS PRATIQUES

Journée pour les professionnels et le public
Vendredi 25 avril 2014, de 10 h à 19 h

Journées grand public
Samedi 26 avril 2014, de 10 h à 22 h
Dimanche 27 avril 2014, de 10 h à 19 h

TARIFS D'ENTRÉE :

3 € et entrée gratuite pour les moins de 16 ans
5 € pour les 3 jours
Animations pour les enfants, et conférences gratuites

RENSEIGNEMENTS

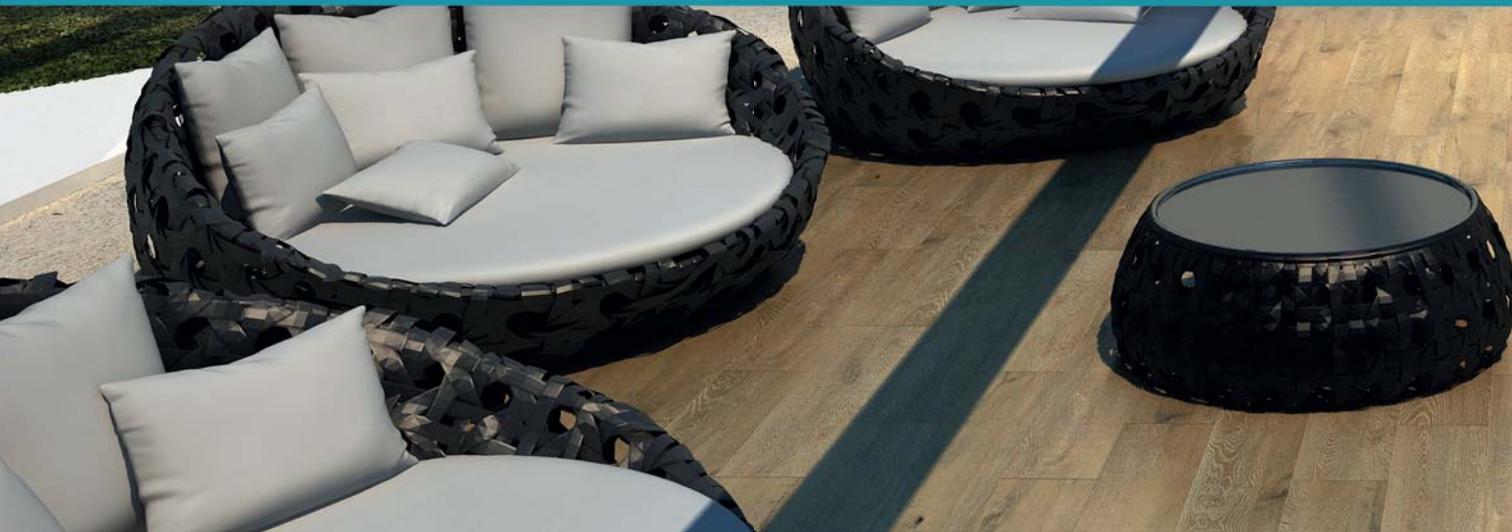
Office du tourisme de Valensole
Tél. 04 92 74 90 02

PARKINGS :

6 parkings situés en périphérie du village :
2 à proximité directe avec le Salon et le centre du village.
3 proches du village et de l'entrée du Salon
1 parking réservé aux cars en périphérie du village
Emplacements réservés aux personnes à mobilité réduite signalés sur le Salon

RETROUVEZ CET ÉVÉNEMENT
SUR LA 1^{ÈRE} WEBTV DU DÉPARTEMENT
WWW.MOUVIN.TV



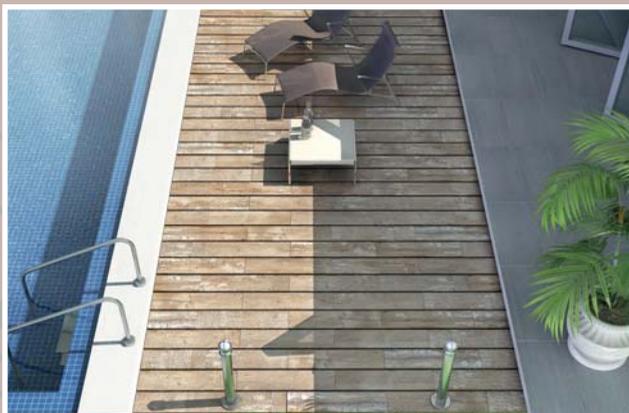


Chic, résistants et faciles d'entretien, les carrelages pour l'extérieur surfent sur trois tendances : l'aspect bois, l'aspect pierre naturelle. Sélection de carrelages et dalles pour l'extérieur...

Tout comme le prêt-à-porter, l'univers de l'habitat et de la décoration surfe sur la vague des tendances. Chaque année de nouveaux produits sont donc à découvrir, de nouvelles finitions, de nouveaux styles et aspects.

Différents type de carrelage peuvent correspondre à vos attentes, grès cérame, pierre, ou encore le carrelage d'imitation, la tendance déco du moment. Présentation de cette solution élégante et économique.

La résistance et la facilité du carrelage d'extérieur vous séduit mais son aspect ne correspond pas à votre décoration ? Pourquoi ne pas vous tourner vers un carrelage d'imitation, un revêtement élégant et économique. Imitation bois, métal ou terre cuite, ces carrelages répondent à toutes vos envies déco.



LE CARRELAGE D'IMITATION, UN PRODUIT NOUVEAU

Pendant longtemps, vous avez choisi le matériau de leur revêtement de sol en fonction du style voulu. Désormais, vous avez la possibilité d'avoir du carrelage et ceci quel que soit le style que vous recherchez.

En effet, le carrelage en grès cérame peut désormais se substituer à de nombreux autres matériaux tels que le bois, la pierre naturelle ou encore le marbre et ainsi répondre à vos attentes de déco. Il est facile de trouver dans les magasins ou auprès de professionnels des carrelages imitant parfaitement le matériau de votre choix. D'ailleurs, certains d'entre eux ont le vent en poupe comme le carrelage imitation béton ciré ou le carrelage imitation bois.

IMITATION BOIS, MÉTAL OU TERRE CUITE POUR DES EXTÉRIEURS PLEIN D'ÉLÉGANCE

Si vous étiez particulièrement tenté par un matériau pour revêtir vos sols extérieurs mais que vous aviez peur pour l'entretien de celui-ci, le carrelage d'imitation est fait pour vous. En effet, vous bénéficierez des avantages esthétiques de l'imitation bois, métal ou terre cuite mais sans en subir les inconvénients.

Ainsi, vous pourrez avoir un « carrelage en bois » qui ne nécessitera pas un traitement conservateur pour le bois ou bien un « carrelage en métal » ne se rayant pas et pouvant être posé en extérieur. Grâce aux nouveaux carrelages d'imitation, reproduisant parfaitement les effets de matières, il désormais possible de garnir sa terrasse d'un revêtement similaire au marbre ou d'habiller sa piscine d'un joli carrelage posé façon parquet bois.



LE CARRELAGE D'IMITATION, UNE ALTERNATIVE ÉCONOMIQUE ET TECHNIQUE

Si d'un point de vue esthétique et pratique, le carrelage d'imitation est un excellent choix, il en est de même en terme de budget et de facilité de la pose.

En effet, les intérêts majeurs du carrelage d'imitation vont être son prix mais également sa résistance.

Par exemple, il vous reviendra beaucoup moins cher d'acquérir un carrelage imitation pierre naturelle que de faire poser un véritable carrelage en pierre naturelle alors qu'à l'œil, la différence entre les deux ne sera pas flagrante.

De même, la pose d'un carrelage d'imitation sera plus simple. Toutefois, il reste conseillé de faire appel à un professionnel pour la pose.

Il saura valoriser ce matériau, tout en garantissant une étanchéité optimale des joints.



**EXPO
40M²**

**ENDUIT
FACADE**

**PIERRES
DÉCORATIVES**

**ISOLATION THERMIQUE
PAR L'EXTÉRIEUR**



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



Vous souhaitez troquer votre casquette de locataire pour enfiler celle de propriétaire ? Toutes nos félicitations ! Mais avant de vous lancer, suivez les conseils de nos experts.

FICELEZ BIEN VOTRE FINANCEMENT

« Beaucoup de primo-accédants poussent la porte de l'agence sans même connaître l'enveloppe budgétaire dont ils disposent », Or, cela permet de savoir vers quelle typologie de bien se tourner et surtout dans quel quartier. Car les prix au mètre carré varient fortement d'un secteur à l'autre.

MÉFIEZ-VOUS DES APPARTEMENTS À RÉNOVER

Vous êtes bricoleur ? Foncez. Un logement à rénover entièrement peut être jusqu'à 30% moins cher qu'une habitation similaire, mais prête à être habitée. Si vous n'êtes pas manuel, passez votre chemin. « Faire appel à des professionnels du BTP nécessite un peu d'expérience car il faut sans cesse être derrière eux et suivre le chantier pas à pas ». Votre manque de vigilance peut donc vous coûter très cher.

CALCULEZ BIEN LE COÛT INDUIT PAR L'ACQUISITION

Pour obtenir les meilleurs tarifs, certains sont prêts à s'éloigner des centres villes. Ce n'est pas une mauvaise idée, à condition d'avoir pris en compte le coût des transports en commun dans votre budget mensuel ou l'utilisation quotidienne d'une voiture. Enfin, avant de signer, renseignez-vous sur le montant des impôts locaux (taxe d'habitation et taxe foncière notamment).

FAITES ATTENTION À L'ÉTAT DE LA COPROPRIÉTÉ

En immeuble collectif, soyez attentif aux charges de copropriété. « Je suis sans cesse obligée d'expliquer aux acheteurs ce qu'ils vont payer chaque mois en plus du remboursement de leur crédit. Les charges peuvent donc être très importantes ! » Pour connaître l'état de la copropriété, demandez la copie des procès-verbaux des dernières assemblées générales, les derniers comptes de charges et le carnet d'entretien de l'immeuble.

OBJECTIF : en savoir plus sur les travaux déjà réalisés (des interventions régulières sur la chaudière sont un mauvais signe) et les appels de fonds qui ont été votés par votre prédécesseur car vous serez obligés de les abonder. Enfin, baladez-vous dans les étages, les caves et le parking pour savoir si l'immeuble est délabré.

À noter, la loi pour l'accès au logement et un urbanisme rénové (Alur) oblige les syndicats à communiquer sur la santé financière des copropriétés auprès des propriétaires et des futurs acquéreurs.

PENSEZ À LA REVENTE

Avoir le coup de cœur, c'est bien. S'assurer de pouvoir revendre son logement en réalisant une petite plus-value, c'est encore mieux. Alors optez pour un logement sans défauts majeurs (rez-de-chaussée sur rue passante, un tout petit salon avec une immense cuisine, une passoire énergétique, etc.).

COMMENT FIXER LE PRIX POUR VENDRE SON LOGEMENT ?

IMMOBILIER

Votre logement, vous l'aimez. Pour vous, il n'a aucun défaut. Ou si peu... Pourtant, si vous souhaitez le vendre rapidement, il va falloir faire preuve de réalisme et examiner ses qualités comme ses défauts.

Savez-vous qu'un prix trop élevé peut plomber la vente de votre logement ? Car avec le web, les candidats à l'achat sont très bien informés et selon certains agents, si votre bien est affiché au-dessus de 10% du prix du marché, il n'est même pas visité.

ESTIMATION DU JUSTE PRIX

Les agents immobiliers utilisent des grilles pour analyser votre logement. Ils partent du prix moyen au mètre carré de votre immeuble et le pondèrent en fonction de l'état du logement. Un point fort (une belle vue, une terrasse) entraînera une surcote (augmentation du prix moyen). À l'inverse, un défaut se traduira par une décote (baisse du prix moyen).

LES DÉFAUTS QUI VOUS PLOMBENT

Le rez-de-chaussée sur rue ou un premier étage au-dessus d'un café bruyant arrivent en tête des défauts qui « coûtent » le plus cher : jusqu'à -20% par rapport à un logement situé dans un étage élevé dans le même immeuble. Les logements sur une avenue ou une rue très bruyante (circulation, bars ou boîtes de nuits à proximité, etc.) subiront une décote

pouvant aller jusqu'à -15%. Enfin, le vis-à-vis à moins de 10 mètres entrainera une réduction du prix de vente de 10%. Tout comme la vue sur une cour très sombre. Les travaux à réaliser plombent largement le prix de vente du logement. Une habitation « à rénover » pourra se vendre jusqu'à 30% de moins que logement en bon état, prêt à être habité. Si votre bien est « à rafraîchir » (peintures, quelques retouches déco, etc.), comptez 5% de moins en moyenne. Toutefois, ce n'est pas parce que vous allez réaliser certains travaux de rénovation (remplacement de la chaudière pour une machine toute neuve qui fonctionne par exemple) que votre bien se vendra 30% de plus que la moyenne. N'oubliez pas qu'un logement « prêt à être habité » est une norme pour l'acheteur !

LES ATOUTS QUI SURCOTENT

À l'opposé, un logement entièrement refait à neuf (électricité, plomberie, isolation, etc.) et avec soin peut se vendre jusqu'à 20% de plus qu'une habitation de même typologie et du même âge. Une belle vue (sur un monument historique, la mer, etc.) peut augmenter la valeur du bien de 5% à 20%. La surcote sera de 5 à 15% pour une terrasse ou un jardin, et de 3% pour une double orientation (Est/Ouest). Enfin, les logements en hauteur sont prisés, à conditions de disposer d'un ascenseur. Comptez 2,5% de plus par niveau à partir du troisième étage.



Projets personnalisés

Esprit traditionnel ou contemporain

Prestations soignées

Relation client privilégiée



Immeuble Le Forum, Bât.A - Avenue du Moulin Neuf - 04100 MANOSQUE
Tél. : 04 92 79 58 85 - www.maisonsetcreations.fr



ACHAT SUR PLAN : À PARTIR DE QUAND PAIE-T-ON LES CHARGES DE COPROPRIÉTÉ ?

L'achat d'un bien « sur plans » se fait au moyen d'un contrat de VEFA (vente en l'état futur d'achèvement), signé chez le notaire. Il est généralement précédé d'un contrat préliminaire.

Le prix est payé par versements successifs, en fonction de l'avancement des travaux.

Une fois l'acte authentique signé, l'acheteur devient immédiatement propriétaire du terrain, ainsi que du bien immobilier, au fur et à mesure de sa construction.

Lorsque l'appartement, ou la maison, sont situés dans une copropriété, l'acheteur, copropriétaire, devra acquitter les charges de copropriété. Le règlement de copropriété lui est communiqué avant la signature de l'acte authentique.

Il lui est remis lors de cette signature. Ce nouveau copropriétaire paiera les charges à partir de l'achèvement non seulement des parties communes de l'immeuble et de ses équipements mais également du lot qu'il achète : le lot de copropriété lui-même doit être habitable. Tant que le lot de copropriété n'est pas achevé, l'acheteur n'est pas tenu au paiement des charges de copropriété.

PROPRIÉTAIRES : DE NOUVEAUX DIAGNOSTICS À PRÉVOIR

La loi ALUR a été définitivement adoptée et sa publication interviendra après examen du recours formé devant le Conseil constitutionnel. Elle crée de nouveaux diagnostics immobiliers, qui viennent s'ajouter aux diagnostics existants.

Vente : Le Diagnostic Mэрule – le vendeur d'un bien immobilier devra faire établir un diagnostic relatif à la présence ou l'absence de mэрule dans les zones délimitées par un arrêté préfectoral. Seules les zones affectées par ce champignon seront donc concernées.

Location : Le propriétaire devra annexer au bail d'habitation constituant la résidence principale du locataire, louée meublée ou non meublée :

- Le diagnostic amiante
- Le diagnostic électricité et gaz

CHIFFRES CLES

Indice coût de la construction 3^{ème} trimestre 2013 : **1612**

Indice de référence des loyers 3^{ème} trimestre 2013 : **124,83**

Taux crédit immobilier Fixe (20 ans) entre **3,40 et 3,50**

Taux crédit immobilier Révisable (20 ans) entre **3,05 et 3,20**



Arthurimmo.com
LE RESEAU NATIONAL IMMOBILIER 100% EXPERT

IMMO PROVENCE 04

160 Avenue Majoral Arnaud
04100 MANOSQUE

Tél. : 04 92 87 32 38

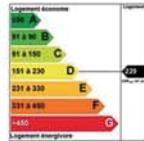


A VENDRE



MANOSQUE

Superbe appartement de Type 3 au 4ème et dernier étage avec vue exceptionnelle. 66 m² comprenant un hall avec palcards, grand séjour avec cuisine neuve ouverte, le tout exposé plein SUD, balcon, deux chambres, cave et parking.



115 000 € FAI

Réf. : 01983

IMMO PROVENCE 04 - SARL au capital de 2 000 € - RCS 789454170 - Siège social : 160 avenue Majoral Arnaud 04100 MANOSQUE - Tél : 04.92.87.32.38 - Email : g.athoua@immo-provence04.fr - TVA Intracommunautaire N° FR4878454170 - Carte professionnelle (F+G) n° 4817 délivrée par la préfecture de DROME LES BAINS (26121) à Rue du docteur ROMEU - NE DOIT RECEVOIR NI DETENIR D'AUTRES FONDS, EFFETS OU VALEURS QUE CEUX REPRESENTATIFS DE SA REMUNERATION

A VENDRE



Manosque Exclusivite

Résidence Les Lavandes, beau T4 rénové au premier étage. Résidence sécurisée avec parking privatif. Près de 70m² habitables avec un séjour donnant sur véranda, salon (ou chambre), cuisine indépendante avec sa



138 500 € FAI

Réf. : 02519

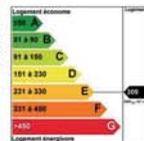
IMMO PROVENCE 04 - SARL au capital de 2 000 € - RCS 789454170 - Siège social : 160 avenue Majoral Arnaud 04100 MANOSQUE - Tél : 04.92.87.32.38 - Email : g.athoua@immo-provence04.fr - TVA Intracommunautaire N° FR4878454170 - Carte professionnelle (F+G) n° 4817 délivrée par la préfecture de DROME LES BAINS (26121) à Rue du docteur ROMEU - NE DOIT RECEVOIR NI DETENIR D'AUTRES FONDS, EFFETS OU VALEURS QUE CEUX REPRESENTATIFS DE SA REMUNERATION

A VENDRE



MANOSQUE

Un bas de villa en rez de chaussée avec jardin privatif de 116 m² et beau petit cabanon. un appartement d'environ 55 m² habitable : cuisine indépendante, un salon, 2 chambres, toilettes, salle de bains et buanderie.



141 000 € FAI

Réf. : 02433

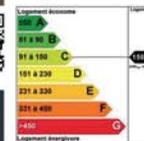
IMMO PROVENCE 04 - SARL au capital de 2 000 € - RCS 789454170 - Siège social : 160 avenue Majoral Arnaud 04100 MANOSQUE - Tél : 04.92.87.32.38 - Email : g.athoua@immo-provence04.fr - TVA Intracommunautaire N° FR4878454170 - Carte professionnelle (F+G) n° 4817 délivrée par la préfecture de DROME LES BAINS (26121) à Rue du docteur ROMEU - NE DOIT RECEVOIR NI DETENIR D'AUTRES FONDS, EFFETS OU VALEURS QUE CEUX REPRESENTATIFS DE SA REMUNERATION

A VENDRE



MANOSQUE

Maison de ville, entièrement restaurée. Au RDC, garage, buanderie, salle de jeux, bureau qui communique avec l'étage et son salon de 25m² donnant sur une belle terrasse, cuisine, dernier étage 2chambres, salle d'eau.



199 000 € FAI

Réf. : 02496

IMMO PROVENCE 04 - SARL au capital de 2 000 € - RCS 789454170 - Siège social : 160 avenue Majoral Arnaud 04100 MANOSQUE - Tél : 04.92.87.32.38 - Email : g.athoua@immo-provence04.fr - TVA Intracommunautaire N° FR4878454170 - Carte professionnelle (F+G) n° 4817 délivrée par la préfecture de DROME LES BAINS (26121) à Rue du docteur ROMEU - NE DOIT RECEVOIR NI DETENIR D'AUTRES FONDS, EFFETS OU VALEURS QUE CEUX REPRESENTATIFS DE SA REMUNERATION

A VENDRE



Manosque, à proximité du centre ville, maison de Maçon a terminer, 85m² habitables avec un beau séjour avec plafond mansardé et poutres apparentes, trois chambre dont une avec douche, salle de bains, toilettes et garage.



218 000 € FAI

Réf. : 02543

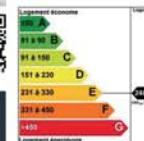
IMMO PROVENCE 04 - SARL au capital de 2 000 € - RCS 789454170 - Siège social : 160 avenue Majoral Arnaud 04100 MANOSQUE - Tél : 04.92.87.32.38 - Email : g.athoua@immo-provence04.fr - TVA Intracommunautaire N° FR4878454170 - Carte professionnelle (F+G) n° 4817 délivrée par la préfecture de DROME LES BAINS (26121) à Rue du docteur ROMEU - NE DOIT RECEVOIR NI DETENIR D'AUTRES FONDS, EFFETS OU VALEURS QUE CEUX REPRESENTATIFS DE SA REMUNERATION

A VENDRE



VALENSOLE

15 minutes de Manosque, plateau de Valensole, proche école et commodités, coquette petite villa très lumineuse de plain pied, construction 2008, grand type 3 avec salon avec cheminée/sam/cuisine us de 44



221 000 € FAI

Réf. : 02520

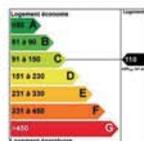
IMMO PROVENCE 04 - SARL au capital de 2 000 € - RCS 789454170 - Siège social : 160 avenue Majoral Arnaud 04100 MANOSQUE - Tél : 04.92.87.32.38 - Email : g.athoua@immo-provence04.fr - TVA Intracommunautaire N° FR4878454170 - Carte professionnelle (F+G) n° 4817 délivrée par la préfecture de DROME LES BAINS (26121) à Rue du docteur ROMEU - NE DOIT RECEVOIR NI DETENIR D'AUTRES FONDS, EFFETS OU VALEURS QUE CEUX REPRESENTATIFS DE SA REMUNERATION

A VENDRE



MANOSQUE

1,5 km du centre ville. Avec jolie vue dégagée, édifiée sur grande une parcelle de 1 600 m² avec piscine, belle bâtisse style provençale, construction 1995, maison chaleureuse et en bon état général. TYPE 4/5 belle et grande



367 500 € FAI

Réf. : 02523

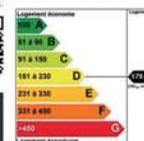
IMMO PROVENCE 04 - SARL au capital de 2 000 € - RCS 789454170 - Siège social : 160 avenue Majoral Arnaud 04100 MANOSQUE - Tél : 04.92.87.32.38 - Email : g.athoua@immo-provence04.fr - TVA Intracommunautaire N° FR4878454170 - Carte professionnelle (F+G) n° 4817 délivrée par la préfecture de DROME LES BAINS (26121) à Rue du docteur ROMEU - NE DOIT RECEVOIR NI DETENIR D'AUTRES FONDS, EFFETS OU VALEURS QUE CEUX REPRESENTATIFS DE SA REMUNERATION

A VENDRE



EXCLUSIVITE

Proche Ecoles et Commerces Belle et grande maison de construction traditionnelle offrant de nombreuses possibilités. Plus de 200 m² hab. repartis en un salon, cuisine indépendante, 6 ch (de 11 à 25m²), bureau, garage, et



379 000 € FAI

Réf. : 02012

IMMO PROVENCE 04 - SARL au capital de 2 000 € - RCS 789454170 - Siège social : 160 avenue Majoral Arnaud 04100 MANOSQUE - Tél : 04.92.87.32.38 - Email : g.athoua@immo-provence04.fr - TVA Intracommunautaire N° FR4878454170 - Carte professionnelle (F+G) n° 4817 délivrée par la préfecture de DROME LES BAINS (26121) à Rue du docteur ROMEU - NE DOIT RECEVOIR NI DETENIR D'AUTRES FONDS, EFFETS OU VALEURS QUE CEUX REPRESENTATIFS DE SA REMUNERATION



AGENDA

Mercredi

16 Mercredi 16 Avril

MANOSQUE	Médiathèque	Le Chevalier atelier avec E. Errecade	14h30	04 92 74 10 54
STE TULLE	...	Rentrez dans l'alphabet : les demeures	...	04 92 74 26 88
MANOSQUE	Fondation Carzou	Fugue musicale	...	04 92 87 88 87
MANOSQUE	Maison Asso	Cours esperanto	17h30 - 20h	04 92 72 39 89
MALIJAI	Salle des fêtes	Expo «Métamorphoses et transformations»	16h30-18h	...
MANOSQUE	Fondation Carzou	Fugue musicale	18h30	04 92 87 40 49
DIGNE	Gavots	Collecte de sang	...	04 92 40 61 82
VINON/VERDON	Mairie	Visite guidée du village	17h	04 92 74 04 39

Jeudi

17 Jeudi 17 Avril

MANOSQUE	Studio C	Cours Danse Orientale	19h-20h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Salsa cubaine débutants	19h-20h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Salsa cubaine niv. I et II	20h-21h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Kizomba	20h-21h	06 74 13 36 85
STE TULLE	Théâtre	Conférence : le futurisme italien	17h	04 92 78 21 13
VINON	Collège Y. Montand	Belouga quartet : Cie Montanaro	18h30	04 83 95 05 41
MALIJAI	Salle des fêtes	Expo «Métamorphoses et transformations»	16h30-18h	...
STE TULLE	Théâtre	Conférence histoire de l'art	17h30	04 92 78 20 06
LES MÉES	Maison associations	La poésie au coeur des arts	15h	04 92 62 48 13

Vendredi

18 Vendredi 18 Avril

STE TULLE	Théâtre	Conférence : portraits de femmes	17h	04 92 78 21 13
MALIJAI	Salle des fêtes	Expo «Métamorphoses et transformations»	16h30-18h	...
CHÂTEAU-ARN	Théâtre Durance	Hansel et Gretel - théâtre jeune public	19h	04 92 64 27 34
STE TULLE	Théâtre	Conférence histoire de l'art	17h30	04 92 78 20 06
SISTERON	...	Collecte de sang	...	04 92 61 31 61
FORCALQUIER	Kfé Quoi !	Don Billiez jazz, soul, groove	20h	06 85 35 68 42

Samedi

19 Samedi 19 Avril

MANOSQUE	Médiathèque	Musiques Touareg	14h30	04 92 74 10 54
GRÉOUX	Château Laval	Pâques Aventures - activités nature	journée	04 92 78 01 08
PIERREVERT	Salle polyvalente	Tournoi de tennis de table	...	06 87 52 34 73
CORBIÈRES	Carpe Diem	Concert Rock : Les scandales	20h	04 92 79 78 66
GRÉOUX	Écociné Verdon	Let's Go Vidéo - la journée de la vidéo locale	11h - 18h	...
FORCALQUIER	Kfé Quoi !	Pantodapa + Raïces	20h	06 85 35 68 42

Dimanche

20 Dimanche 20 Avril

MALIJAI	Salle des fêtes	LOTO	16h	06 42 24 13 98
VOLONNE	Place du château	Chasse aux oeufs	10h30	04 92 64 59 58
VINON/VERDON	Bords du Verdon	Chasse à l'oeuf de Pâques	10h-12h	04 92 78 89 74
FORCALQUIER	...	Marché aux livres et collections
MALLEMOISSON	...	Vide grenier
MONTAGNAC	...	Vide grenier
GRÉOUX	Château Templiers	34ème Printemps musical international	20h30	04 92 78 01 08
GRÉOUX	Château Laval	Pâques Aventures - activités nature	journée	04 92 78 01 08
PIERREVERT	Village	Chasse aux oeufs	journée	04 92 72 86 87

Lundi

21 Lundi 21 Avril

DIGNE	...	Brocante vide greniers de pâques
MANOSQUE	...	Vide grenier
RIEZ	...	Vide grenier
SISTERON	...	Vide grenier du jumelage Sisteron/Olivia
GRÉOUX	Château Templiers	34ème Printemps musical international	20h30	04 92 78 01 08
GRÉOUX	Château Laval	Pâques Aventures - activités nature	journée	04 92 78 01 08

- Conception et réalisation de jardins
- Végétaux et plantes
- Arbres et arbustes
- Fleurs sous toutes leurs formes
- Plants et semences
- Motoculture et outils
- Terre cuite et céramique
- Mobilier de jardin
- Décoration
- Sculptures :
- pierre, bois et fer
- Bois et ferronnerie
- Piscines
- Spa et bassins naturels
- Les sols et leurs revêtements
- Enduit Mural Décoratif
- Création fausses pierres
- Portails rustiques et contemporains
- Jeux d'extérieur
- Développement durable

L'association "A.V.E.C. Vous"
Association Valensole
Economique et Collective



A.V.E.C. VOUS

Renseignements
Office de Tourisme :
04 92 74 90 02



VALENSOLE
Alpes de Haute-Provence

25-26-27
avril 2014

4^{ème}

Salon Botanique
& Aménagement Extérieur

www.avecvous-valensole.com

Un rendez-vous à ne pas manquer !

Le Plateau de Valensole 1^{er} producteur mondial de lavandin accueillera, en plein cœur du village, sa 4^{ème} édition du salon :

"Botanique et Aménagement extérieur".

Sur 8000 m² ce rendez-vous ouvre à nouveau ses portes et vous propose un espace de création et d'exposition pour plus de 100 professionnels de l'aménagement extérieur, du jardin, du design, de l'art et du développement durable.

Événement reconnu par le grand public et les professionnels (plus de 7000 visiteurs en 2012), cet espace paysager met tout en œuvre pour mettre en scène la nature et valoriser les produits et les savoir-faire dans un espace "outdoor" entièrement végétalisé et spécialement repensé pour l'occasion.
20 conférences sur les 3 jours : jardinage bio, l'eau, maison écologique, les jardins secs, les greffes, la taille des arbres, le feng shui, la lavande ...

Samedi : 18h Remise des prix (concours du plus beau stand)
19h Concert **21h lâché des 300 montgolfières illuminées**

Vendredi 25 & dimanche 27 avril 2014 : 10 h à 19 h / samedi 26 avril 2014 : 10 h à 22 h

AGENDA

Mardi

22 Mardi 22 Avril

MANOSQUE	Studio C	Cours Reggaeton style cubain	21h-22h	06 74 13 36 85
GRÉOUX	...	Collecte de sang	...	0 810 810 109
MALLEMOISSON	...	Collecte de sang	...	04 92 34 60 74
VINON/VERDON	Salle des fêtes	Stage de danses tahitiennes et zumba	14h-18h	06 99 81 72 84
GRÉOUX	Château Templiers	34ème Printemps musical international	20h30	04 92 78 01 08

Mercredi

23 Mercredi 23 Avril

MANOSQUE	Salle des Tilleuls	Collecte de sang	...	04 92 72 43 43
VILLENEUVE	...	Collecte de sang	...	04 92 79 32 24
VINON/VERDON	Salle des fêtes	Stage de danses tahitiennes et zumba	14h-18h	06 99 81 72 84
GRÉOUX	Château Templiers	34ème Printemps musical international	20h30	04 92 78 01 08
GRÉOUX	Parking des Aires	Foire artisanale - artisans sans vitrine	journée	04 92 78 01 08

Jeudi

24 Jeudi 24 Avril

MANOSQUE	Studio C	Cours Danse Orientale	19h-20h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Salsa cubaine débutants	19h-20h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Salsa cubaine niv. I et II	20h-21h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Kizomba	20h-21h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Théâtre de la Fourmi	Bonhomme	10h30 & 16h	04 92 72 90 42
MANOSQUE	Salle des Tilleuls	Collecte de sang	...	04 92 72 43 43
REILLANNE	...	Collecte de sang	...	04 92 75 61 62
GRÉOUX	Château Templiers	34ème Printemps musical international	20h30	04 92 78 01 08

Vendredi

25 Vendredi 25 Avril

MANOSQUE	Théâtre de la Fourmi	Bonhomme	10h30 & 16h	04 92 72 90 42
ORAISON	Salle de l'Eden	Cinéma	18h & 21h	04 92 78 60 80
VOLX	...	Collecte de sang	15h-19h	04 92 75 44 87
GRÉOUX	Château Templiers	34ème Printemps musical international	20h30	04 92 78 01 08
VALENSOLE	...	4ème salon botanique et aménagements ext.	journée	04 92 74 90 02
FORCALQUIER	Kfé Quoi !	Dupain : world music folk step	20h	06 85 35 68 42
MANOSQUE	Salle Osco Manosco	FOIRE DE MANOSQUE	journée	...

par internet :

www.mouv-in.com

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

par mail :

infos@mouv-in.com

Samedi

26 Samedi 26 Avril

CHÂTEAU-ARN	ferme font Robert	L'AMI, patrimoine musical local	19h	04 92 64 09 82
PEYRUIS	Banquets du château	Stage de pierre sèches	8h-17h	06 83 22 05 79
SAINT AUBAN	Stade	18ème rassemblement libre des Chin Gouffi	...	06 68 30 97 01
MANOSQUE	Eurofoire	Collecte de sang	...	04 92 72 43 43
VOLX	Foyer rural	Fête votive Sainte Victoire	...	04 92 70 91 28
GRÉOUX	Château Templiers	34ème Printemps musical international	20h30	04 92 78 01 08
GRÉOUX	Place Pauline	Samedi de Pauline - Bal musette Toto Boy's	16h - 19h	04 92 78 01 08
VALENSOLE	...	4ème salon botanique et aménagements ext.	journée	04 92 74 90 02
PIERREVERT	Salle de la Frache	Soirée scène ouverte par Mélodie en Sous sol	...	06 60 51 89 53
CORBIÈRES	Carpe Diem	Concert : Quai des Orfèvres	20h	04 92 79 78 66
FORCALQUIER	Kfé Quoi !	IO Monade Stanca + Mami Wata	20h	06 85 35 68 42
MANOSQUE	Salle Osco Manosco	FOIRE DE MANOSQUE	journée	...

Dimanche

27 Dimanche 27 Avril

ALLEMAGNE	Salle des fêtes	Concert Grysis Canto	16h	...
PEYRUIS	Banquets du château	Stage de pierre sèches	8h-17h	06 83 22 05 79
L'ESCALE	...	Brocante vide grenier et déballage de livres	6h-19h	06 72 54 97 57
SAINT AUBAN	Espace Grabinsky	Duathlon en Durance	9h30	06 71 26 53 45
SAINT AUBAN	Stade	Bourse motos, autos et pièces	6h - 14h	06 68 30 97 01
SAINT AUBAN	Stade	18ème rassemblement libre des Chin Gouffi	...	06 68 30 97 01
ST MICHEL L'OB	...	Brocante et vide grenier	...	04 92 76 66 55
ORAISON	Places	Vide grenier	journée	04 92 78 60 80
ORAISON	Salle de l'Eden	Loto	15h	04 92 78 60 80
ORAISON	Hippodrome	Courses Hippiques	...	04 92 78 60 80
VINON/VERDON	Salle des fêtes	Vide poussette	journée	06 16 64 20 42
VILLENEUVE	Salle des fêtes	Vide dressing La Soléiade	...	04 92 78 42 31
VOLX	Foyer rural	Fête votive Sainte Victoire	...	04 92 70 91 28
DIGNE	...	Vide grenier du Basket club
FORCALQUIER	...	Marché aux livres anciens et collections
MANOSQUE	Parc de Drouille	Vide grenier de l'EPM Handball	7h-17h	06 23 21 15 62
VALENSOLE	...	4ème salon botanique et aménagements ext.	journée	04 92 74 90 02
MANOSQUE	Salle Osco Manosco	FOIRE DE MANOSQUE	journée	...

HYPER U
MANOSQUE



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



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

AGENDA

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

CONSULTATIONS SUR RDV AU TÉLÉPHONE avec règlement par CB
au 06 01 26 65 40 ou 09 83 24 56 86



REJOIGNEZ MOI SUR MA PAGE

facebook

THIERRY VALANCE

Lundi

28 Lundi 28 Avril

MANOSQUE	Studio C	Cours Zumba	19h-20h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Bachata Dominicaine	19h30-20h30	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Salle Osco Manosco	FOIRE DE MANOSQUE	journée	...

Mardi

29 Mardi 29 Avril

MANOSQUE	Studio C	Cours Reggaeton style cubain	21h-22h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Médiathèque	Les cortèges dans la peinture italienne	17h à 18h30	04 92 74 10 54
VINON/VERDON	Salle des fêtes	Stage de danses tahitiennes et zumba	14h-18h	06 99 81 72 84
GRÉOUX	Terrasse marronniers	Café Littéraire et artistique	18h45	04 92 78 01 08

Mercredi

30 Mercredi 30 Avril

Oraison	Lac des buissonnades	Concours de boules	14h30	04 92 78 60 80
---------	----------------------	--------------------	-------	----------------

Jeudi

1 Jeudi 1er Mai

MANOSQUE	Studio C	Cours Danse Orientale	19h-20h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Salsa cubaine débutants	19h-20h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Salsa cubaine niv. I et II	20h-21h	06 74 13 36 85
MANOSQUE	Studio C	Cours Kizomba	20h-21h	06 74 13 36 85
CHÂTEAU-ARN	...	Vide grenier
SISTERON	...	2ème vide grenier du St Nicolas

ROULEZ EN TOUTE SÉCURITÉ
CONTRÔLE TECHNIQUE AUTOMOBILE

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

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

Vous
offre

10 €

sur votre
contrôle technique



FLASHÉZ CE CODE
avec votre smartphone

AUTOSUR
CONTRÔLE TECHNIQUE AUTOMOBILE

NOUVEAU
Rapide et pratique

POUR PRENDRE RENDEZ-VOUS

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

Samedi

3 Samedi 3 Mai

MANOSQUE

Atelier de la Danse

Atelier parents/enfants

15h-16h30

06 16 95 97 65

Dimanche

4 Dimanche 4 Mai

VILLENEUVE

Salle des fêtes

Concert de l'Harmonie départementale

16h

04 92 78 42 31

DIGNE

...

Brocante vide grenier

...

...

FORCALQUIER

...

Les brocantes de St Lazare

...

...

REILLANNE

...

Vide poussette bourse aux jouets d'été

...

...

Lundi

5 Lundi 5 Mai

MANOSQUE

Studio C

Cours Zumba

19h-20h

06 74 13 36 85

MANOSQUE

Studio C

Cours Bachata Dominicaine

19h30-20h30

06 74 13 36 85

ÉTABLISSEMENT
100 ANS
D'EXISTENCE

Chez Paulette

Nouveau Propriétaire

Kronenbourg BAR Chez Paulette RESTAURANT

FORMULES MIDI

PLAT DU JOUR
DESSERT / CAFÉ **12 €**

ENTRÉE / PLAT
DESSERT / CAFÉ **15 €**

104 avenue de la Libération - 04100 MANOSQUE
tél. : 04 92 74 42 82



EMPLOI FORMATION

PROVENCE CONTACT' EMPLOI

Près de 1 000 offres d'emploi et de formation en région PACA sont proposées par 100 employeurs de la région, le jeudi 10 avril 2014 de 9 heures à 17 heures au palais des Congrès de Digne-les-Bains (04).

C'est en effet autour de l'établissement d'utilité publique Carrefours pour l'emploi, armées, collectivités, entreprises, et du conseil général des Alpes-de-Haute-Provence que se sont regroupés plus particulièrement la région PACA, la Direccte PACA, Pôle emploi, l'Afpa, l'Agefiph et Cap emploi, et les missions locales, pour faire de cet événement une authentique mosaïque de talents.

Ce forum s'adresse aussi bien aux employés qu'aux ouvriers, étudiants, lycéens, techniciens, agents de maîtrise, militaires en reconversion, contremaîtres ou cadres, quel que soit leur niveau de formation. L'entrée est libre, et sans pré-inscription, CV indispensable. Parking gratuit sur place.

Un réseau de vingt cars de l'emploi (départ uniquement le matin, retour à 16 heures) desservira spécialement le palais des Congrès de Digne depuis trente communes de la région (Aix-en-Provence, Avignon, Aubagne, Gap, Marseille, Nice, Sisteron, Toulon...). Pour en bénéficier, il suffit de s'inscrire gratuitement en composant le 04 92 30 05 25.

AVIS AUX CANDIDATS DÉBUTANTS OU CONFIRMÉS, AVEC OU SANS DIPLÔME : VOUS N'AVEZ PLUS QU'À POSTULER AUX :

CDI ou CDD, à temps plein ou temps partiel, aux missions intérimaires, aux formations en alternance, aux emplois saisonniers ou offres de stage... Les contrats pouvant plus particulièrement correspondre aux personnes en situation de handicap sont signalés.



EN RAPPEL, ET CE AFIN D'OPTIMISER SA RENCONTRE, IL EST ESSENTIEL DE SE PRÉPARER:

1. — en définissant clairement son projet professionnel... ;
2. — en se fixant un objectif... savoir ce que l'on est venu chercher : un emploi, un contact, une formation en alternance, un stage, une information sur un métier... ;
3. — en étant en mesure de présenter sa formation, ses qualifications, son savoir-faire... ;
4. — en soignant sa présentation et en répondant précisément aux offres de poste... ;
5. — en ayant confiance en soi, en l'avenir et en ses chances de réussite !

FOCUS 2014 :

Outre un village réservé à l'emploi des travailleurs handicapés s'ajoute une zone dédiée à l'alternance. Trois espaces thématiques, portés par les partenaires, sont mis en exergue : accueil, conseils, orientation des jeunes ; entreprendre et égalité, mixité professionnelle. Par ailleurs, le réseau CréActeurs 04 animera une conférence sur la création et la reprise d'entreprise à 14 heures.

Possibilité offerte à tous de bénéficier des conseils d'un coach tout au long de la journée, de faire corriger et imprimer son CV, ou de partager gratuitement un café avec les autres candidats... Pour tout savoir sur Provence contact emploi : implantation des stands, liste des employeurs présents et des postes à pourvoir, planning des ateliers et conférences... Il est indispensable de consulter le site web dédié à la préparation au forum : www.provence-emploi.fr.
Informations pratiques des candidats : 04 92 30 05 25
www.provence-emploi.fr

120 RECRUTEURS VOUS ATTENDENT AU FORUM RÉGIONAL DE L'EMPLOI

FORUM PROVENCE CONTACT'EMPLOI

OUVERT À TOUS, ENTRÉE LIBRE ET GRATUITE - MUNISSEZ-VOUS DE PLUSIEURS CV



JEUDI 10 AVRIL 2014 9H/17H

PALAIS DES CONGRÈS DIGNE-LES-BAINS (04)

 **TRANSPORT GRATUIT DEPUIS 30 VILLES DE LA RÉGION**
INFO/RÉSERVATION : 04 92 30 05 25 / WWW.PROVENCE-EMPLOI.FR

Association Régionale
des Missions Locales
Provence-Alpes-Côte d'Azur



agefiph
ouvrir l'emploi
aux personnes handicapées



CCI ALPES
DE-HAUTE-PROVENCE



l'Europe
s'engage
Provence-Alpes-Côte d'Azur
avec le FSE

 **CONSEIL
GÉNÉRAL**
ALPES DE HAUTE-PROVENCE

Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
DIRECCTE PACA

Région
Provence
Alpes
Côte d'Azur

 **pôle emploi**

 **CARREFOURS
POUR L'EMPLOI**
ARMÉES / COLLECTIVITÉS / ENTREPRISES
établissement d'utilité publique



EMPLOI FORMATION . .

ADF FORMATION



Vingt-quatre années d'existence pour ce centre de formation qui a vu sortir de ses rangs de nombreux diplômés et bon nombre de futurs chefs d'entreprises. Grâce à ADF Formation, construisez votre avenir.

Le siège d'ADF Formation est domicilié rue des Entrepreneurs, toute une symbolique et un lieu plein de significations. Centre névralgique du parc d'activités Saint-Joseph, situé juste en face de la SIMC, ADF Formation voit chaque année des centaines d'élèves franchir sa porte. Qu'elle soit en recherche d'emploi, salariée ou dirigeante d'une entreprise, jeune ou adulte, toute personne peut prétendre à une formation diplômante ou professionnalisante chez ADF Formation, et les modules sont nombreux. **Pour ADF Formation, l'objectif c'est l'emploi, et la formation est un des moyens d'y parvenir.**

LES FORMATIONS DIPLÔMANTES

Elles sont au nombre de huit :

- BTS professions immobilières ;
- BTS assistant de gestion PME-PMI ;
- BTS comptabilité – gestion des organisations ;
- diplôme de comptabilité et de gestion ;
- assistant de comptabilité et d'administration niveau IV ;
- bac pro gestion administration ;
- bac pro communication visuelle plurimédias ;
- bac pro production graphique.

CONTACT ET INFORMATIONS

22 rue des Entrepreneurs – Parc d'activités Saint-Joseph
04100 Manosque - Tél. 04 92 72 82 82
Courriel : adf.formation@wanadoo.fr

LES MODULES PROFESSIONNALISANTS

Plus de trente modules à la carte :

- anglais du niveau 1 à 4 – anglais à usage commercial – anglais technique ;
- comptabilité – gestion – paye simple – paye complexe ;
- logiciels : Ciel gestion commerciale, comptabilité, paye ;
- informatique – bureautique : Word, Excel, PowerPoint, Publisher, Access, Outlook... ;
- modules immobiliers : transaction, fiscalité, gestion immobilière, techniques du bâtiment, droit immobilier, droit des sociétés, droit social... ;
- infographie et web expert ;
- logiciels de P.A.O. : Photoshop, Illustrator, InDesign... ;
- Internet : utilisation ;
- Internet : code HTML, création de pages de cybercommerce, Prestashop, création de sites, CMS mode simple, open source... ;
- communiquer efficacement.

INTERVENANTS

C'est grâce à la vingtaine de formateurs et d'intervenants professionnels que le bon déroulement des formations est assuré. Chacun dans sa spécialité assure le lien avec les stagiaires et les entreprises.

L'ÉQUIPEMENT

Des formations réalisées dans des locaux de plus de 600 mètres carrés, équipés de 75 postes informatiques, climatisés et accessibles aux personnes à mobilité réduite. Sans oublier la facilité d'accès en transport commun ou individuel et la gratuité du parking.

Toutes les informations détaillées sur le site :

www.adfformation.fr

COMMENT FINANCER UNE FORMATION ?

LE DROIT INDIVIDUEL À LA FORMATION OU DIF :

Le droit individuel à la formation (DIF) a pour objectif de permettre à tout salarié de se constituer un crédit d'heures de formation de 20 heures par an, cumulable sur six ans dans la limite de 120 heures. L'initiative d'utiliser les droits à formation ainsi acquis appartient au salarié, mais la mise en œuvre du DIF requiert l'accord de l'employeur sur le choix de l'action de formation. La formation a lieu hors du temps de travail sauf disposition conventionnelle contraire ; elle est prise en charge par l'employeur selon des modalités particulières.

LE DIF PORTABLE :

Au terme de son contrat de travail, le salarié peut utiliser les heures de DIF inscrites sur son certificat de travail. Le coût de la formation est assuré par l'O.P.C.A. (organisme paritaire collecteur agréé) dont dépendait l'entreprise.

LE C.S.P. – CONTRAT DE SÉCURISATION PROFESSIONNELLE :

Le contrat de sécurisation professionnelle (C.S.P.) est proposé obligatoirement par un employeur qui envisage de licencier pour motif économique un ou plusieurs salariés. Ce dispositif permet le « retour rapide à l'emploi durable ».

LE CONGÉ INDIVIDUEL DE FORMATION :

Le congé individuel de formation (CIF) est le droit de s'absenter de son poste de travail pour suivre une formation de son choix. Le coût de la formation et le salaire sont pris en charge par l'OPACIF (organisme paritaire agréé pour les congés individuels de formation).

LE CONTRAT DE PROFESSIONNALISATION :

Le contrat de professionnalisation est un contrat en alternance associant pratique professionnelle et formation ; il permet d'acquérir un diplôme, un titre homologué, un certificat de qualification professionnelle ou une qualification reconnue dans la convention collective de branche. Il s'adresse aux jeunes de 16 à 26 ans, et aux demandeurs d'emploi âgés de 26 ans et plus.

LES AUTRES FINANCEMENTS :

D'autres financements comme ceux du conseil régional et du fonds social européen (F.S.E.) peuvent intervenir. Il y a aussi l'AGEFIPH pour les personnes handicapées. Le financement personnel ou encore d'autres financements sont possibles, contactez directement votre centre de formation pour en savoir plus.



www.adfformation.fr
adf.formation@wanadoo.fr

DCG
3 BTS
3 BAC

RUE DES ENTREPRENEURS
ZI ST JOSEPH
04 92 72 82 82
MANOSQUE

30 MODULES
Filières graphiques et tertiaires

ANGLAIS



EMPLOI FORMATION . .

HANDICAP : DEUX SALONS VIRTUELS DU 29 MARS AU 11 AVRIL

Vous êtes en situation de handicap et recherchez un emploi ? Participez aux salons virtuels qui se déroulent prochainement.

Vous souffrez d'un handicap qui limite votre capacité à vous déplacer ou atteint votre élocution ou votre vue... ? Les salons virtuels dédiés aux personnes en situation de handicap peuvent vous permettre de décrocher un job, en restant devant votre ordinateur.

Deux salons ou forums virtuels se déroulent prochainement: Talents Handicap, du 29 mars au 11 avril 2014, et Handi2day, du 7 au 11 avril 2014.

Le premier intérêt de ces salons virtuels réside donc dans l'économie de déplacements, coûteux et parfois difficiles pour les candidats en situation de handicap. D'autant que près des trois quarts des candidats en situation de handicap résident en province.

Les salons virtuels offrent également la possibilité de prendre tout le temps nécessaire pour préparer leurs visites et leurs rencontres avec un maximum d'employeurs. Une fois le contact établi avec l'entreprise, les entretiens peuvent se dérouler soit au téléphone, soit par chat.

Pour participer à ces forums virtuels, la démarche est simple : après votre inscription et la transmission de votre CV, l'entreprise effectue sa présélection et vous contacte pour fixer un rendez-vous pour un entretien.



EMPLOI : 88 % DES CHÔMEURS PRÊTS À SE RECONVERTIR

Selon un sondage Opinionway, 88 % des Français se disent prêts à suivre une formation dans des métiers qui peinent à recruter.

Les sondés affichent une préférence nette pour le secteur des services : 62 % d'entre eux « aimeraient » plutôt travailler dans le secteur des services aux entreprises ou encore du commerce et de la distribution (59 %). 63 % sont également favorables à une reconversion dans les secteurs de l'énergie renouvelable et de l'écoconstruction.

À l'opposé, seulement 39 % aimeraient travailler dans l'hôtellerie-restauration et le tourisme, et un quart (24 %) dans le bâtiment, deux secteurs qui peinent à susciter des vocations, et figurent en bonne place dans le « plan

de formations prioritaires » lancé par le gouvernement afin d'orienter 130 000 chômeurs vers des emplois dits vacants. Un demandeur d'emploi sur deux est prêt à accepter une offre dans son département, 28 % dans sa région, 22 % dans toute la France. Près d'un sur trois (28 %) refuserait une offre en dehors de son agglomération.

Côté employeurs, un chef d'entreprise sur quatre déclare qu'il existe un ou plusieurs emplois dans son entreprise pour lesquels il ne trouve pas de collaborateurs. Pour plus de la moitié d'entre eux, c'est parce qu'ils ne trouvent pas les bonnes compétences.

Globalement, 96 % des demandeurs d'emploi jugent la formation professionnelle, dont la réforme vient d'être votée par le Parlement, importante pour leur permettre de retrouver un emploi. De leur côté, 80 % des salariés la décrivent comme importante pour leur maintien dans l'emploi.

L'immense majorité des actifs (91 %) estime que, dans les années à venir, de plus en plus de personnes exerceront plusieurs métiers différents au cours de leur vie professionnelle.

Enquête réalisée au mois de février, en ligne (pour les actifs) et par téléphone (pour les chefs d'entreprise) auprès d'un échantillon représentatif de 5 008 actifs français (salariés du privé, salariés du public et demandeurs d'emploi) et 508 dirigeants d'entreprise.

La représentativité de l'échantillon a été assurée par un redressement sur les variables âge, sexe, statut, région et situation professionnelle pour les actifs, taille de l'entreprise, secteur et région, pour les chefs d'entreprise.



ECOLE TECHNIQUE PRIVÉE D'ESTHÉTIQUE ET DE COIFFURE

“*Vicenta Formation*”

L'école propose :

● **des diplômes d'état :**

- CAP Esthétique - Cosmétique - Parfumerie
- CAP Coiffure
- Brevet Professionnel Esthétique
- Brevet Professionnel Coiffure

● **des formations professionnelles**

- Prothèses ongulaires
- Extension de cils
- Réflexologie plantaire
- Drainage esthétique
- Pierres chaudes
- Modelage corps
- Formation sur les appareils de bronzage



**Coiffure
&
Esthétique**

Rue des entrepreneurs - ZI Saint Joseph - 04100 MANOSQUE

Tél : 04 92 74 19 76 - FAX : 04 92 75 84 11- Email : vicenta.formation@orange.fr - Site : www.vicenta-formation.fr



EMPLOI FORMATION ■ ■

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

SALAIRES ET CHARGES (1/2): CE QUE VOUS POUVEZ DÉDUIRE

Dans une entreprise, les salaires, les cotisations sociales et les cotisations personnelles représentent l'un des postes de frais les plus lourds. Voici précisément ce que vous pouvez déduire à ce titre de votre résultat.

Toutes les sommes versées aux salariés au titre des salaires, d'indemnités ou d'avantages en nature sont déductibles du résultat de l'entreprise, à condition qu'elles ne soient pas excessives et qu'elles correspondent à un travail effectif.

Les charges de personnel déductibles de vos bénéfices regroupent l'ensemble des salaires versés à vos salariés, les charges sociales sur ces salaires, vos cotisations sociales si vous êtes dirigeant non-salarié, ou votre rémunération et vos cotisations sociales si vous êtes un dirigeant affilié au régime général.

SALAIRES DÉDUCTIBLES DES RÉSULTATS

Toutes les sommes versées aux salariés au titre des salaires, d'indemnités ou d'avantages en nature sont déductibles, à condition qu'elles ne soient pas excessives et qu'elles correspondent à un travail effectif. Si vous êtes dirigeant salarié (PDG de SA ou gérant minoritaire de SARL, par exemple), votre rémunération peut être déduite, ainsi que vos remboursements de frais et avantages en nature.

Une règle particulière s'applique aux jetons de présence, ordinaires ou spéciaux, versés aux administrateurs : ils ne sont déductibles que dans la limite de 5 % du résultat obtenu en multipliant le nombre des membres du conseil d'administration ou de surveillance par la moyenne des rémunérations déductibles des salariés les mieux rémunérés

de l'entreprise. On prend en compte les cinq salariés les mieux rémunérés lorsque l'effectif de l'entreprise est inférieur à deux cents personnes, les dix salariés les mieux rémunérés si l'effectif est supérieur.

Dans les sociétés employant moins de cinq salariés, la déduction des jetons de présence est limitée à 457 € par administrateur.

Par ailleurs, si vous êtes exploitant en nom propre, la rémunération de votre conjoint salarié peut être déduite en totalité si vous êtes marié en régime de séparation de biens, que vous soyez adhérent ou non d'un centre de gestion agréé. En revanche, cette déduction est plafonnée à 13 800 € si vous n'êtes pas adhérent d'un centre de gestion agréé et marié sous le régime de la communauté.

BON À SAVOIR : SI VOTRE CONJOINT TRAVAILLE AVEC VOUS À TEMPS PARTIEL, CETTE LIMITE DOIT ÊTRE AJUSTÉE AU PRORATA DU TEMPS PASSÉ.

CHARGES SOCIALES SUR LES SALAIRES

Les cotisations sur les salaires sont prises en compte en charges pour le calcul du bénéfice. Peuvent être déduites :

- les cotisations sociales patronales ;
- les cotisations versées à une caisse de retraite ou les pensions payées par l'entreprise pour d'anciens cadres ou dirigeants au titre d'un régime supplémentaire de retraite, à condition qu'il s'agisse d'un régime collectif de retraite mis en place dans l'entreprise, bénéficiant à tout le personnel ou à une ou plusieurs catégories de celui-ci ;
- les sommes versées au C.E. pour les œuvres sociales et, plus généralement, les dons et subventions effectués dans l'intérêt direct des salariés.

BON À SAVOIR : LES SOMMES VERSÉES AUX SALARIÉS AU TITRE DU CESU PRÉFINANÇÉ SONT ÉGALEMENT DÉDUCTIBLES DANS LA LIMITE DE 1 830 € PAR BÉNÉFICIAIRE.

DANS LA SECONDE PARTIE DE CET ARTICLE NOUS ABORDERONS LES CHARGES PERSONNELLES DE L'EXPLOITANT ET LES COTISATIONS DU CONJOINT COLLABORATEUR.

Votre expert-comptable est là pour vous aider dans cette démarche, n'hésitez pas à le contacter !

Votre expert-comptable, à votre disposition

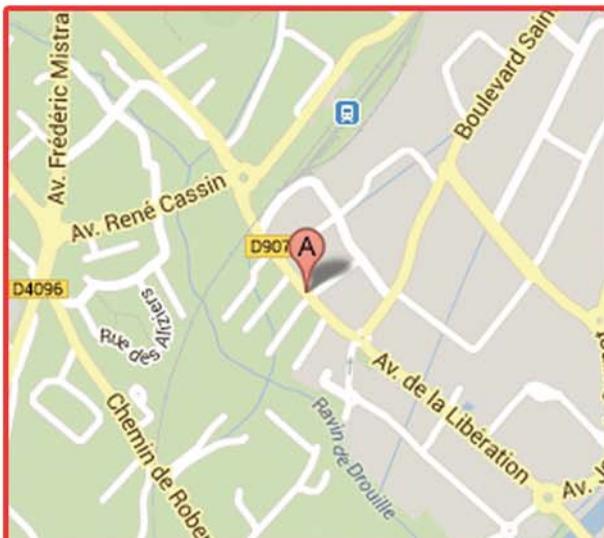
Alpes **Audit** Associés

Audit · Expertise · Conseil · Entreprise

VOTRE CONSEIL DE PROXIMITÉ EN MATIÈRE

*COMPTABLE
SOCIALE
INFORMATIQUE
JURIDIQUE
ADMINISTRATIVE
FINANCIÈRE
PATRIMONIALE*

POUR NOUS CONSULTER



Cabinet A2A

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

Cabinet AeA

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

Cabinet A2CE

2 Impasse de la source
13770 Venelles
Tél. : 04 42 54 15 66
a2cep@a2cep.com



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



Abordons un peu le piercing, cet article va vous décrire les différents piercings que l'on peut trouver au niveau de l'oreille.

Un piercing à l'oreille peut sembler anodin, mais il ne faut pas négliger le fait qu'une cicatrisation à cet endroit peut être assez longue, mais le plus important est de proscrire le pistolet — hormis pour le lobe — qui, par son action violente, peut causer des microfissures au niveau du cartilage et aussi amener des infections par un usage intensif.

Sachez aussi que même après cicatrisation, il ne faut pas trop jouer avec un piercing de cartilage, celui-ci étant toujours très fragile...

PIERCING HÉLIX

L'hélix est le bord de l'oreille qui forme une sorte de repli sur lui-même. Le piercing hélix est donc situé le long de cette corniche. On peut percer donc tout au long de l'oreille, et ainsi créer des combinaisons originales et intéressantes. Le piercing hélix peut s'avérer plus féminin que masculin. C'est un piercing qui peut être douloureux, étant donné qu'il est dans le cartilage.

Temps de cicatrisation du piercing hélix : 6 à 8 mois.

PIERCING ANTI-HÉLIX ET HÉLIX AVANT

Il existe deux dérivés du piercing hélix : le piercing anti-hélix et le piercing hélix avant (forward helix). Le piercing hélix avant est souvent confondu avec le piercing Daith. Il est une continuité de cette fameuse gouttière qui redescend le long du visage.

Temps de cicatrisation du piercing anti-hélix et hélix avant : 6 à 8 mois.

PIERCING INDUSTRIEL ET INDUSTRIEL VERTICAL

Le piercing industriel (ou piercing Scaffold) est un piercing qui, justement, peut trouver sa naissance au niveau de l'hélix et finir dans l'anti-hélix, le tout en diagonale de l'oreille. Il existe plusieurs versions, un peu plus verticales, en essayant de s'adapter à la forme de l'hélix.

Temps de cicatrisation du piercing industriel et industriel vertical : 6 à 8 mois.

PIERCING SNUG

Le piercing Snug, tout comme le piercing Rook, est plus rare. Il se situe au niveau du repli intérieur du cartilage qui forme une sorte de vague, dans la partie haute de l'oreille. Le piercing Snug peut faire assez mal parce qu'il passe deux fois dans un cartilage.

Temps de cicatrisation du piercing Snug : 3 à 12 mois.

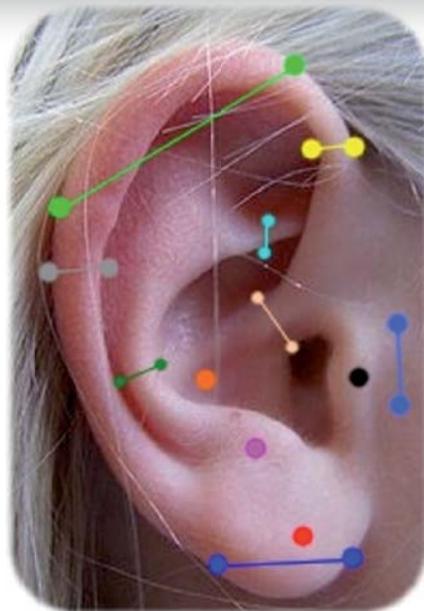
PIERCING CONCH

Le piercing Conch (également appelé piercing Shell) se trouve à hauteur du milieu de l'oreille et à l'intérieur de celle-ci. Il est à l'entrée du canal auditif, dans la partie plate. Le nom du piercing Conch vient de cette ressemblance de cette partie de l'oreille avec un coquillage, la conque (coquillage utilisé comme instrument à vent), appelée conch en anglais.

Temps de cicatrisation du piercing Conch : 4 à 6 mois.

DE PIERCINGS

- Industriel
- Hélix
- Anti-hélix
- Rook
- Daith
- Conch



- Snug
- Tragus
- Tragus inversé
- Anti-tragus
- Lobe
- Transversal

PIERCING DAITH

Le piercing Daith est placé dans le repli du cartilage au-dessus du conduit auditif de l'oreille, derrière le tragus. C'est un piercing plutôt rare qui nécessite, en raison de son manque d'épaisseur, une pose de bijoux de taille inférieure (1,2 mm).

Temps de cicatrisation du piercing Daith : 3 à 12 mois.

PIERCING TRAGUS ET ANTI-TRAGUS

Le piercing tragus est l'un des piercings les plus répandus. Il se situe sur le petit triangle de cartilage qui couvre le canal auditif de l'oreille. Le piercing anti-tragus se trouve quant à lui sur le cartilage qui s'oppose directement à celui du piercing tragus, juste au-dessus du lobe de l'oreille.

Temps de cicatrisation des piercings tragus et anti-tragus : 2 à 12 mois.

PIERCING LOBE ET LOBE HORIZONTAL

Le piercing lobe est le piercing le plus commun, c'est tout simplement là où l'on met les boucles d'oreilles. C'est le seul piercing qui peut se faire au pistolet, car les risques d'infection sont assez minimes au niveau

du lobe et parce qu'il n'y a pas de cartilage. Le piercing lobe est un piercing qui peut se stretch (s'écarter) pour pouvoir y mettre un bijou de type plug ou tunnel jusqu'à des diamètres assez grands. Il existe aussi le piercing lobe horizontal (ou transversal lobe) qui traverse complètement et horizontalement le lobe.

Temps de cicatrisation des piercings lobe et lobe horizontal : quelques semaines, relativement rapide.

NETTOYEZ VOTRE PIERCING

Au préalable, lavez-vous toujours les mains avant toute manipulation. Utilisez, si vous le désirez, un nettoyant à base de savon neutre. Rincez, essuyez et séchez votre piercing, puis utiliser un sérum physiologique pour permettre une cicatrisation plus efficace. Quel que soit votre piercing, n'hésitez pas, en cas de doutes, à contacter votre pierceur qui ne manquera pas de vous accompagner tout au long de votre parcours...

Immortal Kares
TATOUAGE • PIERCING

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

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



22^{ème} ÉDITION VILO NOVO

Texte et photos : Vilo Novo

Le dimanche 6 avril aura lieu la 22e course nature Vilo Novo. Organisé par le comité des fêtes de Villeneuve avec le soutien du cycloclub de la commune de Villeneuve, ce mini-trail de 10,5 kilomètres sur les sentiers, en colline et en forêt, est devenu le rendez-vous incontournable des coureurs de la région.

Créée en 1992 par Jean-François Gil, enfant du village, la Foulée villeneuvoise a fait vivre des courses magnifiques, attirant les grands noms de la course à pied française tels que Tony Martin, recordman du 10000 mètres, ou étrangère (Maroc, Hongrie...). Puis à partir de 2001, l'organisation passe de main en main jusqu'en 2007 où la Vilo Novo remplacera la Foulée villeneuvoise.

Anciennement programmée au mois d'août, elle se déroule dorénavant au printemps (pour plus de fraîcheur !).

Le record de participation est à mettre à l'actif de la 21e édition, l'an passé, avec 272 finishers.

PROCHAINE ÉDITION, LE DIMANCHE 6 AVRIL 2014

Cette année, 1 euro par coureur sera reversé à l'association Dunes d'espoir (Joëlettes au service d'enfants handicapés).

PARCOURS

Un kilomètre dans le village puis une boucle vallonnée de 9,5 kilomètres sur routes (40 %), chemins et sentiers (60 %) avec 190 mètres de dénivelé. Deux animations pour les enfants, 500 et 1 000 mètres dans le village (gratuit).

DISTANCE PAR CATÉGORIE

10,6 km : Hommes et femmes de cadet à vétéran 4
1 000 m : benjamins, minimes
500 m : poussins, débutants

RÉCOMPENSES

Un souvenir aux 300 premiers inscrits
Tirage au sort : 1 VTT + lots, présence obligatoire
Dotation : coupes, produits régionaux (sans cumuls de récompenses).
— 5 premiers de la course (au scratch)
— 3 premiers de chaque catégorie, H/F (S, V1, V2, V3, V4)
— Premier, catégorie cadet, junior, espoir
— 3 premiers clubs sur 4 coureurs (1re équipe, lots d'une valeur de 80 €)
— Challenge du nombre
— 3 premiers Villeneuvois résidents— Challenge Vilo Novo (première association ou entreprise de Villeneuve)

CONTACTS :

Jean-Marie SEMINI
12 rue du Coulet - 04180 Villeneuve
Tél. mobile : 06 34 38 14 67
Tél. domicile : 04 92 72 19 09
Mail : organisation@vilonovo.fr
<http://www.vilonovo.fr>



DIMANCHE 13 AVRIL RANDO VTT DES FONTAINES PEYRUIS

Départ à partir de 7 h 30 pour le VTT (parcours sportif), 8 h 30 (parcours familial) et 9 h 30 (parcours découverte) pour la randonnée pédestre.

La 12e édition de la rando VTT des Fontaines devrait encore satisfaire les mordus de VTT. Trois parcours VTT inédits (10, 20 et 35 kilomètres) sont en effet proposés, ainsi qu'une randonnée pédestre (trois parcours, nombre limité de participants). Ces circuits ludiques, comportant une fois de plus de nombreux sentiers monotraces, traverseront les magnifiques paysages du Val de Durance. Adrénaline et sensations fortes garanties ! De copieux ravitaillements, essentiellement composés de produits locaux, permettront à chacun de reprendre des forces. Grillades à l'arrivée. Il est possible de se préinscrire (10 €) sur www.velo101.com ou par voie postale en renvoyant le bulletin d'inscription avant le 8 avril. Sur place le jour même (13 €). Randonnée pédestre, 7 €. À noter qu'il s'agit d'une randonnée non chronométrée. Ouverte à tous, les enfants de moins de 12 ans doivent être accompagnés d'un adulte. Organisée par le foyer rural de Peyruis (section VTT, section randonnée pédestre).
Contact : vttpeyruis@neuf.fr

DIMANCHE 27 AVRIL DUATHLON EN DURANCE SAINT-AUBAN

À l'espace Grabinsky à Saint-Auban, inscriptions sur place jusqu'à 9 h, départ à 9 h 30. Parcours « 100 % nature » de 20 kilomètres, composé d'une boucle de 5 kilomètres de course à pied, suivie d'une boucle de 10 kilomètres à VTT et finissant par une boucle de 5 kilomètres de course à pied. L'épreuve solo se court en individuel, le coureur enchaîne les boucles. Le relais se court en équipe de deux, un coureur et un vététiste, alternant les boucles. 10 € en préinscription jusqu'au 24 avril, (aventuressportsnature@orange.fr), 12 € le jour même. Épreuve ouverte aux moins de 16 ans sur présentation d'une autorisation parentale. Plus d'infos sur le site www.asn04.fr.
ASN : 06 71 26 53 45

VOTRE ÉVÉNEMENT SPORTIF

SUR LA 1^{ÈRE} WEBTV DU DÉPARTEMENT



SPORT & GO

Les équipes de MOUV'IN.TV viennent sur votre événement pour réaliser un reportage et le diffuser sur

WWW.MOUVIN.TV

GRATUIT*

*voir conditions



COMMENT PARAÎTRE ?

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

MANOSQUINS À L'

NICOLAS AMOROSO à Wanaka (Nouvelle-Zélande)



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

OÙ HABITES-TU ?

Wanaka, New Zealand.

DEPUIS QUAND ?

Je suis arrivé en Nouvelle-Zélande fin janvier 2013, j'ai visité le pays en van pendant trois mois, puis j'ai découvert cette ville par hasard dans l'île du Sud qui a été un véritable coup de cœur en avril 2013. Je devais y rester deux semaines, dix mois plus tard j'y suis encore !

QUELLES SONT LES RAISONS DE TON DÉPART ?

Envie de voyager à l'autre bout du monde, apprendre l'anglais, exercer ma passion de la photographie... Puis j'ai toujours été passionné par l'idée de prendre mon sac et la route. Dur à expliquer, un certain besoin d'ailleurs, et de rencontres en tout genre.

QUE FAIS-TU ?

En arrivant, je ne parlais pas anglais, dur dur... Mis à part « hello » et « give me a beer », je patageais littéralement. J'ai commencé à faire des petits boulots comme plongeur dans un restaurant, peintre, ponceur de bois... Mon anglais s'améliorant, je suis aujourd'hui serveur dans un restaurant à Lake Hawea, petite ville à dix kilomètres de Wanaka, ce qui me permet de pratiquer tous les jours mon anglais. C'est une très bonne expérience de vie.

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

La tradition matinale c'est le café ! Les Kiwis (surnom des Néo-Zélandais) en raffolent, à la maison ou en terrasse en ville. Les journées s'orientent généralement autour du sport ou des balades dans les alentours, au bord du lac ou dans les montagnes, ce pays regorge de sentiers en tout genre, le bonheur pour les randonneurs.

COMMENT OCCUPES-TU TON TEMPS LIBRE ?

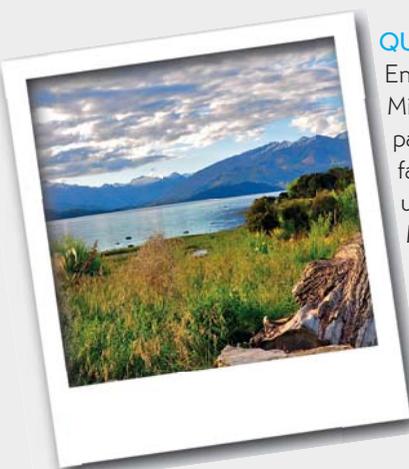
Wanaka est une ville très sportive, bordée par un lac du même genre qu'Annecy en France, et les montagnes en toile de fond. L'été (de décembre à mars), tu peux profiter de l'eau et l'hiver (de juin à septembre), des joies d'une journée au ski. Le vélo, le bateau, la pêche, flâner en terrasse au bord de l'eau, partir le week-end en direction de l'océan Pacifique ou de la mer de Tasman (deux heures de route), faire un trek et passer la nuit dans un refuge perdu dans les montagnes... la liste est longue. Sortir le soir entre amis, ce n'est pas très différent de ma vie à Manosque sur certains points, mais le cadre est plus agréable. C'est comme si tu mixais Annecy et les gorges du Verdon, pour te donner une idée.

QUEL TEMPS FAIT-IL EN CE MOMENT ?

C'est l'été, bébé ! Short et tong pour aller au boulot, le pied ! Et passer Noël et le réveillon en maillot de bain, ça, c'était le must !

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

Leur accent en premier, incompréhensible pour un novice comme moi ! L'accueil, aussi, exemplaire, très chaleureux, ils sont toujours prêts à donner un coup de main en toute situation. Et la mode du flatmate ! La colocation fait partie intégrante de la mode de vie kiwi. Parfait pour s'intégrer, se faire de nouveaux amis et améliorer son anglais.



ÉTRANGER

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

« S'up mate ? », qui est une contraction de « what's up mate ? », « quoi d'neuf, mon pote ? ».

LE PLAT TYPIQUE ?

Les habitudes alimentaires des Kiwis sont copiées sur le mode anglo-saxon. La nourriture la plus présente est les meat pies (sorte de tarte à la viande, le plat typique néo-zélandais), le pain de mie, le fromage, type cheddar, et la viande en tout genre : les ribs (porc), le bœuf, le poulet et l'agneau. Ils ont aussi des moules vertes, énormes ! Pour les légumes, ils consomment en grande quantité les citrouilles et les kumaras (sorte de patates douces), délicieux ! Ah oui ! j'oubliais, le café ! Ils en sont dingues ! Tu verras rarement un Kiwi conduire sans son gobelet le matin pour aller bosser !

LA BOISSON LOCALE ?

La bière, comme tous les pays anglo-saxons, je suppose. Les plus connus sont la Speight, la Steinlager. Trouver une bouteille de Ricard est un vrai challenge, et quand tu y arrives, c'est genre 60 dollars la bouteille ! Dur pour un sudiste !

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

Les amis et la famille pour ne vexer personne ! La pétanque et le Ricard, et le bon fromage de chez nous ! Première chose en rentrant : une tartiflette !

LE RETOUR, C'EST POUR QUAND ?

Je quitte la Nouvelle-Zélande fin février pour rejoindre des amis en Asie, puis je commence une formation de réalisateur-reporter d'images entre mars et avril, qui se déroulera en partie en France et en partie en Inde.

Durant mon voyage, j'ai eu la chance de me lier d'amitié avec des personnes de différents horizons, comme la Chine, la Birmanie, l'Inde... et je suis invité à les rejoindre pour découvrir leur pays quelque temps, donc à méditer... Faire un arrêt en Europe de l'Est fait également partie de mes projets.

UNE PHRASE POUR VALORISER WANAKA ET INCITER LES GENS À Y VENIR ?

Wanaka est à l'image de la Nouvelle-Zélande, une ville relax, sportive, accueillante, animée. En un mot : vivante.

CE QUE LES GENS NE SAVENT PAS DE WANAKA ?

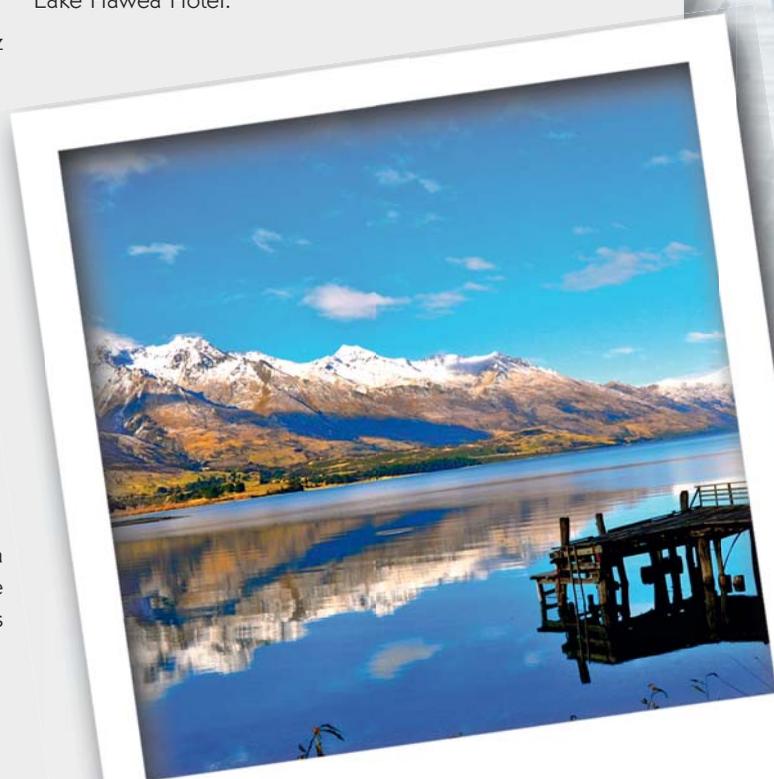
Wanaka est située à un carrefour, tu peux rejoindre Queenstown — réputée mondialement pour le sport extrême — à une heure de route au sud, le mont Cook au nord pour le trekking, l'océan Pacifique à l'est et la mer de Tasman à l'ouest en deux heures de route. Bref, cette ville, déjà awesome, donne accès à tout genre d'activités à proximité. Tu ne t'ennuies jamais !

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

Outdoor is everything, ce qui veut dire qu'ils passent la majorité de leur temps dehors, profiter de leur pays, du sport... et très souvent pieds nus, n'importe où, genre pendant qu'ils font leurs courses... Ça m'éclate ! La bière aussi fait partie de leurs coutumes, une anecdote : j'étais chez le coiffeur un jour, et l'employé me propose une bière locale pendant qu'il me coupait les cheveux. Tu n'espères qu'une chose à ce moment : c'est que lui n'ait rien bu avant !

PRÉCISE-MOILE NOM DE LA BOÎTE POUR LAQUELLE TU BOSSES ?

Lake Hawea Hôtel.





12 œufs – 1 petite truffe noire
1 cuillère à soupe de crème fraîche
80g de beurre en morceaux
sel – poivre du moulin



8 côtelettes d'agneau
6 cuillères à soupe d'huile d'olive
3 aubergines coupées en cubes
2 gousses d'ail pelées
10g de gingembre râpé
1 cuillère à soupe de curry en poudre
1 cuillère à café de graines de coriandre
sel – poivre du moulin

OEUF S BROUILLÉS À LA TRUFFE

POUR 6 PERSONNES
CUISSON : 10 MINUTES
PRÉPARATION : 15 MINUTES

- › Dans un saladier, cassez les œufs, en prenant soin de ne pas abîmer les coquilles de manière à pouvoir les utiliser comme contenant. Lavez délicatement les coquilles vides, séchez-les et réservez-les dans des coquetiers.
- › Brossez la truffe sous l'eau froide. Essuyez-la et émincez-la finement. Réservez 6 lamelles entières, puis hachez finement le reste.
- › Dans une casserole, battez les œufs en omelette au bain marie, puis ajoutez la truffe hachée, la crème fraîche et salez légèrement. Faites cuire pendant 8 minutes, sans cesser de fouetter jusqu'à l'obtention d'une crème épaisse sans grumeaux.
- › Hors du feu, continuez à mélanger les œufs pendant 2 minutes, en incorporant progressivement le beurre. Répartissez aussitôt les œufs brouillés à la truffe dans les coquilles vides et décorez chaque œuf d'une lamelle de truffe réservée et servez aussitôt.

AGNEAU KORMA AUX AUBERGINES

POUR 4 PERSONNES
CUISSON : 20 MINUTES
PRÉPARATION : 20 MINUTES

- › Dans une grande poêle, faites dorer les côtelettes rapidement sur leurs deux faces dans 2 cuillères à soupe d'huile. Retirez-les, laissez-les en attente sur une assiette.
- › Versez les 2 cuillères à soupe d'huile restante dans la poêle et faites dorer les aubergines. Ajoutez l'ail pressé et le gingembre et mélangez soigneusement. Posez les côtelettes sur les aubergines en les enfonçant légèrement.
- › Saupoudrez de curry et des graines de coriandre, salez et poivrez. Couvrez, baissez le feu et laissez mijoter pendant 20 minutes.
- › Servez les côtelettes avec leur garniture d'aubergines.



**1 cuillère à soupe de café instantané –
4 œufs – 50g de sucre roux en poudre
– 400g de chocolat noir fondu – 120g
de crème aigre – 75g de farine à levure
incorporée – 60mL de liqueur de café
– 150g de pastilles au chocolat noir
fondues – 400mL de crème fraîche
épaisse – 1 cuillère à soupe de sucre
glace – 2 cuillères à soupe de liqueur de
café en supplément – 2 cuillères à café
de cacao en poudre – quelques petits
œufs en chocolat**

CAPPUCINOS AU CHOCOLAT

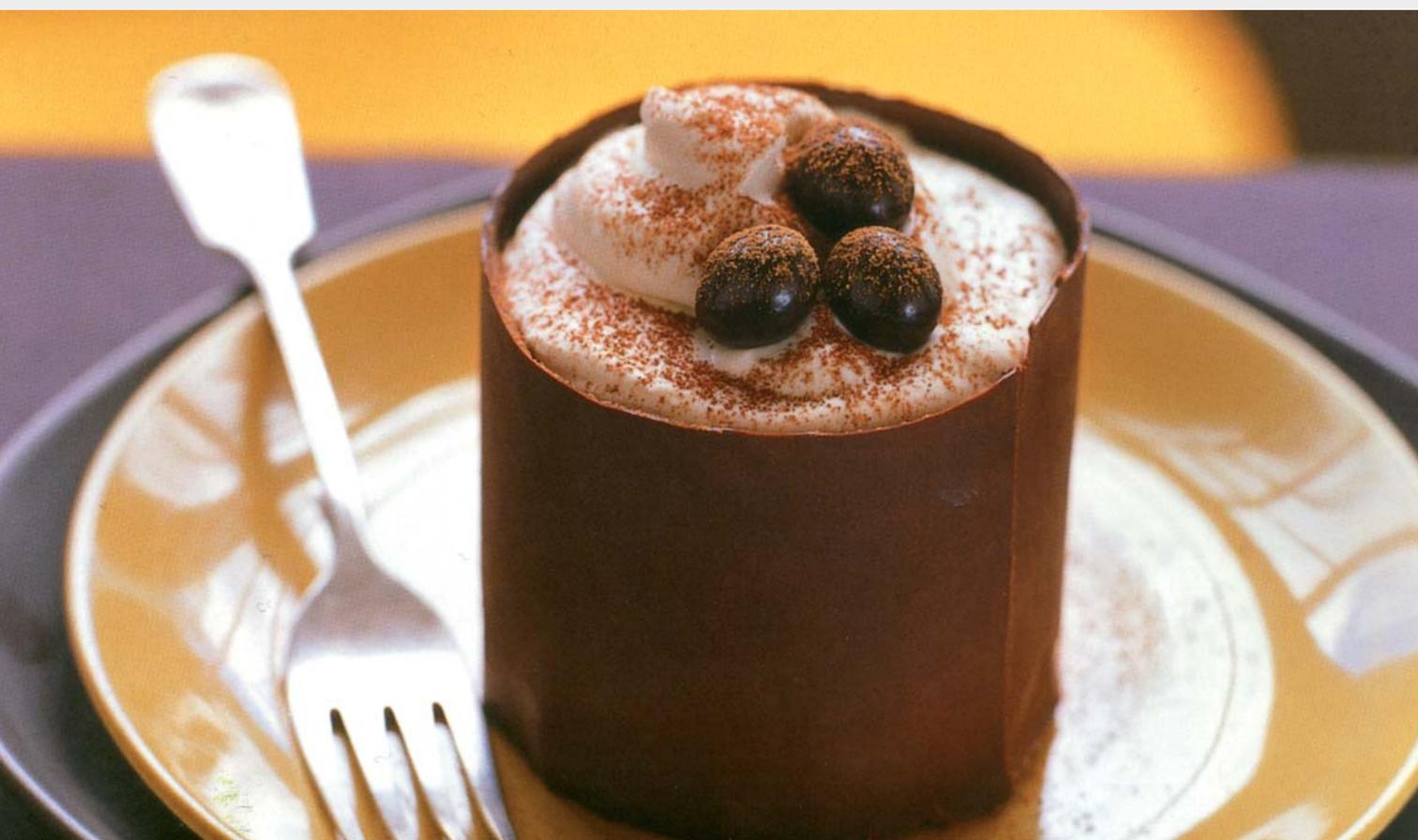
POUR 8 PERSONNES
CUISSON : 25 MINUTES
PRÉPARATION : 30 MINUTES

> Préchauffez le four à température moyenne (180 -200°). Graissez 2 moules à gâteau rectangulaires et tapissez le fond et les côtés de papier sulfurisé. Faites dissoudre le café dans 60mL d'eau chaude, puis laissez refroidir. Battez les œufs et le sucre dans un bol jusqu'à l'obtention d'un mélange épais ; transvasez dans un saladier. Incorporez le café, le chocolat noir, la crème aigre et la farine.

> Étalez la préparation dans les moules et faites cuire 25 minutes à four moyen. Laissez refroidir, puis démoulez. Découpez huit cercles à l'aide d'un emporte-pièce de 7 cm de diamètre : badigeonnez-les de liqueur sur un seul côté.

> Coupez huit bandes de papier sulfurisé de 12cm x 24cm. Pliez chaque bande en deux dans le sens de la longueur ; repliez une des extrémités sur 1 cm pour tenir le papier quand vous décollerez le chocolat. Étalez une bande sur une feuille de papier sulfurisé : à l'aide d'une spatule, étalez les pastilles. Soulevez délicatement le rectangle de chocolat ainsi obtenu pendant qu'il est encore tendre et ajustez-le autour d'une base de gâteau. Répétez l'opération avec le reste des ingrédients. Laissez reposer à température ambiante jusqu'à ce que le chocolat soit figé, puis retirez délicatement le papier sulfurisé.

> Fouettez la crème et le sucre glace jusqu'à l'obtention d'un mélange ferme ; incorporez la liqueur de café supplémentaire. Déposez cette préparation sur les gâteaux au chocolat ; saupoudrez de cacao tamisé. Décorez avec quelques petits œufs en chocolat.



MOUV'IN.TV

Les vidéos visibles ce mois-ci

www.mouv'in.tv



SPORT AND GO

2nd ÉDITION MASTERCLASS

2 jours de sports, de fitness, d'activités de nature, un spectacle, une fabuleuse soirée, le tout en image pour revivre cet événement et cette ambiance !



C'EST QUOI TON SPORT ?

CROSSFIT - GUS'S GARAGE

Pour cette nouvelle émission de Mouv'in.tv, nous vous faisons découvrir la discipline du CROSSFIT, coaché par Guillaume Daumas dans les locaux de Gus's Garage à Manosque.



CA PART EN LIVE

ÉMISSION FRÉQUENCE KITCH

Invité par l'équipe de l'émission Fréquence Kitch sur Fréquence Mistral Sisteron, nous avons décidé de sortir les caméras pour immortaliser la soirée et vous faire revivre les meilleurs moments.



CULTUR'ART

ÉRIC LAURENT - ARTISTE PEINTRE

Rencontre avec Éric Laurent, peintre à ses heures et artiste au quotidien, ou l'inverse, découverte de ses oeuvres et de son parcours.



PRÊTE MOI TON JOB

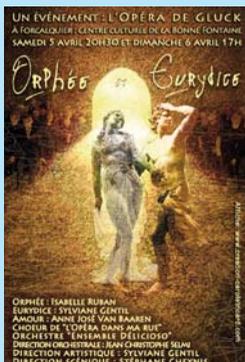
IMMORTAL KARESS

Pour la première de cette nouvelle émission, découvrez l'univers du tatouage. Gérard et Stéphane nous ont prêté leur métier le temps d'une journée. Découverte...

À NE PAS MANQUER

FOIRE INTERNATIONALE DE L'ISLE-SUR-LA-SORGUE du 18 au 21 avril 2014

Un événement à ne pas manquer, à seulement quelques minutes de notre département. Depuis 1920, L'Isle-sur-la-Sorgue accueille les chineurs du monde entier lors de ses foires annuelles consacrées aux antiquités et à la brocante. La ville se transforme alors en un grand marché de l'art à ciel ouvert, déclinant quatre pôles d'expositions majeures : antiquité et brocante, livres anciens, art contemporain, design et décoration. Plus de deux cents exposants venus des régions françaises et d'Europe, associés aux 250 boutiques d'antiquités, d'art et décoration de la ville, exposent leurs plus belles marchandises dans le parc Gautier, sur les quais de la Sorgue, dans les villages d'antiquaires et dans les rues. Des experts sont à la disposition des professionnels et des chineurs pour les renseigner sur l'origine et l'authenticité des objets présentés sur la foire. Profitez-en également pour découvrir ce magnifique village.



ORPHÉE ET EURYDICE DE GLUCK Les 5 et 6 avril à Forcalquier, salle Bonne-Fontaine

L'association reillannaise Rue du Planet présente son deuxième opéra

: Orphée et Eurydice, de Gluck, les 5 et 6 avril à Forcalquier. « Faire connaître et aimer l'opéra dans nos villages, pour donner accès à tous les publics à cet art complet, qui fait appel à tous les sens, est la mission de cette association, sous la responsabilité artistique de Sylviane Gentil. »

Orphée et Eurydice, en français, retrace le mythe d'Orphée descendu aux enfers pour chercher son épouse Eurydice et la ramener sur terre. Il y parviendra grâce à la force de sa musique, mais une condition très difficile à tenir lui est imposée : ne pas se retourner ni regarder Eurydice jusqu'à son retour dans le monde des vivants...

Avec ses trente-cinq choristes sur scène, des solistes professionnels, un orchestre de magnifiques musiciens, sous la direction de Jean-Christophe Selmi, ce spectacle est un ravissement pour les yeux et les oreilles. Un rendez-vous à ne pas manquer ce printemps.

RÉSERVATION :

office du tourisme de Forcalquier, 04 92 75 10 02
www.rueduplanet.fr

HOROSCOPE



BÉLIER
21/03 - 20/04

Avec le printemps, il est grand temps pour vous de vous refaire une santé, santé physique, mais également psychologique, car l'hiver fut difficile et trop long à vos yeux. Le climat familial retrouve son calme initial.



TAUREAU
21/04 - 21/05

C'est la bonne humeur qui vous caractérise. Toujours prêt comme les scouts pour passer un moment agréable avec vos amis. La famille en fait souvent son cheval de bataille, pensant que vous n'êtes pas présent pour elle. Pourtant il n'en est rien.



GÉMEAUX
22/05 - 21/06

Vous êtes subitement dans le doute, l'expectative d'un possible changement, les discussions au sein de votre travail vous inquiètent et pourtant vous n'êtes pas dans le collimateur de la société.



CANCER
22/06 - 22/07

Au lieu d'être bougon, de toujours critiquer les autres, il serait temps de voir qui vous êtes vraiment. Si vous adoptez en ce mois qui débute une attitude zen et sympathique, vous rallierez le monde à vous.



LION
23/07 - 23/08

Enfin, vous vous sentez estimé, nécessaire dans la tâche qui vous tenait à cœur, et pour laquelle vous avez mis toute votre énergie, challenge réussi, l'investissement est payant. Persévérez dans cette direction.



VIERGE
24/08 - 22/09

Les projets tant attendus voient enfin le jour et vont bon train, ce qui vous donne une pêche d'enfer, un véritable renouveau se lit sur votre visage. Vos habitudes ne sont plus qu'un souvenir et là, il était temps.



BALANCE
23/09 - 23/10

Beaucoup de personnes comptent sur votre organisation professionnelle pour mener à bien leurs tâches, mais là, la coupe est pleine et vous décidez, ce mois, de jouer la carte du cavalier seul. Votre foyer est primordial à vos yeux.



SCORPION
24/10 - 22/11

Ce sera un mois rempli d'imprévu en tous genres, imprévus qui vous redonneront la niaque, celle d'être un gagnant. Votre partenaire sera satisfait de votre changement d'attitude à son égard, car vous lui semblerez plus tendre, plus disponible.



SAGITTAIRE
23/11 - 21/12

Ah, l'amour ! vaste programme pour vous, ami Sagittaire, un peu gauche pour vous dévoiler totalement, mais votre timidité légendaire ou votre besoin de calme vous paralysent souvent.



CAPRICORNE
22/12 - 20/01

La tranquillité n'est pas votre fort et pourtant cette semaine, vous avez choisi de l'être et d'aller de l'avant. Piano, piano ! Vos projets doucement prennent corps et cela vous rassure. Votre vie de couple est à son apogée.



VERSEAU
21/01 - 18/02

Vous êtes en pleine prise de conscience, les astres vous donnent le chemin à suivre et vous savez au fond de vous que rien ni personne ne pourra vous écarter du chemin que vous vous êtes fixé.



POISSONS
19/02 - 20/03

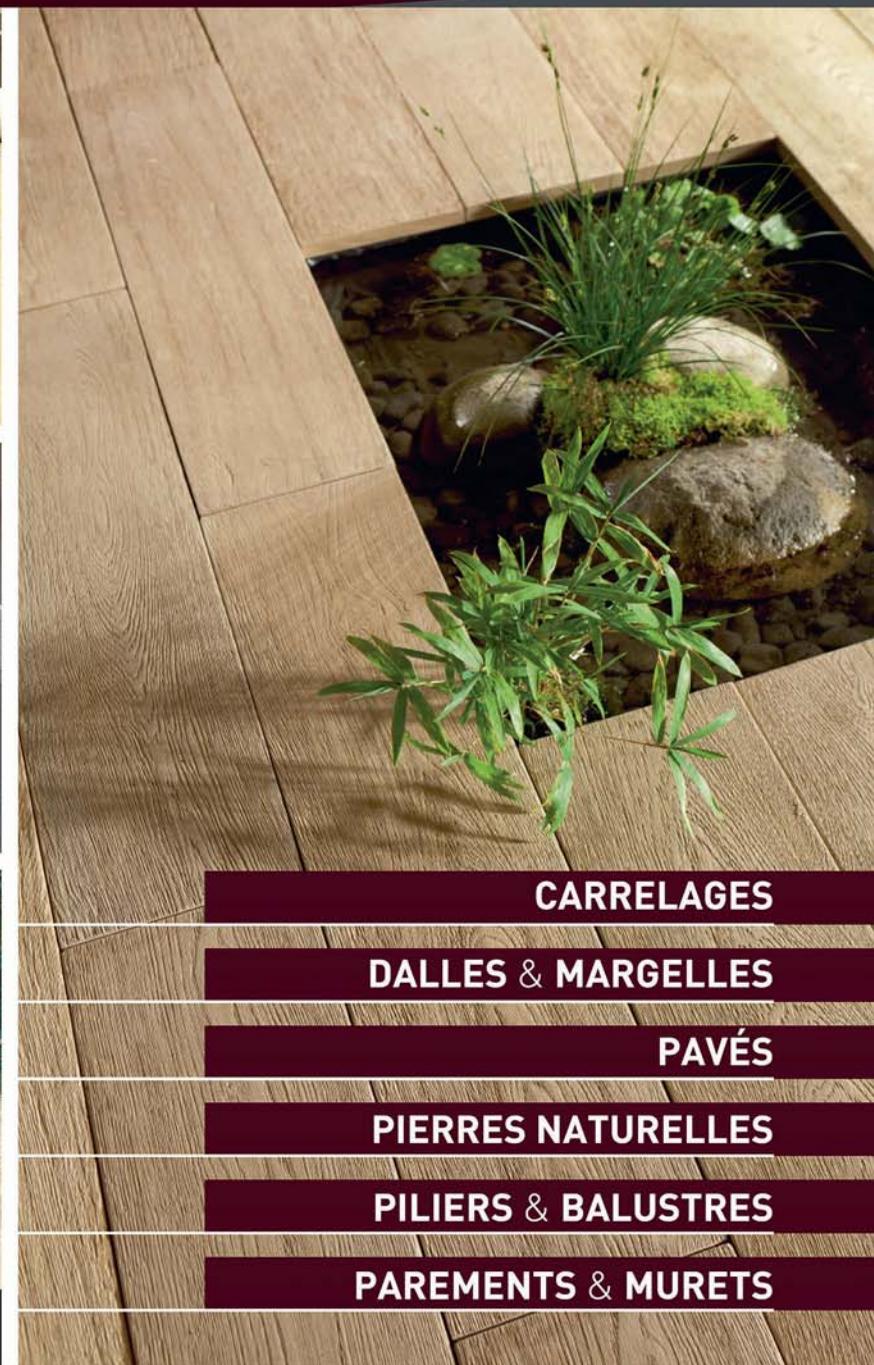
Un mois sans faute, sans contretemps, sans difficulté, un véritable paradis pour vous qui, depuis de nombreuses semaines, étiez sur des charbons ardents. Le calme revient dans votre vie, mettant votre foyer au vert.

TENDANCES

L'INSPIRATION DE VOTRE HABITAT

by *SIMC*

CARRELAGES & AMÉNAGEMENTS EXTÉRIEURS



CARRELAGES

DALLES & MARGELLES

PAVÉS

PIERRES NATURELLES

PILIER & BALUSTRES

PAREMENTS & MURETS

1400 m²,

D'AMBIANCES, D'IDÉES, DE SOLUTIONS

82, bd. Saint-Joseph - 04100 **MANOSQUE**

Tél. : 04 92 70 15 00 - www.materiaux-simc.fr

SIMC
Depuis 1945
Le bon point des matériaux