

#140 • DÉCEMBRE 19 - JANVIER 20
www.mouv-in.com



GRATUIT
ALPES-DE-HAUTE
PROVENCE

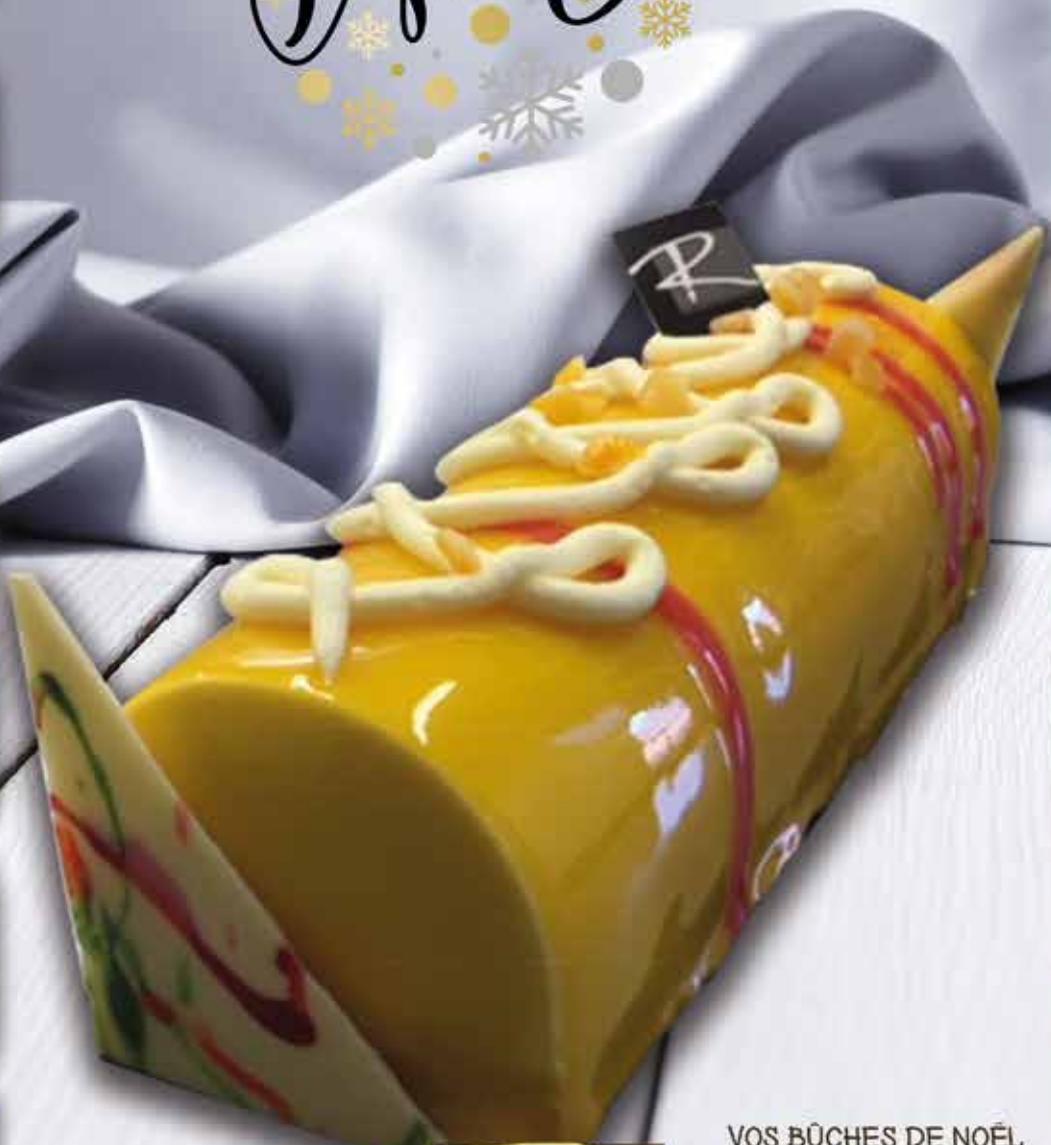
14 ANS

JOYEUX

Noël

ACTU + CINE + ARTISTE + SPECTACLE + EXPO + ASSOCIATION + COMMERCE + SPORT + ANNUAIRE RESTO

MOUV-IN



VOS BÛCHES DE NOËL

ROUGER

MANOSQUE | PIERREVERT
Avenue Jean Giono | Place du 19 Mars 1962

NUMÉRO SPÉCIAL FÊTES

IDÉES CADEAUX

LES SORTIES DU MOIS

joël vilcoq
chocolatier
confiseur

La chocolaterie Joël Vilcoq vous propose :
Chocolats, Confiseries, Bûches, Biscuits,
Macarons, Glaces, Dragées...



62 rue Grande 04100 Manosque
Tél. 04 92 72 00 58
<http://joel-vilcoq-chocolatier.fr>

#140 ● 14^{ème} SAISON
DECEMBRE 2019
JANVIER 2020

MAGAZINE MOUV'IN

ÉDITÉ PAR L'AGENCE SOF'COMMUNICATION
EUR LAU CAPITAL DE 5000€
RCS MANOSQUE 851 680 702
QUARTIER MERINE
04410 SAINT-JURS
ISSN : 1953-7727 - DÉPÔT LÉGAL À PARUTION

NE PEUT ÊTRE VENDU // NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE
TOUTE REPRODUCTION, MÊME PARTIELLE, EST INTERDITE
(ART. L.335 À L.335-10 DU CODE DE LA PROPRIÉTÉ INTELLECTUELLE)

DIRECTRICE DE PUBLICATION
& RÉDACTRICE EN CHEF

SOPHIE GUIOU

06 11 64 30 54

contact@mouv-in.com

GRAPHISME & IMPRESSION
AGENCE SOF'COMMUNICATION
QUARTIER MERINE
04410 SAINT-JURS
contact@sofcommunication.com

PUBLICITÉ // PARTENARIAT

06 11 64 30 54

contact@mouv-in.com

www.mouv-in.com

Édito

La fin d'année se rapproche ... Les décors de Noël sont déjà en place et petit à petit l'atmosphère devient festive. Le mois de décembre avec son lot d'illuminations et d'animations fait pétiller les yeux des plus petits comme des plus grands. Il présage, comme tous les ans, des cadeaux au pied des sapins, mais... ces cadeaux n'arriveront pas seuls et souvent décembre est le lancement de la course aux cadeaux !

Pour certains d'entre nous, c'est un véritable casse-tête. Qui n'a jamais posé la fameuse question : « Mais qu'est-ce qu'on va lui offrir ? ».

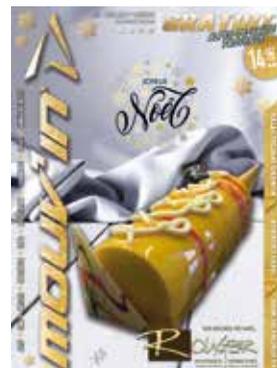
Si vous êtes en panne d'idées pour trouver LE cadeau idéal qui plaira à tous les coups, vous trouverez j'en suis sûre l'inspiration dans ce numéro « Spécial Fêtes ».

En parcourant ce numéro vous pourrez aussi profiter de la période de l'avent en découvrant les animations proposées à Manosque ou encore à Oraison. Vous trouverez comme d'habitude votre agenda des sorties, pour Décembre et Janvier. Et oui, nous marquons nous aussi une petite pause pour revenir en pleine forme en Février avec le cahier « Sport & Go ».

Alors, en attendant, je vous souhaite une bonne lecture ainsi qu'à tous et à toutes d'excellentes fêtes de fin d'année en compagnie de vos proches, familles, amis...

Et comme on dit chez nous « Bon bout d'an et à l'an que ven ! »

Sophie Guiou



40 000 LECTEURS / MOIS
500 POINTS DE DÉPÔTS
MENSUELLEMENT INDISPENSABLE !

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



FENÊTRES, PORTES, STORES,
VOLETS SUR-MESURE

DU 17 JANV. AU 3 FÉV. 2020

150€
OFFERTS
par tranche de
1000€
D'ACHAT SUR TOUS LES PRODUITS⁽¹⁾

(1) Offre non cumulable avec toute autre promotion.
Hors travaux réalisables, pose, dépannage, devis et commande en cours.

MANOSQUE 04 92 72 54 94 | AIX-EN-PROVENCE 04 42 21 02 61
VOTRE SHOWROOM KOMILFO
STORES ET FERMETURES PROVENÇALES

 **kamilfo**
Votre conseiller stores et fermetures

DÉCOUVREZ LES SORTIES DE DECEMBRE 2019 & JANVIER 2020
à visionner dans le cinéma de votre choix !

SORTIE LE 4 DÉCEMBRE



BROOKLYN AFFAIRS

Policier

Avec : Edward Norton, Gugu Mbatha-Raw, Alec Baldwin

New York dans les années 1950. Lionel Essrog, détective privé souffrant du syndrome de Gilles de la Tourette, enquête sur le meurtre de son mentor et unique ami Frank Minna. Il découvre des secrets dont la révélation pourrait avoir

des conséquences sur la ville de New York...



LE MEILLEUR RESTE À VENIR

Comédie dramatique

Avec : Fabrice Luchini, Patrick Bruel, Zineb Triki

Suite à un énorme malentendu, deux amis d'enfance, chacun persuadé que l'autre n'a plus que quelques mois à vivre, décident de tout plaquer pour rattraper le temps perdu.

SORTIE LE 18 DÉCEMBRE



STAR WARS L'ASCENSION DE SKYWALKER

Avec : Daisy Ridley, Adam Driver, Oscar Isaac

La conclusion de la saga Skywalker. De nouvelles légendes vont naître dans cette bataille épique pour la liberté.



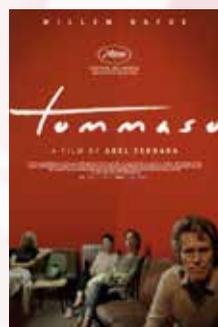
EMMA PEETERS

Comédie dramatique

Avec : Monia Chokri, Fabrice Adde, Stéphanie Crayencour

Emma Peeters va avoir 35 ans. Après des années de galère à Paris à essayer de devenir actrice, elle décide de se suicider pour réussir quelque chose dans sa vie. Elle rencontre Alex Bodart, un employé de pompes funèbres un peu bizarre qui va proposer de l'aider.

SORTIE LE 8 JANVIER



TOMMASO

Drame

Avec : Willem Dafoe, Cristina Chiriac, Anna Ferrara

Tommaso est un artiste américain vivant à Rome avec sa jeune épouse européenne Nikki et leur fille Dee Dee âgée de 3 ans. Ancien junkie, il mène désormais une vie rangée. Mais Tommaso est rattrapé par sa jalousie malade. À tel point que

réalité et imagination viennent à se confondre.



SOL

Comédie

Avec : Chantal Lauby, Camille Chamoux, Giovanni Pucci

Sol, célèbre interprète de Tango argentin, vit à Buenos-Aires depuis de nombreuses années. Derrière son tempérament excessif et son sourire incandescent, la Diva cache une blessure dont elle ne s'est jamais réellement remise : la perte

de son fils unique, Raphaël, avec qui elle avait rompu tout lien. Sol revient à Paris dans l'espoir de rencontrer enfin Jo, son petit-fils de 7 ans.

SORTIE LE 15 JANVIER



UNE BELLE ÉQUIPE

Comédie

Avec : Kad Merad, Alban Ivanov, Céline Sallette

Après une bagarre, toute l'équipe de foot de Clourrières est suspendue jusqu'à la fin de la saison. Afin de sauver ce petit club du Nord qui risque de disparaître, le coach décide de former une équipe composée exclusivement de femmes pour finir le championnat. Cette situation va complètement bouleverser le quotidien des familles et changer les codes bien établis de la petite communauté...



SELFIE

Comédie

Avec : Blanche Gardin, Elsa Zylberstein, Manu Payet

Dans un monde où la technologie numérique a envahi nos vies, certains d'entre nous finissent par craquer. Addict ou technophobe, en famille ou à l'école, au travail ou dans les relations amoureuses, Selfie raconte les destins comiques et sauvages d'Homo Numericus au bord de la crise de nerfs...

SORTIE LE 22 JANVIER

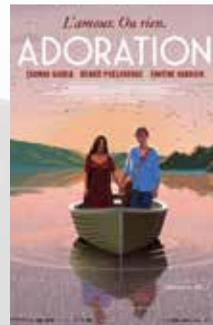


BAD BOYS FOR LIFE

Action/Comédie

Avec : Will Smith, Martin Lawrence, Joe Pantoliano

Les Bad Boys Mike Lowrey et Marcus Burnett se retrouvent pour résoudre une ultime affaire dans le très attendu Bad Boys For Life.



ADORATION

Thriller, Drame

Avec : Thomas Gioria, Fantine Harduin, Benoît Poelvoorde

Paul, un jeune garçon solitaire, rencontre Gloria, la nouvelle patiente de la clinique psychiatrique où travaille sa mère. Tombé amoureux fou de cette adolescente trouble et solaire, Paul va s'enfuir avec elle, loin du monde des adultes...

ET AUSSI ...



MANOSQUE | A proximité du «Forum»

**CUISINE
OFFERTE**
D'UNE VALEUR DE
5000 € TTC



DÈS JANVIER 2020,
venez visiter notre
appartement témoin,
entièrement **équipé**
par nos partenaires
Manosquins !

OUVERTURE À LA COMMERCIALISATION
DE LA 2ND TRANCHE : **15 LOGEMENTS**
AVEC **TERRASSES** OU **JARDINS**

À PARTIR DE
190 000€

Les
TerrAsses
des
Amandiers

APPARTEMENTS DE STANDING



le CONTRAT
de CONFIANCE
MANOSQUE

Votre appartement T3, avec **belle terrasse** ou **jardin privatif**
dans une **résidence sécurisée** à partir de **190 000 €**

Prestations de standing - Crèche en RDC d'immeuble
Garage en sous-sol



COMMERCIALISATION

RÉALISATION



RENSEIGNEMENTS ET VENTES

06 73 68 51 76

www.lesterrassesdesamandiers.fr

Bureau de vente

28 Avenue J. Giono

Manosque - (Parking notaire)



INTERIOR'S

Que des grandes marques en avant-première

18 avenue Jean Giono
04 100 Manosque

Pour commander
interiors.manosque@gmail.com

Le goût du beau meuble

Le charme à la Française

*Marché
de Noël...*

MODE



Mise au Green



La Fée Maraboutée



Du lundi au samedi : 9h30 - 12h30 / 14h30 - 18h30
Tél. 04 92 87 66 68 - www.interiors.fr

MAISON



Vent du Sud



Canapé Français

Chaque jour des cadeaux Coup de Cœur pour toute la famille ...



Découvrez l'espace **Cuisine sur-mesure** de votre magasin

DARTY MANOSQUE - ZI SAINT-JOSEPH

Magasin franchisé - Entreprise indépendante DILLOO - SAS au capital de
210 000€ - Siège social : Chemin du Moulin neuf - RCS Manosque 824 947 329





La gestion de vos salariés, la dsn ...
Vous prennent du temps, et de l'énergie !
Avez-vous pensé à l'externalisation de votre
paie? L'externalisation de la paie que vous
soyez en Tpe ou Pme, une solution pertinente,
qu'Ag'pme vous propose depuis 10 ans.

MANOSQUE

AG'PME GESTIONNAIRE DE PAIES

UN CABINET DE PAIES QU'EST-CE-QUE-C'EST ?

Par définition, un gestionnaire de paies va gérer... les paies ! Alors oui dans l'idée c'est bien cela, mais pas seulement. On vous explique. **C'est très simple le gestionnaire de paies s'occupe de l'établissement de tous documents liés à l'embauche, la rémunération, la sortie d'un salarié, ainsi que du calcul des cotisations sociales.**



AG'PME

Ag'pme a été fondée en janvier 2009 par Denise Venobre, qui a travaillé pendant plus de 20 ans en cabinet d'expertise comptable. Après cette longue expérience, elle montre son désir

d'indépendance et s'aperçoit qu'il y a une forte demande de la part des entreprises. Elle décide alors de se lancer et propose ses services.

Aujourd'hui la demande des entreprises, cherchant un vrai spécialiste est telle, qu'Ag'pme est en plein expansion.

Ag'pme devient D'paies et c'est :

- 800 paies/mois,
- 100 sociétés clientes employant de 1 à 160 salariés
- 40 Conventions collectives différentes
- 3 collaboratrices
- Un tarif compétitif
- Une veille juridique permanente

Alors avoir 1 ou 200 salariés à gérer cela ne pose aucun souci !

AG'PME FAIT PEAU NEUVE ET DEVIENT D'PAIES !

POURQUOI FAIRE APPEL A D'PAIES ?

Dans l'entreprise la gestion de la paie est bien souvent sous la responsabilité du service comptable et de la direction des ressources humaines.

Comme nous l'avons dit précédemment, les paies sont souvent gérées en interne, mais cela prend du temps et mobilise une ou plusieurs personnes au sein de l'entreprise.

Externaliser cette partie administrative permet de gagner du temps, d'avoir à faire à des spécialistes, pour éviter les erreurs. On ne le sait pas toujours mais il faut savoir que selon le ministère du travail : « 40% des fiches de paie générées par les entreprises françaises ne sont pas conformes aux législations en vigueur ».

Faire appel à D'Paies c'est un gage de respect de la législation, de confidentialité, de rigueur et de disponibilité. C'est également un avantage financier puisque la facturation se fait au bulletin.

LE FONCTIONNEMENT

Dans les 24h qui suivent, la réception des éléments, les salaires sont faits !

Il est également important de savoir que **D'paies s'adapte, et n'hésitera pas à se former aux logiciels des entreprises pour faciliter au mieux la collaboration.** A l'heure actuelle, l'équipe travaille avec 3 logiciels différents (ACD Groupe, CEGID RHP et CEGID Y2).

**FAIRE APPEL À D'PAIES,
C'EST GAGE DE RÉACTIVITÉ,
DE RIGUEUR, ET DE CONFIDENTIALITÉ**

DES SALAIRES MAIS PAS SEULEMENT !

D'Paies propose aussi un service d'audit dédié aux entreprises et aux collectivités. Cela permettra d'éviter les erreurs sources de contrôles URSSAF et risques de contentieux avec les salariés.



INFOS

Immeuble Axe Sud
04100 MANOSQUE
Tél. 04 92 74 07 64
contact@dpaies.fr
www.dpaies.fr

Depuis 10 ans
à votre service

AG'PME

Votre cabinet de paies fait peau neuve !

AG'PME devient D'PAIES

Nouvelle Adresse

Immeuble Axe Sud - Manosque
(au dessus de la Halle aux vêtements)

3 collaboratrices

800 paies/mois

**40 conventions
collectives**



D'PAIES

Cabinet de paies



WWW.DPAIES.FR

Immeuble AXE SUD - 04100 Manosque

Tél. 04 92 74 07 64

contact@dpaies.fr



MUSIQUE

Retrouvez l'actualité musicale de la MJC de Manosque pour cette fin d'année. On vous dévoile en exclusivité quelques pépites de la programmation de 2020 !

PROGRAMME DE FIN D'ANNÉE À LA MJC

MANOSQUE

SAMEDI 14 DÉCEMBRE



21H00 - Salle de concerts MJC

CARINA SALVADO (FADO)

Dans une triangulaire acoustique riche en rebonds, Carina Salvado et ses deux acolytes explorent ensemble des

espaces musicaux multiples et donnent alors un souffle nouveau au mytique blues ancestral portugais. Le répertoire de leur concert fait la part belle aux pièces traditionnelles et rend notamment hommage à la grande et mythique Amalia Rodrigues.

Tarif réduit 8€ / Plein 10€.

INFOS ET RESERVATIONS : 04 92 72 19 70

www.mjc-manosque.com

Billetterie des concerts sur www.yurplan.com et sur place (préventes conseillées) Maison des Jeunes et de la Culture, 1 place Leinfelden 04100 Manosque

JEUDI 19 DÉCEMBRE



19H00 - Petite Salle Jean Le Bleu

CONCERT DES ADHÉRENTS & CHORALE CANTANORIA : EUROP'À CHŒUR

Les musiciens en herbe de la MJC vous proposent un nouveau rdv

musical pour vous présenter leur répertoire avant les fêtes de fin d'année. A cette occasion, la MJC invite la chorale CantaNoria créée dans le cadre des activités de l'association culturelle franco hispanique La Noria à Aix en Provence. La chorale chante depuis 2004 des airs des pays de langue espagnole, l'Espagne, Cuba, le Mexique, le Chili, le Peru, le Vénézuéla... afin de découvrir et partager les rythmes et richesses culturelles de ces pays.



La Casa Latina, antenne manosquine de La Noria vous proposera une dégustation de Tapas pour conclure ce moment musical. **Assiette mexicaine 8€.**

Sur réservation au 06.20.68.25.58 // 06.22.46.22.87

EXCLUSIVITÉS 2020 // EXCLUSIVITÉS 2020 // EXCLUSIVITÉS 2020

L'année 2020 s'annonce riche en découvertes musicales avec la programmation des jeunes artistes du territoire, l'organisation de la Fiesta des lycées ou la finale du concours de chant La Voix. Ce sera aussi l'occasion de voir des artistes plus confirmés sur la scène de la MJC et du théâtre Jean le Bleu. Les premiers noms vous sont dévoilés ici !

SAMEDI 1^{ER} FEVRIER

21h, salle de concerts, MJC



EMILY JANE WHITE + Avalon Fay (folk)

Au fil de ces 11 dernières années, et à la faveur d'une discographie mêlant ballades à la beauté envoûtante, mélancolie ouatée et délicatesse irrésistible, la musicienne aura su durablement inscrire son nom sur la carte (exigeante) des meilleurs song-

writers actuels. Son nouvel opus est un parfait trésor de folk américain. Emily Jane White y brosse le portrait d'une société écartée de toutes considérations environnementales, et qui malgré les nombreuses alertes récentes (désordre climatologique, pollution...) reste aveugle au chaos que celle-ci engendre. Si les thèmes sont sombres, Emily Jane White n'aura sans doute jamais chanté avec autant de grâce et d'apaisement.

JEUDI 13 FEVRIER

19h, Petite Salle Jean Le Bleu

JOULIK (world)

Avec ses mélodies vagabondes, ses entrelacs de voix inspirées

et ses langues virevoltantes, JOULIK rend le lointain à portée de main. Dans son nouvel album, le trio voyageur s'offre une escapade aérienne en gonflant ses voiles des vents chauds qui caressent les rives méditerranéennes et brésiliennes, les contrées Balkaniques et les plaines d'Afrique : une échappée belle de onze titres exaltants comme autant de pistes d'Envol...



VENDREDI 27 MARS

20h30, Théâtre Jean Le Bleu

TÉTÉ

Fakes news, théories du complot, mensonges domestiques ou d'état, l'actualité nous rappelle

sans cesse à ces distorsions de la réalité qui font désormais partie de notre quotidien. En réponse à cela, le nouvel album de Tété se veut être une épopée du faux, genre d'odyssée du toc, sur lit de programmations organiques. Collage aux accents pop. Faussement folk. Faussement naïf. Bref, Fauthentique et les plaines d'Afrique : une échappée belle de onze titres exaltants comme autant de pistes d'Envol...

Remplies de symboles, fortes en émotions et sensations, les traditions de Noël en Provence sont nombreuses et donnent du sens et de la couleur à la fête. Mais les connaissez-vous vraiment ?

TRADITIONS DE NOËL EN PROVENCE

RÉGION

Tout débute le 4 Décembre, jour de la Sainte-Barbe c'est le commencement de la période dite «Calendale» qui ne s'achèvera qu'à la Chandeleur le 2 Février. Entre ces deux dates, c'est une succession de traditions, de fêtes et de coutumes qui sont plus ou moins suivies selon les villages, selon les familles. Peut-être en suivez vous seulement quelques unes ou toutes ?



SAINTE-BARBE ET LE BLÉ

La tradition veut que le **4 décembre soit la date à laquelle il faut faire germer le blé dans trois soucoupes** couvertes de coton humide. Si les tiges poussent droites et vertes, l'année sera prospère.

Ces petits champs miniatures prendront place ensuite dans la crèche familiale.

CRÈCHE ET SANTONS

Pour préparer la crèche, de nombreuses foires aux santons s'organisent dans toute la région dès mi Novembre. **Le vrai santon du provençal «Santoun» (petit saint) est en argile, il est créé artisanalement à la main et avec amour.** Les santons doivent ensuite prendre figure humaine, une allure, un caractère et même un rang social.

Ils représentent les habitants du village se rendant à la crèche :



joueurs de pétanque, marchands de poisson, docteurs, boulangers, bergers ... La crèche authentique est en fait une représentation idéale du village provençal et de son petit monde. Cette tradition est présente dans

chaque département de la Provence.

LES MARCHÉS DE NOËL

Durant tout le mois de décembre, les marchés de Noël s'installent dans chaque ville et vous permettent de préparer Noël agréablement. Gastronomie, artisanat, décoration et idées cadeaux s'étalent dans une ambiance chaleureuse et conviviale. Les marchés en plein-air vous offrent souvent le vin chaud à la cannelle pour vous réchauffer. Vous trouverez de quoi préparer les traditionnels repas de Noël qu'ils soient à la provençale ou pas : Les dindes et foies gras côtoient les plats du gros souper provençal et des 13 desserts.

LE SOUPER ET LES 13 DESSERTS

Le gros souper est servi le soir de Noël, avant de se rendre à la messe de minuit. Rien n'est laissé au hasard, il y a une symbolique derrière chaque plat et les chiffres sont importants : La table est couverte de 3 nappes blanches - 3 pour les 3 personnes de la Trinité - avec 3 chandeliers blancs allumés et 3 soucoupes de blé germé de la Ste Barbe. Surtout pas de gui réputé porte-malheur ! Le gros souper est paradoxalement composé de 7 plats maigres en souvenir des 7 douleurs de Marie, il est servi avec 13 petits pains suivi des 13 desserts représentant la Cène avec les 12 apôtres et Jésus.



Les treize desserts sont dégustés au retour de la messe, ils resteront sur la table pendant les 3 jours suivants, jusqu'au 27 Décembre :

- **les 4 mendiants** : figes sèches (Franciscains), amandes (Carmélites), raisins secs (Dominicains) et noix (Augustins),
- **les dattes** : symbole du Christ venu de l'Orient,
- **les nougats** (le noir et le blanc) pour le pénitent blanc et le pénitent noir selon certains, pour d'autres le nougat blanc, doux et onctueux représente la pureté et le bien, le nougat noir plus dur et cassant évoque l'impur et les forces du mal.
- **la fougasse à l'huile d'olive (la pompe)** : galette ronde aplatie à l'huile d'olive,
- **la pâte de coing ou fruits confits** dans la région d'Apt ou de Carpentras,
- **les oreillettes** (petite gaufre légère et fine),
- **les fruits frais** : mandarines, oranges, poires, raisins et melons d'hiver conservés pour cette occasion.

*Nous vous souhaitons
de très belles fêtes ...*



PUBLI-REPORTAGE

Cette année vous souhaitez mettre des cadeaux «Made in France» sous le sapin ? 100% Bijoux et 100 % Montres ont ce qu'il faut pour faire plaisir, vous trouverez à tous les coups le cadeau idéal !



MANOSQUE

MADE IN FRANCE CHEZ 100% BIJOUX ET 100 % MONTRES

100% BIJOUX

Qui dit bijoux fantaisie ne dit pas forcément «pacotille». **100 % Bijoux, boutique unique dans son genre à Manosque** depuis 2013, et qui s'épanouit au 56 de la Rue Grande l'a bien compris. En franchissant la porte de **100 % Bijoux**, Christine vous fait rentrer dans son univers : celui des bijoux fantaisie. Mais attention pas n'importe lesquels puisque vous trouverez dans les vitrines agencées avec goût **des bijoux de qualité, que l'on peut classer dans du milieu voire du haut de gamme**. Que ce soit pour homme ou femme, on ne peut ignorer cette boutique. **Vous trouverez sans aucun doute le cadeau idéal pour les fêtes ou tout simplement pour vous faire plaisir !**



DES MARQUES EXCLUSIVES

Toujours à l'affût des tendances, **100 % Bijoux vous propose dans ses vitrines des marques exclusives** et de qualité que vous ne trouverez nulle part ailleurs à Manosque. Parmi elles, les bijoux en cristal de **Swarovski**, qu'on ne présente plus, ou les intemporels colliers faits main, **Coeur de Lion**. Parité oblige les bijoux pour hommes et femmes **Thomas Sabo**, ont aussi toute leur place chez **100 % Bijoux**. Pour découvrir les autres pépites rendez-vous vite chez **100 % Bijoux**. Christine vous accueille avec le sourire et sait vous conseiller.

100 % BIJOUX MET EN AVANT DES MARQUES FRANÇAISES



100 % bijoux met un point d'honneur à proposer des marques tendances et de surcroît françaises

Très tendances depuis quelques années, **Les Georgettes**, est un concept de bijoux innovants, personnalisables, vous pouvez changer la couleur de votre bijou selon vos envies ou vos tenues. **Indicolite**, marque également française met en lumière des bijoux en argent et cristal de Swarowski. Si vous aimez les alliances de matière vous vous tournerez vers la gamme **Flowers For Zoé** qui associe cuir et argent ou plaqué or, ou encore les modèles de **chez By Garance** qui propose un assemblage de matière avec douceur et harmonie.



100% MONTRES

Autrefois les montres étaient réduites à leur fonction principales... donner l'heure ! **Aujourd'hui elles sont devenues de vrais accessoires de mode**. Stéphane vous propose au 49 de la Rue Grande à Manosque, une boutique ... **100 % Montres** ! Choisir une montre, c'est exprimer sa personnalité, affirmer son style, autant dire qu'il est difficile de n'en avoir qu'une. **Chez 100 % Montres vous trouverez un large choix**, allant des plus sportives comme **G-Schock, Ice Watch** aux plus classiques de chez **Seiko** ou **Citizen**. Fan de mode vous ne serez pas en reste, vous trouverez votre bonheur parmi la marque **Timberland, Hugo Boss, Diesel**...et bien plus encore en vous rendant en boutique !



RIGUEUR ET ÉLÉGANCE FRANÇAISE

Tout comme chez 100 % Bijoux, 100 % Montres n'hésite pas à mettre en avant les fabrication Française. Les montres **Patrouille de France**, sauront certainement séduire les fans d'aviation, avec une gamme variée et de qualité accessible à tous. Si vous souhaitez allier élégance et qualité, c'est sans nul doute chez **Michel Herbelin** que vous trouverez le modèle adéquat. Avec une élégance parfaite vous porterez à votre poignet le meilleur de l'horlogerie française. Pour les amateurs de rugby **une montre griffée Sébastien Chabal** vous attend avec la signature au dos...

PLUS DE SERVICES

Une pile à changer, un bracelet à renouveler ou encore une réparation à faire ? N'hésitez pas à vous renseigner, ces services vous sont proposés chez **100% Montres** !

INFOS

100 % BIJOUX

56 Rue Grande - 04100 MANOSQUE

100 % Montres

49 Rue Grande - 04100 MANOSQUE

**Magasins ouverts tous les jours
à partir du 2 Décembre de 9h30 à 19h non-stop
Ouverts les dimanches 8,15 et 22 Décembre 2019**



Marques, modèles enregistrés et brevets déposés. Droit d'auteur © 2019 Altesse. Crédits photos: Steve Wells

Les Georgettes by Altesse

• Fabricant français depuis 1905 •

100% BIJOUX

56 RUE GRANDE, 04100 MANOSQUE



LIBERTÉ ÉTERNITÉ FIABILITÉ



Newport Chronographe


**MICHEL
HERBELIN**
ATELIER D'HORLOGERIE FRANÇAISE
— DEPUIS 1947 —

www.michel-herbelin.com
#michelherbelin

100% MONTRES

49 RUE GRANDE, 04100 MANOSQUE



ANIMATION

Dès le 7 décembre, le centre ancien de Manosque va se charger d'une ambiance festive et chaleureuse. Animations de rue, cadeaux à gagner... tout est fait pour rendre cette période magique..



MANOSQUE

L'Association des Commerçants et Artisans de Manosque (ACAM) prépare les fêtes de fin d'année et met tout en oeuvre pour **apporter de la magie et de la féerie dans le centre ancien de la ville de Giono** ! Tous les membres de l'association s'accordent à l'unisson pour dynamiser le centre ancien en cette période festive et rendre encore plus **agréable la recherche des cadeaux à mettre sous le sapin** ! Les entrées de vos boutiques préférées du centre de Manosque vont se parer de beaux sapins lumineux pour plonger dans la magie de Noël.



DES ANIMATIONS DE RUE

Cette année le **lancement des animations est prévu le samedi 7 Décembre**. Plus nous avancerons dans cette période de l'aveut plus les animations iront crescendo. C'est Bruno Klimis qui accompagnera votre recherche de cadeaux, que vous trouverez à tous les coups dans les boutiques du centre-ville. Alors on note sur son agenda : **Samedi 14** et **dimanche 15**, **mercredi 18**, **samedi 21** et **dimanche 22** et pour accompagner les derniers retardataires **lundi 23** et **mardi 24 décembre**. Ces après-midi vous réservent des surprises et une ambiance chaleureuse et conviviale.

NOËL, POUR LES ENFANTS

Quoi de plus beau que de voir nos chères petites têtes blondes avec des yeux émerveillés devant celui qui est tant attendu tout au long de l'année ?

MAGIE DE NOËL AVEC L'ACAM



Alors pour ajouter encore plus de magie à cette période la **maison du Père Noël se trouvera cette année dans la rue Guilhempière**, et sera ouverte les **14,15,21,22,23 et 24 décembre**. Vous

aurez la possibilité de faire immortaliser ce moment avec un photographe.

Avant de venir rencontrer le Père Noël, **n'oubliez pas de déposer les lettres dans les Boîtes aux Lettres du Père Noël** qui seront disposées dans le centre ancien.

DES CONTES ET HISTOIRES

Un Noël sans histoire ni conte, n'est pas un vrai Noël.. Les **22 et 23 décembre à 15h adultes ou enfants venez plonger dans l'univers du conte de Noël**. Les lecteurs vous entraîneront au pays des rêves imaginaires pour passer de joyeuses fêtes...

DES CADEAUX A GAGNER

En parallèle de ces beaux moments de magie, un tirage au sort aura lieu parmi les plus belles lettres au Père Noël. Les gagnants se verront repartir avec 3 jouets offerts par Joué Club. Le Megazone de Manosque met aussi en jeu **20 entrées à la patinoire et 20 entrées au Laser Game**.

Avec un programme bien rempli pour cette année il ne vous reste plus qu'une seule chose à faire, **venir faire vos achats de Noël chez les commerçants du centre-ville**. Vous y dénichererez certainement le cadeau original et idéal. Tous les commerçants seront ravis de vous accueillir pour faire de cette période un véritable moment de partage et joie.

L'ACAM ainsi que tous ses adhérents vous souhaite de très belles fêtes de fin d'année !

INFOS

ACAM

39 rue Grande - 04100 MANOSQUE

Tél. 06 77 97 66 35

acam04.manosque@orange.fr





PUBLI-REPORTAGE

Joël Vilcoq, chocolatier installé au 62 Rue Grande à Manosque, passionné par son métier vous propose de découvrir son univers. En poussant les portes de la chocolaterie, votre sens olfactif sera mis en émoi tant l'odeur du bon chocolat embaume la boutique...

VILCOQ CHOCOLATIER CONFISEUR



MANOSQUE



L'AMOUR DU CHOCOLAT

Gourmand et passionné par le chocolat, Joël Vilcoq se lance dans une reconversion professionnelle à 35 ans. Après l'obtention de son diplôme de chocolatier-confiseur, **il perfectionne son savoir-faire au sein de plusieurs Maisons Parisiennes.** Poussé par le besoin de laisser libre-cours à sa créativité et l'envie d'élaborer ses

propres créations, il fonde la chocolaterie Joël Vilcoq. C'est alors qu'il décide de s'installer à Manosque et succède à Gilles Leroy dans la chocolaterie du 62 rue Grande. **C'est dans ce lieu qu'il propose à tous les palais ses recettes originales.**

LA RECHERCHE DU GOÛT



Créatif et exigeant, Joël Vilcoq sélectionne les meilleures matières premières afin de proposer des chocolats et confiseries de haute qualité. Les goûts et arômes de chaque ingrédient sont étudiés et

mesurés afin d'offrir le meilleur équilibre des saveurs et proposer une expérience unique. La Provence est une source d'inspiration pour le chocolatier. **Joël Vilcoq privilégie, les fournisseurs et producteurs locaux respectueux d'un savoir-faire traditionnel et garant d'une agriculture responsable,** comme son bonbon de chocolat ganache huile d'olive réalisé avec l'huile d'olive biologique de Sainte Roustagne à Manosque.

LA RECONNAISSANCE

Vous ne vous trompez pas en choisissant les chocolats et autres confiseries de Joël Vilcoq. En effet, **ses chocolats ont été récompensés par le guide des croqueurs de chocolat, l'International Chocolate Awards.** La chocolaterie est même référencée dans le célèbre guide du Gault & Millau.

**TOUT AU LONG DE L'ANNÉE JOËL VILCOQ
ÉLABORE DE NOUVEAUX PRODUITS
EN FONCTION DES SAISONS.**



POUR LES FÊTES...

A l'occasion des fêtes de fin d'année, **c'est une offre gourmande et créative qui vous est proposée.** Bûches glacées, créations en chocolat représentant des bonhommes de neige et des boules de Noël, des moulages, des marrons glacés, des fruits confits et d'élégants coffrets de chocolats pour tous les budgets (coffret de 16 chocolats à 10€) sauront régaler vos papilles.



ET TOUTE L'ANNÉE !

Pas besoin d'attendre les fêtes pour se faire plaisir, vous trouverez à la chocolaterie, du chocolat en tablettes, sous forme de moulages, des sucettes au lait, noir ou blanc, il y en a pour tous les goûts. Laissez-vous tenter par d'autres petites gourmandises, calissons, pâte à tartiner, pâtes de fruits, dragées et pour faire un bon chocolat chaud de la poudre de cacao...

Pour des commandes spéciales telles que des cadeaux d'affaires, des personnalisations, des événements ou toutes demandes spécifiques, n'hésitez pas à venir demander en boutique, **Joël Vilcoq saura répondre sans aucun doute à votre demande !**

INFOS

62 rue Grande - 04100 MANOSQUE

Tél. 04 92 72 00 58

<http://joel-vilcoq-chocolatier.fr>

Ouvert en décembre du mardi au samedi
de 9h30 à 19h

Ouvert tous les jours (dimanche inclus)
à partir du 15 décembre





Pour les fêtes tout le monde se met sur son « 31 », il n'y a pas de raison que les enfants et juniors n'y aient pas droit ! Alors pour trouver la tenue adéquate on file chez « Les Canailles » !

MANOSQUE

LA MODE ENFANT EST CHEZ LES CANAILLES

DE 0 À 16 ANS !

Depuis le 1^{er} Août, vous ne vous tromperez pas en franchissant le pas de la porte du magasin « Les Canailles » qui se trouve dans la rue Grande à Manosque. Sylvie Leroy saura vous conseiller pour trouver la tenue idéale ! Que ce soit pour fille ou garçon, vous trouverez votre bonheur pour habiller vos bambins. De la naissance à 16 ans, vous aurez l'embarras du choix parmi les tendances actuelles griffées Name It, Kids Only ou Jack & Jones. Au gré des saisons et des tendances vous découvrirez des collections colorées confortables pensées pour les enfants, ados et pré-ados.



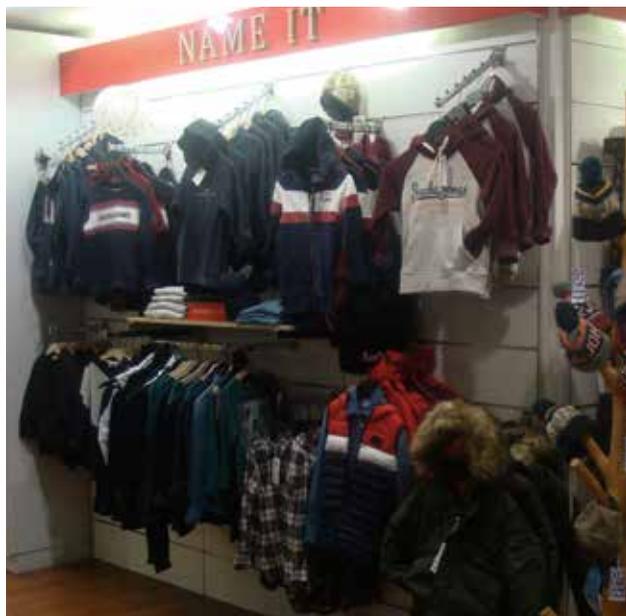
DES IDÉES CADEAUX !

En panne d'idée pour un cadeau ? Vous trouverez certainement ce que vous cherchez parmi les gammes proposées. Que ce soit un tee-shirt, un sweat, une jupe, un pantalon... Sylvie vous aidera et saura vous conseiller pour la tenue idéale pour que vos petites têtes blondes aient un look confortable et surtout dans l'air du temps !



DE LA QUALITÉ

Tous les vêtements que vous trouverez dans la boutique sont soigneusement sélectionnés par Sylvie pour vous satisfaire. Avec des coupes parfaites, les vêtements sont adaptés aux différentes morphologies dans une démarche responsable.



LES CANAILLES HABILLE LES ENFANTS ET JUNIORS DE 0 À 16 ANS !

UNE CARTE DE FIDÉLITÉ

Dès vos premiers achats, une carte de fidélité vous sera délivrée. A chaque passage en caisse n'oubliez pas de la faire tamponner... Au bout de 10 achats votre fidélité sera récompensée et vous pourrez bénéficier d'une remise ! Alors pourquoi ne pas en profiter ?



INFOS

LES CANAILLES
51 Rue Grande - 04100 MANOSQUE

Tél. 04 13 37 01 53

lescanaillesmanosque@gmail.com

Magasin ouvert du mardi au samedi
de 9h15 à 12h30 et de 14h15 à 19h



NOUVEAU
à MANOSQUE

LES CANAILLES

Prêt à porter Enfants-Juniors

*Mode filles et garçons
de 0 à 16 ans !*



La mode pour
des enfants branchés !

Jack & Jones

Name It

Kids Only

51 Rue Grande - Manosque

☎ 04 13 37 01 53

lescanaillesmanosque@gmail.com

Du mardi au samedi

9h15 à 12h30

14h15 à 19h00



PUBLI-REPORTAGE

Avec le lancement de son traditionnel village de Noël le 2 novembre dernier, le magasin Botanic à Manosque vous accueille dans son univers de féerie durant tout le mois de décembre.



MANOSQUE

LA FÉERIE DE NOËL CHEZ BOTANIC



La réalisation du village de Noël demande plus d'un mois de travail avec la participation de toute l'équipe du magasin. Très attendu par les clients, cet espace de trois cents mètres carrés est une invitation au rêve

et tous y retrouvent la magie des fêtes grâce à plus de 1 800 références de produits disponibles pour en faire un événement inoubliable.

En famille, petits et grands, découvrez la Maison des lumières : un choix d'éclairages à leds pour le sapin, le jardin, les façades de la maison... Retrouvez également tous les éléments qui composeront votre crèche. Les santons traditionnels du santonnier Escoffier, les accessoires et les décors.

Admirez les villages miniatures et les décorations du sapin déclinés en différents thèmes de couleurs. Le traditionnel rouge, vert et or demeure le thème incontournable. Vous y trouverez également tout le nécessaire pour réaliser une magnifique table de fête.

PROFITEZ DES ANIMATIONS JUSQU'À NOËL

Venez à la rencontre du Père Noël présent les samedis 14 et 21 décembre et les dimanches 15 et 22 décembre de 10h00 à 12 h 30 et de 14h30 à 18 heures.

L'occasion idéale pour prendre des photos avec vos enfants.

Des promenades en calèche et des promenades à dos d'âne seront gracieusement offertes aux enfants le dimanche 15, le samedi 21 et le dimanche 22 décembre.



SAPINS, FLEURS ET PLANTES

Un rayon très important en ce mois de décembre, les sapins naturels issus des pépinières Robin dans les Hautes-Alpes font leur arrivée dans votre magasin Botanic. De qualité «

premium » ou de qualité label Rouge, vous aurez le choix de toutes les tailles. Nous vous proposons cette année encore des pieds de sapins à réserve d'eau afin de vous garantir une fraîcheur optimale de votre sapin de Noël. Côté fleurs, découvrez le large choix d'orchidées, de poinsettias et des compositions pour décorer votre maison, que ce soit pour l'intérieur, le balcon ou le jardin. Pour agrémenter votre décoration, branchages, lichens, couronnes, vous permettront de réaliser vos propres décorations végétales.



LE VILLAGE DE NOËL, UNE INVITATION AU RÊVE POUR LES PLUS PETITS COMME POUR LES PLUS GRANDS

GOURMANDISES BIO

Botanic vous propose une gamme alimentaire de qualité issue de l'agriculture biologique. Chocolats sans huile de palme ni lécithine de soja, pains d'épices au miel, panettones pur beurre...mais aussi des tisanes et thés présentés dans des coffrets cadeaux des plus soignés.

SANS OUBLIER LES ANIMIMAU

Pour eux aussi Noël doit être une fête, Botanic vous propose une gamme exclusive de confectons pour chiens basée sur les tendances actuelles de la mode, alors pourquoi ne pas acheter un petit manteau pour votre toutou adoré ? Et pour qu'ils puissent eux aussi se régaler, retrouvez au rayon animalerie les friandises, cadeaux, jouets et accessoires (bonnets, nœuds papillon, calendrier de l'avent...) autour du thème « Noël pour chiens et chats ». Sans oublier la gamme oiseaux du ciel, en partenariat avec la L.P.O. (Ligue pour la protection des oiseaux) pour que les petits volatiles puissent passer l'hiver du mieux possible.

À découvrir sans plus tarder !

INFOS

BOTANIC MANOSQUE
Route de Volx - 04100 MANOSQUE
Tél. 04 92 70 00 00

Magasin ouvert du lundi au samedi NON STOP
de 9 heures à 19 heures
Le dimanche de 9 h 30 à 12 h 30
et de 14 heures à 18 h 30



ND. DE ROMIGIER EXPOSITON DE CRÈCHES

MANOSQUE



Cette fin d'année est l'occasion pour les associations «Notre Dame de Romigier, le Rode Osco Manosco» et depuis l'année dernière «La Bastido de Manosco» d'offrir au public une exposition de crèches. Exposition très prisée : l'année dernière 3800 visiteurs en 15 jours, véritable succès d'années en années. **Pour cette 7^{ème} année les associations vous attendent nombreux.**

L'EXPOSITION DE CRÈCHES

Les crèches sont prêtées par des particuliers pour être exposées. Chacun y trouve son plaisir : ceux qui voient leur crèche exposée et les membres des associations qui mettent tout en oeuvre pour la mise en valeur. Pour la décoration, **c'est Gérard Moine, santonnier et sculpteur, qui offre toutes ses compétences et elles sont nombreuses, gentillesse y compris !**

La mise en forme, les idées et la confection des décors sont des travaux qui se préparent bien en amont. Dès l'été les bénévoles travaillent d'arrache pied pour mettre en place cet évènement.

L'exposition est ouverte tous les jours du **7 décembre 2019 au 5 janvier 2020**. Cette année, avec l'aide la Mairie qui assure une permanence, les quinze derniers jours, l'exposition se prolongera jusqu'après les Rois, au grand bonheur des visiteurs qui regrettaient que l'exposition se termine avant janvier, comme jusqu'à présent. **Ouverture de 10h à 12h et de 14h30 à 18h30 - Entrée libre**

UNE EXPO MAIS PAS SEULEMENT...

En marge de l'exposition, les bénévoles ont mis en place de nombreuses manifestations aussi bien pour les petits que pour les grands. On vous dévoile le programme.

Samedi 7 Décembre : Inauguration de l'exposition à 11h en l'église ND de Romigier. A 18h, grand concert de Noël avec «Cord D Lus - Polyphonies d'Oc» - Participation libre.

Samedi 14 Décembre : Contes de Provence avec Marie Ricard accompagnée en musique par Michel Bénédetto - Libre participation. A 17h30, « Tambourinaire de Sant Brancai» formation musicale du Rode Osco Manosco - Libre participation

Mercredi 18 décembre à 15h, «Heure de contes» avec Jean Yves Royer, écrivain et conteur occitan - Libre participation

Samedi 4 janvier à 15h, conférence sur les «Rois Mages» par Marc Donato - Libre participation

INFOS : Associations :

«Les Amis de Notre Dame de Romigier», « Rode Osco Manosco»
«Bastido Osco Manosco»

DEFILÉ MODE & FASHION

MANOSQUE

Le Samedi 7 Décembre la Brasserie du Forum sort le grand jeu et accueille un défilé «Mode & Fashion» en partenariat avec le magazine Mouv'in. Pour les fans de mode ou tout simplement pour passer un bon moment n'hésitez pas à vous y rendre.



En attendant le défilé... Lulu Animation, Yolande, Laetitia, Greg

LA SOIRÉE

A Manosque, lorsque l'on parle de défilé de mode on ne peut pas ne pas penser à Lulu ! Et oui Lulu Animation se met une nouvelle fois en quatre pour vous présenter **les dernières tendances de la mode que vous pourrez trouver dans les boutiques partenaires**. Prêt-à-porter et accessoires, embellissons les 6 «top modèles» d'un soir ! Comme à son habitude, l'organisateur ne laisse rien au hasard, tout est millimétré et les mannequins coachés telles de vraies égéries de la mode !

Sur le podium vous pourrez voir défiler des tenues de chez Evolution à Manosque, de la boutique Juste Là à Volx, ou des dessous de chez Diva Lingerie. Vous retrouverez également les accessoires de chez Annie Bizou et les coiffures seront réalisées par Angel Coiffure. Laetitia élue Top Model 04 2019 défilera en compagnie d'Elisa, 1^{ère} Dauphine de l'élection Miss Excellence Provence 2019.

La Brasserie du Forum, vous propose pour cette occasion de déguster un repas dès 20h ! Les places étant limitées, il est conseillé de réserver afin de pouvoir profiter au maximum.

INFOS & RESERVATIONS

Brasserie du Forum
341 Avenue du Moulin Neuf
04100 MANOSQUE - Tél. 04 93 75 02 96





CRÉATEURS

Depuis 2016 l'Atelier Kalayaan est un lieu incontournable pour les amoureux d'artisanat. N'hésitez pas à vous rendre dans le nouvel espace au 29 rue Soubeyran pour y découvrir des créations uniques faites par des créateurs locaux pour des cadeaux originaux !

MANOSQUE



Cette année 2019 a été pour l'Atelier Kalayaan, l'occasion de changer de locaux. **Désormais il vous attend au 29 de la rue Soubeyran.** Avec son espace expo-vente et son atelier en arrière boutique, vous pouvez observer le travail de création. **Cette année ce ne sont pas moins de 13 créateurs qui vous proposent une large gamme de produits, pour des cadeaux originaux. Le tout étant bien entendu fait main et local !** On vous dresse la liste des créateurs présents à l'atelier.

CRISTEL BÉGUIN

Artiste : Autodidacte, sa démarche d'upcycling est esthétique, éthique et responsable. L'idée est d'anoblir les matériaux, relier les matières naturelles à celles industrielles, les valoriser, sublimer leur histoire.

cristel.beguin@hotmail.com - Tél. 06 60 15 17 71

CAMÉLIA IONITA

Les créations GR Giulia Reinneis, plus que de simples bougies, elles sont génératrices d'atmosphère qui parlent à vos sens.

creation.gr.giuliareinneis@gmail.com - Tél. 06 66 72 01 37

DAMIEN

ZBQ LAB : L'association Zones Banlieues Quartiers, laboratoire sonore de proximité a pour but de promouvoir des prods musicales CD et vinyles "rares" et de qualité ainsi que de la littérature, poésie, photographies...

www.zbqlab.info - Tél. 07 76 09 64 65

ATELIER KALAYAAN, LE RENDEZ-VOUS DES CRÉATEURS

LEYOUR DAVID : À TOUR DE BOIS

A TOUR DE BOIS : Tourneur sur bois autodidacte. Spécialiste Toupie, il fabrique la toupie en bois Laloye, (Primée au concours Lépine et breveté), ainsi que des objets tournés " Art de la table et création personnelle "....

dleyour@hotmail.fr - 07 86 05 52 19

ELODIE CATANIA

CERAMISTE : Passionnée par le travail de la terre, l'illustration et le travail du papier, elle rassemble tout cela dans ses créations aux décors ludiques et poétiques. Elle propose des objets utilitaires et décoratifs.

Insta : [elodiecataniaceramique](https://www.instagram.com/elodiecataniaceramique)

ESTELLE DUBUS

LA LOUTRE : Elle tricote et crochète depuis l'enfance. Manosquine et voyageuse, elle cherche et développe des techniques au fil de ses inspirations découvertes à travers le monde. Citoyenne engagée, elle privilégie les matières naturelles, locales et éco-responsables.

tiloulaloutre@gmail.com - Tél. 06 16 33 85 45

GAËLLE STRATAKOS

ILLUSTRATRICE : Elle se définit comme Créatrice d'émotions en couleurs. Son univers est coloré, positif, empreint de douceur et d'imaginaire. Elle travaille également sur commande pour réaliser portaits de famille et illustrations de vos rêves.

gaille.stratakos@gmail.com - Tél. 06 66 09 75 76

JULIE MONTA

« FIL! » relieur : Elle fabrique depuis plus de dix ans des livres en variant les techniques : coptes, japonaise, accordéons (...)

Elle crée ses décors, fabrique ses tampons et intègre le travail d'artistes comme le graveur David Audibert ou le calligraphe Bernard Vanmalle.

filedonc@riseup.net - Tél. 06 76 57 71 87

SOIZIC SÉON : ARTISTE

Artiste : L'univers graphique de Soizic Séon est maritime. Embarquée dans des projets qui mêlent la voile à l'artistique, c'est dans le voilier Honky tonk qu'elle travaille aujourd'hui

www.soizicseon.fr / www.honkytonksail.com



CRÉATEURS



FLAVIE ANDRÉ

Fleur Kapani : Créatrice couture. Elle crée vêtements, accessoires, au fil de ses envies et des vôtres. Illustrations, mobiles, robes de mariée, gigoteuses uniques, un fourmillement de créativité.
flavie.andre@live.fr - Tél. 06 23 46 19 07

L'ENVIE DE CRÉER DU LIEN ET DE PARTAGER EST AU COEUR DU PROJET

L'envie de créer du lien et de partager est au cœur du projet de l'asso. C'est pourquoi **des ateliers sont proposés au public afin de toucher du doigt les savoir-faire artisanaux, les techniques artistiques ou partager et transmettre des connaissances.** Des cours, des démonstrations ou des conférences sont également au programme. **A chaque créateur sa couleur, son style et sa proposition d'atelier pour le plus grand plaisir de tout le monde !**

OLIVIA JACQUET

SUNNJÛN : Productrice, cueilleuse et transformatrice de plantes aromatiques et médicinales. Elle propose huiles essentielles, hydrolats, tisanes, huiles de massage, baumes, crèmes et savons dans le respect de la diversité écologique des milieux naturels.

sunnjon.sunnjon@gmail.com - Tél. 06 19 69 04 24

SÉBASTIEN LHOSSEIN

Sans Commentaire : Sur la base d'un dessin artistique, nappé d'encres sans solvants, déposé sur un lit de textile bio ou éthique, le tout est dressé manuellement par Sans commentaire sérigraphie.

sanscommentaire04@gmail.com - Tél. 06 72 49 61 55

LAURENCE PIOT

1.2.3 Créalou: Créatrice de bijoux, elle crée au fil de son inspiration mélangeant son travail créatif aux pierres fines.

Cette association donne un équilibre entre la beauté du bijou par sa création unique et les pierres qui apportent un mieux-être.

laurenceparme@neuf.fr - Tél. 06 20 52 21 96

POUR EN SAVOIR PLUS

Atelier Kalayaan

Facebook : Atelier Kalayaan

Laurence Piot - 06 20 52 21 96

Facebook : Lou Créalou

Flavie André - 06 23 46 19 07

Facebook : Fleur Kapani



atelier
Kalayaan
collectif de créateurs locaux
boutique - cours - stages - conférences

29, rue du Soubeyran à Manosque
Du mercredi au samedi 9h30 - 18h et sur rendez-vous

DU 1ER AU 24 DECEMBRE
OUVERT
DU LUNDI AU SAMEDI DE
10H À 19H

proche parking la villette :
3h gratuite



Quand son temps est précieux,
on aimerait bien tout avoir sur place...
Hair Beauty Shop & Beauty Shop Esthétic vous
facilitent la vie ! Que ce soit pour une coiffure
ou un soin beauté, tout est au même endroit !

MANOSQUE

HAIR BEAUTY SHOP BEAUTY SHOP ESTHETIC ON SE FAIT BELLE !



Pour Angélique et son équipe, c'est comme une évidence de vous proposer un seul et même lieu pour vous faire une beauté et être belle de la tête aux pieds !

HAIR BEAUTY SHOP : LES NOUVEAUTÉS CÔTÉ COIFFURE

Envie de changer de tête pour cette fin d'année ? Hair beauty Shop vous propose quelques nouveautés...

Pour celles qui veulent avoir de beaux cheveux lisses et brillants, découvrez les deux techniques de lissages proposées :

Le lissage Brésilien : Ce soin à base de kératine, vous apportera une diminution du volume, pour des cheveux très frisés il va réduire les boucles tandis que sur des cheveux bouclés, on obtiendra plutôt des cheveux ondulés. Ce n'est qu'appliqué sur des cheveux ondulés que l'on obtient des cheveux lisses.

Le lissage au Tanin : c'est LA Nouveauté ! Avec cette technique on obtient une brillance extrême. C'est un lissage organique qui va agir jusqu'au coeur du cheveu pour le réparer jusqu'à la fibre. Cette technique s'applique sur tous types de cheveux, décolorés, endommagés... et aide à retrouver une fluidité dans la chevelure. Selon la nature des cheveux les lissages durent entre 4 et 6 mois. Alors, pour ne plus avoir à faire de brushing tous les matins, n'hésitez plus ! L'équipe saura vous conseiller !

Toujours à l'affût des dernières techniques et nouveautés, Hair Beauty Shop s'est équipé d'un nouvel outil de coiffure en vogue pour prévenir l'apparition des fourches : Les Ciseaux Chauffants. Quel est l'intérêt de se faire couper les cheveux avec ces ciseaux ? Parfois la chaleur a du bon pour la chevelure... la lame de ces ciseaux chauffe à plus de 150°C cautérise la fibre capillaire et par l'action de la chaleur les écailles se ressoldent. La coupe est plus nette et laisse moins de place à l'installation des fourches !

HAIR BEAUTY & BEAUTY SHOP ESTHETIC, POUR ÊTRE BELLE DE LA TÊTE AUX PIEDS !

BEAUTY SHOP ESTHETIC : A LA POINTE DES NOUVELLES TECHNIQUES

Pour celles qui ont besoin d'un coup de pouce pour mincir, Beauty Shop Esthetic s'est équipé de la dernière technologie en termes de minceur : la cryolipolyse ! Par l'action du froid les amas graisseux sont détruits et vous pourrez dire bye-bye aux bourrelets disgracieux tout en perdant des centimètres. Toutefois, avoir recours à cette technique ne dispense pas de pratiquer une activité physique régulière et d'avoir une bonne hygiène alimentaire...

En ce qui concerne l'épilation, la lumière pulsée donne de bons résultats. Contrairement au laser qui va détruire les poils un par un à la racine, la lumière pulsée a un faisceau élargi qui permet d'étendre la zone d'épilation. Les résultats sont nets et durables. Il est néanmoins conseillé de faire une séance dite d'entretien environ 1 an après la première.

Angélique tient à préciser que si vous voulez être au top pour cet été, il faut commencer les séances dès maintenant ! Chaque séance doit être espacée de 5 semaines. Alors pourquoi ne pas vous faire offrir des séances en guise de cadeau de Noël ?

ET BIEN PLUS...

Vous trouverez aussi un bar à ongles, avec les techniques d'onglerie telles que l'effet pull, l'effet sucre ou le Baby Boomer. Pour un sourire parfait vous pouvez venir essayer le blanchiment des dents et pour des yeux de biche, l'extension des cils. Renseignez-vous, toute l'équipe saura vous conseiller !



CONTACT

HAIR BEAUTY SHOP

Tél. 04 92 74 91 75

Facebook : hairbeautyshop

BEAUTY SHOP ESTHETIC

Tél. 04 92 82 24 49

Facebook : beautyshopesthetic

Une seule adresse !

Batiment Le Meeting - ZI St Joseph - MANOSQUE





HAIR BEAUTY SHOP

*Belle de la tête
aux pieds*

Offre de Noël

Lissage Brésilien
ou lissage Tanin

100 €*

Offre de Noël

Lumière Pulsée

-30%*

sur tous les forfaits

*Offres valables du 1^{er} décembre au 31 décembre 2019

HAIR BEAUTY SHOP

Tél.04 92 74 91 75

  HAIRBEAUTYSHOP

BEAUTY SHOP ESTHETIC

Tél.04 92 82 24 49

  BEAUTYSHOPESTHETIC

BÂTIMENT LE MEETING • PARC D'ACTIVITÉ ST JOSEPH • MANOSQUE



Créé en 1999, le Guide Passtime à fait son entrée dans le département au printemps. Nicolas Minière vous propose dans son guide des remises et réductions exclusivement basées sur les restaurants commerces et loisirs... Alors pourquoi ne pas l'offrir pour Noël ?

DEPARTEMENT

PASSTIME LES BONS PLANS !



PASSTIME EN QUELQUES MOTS

Présents dans quatre-vingt-cinq départements avec plus de quatre-vingt-dix éditions locales, les guides Passtime réunissent plus de deux millions d'utilisateurs en France, mais également dans les DOM-TOM.

Le guide de Nicolas Minière recense un contenu

exclusivement basé sur les restaurants, commerces, loisirs des Alpes-de-Haute-Provence proposant des remises et réductions aux détenteurs de ce dernier. Le guide Passtime permet aussi de «consommer local», les restaurants, commerces et loisirs répertoriés dans le guide Alpes-de-Haute-Provence sont exclusivement dans votre département . **Pour résumer PassPasstime c'est toutes vos envies, vos besoins au quotidien avec des offres de réductions locales autour de vous !**

DEUX OFFRES PROPOSÉES ET LES AVANTAGES

Une fois acheté, vous bénéficiez de deux offres : **une découverte** et **une permanente**.

- **L'offre Découverte** qui permet de **découvrir l'établissement avec de fortes réductions allant de 30 à 50 %** dans les restaurants, commerces et loisirs, jusqu'à six personnes.
- **L'offre Permanente** permet, quant à elle, de **retourner dans les restaurants, loisirs et commerces toute l'année sans limitation**.

Les avantages :

- **Guide amorti en une ou deux utilisations.**
- Des **centaines d'euros d'économies** par an tout en se faisant plaisir.
- **Valable pour une à six personnes** pour les restaurants et les loisirs.
- **Utilisable dès maintenant jusqu'à fin décembre 2020**

UNE IDÉE CADEAU

Vous êtes à la recherche du cadeau idéal ? **C'est LE cadeau original par excellence** que vous pouvez offrir a titre individuel ou bien comme cadeau d'entreprise ! **Tous les avantages proposés dans le guide sont valables jusqu'au 31 décembre 2020** ce qui laisse du temps pour en profiter au maximum.

Quels que soient les centres d'intérêts vous êtes certain de ne pas vous tromper, tout le monde y trouvera son bonheur !



**AVEC PASSTIME,
SORTEZ PLUS, DEPENSEZ MOINS !**



UNE OFFRE NATIONALE ET UNE APPLICATION

En plus du guide régional vous bénéficiez d'un accès à l'application nationale PassTime qui permet de bénéficier de toutes les offres permanentes en France ainsi que dans les DOM-TOM, et de profiter des offres Web : billetterie en ligne (concerts, spectacles, théâtre...), parcs de loisirs, villages et résidences de vacances, hôtels et appartements, boutiques en ligne (bijoux, cadeaux, box, abonnements...). **Passtime des avantages à tous les niveaux !**

COMMENT COMMANDER VOTRE GUIDE PASSTIME ?

Sur internet : **www.passtime.fr** (paiement sécurisé CB, chèque ou Paypal). Livré chez vous en quatre-huit heures après réception de votre règlement. Ou bien dans votre entreprise, CE ou amicale. **Renseignez-vous auprès de votre représentant du personnel.** Ce dernier dispose d'un tarif de groupe préférentiel à partir de trois personnes.

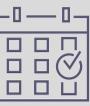
Pour Noël en collaboration avec Mouv'in, PassTime vous offre une remise de 25% sur l'achat du guide ou du Pack (guide + carte) avec le code Promo : FNRADBUD sur www.passtime.fr (rubrique «j'ai un code promo»)



POUR PLUS D'INFOS

Nicolas Minière
Tél. 06 62 88 66 94
nm.04@passtime.fr
Facebook : Passtime 04





Comme toujours en cette période, les marchés de Noël sont une véritable tradition dans cette période de l'aven. Pour la 12^{ème} année consécutive Villeneuve sort le grand jeu pour vous proposer le 8 décembre un marché hors du commun... Découvrez le programme !

VILLENEUVE, 12^{ÈME} MARCHÉ DE NOËL

VILLENEUVE



Comme de coutume, l'association Cyprès de Vous, association des commerçants, artisans et industriels de Villeneuve vous fait redevenir enfants en vous proposant un **marché de Noël et des animations tout au long de la journée**. Cette année l'association a fait réaliser l'affiche de cette journée par de petits villeneuvois; quoi de plus beau que la magie de Noël vue par des yeux d'en-

fants ? Pour ce 12^{ème} marché le ton est donné : une journée conviviale et chaleureuse vous attend !

LE MARCHÉ

Ce marché est pour vous le moment idéal pour vos achats de Noël : que vous recherchiez des cadeaux gourmands, utiles, ludiques et beaux, vous trouverez votre bonheur. De plus, faire vos emplettes sur un tel marché, c'est aussi l'occasion de valoriser et reconnaître le travail des commerçants, artisans et créateurs locaux. Vous allez certainement découvrir de très belles choses en déambulant dans les allées.

DES ANIMATIONS TOUTE LA JOURNÉE



Un marché de Noël sans animations, n'est; pour l'association, pas concevable; **aussi, c'est tout un beau programme d'animations gratuites qui a été concocté pour vous accompagner**. Orgue de barbarie avec Chantal et son incroyable répertoire, vin chaud, jus de pomme tout aussi chaud ou encore soupes réalisées par les bénévoles vous permettront

de combattre le froid ambiant et de vous réchauffer de manière gourmande et festive.

Les enfants ne sont bien entendu pas en reste. Cyprès de Vous pense aussi à eux... ils pourront se régaler à dos de poneys pour des balades au travers de ce beau village; et avec les danses de rues interprétées par les élèves de tous les âges d'Impulsion Danse Villeneuve, les pitreries du clown, les sculptures de ballons, ou encore un maquillage burlesque au hasard des déambulations des deux magiciennes du pinceau. Le chalet du Père-Noël, les fées et lutins ne manqueront pas à l'appel. **Cette journée laissera certainement de beaux souvenirs dans les mémoires aussi bien des petits que des grands.** Ateliers, spectacle de feu, parade, concert de Noël à l'Eglise... et bien d'autres activités animeront cette journée qui donnera un avant-goût de Noël...



LA JOURNÉE SERA CLÔTURÉE PAR UN FEU D'ARTIFICE MUSICAL



TENTEZ VOTRE CHANCE !

Vous pourrez tenter votre chance au concours de pesée de jambon: celui qui donnera le poids exact ou qui s'en rapprochera le plus, repartira avec ! Ayant rencontré un énorme succès lors d'une précédente édition, **le concours du plus bel arbre de Noël est organisé**.

Chaque candidat fournira son sapin et le matériel nécessaire à sa décoration. Avant 10h chaque candidat devra installer son sapin fabriqué selon ses envies, pas de contraintes de taille, de forme... c'est selon son inspiration. Les sapins exposés porteront un numéro; tout au long de la journée **chaque visiteur pourra attribuer un point à son sapin préféré** en mettant un bulletin dans l'urne prévue à cet effet. Un jury de 5 personnes répartira 100 points supplémentaires entre les différentes réalisations. **Les critères sont : «fait maison» et «originalité»**. Le ou la gagnante se verra récompenser à 16h30 sur le marché.

COLLECTE DE JOUETS

Il est important de préciser que La Meridienne profite de cette journée pour organiser une collecte de jouets qui se tiendra toute la journée. Alors si vous souhaitez apporter votre pierre à l'édifice c'est le moment.

Les organisateurs ont pensé à tout ! **Afin de faciliter votre venue et votre stationnement, des navettes gratuites, conduites par des bénévoles, vous amèneront au coeur de la manifestation.**

Tout cela ne serait possible sans l'aide précieuse des nombreux bénévoles et des associations villeneuvoises pour faire de cette journée un moment exceptionnel !



QUELQUES INFOS

MARCHÉ DE NOËL DE VILLENEUVE

Dimanche 8 décembre 2019

10h : Ouverture officielle du marché

15h & 17h : Parade

18h : Feu d'artifice





Une table de fête ne serait pas une vraie table de fête sans les produits de la Maison Rouger. Un large choix de produits qui ravira les plus gourmands et les connaisseurs et qui réglera à coup sûr les papilles.

MANOSQUE



Chocolats fins, marrons glacés, orangettes, truffes, cerises à la liqueur, macarons, nougats, pompes à l'huile, gibassiers, pain d'épices... pains bios. Traiteur salé : feuilletés salés, pains-surprises garnis...

N'hésitez pas à vous renseigner en boutique auprès de nos vendeuses-conseil.



LES NOUVELLES BÛCHES

Dès le 7 décembre, vous pourrez découvrir et réserver les bûches qui viendront clore vos repas de fête. Cette année encore la maison Rouger met un point d'honneur à créer des nouvelles recettes de bûches, quatorze au total,

deux glacées et cinq bûches-entremets qui viennent s'ajouter aux traditionnelles bûches pâtisseries déclinées en sept parfums.

Bûches glacées :

Justine : Sorbet à la framboise, sorbet à l'ananas, meringue aux pralines roses et biscuit aux amandes.

Lolie : Glace au caramel beurre salé, glace au chocolat noir, meringue, biscuit cacao-amande.

Bûches-entremets :

Lindsay : Mousse vanille de Madagascar, ganache chocolat blanc aux fruits de la passion, ganache chocolat blanc à la mangue, croustillant noix de coco et citron vert.

Amélie : Crème de noisette, compotée d'orange à la fève de Tonka, croustillant praliné, biscuit aux noisettes torréfiées et zeste d'orange



Kim : Mousse au chocolat au lait, crème brûlée à la pistache, coulis de framboise, biscuit au chocolat sans farine (sans gluten).

Steffi : Mousse au chocolat noir intense, compotée de poires de Manosque flambées, streusel au chocolat, cake aux raisins macérés.

Martina : Bavaroise Capuccino, crème à l'amande, crumble à la cacahuète, cake à la crème de marron.

Bûches pâtisseries :

Crème au café ; Façon forêt noire; Façon framboisier; Ganache au chocolat noir; Crème légère aux marrons AOP Biologique d'Ardèche et chantilly; Crème au beurre Grand Marnier; Crème au beurre praliné.

LA QUALITÉ ROUGER POUR NOËL !

OFFRE SPÉCIALE NOËL

Bénéficiez des avantages de la carte de fidélité prépayée des boulangeries Rouger, avec des remises, tous les jours et sur tous les produits (de 5 % à 20 % de remise).

Pour toute création de carte avec chargement ou pour tout rechargement de carte, du 1^{er} au 31 décembre 2019, nous vous offrons un crédit supplémentaire de 5 euros ! Valable qu'une seule fois par client pendant la durée de l'offre.



RÉSERVEZ VOS BÛCHES DE NOËL
DANS NOS BOULANGERIES DÈS LE 7 DÉCEMBRE

LA TOMBOLA DES ROIS



Pour la deuxième année consécutive, la Maison Rouger vous offre, pour l'achat d'une galette ou d'une brioche des rois, entre le 26 décembre et le 19 janvier, un ticket de tombola.

Ce ne sont pas moins de deux tirages qui auront lieu les 5 et 19 janvier, qui vous permettront peut-être de gagner les gros lots

à savoir une télévision écran plat ou une PS4 avec FIFA 2019.

Régalez-vous tout en tentant votre chance !

LES BOULANGERIES

Manosque : Avenue Jean Giono
Tél. 04 92 72 01 28

Pierrevert : Place du 19 mars 1962
Tél. 04 92 75 84 79

Les boulangeries seront ouvertes les
24, 25 et 31 décembre
ainsi que le 1^{er} Janvier 2020

**ARTISAN BOULANGER
PATISSIER CHOCOLATIER**

ROUGER



- ☆ 7 BÛCHES TRADITIONNELLES
- ☆ 5 NOUVELLES BÛCHES PRESTIGES
- ☆ 2 NOUVELLES BÛCHES GLACÉES
- ☆ Et aussi...

Chocolats fins, marrons glacés, orangettes, truffes, cerises à la liqueur, macarons, nougats, pompes à l'huile et gibassiers, pain d'épices... pains bios.

TOMBOLA DES ROIS !

DU 26 DÉCEMBRE AU 19 JANVIER

*pour tout achat d'une galette ou brioche des rois
1 ticket de tombola est OFFERT*

GAGNEZ LES 5 & 19 JANVIER

1 ÉCRAN PLAT

ou 1 PS4 + FIFA 2019

PIERREVERT

PLACE DU 19 MARS 1962
du lundi au samedi de 6h30 à 13h30
et de 15h30 à 19h30
dimanche 6h30 - 13h30
Tél : 04 92 75 84 79

*Ouvert les
24, 25, 31 décembre
et 1^{er} janvier*

MANOSQUE AVENUE JEAN GIONO

Tous les jours
de 6h à 20h
Tél : 04 92 72 01 28

Tous nos produits
sur le site www.boulangerie-rouger.fr





Grâce au dispositif mis en place par le gouvernement, les locataires et propriétaires, maisons secondaires peuvent isoler leurs combles perdus, garage, cave ou encore vide sanitaire pour seulement 1 euro avec la société ETH Pro.

DÉPARTEMENT



Depuis le 15 avril, quels que soient vos revenus ou votre statut, vous pouvez bénéficier de cet avantage pour isoler les pièces de votre maison couvertes par le dispositif. **En effet, il n'y a plus de plafond de ressources obligatoire pour bénéficier de l'isolation à 1 euro.**

GAGNEZ EN CONFORT DANS VOTRE MAISON

La société ETH Pro vous permet de profiter de ce nouveau dispositif d'isolation à 1 euro en partenariat avec le gouvernement. Répondant aux différents critères d'attribution et grâce à l'antériorité et aux bons résultats de la société en matière d'isolation, cette dernière a été retenue pour répondre aux demandes dans les départements des Alpes-de-Haute-Provence et des Hautes-Alpes, mais également des Bouches-du-Rhône, du Var et du Vaucluse. Vous pourrez alors compter sur le professionnalisme de la société ETH Pro et de son équipe pour la mise en application de ce concept validé par l'État.

ISOLER VOS COMBLES PERDUS : LES AVANTAGES

Pour seulement 1 euro, vous pouvez : revaloriser votre bien, faire 50 % d'économie d'énergie sur votre mode de chauffage quelle que soit la facture, gagner 4 degrés de fraîcheur en plus l'été et 4 degrés de chaleur en plus l'hiver. C'est également une santé mieux préservée. Nous vous invitons à regarder l'extrait du journal télévisé de 20 heures de TF1, qui peut être vu sur Youtube. Et pour aller plus loin, le dispositif s'applique sans aucune limite de superficie de vos combles, vous disposerez d'une garantie de dix ans et d'un chantier contrôlé par un service qualité. Vous n'aurez pas non plus d'avance de frais à effectuer et l'installation se fait en seulement une journée.

ISOLEZ VOS COMBLES, GARAGE, CAVE, VIDE SANITAIRE POUR SEULEMENT 1€

CE DISPOSITIF POUR QUI?

Que vous soyez propriétaire ou locataire, vous êtes concerné par ce dispositif et désormais il n'est plus nécessaire de rentrer dans des critères de revenus. **Tout le monde est éligible, c'est la nouveauté de ce début d'année 2019 : l'isolation pour tous à 1 euro !**

DÉJÀ PLUS DE 60 000 LOGEMENTS ONT BÉNÉFICIÉ DE CETTE AIDE DE L'ÉTAT.

POURQUOI NE PAYEZ-VOUS QUE 1 EURO ?

Notre offre à 1 euro est possible grâce aux certificats d'économie d'énergie, créés en 2005 avec la loi POPE. Il n'y a aucune avance de frais ! Nous vous facturons uniquement le reste à charge après déduction de la prime des certificats d'économie d'énergie. Ce sont les fournisseurs d'énergie qui financent vos travaux, et nous nous occupons de toutes les démarches administratives pour vous. **N'hésitez plus dans vos démarches pour l'isolation de votre maison !**



PIÈCES À FOURNIR

Avis d'impôts revenus 2017 pour 2018 / Photocopie référence cadastrale / Mode de chauffage / Nombre de personnes dans le foyer / Propriétaire, locataire, résidence secondaire, usufruitier / Numéro de téléphone ou personnes joignables : impératif !

Vous pouvez nous les envoyer de 3 façons : mail, courrier ou les amener directement au siège.



«COUP DE POUCE»



ISOLATION POUR TOUS
SANS CONDITION DE REVENU
ET SANS AVANCE DE FRAIS
AVEC ETH PRO



La **garantie**
d'un **professionnel**
à votre **écoute**
près de **chez vous !**



OBJECTIFS

ACCÉLERER
la rénovation énergétique
LUTTER contre
la précarité énergétique

ACTIONS

AIDER les ménages
à financer leurs travaux
sans condition
de ressource et
sans avance de frais

MOYENS

1 société **RGE-QUALIBAT**
Des travaux **GARANTIS 10 ANS**
Proximité d'une **société locale**
à **votre écoute**

RESULTATS

Rendez-vous pour 1 visite technique **GRATUITE** dès votre appel
Pas d'inscription, pas de demande d'éligibilité !



Départements **04/05/13/83/84**

Contactez-nous au **09 73 79 72 71**
ou par mail : **ecotechabitatpro04@gmail.com**

ECO-TEC HABITAT PRO
Zone le Fosson - 04300 Saint-Maime



LE MEGAZONE de Manosque a fêté ses 5 ans au mois de Septembre. 5 ans... l'occasion d'apporter quelques évolutions pour passer de bons moments en famille ou entre amis. Venez découvrir la nouvelle version de Megazone Manosque.

MANOSQUE



En créant Megazone, Laurent Raymondo et son fils Yoan, ont proposé une nouvelle façon de se divertir à Manosque avec le concept unique de Laser Game. En poussant les portes, vous pourrez passer de super moments de détente aussi bien

dans le laser Game, qu'en vous défiant sur les jeux d'arcades, dans l'espace dédié au billard ou encore en vous essayant au mini-golf d'extérieur. **Laurent et Yoan ont souhaité cette année apporter quelques évolutions pour le plus grand plaisir de tous et vous proposer une version 2.0 du Megazone.**

QUELQUES CHANGEMENTS

Les espaces ont été repensés pour se recentrer vers une offre de loisir et de divertissement convivial pour **passer un bon moment en famille ou entre amis**. Le mobilier a été changé, la salle de billard, accessible à partir de 14 ans, est désormais à l'étage.

LA NOUVEAUTÉ !



Depuis le mois d'Octobre, Megazone vous offre une patinoire intérieure de 140m²: **réelle innovation, et unique dans la région Sud. La glace faite en matière synthétique n'a ni besoin d'eau ni d'électricité pour vous procurer les mêmes**

sensations de glisse que sur une glace congelée mais sans la sensation de froid ! Cette patinoire synthétique permet au Mégazone d'économiser 13 000 litres d'eau et 11 000 kw/h d'électricité par mois; soit l'équivalent de la consommation de 395 maisons ! De plus, le parc évite le rejet de 3,5 tonnes de Co2. La société Xtraice qui à concue cette patinoire est le plus gros fournisseur au monde de patinoires synthétiques. Disneyland Paris, Gulli Parc ou encore les Galeries Lafayette leur ont fait confiance. Xtraice est également le fournisseur de deux clubs de hockey sur glace aux Etats-Unis.

Megazone met à votre disposition 80 paires de patins de la taille 26 au 47 (dont la location est comprise dans le tarif) **et pour les plus petits, des patins double-lame pour qu'eux aussi puissent se régaler !**

Megazone vous propose de patiner pendant 30 minutes pour 5€ par personne.

Deux formules anniversaire ont été créées. Renseignez-vous !

INNOVATION AU MEGAZONE



LE LASER GAME

Pour les habitués du Laser Game, aucune crainte à avoir, vous pouvez toujours venir faire une partie en totale immersion dans un univers «jeux vidéos». **Découvrez le nouveau labyrinthe de 580 m² dans un espace pouvant accueillir jusqu'à 30 joueurs simultanément.** Plusieurs modes de jeux différents sont proposés pour rendre chacune des parties totalement uniques. Megazone Manosque est équipé d'un matériel dernière génération.

Des formules anniversaire Laser Game avec bonbons et boissons vous sont proposées et feront plaisir aux enfants comme aux parents.

PRIVATISATION OU SEMI-PRIVATISATION

Megazone Manosque vous propose des formules : anniversaire enfant (à partir de 5 ans) ou adulte, enterrement de vie de jeune fille, de garçon ou bien encore des formules spécifiques pour les associations ou les comités d'entreprises. Vous pouvez vous renseigner sur les formules patinoire/laser game illimitées avec apéritif ou apéritif dînatoire, l'équipe saura trouver la bonne formule pour répondre à vos attentes et vous faire passer un agréable moment.

DE NOUVEAUX HORAIRES

Notez dans vos tablettes les nouveaux horaires !

Mercredi : 13h30 - 21h / Vendredi : 16h - 23h

Samedi : 13h30 - 23h / Dimanche : 14h - 20h

Et pendant les vacances scolaires,

Megazone est ouvert 7jours /7 à partir de 14 h

INFOS

MEGAZONE MANOSQUE

94 rue de l'Industrie ZI Saint Joseph - Manosque

Tél. 04 92 75 11 05

<http://www.megazonemanosque.com>

Facebook : Megazone Manosque



Pour vos repas de fêtes de fin d'année, vous pourrez compter sur les produits des soixante-dix producteurs de la coopérative Couleurs Paysannes disponibles dans les magasins de Valensole et du centre-ville de Manosque.

DES FÊTES PLEINES DE SAVEURS AUX COULEURS PAYSANNES

MANOSQUE / VALENSOLE



En ce mois de décembre, la coopérative Couleurs Paysannes attache une attention particulière à vous fournir les produits incontournables sur vos tables de fêtes. Vous retrouverez donc pour Noël dans vos magasins

Couleurs Paysannes : Chapons de Valensole (04) • Dindes, canards de Marcous (04) • Canards gras, Foie gras et Daguet de Forcalquier (04) • Huîtres de la baie de Tamaris (83) • Escargots de Saint-Julien (83) • Truffes noires et kit brouillade de Valensole (04) • Truites fumées et truites gravlax de Bauduen (83). Ces produits seront livrés en quantité limitée, il est donc fortement conseillé de les réserver en passant commande directement en magasins.

Lors de votre visite, vous découvrirez également les coffrets-cadeaux préparés par l'équipe : des bouquets composés ainsi que des plateaux de fromages.

LA PROXIMITÉ, UNE PRIORITÉ

Avec ses deux magasins, Couleurs Paysannes séduit les habitants dans un large rayon allant de Gréoux, Valensole, Vinon, Pierrevert, Manosque, Oraison, Volx, jusqu'à Forcalquier... Il faut dire que le principe d'obtenir des produits de qualité supérieure, sains, de saison et fournis directement par des producteurs locaux aux mêmes prix que ceux pratiqués dans les exploitations plaît énormément ! D'ailleurs, Couleurs Paysannes met un point d'honneur à ce que les clients puissent savoir d'où viennent leurs produits. Gage de transparence, dans chaque rayon vous retrouverez la « carte d'identité » de ces derniers, leur provenance et vous pourrez ainsi mettre un visage sur les producteurs qui chaque jour travaillent à vous proposer leurs meilleurs produits.



ANIMATIONS SPÉCIALES FÊTES

Toujours dans l'optique et la volonté de mettre en avant les producteurs locaux, Couleurs Paysannes de Valensole vous propose durant tout le mois de décembre des animations avec présentation et dégustation de produits :

Vendredi 6 décembre – matin :
dégustation autour des pâtés truffés avec Sabine

Vendredi 13 décembre – après-midi :
dégustation de poichichades avec Raphaëlle

Samedi 14 décembre – matin :
dégustation autour de la truffe noire avec Roger

Samedi 21 décembre – matin :
dégustation autour des pâtés truffés avec Sabine

Samedi 21 décembre – après-midi :
dégustation d'escargots avec Franck

Mardi 24 décembre – journée :
préparation de bouquets de fleurs sur mesure avec Olivier

Lundi 30 décembre – journée :
préparation de bouquets de fleurs sur mesure avec Olivier

LES HORAIRES DES MAGASINS

Valensole (rond-point des Quatre-Chemins) :
Du lundi au samedi de 9 heures à 19 heures sans interruption
Manosque (centre-ville – Place du Terreau) :
Du lundi au jeudi de 9 heures à 12h30 et de 14h30 à 19 heures.
Le vendredi de 9 heures à 19 heures sans interruption.
Le samedi de 8h30 à 12h30 et de 14h30 à 19 heures.

À noter que les magasins Couleurs Paysannes fermeront leurs portes plus tôt le 24 décembre (16h30) et le 31 décembre (16h). Les magasins seront fermés les 25 et 26 décembre, ainsi que les 1^{er} et 2 janvier.

INFOS

COULEURS PAYSANNES
Les Quatre Chemins - Valensole
5 Place du Terreau - Manosque
Tél. 04 92 72 14 96
www.couleurs-paysannes.fr
Facebook : @CouleursPaysannes



PUBLI-REPORTAGE

Tout au long de l'année le Casino Partouche à Gréoux-les-Bains vous habitue aux jeux et cadeaux. Pour cette période de fêtes, l'équipe met les bouchées doubles pour un Noël exceptionnel.



GRÉOUX-LES-BAINS

C'EST NOËL CHEZ PARTOUCHE



On pourrait dire que c'est tous les jours Noël au Casino Partouche, mais le mois de décembre comporte son lot de cadeaux et surprises. De nombreux événements et animations sont mis en place pour faire de vous un gagnant heureux.

VOTRE CADEAU SOUS LE SAPIN

Début des festivités avec le Grand Jeu de Noël du 1^{er} au 31 décembre dans votre casino. Chaque jour, venez tenter votre chance et tentez de gagner l'un des quatre-vingt-treize cadeaux durant tout le mois de décembre.



Chaque joueur du casino pourra être tiré au sort lors d'un des trois tirages quotidiens et repartir avec l'un des très beaux lots mis en jeu : coffrets dégustation, bouteilles de Champagne, coffrets de vins, boîtes

de chocolat, séjour Disney Land Paris, paire de skis et chaussures de ski, tablette... ou encore des crédits de jeu. Les gagnants pourront récupérer leur cadeau au pied du sapin et ils auront la surprise du lot à l'ouverture de leur paquet !

UN REVEILLON EXCEPTIONNEL

Pour préparer le passage à la nouvelle année, le casino Partouche a mis les petits plats dans les grands pour que cette dernière soirée de 2019 reste mémorable et que ce premier jour de 2020 soit exceptionnel. Profitez d'une soirée dansante autour d'un menu de circonstance à 90 euros par personne (avec 5 euros de crédit de jeu*), le mardi 31 décembre à partir de 20 heures : Places limitées. Renseignements et réservations au 04 92 78 00 00.

NOUVEAU JEU

Un nouveau jeu a été mis en place récemment, le Black Jack électronique !! Ce jeu est disponible sur les 11 postes de roulette anglaise électronique, tous les jours dès 10 h 30 du matin. A découvrir absolument !!



DES FÊTES DE FIN D'ANNÉE ET UN DÉBUT D'ANNÉE ANIMÉS AU CASINO PARTOUCHE !

UN MOIS DE JANVIER GÉNÉREUX

Les fêtes passées, votre Casino Partouche ne vous oublie pas, rendez-vous le lundi 6 janvier 2020 pour la traditionnelle galette des rois, et s'enchaîneront ensuite les bonnes surprises et les événements à ne surtout pas rater.

SALON DE LA VOYANCE

Pour démarrer l'année sous les meilleurs présages, le casino Partouche vous invite à venir découvrir les prédictions de 2020 avec Patricia, médium depuis vingt-quatre ans, les 09, 10 et 11 janvier 2020. Consultations gratuites avec votre carte de fidélité Partouche. Les places sont limitées. Réservations à l'accueil du casino ou au 04 92 78 00 00.

ET TOUT AU LONG DE LA SEMAINE

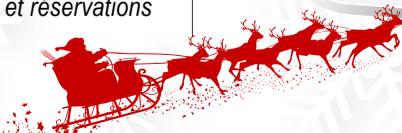
Parce que le casino a la volonté de vous distraire tout au long de la semaine, retrouvez le karaoké à la brasserie tous les vendredis dès 19 h 00, les samedis les soirées Ambiances musicales dès 19 heures et tous les lundis un buffet offert en salle de jeu à 19 h 00.

INFOS & RÉSERVATIONS

A l'accueil du Casino
ou au Tél. 04 92 78 00 00

Casino Partouche Avenue des Thermes
04800 Gréoux-les-Bains

www.casinogreoux.com





ÉVÈNEMENT

Véritable moment de partage musical et gustatif en plein milieu de l'hiver, la commune de Volx organise le 18 janvier le «Pop Soup» ! Mais en quoi consiste réellement cet évènement ? Pour votre mettre l'eau à la bouche on vous explique le principe...

POP SOUP 6^{ème} EDITION

VOLX

LE PRINCIPE DU POP SOUP



Le Pop Soup c'est très simple ! **Chaque participant prépare une soupe selon ses envies, ses goûts.** Dès la fin d'après-midi (18h30) tout le monde se retrouve autour des marmites devant l'espace Simone Veil (au centre du village devant la bibliothèque), desquelles se dégagent les bonnes odeurs de soupe. **De quoi vous réchauffer et réchauffer les coeurs en cette**

période parfois fraîche...!

Tout le monde déguste les soupes des uns et des autres **dans un moment de partage convivial.** Un jury de goûteurs va désigner la soupe la plus succulente... Celui ou celle qui aura réalisé la meilleure soupe se verra attribuer le trophée de la «Louche D'or». Alors pour tenter de gagner ce trophée n'hésitez pas à sortir vos marmites et à montrer vos talents culinaires

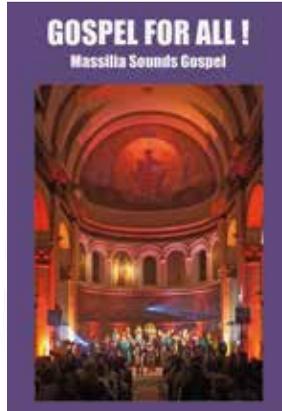
PARTAGE ET LECTURE

Depuis maintenant 3 ans, la nuit de la Lecture a été instaurée par le ministère de la culture en collaboration avec les acteurs du livre et de la lecture. Cette année, elle se déroulera le 18 janvier; **la médiathèque a décidé de s'associer au Pop Soup et ouvrira ses portes de 18h à 20h pour vous proposer des histoires... à la louche !**

LE CÔTE POP

Après s'être réchauffé avec les soupes et pourquoi pas avoir échangé les recettes, **vous pourrez assister au concert «pop» à 20h.** Ce concert se déroulera dans la salle du foyer rural de Volx. Cette année, **Volx accueille la troupe du Massilia Sounds Gospel.** Cette troupe composée de 32 choristes et d'un chef de chœur, vous proposera son nouveau spectacle Gospel For All.,

LE MASSILIA SOUNDS GOSPEL



Depuis longtemps au coeur des mouvements les plus innovants de l'histoire de la musique populaire noire-américaine, **le Gospel offre une richesse de styles musicaux étourdissants** : les pulsations frénétiques du Swing, les mélodies rugueuses du Blues, la ferveur électrique de la Soul, les grooves sensuels du Rn'B, le «flow» du Hip-hop. Né dans les champs de coton, le gospel prend aujourd'hui ses

racines en milieu urbain pour produire une musique puissante, émouvante et raffinée.

Les choristes du Massilia Sound Gospel sont auditionnés et choisis pour leur passion du chant, leur motivation et leur compétence mais aussi pour leur état d'esprit. Ils se connaissent depuis longtemps et forment la «famille MSG». **Avec des profils variés, de tous âges et de milieux divers, ils sauront sans aucun doute vous toucher !**

Alors après avoir partagé la soupe venez partager ce moment musical qui promet d'être lui aussi un véritable moment d'échange

Le concert se déroulera à 20h au foyer rural, ce dernier ne pouvant accueillir que 209 personnes, **le nombre de places est donc limité.**



Les tickets sont en vente en mairie de Volx à partir de 9 Janvier 2020 au service comptabilité.

Tarif : 10 euros adultes et + de 12 ans / 5 euros pour les enfants de 6 à 11 ans.

Nous vous conseillons de faire une préservation : culture.volx@orange.fr

**POP SOUP VÉRITABLE MOMENT
DE PARTAGE ET DE CONVIVIALITÉ**

INFOS

Mairie de Volx
Tél. 04 92 70 18 04
culture.volx@orange.fr



PUBLI-REPORTAGE

Alliance Piscines Manosque, plus de 10 ans d'expérience pour vous conseiller et vous accompagner dans toutes les étapes de votre projet piscine et spa. N'hésitez pas à contacter l'équipe d'Aqua Rêve Manosque, elle vous aidera à faire le grand plongeon !!

MANOSQUE



Ma piscine pour la vie !

LE SAVOIR-FAIRE & LE SUIVI

Une équipe expérimentée à votre service : avec ses 40 ANS D'EXPERIENCE dans le métier du composite et plus de 50 000 piscines fabriquées, vous ne vous tromperez pas en faisant appel à eux. Alliance Piscine comptabilise 150 agences en France et en Europe pour **une relation de proximité avec des pisciniers professionnels.**

LA FABRICATION

Comme une piscine ne se fabrique pas en un claquement de doigts, Alliance Piscines, met les moyens adéquats pour répondre aux demandes grandissantes : 15 000 m² de bâtiments sur 80 000 m² de zone et parc logistiques assurent le suivi des conceptions, répartis sur les 6 usines d'assemblage et de fabrication en France et ce dans le but de vous proposer des piscines qui correspondent à vos besoins, **la marque vous propose un choix de 40 modèles uniques de bassin** déclinés en 5 couleurs avec de nombreuses options disponibles (balnéo, nage à contre courant, éclairage, traitement automatisé de l'eau, volet, plages, ...) pour répondre à vos envies !

LA MEILLEURE GARANTIE DÉCENNALE DU MARCHÉ

Grâce à la garantie décennale et assurance décennale par capitalisation qui s'applique à la fois sur : la structure, l'étanchéité, le gel coat (revêtement intérieur). **Vous n'aurez aucune crainte à avoir sur la qualité de la réalisation.**

LA PISCINE EN KIT : TOP KRONO



Vous craignez de ne pas avoir le budget nécessaire et la saison est trop avancée pour avoir une chance de trouver un pisciniste disponible pour effectuer les travaux... **Et si vous la construisiez vous-même ?** Il y a de nombreuses raisons d'opter pour le modèle coque polyester.

Facile à monter :

- Les piscines coque polyester sont monobloc et déjà équipées d'un escalier ou d'une échelle, selon vos souhaits.
- Elles disposent de tout l'équipement nécessaire à la mise en service : skimmers, bonde de fond, prise balai, refoulements...
- Votre piscine coque vous sera livrée avec sa forme définitive, prête à être déposée dans l'espace que vous aurez préparé. Il n'y a aucun besoin de collage ou soudure.

Les modèles de piscine KRONO, par exemple, conviennent bien pour une piscine enterrée ou semi-enterrée, mais on trouve également des modèles pour piscines hors-sol.

EN SAVOIR PLUS SUR LA MARQUE ALLIANCE PISCINES

UNE CENTRALE NOUVELLE GÉNÉRATION EST NÉE "EAU'SHOP"



«EAU'SHOP» est votre nouveau guide digital dédié à l'univers de la piscine.

S'appuyant sur l'expertise de notre réseau de revendeurs, nous avons sélectionné pour vous toutes les informations et les produits indispensables au bon fonctionnement de votre piscine. **Que ce soit pour CONSTRUIRE, UTILISER, OPTIMISER ou PROFITER de votre piscine, «EAU'SHOP» est là pour vous aider.** Retrouvez également la version catalogue dans notre magasin.

WELLIS, NOUVEAU PARTENAIRE DE BIEN-ÊTRE :

Production Européenne de haute qualité, la technologie verte du 21^{ème} siècle. Depuis leurs créations en 2003, les produits WELLIS rencontrent un succès grandissant ; de plus en plus de personnes se tournent vers un mode de vie plus sain et recherchent pour leur bien-être personnel des produits de haute qualité, à installer dans leur maison ou leur jardin. C'est pourquoi, nous nous sommes tournés vers le savoir-faire européen et vous serez surpris d'apprendre que les célèbres produits WELLIS, tels que les Baignoires Balnéo et les Spas de jardins sont produits en Hongrie. Pour répondre à la demande, une chaîne de fabrication de spa de nage a été ajoutée à celle des spas déjà connus de la marque. Ainsi, ce sont près de 9000 spas qui sont produits chaque année.

Trouvez facilement votre prochain aqua rêve grâce aux différentes gammes proposées :

Mylène SPA (entrée de gamme) / Cityline SPA (milieu de gamme) / Peakline SPA (haute de gamme) / Swimline (spa de nage)

Bénéficiez d'une garantie de 10 ans sur la structure, 7 ans sur la coque et 3 ans sur les équipements avec la certification TÜV en gage de qualité, WELLIS s'engage dans l'excellence.

Découvrez notre **NOUVEAU SHOWROOM SPA** à partir du 7 décembre et toutes nos offres bien-être valables jusqu'au 31 janvier 2020.

POUR PLUS D'INFOS

Alliance Piscines – Aqua Rêve SAS
575 Avenue Joseph-Cugnot – Z.I Saint Joseph
04100 Manosque
Tél. 04 92 77 00 00
contact@alliancepiscines04.com
Page facebook : Alliance Piscines Manosque



ET SI VOUS PASSIEZ L'HIVER AUTREMENT ?

POUR L'ACHAT D'UN SPA WELLIS DU 7/12 AU 31/01, UN PACK CADEAU OFFERT D'UNE VALEUR DE 740 €*



MYLINE-SPA TITAN | 3 PLACES
(2 ASSISES - 1 ALLONGÉE)

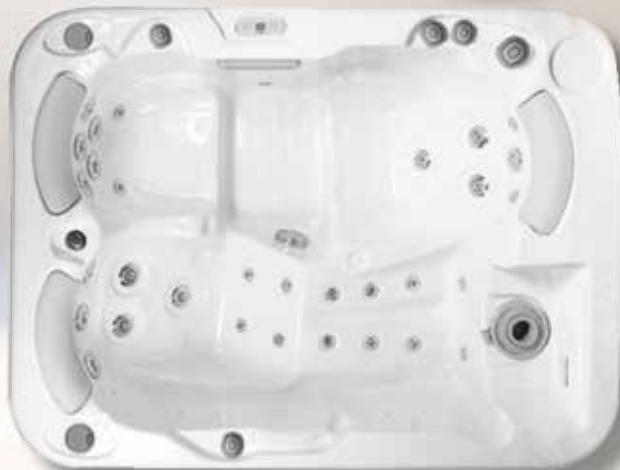
2,01X1,53X0,77 M
NOMBRE DE JET = 31 - CASCADE = 1
ASSAINISSEMENT DE L'EAU = OZONE
SYSTÈME AUDIO
POMPE = 1X3 CV BI-VITESSE

5979€ TTC*

CITYLINE-SPA PALERMO | 5 PLACES
(3 ASSISES - 2 ALLONGÉES)

2,18X2,18X0,87 M
NOMBRE DE JET = 42 - JET FONTAINES AVEC ECLAIRAGE X2
CASCADE = 1 - ASSAINISSEMENT DE L'EAU = UV
SYSTÈME AUDIO - APPLICATION SMARTPHONE
POMPE = 2X3 CV MONO-VITESSE

10499€ TTC*



SPA D'INTÉRIEUR - OFFRE SPÉCIALE MODÈLE D'EXPO

SPA 3 PLACES | 2 ASSISES - 1 ALLONGÉE



2,14X1,55X0,85 M
NOMBRE DE JET TOTAL = 52
CASCADE RETRO-ECLAIRÉE = 1
ASSAINISSEMENT DE L'EAU = OZONE
PROPOSE 4 ZONES DE MASSAGE
POMPE À AIR = 1
POMPE = 2 X HYDROMASSAGE

5590€ TTC*



SPA 5 PLACES | 3 ASSISES - 2 ALLONGÉES

2,18 X 2,18 X 0,90 M
NOMBRE DE JET TOTAL = 70
CASCADE RETRO-ECLAIRÉE = 1
ASSAINISSEMENT DE L'EAU = OZONE
POMPE DE CIRCULATION = 1
POMPE À AIR = 1
POMPE = 2 X HYDROMASSAGE

6590€ TTC*

* Tarif hors livraison et installation - **Voir détail en magasin



ANIMATION

Durant tout le mois de Décembre, Oraison se met à l'heure de Noël... Cette année encore, la ville voit les choses en grand pour faire patienter petits et grands jusqu'à Noël. Tout un programme d'animations est proposé...

NOËL SE FÊTE À ORAISON



ORAISON



Comme tous les ans la ville d'Oraison vous réserve, avec l'aide de tous les bénévoles qui prennent part dans l'organisation des événements, **un programme bien rempli pour patienter jusqu'au 24 décembre et vous mettre dans l'ambiance magique de Noël.**

DU 1^{ER} AU 31 DÉCEMBRE

C'est la 18^{ème} année qu'Olido transforme les salles du château en véritable monde magique, en recréant la **Féerie de Noël**. Le Père-Noël y retrouve comme chaque année son bureau dans le décor féérique du Pôle Nord. On ne vous en dit pas plus... Venez découvrir par vous-même cette **Féerie tous les après-midi de 14h à 18h et le mardi de 10h à 12h et de 14h à 18h. Vous pourrez peut-être y croiser le Père Noël...**

Pour celles et ceux qui aiment se plonger dans les traditions, vous pourrez vous rendre à l'**exposition «La table des 13 desserts»** qui cette année est sur le thème «Les Broderies». L'expo est ouverte **tous les jours de 14h à 18h et le samedi 14 décembre de 9h à 18h**, dans le nouveau local - Maison du Patrimoine et des Traditions - qui se trouve rue Léon Agnel (derrière le monument aux morts). Cette expo est organisée par **Les Fileuses d'Oraison**.

La municipalité met en place dans la **pure tradition des crèches provençales, la Crèche de Noël** avec ses magnifiques décors et ses traditionnels santons. C'est dans le **lavoir rue Abel Roger qu'ils prennent vie** et que vous pourrez admirer le travail d'orfèvre qui a été nécessaire pour réaliser cette crèche. Un grand bravo à Dina et à ses mains de fée !

LE SAMEDI 7 DÉCEMBRE

Envie de vous réchauffer en faisant un peu de sport seul ou en famille, alors ne manquez pas la traditionnelle «**Foulée de Noël**». Dès 8h45 place du Kiosque, vous pourrez découvrir le parcours de course à pied adultes et enfants, ainsi qu'un parcours de marche.

LE SAMEDI 14 DÉCEMBRE

Noël ne serait pas Noël sans son traditionnel marché. C'est de 8h à 19h que pas moins de 30 exposants vous proposeront de l'artisanat et des gourmandises. Le Comité des Fêtes vous réserve un agréable moment. Toute la journée, le centre-ville sera animé par des chants de Noël et l'après-midi le groupe «Les Copains d'abord», accompagné de majorettes, déambulera dans les rues.



LE MERCREDI 18 DÉCEMBRE

Pour cette période très festive tout le monde s'investit ! **L'Ecole de Musique fait son Cinéma à 18 h à la salle de l'Eden.** Les élèves de l'école Edouard Chappe ont travaillé sur une partition graphique et mis en musique le court métrage «Les aventures de Félix» du cinéaste C. Philibert... tout cela en collaboration avec le groupe «Peek a Boo».

LE SAMEDI 21 DÉCEMBRE

La tant attendue parade se prépare... avant de découvrir les chars venez passer **une après-midi festive place du Kiosque en compagnie des personnages. Ils feront patienter petits et grands jusqu'à 17h, heure à laquelle le traîneau du Père Noël suivi de 6 chars avec des personnages célèbres de Disney & des contes pour enfants, vous transporteront dans un nouvel univers.** Pour se réchauffer, le Comité des Fêtes vous proposera une vente de vin et chocolat chaud ainsi que des crêpes.

Cette après-midi se terminera en beauté avec le **feu d'artifice qui sera tiré après la parade et que vous pourrez admirer face à l'église. Alors soyez à l'heure !**

LE MARDI 31 DÉCEMBRE

Comme toutes les bonnes choses ont une fin, pour fêter la fin d'année et passer à 2020, le **Réveillon du 31 se déroulera à la salle de l'Eden.** Une soirée où l'ambiance sera garantie par l'orchestre-DJ «Haute Tension». Le Comité des Fêtes vous accompagne dans ce passage à la nouvelle année (06 59 69 35 09).



**Infos : Bureau d'Information Touristique d'Oraison
Tél. 04 92 78 60 80 - www.oraison.fr**



Des animations pour tous pendant le mois de décembre

LA MAGIE DE NOËL A **Oraison...**

 **Du 1^{er} AU 31 DÉCEMBRE**

18^{ème} Féerie de Noël - Tous les jours 14h-18h, le mardi 10h-12h, 14h-18h
Château d'Oraison, Olido. **Gratuit**

Expositions - «La table des 13 desserts» et «Les broderies»
Tous les jours 14h-18h - le samedi 14 décembre 9h-18h. Maison du Patrimoine et des Traditions.
Les Fileuses D'Oraison - **Gratuit**

Crèche de Noël - Dans le lavoir rue Abel Roger. Ville d'Oraison. **Gratuit**

 **SAMEDI 7 DÉCEMBRE**

La Foulée de Noël - A partir de 8h45, Place du Kiosque.
Course à pied adultes et enfants, parcours de marche. www.lafouleedenoeel.org

 **SAMEDI 14 DÉCEMBRE**

Marché de Noël - 8h-19h - Plus de 30 exposants (artisanat & gourmandises)
Place du Kiosque, Comité des Fêtes.

Spectacle - Salle de l'Eden, Dansez Passion. Tél. 06 19 71 68 09

 **MERCREDI 18 DÉCEMBRE**

L'école de musique fait sont cinéma - Ciné-concert et audition - 18h, Salle de l'Eden.
Ecole de Musique «Edouard Chappe»

 **SAMEDI 21 DÉCEMBRE**

Après-midi festive - 15h - Place du Kiosque

Parade de Noël - A partir de 17h - Centre ville

Feu d'artifice - 17h30 (après la parade) - Centre ville

 **MARDI 31 DÉCEMBRE**

Réveillon 2019 - 20h30 - Salle de l'Eden - Tél. 06 59 69 35 09

Infos et renseignements : Bureau d'Information Touristique
04 92 78 60 80 - Facebook : Ville d'Oraison - www.oraison.fr



PUBLI-REPORTAGE

Envie de profiter d'une soirée en couple ?
Besoin de vous retrouver et de vous relaxer ? Niché au cœur des oliviers, dans un calme absolu, découvrez le Bastidon de Théo, une suite avec spa pour célébrer un anniversaire ou une occasion particulière.



Oraison

Une chambre d'hôtes pensée et conçue pour le bien-être des couples recherchant intimité et détente à seulement quelques kilomètres de chez eux. C'est ce que propose Muriel Diouloufet à Oraison, **en pleine campagne, dans un cadre et une atmosphère romantiques, à la décoration chic et raffinée, pour profiter d'un pur moment de bonheur à deux.**



ESPACE BIEN-ÊTRE

Son spa canadien de deux-trois places vous transportera dans un immense moment de détente et de relaxation, grâce à ses 64 jets et à la

luminothérapie qui **vous fera voyager dans une plénitude inoubliable.**

Si vous le désirez, vous pourrez demander un modelage tonique ou relaxant (en supplément). Serviettes de bain, peignoirs, chaussons et nécessaire de toilette vous seront également fournis, tout comme les produits de toilette bio et le sèche-cheveux. **Tout est pensé pour que vous passiez la plus agréable des nuits en amoureux.**

Très à cheval sur l'hygiène, Muriel change l'eau du spa toutes les semaines et effectue les analyses chaque jour.

SE RETROUVER EN COUPLE

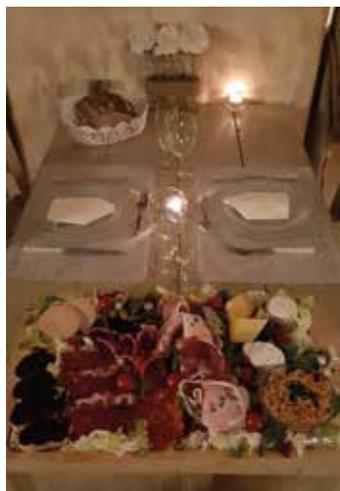


Que ce soit pour fêter un événement tel qu'un anniversaire, une demande en mariage, une nuit de noces ou tout

simplement oublier le stress et les soucis du quotidien, cette chambre d'hôtes de charme sera l'atout idéal pour se retrouver lors d'une nuitée ou d'un week-end.

Votre réservation comprendra bien évidemment une nuit reposante, mais également l'accès illimité au spa qui vous est entièrement alloué durant votre séjour. Les copieux petits-déjeuners du matin (salé et sucré) faits maison, ainsi que le minibar sont à votre disposition. **Le champagne vous sera offert ! ***

LE BASTIDON DE THÉO



Le Bastidon est composé d'un coin-cuisine si vous voulez vous préparer votre repas, mais si vous ne voulez plus sortir de la chambre durant votre séjour et ne rien faire, Muriel vous propose ses plateaux-repas campagnards avec charcuterie, fromage, foie gras, ou plateau fraîcheur avec gambas, saumon fumé accompagnés de gâteaux de soirée. Vous devrez les commander lors de votre réservation. Que ce soit pour

les petits-déjeuners ou les plateaux-repas, vous pourrez compter sur les produits frais de qualité et labellisés, des artisans locaux.

LA BASTIDON DE THÉO ARRÊTE LE TEMPS POUR UN MOMENT INOUBLIABLE

(FORMULE TOUT INCLUS NUITÉE, SPA ILLIMITÉ, MINIBAR, PETIT-DÉJEUNER, ET REPAS).

CHÈQUES CADEAUX

Voici une idée de cadeau originale à offrir pour Noël. Pensez à vos proches en leur offrant un instant de bien-être. **Le Bastidon de Théo a, pour cela, mis en place des chèques cadeaux qui feront plaisir à coup sûr !** N'hésitez pas à contacter Muriel pour les réserver.

INFOS ET RÉSERVATIONS

Pour des renseignements, réservations ou demandes particulières, Muriel répondra à toutes vos questions. Tarif à partir de 270 € tout inclus.

CONTACT

Saint-Pancrace - 04700 Oraison

Tél. 06 89 31 99 44

Facebook :

Chambre d'hôtes spa bien-être
Le Bastidon de Théo

* L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.



Le Bastidon de Théo

*Anniversaire de mariage, nuit de noce, couple, week-end,
romantisme, détente, bien-être, nuit, demande en mariage...*

**Offrez un moment
unique et inoubliable à Oraison !**



*Au coeur des oliviers dans un lieu intimiste la chambre d'hôtes
«Les Bastidons de Théo» arrête le temps et vous offre un pur moment de bonheur
dans une suite avec son «Spa Espace Bien-être»...*

**OFFREZ UN CHÈQUE CADEAU
POUR UN MOMENT INOUBLIABLE
AU BASTIDON DE THÉO...**

(A partir de 270€ tout inclus)



Quartier Saint-Pancrace - 04700 Oraison

Infos & réservations : 06 89 31 99 44 / lemasdetheo@gmail.com

Retrouvez-nous sur Facebook : Chambre d'hôtes Spa Bien-être Le Bastidon de Théo



François Doucet confiseur, une légende de Provence depuis 50 ans, vous invite à fêter un Noël Gourmand !

DOUCET CONFISEUR



Oraison

Riches en symboles, fortes en émotions et sensations, les traditions de Noël en Provence donnent du sens, des couleurs et des saveurs à cette fête particulièrement chaleureuse.



LA BOUTIQUE D'USINE

Découvrez cette magie de Noël, dans notre boutique d'usine où mille et une compositions gourmandes vous seront proposées, pour le plus grand plaisir des yeux et des gourmets.

Offrez et offrez-vous l'excellence en profitant de tarifs et d'avantages exceptionnels réservés aux visiteurs.

Vous pourrez déguster gratuitement toutes nos spécialités de confiseries. Provenant directement des ateliers de fabrication attenants, les chocolats et pâtes de fruits «François Doucet confiseur» réveilleront vos papilles; leurs saveurs gourmandes vous feront fondre de plaisir.

HERITAGE ET SAVOIR-FAIRE : VALEURS PORTÉES CHAQUE JOUR DEPUIS 50 ANS

DES MATIÈRES PREMIÈRES DE QUALITÉ

Chaque matière première mise en œuvre pour la création de nos confiseries est sélectionnée pour sa qualité et son goût ! Rien ne doit faire obstacle à la recherche et à la sélection des plus beaux fruits frais ou secs. Il en va ainsi de l'amande de Provence charnue et sucrée, la seule capable de générer un contraste de goût et de texture entre le cœur de la confiserie et son enrobage.

Pour les pâtes de fruits gourmandes haut de gamme, nous allons jusqu'à sélectionner sur l'arbre les meilleures variétés de fruits qui sont ramassés au maximum de leur maturité : l'abricot orangé de Provence, le coing de Provence, la poire williams des Hautes-Alpes, la pomme golden des Alpes, la figue blanche du Var et bien d'autres encore.

50 ANS DE SAVOIR-FAIRE ET DE PASSION

L'héritage et le savoir-faire sont des valeurs que nous portons chaque jour. Cela fait cinquante ans que nos équipes perpétuent et améliorent des gestes issus de la tradition de la confiserie et de la chocolaterie artisanales. Enrobage, cuisson, coulage, autant de techniques qui, associées à des recettes créatives concoctées dans nos ateliers, donnent naissance à des confiseries d'exception.



Nous aurons le plaisir de vous accueillir dans notre boutique d'usine : Du lundi au vendredi de 9 heures à 12 h 30 et de 13 h 30 à 19 heures

Le samedi de 10 heures à 13 h 30 et de 14 h 30 à 19 heures

Ouvertures exceptionnelles les dimanches 1, 8, 15, 22 et 29 décembre de 10 heures à 13 h 30 et 14 h 30 à 18 heures.



RENSEIGNEMENTS

Confiserie Doucet
Zone artisanale d'Oraison

Tél. 04 92 78 63 61

www.francois-doucet.com

magasin@francois-doucet.com

francois
DOUCET
CONFISEUR EN PROVENCE

pour
Noël
Offrez l'Excellence

50
ans

Coffret Anniversaire
16 saveurs et son livret de dégustation



BOUTIQUE D'USINE
— À ORAISON —

**OUVERTURE DE
LA BOUTIQUE**
LES DIMANCHES
1, 8, 15, 22 ET 29
DÉCEMBRE

10H - 13H30
14H30 - 18H

ZA - 04700 Oraison - Tél : 04 92 78 63 61 - magasin@francois-doucet.com

Ouverture du Lundi au Vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 19h - Le Samedi de 10h à 13h30 et de 14h30 à 19h

aussi sur
www.francois-doucet.com

Avec une programmation toujours très éclectique, le Théâtre de Durance vous propose pour cette fin janvier de vous évader dans les Caraïbes. A travers ce concert vous allez sans aucun doute voyager.

CHÂTEAU-ARNOUX

Le 31 janvier c'est destination Caraïbes ! Ce n'est pas en avion que vous allez voyager mais bien au Théâtre de Durance. Alors notez bien la date dans vos agendas, on vous présente tout cela !

LE CONCERT

Si tout le monde sait que le jazz est né à La Nouvelle-Orléans, nous savons peut-être moins qu'il s'est forgé dans toute la Caraïbe. En écho à cette histoire, **Caribbean Stories est un incroyable enchevêtrement de musiques qui révèlent à quel point elles sont sœurs**, imbriquées, intriquées. Jazz, calypso, merengue, valse, boléro, chachacha et tant d'autres genres encore embarqués dans un tourbillon profond, dansant, poétique et politique.

Samy Thiébault saxophoniste Ivoirien, pris de passion pour ces musiques, a décidé de les explorer avec une formation aussi originale qu'inédite : un groupe venu de ce « Tout-Monde » : le percussionniste Inor Sotolongo, le batteur Arnaud Dolmen, le contrebassiste Samuel F'hima, le guitariste Ralph Lavital et le tromboniste Robinson Khoury. Ensemble, **ils nous embarquent pour un voyage sensuel où rythmes et mélodies prennent des parfums envoûtants et sulfureux**



SAMY THIÉBAULT

Né en Côte d'Ivoire de parents enseignants, Samy Thiébault **suit un parcours classique au sein du Conservatoire de Bordeaux avant de rentrer en 2004 au prestigieux Conservatoire National Supérieur de Musique de Paris** dans la classe de jazz dont il sort en 2008. Parallèlement à ses études musicales, il obtient une maîtrise de philosophie à

l'unanimité à la Sorbonne (2001).

La sortie de plusieurs morceaux tels que Blues For Nel en 2004 ou Clear Fire en 2013 lui permet de conquérir un public qui s'agrandit au gré des sorties ou concerts. La presse est elle aussi conquise et unanime !

Des collaborations pour la danse, le théâtre et le cinéma s'égrènent entre les tournées auxquelles s'ajoutent les cours qu'il dispense.

DESTINATION CARAÏBES

En 2016, il travaille sur un projet nommé «Rebirth» qui est la révélation d'un jazz qui se veut plus moderne, personnel et le plus généreux possible. Il invitera l'immense trompettiste Avishai Cohen à participer à cette aventure et à enregistrer ce nouvel opus. Ce dernier fait accéder Samy Thiébault au **rang des musiciens «les plus importants et emblématiques de sa génération»**.

Le succès de cet album le conduit sur les plus grandes scènes nationales (Olympia, Nice, Festival de Marciac..) et internationales (Chine, Corée, Indonésie...).

Vous l'aurez compris, tout cela à de quoi l'installer durablement auprès **« des plus grands jazzmen de ce pays »** (JazzNews) et d'augurer de son futur diptyque, réaliser entre 2018 et 2019, un voyage musical entre la Caraïbe et les Indes...

RENCONTRE «DESTINATION CARAÏBES»

En lien avec le spectacle, le Théâtre de Durance, organise une rencontre «Destination Caraïbes» à la médiathèque de Château-Arnoux-Saint-Auban. Vous embarquerez pour un voyage musical, littéraire et gourmand vers les Caraïbes. Autour d'un verre, venez profiter d'écoutes et de lectures en lien avec Caribbean Stories et Big Sun.

Mercredi 22 janvier à 18h30 - Médiathèque Louis-Joseph de Château-Arnoux-Saint-Auban. Gratuit (sur réservation auprès du Théâtre de Durance)

ET ENCORE...

La rencontre à la médiathèque est aussi en lien avec un second spectacle de la programmation : **Big Sun qui se déroulera le 3 avril prochain à 20h... alors restez à l'écoute !**

INFOS ET RESERVATIONS

Caribbean Stories - Samy Thiébault
Vendredi 31 Janvier - 21 h
Tarif de 3 à 22 €

Théâtre de Durance
Tél. 04 92 64 27 34
billeterie@theatrededurance.fr
Facebook : Théâtre Durance

AGENDA

Belles fêtes de fin d'année à tous et à toutes...

LUNDI 2 DÉCEMBRE

ORAISON	Salle du Château	18 ^{ème} Féerie de Noël > 31/12	14h -18h	☎ 04 92 70 77 77
FORCALQUIER	...	Collecte de sang	...	☎ 06 01 91 85 52
MANOSQUE	Média. d'Herbès	Exposition : «Le chant du monde» > 21/12	...	☎ 04 92 74 10 54
SAINT-JURSON	Atel. la Vie en Couleur	Cours de Peinture - Tech. Pastel à l'huile > 7/02	...	☎ ...
DIGNE-LES-BAINS	Ctre. René Char	Spectacle «Game of Sex»	18h30	☎ ...

MARDI 3 DÉCEMBRE

GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Les «Pochettes Surprises»	journée	☎ 04 92 70 48 20
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Visite guidée La Lettre et l'Esprit	17h - 19h	☎ 04 92 70 48 20
MANOSQUE	MJC	Master Class Batterie (places limitées sur inscrip.)	18h30	☎ 04 92 72 19 70
GRÉOUX-LES-BAINS	Ctre. de l'Etoile	Les soirées de l'Etoile : Belles et magiques	20h30	☎ 04 92 78 01 08
CHÂTEAU-ARNOUX	Théâtre Durance	Visite du théâtre	19h	☎ 04 92 64 27 34
SAINT-AUBAN	Ctre. Soc. La Marelle	Récup déco « les vitrines de Nathalie »	14h	☎ 04 92 32 37 04
MANOSQUE	Porte Soubeyran	Lancement des illuminations - parades peluches	18h	☎ 04 92 70 34 00
MANOSQUE	MJC	Master class de batterie	18h30	☎ 04 92 72 19 70
DIGNE- LES-BAINS	Lycée PG de Gennes	{EDOS} apprenez à programmer > 4/02	...	☎ ...
DIGNE-LES-BAINS	Ctre. René Char	Renc. ciné Autres Regards «Sous les toits du monde»	20h30	☎ ...

Olivion télescopique



Olivion + batterie

2370€ TTC

Offre promotionnelle

2040€ TTC

Offre valable pour
l'achat d'un olivion
télescopique + une
batterie 700 à dos
de la gamme Pellenc

Offre valable dans la limite des stocks disponibles

Prunion 250 + M12

2148€ TTC

Offre promotionnelle

1949€ TTC

Garantie 3 ans
sur toute la gamme
sécateur à batterie

Offre valable dans la limite des stocks disponibles

OFFRES VALABLES SUR PRESENTATION DE CETTE PUBLICITÉ

ALPES PROVENCE MOTOCULTURE



Revendeur



ALPES PROVENCE MOTOCULTURE

APM MANOSQUE
ZA SAINT-JOSEPH
114 AVENUE JOLIOT CURIE
04100 MANOSQUE
04 92 76 57 10
apm-manosque@orange.fr

APM PEYRUIS
PLACE SAINT ROCH
04310 PEYRUIS
04 92 66 08 29
apm-peyruis@orange.fr

APM ORAISON
ZA LES BOUILLOUETTES
10 PLACE DE LA BASCULE
04700 ORAISON
04 92 74 52 14
apm-oraison@orange.fr

AGENDA

ROULEZ EN TOUTE SÉCURITÉ
CONTRÔLE TECHNIQUE AUTOMOBILE
AUTOSUR
 CONTRÔLE TECHNIQUE AUTOMOBILE
DES PONCHES
 Tél. 04 92 75 94 07
 266, rue des Ponches
 (à côté de hertz) MANOSQUE
 À conserver et à présenter lors de votre visite
 offre **NON CUMULABLE**

Vous offre
12€
 sur votre
 contrôle technique

AUTOSUR
 CONTRÔLE TECHNIQUE AUTOMOBILE
DES PONCHES
 SUIVEZ NOUS SUR FACEBOOK
 facebook

NOUVEAU !
3X SANS FRAIS
 PAR CARTE BANCAIRE
 MasterCard VISA

MERCREDI 4 DÉCEMBRE

GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Les histoires du 1er : C'est bientôt Noël !	15h30 - 16h30	☎ 04 92 70 48 20
CHÂTEAU-ARNOUX	Imm. Communal	Cours de dessin / peinture	14h - 16h	☎ 06 59 13 34 74
MANOSQUE	Hôtel Raffin	Expo permanente «Jean Giono...»	...	☎ 04 92 70 54 54
MANOSQUE	Média. d'Herbès	Histoires sous les toits > tous les mercredis >25/12	16h	☎ 04 92 74 10 54
DIGNE-LES-BAINS	Musée Gassendi	Exposition : Digne de soi, Ramuntcho Matta	...	☎ ...
DIGNE-LES-BAINS	Ctre René Char	Lab créatif avec «les petits débrouillards»	14h	☎ ...

JEUDI 5 DÉCEMBRE

SAINT-AUBAN	Ctre. Soc. La Marelle	Petit déj' avec l'association Logiah	9h	☎ 04 92 32 37 04
DIGNE-LES-BAINS	Archives. Dép.	La Haute Provence au gré du temps >7/02	...	☎ ...
DIGNE-LES-BAINS	Palais des Congrès	Salon «Domotique et Santé»	10h	☎ ...
DIGNE-LES-BAINS	Salle l'Hermitage	ÜBM / Variation Spectacle performance	19h	☎ ...

CASINO
GRÉOUX | LES BAINS



SOIRÉE
KARAOKÉ

TOUS LES VENDREDIS
À PARTIR DE 19H

À la brasserie du casino en terrasse

MARTOUCHE #JouezleJeu
CASINO - BRASSERIE - ÉVÉNEMENTS
 CASINOGRÉOUX | WWW.CASINOGRÉOUX.COM

Entrée à la Brasserie du Casino ou en terrasse ouverte à tous. Pas de contrôle aux entrées. SAS du grand casino de Gréoux-Les-Bains, 82 500€, Villa les Jarres - Avenue des Thermes 04800 Gréoux-les-Bains, RCS B 411 543 937 DIGNE-LES-BAINS

JOUER COMPORTE DES RISQUES : ENDETTEMENT, DÉPENDANCE, ... APPELEZ LE 09.74.75.13.13 (APPEL NON SURTAXÉ)

AGENDA



Geneviève Lethu est aussi chez  INTERIOR'S

VENREDI 6 DÉCEMBRE

CHÂTEAU-ARNOUX	Théâtre Durance	Ghost/ Still Life - Danse Ballet Prejlocaj	21h	☎ 04 92 64 27 34
LES MÉES	Cinéma des Mées	Découvrir Léonard De Vinci autrement	20h30	☎ 04 92 34 08 06
MALIJAI	Salle des Fêtes	Audition de Noël de l'école de musique	18h	☎ ...
MOUSTIERS STE. M.	Musée Faïence	Expo «Les Tables de Noël» >31/12	10h - 17h	☎ 04 92 74 61 64
MANOSQUE	Th. Jean Le Bleu	HOPE - Spectacle de Danse Ctr. Choré. C Faure	20h30 - 23h30	☎ 04 92 72 38 95
DIGNE-LES-BAINS	Archives Dép.	Expo. L'Affaire, Lurs, 4 août 1952 > 5/02	...	☎ ...
MANOSQUE	Salle Tilleuls	Collecte de sang	...	☎ 06 13 42 26 10
GRÉOUX-LES-BAINS	Casino Partouche	Soirée karaoké	dès 19h	☎ 04 92 78 00 00
ORAISON	Place Abel Roger	Expo de crèches dans les lavoirs > 31/12	journée	☎ 04 92 78 60 80



BOWLING VILLENEUVE

VOTRE SOIRÉE CONCERT DE DÉCEMBRE

7 DÉCEMBRE < >DUST

**6 pistes, billards
jeux, bar, espace détente...**

RENSEIGNEMENTS ET RÉSERVATION

Bowling/Cabaret - Z.A de la Tranche - 04180 **VILLENEUVE**

04 92 75 96 21 - bouwling.villeneuve@orange.fr

www.restaurant-cabaret-04.fr

Horaires :

Mardi, Jeudi, Vendredi 18h - 2h

Mercredi, Samedi, Dimanche 14h30 - 2h

Ouvert tous
les jours
pendant
les vacances



SAMEDI 7 DÉCEMBRE

ORAISON	Salle du Château	18 ^{ème} Féerie de Noël	14h - 18h	☎ 04 92 70 77 77
SISTERON	Salle de l'Alcazar	Soirée dansante	21h30	☎ 06 83 73 84 02
LES MÉES	Pied du clocher Egl.	Balade mémoire	14h	☎ 06 15 04 74 91
MONTFORT	Salle polyvalente	Petit marché de Noël de l'atelier artisanal	14h30 - 19h30	☎ 04 92 64 21 52
MALIJAI	Salle Bergeroux	Exposition patchwork, boutis et tableaux peinture	9h30 - 18h	☎ 07 85 22 96 74
MANOSQUE	Brasserie du Forum	Défilé de mode ambiance latino	19h	☎ 04 92 75 02 96
PEYRUIS	Café de France	La croisière ça m'use (comédie rigolote)	21h	☎ 06 47 79 05 17
MANOSQUE	Atelier Kalayaan	Atelier Découv. de l'aquarelle: Illust. hivernales	14h - 16h	☎ 06 66 09 75 76
PIERREVERT	Salle polyvalente	Bal country au profit du Telethon	20h30 - 23h30	☎ 04 92 72 86 87
PIERREVERT	Église Saint-Pierre	Conc. «Chœur cante la vido» et «Mélodies en sous-sol»	19h - 20h	☎ 04 92 72 86 87
ESPARRON/VERDON	...	Marché de Noël-Parade Père Noël-Feu d'artifice	10h - 19h	☎ 06 64 46 09 09
VALENSOLE	...	Téléthon >8/12	10h - 18h30	☎ ...
ST MARTIN BROMES	...	Marché de Noël	journée	☎ 06 98 58 43 10
LE POËT	Salle des Fêtes	Marché de Noël artisanal au Poët	10h - 19h	☎ 06 16 46 27 71
SISTERON	Galerie Domnine	Expo «Voyage féérique au cœur d'un village d'automates»	journée	☎ 04 92 61 54 50
SISTERON	Espace d'Ornano	Expo «René Gruau»	journée	☎ 04 92 61 54 50
MANOSQUE	Place du Terreau	Le Terreau de l'Art et Cuisine d'Ailleurs > tous les samedis	8h - 12h30	☎ 04 92 70 34 00

SPA THERMAL Thermes de Gréoux-les-Bains

7
décembre
2019

*Portes ouvertes
et
Marché de Noël*

8h30 - 18h

Informations au
04 92 70 44 96



Offres spéciales Noël

Pour Noël, offrez un moment de bien-être !

Retrouvez tous nos coffrets et bons cadeaux en ligne sur boutique.chainethermale.fr



CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL



AGENDA

SAMEDI 7 DÉCEMBRE (SUITE)

MANOSQUE	Nd Romigier	Inauguration - concert - Expo de crèches > 5/01	journée	☎ ...
DIGNE-LES-BAINS	Lb. la Ruelle	L'histoire du Grand Alpinisme en France vu par Barney	9h	☎ ...
DIGNE-LES-BAINS	Centre Desmichels	Gospel Var, Concert de Noël	17h30	☎ ...
DIGNE-LES-BAINS	Ctre. René Char	Conc. classique/jazz - de Bach à Coltrane	21h	☎ ...
GRÉOUX-LES-BAINS	Casino Partouche	Ambiance musicale	dès 19h	☎ 04 92 78 00 00
ORAISON	Place du kiosque	La Foulée de Noël	8h30 - 13h30	☎ 04 92 78 60 80
B. DE PERTUIS	...	Marché de Noël - Feu artifice 19h	journée	☎ ...
PUIMOISSON	Auberge Côté Soleil	Marché de Noël	11h - 17h	☎ ...
MONTAGNAC	Salle de la Rabassière	Exposition d'oeuvres artistiques > 8/12	10h - 19h	☎ ...

DIMANCHE 8 DÉCEMBRE

VILLENEUVE	Village	Marché de Noël à Villeneuve	10h - 18h	☎ ...
PIERREVERT	Salle Polyvalente	Soirée Milonga au profit du Téléthon	20h30 - 00h30	☎ 04 92 72 86 87
MISON	Salle Polyvalente	Loto de Noël	13h - 18h	☎ 06 11 80 07 15
MALIJAI	Salle des fêtes	Exposition d'arts manuels	9h - 18h	☎ 06 69 58 71 55
MALIJAI	Places du village	25ème marché paysan et artisanal de Noël	journée	☎ 06 36 58 82 14
BAST. JOURDANS	Salle polyvalente	Marche de Noël artisanal	9h - 18h	☎ 06 81 67 52 12
VOLONNE	Espace Notre Dame	Bourse aux jouets et vide grenier	9h - 18h	☎ 06 13 31 58 61
MOUSTIERS STE. M.	Place de l'Eglise	Fête de l'huile nouvelle	journée	☎ 06 60 36 56 08
MANOSQUE	Salle des Tilleuls	Loto de la Boule Manosquine	15h30 - 21h	☎ 06 07 12 98 65
DAUPHIN	Le Capeu	Etonnant Moyen Age	15h - 16h30	☎ 06 45 16 91 61
MANE	...	Atelier de Noël à Salagon	10h - 17h	☎ 06 40 84 82 11
DIGNE-LES-BAINS	Palais des Congrès	Fest Noz	17h - 22h	☎ 04 92 30 52 89
DIGNE-LES-BAINS	Parking Inter.	Vide grenier	journée	☎ ...
DIGNE-LES-BAINS	Ctre Desmichels	Exposition vente crèches et santons > 10/12	...	☎ ...
DIGNE-LES-BAINS	Palais des Congrès	Bal Trad Breton	17h	☎ ...
ORAISON	Salle de l'Eden	Loto	15h - 18h	☎ 06 19 71 68 09
LES MÉES	Salle des Fêtes	Tournoi de poker caritatif	journée	☎ ...
SAINTE-TULLE	Th. Henri Fluchère	Théâtre à Sainte Tulle	16h - 18h30	☎ 06 70 79 70 35

La Foire Fouille
dimanche 8 décembre
Ouverture exceptionnelle de 10h à 18h

Avenue de la Libération - Ouvert du lundi au samedi - de 9h à 19h **NON-STOP** | **MANOSQUE**

LUNDI 9 DÉCEMBRE

LES MÉES	Maion des Assoc.	Spectacle de fin d'année. Théâtre tres jeune public	9h30 - 11h	☎ 04 92 31 50 99
DIGNE-LES-BAINS	Maison A. David Neel	Expo temporaire : Visions Tibétaines> 22/12	...	☎ ...
CHAMPTERCIER	...	Noël Magique : automates, illuminations>23/12	15h - 18h	☎ ...
MALLEMOISSON	...	Collecte de sang	...	☎ 06 77 16 45 58

MARDI 10 DÉCEMBRE

L'ESCALE	MAC de L'Escale	L'amour dans les écrits d'Al. David Neel par J. Ursch	20h30 - 22h	☎ 06 85 11 06 51
MANOSQUE	Th. Jean Le Bleu	Spectacle «LoDka»	20h30 - 22h	☎ 04 92 70 35 21
SISTERON	...	Collecte de sang	...	☎ 04 92 61 31 61

MERCREDI 11 DÉCEMBRE

ORAISON	Rue Léon Agnel	Expo. La Table des 13 desserts>31/12	14h - 18h	☎ 04 92 78 74 78
CHÂTEAU-ARNOUX	Ctre. Soc. La Marelle	Coin famille « les vitrines de Nathalie »	16h30	☎ 04 92 32 37 04
MANOSQUE	Médiathèque	Amnesty international , «10 jours pour signer»	10h - 18h30	☎ 06 42 35 26 02
MANOSQUE	Média. d'Herbès	Noël Concerto	15h - 16h	☎ 04 92 74 10 54
ORAISON	Salle du château	«Un moment au château» : hist. et ateliers créatifs	16h	☎ 04 92 78 70 82

SLIM COIFFURE

NATUREL & VÉGÉTAL

Appréciez simplement ce qu'offre la nature...

Les avantages de passer à la couleur
100 % végétale !

Colore naturellement le cheveu

Véritable soin : gaine, renforce le cheveu

Rend à la chevelure, volume, souplesse, épaisseur, brillance

Couvre les cheveux blancs

Finies les irritations, démangeaisons...

Convient aux cheveux déjà colorés



Coiffeur du réseau

MARCAPAR

Les colorations végétales n'abîment pas la fibre capillaire, elles n'ouvrent pas les écailles des cheveux. Les pigments végétaux s'aimantent aux cheveux sans les abîmer.

Les Terrasses de l'Olivette
128 Boulevard du Maréchal Juin
04100 - MANOSQUE

Hommes - Femmes - Enfants
Sur rendez-vous
du mardi au samedi de 9h à 18h

Tél. 04 92 79 46 75
f Slim coiffure Naturel et végétal

AGENDA

JEUDI 12 DÉCEMBRE

CHÂTEAU-ARNOUX	Cinématographe	Ciné petit déj'	9h	☎ 04 92 32 37 04
DIGNE-LES-BAINS	Archives. Départ.	Prés. de la publication La Haute Prvce au gré du temps	18h	☎ ...
DIGNE-LES-BAINS	Ctre René Char	théâtre/arts numériques Nina Pourdefaux	19h	☎ ...
CHÂTEAU-ARNOUX	Théâtre Durance	Musique : Ramkoers	19h	☎ ...
LA BRILLANNE	...	Collecte de sang	...	☎ 04 92 78 77 29

VENDREDI 13 DÉCEMBRE

ORAISON	Salle du Château	18 ^{ème} Féerie de Noël>31/12	14h - 18h	☎ 04 92 70 77 77
PIERREVERT	Église Saint-Pierre	Concert de Noël «La clé des chants»	18h - 20h	☎ 04 92 72 86 87
SISTERON	Gare Routière	Village de Noël>05/01	10h - 19h	☎ 04 92 34 62 93
VOLONNE	Ecole Maternelle	Atelier de jeux et d'éveil musical	9h30 - 11h30	☎ 04 92 31 50 99
MANOSQUE	Médiathèque	Amnesty international , «10 jours pour signer»	13h - 18h30	☎ 06 42 35 26 02
MANOSQUE	Complexe Omnisport	Film «Lost in Karakorum» - Damien Lacaze	18h	☎ 06 20 83 20 09
DIGNE-LES-BAINS	Place G. De Gaulle	15 ^{ème} Marché de Noël>24/12	...	☎ ...
DIGNE-LES-BAINS	Place G. De Gaulle	Mapping Laser	19h	☎ ...
GRÉOUX-LES-BAINS	Casino Partouche	Soirée karaoké	dès 19h	☎ 04 92 78 00 00
ORAISON	Salle de l'Eden	Cinéma	18h	☎ 09 63 04 56 52

SCHMIDT

Parce que vous n'êtes pas comme tout le monde.

UN NOËL RENVERSANT

Du 01/12/2019 au 23/12 /2019



Les samedis 7, 14 et 21 décembre 2019
Vin chaud et biscuits alsaciens vous attendent



Pour l'achat d'une cuisine **SCHMIDT**
du 1er au 23 décembre 2019



une cave à vin* **ROSIÈRES**
OFFERTE

d'une valeur de 1 018€TTC**

DU 2 AU 31
JANVIER 2020

LE MOIS, GIVRÉ

*Réf RWCB60 - Cave à poser; Froid brassé; 2 zones conservation/dégustation;
39dB(A); dim : 159,4cm x h86cm; Classe C; Garantie 5 ans sans vétusté

** Dont 18€ d'éco participation



IDÉES CADEAUX POUR UN NOËL 2.0

OUVERT
7J/7
du 10 au 24
décembre

★ **PS4** Slim 500 Go - 299€
Slim 1 To - 349€
Pro 1 To - 399€



★ **XBOX One S 500 Go - 279€**
XBOX One S 1To - 299€
XBOX One X - 499€

POUR NOËL
DÉCOUVREZ
NOS PACKS
EXCLUSIFS
EN MAGASIN

★ Sélection de jeux vidéo
PC / PS4 / Xbox One / Switch...



**CONSOLES
& JEUX VIDÉO**



★ **Nintendo Switch - 299€**
Nintendo Switch Lite - 229€
Nombreux choix d'accessoires
disponibles pour la switch



JEUX PS4 / XBOX
Call Of Duty : Modern Warfare - 59€
FIFA 20 - 59€
Death Stranding - 59€
Star Wars Jedi Fallen Order - 59€



JEUX NINTENDO SWITCH
Pokémon Épée / Bouclier - 59€
Luigi's Mansion 3 - 59€
Mario Kart 8 Deluxe - 59€

Enceintes portables

★ Haut parleur JBL Flip 5 - 129€



★ Haut parleur JBL Charge 4 - 169€



★ Enceinte JBL Clip 3 - 49€



**DEVIS & DIAGNOSTIC
GRATUIT - S.A.V**

POP (PLUS DE 500 RÉFÉRENCES EN MAGASIN) OFFRE DE NOËL

UNIQUEMENT SUR
LES POP CLASSIQUES
TARIF DÉGRESSIF !
1 POP = 13€
2 POP = 24€
3 POP = 33€



FIGURINE DE COLLECTION (LARGE CHOIX EN MAGASIN)

Deadpool - 65€
Zorro One Pièce - 49€
Goku Grandista 27 cm - 45€
Qposket Harry Potter - 29€

Photos non contractuelles

... ET RDV EN MAGASIN POUR ENCORE PLUS D'OFFRES JEUX-VIDÉOS, HIGH-TECH, INFORMATIQUE...

**NOUVEAU
EN MAGASIN
LARGE CHOIX
DE POSTERS A 6 €**



JE CONSOLE



PLANETE HD

★ **ORDINATEUR DE BUREAU**

Pack Gaming - Idéal pour jouer à Fortnite III

Processeur Intel Core i5 9400F 6 coeurs
16Go de Mémoire Vive DDR4
Disque dur 1To SSD
Carte Video Nvidia Gforce GTX 1650 4Go
Système d'exploitation Windows 10 64 bits

Compris dans le Pack Gaming
(Souris Drakkar 4000 Dpi/9 boutons Led
clavier drakkar retro éclairé 5 touches macro
Ecran gaming IlYama 24" Full HD 1 MS
Tapis de souris format extended -
(clavier+souris) OFFERTS

GARANTIE 1 an +1 an OFFERT POUR NOËL

1 199€



DÉCOUVREZ
NOTRE NOUVEL
ESPACE
CONNECTÉ
EN MAGASIN



★ **OBJETS CONNECTÉS**

Montre connectée - 29€

Bracelet connecté - 19€

Ampoule connectée LED WIFI- à partir de 19€

Robot aspirateur/laveur connecté

compatible enceinte connectée Alexa - 259€



★ **PC PORTABLE**

Votre ordinateur prêt
et paramétré
pour seulement 29€

ACER PREDATOR **1499€**

Ecran 17.3" Full HD IPS
Processeur Intel Core i7 8750H
8Go de Mémoire Vive DDR4
Disque dur 1To + 128 Go SSD
Carte Graphique Nvidia GTX 1060 6Go
Système d'exploitation
Windows 10 64 bits
Wi-Fi AC/Bluetooth

GARANTIE 2 ans



INFORMATIQUE
PC/MAC



REVENDEUR APPLE
AGRÉÉ



Macbook, Macbook Air, Macbook Pro, IMac, Ipad, Ipad Pro,
et tous les accessoires...

ACER PREDATOR **1449€**

Ecran 15.6" Full HD IPS
Processeur Intel Core i7 8750H
8Go de Mémoire Vive DDR4
Disque dur 1To + 128Go SSD
Carte Graphique Nvidia GTX 1060 6Go
Système d'exploitation
Windows 10 64 bits
Wi-Fi AC/Bluetooth

GARANTIE 2 ans

★ **SONOS**

Sonos one SL - 199€

Sonos play 5 - 579€

Sonos play One - 229€

Avec contrôle vocal "Alexa" d'Amazon



★ **TABLETTE TACTILE**

Tablettes SAMSUNG

Galaxy Tab S5E - 479€

Galaxy Tab A 2019 - 219€





PLANETE HD

Un Noël connecté



**TABLETTES
MULTIMÉDIA**



**ESPACE
GEEK**



**DEVIS & DIAGNOSTIC
GRATUIT • S.A.V**



**RÉPARATION
MOBILES**



**REVENDEUR APPLE
AGRÉÉ**



**INFORMATIQUE
PC/MAC**



**CONSOLES
& JEUX VIDÉO**

ET AUSSI... UN LARGE CHOIX DE POSTERS EN MAGASIN

**BATIMENT ACTIPLUS / Z.I. ST JOSEPH / FACE A HYPER U
04100 MANOSQUE**

  **04 92 87 23 22** 

GRAND JEU



GAGNEZ VOTRE CONSOLE

**XBOX ONE S ou PS4 SLIM
ou NINTENDO SWITCH***

**1 CHANCE
DE + DE GAGNER**
OBTENEZ UN BULLETIN
SUPPLÉMENTAIRE
POUR TOUT ACHAT
dans le magasin
AVANT LE 24/12

**POUR PARTICIPER DÉPOSEZ LE BULLETIN CI-DESSOUS
AVANT LE 24 DÉCEMBRE 2019** chez

MEGACHIP - BATIMENT ACTIPLUS / Z.I. ST JOSEPH (face à Hyper U) 104100 MANOSQUE

TIRAGE AU SORT LE 24 DÉCEMBRE 2019



NOM : _____ PRÉNOM : _____ ÂGE : _____

ADRESSE : _____

TÉLÉPHONE : _____ MAIL : _____

Le gain est sans obligation d'achat. Date limite de participation le MARDI 24 DÉCEMBRE 2019 - Voir également le règlement sur le site du magasin MEGACHIP. Tirage au sort effectué le mardi 24 décembre 2019 au magasin MEGACHIP. *Le gagnant aura le choix entre la console Xbox One S, la PlayStation 4 Slim ou la Nintendo Switch en fonction de la campagne. Conception : 3df/Communication Manosque - 6 11 64 39 54



SAMEDI 14 DÉCEMBRE

ORAISON	Rue Léon Agnel	Expo. La Table des 13 desserts>31/12	14h - 18h	☎ 04 92 78 74 78
DAUPHIN	Salle Poyvalente	Marché de Noël	10h - 18h	☎ 04 92 79 58 42
VILLENEUVE	Salle des fêtes	Loto	17h - 20h	☎ 04 92 79 41 91
LES MÉES	Salle des fêtes	Le Noël pour les enfants	15h - 18h	☎ 06 21 08 77 86
L'ESCALE	MAC	Repair Café : Atelier de réparation gratuit	14h - 18h	☎ 07 66 28 68 60
PEIPIN	Salle du Riou	Stage de poterie	9h30 - 12h30	☎ 04 92 62 60 59
VINON / VERDON	Place du cours	Marché de Noël	13h30 - 18h	☎ 06 19 66 23 54
VALENSOLE	Park. Salle Polyv.	Marché de Noël	10h - 17h	☎ 06 88 41 64 31
MANOSQUE	Médiathèque	Amnesty international , «10 jours pour signer»	journée	☎ 06 42 35 26 02
ST MICHEL L'OBS.	Ctre Astronomique	Soirée Découverte	21h	☎ 04 92 76 69 69
ST MICHEL L'OBS.	Ctre Astronomique	Observation du Soleil	14h - 15h	☎ 04 92 76 69 69
ENTREPIERRES	Ecole	Après-midi contes	15h - 19h	☎ 06 60 16 70 32
ORAISON	Place du Kiosque	Marché de Noël	8h - 19h	☎ 06 29 94 79 02
MONTAGNAC	Salle de la Rabassière	Loto	15h	☎ ...

Plus de 40 fermes
Bio et locales

LA BELLE FERME
MAGASIN DE
PRODUCTEURS **BIO**

100 %
PRODUCTEURS
BIO

Inaugure son nouveau magasin
le **6 Décembre** à partir de **18h**

(Apéro dégustation de nos produits et de nos vins par nos vignerons)

dans la Zone Saint-Joseph à Manosque dans les locaux de l'ancien Top Animal

Pensez à commander vos volailles de Noël

Retrouvez nos produits festifs :

chocolat, nougat, pain d'épice, pompe à l'huile, boudin blanc....

Du lundi au samedi 9h - 13h / 15h - 19h00

Té. 04 92 87 59 56  Labelleferme

www.labelleferme.net



AGENDA

SAMEDI 14 DÉCEMBRE (suite)

MISON	Salle polyvalente	Chants de Noël	17h - 19h	☎ 06 01 43 31 20
SISTERON	Cath. N.D et St-Thyrse	Conc. de Noël des Nuits de la Citad. : Noël Russe	18h - 20h	☎ 04 92 61 06 00
MISON	Salle polyvalente	Marché de Noël > 15/12	journée	☎ 06 01 43 31 20
MISON	Salle polyvalente	Visite du Père Noël	15h-17h	☎ 06 01 43 31 20
MANOSQUE	Théâtre La Fourmi	Théâ. d'ombres : «Les souliers de Noël»	16h	☎ 04 92 72 90 42
MANOSQUE	MJC	Concert : Carina Salvado	21h	☎ 04 92 72 19 70
MANOSQUE	ND. Romigier	Contes de Provence avec Marie Ricard	16h	☎ ...
MANOSQUE	ND. Romigier	Tambourinaire de San Brancai»	17h30	☎ ...
DIGNE-LES-BAINS	Maison de Quartier	Atelier d'Expérimentation théâtrale	14h	☎ ...
DIGNE-LES-BAINS	Palais des Congrès	Les Preskopoints : «Ça déménage au Palais des Congrès !»	15h & 21h	☎ ...
DIGNE-LES-BAINS	Centre Desmichels	Théâtre avec la Compagnie Plume-enciel	18h30	☎ ...
DIGNE-LES-BAINS	Ctre René Char	Chanson/spectacle musical	21h	☎ ...
DIGNE-LES-BAINS	...	Collecte de sang	...	☎ 04 92 40 61 82
GRÉOUX-LES-BAINS	Casino Partouche	Ambiance musicale	dès 19h	☎ 04 92 78 00 00
ORAISON	Salle de l'Eden	Spectacle de Noël	20h30	☎ 06 19 71 68 09

DIMANCHE 15 DÉCEMBRE

PIERREVERT	Église Saint-Pierre	Concert de Noël «La clé des chants»	15h - 17h	☎ 04 92 72 86 87
MANE	Salle polyvalente	Loto de Noël	14h30	☎ 07 83 18 79 71
PEYRUIS	Salle des Fêtes	Super loto	15h30	☎ 06 22 16 70 66
SAINT-AUBAN	Salle Joie et Soleil	Table ouverte paroissiale	11h	☎ 06 71 07 32 45
PIERREVERT	Salle polyvalente	Représentation théâtrale «Que ma joie demeure»	17h - 19h	☎ 04 92 72 86 87
MANOSQUE	Lac des Vannades	Cross des Vannades	10h - 14h30	☎ 06 20 18 09 48
VOLX	Foyer Rural	Loto Haute Provence Basket	16h - 19h	☎ 06 87 83 53 44
LURS	L'Osons Jazz Club	Trio Quest Of The Invisible	21h - 23h30	☎ ...
MANOSQUE	Théâtre La Fourmi	Théâtre d'ombres : «Les souliers de Noël»	11h	☎ 04 92 72 90 42
DIGNE-LES-BAINS	Palais des Congrès	Concert clôture du téléthôn	15h30	☎ ...
RIEZ	Village	Marché de Noël	journée	☎ ...

La Foire Fouille
 dimanche 15 décembre
 Ouverture exceptionnelle de 10h à 18h

Avenue de la Libération - Ouvert du lundi au samedi - de 9h à 19h NON-STOP | **MANOSQUE**



Comptoir de Famille est aussi chez  INTERIOR'S

MARDI 17 DÉCEMBRE

SAINT-AUBAN	Ctre. Soc. La Marelle	Coin famille goûter de Noël	16h30	☎ 04 92 32 37 04
LES MÉES	Local du RAMIP	Bilan de fin d'année rencontre festive	20h - 22h	☎ 04 92 31 50 99
LES MÉES	Maison des Assoc.	Ateliers de jeux avec La Turbulodo	9h30 - 11h30	☎ 04 92 31 50 99
MANOSQUE	Média. d'Herbès	Comité de lecture	18h30 - 19h30	☎ 04 92 74 10 54

MERCREDI 18 DÉCEMBRE

ORAISON	Rue Léon Agnel	Expo. La Table des 13 desserts	14h - 18h	☎ 04 92 78 74 78
MANOSQUE	Atelier Kalayaan	At. aquarelle / encre de chine : spécial grds ciels et mer	17h - 19h	☎ 07 80 31 86 31
MANOSQUE	Petite salle	Spectacle «Le réveil maman»	16h - 17h	☎ 04 92 70 35 21
MANOSQUE	ND Romigier	Jean Yves Royer, écrivain et conteur occitan	15h	☎ ...
DIGNE-LES-BAINS	Ctre René Char	Photomontage : Archi-tête et textures	14h	☎ ...
SAINTE-TULLE	Esp. Max Trouche	Noël au Marché	8h - 12h30	☎ ...

JEUDI 19 DÉCEMBRE

SAINT-AUBAN	Ctre. Soc. La Marelle	Petit déj' « Jeu fait la fête »	9h	☎ 04 92 32 37 04
SISTERON	...	Sortie au Marché de Noël d'Aix-en-Provence	15h - 19h	☎ 04 92 61 36 50
MANOSQUE	MJC	Concert des adhérents + chorale Cantanoria	19h	☎ 04 92 72 19 70
DIGNE-LES-BAINS	Ctre René Char	Musiques actuelles de tradition argentine	19h	☎ ...
PUIMOISSON	Place du Village	Photo avec le Père Noël (avec photographe)	17h	☎ ...
PUIMOISSON	Place du Village	Inauguration des illuminations	17h	☎ ...
MOUSTIERS	Musée Faïence	Expo «Les Tables de Noël» > 31/12	journée	☎ 04 92 74 61 64

CASINO

GRÉOUX | LES BAINS

 #JouezleJeu

CASINO - BRASSERIE - ÉVÉNEMENTS
 CASINOGRÉOUX | CASINO-GREOUX.PARTOUCHE.COM

Opération soumise à conditions, voir règlement au casino. Entrée en salle de jeux réservée aux personnes majeures non interdites de jeux, sur présentation d'une pièce d'identité en cours de validité. SOCIÉTÉ DU GRAND CASINO DE GRÉOUX-LES-BAINS, SAS, 82.500 €, Villa les Jarres - Avenue des Thermes 04800 Gréoux-les-Bains, 411 543 937 RCS MANOSQUE.

RÉCUPÉREZ
LE VÔTRE!



Votre cadeau
sous le sapin!

DU 1^{ER} AU 31 DÉCEMBRE 2019

Tentez de remporter 3 cadeaux par jour!

AGENDA



La Fée Maraboutée est aussi chez  INTERIOR'S

VENDREDI 20 DÉCEMBRE

VOLX	Bar le Moderne	Concert Rock / PayBack	21h - 23h30	☎ 04 92 79 39 62
PEYRUIS	Salle des fêtes	Concert Gospel gratuit	20h30	☎ 06 61 17 94 03
DIGNE-LES-BAINS	Place G. De Gaulle	Spectacle vivant «Maria en ballon.....»	19h	☎ ...
GRÉOUX-LES-BAINS	Casino Partouche	Soirée karaoké	dès 19h	☎ 04 92 78 00 00
ORAISON	Salle de l'Eden	Cinéma	18h	☎ 09 63 04 56 52

SAMEDI 21 DÉCEMBRE

PEYRUIS	Caf. Conc. Le France	One woman show : O'Drey « Pince 100 rires »	21h	☎ 04 92 68 00 08
PEIPIN	Maison pour Tous	Stage de calligraphie japonaise	9h30 - 12h30	☎ 04 92 62 60 59
PIERREVERT	Biblio. pour tous	Expo. «Hazharmonie» (Abstract Graffiti) de Zoski	10h - 19h	☎ 04 92 72 86 87
MANOSQUE	Eg. ND Romigier	Spectacle «Gospel for all !»	15h - 15h30	☎ 04 92 70 35 21
DIGNE-LES-BAINS	Centre ville	Spectacle en déambulation	14h	☎ ...
DIGNE-LES-BAINS	Ctre René Char	Conte théâtral et musical (Inde)/famille	15h	☎ ...
GRÉOUX-LES-BAINS	Casino Partouche	Ambiance musicale	dès 19h	☎ 04 92 78 00 00
ORAISON	Place du C. Frume	Feu d'artifice	17h30	☎ 04 92 70 77 77
ORAISON	Place du kiosque	Parade de Noël	...	☎ 06 29 94 79 02

DIMANCHE 22 DÉCEMBRE

CHÂTEAU-ARNOUX	Médiathèque	Destination Caraïbes	18h30	☎ 04 92 64 27 34
MOUSTIERS STE. M.	Eglise paroissiale	Noël en Jazz avec le Big Band de Pertuis	16h30 - 18h	☎ 04 92 74 67 84
FORCALQUIER	Esp Bonne Fontaine	Spectacle de Noël de L'Echo Forcalquiéren	16h - 17h30	☎ 07 81 36 48 08
DIGNE-LES-BAINS	Palais des Congrès	Cirque de Moscou sur Glace	16h - 18h	☎ 04 92 30 52 89
SISTERON	Salle de l'Alcazar	Repas solidaire et animation musicale	12h - 19h	☎ 06 83 73 84 02

La Foire Fouille
dimanche 22 décembre
Ouverture exceptionnelle de 10h à 18h

MANOSQUE

Avenue de la Libération - Ouvert du lundi au samedi - de 9h à 19h **NON-STOP**

LUNDI 23 DÉCEMBRE

MANOSQUE	Théâtre La Fourmi	Théâtre d'ombres : «Les souliers de Noël»	14h30	☎ 04 92 72 90 42
DIGNE-LES-BAINS	...	Collecte de sang	...	☎ 04 92 40 61 82

MARDI 24 DÉCEMBRE

MANOSQUE	Théâtre La Fourmi	Théâtre d'ombres : «Les souliers de Noël»	10h30	☎ 04 92 72 90 42
ST MARTIN DE BRÔME	Village	Pastorale de Noël Saint Martin de Brômes	14h - 19h	☎ 04 92 71 19 61

JEUDI 26 DÉCEMBRE

MANOSQUE	Théâtre La Fourmi	Théâtre d'ombres : «Les souliers de Noël»	14h30	☎ 04 92 72 90 42
-----------------	-------------------	---	-------	------------------

VENDREDI 27 DÉCEMBRE

VOLX	...	Collecte de sang	...	☎ 04 92 75 44 87
GRÉOUX-LES-BAINS	Casino Partouche	Soirée karaoké	dès 19h	☎ 04 92 78 00 00

**PASS
TIME**

Faites le plein de réductions

grâce au guide PASSTIME des Alpes-de-Haute-Provence

**30 à 50 % de remises dans les
RESTAURANTS - COMMERCE - LOISIRS**

- ▶ N° 1 des guides de réductions
- ▶ Des centaines d'euros d'économies par an
- ▶ Guide amorti en 1 ou 2 utilisations
- ▶ Valable de 1 à 6 personnes
- ▶ Utilisable dès maintenant jusqu'en décembre 2020
- ▶ Un guide local, une carte et une application nationale

-40% **-30%** **-20%**
-50%

OFFRE SPECIALE NOËL

**-25% sur l'achat du guide
+ livraison offerte**

*Valable dans la limite des stocks disponibles

sur : passtime.fr / code promo : **FNRADBUD**



**Pour nous contacter
ou commander :**

PASSTIME DES
ALPES-DE-HAUTE-PROVENCE
Nicolas : 06 62 88 66 94
nm.04@passtime.fr
www.passtime.fr



EDITION LIMITEE

AGENDA

SAMEDI 28 DÉCEMBRE

GRÉOUX-LES-BAINS	Casino "Partouche"	Ambiance musicale	dès 19h	☎ 04 92 78 00 00
-------------------------	--------------------	-------------------	---------	------------------

DIMANCHE 29 DÉCEMBRE

VOLX	Foyer Rural	Loto boules volxiennes	17h - 20h	☎ 06 86 83 10 12
-------------	-------------	------------------------	-----------	------------------

MARDI 31 DÉCEMBRE

CHÂTEAU-ARNOUX	Salle des Fêtes	Réveillon dansant 2019	20h30	☎ 06 80 66 30 66
SISTERON	Salle de l'Alcazar	Salle de l'Alcazar	19h	☎ 06 83 73 84 02
PEYRUIS	...	Collecte de sang	...	☎ 04 92 68 02 18
LES MÉES	Salle des Fêtes	Soirée du nouvel an	22h	☎ 06 75 40 77 28
ORAISON	Salle de l'Eden	Réveillon de la St Sylvestre du Comité des Fêtes	20h	☎ 07 70 86 04 42

JEUDI 2 JANVIER

SAINT-AUBAN	Ctre Soc. La Marelle	Petit déj' « Bonne année »	9h	☎ 04 92 32 37 04
--------------------	----------------------	----------------------------	----	------------------

Soirée du Nouvel An 2020

BOWLING Cabaret

Dîner Dansant Années



TARIF
80€ / PERSONNE

Menu

Mise en bouche
Jus de persil, écrevisses et billes de citron

Entrée 1
Velouté de cèpes au foie gras

Entrée 2
St Jacques rôties, sauce mangue, jus de betterave

Plat
Filet de boeuf aux truffes, pommes grenailles, choux violet

Fromage
Beignet de maroilles, mesclun sauce miel

Dessert
Croquant glacé, macaron, chamallow

1/4 de vin

RENSEIGNEMENTS ET RÉSERVATION - 06 50 38 72 95
 Bowling/Cabaret - Z.A de la Tranche - 04180 VILLENEUVE
 bowling.villeneuve@orange.fr - www.restaurant-cabaret-04.fr



Marché
de Noël...

Amadeus est aussi chez  INTERIOR'S

VENDREDI 3 JANVIER

SAINT-AUBAN	Ctre Soc. La Marelle	Récup déco « Spécial surprise nouvelle année »	10h	☎ 04 92 32 37 04
GRÉOUX-LES-BAINS	Casino Partouche	Ambiance musicale	dès 19h	☎ 04 92 78 00 00

SAMEDI 4 JANVIER

MANOSQUE	ND Romigier	Conférence sur les «Rois Mages» par Marc Donato	15h	☎ ...
GRÉOUX-LES-BAINS	Casino Partouche	Ambiance musicale	dès 19h	☎ 04 92 78 00 00

DIMANCHE 5 JANVIER

PIERREVERT	Salle polyvalente	Loto des aînés Pierrevert	15h - 19h	☎ 06 81 62 67 82
VOLX	Foyer Rural	Loto amicale des pompiers	14h30 - 17h30	☎ 04 92 78 48 30

JEUDI 9 JANVIER

GRÉOUX-LES-BAINS	Casino Partouche	Salon de la voyance > 11/01	journée	☎ 04 92 78 00 00
-------------------------	------------------	-----------------------------	---------	------------------

VENDREDI 10 JANVIER

GRÉOUX-LES-BAINS	Casino Partouche	Soirée karaoké	dès 19h	☎ 04 92 78 00 00
-------------------------	------------------	----------------	---------	------------------

CASINO
GRÉOUX | LES BAINS

NOUVEAU
BLACK JACK & ROULETTE disponibles sur le même poste

CASINO - BRASSERIE - ÉVÉNEMENTS
CASINOGRÉOUX | CASINO-GRÉOUX.PARTOUCHE.COM

Entrée en salle de jeux réservée aux personnes majeures et non interdites de jeux, sur présentation d'une pièce d'identité en cours de validité ou de la carte Players Plus. SOCIÉTÉ DU GRAND CASINO DE GRÉOUX-LES-BAINS, SAS, B2.500 €. Villa les Jarres - Avenue des Thermes 04800 Gréoux-les-Bains, 411 543 937 RCS MANOSQUE

ARTOUCHE
#JouezLeJeu

AGENDA

SAMEDI 11 JANVIER

MANOSQUE	Atelier Kalayaan	Atelier fabrication d'un baume. Inscrp. oblig.	10h30 - 12h30	☎ 06 19 69 04 24
GRÉOUX-LES-BAINS	Casino Partouche	Ambiance musicale	dès 19h	☎ 04 92 78 00 00
PIERREVERT	Salle Polyvalente	Loto de l'ATTP	17h - 20h	☎ 04 92 72 86 87

DIMANCHE 12 JANVIER

VOLX	...	Loto Crèche « Les Lutins »	15h	☎ ...
-------------	-----	----------------------------	-----	-------

MERCREDI 15 JANVIER

MANOSQUE	Atelier Kalayaan	Démarrage «vide atelier»	9h30 - 18h30	☎ ...
DIGNE-LES-BAINS	Palais des Congrès	«3» contre philosophique	15h	☎ ...

VENDREDI 17 JANVIER

GRÉOUX-LES-BAINS	Casino Partouche	Soirée karaké	dès 19h	☎ 04 92 78 00 00
-------------------------	------------------	---------------	---------	------------------

SAMEDI 18 JANVIER

SISTERON	Espace d'Ornano	Exposition de photographies «Pêcheurs d'Asie»	...	☎ 04 92 61 54 50
VOLX	Esp. Simone Veil	Pop Soup - Concert de Gospel	18h30	☎ 04 92 70 18 04
GRÉOUX-LES-BAINS	Casino Partouche	Ambiance musicale	dès 19h	☎ 04 92 78 00 00



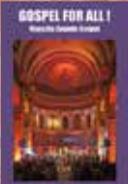
POP SOUP

Samedi 18 janvier 2020 - Dès 18h30 - Volx

Apportez votre soupe et partagez là !

Un jury désignera la meilleure soupe, le gagnant remportera la Louche d'Or !

20h00 - Concert
«Gospel For All»
avec la formation
Massilia Sound Gospel



Places limitées - Réservation conseillée
10 € adultes et + de 12 ans
5€ pour les enfants de 6 à 11 ans

INFORMATIONS & RÉSERVATION : Mairie de Volx - Tél. 04 92 70 18 04 | culture.volx@orange.fr



AGENDA

DIMANCHE 19 JANVIER

MOUSTIERS ST M.	Eglise paroissiale	Concert du Nouvel An 2020	15h30 - 17h	☎ 04 92 74 67 84
PIERREVERT	Salle polyvalente	Loto du comité de jumelage Pierrevert Palaia	...	☎ 06 84 51 17 72
LES MÉES	Salle des Fêtes	Thé Dansant	15h - 19h	☎ 04 92 34 03 41

MERCREDI 22 JANVIER

SISTERON	Salle René Cassin	Conf. de l'UTL : physique quanti. les dernières avancées	18h30 - 20h	☎ 06 86 84 90 26
-----------------	-------------------	--	-------------	------------------

JEUDI 23 JANVIER

DIGNE-LES-BAINS	Ctre René Char	Spectacle Black Boy	19h	☎ ...
------------------------	----------------	---------------------	-----	-------

VENDREDI 24 JANVIER

ST MICHEL L'OBS.	Ctre Astronomique	Soirée T760	21h	☎ 04 92 76 69 69
GRÉOUX-LES-BAINS	Casino Partouche	Soirée karaoké	dès 19h	☎ 04 92 78 00 00

UNE OFFRE DE LOISIRS COMPLÈTE SUR MANOSQUE

MEGAZONE Laser Games



NOUVEAU
Patinoire intérieure
140 m² de glisse
5€ la demie-heure

ANNIVERSAIRES

Formules pour les enfants et centre-aéré

- »»» Formule OTTAWA :

1 session de 30 min de Patinoire - 10€/enfant

Formule SAN FRANCISCO <<<<

1 partie de Laser Game - 13€/enfant

Option session de patinoire de 30 min : 5€/enfant

»»» Formule MONTRÉAL

2 sessions de 30 min de Patinoire - 15€/enfant

Formule LOS ANGELES <<<<

1 partie de Laser game, 1 partie de Mini Golf - 16 €/enfant

Option session de patinoire de 30 min : 5€/enfant

»»» Formule NEW YORK

2 parties de Laser Game - 20 €/enfant

Option session de patinoire de 30 min : 5€/enfant

Formule LAS VEGAS <<<<

2 parties de Laser Game - 1 partie de Mini Golf - 23 €/enfant

Option session de patinoire de 30 min : 5€/enfant

»»» Formule SAN ANDREAS

3 parties de Laser Game - 25 €/enfants

Option session de patinoire de 30 min : 5€/enfant

Pour toutes les formules
boissons illimitées et bonbons



LASER GAME
Nouveau labyrinthe
de 580 m²

Ouvert le mercredi de 13h30 à 21h, le vendredi de 16h à 23h, le samedi de 13h30 à 23h, le dimanche de 14h à 20h

Formule anniversaire dès 5 ans
Formule privatisation : associations/entreprises
Jeux illimités & apéritifs dinatoires sur demande
Enterrement de vie de garçon/fille

Rue de l'Industrie - ZI St Joseph (au dessus de Joué Club)

04 100 MANOSQUE - ☎ 04 92 75 11 05

megazonemanosque.com | [f megazonemanosque](https://www.facebook.com/megazonemanosque)

AGENDA

Retrouvez l'horoscope de THIERRY VALANCE
08 92 23 76 61 Service 0,60 € / min + prix appel
en fin de magazine
REJOIGNEZ MOI SUR MA PAGE facebook THIERRY VALANCE



SAMEDI 25 JANVIER

MANOSQUE	Atelier kalayaan	Initiation à la reliure copte. Résa obligatoire	9h30 - 17h30	☎ 06 76 57 71 87
ST-MICH. L'OBS.	Ctre Astronomique	Soirée Découverte	21h	☎ 04 92 76 69 69
ST-MICH. L'OBS.	Ctre Astronomique	Observation du Soleil	14h - 15h	☎ 04 92 76 69 69
DIGNE-LES-BAINS	Palais des Congrès	Chants : Rosemary Standley & Dom La Nena	21h	☎ 04 92 76 69 69
GRÉOUX-LES-BAINS	Casino Partouche	Soirée karaoké	dès 19h	☎ 04 92 78 00 00

DIMANCHE 26 JANVIER

VOLX	Foyer Rural	Loto	16h - 19h	☎ 06 87 83 53 44
-------------	-------------	------	-----------	------------------

JEUDI 30 JANVIER

DIGNE-LES-BAINS	Ctre René Char	Musique Amandine Habib	19h	☎ ...
------------------------	----------------	------------------------	-----	-------

Nouveau Service

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



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



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



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

VENDREDI 31 JANVIER

GRÉOUX-LES-BAINS	Casino Partouche	Soirée karaoké	dès 19h	☎ 04 92 78 00 00
-------------------------	------------------	----------------	---------	------------------

SAMEDI 1 FÉVRIER

GRÉOUX-LES-BAINS	Casino Partouche	Ambiance musicale	dès 19h	☎ 04 92 78 00 00
MANOSQUE	...	Week-End Bien-Être 'ACMIYA' >02/02	9h - 18h	☎ 06 83 87 66 71

MARDI 4 FÉVRIER

LE POËT	Salle des Fêtes	1er salon du bien-être au Poët>05/02	9h30 - 19h	☎ 06 16 46 27 71
----------------	-----------------	--------------------------------------	------------	------------------

botanic

OUVERT LE DIMANCHE

Votre jardinerie naturelle



NOUVEAUX ESPACES

BIO



ESPACE ALIMENTAIRE

Fruits & légumes, produits frais, épicerie fine...

ESPACE BIEN-ÊTRE/NATUROPATHIE

Robin jardins botanic® à MANOSQUE - Tél. : 04 92 700 000

Route de Volx - Rond-point magasin Leclerc

OUVERT 7J/7

• DU LUNDI AU SAMEDI DE 9H À 19H EN CONTINU
• OUVERT LE DIMANCHE DE 9H30 À 12H30 ET DE 14H À 18H30



PARRAIN & PARTENAIRES POUR LE DLV XV

De belles choses se mettent en place en cette fin d'année et début de saison pour le DLV XV. Tout d'abord, il faut noter le retour de Thomas Girard sur la pelouse de la Rochette, puis une belle première soirée «des partenaires». Sur le plan sportif ont fait un petit point sur l'école et sur les séniers.

MANOSQUE

UN PARRAIN POUR LE DLV XV



Nous faisons un petit flash back sur le mois d'octobre où une belle surprise attendait tout le monde. En effet au vu de leur match contre Provence Rugby le 11 octobre, **l'équipe de la banlieue toulousaine Colomiers Rugby a choisi de s'entraîner sur le terrain du stade de la Rochette.** Cet entraînement a été marqué par le retour de Thomas Girard. Rappelons-le, c'est au club que

Thomas a fait ses premiers pas dans le rugby et qu'il y a été formé c'est donc tout naturellement que le DLV XV a profité de cette occasion pour le **désigner officiellement Parrain du Club.** Le DLV XV est fier de son parcours et très heureux d'avoir pu le retrouver le temps d'un entraînement et lui souhaite une bonne saison !

LE POINT SUR L'ÉCOLE DE RUGBY

Les M8 et M10 ont participé aux **Atelier France Rugby avec les clubs de CLUB OLYMPIQUE SISTERONNAIS OFFICIEL et Rugby Club Dignois** où ils y ont réalisé des exercices mis en place par le Rassemblement des Alpes du Sud.

Les **CADETS et JUNIORS (M16/M19)** de l'entente se sont imposés contre nos voisins gapençais. **Les cadets ont fait le job contre une belle équipe (85 à 10).** Les juniors devaient se racheter après leur défaite lors de la première journée et c'est avec un tout autre visage que les jeunes ont commencé ce match **pour finir avec une belle victoire bonifiée (56 à 3).** Nous croisons les doigts pour que les 2 équipes participent au championnat régional 1.

LE NOUVELLES PRATIQUES

Les Loisirs du R5 participaient au tournoi bi-départemental à Gap organisé par le Gap Hautes-Alpes Rugby : GHAR.

LES SENIORS

Nos jeunes ESPOIRS se sont inclinés à la Rochette contre Rugby Club Antibes Sophia Antipolis : RCASA (Réserve de Promotion d'Honneur), contre une équipe plus expérimentée malgré cela, **ils ont proposé de très beaux mouvements pour leur première à domicile.**

Le 3 novembre

Avec un effectif très diminué (3 blessés pendant le match et de nombreux absents) nos Espoirs se sont malheureusement inclinés au stade de l'Etoile Sportive Montillienne (Réserve de Promotion d'Honneur).

Première défaite de l'année pour notre Equipe 1 qui se déplaçait au Vitrolles Rugby Club après presque 1 mois sans match, malgré une belle partie, l'équipe a été décimée par les blessures elle aussi (3 blessés à la fin du match...) et s'est inclinée.

L'année ne fait que débuter pour nos séniers, il faut désormais se ressaisir et se remettre au travail pour les prochains matchs !

1^{ère} SOIRÉE DES PARTENAIRES



C'est dans le magnifique cadre du «Chateau Saint-Jean» qu'a été organisée la première soirée des « PARTENAIRES du DLV XV».

A cette occasion, le maillot 19/20 des

2 équipes séniers a été présenté aux nombreux invités présents. Puis vint le temps de la dégustation des derniers crus du domaine qui eut un grand succès. Nous remercions Jean-Guillaume D'Erbes et ses collaborateurs pour leur accueil chaleureux. Le rendez-vous est pris en tout début d'année pour la seconde soirée des « PARTENAIRES du DLV XV».

«Nous sommes très heureux de cette première soirée qui en amènera d'autres.»

«NOTRE OBJECTIF : RUGBY ET PARTAGES. ENSEMBLE NOUS SOMMES PLUS FORTS.»





Après avoir fêté ses 5 années d'existence cet automne, le club,aborde un nouveau tournant. Cette fin d'année est synonyme de renouveau. Nouvelle équipe, nouvelle activité et nouvelle direction.

MANOSQUE

Il y a du mouvement en cette fin d'année 2019 dans votre centre aquatique So Swim Manosque. En effet GP Coaching, société aixoise de coaching sportif devient gérante du centre aquatique de remise en forme.



L'ÉQUIPE GP COACHING

Partenaire sport-santé exclusif d'établissements aixois de renom tels que La Clinique Axiom ou le Spa 4**** Les Thermes Sextius, GP Coaching est le spécialiste depuis plus de dix ans des activités aquatiques sportives et de bien-être.

Aux commandes de cette équipe de six coaches diplômés : Maxime Gilmer, Nicolas Verjus. Accompagnés de Kévin, Milan,



Alvin et Max, ils animent des séances dynamiques et variées d'aquagym, aquabike, aquatraining, ainsi que des cours dédiés aux plus jeunes, tels que les bébés nageurs, l'éveil aquatique et les leçons de natation qui vont être développées.

NOUVEAUTÉ !

GP Coaching se positionne en tant que pionnier aixois du coaching par électrostimulation,et a également pour ambition d'innover au sein de So Swim en développant un studio Miha Bodytec. Cette technologie d'électromyostimulation brevetée procure les effets de 4h de sport en 20 min seulement !



LE MIHA BODYTEC

Le Miha Bodytec est un système de stimulation électrique musculaire.

Ce concept inédit vous permet d'obtenir les résultats de 4 heures de sport en seulement 20 minutes!

Cette technologie allemande au brevet déposé consiste en des impulsions basses fréquences indolores qui permettent à vos muscles de s'opposer de façon dynamique. Ce type d'entraînement multiplie par 18 les résultats que vous obtiendriez avec des poids et haltères classiques.

GP COACHING UNE NOUVELLE ÉQUIPE CHEZ SO SWIM

Les effets du Miha Bodytec

- Un renforcement musculaire
- Une perte de poids
- Une modification de la silhouette
- Une amélioration de la posture
- Un travail cardio-respiratoire
- Un travail des muscles profonds

Vous l'aurez compris, ce système de stimulation électrique musculaire exclusif et breveté permet d'acquérir ou de retrouver un corps tonique en un minimum de temps.

**BÉNÉFICIEZ DES EFFETS DE 4H DE SPORT
EN SEULEMENT 20 MIN !**

LA SÉANCE

Le Miha Bodytec est un système innovant qui trouve son efficacité grâce à un accompagnement ultra-personnalisé des coaches. En effet l'équipe vous encadre tout au long de la séance, vous corrige lors des positions complexes, adapte l'intensité à chaque exercice, mais surtout elle met en place avec vous votre programme sportif en fonction de vos objectifs.



L'AQUA CHEZ SO SWIM...

Pour celles et ceux qui souhaitent modeler leur silhouette en agissant sur plusieurs zones : affiner la taille, tonifier la poitrine, renforcer le dos, alors vous trouverez

certainement des séances adaptées parmi les cours d'aquagym, d'aquabike ou encore d'aquatraining qui vous sont proposés. La résistance de l'eau oblige les muscles à travailler davantage sans vous faire mal ! So Swim pense aussi au plus jeunes ! Les bébés nageurs, l'éveil aquatique sont aussi proposés. L'apprentissage de la natation va quant à lui se développer pour assurer des baignades à nos petites têtes blondes en toute sécurité !

Réservez dès maintenant votre séance
d'essai gratuite Miha Bodytec
ou Aqua Fitness dans votre club !

SO SWIM

Tél. 04 92 75 02 16

contactsoswim@gmail.com

NOUVEAU CHEZ SO SWIM !

Activité | Direction | Equipe



LE MIHA
BODYTEC
ARRIVE CHEZ



Votre club vous OFFRE

EN DÉCEMBRE ...

VOTRE SÉANCE D'ESSAI **MIHA BODYTEC**
VOTRE SÉANCE D'ESSAI **AQUA FITNESS**

-10 % sur tous les abonnements*

*Offre réservée uniquement pour les non adhérents

Offre valable du 01/12/2019 au 22/12/2019 sur présentation de cette publicité.
Inscription recommandée au 04 92 75 02 16 ou à contactsoswim@gmail.com



EN JANVIER ...

**BRÛLEZ VOS CALORIES
PAS VOTRE PORTE-MONNAIE !**

Pour bien commencer l'année,
SO SWIM est heureux de vous offrir,
pour toute adhésion, le pack d'entrée

(frais d'inscription + carte membre d'une valeur de 40 €)

Offre valable du 02/01/2020 au 31/01/2020 sur présentation de cette publicité.
Inscription recommandée au 04 92 75 02 16 ou à contactsoswim@gmail.com

VOTRE
PACK
D'ENTRÉE
OFFERT



MANOSQUE - Les Près Combaux
(à côté de KeepCool)

DU LUNDI AU VENDREDI DE 9H à 12h30 et de 16H à 19H30 - LE SAMEDI DE 9H à 13h30

Tél. 04 92 75 02 16 - contactsoswim@gmail.com // www.so-swim.com. Retrouvez-nous sur Instagram : [so_swim.manosque](https://www.instagram.com/so_swim.manosque)



LES ÉVÈNEMENTS POUR CETTE FIN D'ANNÉE AU HPB

Les bénévoles et entraîneurs de Haute Provence Basket proposent de nombreux événements, en plus des différentes rencontres (9 matchs et plateaux par week-end en moyenne), qui viennent rythmer notre saison sportive.

Les deux périodes les plus actives pour notre commission en charge de l'événementiel sont le mois de Décembre et le mois de Juin.

LES ÉVÈNEMENTS DE DÉCEMBRE

Ainsi, cette année, le mois de décembre débute par le tournoi loisirs « Winter is coming » le **1^{er} décembre** où des équipes de toute la région (voire plus loin....) sont attendues.



Le **14 décembre**, à l'occasion du match de notre équipe sénior région, le club aura le plaisir de **recevoir notre principal partenaire, ADREA mutuelle pour une soirée spéciale de remise des nouveaux maillots au gymnase des Varzelles**,



Le **Vendredi 20 décembre**, l'ensemble du club se retrouvera à Volx pour la **fête de Noël à partir de 17h :**

ateliers jeux pour les plus petits avec la distribution des calendriers du club et **une visite surprise attendue par tous, démonstrations et matchs en soirée pour les plus grands.**

Une dernière grande soirée pour terminer cette année 2019 avant 2 semaines de vacances bien méritées et une rentrée sur les chapeaux de roue...

LES LOTOS

Venez tenter votre chance lors des deux lotos organisés par le HPB. On note les dates dans son agenda :

Dimanche 15 Décembre à 16 h - Volx

Dimanche 26 Janvier à 16 h - Volx

Le HPB vous y attend nombreux !

EP HANDBALL, LES ÉQUIPES FÉMININES

Le Président de l'EP Manosque Handball tient à valoriser le Handball Féminin au sein de son groupe... Il nous en décrit quelques mots.



«Le Handball se décline également au féminin à l'EP Manosque. **Le club met un point d'honneur à développer sa filière féminine.**

Notre association compte à ce jour **une équipe -15 Filles** et une équipe senior en entente avec le club d'Oraison.

Nous avons également des **jeunes joueuses évoluant en -13 ans** et au sein de notre école de Handball.

Au cours de la saison, **des manifestations telles que « Amène ta copine »** sont mises en place afin de **permettre aux jeunes filles du bassin Manosquin de venir s'essayer aux rudiments de la petite balle péguéuse.** Nous avons comme objectif dans un futur proche d'être en capacité d'aligner une équipe féminine par catégorie.

Ne tardez plus, chaussez vos baskets, venez nous rejoindre et faire partie de l'aventure.

Vous trouverez toutes les infos nécessaires sur le site Internet du club. Horaires d'entraînements, Gymnases ...

À très vite sur les terrains.»

Édouard Voiry

Président EP Manosque Handball





Au mois d'octobre l'équipe des South Sevens Rugby s'est envolée à Tahiti pour le Papeete 7S. Ils sont revenus avec quelques blessés mais une expérience humaine hors du commun... On résume le tournoi !

LE TOURNOI DES SOUTH SEVEN'S À TAHITI

MANOSQUE

Le tournoi international Papeete 7S s'est déroulé à Tahiti les 18 et 19 octobre. L'équipe des South Seven's était de la partie et dresse un bilan mitigé au niveau sportif mais d'une grande expérience sur le plan humain...



LES MATCHS DE POULE

L'équipe des South Seven's était dans une poule de 4 avec Arue, Faa'a et Punaauia. Deux matchs de poules ont été joués le vendredi après-midi, le dernier match de poule et les phases finales se sont eux déroulés le samedi après-midi.

Le premier match d'un tournoi est toujours compliqué et l'adaptation au rugby du Pacifique rend la chose encore moins évidente : un rugby beaucoup plus physique que chez nous, avec beaucoup de défis.

Le 1^{er} match : L'équipe débute face à Arue et a du mal à mettre en place son jeu mais elle parvient quand même à déplacer le ballon sur les quelques possessions pour faire courir l'adversaire et creuser l'écart pour s'offrir une bonne marge de gestion de la fin de rencontre et du retour des adversaires : **victoire 31-19.**

Le 2^{ème} match : Les South arrivent à mieux s'imposer face à une équipe plus profilée pour le rugby à 7 et réalisent **un match parfait avec de beaux mouvements collectifs et une défense très bien organisée pour étouffer leurs adversaires et l'emporter 29-0.**

Malgré les deux victoires en deux matchs à l'issue de cette première journée de tournoi, c'est également un réel coup dur avec la perte sur blessure de leurs deux joueurs leaders de la charnière dont leur capitaine.

Le 3^{ème} et dernier match de poule

Le lendemain, nos rugbymen attaquent le dernier match de poule sans trop de pression car **ils sont assurés d'être en demie finale.** Ils l'emportent 24-17 sans rien démontrer d'exceptionnel face à une jeune équipe de Punaauia qui aura montré de belles choses.

Avec 3 victoires en 3 matchs les South Seven's terminent meilleurs premiers de cette phase de poule.

LA DEMI-FINALE

En demi-finale ils tombent sur le champion en titre de rugby à 15 et à 7, le club qui a le monopole de l'île, Pirae.

Diminuée par les blessures et pris à froid d'entrée par une équipe jouant sur ses qualités physiques, l'équipe est rapidement mise à mal mais parvient à mener tout de même à la mi-temps 12-7.

En seconde période, la pression prend le dessus, les joueurs n'ont plus la main sur la balle et suite à de nombreuses fautes de mains, maladresses et erreurs jusque là évitées, l'équipe laisse ses adversaires repasser devant 17-12. Score qui n'évoluera plus malgré les deux dernières minutes en possession de la balle et en supériorité numérique.

LE DERNIER MATCH

Pour le match de la 3^{ème} place, les South Seven's retrouvent l'équipe d'Arue, **ils en profitent pour faire tourner les effectifs et livrent une belle première mi-temps en menant 17-0** très rapidement. Tombés dans la facilité, ils laissent leurs adversaires revenir et même passer devant sur des erreurs individuelles liées à la fatigue. Score final 24-17 pour Arue, presque anecdotique tellement la frustration et la déception de la demi-finale perdue était encore dans les esprits.

C'est donc à la quatrième place que l'équipe des South Seven's termine ce tournoi international, qui a vu s'imposer l'équipe chilienne de Rapa Nui, qu'ils n'ont pas eu la chance de rencontrer.



Crédit Abraham Christophe

DES REGRETS MAIS PAS QUE...

Au delà des immenses regrets sur le plan sportif, ceci n'enlève rien à la **superbe aventure humaine** qu'ils ont vécue, avec **un groupe soudé et un état d'esprit irréprochable des joueurs comme du staff**, laissant des souvenirs plein la tête et déjà l'envie de repartir, notamment pour les deux dernières échéances de 2019 : **la 1^{ère} étape du circuit Europe à Montpellier le 23 novembre** et le **Dubai 7s, plus gros tournoi au monde, les 5-6 et 7 décembre.**

Nous souhaitons bonne chance à nos South Seven's pour ces tournois de grande importance à venir...



30 huîtres
 100 g de beurre
 6 échalotes
 1 gousse d'ail
 5 brins de persil
 250 g de crème fraîche
 50 g de farine
 Poivre
 Sel
 Chapelure

• Huîtres farcies à la charentaise

pour 6 personnes
préparation : 1 heure • cuisson : 30 min

- > Pour ouvrir les huîtres, posez-les sur un vieux plat métallique, mettez sur le feu ce qui permettra de récupérer le jus des huîtres, chauffer suffisamment pour que la couverture supérieure éclate et s'entrouvre. Détachez-les de leur coquille.
- > Mettez huîtres et jus dans une casserole et donnez-lui un coup de chaleur pour blanchir les huîtres dans leur propre eau. Egouttez-les, décantez puis filtrez leur eau et réservez-la pour la sauce. Ne jetez pas les coquilles, elles serviront
- > Pour préparer la sauce, épluchez et hachez menu l'ail et les échalotes, émincez les champignons. Hachez le persil.
- > Faites fondre dans une casserole 50 g de beurre et mettez-y à suer l'ail et l'échalote pendant 5 à 6 mn.
- > Ajoutez tous les champignons, le persil et l'eau des huîtres, laissez le tout sur un petit feu pendant que vous préparez la liaison. Dans une petite casserole réduisez de moitié 250 g de crème fraîche, versez la réduction sur la garniture et portez à nouveau à ébullition.
- > Si vous craignez que cette sauce ne soit pas assez épaisse et vous pose des problèmes pour la manipulation des huîtres vous pouvez parfaire la liaison avec une cuillère à café de roux.
- > Dans le fond des coquilles, mettez un peu de sauce, posez l'huître (ou plusieurs), couvrez de sauce et passez 5 mn à four vif après avoir parsemé de chapelure. Pour faire tenir les huîtres bien tapisser le fond du plat de gros sel.

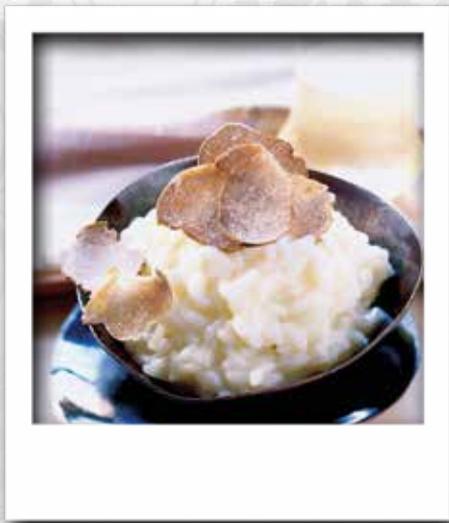


6 tranches de pain de mie
 3 tranches de saumon fumé
 5 cuillères à café de crème fraîche
 2 cuillères à café de jus de citron
 1 cuillère à café d'aneth

• Toasts à la crème de saumon fumé

pour 24 toasts • préparation : 15 min

- > Faire griller les tranches de pain de mie et les couper en 4.
- > Couper le saumon fumé en petits carrés d'environ 5 mm x 5 mm.
- > Dans un bol, mélanger la crème fraîche, le jus de citron et l'aneth..
- > A l'aide de 2 cuillères à café, disposer des petits tas de préparation sur le pain de mie

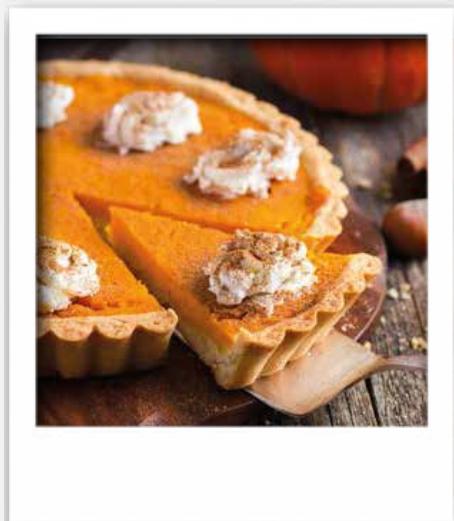


500 g de riz arborio
1,5 verre de champagne
5 c. à soupe d'huile d'olive
1 oignon
8 louches de bouillon
de volaille chaud
100 g de parmesan râpé

❖ Risotto au champagne

*pour 8 personnes • préparation : 10 mn
Cuisson : 15 min*

- > Pelez et hachez l'oignon
- > Faites chauffer un peu d'huile dans une poêle antiadhésive et faites-y revenir l'oignon haché. Incorporez le riz et faites-le rissoler jusqu'à ce que les grains deviennent translucides
- > Ajoutez ensuite une louche de bouillon et laissez cuire le riz 15 min, en ajoutant une louche de bouillon sitôt que la précédente est absorbée et en remuant souvent.
- > Retirez la poêle du feu avant d'y ajouter le parmesan râpé et une noix de beurre. Mélangez bien puis remettez sur le feu doux pendant quelques minutes.
- > Décorez avec des lamelles de truffe

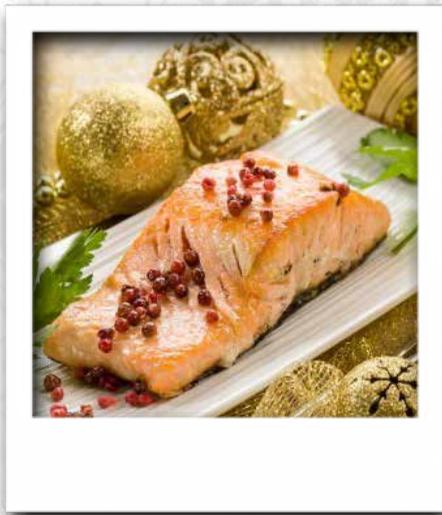


1 pâte brisée toute faite ou maison
additionnée de cannelle
3 œufs
700 g de potiron non épluché
1 c. à café de cannelle
1/2 verre de lait
1/2 verre de crème fraîche
120 g de cassonade blonde
quelques amandes en poudre ou écrasées

❖ Tarte au potiron sucrée

*pour 6 personnes • préparation : 30 min
cuisson : 40 min*

- > Préchauffez le four th.6/7 (200°C).
- > Sortez la pâte brisée
- > Faites cuire le potiron épluché dans une casserole avec un tout petit peu d'eau. Lorsqu'il est cuit, s'il y a encore du jus, écrasez-le un peu et enlevez le maximum de jus, puis laissez-le refroidir.
- > Versez un peu de la préparation dans chaque petit moule.
- > Battez les oeufs en omelette, ajoutez le lait et la crème fraîche, puis le potiron tiède, la cannelle et la cassonade. Mixez le tout.
- > Étalez la pâte dans un moule à tarte en gardant le papier, piquez avec une fourchette le fond, puis saupoudrez d'amandes en poudre ou écrasées. Elles absorberont l'humidité de la crème pour que la pâte cuise mieux.
- > Versez la crème sur la pâte. Enfourez environ 40 minutes.



4 filets de saumon
 3 c.à soupe de miel
 1 c.à soupe de moutarde
 1 c.à soupe de baies roses concassées
 3 c.à soupe d'huile
 2 gousses d'ail
 1 oignon
 Sel, poivre

❖ Saumon grillé au miel et baies roses

pour 4 personnes
préparation : 5 minutes • cuisson : 20 min

- Préparez la marinade avec le miel, la moutarde, les baies et l'huile. Enduisez le poisson et laissez mariner 1 heure au réfrigérateur.
- Hachez l'ail et l'oignon et faites-les revenir dans une sauteuse avec un peu d'huile pendant 5 min.
- Ajoutez le saumon et faites-le cuire entre 10 & 15 min. Selon la grosseur, retournez-le à mi-cuisson. Salez, parsemez de baies et dégustez.

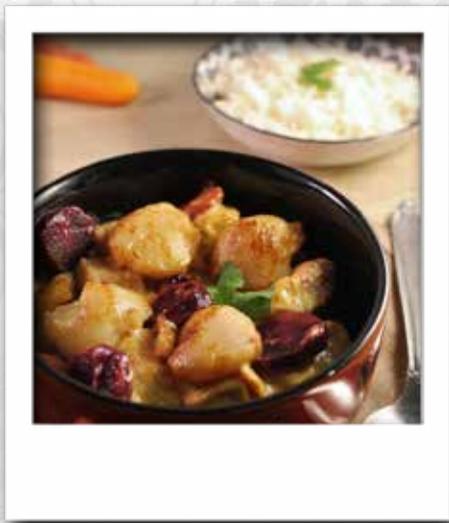


18 feuilles de pâte à ravioles japonaise,
 120 g de châtaigne sous-vide
 180 g de Foie gras mi-cuit
 2 poulets
 100 g de cèpes séchés
 1 oignon
 1 carotte
 1 bouquet garni
 2 blancs d'œuf

❖ Raviole de foie gras châtaigne et bouillon de cèpe

pour 4 personnes • préparation : 2 heures
cuisson : 5 min

- Tailler l'oignon et la carotte en gros dés
- Dans une casserole, mettre les deux poulets avec de l'eau à couvert, porter à ébullition, écumer, puis ajouter oignon et carotte, bouquet garni et cèpes séchés. Laisser cuire tranquillement.
- Concasser grossièrement les châtaignes.
- Travailler le foie gras à la spatule pour le rendre pommade, puis incorporer les châtaignes délicatement.
- Rectifier l'assaisonnement et mettre en poche.
- Disposer les pâtes à raviole, les garnir et les refermer en les collant au blanc d'œuf.
- Passer le bouillon au chinois et y pocher les ravioles quelques minutes.
- Dresser. Il est possible de rajouter des copeaux de truffes pour une jolie décoration.

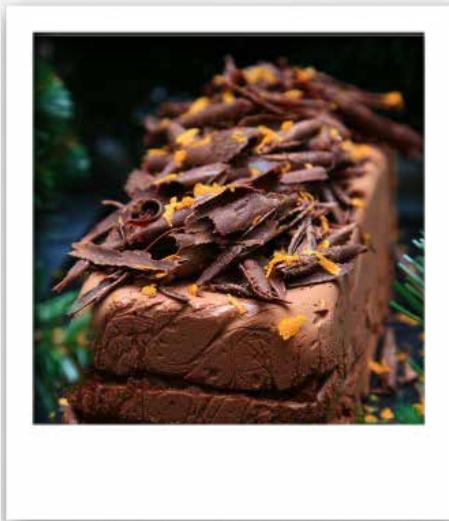


600 g de dos de cabillaud
600 g de pavés de saumon
18 noix de st Jacques, 3 carottes violettes
1 échalote, 1 cuillère à soupe de fumet de poisson
150 - 200 ml d'eau chaude, 15 cl de vin blanc sec
1 dose de safran 1 jaune d'œuf
Le jus d'un citron, 15 cl de crème liquide
40 g de beurre, 20 g de farine, Sel, poivre.

❖ Cassolette de Saint-Jacques, saumon, cabillaud, carottes violettes et safran

*pour 6 personnes • préparation : 20 mn
Cuisson : 30 min*

- > Coupez les poissons en gros dés.
- > Pelez les carottes et coupez-les en rondelles. Faites-les cuire dans une grande casserole d'eau bouillante 15 minutes environ.
- > Épluchez l'échalote, émincez-la et faites-la revenir avec les dés de poissons dans une poêle beurrée, 5 minutes à feu doux.
- > Dans une poêle, faites chauffer 20 g de beurre à feu vif. Dès que le beurre a pris une jolie couleur noisette, ajoutez les coquilles Saint-Jacques et faites-les cuire 1 à 2 minutes sur chaque face jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées, mais que l'intérieur reste bien nacré. Salez et poivrez.
- > Dans un bol battez la crème, le jaune d'œuf et le jus de citron. Ajoutez-les dans la sauteuse avec le poisson et les coquilles Saint-Jacques. Laissez réchauffer à feu très doux pendant 5 minutes.



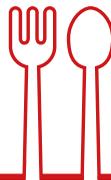
600 g de chocolat noir
40 cl de crème liquide
8 tranches de pain d'épices
5 cuillères à soupe de rhum et d'eau
1/2 cuillère à café de mélange 4 épices

❖ Bûche de Noël au pain d'épices

*pour 8 personnes • préparation : 20 min
temps de repos : 12 heures*

- > Casser 2 tablettes de chocolat en morceaux et les faire fondre avec 8 cuillères à soupe d'eau au bain-marie.
- > Ajouter les épices et laisser refroidir.
- > Placer la crème au congélateur pendant 5 min, la battre au fouet électrique jusqu'à ce qu'elle soit ferme. L'incorporer délicatement au chocolat refroidi.
- > Tapisser un moule à cake avec du papier étirable (cela facilitera le démoulage). Verser la moitié de la préparation dans le fond.
- > Couvrez avec 4 tranches de pain d'épices trempées rapidement dans le mélange rhum/eau. Renouveler encore une fois l'opération (crème puis pain d'épices). Terminer par une fine couche de crème.
- > Placer 12 heures au réfrigérateur.
- > Pour la décoration, faire fondre le chocolat restant au bain-marie sans ajouter d'eau. L'étaler en une mince couche sur une surface plane. Faire prendre au froid, puis racler la surface avec une lame de couteau pour former de larges copeaux.
- > Pour servir, démouler la bûche et la décorer avec les copeaux.

L'ANNUAIRE *Rest'* 0



LES BONNES TABLES PRÈS DE CHEZ VOUS VISIONNEZ LA VIDÉO DU RESTAURANT GRÂCE AU FLASH CODE



📍 MANOSQUE

IL GUSTO

Découvrez la carte de ce restaurant italien et notamment les délicieuses pizzas napolitaines réalisées dans la pure tradition italienne et cuites au feu de bois. Ouvert midis et soirs du mardi au samedi.

8 Place de l'Hôtel de ville - MANOSQUE • 04 92 77 54 14



📍 MANOSQUE

L'INSTANT PRÉSENT

Savourez vins et tapas tous les soirs de la semaine, en profitant de l'ambiance chaleureuse de la salle intérieure ou de la terrasse extérieure. À découvrir : les spécilités de la maison et sélections de vins.

LE FORUM - Av. Régis Ryckebusch - MANOSQUE • 04 92 77 20 20



📍 ST MARTIN-LES-EAUX

L'ORIGINE

Des mets qui suivent le rythme des saisons au grès du marché. Esprit "Bistrot" le midi avec la suggestion du chef et le soir, à la carte avec une cuisine plus élaborée, le tout accompagné d'une sélection de vins de la région.

Place de la Fontaine • ST MARTIN LES EAUX • 06 63 41 41 55



📍 GRÉOUX-LES-BAINS

LA BRASSERIE DU CASINO

Retrouvez une cuisine traditionnelle dans une ambiance élégante. Profitez de faire un tour au Casino après votre repas. Brasserie ouverte du mercredi au dimanche midi & soir.

Avenue des Thermes - GRÉOUX-LES-BAINS • 04 92 78 00 00



📍 GRÉOUX-LES-BAINS

LA CAVERNE

Découvrez dans un cadre chaleureux avec une toute nouvelle décoration, la cuisine de ce maître restaurateur, composée uniquement de produits frais et de saison. Ouvert toute l'année. Fermeture lundis & mardis.

15 Grande Rue - GRÉOUX-LES-BAINS • 04 92 78 19 54



📍 MANOSQUE

SHIN SUSHI BAR

Véritable restaurant à sushis, vous y découvrirez les spécialités du chef dans un cadre moderne et accueillant. Sur place ou à emporter. Ouvert du mardi au samedi midi et soir - Fermé le dimanche et le lundi.

LE FORUM - Av. Régis Ryckebusch - MANOSQUE • 04 92 77 64 30



📍 MANOSQUE

L'ANTICA PIZZA ARTISANALE

Formé par John Bergh, double champion du monde de la pizza. La pâte est élaborée dans les règles de l'art avec une farine de qualité. Les pizzas sont garnies avec des produits de grande qualité pour une subtilité des saveurs.

A emporter ou livrées, «redécouvrez le plaisir de manger une vraie pizza!»
Du mercredi au lundi de 17h à 22h.

3 Boulevard Camille Pelloutier - MANOSQUE • 07 83 69 51 52

**OSEZ
VOUS
DÉMARQUER...**



**soyez
remarqués !**

Affiches - Flyers - Logos - brochures ...
création - impression

Nous vous proposons
**une communication unique
et créative !**



Sof'Communication
Communication | Graphisme | Impression



contact@sofcommunication.com / 06 11 64 30 54

HOROSCOPE



BÉLIER
21/03 > 20/04

Une fois encore, vous décidez de tout changer, de mettre vos talents au-devant et d'en faire votre priorité. Vous êtes désireux d'être irréprochable et ceci dans tous les domaines.



TAUREAU
21/04 > 21/05

Tel le Petit Prince de Saint Exupéry, vous idéalisez une fois de plus la vie et surtout la vôtre. C'est la raison pour laquelle vous ouvrirez tout au long de ces deux mois la page rêve.



GÉMEAUX
22/05 > 21/06

La routine vous ennuie, pour ne pas dire vous saoule, et pourtant, votre entourage a compris que vous êtes en plein changement et ils s'attendent à une révolution.



CANCER
22/06 > 22/07

Pour vous les années se suivent et se ressemblent, après l'ivresse et la folie, la raison reprend son rythme et vous oblige à revoir votre copie. Rien de grave mais cela risque de faire ressortir votre caractère fort.



LION
23/07 > 23/08

Soudainement, vous vous sentez comme libéré(e), cette nouvelle année et surtout ces deux mois seront remplis de surprises qui illumineront votre regard et vous donneront la pêche pour la suite.



VIERGE
24/08 > 22/09

C'est plutôt en janvier que vous semblerez studieux, rempli de nouvelles directives qui vous conduiront à demander de l'avancement auprès de vos supérieurs et vous serez entendu(e). Le sourire revient sur vos lèvres.



BALANCE
23/09 > 23/10

Difficile de faire ce que vous pensiez car malgré la nouveauté, vous vous sentez encore attaché(e) à votre ancienne vie. Vous aurez besoin de ces deux mois, pour retrouver le sens de votre vie.



SCORPION
24/10 > 22/11

La question de ces premiers jours de cette fin d'année et de la nouvelle sera de vous faire comprendre et de montrer aux autres la direction nouvelle que vous désirez prendre, car depuis quelque temps, vous les sentez réticents, insistez.



SAGITTAIRE
23/11 > 21/12

Vous venez de faire le bilan de l'année 2019 et vous avez décidé que plus jamais, vous ne vivriez une fois de plus ces éléments contradictoires qui vous ont été imposés. Il vous faudra attendre le printemps pour un dénouement heureux.



CAPRICORNE
22/12 > 20/01

La vie de famille vous paralyse un peu car vous n'osez plus parler ni dire vos ressentis qui sont pourtant judicieux mais trop compliqués à mettre en place pour les autres. Patience et longueur de temps vous permettront d'accéder à la victoire.



VERSEAU
21/01 > 18/02

«Heureux qui comme Ulysse a fait un beau voyage», vous êtes bien dans votre tête, et dans vos baskets, ceci se remarque et vous ramenez vers vous le sourire des autres, ce qui vous permet de faire un plein d'optimisme.



POISSONS
19/02 > 20/03

Tout bouge, tout change et vous êtes maintenant dans une autre sphère, une nouvelle vision de la vie, de ce qui sera maintenant votre quotidien. Vous en avez terminé de courir après la réussite.



*Couleurs
Paysannes*

100%

PRODUCTEURS

LOCAUX !

DINDES
HÛÎTRES
TRUFFES
ESCARGOTS
CHAPONS
FOIES GRAS
TRUITES FUMÉES

*Pour des fêtes,
pleines de saveurs*

- **Pensez à Commander** -

**OUVERT
DU LUNDI
AU SAMEDI**

Couleurs Paysannes | Les Quatre Chemins à Valensole
et 5 Place du Terreau à Manosque

04 92 72 14 96 | bonjour@couleurs-paysannes.fr

www.couleurs-paysannes.fr et sur les réseaux sociaux  