

#155 • SEPTEMBRE 2021
www.mouv-in.com



GRATUIT
ALPES-DE-HAUTE
PROVENCE

M
O
V
I
N



Jusqu'au 30 septembre

LE MOIS ANNIVERSAIRE

En ce moment chez Schmidt, profitez du mois anniversaire et des offres sur nos plus beaux modèles de cuisines et dressings, leur équipement, les plans de travail et l'électroménager. L'occasion rêvée de réaliser tous vos projets d'aménagement ultra personnalisés. Depuis plus de 60 ans, Schmidt vous accompagne et fait battre le coeur de votre maison.

HOME **SCHMIDT** HOME

Zone Industrielle Saint-Joseph, 273 Av. du 1er Mai - 04100 MANOSQUE

CAHIER SPORT

EMPLOI - FORMATION

AGENDA SORTIES

17 > 29 ans

**IL EST ENCORE TEMPS DE
TROUVER TA VOIE** 

#BTS #BACHELOR #ALTERNANCE

**“ Trouve la formation
qui révèle ton talent ! ”**

10 FORMATIONS

DE BTS À BAC+3

96% DE RÉUSSITE



RENDEZ-VOUS SUR :
WWW.SUPALTERNANCEPROVENCE.FR

#155 • 15^{ème} SAISON
SEPTEMBRE 2021

MAGAZINE MOUV'IN

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

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

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

Dans quelques jours c'est la rentrée... C'est le moment de reprendre le rythme du quotidien même si l'arrière-saison reste, dans notre région des plus agréables. Souvent on profite de la fin de l'été pour faire le bilan et se rendre compte que l'on a besoin de bouger et de reprendre une activité physique pour se maintenir en forme, le cahier sport vous donnera quelques idées...Après les congés, la reprise professionnelle est souvent difficile, peut-être que vous avez profité de la pause estivale pour vous rendre compte que finalement vous n'êtes pas des plus épanouis dans votre travail. Alors pourquoi ne pas envisager un changement ? Le cahier emploi formation vous orientera dans votre réflexion.

Et ce n'est pas parce que c'est la rentrée que les festivités s'arrêtent... bien au contraire, l'agenda est pour ce mois de rentrée encore bien rempli, vous pourrez encore profiter de concerts, expos et autres manifestations pour vous sentir encore un peu en vacances.

N'oublions pas nos commerçants locaux, qui sont toujours présents et ravis de vous conseiller sur vos choix. Faire son shopping de rentrée pour changer sa garde-robe ou la déco de son intérieur sont aussi des petits plaisirs que beaucoup aiment s'offrir en septembre pour repartir sur de bonnes bases.

Nous vous souhaitons une bonne lecture et on se retrouve en octobre pour le prochain numéro de votre magazine !

Bonne lecture et à très vite

Sophie GUIOU

NB: En fonction de l'évolution de la situation sanitaire, les événements sont susceptibles d'être annulés ou reportés. Il est préférable de se renseigner auprès des organisateurs. Ces derniers sont organisés dans le respect des consignes sanitaires en vigueur.

15 ANS



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

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



FENÊTRES - VOILETS - PORTES - STORES - PERGOLAS - PORTAILS - VÉRANDAS



DU 10 SEPT. AU 09 OCT. 2021

-15%
SUR TOUS
LES PRODUITS*

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

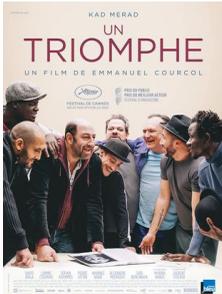
 **komitfo**
Votre conseiller stores et fermetures

*Offre non cumulable avec toute autre promotion. Hors travaux préalables, pose, dépannage, devis et commandes en cours ; hors fenêtres de toits et agencement.

DÉCOUVREZ LES SORTIES SEPTEMBRE 2021
à visionner dans le cinéma de votre choix !

SORTIE LE 1^{er} SEPTEMBRE

SORTIE LE 8 SEPTEMBRE



UN TRIOMPHE

Comédie
Avec : Kad Merad, David Ayala,
Lamine Cissokho

Un acteur en galère accepte pour boucler ses fins de mois d'animer un atelier théâtre en prison. Surpris par les talents de comédien des détenus, il se met en tête de monter avec eux une pièce sur la scène d'un vrai théâtre. Commence alors une formidable aventure humaine. Inspiré d'une histoire vraie



BOÎTE NOIRE

Drame, Thriller
Avec : Pierre Niney, Lou de Laâge,
André Dussollier

Technicien au BEA, Mathieu Vasseur est propulsé enquêteur en chef sur une catastrophe aérienne sans précédent. L'analyse minutieuse des boîtes noires va pousser Mathieu à mener en secret sa propre investigation...

SORTIE LE 15 SEPTEMBRE

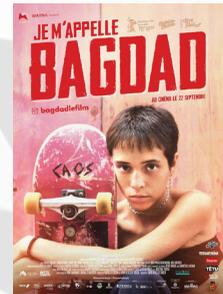
SORTIE LE 22 SEPTEMBRE



DUNE

Drame, Science Fiction
Avec : Timothée Chalamet, Rebecca
Ferguson, Oscar Isaac

L'histoire de Paul Atrides, voué à connaître un destin hors du commun qui le dépasse totalement. Car s'il veut préserver l'avenir de sa famille et de son peuple, il devra se rendre sur la planète la plus dangereuse de l'univers.



JE M'APPELLE BAGDAD

Drame
Avec : Grace Orsato, Helena Luz, Karina
Buhr

Bagdad est une skateuse de 17 ans qui vit à Freguesia do Ó, un quartier populaire de la ville de São Paulo, au Brésil. Bagdad skate avec un groupe d'amis masculins et passe beaucoup de temps avec sa famille et avec les amis de sa mère. Ensemble, les femmes qui l'entourent forment un réseau de personnes qui sortent de l'ordinaire.

SORTIE LE 29 SEPTEMBRE

ET AUSSI...



CANDYMAN

Epouvante-horreur
Avec : Yahya Abdul-Mateen II, Teyonah Parris,
Nathan Stewart-Jarrett

D'aussi loin qu'ils s'en souviennent, les habitants de Cabrini Green, une des cités les plus insalubres en plein cœur de Chicago, ont toujours été terrorisés par une effroyable histoire de fantôme, passant de bouche à oreille, où il est question d'un tueur tout droit sorti de l'enfer, avec un crochet en guise de main, qui pourrait ...



Espace Soubeyran, 2 Rue Rossini à Manosque
(Parking La Villette – GRATUIT 3 heures)

Nouvelle rubrique pour votre Magazine Mouv'in ! Les jeux de société sont de plus en plus tendance... Alors en famille ou entre amis, nous vous proposons en partenariat avec «l'Antre des Jeux» situé au Forum à Manosque une sélection de jeux de société à découvrir de toute urgence !

JEU FAMILLE



TIME LINE CLASSIC

*A partir de 8 ans
Durée de la partie 15 min
De 2 à 6 joueurs*

Découvrez le nouveau Timeline : cette version propose des cartes aux thèmes variés (événements, découvertes, inventions, musique, etc...).

À vous de placer correctement toutes vos cartes sur la ligne de temps !

Pouvait-on déjà boire du champagne quand Darwin a posé les fondations de la théorie de l'évolution ? Le fer à repasser a-t-il inventé avant ou après le premier voyage de l'homme dans l'espace ?

GRAND CLASSIQUE

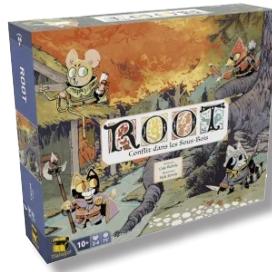


MUNCHKIN

*A partir de 10 ans
Durée de la partie 60 minutes
De 3 à 6 joueurs*

Au cours de votre exploration, vous tomberez sur des monstres plus balèzes que vous. Dans ce cas, demandez de l'aide aux autres aventuriers et unissez vos forces. Mais gare aux fourberies! Cette coopération peut être de courte durée. Les autres joueurs peuvent vous pénaliser en vous lançant des malus. Par exemple, vous pourrez changer de sexe et perdre vos bonus associés ou avoir des monstres supplémentaires dans vos combats. Soyez le plus malin et rendez-vous au dernier étage du donjon avant tout le monde !

STRATÉGIE



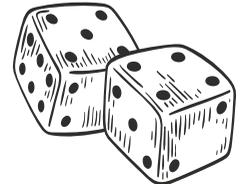
ROOT

*A partir de 10 ans
Durée de la partie 60 min
De 2 à 6 joueurs*

Battez-vous pour le contrôle des Sous-Bois !

La malveillante Marquise de Chat a pris le contrôle des grandes terres boisées pour en piller les richesses. Contre elle, l'Alliance

s'est réunie pour prendre du pouvoir et s'émanciper avec l'aide des Vagabonds, les seuls à pouvoir parcourir les terres les plus hostiles de la forêt. Aux frontières de la région, au même moment, les fiers Aigles ont élu un nouveau chef qui entend bien revendiquer un trône qui fut autrefois le sien. Avec Root, découvrez la quintessence du jeu asymétrique ! Chaque faction du jeu propose une manière unique et originale de jouer et de marquer des points ! Qui saura le mieux utiliser ses facultés spéciales ?!



COUP DE COEUR

MICRO MACRO, UN JEU D'ENQUÊTE COOPÉRATIF

A partir de 8 ans - Durée de la partie 30 minutes - De 1 à 6 joueurs



Ensemble, résolvez des affaires criminelles, identifiez les mobiles, trouvez des preuves et arrêtez les coupables. Bienvenue à Crime City, une ville où le crime rôde à tous les coins de rue. Des secrets ignobles, des vols perfides et des meurtres de sang-froid sont à l'ordre du jour ici. La police locale n'est plus en mesure de contrôler la situation. C'est pourquoi le travail d'enquêteurs astucieux est nécessaire. MicroMacro - Crime City est un jeu d'enquête coopératif. Ensemble, les joueurs résolvent 16 affaires criminelles corsées en déterminant les mobiles, en trouvant des preuves et en condamnant les auteurs. Un œil attentif est tout aussi important qu'un talent de déduction afin de résoudre toutes les énigmes sur le grand plateau de jeu de 75 x 110 cm. Une loupe est incluse dans le jeu pour aider à trouver chaque détail.

Retrouvez, en partenariat avec la Librairie au Poivre d'Âne à Manosque, la sélection de votre libraire : roman, BD, jeunesse... des livres à découvrir pour ce mois de Septembre

LOIN, À L'OUEST

Delphine Coulin
Editions éditions Grasset

Delphine Coulin
Loin, à l'ouest



Quatre femmes : Georges, que sa mère a prénommée ainsi pour qu'elle ait « une vie d'homme », Lucie, sa belle-fille, Solange, sa petite-fille et puis son arrière petite-fille, Octavie, qui tente aujourd'hui de résoudre le « mystère Georges » à l'aide d'Internet.

Avec elles, on traverse plus d'un siècle d'histoire. Delphine Coulin fait la part belle à l'imaginaire et nous emporte avec cette magnifique saga.



AU PRINTEMPS DES MONSTRES

Philippe Jaenada
Editions Miallet Barrault

Paris 1964, un garçon est enlevé. On retrouve son corps le lendemain dans une forêt de banlieue. Il a été assassiné sans raison apparente. Au bout d'un mois un suspect est arrêté et avoue le meurtre. C'est un jeune homme banal, un infirmier. Philippe Jaenada

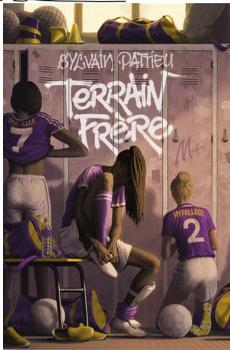
nous livre une enquête minutieuse, palpitante comme il sait si bien le faire et qui nous questionne beaucoup sur notre humanité.



ADOS

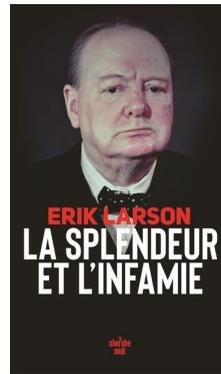
TERRAIN FRÈRE, HYPALLAGE TOME 2

YLVAIN PATTIEU
L'Ecole des Loisirs



Aimée rêve de devenir footballeuse professionnelle. Avec sa mère, c'est compliqué, et l'absence du père garde sa part de mystère. Sur le terrain, elle oublie tout. Mais pour être à la hauteur des exigences de la coach, il va falloir qu'elle se

dépasse. On retrouve avec un très grand plaisir Aimée et Mohammed-Ali, les protagonistes d'Amour Chrome». A partir de 13 ans.



LA SPLENDEUR ET L'INFAMIE

Erik Larson
Editions du Cherche Midi

10 mai 1940 Winston Churchill vient d'être nommé Premier Ministre. Erik Larson va nous faire suivre une année de sa vie. Churchill doit résister aux nazis, convaincre les américains de rentrer en guerre et gérer ses nombreux problèmes familiaux. Ce récit, extrêmement bien documenté, nous fait pénétrer dans l'intimité du grand

homme et nous le dépeint avec sympathie et tendresse.

A ne pas manquer !

LES GARDIENS DE NULLE PART, BALTO TOME 2

Jean-Michel Payet



Paris, années 20, un vieux copain de Balto se fait assassiner sous ses yeux. Celui-ci jure de le venger. Durant sa quête il va retomber sur Émilienne Robinson la journaliste lancée elle aussi sur cette affaire. Une enquête haletante et historique. A partir de 13 ans.

ENFANT DE SALAUD

Sorj Chalandon

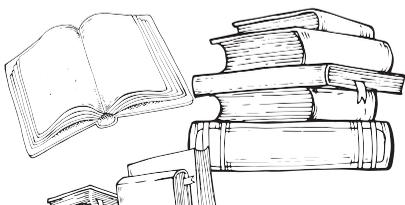


Depuis l'enfance, une question torture le narrateur :

- Qu'as-tu fait sous l'occupation ?

Mais il n'a jamais osé la poser à son père. Parce qu'il est imprévisible, ce père. Violent, fantasque. Certains même, le disent fou. Longtemps, il a bercé son fils de ses exploits de Résistant, jusqu'au jour où le grand-père de l'enfant s'est emporté : « Ton père portait l'uniforme allemand. Tu es un enfant de salaud ! »

En mai 1987, alors que s'ouvre à Lyon le procès du criminel nazi Klaus Barbie, le fils apprend que le dossier judiciaire de son père sommeille aux archives départementales du Nord. Trois ans de la vie d'un « collabo », racontée par les procès-verbaux de police, les interrogatoires de justice, son procès et sa condamnation.



LES CORRESPONDANCES, DU 22 AU 26 SEPTEMBRE

MANOSQUE



Comme tous les mois de septembre depuis 1999, c'est la littérature vivante qui est mise en avant à Manosque. **Chaque année ce ne sont pas moins de 16 000 festivaliers qui pressent le pas pour célébrer l'écriture et la rentrée littéraire.** Cette 23^{ème} édition ne dérogera pas à la règle et promet 5 jours de festival riche en culture et en littérature. Depuis 1999 le festival Les Correspondances s'est développé dans le souhait de mettre en avant la littérature mais sous une forme différente que ce que nous connaissons tous : salon du livre, foire du livre etc...

LE PROGRAMME DU 22 AU 26 SEPTEMBRE

C'est sur la place de l'Hôtel de Ville que l'**inauguration officielle se tiendra le 22 septembre à 17h**, cette dernière sera suivie d'une rencontre pour mettre à l'honneur «Mike» d'Emmanuel Guibert. Durant ces 5 journées **vous aurez l'embarras du choix parmi des rencontres, des concerts, des lectures, des siestes littéraires** dans différents lieux de la ville de Manosque tels que la Place de l'Hôtel de Ville, la Place Marcel Pagnol, La Place des Observantins, le Théâtre Jean Le Bleu, La Maison de Giono, la MJC ou encore l'Ecomusée l'Olivier à Volx. Il y en aura pour tous et pour toutes, pour les enfants comme pour les plus grands... **Cette année c'est Emmanuel Guibert, à la fois auteur de bandes dessinées, dessinateur, scénariste, lithographe, romancier qui sera présent et qui a décrété que cette année pour les Correspondances, c'était « Port du livre obligatoire » !** Venez donc le rencontrer...

Pour ceux qui ont la plume facile et pour les autres aussi, **de nombreux écritaires seront mises en place pour former un parcours à travers Manosque et sa région.** Ces écritaires sont ouvertes à tous et vous offrent papier, stylos, enveloppes... **c'est le moment d'écrire à vos proches, amis ou non, les courriers seront affranchis par Les Correspondances.** Les Librairies manosquines participent aussi au festival en programmant des rencontres d'auteurs, d'ailleurs **Emmanuel Guibert sera en dédicace le jeudi 23 septembre à partir de 16h au Forum BD, 3 place du Terreau.**

Un festival sans « OFF » n'est pas un festival ! En parallèle de la programmation du festival en lui-même, vous pourrez assister à des ateliers d'écriture, une émission radiophonique, des ateliers d'initiation à la gravure, la visite du « Paraïs », maison et jardins de Jean Giono, **bref de bons moments de partages et de découvertes en perspective !**

INFOS

Les Correspondances

Hôtel Raffin, 3 bd E. Bourges - 04100 Manosque **Tel. 04 92 75 67 83**
contact@correspondances-manosque.org

Programme complet sur **www.correspondances-manosque.org**

Pour les spectacles payants la billetterie est ouverte depuis le 18 août

www.correspondances-manosque.org/billetterie

ou dans les Office de Tourisme de la DLVA

LE GRAND MÉNAGE DE PRINTEMPS PREND DES QUARTIERS D'AUTOMNE

SUD LUBERON

ÉVÉNEMENTS

LE FESTIVAL...

Le festival créé par l'association du centre culturel Cucuron/Vaugines est né de **la volonté d'encourager la création artistique qui interroge directement notre cadre de vie, notre géographie et nos relations aux autres.** Il nous invite à reconsidérer notre vision de ce qui nous entoure et à reconstruire notre rapport à l'espace collectif, ou nous nous rencontrons, ou nous échangeons et bâtissons notre futur. Pour que le festival se déroule dans les meilleures conditions possibles, une quinzaine de bénévoles s'investissent toute l'année pour le préparer, et une centaine de bénévoles composés d'habitants du coin sont présents le temps des représentations et donnent de leur temps et de leur énergie pour accueillir environ 4000 visiteurs et familles par édition.

L'ÉDITION 2021

La première nouveauté cette année concerne la date des festivités. En effet le festival a pour coutume depuis ses débuts de se dérouler au mois d'avril lorsque les fleurs commencent à pointer le bout de leur nez. Et bien cette année en raison de la crise sanitaire, **il aura lieu du 25 septembre au 3 octobre pour fêter dignement le début d'Automne.** Ensuite, pour cette année le festival se caractérise par une forte itinérance sur le territoire et s'implante sur les communes de Cadenet, Cucuron, Vaugines, La Tour d'Aigues et Pertuis.

Pour cette édition 2021 **la programmation se veut nouvelle** tout en conservant néanmoins le nouveau spectacle de la compagnie « La Folie Kilomètre » qui devait initialement se jouer lors de l'édition 2020, et qui en prime s'appuie sur la participation du public. **Oui en effet cette année il y aura quatre projets ou le public deviendra « spect'acteur »**, ce qui va à coup sûr rajouter de l'interactivité aux spectacles. En tout, le festival se déroule sur **10 jours accueillant plus de 30 représentations majoritairement gratuites**, des compagnies professionnelles, des spectacles reconnus et des créations prometteuses et variées telles que **des performances de peinture, des théâtres divers et variés, de la danse, de l'improvisation, de la balade sonore, spectacle de marionnettes et concerts.** Alors si les spectacles et représentations théâtrales vous ont manqué, voilà pour vous de quoi en faire le plein en ce début d'automne.

INFOS

Le Grand Ménage de Printemps prend ses quartiers d'Automne
Du 25 septembre au 3 octobre

Réservations et préventes recommandées sur :
reservation@legrandmenage.fr
ou au 07 49 40 07 18

Un nouveau spécialiste de la location de véhicules a fait son entrée depuis la mi-juillet dans le département avec deux nouvelles agences : l'une sur Manosque et l'autre sur Digne-les-Bains. Autolagon propose des offres plus qu'attrayantes et nous vous dévoilons les avantages d'une location de véhicules.

MANOSQUE / DIGNE-LES-BAINS

AUTOLAGON EN QUELQUES MOTS...

Autolagon est une agence de location de véhicules fondée en 2013 aux Antilles avec une forte présence en Guadeloupe et Martinique. Aujourd'hui, Autolagon continue son expansion sur le territoire métropolitain avec 10 agences réparties dans toute la France dont les deux agences de Digne et Manosque créées cette année sur notre territoire des Alpes-de-Haute-Provence.

L'enseigne projette également d'ouvrir d'ici la fin de l'année 2 nouvelles agences sur Sisteron et Gap ce qui portera à trois le nombre d'agence dans le département.

LES AVANTAGES D'AUTOLAGON

Forts d'une flotte de berlines compactes, de SUV urbains et de véhicules compacts premium, Autolagon propose également une gamme de véhicules utilitaires du 3 m³ au 20 m³, le tout avec une offre tarifaire fortement concurrentielle par rapport aux prix pratiqués par les acteurs habituels de la location présents sur notre territoire. La gamme de véhicules est très large, allant de la Fiat 500 à la Mercedes A180 en passant par des Renault Clio hybrides ou thermiques que ce soit en boîte manuelle ou automatique vous trouverez certainement le véhicule qui vous fera plaisir. Pour les professionnels ou ceux qui ont besoin d'un plus grand chargement, Autolagon vous propose également des véhicules comme le Renault Kangoo de 3m³ ou bien le Citroen Jumper de 13m³ selon votre besoin.



Tous les véhicules sont disponibles à la location pour des durées allant de 24h

à plusieurs mois, au travers de l'offre Autolagon Mobility, idéale pour la constitution de flotte de véhicules d'entreprises. Et cerise sur le gâteau, vous aurez l'avantage d'une possibilité de dépôt de garantie sans la constitution habituelle d'une pré-autorisation par carte bancaire, au travers d'un partenariat d'Autolagon avec Swickly. En bref, Autolagon s'adresse à tous les conducteurs ayant besoin d'un véhicule récent à faible kilométrage pour des besoins ponctuels. Pour la réservation de votre véhicule en besoin ponctuel, la caution ne vous coûtera que quelques dizaines d'euros, ce qui est nettement plus avantageux que de subir le blocage habituel de cautions allant de 500 à 1500€ présent chez la plupart des agences de location de véhicules.

AUTOLAGON, LOUER SON VÉHICULE POUR PLUS DE LIBERTÉ !



LOUER VOTRE VEHICULE EN TOUTE SÉRÉNITÉ
DANS VOS AGENCES AUTOLAGON MANOSQUE
ET AUTOLAGON DIGNE-LES-BAINS

À partir de :
15 €/jour

Autolagon
www.autolagon.fr

LA LOCATION COURTE DURÉE EN 3 CLICS

88 rue des Heures Claires - 04100 Manosque
Tél : 09 72 09 04 24

4 rue de Verdun - 04000 Digne-Les-Bains
Tél : 04 92 32 19 66

L'OFFRE D'AUTOLAGON

Pour ce qui est des options, sachez que l'assurance tous risques, les rehausseurs enfants et le second conducteur sont compris dans le prix de votre location sans surcoût avec en prime, un accueil personnalisé et une qualité de services à la hauteur de vos exigences. Une assistance par téléphone ou par chat sera disponible 24h/24 et 7 jours sur 7 pour répondre à toutes vos demandes. Vous pourrez également en quelques clics réserver ou vérifier la disponibilité de votre véhicule souhaité avant de vous rendre en agence. Alors si vous aimez rouler serein, pour votre prochaine location Autolagon n'attend plus que vous.

INFOS VOS AGENCES AUTOLAGON

Manosque
88 rue des Heures Claires
04100 Manosque
Tel. 09 72 09 04 24

Digne-les-Bains
4 avenue de Verdun
04000 Digne-les-Bains
Tel. 04 92 32 19 66

<https://www.autolagon.fr/>

N'ACHETEZ PLUS, ABONNEZ-VOUS !



Aucun apport



Tout compris



Personnalisation



Flexibilité





FESTIVAL

Du 15 au 19 septembre 2021, Gréoux-les-Bains se met au rythme du Jazz ! L'Association FestiGréoux a préparé pour ce 7^{ème} festival une programmation musicale avec des artistes de renommée internationale et des musiciens de la jeune génération qui puisent leur inspiration aux racines même du jazz. Nous faisons un focus sur ces 5 jours à ne pas manquer !

GRÉOUX-LES-BAINS

LE GRÉOUX JAZZ FESTIVAL : 7^{ÈME} ÉDITION DU 15 AU 19 SEPTEMBRE



Depuis la création du festival, ce dernier ne cesse d'évoluer puisque les organisateurs sont chaque année très attentifs et à l'écoute du public sans que cela va changer ! Cette année vous aurez le privilège de retrouver les rythmes endiablés qui ont déferlé à travers l'Amérique ou encore de faire connaissance avec la jeune génération du jazz qui fait revivre l'âge d'or des

années 30-40. Le jazz manouche ne sera pas en reste de ce 7^{ème} festival. Pour terminer en beauté, le Gréoux Jazz Festival mettra à l'honneur l'un des plus emblématiques musiciens du jazz traditionnel de la Nouvelle-Orléans...

Nous vous laissons découvrir le programme !

PROGRAMMATION DU FESTIVAL

MERCREDI 15 SEPTEMBRE

20H30 - SÉBASTIEN CHAUMONT AND HIS BOPSTER BLUE ALLSTAR. Après avoir enflammé le temps d'un concert le Centre de Congrès William et Maeva, quadruple champions du monde de boogie woogie reviennent vous offrir un moment magique dont eux seuls ont le secret ! Ils seront accompagnés de Cathy et Gilbert, fous de swing et amis de longue date pour vous offrir un show d'exception. Ils seront accompagnés par les musiciens de Bopster Blue Allstar, groupe créé en 2000 par Sébastien Chaumont. Sébastien Chaumont, saxophone et vocaux, associe des « parisiens » : Jérôme Etcheberry, trompette, l'un des meilleurs spécialistes dans l'univers du jazz européen Vincent Simonelli, guitare, reconnu dans le monde du swing manouche, Jonathan Gomis, batterie, et son jeu particulièrement subtil, l'italien Luca Filastro, piano, l'un des grands représentants du style Stride, et un autre azuréen incontournable, Sébastien Lamine à la contrebasse. Ce jazz qui se danse et qui s'écoute vous transportera à l'âge d'or du jazz américain... une soirée qui promet d'être mémorable !



JEUDI 16 SEPTEMBRE



20H30 - THREE BLIND MICE .

Pour ce deuxième concert, contrebasse, guitare/banjo et trompette forment un trio qui va

vous faire vivre sa passion pour le jazz des années 1920 / 1930. C'est une musique dynamique et exigeante qui fait la part belle aux instruments ainsi qu'au talent des musiciens. Tout au long du concert, leur répertoire va vous renvoyer aux Standards des maîtres du tout jeune jazz, à des rythmes, des tonalités « signatures », propose une relecture des thèmes qui n'en demeure pas moins fidèle à l'esprit qui anime l'orchestre. Le trio propose à la fois une musique qui bouge, façon dixie, repose le temps d'une ballade, revisite une vieille comptine... On ne compte plus le nombre de formations auxquelles il a participé, de festivals où il est invité, de récompenses décernées : Jean-François Bonnel, saxophoniste, incontournable du Jazz français, rejoint les musiciens sur la scène du Gréoux Jazz Festival. Le meilleur antidote contre le blues !

VENDREDI 17 SEPTEMBRE



20H30 - AURORE VOILQUÉ TRIO ET ANGELO DEBARRE

C'est à l'âge de 4 ans qu'Aurore Voilqué commence à jouer du violon. Après quelques expériences au sein

d'orchestres symphoniques, elle fait la manche dans le métro avec d'autres musiciens. Un de ses professeurs de musique lui fera découvrir l'univers de Django et de Grappelli, et l'incitera à participer au festival « Les enfants du jazz ». Elle monte, en 2003, l'Aurore Quartet et auto-produit son premier album. Vient le temps des « boeufs » et des belles rencontres ! En 2011, Aurore remplace le violoniste de l'orchestre de Thomas Dutronc qu'elle accompagne régulièrement lors de ses tournées. En 2012, elle joue avec Rhoda Scott, puis à New York aux côtés du guitariste Samson Schmitt, à Los Angeles avec Noé Reinhardt... Elle partage son hommage à la musique manouche avec l'un des plus grands guitaristes du style, Angelo Debarre. Avec une dextérité sidérante, un style unique et une technique à couper le souffle elle s'assure une renommée internationale. Vous allez sans aucun doute être transporté au cœur d'une culture gitane envoûtante, populaire et prestigieuse.

SAMEDI 18 SEPTEMBRE

20H30 - QUINTET AHMET GÜLBAY.

La saison dernière c'est aux côtés de Charles Prévost qu'Ahmet Gülbay a bluffé le public avec son aisance et

son feeling. Pianiste d'exception à la fois compositeur et interprète, il revient sur la scène du Gréoux Jazz Festival avec son propre quintet. Un groupe qui colle parfaitement à une joie de jouer permanente et communicative. Ahmet Gülbay est une figure emblématique et incontournable des scènes de jazz parisiennes, participe aux grands festivals européens. Il a accompagné nombre de musiciens, de chanteurs, a composé des musiques de films. S'il se réfère aux grands pianistes de l'histoire du jazz auxquels il aime rendre hommage, Fats Waller, Dave Brubeck, il n'en a pas moins développé sa propre voie, sa propre personnalité. Le jeu d'Ahmet Gülbay est un florilège complet du piano jazz qui va du plus « classique » au strident en passant par des relectures et improvisations dont il a le secret. Ines Prisca Djia, chanteuse lyrique et de jazz, Alexis Lograda et Laurent Aslanian, violoniste et contrebassiste classiques, convertis au jazz, Sylvain Glevarec, batteur reconnu, au swing remarquable accompagnent Ahmet Gülbay. La présence du Quintet signe, par avance, l'ambiance et la spontanéité d'une jam-session.

DIMANCHE 19 SEPTEMBRE

17H30 - GUILLAUME NOUAUX TRIO

Pour clôturer cette 7^{ème} édition, Guillaume Nouaux Trio vous embarquera pour un voyage en Louisiane au début du siècle dernier... Le jeune Guillaume Nouaux s'aperçoit très vite qu'il préfère la musique à tout autre enseignement. Il quitte rapidement le cursus scolaire pour la classe de percussion du Conservatoire, puis s'oriente vers une école spécialisée dans la batterie. S'il joue dans un groupe plutôt hard rock, le hasard le place sur le chemin du jazz. Il remplace au pied levé le batteur d'un groupe dixie. La musique lui plaît. C'est le déclic qui deviendra passion pour le jazz traditionnel de la Nouvelle Orléans, celui qui est né dans cette ville au début du siècle, qui a une identité rythmique et mélodique qui lui est propre, celui qui prend son temps... Le choix, depuis près de vingt ans, de trios clarinette-piano-batterie, peu courants, ne doit rien au hasard. Musiciens talentueux et amis de longue date, Jérôme Gatus, virtuose de la clarinette, et Alain Barrabès, piano-passion, partagent un répertoire ancré dans la tradition du jazz des origines, où se mêlent des airs populaires de ragtime, de blues et de swing de La Nouvelle-Orléans.



CETTE ANNÉE LE FESTIVAL A AUSSI SON OFF !

Pour profiter encore plus de ces 5 jours de festival, ne manquez sous aucun prétexte les « Diners Jazz ». Les dîners jazz auront lieu dans les restaurants partenaires de l'Amicale des Hôteliers Restaurateurs. Vos papilles et vos oreilles s'en souviendront... au programme :



BEN RANDO EN DUO AVEC SAM FAVREAU

Découvrir Bach à 8 ans et tenter de reproduire cette musique sur le clavier, signe sans doute une relation privilégiée avec cet art, l'instrument et l'improvisation. Pianiste, compositeur,

notamment de bandes originales de courts et longs métrages, improvisateur inspiré par la musique classique française du siècle dernier ainsi que la folk et la pop, Ben Rando propose un jazz actuel, aux harmonies riches, aux climats profonds et bluesy. En duo avec le contrebassiste Sam Favreau, professionnel incontournable, Ben Rando invite à un concert intimiste, mêlant standards de jazz revisités et compositions personnelles.

Mardi 7 : La Source - Gréoux-les-Bains - 07 71 10 04 86

Mercredi 8 : L'Arlequin - Gréoux-les-Bains - 06 43 77 38 39

ANDREA CAPARROS ET EMILE MELENCHON : JAZZ « BRÉSILIEN »

Née d'une mère brésilienne et d'un père instrumentiste, Andréa Caparros, chanteuse et musicienne puise naturellement à ses sources. Après des études de guitare classique, Emile Mélenchon se tourne vers le jazz et met en oeuvre sa virtuosité au service de l'inspiration.



Les deux artistes proposent une musique issue du répertoire de la musique populaire brésilienne revisitée, leurs propres compositions, reflets de leurs personnalités. De la Saudade, nostalgique, aux rythmes chaloupés, ces musiciens atypiques partagent leur passion pour une musique acoustique d'émotion sans artifice.

Jeudi 9 : La Marmite Provençale - Gréoux-les-Bains 04 92 77 66 62

Vendredi 10 : Restaurant Les Alpes - Gréoux-les-Bains 06 92 74 24 24

Samedi 11 : La Villa Borghèse - Gréoux-les-Bains 04 92 78 00 91

INFOS PRATIQUES

Tous les concerts ont lieu au Centre de Congrès de l'Etoile Salle Giono.
Avenue Brossolette 04800 Gréoux-les-Bains
Parkings gratuits à proximité

Tarif : 19 € - Tarif réduit : 16 € (demandeurs d'emploi, moins de 25 ans, groupes à partir de 10 personnes et Comités d'entreprises - sur justificatif)
Gratuit pour les moins de 12 ans.

Les Bons plans :

Tarif 3 concerts au choix : 48 € - Tarif 4 concerts au choix : 60 €
Tarif pour les 5 concerts : 70 €

Les ventes de billets sont assurées par les Bureaux d'Information Touristique de Gréoux-les-Bains, Manosque, Oraison, Quinson, Riez et Valensole
Sur place, 45 minutes avant le concert selon les disponibilités
En ligne, voir modalités sur notre site www.greouxjazzfestival.com

Renseignements :

Bureau du tourisme de Gréoux-les-Bains
04 92 78 01 08 - www.greouxjazzfestival.com

Le réseau des GRETA-CFA est implanté dans les établissements de l'Education Nationale, son rôle est de vous accompagner en répondant aux besoins de formation et de professionnalisation des jeunes, des salariés ou encore des demandeurs d'emploi. Pour cette rentrée c'est un titre Professionnel Assistant de Vie aux Familles qui est mis à l'honneur.

TERRITOIRE

TITRE PROFESSIONNEL ASSISTANT DE VIE AUX FAMILLES

Durant tout le mois de septembre le GRETA-CFA Alpes Provence lance une campagne de recrutement dans le secteur de l'aide à la personne, pour l'obtention d'un Titre Professionnel Assistant de vie aux Familles.

Si vous êtes attiré par le secteur de l'aide à la personne, alors vous n'avez plus de doute à avoir, cette formation est faite pour vous ! Vous aimez aider les autres, vous savez les écouter, vous avez un bon relationnel tout en étant discret(e), alors vous avez toutes les qualités requises pour suivre cette formation. Tout au long de votre projet de formation, c'est une équipe compétente qui vous accompagnera et vous formera. Des intervenants expérimentés dans ce secteur vous donneront les clefs pour réussir votre formation.



Un(e) assistant(e) de vie aux familles (ADVF) qu'est-ce-que c'est ? Et bien c'est très simple, **son rôle est de contribuer au bien-être des personnes au sein de leur logement tout en respectant leur vie privée, leur sécurité...** pour permettre aux personnes âgées ou en situation de handicap de maintenir leur autonomie et de continuer à vivre à domicile. **Vous allez apporter votre aide en mettant en oeuvre les gestes et techniques appropriés dans le respect de la personne.** L'Assistant de Vie réalise aussi pour les particuliers l'entretien courant de leur logement et également de la garde d'enfant, tout cela en étroite relation avec les proches de la personne aidée et les parents des enfants.

En étant titulaire d'un Titre Professionnel Assistant de Vie aux Familles vous pouvez aisément avoir accès aux emplois tels que : Auxiliaire de Vie, aide à domicile; garde à domicile, garde d'enfant etc... **et vos missions seront entre autres les suivantes :** L'entretien du logement et du linge de la personne aidée, l'accompagnement de la personne aidée dans les actes essentiels du quotidien ou encore la garde d'enfant à domicile.

LE GRETA-CFA

ALPES PROVENCE, VOTRE PARTENAIRE-FORMATION

On vous en parle !

Eva, 42 ans, une ancienne stagiaire du TP ADVF, diplômée et épanouie dans ses nouvelles fonctions d'aide à domicile, vous parle de sa formation...

« J'ai choisi le TP ADVF car je souhaite aider les personnes dépendantes; j'ai beaucoup apprécié le travail avec les formateurs car ils sont polyvalents, expérimentés et les cours sont variés. Cette formation m'a confortée dans mon choix professionnel. Je connaissais le GRETA-CFA avant et je savais que c'était le lieu de formation adapté pour moi. Grâce à l'équipe pédagogique et aux échanges que j'ai eus avec les stagiaires de mon groupe, j'ai pu apprendre davantage sur les techniques, les gestes et les postures de ce métier. Maintenant je travaille dans une structure d'aide à domicile, et j'aime aider, soutenir les bénéficiaires dans leurs difficultés. »

**LE GRETA-CFA ALPES PROVENCE VOUS ACCOMPAGNE
TOUT AU LONG DE VOTRE FORMATION.
PLUS QU'UN ORGANISME DE FORMATION, UN VÉRITABLE
PARTENAIRE POUR VOTRE RÉUSSITE !**

POUR FAIRE LA FORMATION...

La formation est ouverte à tout public et est financée par la Région. Le recrutement se fait durant tout le mois de septembre 2021 et **la formation démarrera le 4 octobre 2021** et sera dispensée au GRETA-CFA Antenne de Manosque.

N'attendez plus pour vous renseigner et vous inscrire dès à présent !

**GRETA-CFA ALPES PROVENCE
ANTENNE DE MANOSQUE**

Tél. 04 92 72 72 29

Mail : greta.antenne.manosque@ac-aix-marseille.fr

greta-cfa
ALPES PROVENCE)))

Depuis le début du mois de septembre, c'est la rentrée pour les étudiants de Sup'Alternance Provence le centre de formation de la CCI des Alpes-de-Haute-Provence, situé sur le site de l'Éco-Campus Provence à 5 minutes de Manosque. Accessible aux 17-29 ans, l'école propose un catalogue de formations d'excellence, en alternance, de niveau BTS à Bac+3.

TERRITOIRE

UN TAUX DE RÉUSSITE TRÈS ÉLEVÉ

L'année 2021 sera marquée par un taux de réussite record, puisque ce sont près de 96 % des étudiants Sup'Alternance Provence qui ont obtenu leur diplôme d'études BTS et Bachelor (à noter, l'école enregistre chaque année un taux de réussite d'au moins 90%) ! Un succès qui repose sur **une organisation efficace des cursus et un accompagnement permanent des jeunes apprentis durant leur parcours**, par l'équipe pédagogique et administrative du centre de formation mais aussi sur **la persévérance de nos jeunes talents**.



SUP'ALTERNANCE PROVENCE

Sup'Alternance Provence est une école de la CCI des Alpes-de-Haute-Provence, installée sur le site de l'Éco-Campus Provence, à 5 minutes de Manosque, spécialisée dans le secteur tertiaire et particulièrement **les formations du commerce, du tourisme, de la banque-assurance, de l'hôtellerie-restauration et de la gestion administrative**. Depuis 2007, le centre de formation propose un choix varié de cursus adaptés aux besoins des entreprises comme aux attentes des étudiants. **Pour preuve, un taux d'insertion remarquable : plus de 80 % des jeunes diplômés entrent sur le marché du travail**. Sorties culturelles, événements, visites d'entreprises, salons professionnels, le programme d'étude est également conçu pour stimuler les capacités des apprenants.

NOUVEAU BTS D'ASSISTANT ADMINISTRATIF

Seconder un responsable ou une équipe dans des tâches quotidiennes en devenant les assistants administratifs de demain, c'est ce que propose ce tout **nouveau BTS « Support à l'Action Managériale »**. Accessible aux titulaires du Bac général, technologique ou professionnel, **ce diplôme est dispensé par la**

SUP'ALTERNANCE PROVENCE : IL EST ENCORE TEMPS DE TROUVER VOTRE ALTERNANCE !

voie de l'alternance qui allie cours en centre de formation et expérience en entreprise. Point fort du BTS SAM : des débouchés nombreux au sein d'entreprises de secteurs d'activités très variés.

Sup'Alternance, c'est aussi 2 formations bac+3 qui recrutent !



Bachelor Responsable Développement Commercial (RDC)

Prérequis : Bac+2 (BTS, DUT et autres) ou d'un diplôme de niveau 5 (Bac+2) dans le secteur de la vente et du commerce
Durée 12 mois

Maîtrisez les compétences et le savoir-faire nécessaire en matière de développement commercial et de négociation avec le Bachelor Responsable Développement Commercial et soyez au cœur de la stratégie des entreprises.

Les métiers en relation : Développeur(se) commercial(e), chef de secteur, responsable des ventes, responsable grands comptes...



Bachelor Responsable de la distribution (ex-ROR)

Prérequis : Bac+2 (BTS, DUT et autres) ou d'un diplôme de niveau 5 (Bac+2) dans le secteur de la banque ou du commerce
Durée 12 mois

Vous vous sentez l'âme d'un manager ? Participer au développement de la performance d'une enseigne vous stimule ? Le programme de Bachelor Responsable de la distribution vous prépare aux métiers d'encadrement du commerce et de la distribution.

Les métiers en relation : Responsable de rayon, manager de rayon, manager des ventes, responsable du service clientèle...

Vous êtes en recherche d'une formation en alternance et vous craignez d'avoir raté la rentrée ? Bonne nouvelle, vous pouvez encore rejoindre Sup'Alternance Provence et concrétiser vos projets.



SUP'ALTERNANCE PROVENCE
445 rue Gabriel Besson - 04220 - Sainte-Tulle
Tél. : 04 92 70 75 20

accueil@supalternanceprovence.fr
www.supalternanceprovence.fr

La rentrée approche et c'est le moment de se décider pour tracer son avenir professionnel. ADF le centre de formation basé à Manosque propose une large palette de formations. C'est l'occasion de franchir le cap et de se concentrer sur son parcours professionnel !

C'EST LA RENTRÉE CHEZ ADF !

TERRITOIRE

Tu ne sais toujours pas quoi faire à la rentrée ?

Pourquoi pas un BTS dans un secteur qui recrute ? Tu as moins de 30 ans ? C'est le moment de prendre ton avenir en main et de franchir les portes d'ADF.

Nous avons actuellement des postes à pouvoir en alternance sur nos BTS :

- **BTS Négociation et Digitalisation de la Relation Client (NDRC),**
- **BTS Gestion de la PME (GPME),**
- **BTS Comptabilité et Gestion (CG),**
- **BTS Professions Immobilières (PI),**
- **BTS Services Informatiques aux Organisations option SISR (SIO).**

POURQUOI CHOISIR ADF ?

ADF a les meilleurs taux de réussite depuis plusieurs années : 100% sur le BTS comptabilité et gestion, 100% sur le BTS gestion de la PME, 80% sur le BTS professions immobilières... **Mais aussi de très bons taux de retour à l'emploi allant jusqu'à 100% !** Enfin, ADF a été élu par le magazine « LE POINT » **parmi les meilleurs centres de formation professionnelle**, nommé dans 4 catégories parmi 800 centres de formation en France. Pour vous assurer notre engagement et la qualité de nos formations, ADF a également reçu le certificat Qualiopi sur la formation professionnelle et sur l'apprentissage. La certification Qualiopi permet d'attester la qualité du processus et l'assurance d'une prestation de qualité.

IL Y A DU NOUVEAU CHEZ ADF !

► Un nouveau BTS

ADF vous propose un nouveau BTS : le **BTS Services Informatiques aux Organisations (SIO), option SISR (maintenance informatique)**. Ce BTS permet de déboucher sur des emplois comme administrateur systèmes et réseaux, administrateur sécurité, technicien infrastructure, technicien de maintenance, technicien support et déploiement. « *Ce BTS correspond à une réelle demande sur le marché de la part des entreprises qui ont besoin de ce service, ce BTS est unique sur le marché de Manosque* », commente Michel Pucheu, directeur d'ADF.

Réaliser ces formations en passant par la voie de l'apprentissage est le tryptique gagnant : les jeunes sont rémunérés et cumulent de l'expérience; la formation est prise en charge à 100%. Cette année, le gouvernement aide les entreprises qui embauchent un apprenti en

leur versant une prime pour la première année du contrat de 8000 € pour les plus de 18 ans ! Une véritable aubaine pour nos apprenants et pour nos entreprises partenaires, cette prime est valable jusqu'au 31/12/2021.

► Un nouveau lieu de formation :

ADF ouvre en plus de ses locaux actuels un nouveau lieu de formation, avec un espace privé sur terrasse pour la pause déjeuner des stagiaires ! **C'est donc 6 nouvelles salles de formation disponibles**, avec un équipement de dernière génération et deux espaces intérieurs et extérieurs pour la pause, le tout décoré avec beaucoup de goût ! **Le plus beau roof-top de Manosque, assurément !**



QU'ATTENDEZ-VOUS POUR FAIRE VOTRE FORMATION DANS L'UN DES MEILLEURS CENTRE DE FORMATION DE FRANCE ?

NOUVELLES FORMATIONS SUR LE FOND DE LA REGION*

Ces formations, disponibles sur le dernier trimestre 2021, sont financées en intégralité par la Région SUD. C'est l'occasion pour les demandeurs d'emploi et salariés d'opter pour une montée en compétences ou une reconversion professionnelle.

Ainsi :

- Du 11/10/2021 au 7/10/2022 nous proposons une action de formation qui regroupe deux titres RNCP, **infographiste metteur en page** (niveau 4, BAC) et **Concepteur Designer UI** (Web designer, niveau 6, Bac +3), ce qui vous permettra de **devenir de véritables professionnels de la mise en page à la conception de site WEB en 1 an.**
- Du 13/12/2021 au 30/11/2022, le titre RNCP (niveau 6, licence) **Bachelor, Chargé d'Administration des Ressources Humaines.**
- A partir de Décembre 2021, **Responsable Technique Immobilier en gestion de sinistre**, formation en cours de dépôt RNCP permettant d'avoir un niveau 6, licence, **formation unique en France !**

*Appel à projet du supérieur



22 rue des Entrepreneurs Z.I St Joseph - MANOSQUE
Tél. 04 92 72 82 82 - accueil@adfformation.fr

Tous les programmes de formation sont consultables sur le site internet : www.adfformation.fr

Suivez ADF sur la page **facebook @ ADF Formation** de nombreuses offres d'emploi en alternance y sont publiées !



NOUVEAU

rentrée septembre 2021

SECRÉTAIRE COMPTABLE (BAC)

GESTIONNAIRE DE PAIE (BAC + 2)

Titre professionnel du ministère du travail (RNCP)

ET SI ON CHANGEAIT LES RÈGLES DE LA FORMATION À DISTANCE ?

UN ENGAGEMENT COMMUN,
DES COURS EN «LIVE» QUOTIDIENS EN FOAD
POUR VOTRE RÉUSSITE !

CALENDRIER DE NOS FORMATIONS «COURTES» - 2021 (EN PRÉSENTIEL)

MANAGEMENT & COMMUNICATION

- Gestion des conflits > 9 et 14 septembre
- Management 1 > 16 et 23 septembre
- Management 2 > 5 et 12 octobre
- Conduire l'entretien professionnel annuel > 30 septembre et 19 octobre
- Exercer la fonction de tuteur/maître d'apprentissage >
1^{ère} session 23 et 30 septembre - 2^e session 14 et 21 octobre
- Développer une communication efficace avec son équipe > 7 et 14 octobre
- Motiver efficacement ses collaborateurs > 19 et 26 novembre

INFOGRAPHIE / WEB / DIGITAL

- Adobe Photoshop - Initiation > 8, 9 et 12 novembre
- Adobe Photoshop - Perfectionnement > 22, 23 et 25 novembre
- WordPress - création de votre site web > 27, 28 et 29 octobre
- Réseaux sociaux à usage professionnel > 2, 9 et 16 décembre



adfformation.fr

Renseignez-vous
et mobilisez
votre CPF maintenant

Tél. 04 92 72 82 82
ou par mail
accueil@adfformation.fr



L'Association Isabelle, en partenariat avec Geosel, se mobilise toujours plus pour organiser tout au long de l'année et durant toutes les vacances scolaires des stages de soutien scolaire et de remise à niveau. L'association continue comme l'année dernière à appliquer des tarifs adaptés allant jusqu'à la gratuité pour les familles en grande difficulté. Ce qui rend accessible le soutien scolaire pour tous et favorise l'égalité des chances.

MANOSQUE



L'Association Isabelle, implantée dans le paysage manosquin fête cette année ses 30 ans. L'Association dont le but est d'accompagner tout au long de l'année et avec l'aide de professeurs, issus de l'Education Nationale, tous les élèves quels que soient leurs attentes et leurs objectifs. En cette période, elle reste un acteur majeur dans la lutte contre le décrochage scolaire...



À SITUATION EXCEPTIONNELLE... RÉPONSE INÉDITE !

Septembre est comme tous les ans synonyme de rentrée pour les écoliers, collégiens et lycéens. C'est le moment de (re)prendre les choses en main et de combler les lacunes, de consolider les acquis pour reprendre confiance en soi, gagner en autonomie et retrouver le goût du travail scolaire. C'est pourquoi, **l'association Isabelle, fidèle à ses valeurs, reste plus que jamais mobilisée** pour soutenir les élèves et les adultes qui souhaitent faire une remise à niveau de leurs connaissances.

géosel

Grâce à un mécénat exceptionnel de la société **GEOSEL, attachée à son engagement en faveur de l'éducation**, durant les vacances d'été des stages ont été organisés **et ce toujours à des tarifs inférieurs à ceux pratiqués habituellement**. C'est grâce à ce partenariat que **l'association Isabelle peut affirmer son caractère social déjà bien présent** et rendre accessible le soutien scolaire à tous.

L'ASSOCIATION ISABELLE FÊTE SES 30 ANS !

Afin d'aider le maximum d'enfants et d'adultes, **les cours se déroulent tout au long de l'année et des stages intensifs sont organisés durant toutes les vacances scolaires.**

AVEC DES COURS INDIVIDUALISÉS, DISPONIBLE ET À L'ÉCOUTE, L'ASSOCIATION ISABELLE SOUTIENT LES ENFANTS DÈS LE PRIMAIRE, COLLÉGIENS, LYCÉENS AINSI QUE LES ADULTES DANS LEURS APPRENTISSAGES.

DÉROULEMENT DES COURS

Les cours reprennent dès la deuxième semaine de septembre dans les matières suivantes : mathématiques, sciences-physiques, français, philosophie, anglais, histoire-géographie, espagnol et FLE (Français Langue Etrangère), primaire. **Les élèves, du CP à toutes terminales**, mais aussi les adultes, ainsi que tous ceux qui ont besoin de soutien pour un concours, l'entrée dans une école, ou pour toute autre raison pourront bénéficier de ces cours.

Les professeurs expérimentés et qualifiés sont à l'écoute tout en assurant une ambiance de travail chaleureuse. Avec une pédagogie adaptée, chaque élève va rapidement se sentir en confiance et en empathie avec le groupe. **Le travail individualisé en petits groupes** (de 3 à 6 élèves maximum) permet de **respecter le rythme de chacun** et va être un véritable complément au travail effectué en classe. Le travail des enseignants est d'**amener les élèves le plus loin possible dans leur développement, leur émancipation, dans l'acquisition des connaissances, mais aussi dans l'estime de soi et confiance.**

Évidemment l'association Isabelle s'engage à prendre toutes les précautions nécessaires pour que les conditions d'accueil de vos enfants respectent toutes les mesures barrières et d'hygiène.

RENSEIGNEMENTS
Association Isabelle

5 Boulevard Mirabeau - 04100 MANOSQUE
Tél. 04 92 87 57 67

Mail : assoisabelle@wanadoo.fr

(en précisant votre demande et votre numéro de téléphone)

LE SOUTIEN SCOLAIRE À TAILLE HUMAINE !

VOUS ÊTES PARENTS ?

- Vous vous sentez démunis face à la situation scolaire de votre enfant ?
- Vous aimeriez l'aider mais vous ne savez pas comment ? Manque de temps ? Envie de déléguer à un professionnel ?
- Vous voulez retrouver de la sérénité à la maison ? Voir votre enfant progresser ? Le voir gagner du temps et reprendre confiance en lui et travailler efficacement ?

COURS TOUTE L'ANNÉE STAGES A CHAQUE VACANCES !

- Dès le primaire
- Tous niveaux / toutes matières
- Tarifs bas et GRATUIT pour les boursiers et public en difficultés financières
- Anglais, Philosophie, Anglais, Mathématiques, Physique-Chimie, Espagnol, Français, Histoire-Géo, FLE (Français Langue Etrangère)

NOUS SOMMES LÀ POUR SOUTENIR ENFANTS/ADOLESCENTS ET ADULTES !

- PÉDAGOGIE INNOVANTE
- PETITS GROUPES BIENVEILLANTS
(de 3 à 6 élèves maximum)
- PROFESSEURS DE L'EDUCATION NATIONALE



Egalité des chances

Des enseignants à l'écoute,
attentifs à la progression de chacun.
Apprendre autrement, gagner en autonomie et en confiance...



ON EN PARLE !

Une fois n'est pas coutume, nous revenons il y a quelques semaines en arrière avec le concours « Mon Centre Ville à un Incroyable commerce ». Dans le cadre du Plan National « Action Cœur de Ville », la Ville de Manosque ne pouvait pas passer à côté de cette opportunité. Nous vous expliquons le principe et vous dévoilons les projets qui vont bientôt voir le jour en centre-ville

MANOSQUE

MANOSQUE A UN INCROYABLE COMMERCE !



Ce n'est un secret pour personne, les centres-ville ont besoin de se redynamiser ! C'est pour cette raison que dans le cadre du programme national « Action Cœur de Ville », la Ville de Manosque à tout de suite adhéré, en partenariat avec le Cabinet Auxilia, au programme d'accélération dédié aux activités de centre-ville : « Mon Centre Ville à un Incroyable Commerce ». C'est donc les 16 et 17 juillet que le concours s'est déroulé à Manosque.

LE CONCOURS : LE PRINCIPE

C'est la ville de Manosque qui a sonné le début de cette 15^{ème} édition du concours « Mon Centre Ville a un Incroyable Commerce ». En partenariat avec le cabinet Auxilia, la Ville de Manosque a lancé des appels à candidatures auprès d'artisans, commerçants et porteurs de projets désireux de s'installer en centre-ville. C'est donc un marathon de 36 heures, sur 3 demi-journées que les candidats ont pu tester leur projet dans plusieurs locaux vacants du centre-ville mis à disposition par les propriétaires.

En 36 h, ce marathon créatif amène à la rencontre de tous les acteurs locaux qui élaborent ensemble des activités innovantes et créatives pour redynamiser les centres-villes. Ce programme favorise donc le lien entre, d'une part, ceux qui ont envie d'entreprendre, et d'autre part les acteurs publics et privés du territoire. Ensemble, les deux parties ont challengé les projets, quel que soit leur état d'avancement : pour certains le projet n'en était qu'à ses balbutiements, pour d'autres il était déjà bien avancé. C'est avec l'appui des « coachs » que chaque équipe a travaillé sur le projet, sa viabilité, sa pertinence... Les « coachs » ont accompagné 3 porteurs de projets différents ce qui a permis de les conforter dans leurs objectifs ou de les amener à une réflexion plus poussée.

« MON CENTRE VILLE A UN INCROYABLE COMMERCE » UNE BELLE INITIATIVE POUR REDYNAMISER LE CENTRE-VILLE

LE JURY

Les 36 h passées, les porteurs de projets ainsi que leurs équipiers sont montés sur l'estrade, exceptionnellement mis en place sur la Place Marcel Pagnol, pour présenter durant 3 minutes et pas une de plus leur projet aux membres du jury. Ce dernier était composé d'élus de la ville de Manosque, du Président de l'Association des Commerçants, ou encore du Président de la CCI. Suite à la présentation de tous les projets est venu le temps de la délibération pour décerner des prix selon des critères bien déterminés à savoir : l'intérêt et la viabilité du projet en lui-même, son positionnement quant à la transition écologique ou encore

l'intégration du numérique. Les vainqueurs se sont vu attribuer des lots par les partenaires pour les accompagner au mieux.

LES GAGNANTS

Nous mettons fin au suspens et vous dévoilons le palmarès de ce concours... **Le 1er prix du commerçant installé a été attribué à PJ qui n'est autre que le gérant de Forum BD**, à Manosque. Sa librairie dédiée au monde de la bande-dessinée va s'agrandir et s'installer Place du Terreau à Manosque (vous en saurez un peu plus prochainement). **Le 1er prix du porteur de projet a été décerné à Evelyne qui va très prochainement ouvrir une droguerie eco/responsable**, là encore, vous en saurez un peu plus très vite dans les prochains numéros du magazine. **Pour le 2^{ème} prix c'est Amelie de l'Académie Dance Center qui a séduit le jury.** **Le 3^{ème} prix** quant à lui s'est vu récompenser **Julien qui souhaite rapidement ouvrir une pâtisserie «Churasco».**

Ce sont des beaux projets qui ont été présentés et nous souhaitons vivement à tous une belle réussite !

LA FINALE NATIONALE

A la fin de la saison des concours « Mon Centre Ville à un Incroyable Commerce » se tiendra à Paris la finale nationale. Les gagnants des 1^{er} prix des porteurs de projets de chaque ville qui ont participé au concours iront défendre leur projet à Paris. **Et pour Manosque c'est donc Evelyne avec sa droguerie eco/responsable qui aura l'honneur de défendre son projet !** Nous ne manquerons pas de vous tenir au courant du résultat...



Crédits photos : Ville de Manosque



LA CHORALE EVIV CANTABILE REDONNE DE LA VOIX !

VILLENEUVE

Après une longue pose musicale, la chorale Eviv Cantabile à Villeneuve est heureuse de vous annoncer qu'elle est enfin prête à reprendre du service afin de retrouver le plaisir de chanter ensemble.

LA CHORALE EVIV CANTABILE

Forte de ses 30 ans d'existence au sein des associations de Villeneuve, la chorale Eviv Cantabile était composée de 25 choristes avant le confinement. Tous les pupitres de voix sont présents dans la chorale avec toutefois un défaut actuellement sur les voix féminines (Soprani et Alt) . Le répertoire est composé de chansons françaises, chants du monde, ainsi que quelques chants classiques abordables par tous. La chorale est dirigée par Christine Pellet qui officie également en tant que cheffe de chœur du Chœur des Orgues (Saint Etienne) et d'une chorale de Pierrevert. Si vous êtes motivé pour rejoindre la chorale, l'association accepte bien évidemment tous types de pupitres et le tout dans une ambiance bon enfant, sans aucune prétention que de chanter ensemble pour le plaisir.

SI LE «CHOEUR» VOUS EN DIT, N'HÉSITEZ PAS À REJOINdre LA CHORALE DE L'ASSOCIATION EVIV CANTABILE !

LES DATES CLÉ

La chorale a eu le plaisir de participer à des concerts en extérieur (Aiglun, N-D de Lune) qui sont également synonymes de rencontres avec d'autres chœurs et d'avoir le plaisir de chanter ensemble. Les dates importantes pour la chorale sont : **Le concert de Noël** et **le concert de fin d'année en juin**, qui permet de clôturer le travail de l'année.



OÙ ET QUAND ?

Pour ce qui est des répétitions, elles se déroulent le **mercredi soir de 20h à 22h**, salle Marcel André à Villeneuve avec un piano, ce qui est très appréciable pour apprendre les chants. La reprise se fera bien entendu dans le respect des consignes sanitaires en vigueur

INFOS ET RENSEIGNEMENTS

hb04contact@free.fr

LES CAMIONS S'EXPOSENT POUR LA 2^{ÈME} ÉDITION

MANOSQUE



Le 4 et 5 septembre prochain se tiendra la 2^{ème} édition de l'exposition de camions. Voilà une date à réserver si vous êtes amateur de belles mécaniques et tout en profitant en famille ou entre amis des animations proposées sur place, nous vous en disons un peu plus...

LES ROUTIERS DES ALPES

C'est dans une ambiance bon enfant que l'association Les Routiers des Alpes, en collaboration avec la Ville de Manosque organise la deuxième édition de l'exposition de camions. La 1^{ère} édition s'était tenue au mois de juin 2019 et avait rassemblé un grand nombre de bénévoles, de passionnés et de curieux. Pour cette deuxième édition, tous les ingrédients qui ont fait le succès de la première édition seront là : à savoir de magnifiques camions décorés et personnalisés ainsi que des voitures et motos anciennes. Toutes ces belles mécaniques seront exposées sur le parking de la salle Osco Manosco. Et pour le plus grand bonheur des petits comme des grands un grand défilé est organisé en ville le samedi 4 septembre à 18h.

AU PROGRAMME

Tout au long de ces deux journées très conviviale en plus de découvrir des camions, voitures et motos anciennes, vous allez pouvoir flâner un peu parmi les stands tels que Isnard Sellerie, Verdon Antique, Vulco Pneus, Transports Charbonnier, Barneaud et Giraud produit pétrolier et plus encore... Enfin bref, vous l'aurez compris, c'est le monde routier qui est mis en avant. Pour combler les petites faims ou les petites soifs, restauration et buvettes sont prévues sur place. En prime, le samedi une soirée paëlla géante avec une animation musicale assurée par DJ Olivier ainsi que la présence de Michael Boulanger au chant pour des reprises de Johny est prévue. Attention il est nécessaire de réserver.

Notez aussi qu'une partie des bénéfices de cet événement ira au profit de l'Association Espoir pour Guillaume.

Alors, si vous aussi vous voulez découvrir ces magnifiques joujoux de la route et profiter d'une ambiance conviviale entre amis le temps d'un week end, n'hésitez pas à aller les voir. L'entrée gratuite est ouverte à tous, des plus petits aux plus grands.

INFOS ET RÉSERVATION POUR LA SOIRÉE DU SAMEDI

Tél. 06 07 66 54 87 ou 06 38 64 86 25
Entrée de l'exposition gratuite

Toujours à l'affût des dernières tendances, l'équipe de votre magasin Schmidt Manosque met un point d'honneur à vous proposer les nouveautés pour répondre à vos attentes. Que ce soit en terme de matières, de couleurs, vous aurez l'embarras du choix pour concevoir votre cuisine personnalisée selon vos goûts et vos envies.

MANOSQUE

Nous vous présentons les nouveautés de cette rentrée signées Schmidt !

ORIGIN, LA NOUVELLE GAMME GREEN !

Parce que chez Schmidt on est soucieux de la planète, c'est une nouvelle gamme qui voit le jour. Voilà maintenant plus d'un an qu'en étroite collaboration avec ses fournisseurs Schmidt propose des panneaux de particules de plus en plus responsables. En effet ces panneaux sont composés à 70% de bois recyclés et à 30% de bois issus des forêts européennes gérés durablement et sont reconnaissables grâce à leur label FSC ou PEFC

Cette année Schmidt a décidé d'aller encore plus loin en créant la gamme **ORIGIN** qui cette fois propose des panneaux de particules **100% recyclés** !



Origin,
la nouvelle
gamme green !



POUR RÉPONDRE À VOS PRÉOCCUPATIONS SCHMIDT S'ADAPTE ET VOUS PROPOSE UNE GAMME « GREEN » !

LES COLORIS TENDANCE...

Certains coloris rencontrent beaucoup de succès, là encore, Schmidt sait s'adapter ! Pour cette rentrée, le coloris « Tavern » très plébiscité pour les plans de travail est maintenant disponible pour les façades des éléments de votre cuisine. L'esprit bohème du tissage trouve sa place comme une évidence sur les objets de décoration et le mobilier. Sa structure marquée donnera plus de caractère et de profondeur au décor pour un rendu très réaliste....



Tavern



Twist

DES COLORIS ET DES MATIÈRES POUR DES RENDUS RÉALISTES...

LES NOUVEAUTÉS DE RENTRÉE CHEZ SCHMIDT MANOSQUE !

L'ÉPICERIE LE CONCEPT EXCLUSIF SCHMIDT !

Cette rentrée est aussi l'occasion de vous présenter la nouvelle icône Schmidt : l'Épicerie !



Le casier est l'élément par excellence du concept Schmidt. Avec une façade en bois exclusive et made in France, c'est un nouveau look pour les nouveaux usages comme le stockage de produits en vrac et les grands contenants.

Le range bouteilles est quant à lui l'élément indispensable, décoratif original et surtout très fonctionnel. Aujourd'hui dans sa cuisine on ne cache plus ses bouteilles et en plus elles sont à portée de main !



L'habillage en grille fait partie des éléments décoratifs et fonctionnels avec ses accessoires que vous pourrez repositionner à volonté, à l'envie. Supports étagères, pots pour faire pousser les aromates, accroches torchons... tout est hyper malin !

Dernière ligne droite pour les commandes livrées AVANT NOËL !
Le mois de **SEPTEMBRE** est le **MOIS ANNIVERSAIRE** de **SCHMIDT**, profitez-en !

INFOS

SCHMIDT MANOSQUE

273 avenue du 1er Mai - ZI St Joseph - Manosque
Tél. 06 67 06 83 90

Ouverture : lundi 9h30 - 12h30 / 14h - 16h
Du mardi au vendredi 9h30 - 12h30 / 14h - 18h30
Samedi : 10h - 18h



JUSQU'AU 30 SEPTEMBRE

LE MOIS ANNIVERSAIRE

En ce moment chez Schmidt, profitez du mois anniversaire et des offres sur nos plus beaux modèles de cuisines et dressings, leur équipement, les plans de travail et l'électroménager. L'occasion rêvée de réaliser tous vos projets d'aménagement ultra personnalisés. Depuis plus de 60 ans, Schmidt vous accompagne et fait battre le cœur de votre maison.

PRENEZ RENDEZ-VOUS EN LIGNE OU DANS VOTRE CENTRE CONSEIL :

SCHMIDT MANOSQUE

273 avenue du 1^{er} Mai

ZI St Joseph

Tél. 06 67 06 83 90

> www.homedesign.schmidt



Quand on pense théâtre, on pense souvent aux grandes compagnies ou acteurs professionnels. Mais le théâtre amateur est souvent peu ou mal connu. Nous avons rencontré Michel Félician, le président du Comité Départemental de la Fédération Nationale des Compagnies de théâtre amateur.

SAINTE-TULLE

Créée en 1907 en France la Fédération Nationale des Compagnies de Théâtre Amateur (FNCTA) rassemble celles et ceux qui partagent en tant qu'amateurs la passion du théâtre et le plaisir de se produire sur les planches. Les actions de la fédération ont pour objectif d'accompagner, d'améliorer les compagnies de théâtre amateur, de faciliter les démarches et surtout de les aider à concrétiser les projets. Il est très important de garder à l'esprit que dans les Alpes de Haute Provence, **ce ne sont pas moins de 18 troupes qui sont affiliées à la Fédération**. Cette année le **11 septembre c'est à Sainte-Tulle au Centre Regain que va se tenir le matin, l'assemblée générale régionale de toutes les troupes**. L'après-midi, le théâtre Henri Fluchère accueillera la finale du concours Charles Dullin qui se déroule tous les deux ans et dont le jury est composé de professionnels. Deux pièces seront jouées ce jour là. La première «Le Vent des Peupliers» sera jouée par la Compagnie Théâtre de la Ronde» à 14h30 et la seconde « Hors de Contrôle » sera jouée à 16h45 par la compagnie Théâtre de la Ronde. **A l'issue de ces deux représentations une seule troupe aura l'honneur de participer à la finale nationale.**

LE THÉÂTRE AMATEUR, UN THÉÂTRE À PART ENTIÈRE SOUTENU PAR LE FNCTA ET MIS À L'HONNEUR À SAINTE-TULLE !

LE THÉÂTRE HENRI FLUCHÈRE

C'est en 1936 que Max Trouche fait construire le théâtre à Sainte-Tulle dans l'objectif d'en faire profiter les générations futures. Le théâtre Henri Fluchère est aujourd'hui le 4^{ème} théâtre du département il compte 206 places et a une place très importante culturellement. Dans les années 70, ce dernier est rénové et est considéré, encore aujourd'hui, comme le **joyau de la ville de Sainte-Tulle**. Avec son acoustique formidable, des professionnels d'Avignon sont venus se produire sur la scène et un guitariste de renommée internationale y a même donné un concert. La région étudie la possibilité d'en faire un lieu pour des résidences pour les compagnies, d'accueil, de formation et de représentations.

LE THÉÂTRE AMATEUR EST MIS À L'HONNEUR À SAINTE-TULLE

DES REPRÉSENTATIONS À NE PAS MANQUER

Cette année, à l'occasion des **10 ans du Théâtre'04**, le Centre Culturel René Char de Digne-les-Bains accueillera **les 18 et 19 septembre** le comité départemental 04 de la Fédération Nationale des Compagnies de Théâtre Amateur. De belles surprises, de l'émotion, de l'humour seront au rendez-vous. Venez vous aussi assister à ces moments de partages dans la bonne humeur.



Dès le mois d'octobre et un dimanche par mois, la Mairie de Sainte-Tulle en partenariat avec la DLVA met en place Les Dimanches au Théâtre.

Le théâtre Henri Fluchère ouvrira ses portes pour que vous puissiez assister à des représentations de compagnies amatrices qui méritent largement d'être connues. Notez donc les dates dans vos agendas pour ne pas les oublier !

Dimanche 17 octobre - 16h : Cie Rires et Sourires présentera « Jacques Brel, textes et chansons ! »

Dimanche 14 novembre - 16h : Cie Plume de Ciel « Le Collier d'Hélène »

Dimanche 12 décembre - 16h : Cie A part être « Alice au Pays... »

Dimanche 16 janvier - 16h : Cie Le Poil de la Bête « Cyrano de Bergerac »

Dimanche 6 février - 16h : Cie Corps Espace Créations « Bio-Divertissement »

Dimanche 20 mars - 16h : Cie Coeurs Accors « Derniers mots »

Dimanche 10 avril - 16h : Programmation en cours....

MAIS AUSSI...

Pour découvrir encore un peu plus le théâtre amateur, pourquoi ne pas vous rendre au festival de Forcalquier qui se déroule en novembre, à celui de Volx en février, ou encore celui d'Estoublon en avril ou de Reillanne en mai ?

Infos Les Dimanches au Théâtre
Tous les spectacles ont lieu à 16h au Théâtre Henri
Fluchère à Sainte-Tulle
Tarif 8 € - réduit 5€



Après plusieurs mois de confinement et d'annulation, toute l'équipe de thérapeutes-Zen est heureuse de vous retrouver ! C'est donc le week-end du 18 & 19 Septembre que se tiendra le 6^{ème} Salon du bien-être à la Salle Osco Manosco.

LE 6^{ÈME} SALON DU BIEN-ÊTRE REVIENT À MANOSQUE

MANOSQUE

LE SALON DU BIEN-ÊTRE

Représenté depuis 2016, le Salon des Métiers du Bien-Être réunit chaque année de nombreux visiteurs, curieux et sensibles au Bien-Être, avec la **présence de thérapeutes, praticiens, créateurs, auteurs, producteurs et bien d'autres...** Une réunion de professionnels du Bien-Être qui œuvrent ensemble dans le respect de la planète et donnent des conseils et clés du mieux vivre, tout cela dans **une ambiance de confiance et d'échange suivi de démonstrations et consultations.** Des réponses seront apportées à tous ceux qui sont en recherche d'une nouvelle voie professionnelle, avec des thérapeutes spécialisés en coaching d'orientation et écoles de formations diplômantes également cosmétiques naturels et beauté, alimentation saine, compléments alimentaires, épices ... art de vivre, Feng Shui, minéraux, artisanat, bijoux ...



**SALON DU BIEN-ÊTRE,
L'OCCASION DE SE
RENCONTRER ET
D'ÉCHANGER DE BONS
CONSEILS**

Durant ce week-end, vous pourrez rencontrer de nombreux exposants et assister aux conférences en continu, le tout dans une énergie de détente. Les visiteurs pourront échanger de bons conseils avec des thérapies diverses (naturopathie, réflexologie etc...). Les exposants partageront un mode de vie simple et sain à adopter quotidiennement, renversant parfois les principes de vie conventionnels.



NOUVEAU : THERAPEUTES-ZEN A L'ERE DU NUMERIQUE

Thérapeutes-Zen se réinvente et lance VirtuelZen, la plateforme numérique du Bien-Être, qui offre une visibilité H24 ! Un échange visiteurs-exposants sans limite de temps ni d'espace !



100% en ligne, toute l'année, toutes zones géographiques confondues. Salons en ligne, cabinet personnalisé, auditorium pour visioconférences et une marketplace, le marché du bien être en ligne... Faire ses achats avec produits sélectionnés, vente

sécurisée, assister aux conférences, cours ou ateliers ou prendre une consultation en ligne, sur le support de son choix : téléphone, tablette, ordinateur...

www.virtuelzen.fr / www.marchedubienetre.fr

Infos contact@virtuelzen.fr Tél. 09 52 86 25 98 - 06 37 68 82 24

INFOS COVID /PASS SANITAIRE

Thérapeutes-Zen en tant qu'organisateur de salon du bien être, est soumis aux règles sanitaires prévues par le Gouvernement, pour foires et salons depuis le 9 août avec le pass sanitaire. «*Nous serons contraints de suivre les directives mises en place par le gouvernement et d'effectuer des contrôles d'accès à la salle (entrée avec Pass Sanitaire valide, certificat de vaccination ou test négatif de moins de 72 heures RT-PCR antigénique ou autotests supervisés par un professionnel de santé).*» Masque obligatoire toute la durée du salon et gestes barrières avec le gel hydroalcoolique à l'entrée et sur les stands. **Les listes exposants et conférences seront mis en ligne dans la semaine du salon du 18 au 19 Septembre 2021.**

L'accès à cet évènement est de 4€ (pass 2 jrs) et gratuit pour les moins de 15 ans. Avec cet accès vous pourrez accéder aux ateliers et aux conférences gratuitement pendant toute la durée du salon, il vous sera également proposé un service de restauration sur place.

Le programme détaillé est mis en ligne sur le site et sur facebook qui décrivent l'évènement : www.therapeutes-zen.com et facebook: <https://www.facebook.com/therapeuteszen/>

Grâce à votre ticket d'entrée, vous pourrez participer au tirage au sort.

Un rendez-vous pour tous où le langage du Corps et l'Esprit ne font qu'Un. Merci pour votre fidélité, nous vous souhaitons un excellent salon !

INFOS

6^{ÈME} SALON DU BIEN-ÊTRE

Salle Osco Manosco - Manosque

Samedi 18 Septembre : 10h - 19h

Dimanche 19 septembre : 10h - 18h

Tél. 09 52 86 25 98 ou 06 37 68 82 24

Si depuis un moment vous pensez qu'il est grand temps de changer votre ordinateur, c'est l'occasion de profiter de l'expertise de Megachip ! Si pendant les vacances votre téléphone a été mis à mal courez vite en boutique pour une petite réparation. Désespéré parce que votre console de jeu montre des signes de faiblesse ? Pas de panique, Mégachip pourra lui donner une nouvelle jeunesse !

MANOSQUE

LE PRO DE L'INFORMATIQUE

Septembre est souvent le moment des bonnes résolutions ! Alors, c'est le moment de **pousser les portes du magasin Megachip pour vous équiper d'un matériel dernière génération adapté à vos besoins.** Que vous soyez un « gamer » ou que votre ordinateur soit un véritable outil de travail, **Romain, Cédric et toute l'équipe seront à votre écoute pour vous conseiller sur le matériel le plus adapté à votre usage.**

Par tradition Mégachip propose une **OFFRE SPÉCIALE RENTRÉE** pour attaquer la rentrée avec du matériel performant. Il serait dommage de passer à côté de cette offre, alors pour ne pas la manquer, rendez-vous vite en magasin ou suivez votre magasin sur sa page facebook pour en savoir plus et repartir avec du matériel neuf et de qualité !

PROMO DE RENTRÉE
Jusqu'au 30 septembre, pour l'achat d'un ordinateur, la préparation de votre matériel est OFFERTE !

REPARATION ET SERVICE APRÈS-VENTE, DES SERVICES EN PLUS !

Votre ordinateur rame, la carte graphique ou la carte mère montrent des signes de fatigue ? Ne paniquez pas, **Hervé et Rudy les pros du dépannage prendront en main votre matériel dans l'atelier de réparation pour lui redonner une nouvelle vie.** L'atelier de réparation et le service après vente ne concernent pas que les ordinateurs puisque les tablettes et les téléphones sont aussi pris en charge. **Si vous avez besoin de conseils pour l'installation de votre ordinateur de bureau ou portable APPLE ou PC, Megachip propose aussi ce service.**

Les consoles de jeu ne sont pas laissées pour compte ! Et oui, le SAV de votre magasin Megachip intervient aussi sur les consoles PS4, Xbox, et Switch qui peuvent avoir besoin d'une réparation ou d'un nettoyage. Si l'écran de votre Switch a besoin d'un changement, cela fait aussi partie des compétences de l'atelier.

Notez aussi dans vos tablettes qu'avant toute intervention un diagnostic sera posé et un devis proposé gratuitement ! N'hésitez pas à demander des renseignements.

MEGACHIP UN ALLIÉ DE TAILLE POUR VOTRE INFORMATIQUE !

DES JEUX VIDÉO POUR TOUS ET POUR TOUS LES GOÛTS

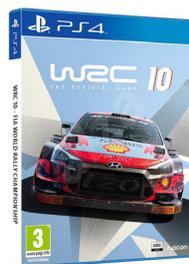
Que vous soyez un « gamer » assidu ou joueur occasionnel, **Kévin qui est le spécialiste des jeux vidéo** saura vous orienter vers les jeux tendance et les nouveautés de cette rentrée. **D'ailleurs, Mégachip a sélectionné spécialement pour vous les jeux très attendus pour cet automne.**

Et si vous voulez être certain de ne pas manquer le jour **J vous pouvez aussi faire une précommande avant leur sortie officielle.**



SORTIES JEUX VIDEO

2 Septembre



PS5, Xbox Series, Switch, PS4, ONE

1^{er} Octobre



7 Octobre



PS5, Xbox Series, PS4, ONE

22 Octobre



INFOS ET RENSEIGNEMENTS

Rendez-vous chez MEGACHIP
(face à Hyper U) - 04100 MANOSQUE
Tél. 04 92 87 23 22

Facebook : MEGACHIP MANOSQUE

Ouvert du mardi au samedi de 9h30 à 12h et de 14h à 19h



PLANETE HD



INFORMATIQUE
PC/MAC



TABLETTES
MULTIMÉDIA



REVENDEUR APPLE
AGRÉÉ



DEVIS & DIAGNOSTIC
GRATUIT - S.A.V



CONSOLES
& JEUX VIDÉO



ESPACE
GEEK



RÉPARATION
MOBILES

PROMO DE RENTRÉE
JUSQU'AU 30 SEPTEMBRE

POUR L'ACHAT
D'UN ORDINATEUR
VOTRE MAGASIN
VOUS OFFRE
LA PRÉPARATION
DE VOTRE MATÉRIEL*

*voir conditions en magasin

RÉPARATION TÉLÉPHONES & TABLETTES



Vitre, batterie,
connectique de charge,
caméra, vibreur, haut parleur,
mise à jour logiciel
et récupération des données*

PIÈCES GARANTIES A VIE
DEVIS GRATUIT



MEGACHIP RÉPARE AUSSI LES CONSOLES !

Nettoyage, connectique de
charge, lecteur de cartouche,
changement alimentation,
réparation écran...

DIAGNOSTIC
ET DEVIS GRATUITS



MEGACHIP VOUS PRÊTE UN TÉLÉPHONE
LE TEMPS DE L'IMMOBILISATION**

MEGACHIP

Z.I Saint-Joseph - (face à Hyper U) - 04100 MANOSQUE
Tél. 04 92 87 23 22

*Mise à jour logiciel, récupération des données : Uniquement Android

** Sous réserve de disponibilité - Voir conditions

La fin de saison estivale approche, pour autant, les activités sont toujours nombreuses à Moustiers-Sainte-Marie. Septembre est l'occasion de profiter des Journées Mondiales du Patrimoine pour découvrir les trésors de l'un des plus beaux villages de France.

18 & 19 SEPTEMBRE, LES JOURNÉES DU PATRIMOINE À MOUSTIERS-SAINTE-MARIE !

MOUSTIERS-SAINTE-MARIE

LES JOURNÉES EUROPÉENNES DU PATRIMOINE À MOUSTIERS



Quoi de mieux que de profiter **des Journées Européennes du Patrimoine** pour **apprécier le village de Moustiers-Sainte-Marie** ? Un voyage à travers le temps grâce à la visite des deux Monuments

classés Monuments Historiques, édifiés au Moyen-Age :

✓ **L'Eglise Paroissiale** construite entre le XII^{ème} siècle et le XIV^{ème} siècle, mélangeant style gothique et style roman.

✓ **La Chapelle Notre-Dame de Beauvoir**, entre les deux pitons rocheux, construite entre le XII^{ème} et le XVI^{ème} siècle, bien connue pour ses « suscitations »...

Découvrez tous les miracles qui se sont déroulés dans cette chapelle, lors de la visite guidée avec l'une de nos guides conférencières.

NOUVEAUTÉS 2021

Une nouveauté cette année, la visite de la Maison Clappier ! Cette dernière a été la propriété d'une célèbre famille de magistrats de Haute-Provence pendant quatre siècles. L'exposition qui y a été installée pour 2021, grâce aux nombreuses collections du Musée Provençal de Château-Gombert, permet de **redécouvrir une demeure historique qui a su conserver de nombreux décors intacts depuis le 18^{ème} siècle.**

LE PROGRAMME DES 18 ET 19 SEPTEMBRE

Samedi 18 septembre :

- Visite guidée du village à 10h / durée : 1h30
- Visite guidée de la Maison Clappier à 11h45 / durée : 30min

Dimanche 19 septembre :

- Visite guidée de Moustiers et sa chapelle ND de Beauvoir à 9h30 / durée : 2h

Visites gratuites sur inscription obligatoire auprès de l'Office de Tourisme au 04 92 74 67 84 ou par mail à patrimoine@moustiers.fr

LE MUSÉE DE LA FAÏENCE VOUS ACCUEILLE GRATUITEMENT

Pendant toutes les journées du Patrimoine, venez **profiter des visites libres du musée de la Faïence de Moustiers-Sainte-Marie** pour **découvrir la collection de faïence de Moustiers** et vous **connaitrez son histoire sur le bout des doigts !**

MOUSTIERS À LA PAGE DIMANCHE 19 SEPTEMBRE



Une journée de rencontres et dédicaces autour du livre et de la BD : «Moustiers à la Page !». Un incontournable de la rentrée littéraire à Moustiers-Ste-Marie ! **La 4^{ème} édition se tiendra Dimanche 19 Septembre 2021, au centre du village, de 10h à 18h.** Rencontrez vos auteurs favoris et découvrez des auteurs qui vous feront voyager à travers leurs écrits ! Cette manifestation est organisée par l'Office de Tourisme de Moustiers-Sainte-Marie en collaboration avec la Librairie Jaubert de Riez.

Retrouvez tous les auteurs présents sur le site internet www.moustiers.fr

EN SEPTEMBRE, ON PROFITE DE L'AIR PUR !

7 nouveaux sentiers de VTT ont été fraîchement créés par le service activité de pleine nature de la communauté d'agglomération « Provence Alpes Agglomération », sur la commune de Moustiers-Sainte-Marie. Une nouvelle manière de découvrir notre beau territoire. **130 km de sentiers VTT qui viennent compléter le réseau « Domaine VTT Provence-Alpes», l'un des plus grands espaces VTT de France.**

Carte en vente à l'Office de tourisme (ou dans la boutique en ligne) : 2€

INFOS

OFFICE DE TOURISME DE MOUSTIERS-SAINTE-MARIE

Tél. 04 92 74 67 84 - info@moustiers.fr

www.moustiers.fr

Moustiers

Sainte-Marie



...Un territoire d'exception
Profitez des activités nautiques et de pleine nature !



www.moustiers.fr

Voilà maintenant 7 mois que l'épicerie « La Ligne Verte » a ouvert ses portes rue Dol à Oraison. Avec toujours plus de clients, Mathilde ne s'endort pas sur ses lauriers et est en perpétuelle recherche de produits qui vont vous apporter bien-être, détente et sérénité. Si vous ne connaissez pas les bienfaits du chanvre et du CBD c'est le moment d'en savoir un peu plus et de pousser les portes de l'épicerie...

ORAISON



LA LIGNE VERTE LES BIENFAITS DU CHANVRE

Voilà maintenant 7 mois que Mathilde oraisonnaise a ouvert une épicerie spécialisée dans le chanvre et le CBD, pour vous proposer des produits bien-être. Grande passionnée par la plante du chanvre et surtout par ses bienfaits au naturel, Mathilde ne pouvait faire autrement que de partager sa passion pour cette plante. Lorsque vous pousserez les portes de la boutique à la devanture « jaune soleil », **vous ne pourrez qu'être transporté en un rien de temps dans un cocon de bien-être !** Mathilde vous accueille avec le sourire et surtout aura une oreille attentive à vos besoins pour vous orienter au mieux vers les produits adaptés : *« j'ai à coeur à chacune des visites de cibler au mieux chacun et chacune. Chaque personne est unique avec des besoins différents, c'est donc à moi au travers de l'échange de cibler au mieux les besoins de chacun et trouver LE produit qui correspond pour une efficacité optimale ».*

C'est toujours dans l'optique de satisfaire ses clients que la boutique se remplit de nouveaux produits. Au fil de ses recherches et des demandes des clients, **Mathilde cherche toujours le meilleur que ce soit en cosmétique, compléments alimentaires, confiseries et bien plus encore...** De plus, dans sa quête perpétuelle de nouveaux produits, elle ne perd pas de vue les critères de sélection qu'elle s'impose : **des produits naturels, des prix honnêtes pour que tout le monde puisse bénéficier des bienfaits du chanvre et du CBD.**

LA LIGNE VERTE

« LA LIGNE VERTE » À ORAISON : INVITATION À LA DÉTENTE !

UNE ÉPICERIE QUI SE DEMARQUE...



Depuis l'ouverture en février 2021, la demande des clients en huiles de CBD sélectionnées avec soin ne cesse de croître et rencontrent un franc succès. C'est pour cette raison que Mathilde a décidé de se démarquer en proposant **sa propre marque d'huile CBD qui va correspondre en tous points à l'éthique du magasin.**

Ne soyez donc pas surpris, si après 7 mois de recherche, de tests, d'essais vous trouvez dès ce mois de septembre, **les huiles de CBD siglées « La Ligne Verte » certifiées haute qualité française.**

**HUILE CBD, COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES,
CBD POUR ANIMAUX : CHIENS, CHATS, CHEVAUX,
COSMÉTIQUES, INFUSIONS, CONFISERIE... ET BIEN PLUS
À DÉCOUVRIR DANS VOTRE ÉPICERIE BIEN-ÊTRE !**

VOTRE FIDÉLITÉ RECOMPENSÉE !



Lors de vos prochains achats à « La Ligne Verte » **n'hésitez pas à demander votre carte de fidélité.** Tout comme les produits vendus en boutique la carte est déjà très demandée et est avantageuse ! Tout d'abord **elle est totalement gratuite** et grâce à sa souscription vous allez tous les 30€ d'achat valider un «tampon» et au bout de **10 tampons validés vous vous verrez offrir un bon d'achat de 20€ valable sur**

tout le magasin. Autre plus non négligeable, la carte de fidélité est totalement informatisée, vous n'aurez plus à vous soucier de l'avoir dans votre sac puisque vous serez enregistré en magasin. Ce serait dommage de ne pas en profiter !

Les bienfaits du CBD

- Ralentit le développement des cellules cancéreuses.
- Aide le traitement de l'hépatite C.
- Traite la maladie de Crohn.
- Soulage l'arthrose.
- Réduit le stress et l'anxiété.
- Réduit les tremblements de Parkinson.
- Réduit les spasmes de l'épilepsie.
- A des propriétés d'anti-inflammatoires, soulage la douleur.
- Améliore la qualité du sommeil et réduit la nervosité.
- Améliore la fonction pulmonaire et combat l'asthme.

Anti-inflammatoire Anxiolytique Antalgique Bienfaits sur les os
Vasodilatateur Neuroprotecteur Anti métastatiques Antipsychotique

EVASION CBD

INFOS

LA LIGNE VERTE

14 rue Charles Dol - 04700 Oraison

Tél. 07 81 05 50 56 - laligneverte04700@gmail.com

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

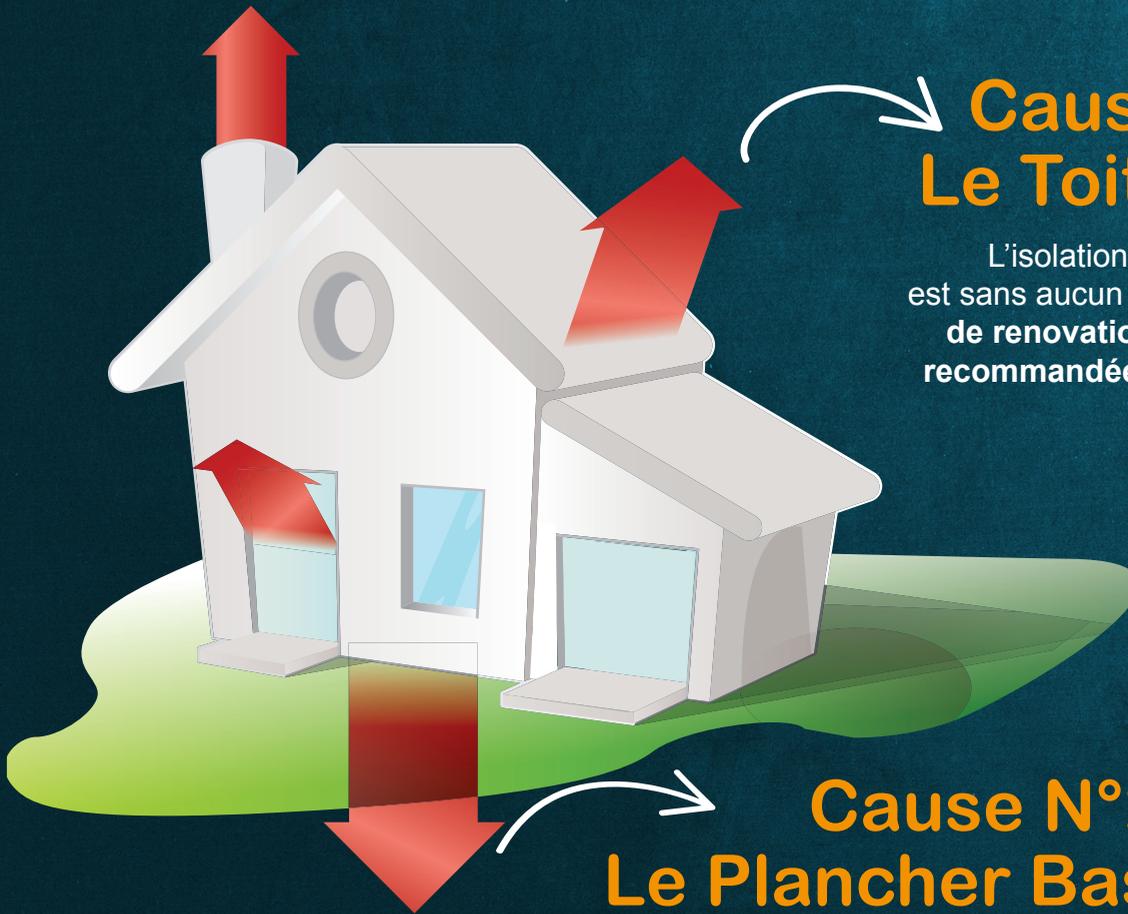
Lundi : 15h-18h

Du Mardi au Vendredi 9h-12h/15h-18h

Samedi : 10h-12h30/15h-18h

Certains logements ont des déperditions de chaleur

Et chez vous ?



Cause N°1 Le Toit (30%)

L'isolation de la toiture est sans aucun doute l'opération de rénovation énergétique recommandée par ETH PRO !

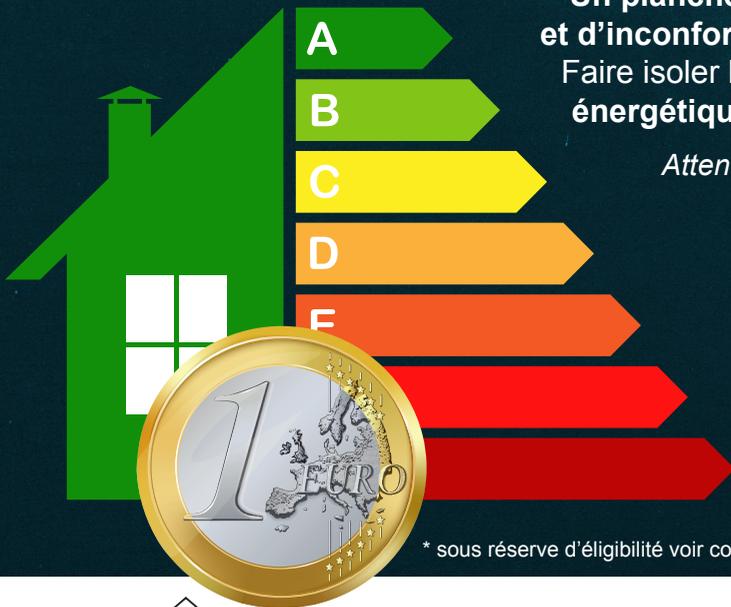
Cause N°2 Le Plancher Bas (10%) Garage, cellier, cave, vide-sanitaire

Un plancher bas mal isolé donne une sensation de froid et d'inconfort. Vous avez tendance à augmenter le chauffage... Faire isoler le plancher bas, c'est **réduire sa consommation énergétique, gagner en confort et faire des économies !**

Attention : Pour bénéficier des aides, garage, cave, cellier doivent se situer sous la maison

**Bénéficiez d'aides*
pour isoler combles,
garage, cellier, cave...**

* sous réserve d'éligibilité voir conditions auprès d'Eco Tech Habitat Pro



L'isolateur que vous recommandez

Contactez-nous : 04 92 72 34 62
mail : contact@ecotechabitatpro.com
<https://ecotechabitatpro.com>

5016 A - Avenue Charles Richaud 04700 Oraison



Ça y est, le lancement officiel de La Capsule va enfin pouvoir se faire ! Pour l'occasion, la programmation musicale digne des plus grandes scènes va vous en mettre plein les oreilles. Alors plus que quelques jours à patienter...et on note dans son agenda les dates des 2,3 et 4 septembre ! Rien que pour vous, nous vous dévoilons le programme.



MANOSQUE

DECOLLAGE IMMINENT POUR LA CAPSULE !

Lancée en janvier 2021, la Capsule peut enfin fêter son décollage en public... Reporté plusieurs fois en raison des crises de COVID successives, le festival de lancement aura finalement lieu les 2, 3 et 4 Septembre 2021 à la MJC de Manosque. Au programme : un concert exceptionnel du groupe Deluxe retransmis vers l'espace, une fanfare de cosmonautes, une sieste cosmique, et Arnaud Rebotini qui viendra clôturer l'évènement avec une soirée électro-techno explosive.

En janvier 2021, après une rénovation nécessaire, le « Café Provisoire », la salle de concerts historique de la MJC est devenu « La Capsule ». Contraint par la crise sanitaire et faute de pouvoir maintenir les concerts, le festival de lancement a dû être reporté à plusieurs reprises. L'équipe ne s'est pas découragée et c'est donc avec beaucoup de plaisir qu'elle peut annoncer le programme qu'elle a concocté pour son public les 2, 3 et 4 Septembre prochain.



AU PROGRAMME DES 3 JOURS

➔ JEUDI 2 SEPTEMBRE A PARTIR DE 20H : Ouverture du Festival avec Satan CO2, une fanfare de cosmonautes orléanais et un concert exceptionnel du groupe Deluxe retransmis vers les étoiles...



DELUXE, ISAYA ET ARNAUD REBOTINI À MANOSQUE POUR FÊTER LE DÉCOLLAGE DE LA CAPSULE...

➔ VENDREDI 3 SEPTEMBRE A 20H30 : Gaïo, un musicien aixois ouvrira la soirée avec sa pop stellaire. Il précèdera Isaya, un duo féminin qui proposera au public manosquin une folk-musique chamanique teintée d'électro. Enfin les 7 astronautes de Satan CO2 clôtureront la soirée, sur scène et en formation amplifiée, et nous entraîneront dans une spirale euphorisante aux sonorités cosmiques...

➔ SAMEDI 4 SEPTEMBRE : Ouverture de la journée à 13h30 avec une SIESTE COSMIQUE tout public animée par Marc (de) Blanchard, un « VDGI » (Vidéo Disque Gourou Jockey) breton.

À partir de 14h30, place à la science avec le centre astronomique de St Michel l'Observatoire et ses animations familiales pour découvrir de manière ludique le système solaire et les météorites.

Retour de la musique à partir de 20h30 avec l'artiste avignonnais Tilak : il ouvrira la soirée avec son électro / pop sensuelle. Irène Drésel, l'étoile montante de la techno française lui succèdera et nous embarquera dans un monde hypnotique rythmé par ses BPM langoureux et sportifs.

Et c'est Arnaud Rebotini qui s'emparera de la scène pour clôturer le festival. Sa techno vintage, ses machines analogiques et son style inimitable ne manqueront pas d'entraîner le public sur le dancefloor.

La billetterie des concerts est disponible en ligne sur yurplan.com et sur place dans la limite des places disponibles.

Un pass sanitaire sera demandé à l'entrée de la MJC pour chaque manifestation (sous réserve de l'évolution de la réglementation).

Pour toutes demandes d'informations complémentaires, merci de contacter le secrétariat de la MJC au 04 92 72 19 70 par mail à l'adresse : contact@mjc-manosque.fr

Les concerts à venir, on note les dates dans son agenda !

- Ahamada Smis – 1^{er} octobre
- Mohamed Lamouri – 9 octobre
- Désirs d'horizon – 14 octobre
- Seth Gueko x Stos + Relo – 16 octobre
- Louise & the po boys #Voyages sonores – 22 octobre
- RAPH - 29 octobre
- Marianne et le Jumeaux – 6 novembre
- Le Syndicat du chrome – 10 novembre
- Trio Zéphyr – 18 novembre
- Demi Portion + Dario – 27 novembre
- Concert des lycéens – 4 décembre
- Duo Thomas / Ildevert – 16 décembre

Plus d'infos sur :

<https://www.mjc-manosque.com/les-concerts-de-la-mjc-de-manosque>

Le mois de septembre est la période idéale pour se lancer dans de nouvelles activités ! L'équipe de la MJC vous a concocté un programme d'activités bien rempli. Il y en a pour tous les goûts, toutes les envies et surtout tous les âges. C'est le moment de découvrir les activités et de faire son choix pour passer une super année !

MANOSQUE

Avec de nouvelles activités comme le ukulélé, la peinture, l'accordéon diatonique, la création d'un ensemble vocal enfants/ados, la danse hip-hop, le théâtre ados/adultes... **la Maison des Jeunes et de la Culture de Manosque vous propose un large choix d'activités pour les enfants, les ados et les adultes.**



ENFANTS / ADOS

- **PETITOUT'S - ÉVEIL CRÉATIF** - *Smallchild - Creative Awakening*
4 à 6 ans
- **DESSIN / ARTS PLASTIQUES** - *Drawing / Plastic Arts*
6 à 10 ans / 11 à 15 ans
- **TERRE** - *Clay*
8 à 13 ans
- **BREAK DANCE**
8 à 12 ans / 13 à 17 ans
- **DANSE CONTEMPORAINE** - *Contemporary Dance*
6 à 9 ans / 10 à 14 ans
- **STREET JAZZ**
dès 13 ans
- **MAGIE** - *Magic*
8 à 12 ans
- **MONDE ET MODÉLISME FERROVIAIRE**
World and Railway Modeling - dès 13 ans
- **THÉÂTRE** - *Theater*
enfants/ados
- **CHORALE** - *Choir*
Dès 12 ans
- **ORCHESTRE DE GUITARES** - *Guitar Orchestra*
Dès 8 ans
- **GUITARE COURS INDIVIDUEL** - *Private Guitar Workshop*
Dès 7 ans
- **GUITARE** - *Guitar*
Dès 7 ans
- **TECHNIQUE VOCALE** - *Vocal Technique*
Dès 12 ans
- **POLYPHONIES DU MONDE** - *World Polyphonies*
Dès 12 ans



À MANOSQUE, LA MJC FAIT AUSSI SA RENTRÉE !

Nouvelles activités 2021

- **MODELAGE/DESSIN/ARTS PLASTIQUES**
Modelling/Drawing/Plastic Arts
8 à 14 ans
- **ENSEMBLE VOCAL** - *Vocal Ensemble*
Dès 8 ans
- **DANSE HIP HOP** - *Hip-Hop Dance*
Dès 13 ans



ADOS / ADULTES

- **DANSE CONTEMPORAINE** - *Contemporary Dance*
- **DANSE INDIENNE** - *Indian Dance*
- **GYM POSTURALE/STRETCHING**
PILATES/RENFORCEMENT MUSCULAIRE
- **SOPHROLOGIE** - *Sophrology*
- **YOGA ET RELAXATION**
- **MONDE ET MODÉLISME FERROVIAIRE** - *World and Railway*
- **PHOTO NUMÉRIQUE** - *Digital Photography*
- **PROVENÇAL**
- **CHORALE** - *Choir*
- **ORCHESTRE DE GUITARES** - *Guitar Orchestra*
- **GUITARE** - *Guitar*
- **GUITARE COURS INDIVIDUEL** - *Private Guitar Workshop*
- **TECHNIQUE VOCALE** - *Vocal Technique*
- **POLYPHONIES DU MONDE** - *World Polyphonies*

Nouvelles activités 2021

- **ACCORDÉON DIATONIQUE**
- **DANSE HIP-HOP** - *Hip-Hop Dance*
- **FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE** - *French Foreign Countries*
- **PEINTURE** - *Paint*
- **THÉÂTRE** - *Theater*
- **UKULÉLÉ**



Début des inscriptions à partir du **lundi 6 septembre.**

Les activités reprennent à partir du **lundi 13 septembre.**

Certificat médical pour toutes les activités danses et gym.

Informations complètes pour les activités
sur le site de la MJC

www.mjc-manosque.com



SPECTACLE

Après ces longs mois de silence, où la culture est restée dans l'ombre, l'équipe du CC René Char se réjouit de vous accueillir pour cette nouvelle saison culturelle 2021-2022. De nombreux rendez-vous vous attendent avec de la musique du monde, du jazz, de la musique classique, de la chanson française, du théâtre, du cinéma, des spectacles à voir en famille et bien d'autres surprises encore !



LE CENTRE CULTUREL RENÉ CHAR LANCE SA SAISON CULTURELLE !

Pour cette première partie de saison, le Centre Culturel René Char vous réserve de grands moments d'émotion avec quelques dates à ne pas manquer :

SAMEDI 2 OCTOBRE

PULCINELLA & MARIA MAZZOTTA [musiques du monde/jazz]
20h30 - Palais des Congrès (ou CCRC si le palais des congrès est utilisé comme centre de vaccination) - Entrée libre - Réservation conseillée à partir du 28/09/21

Quand le chant puissant et chaud de Maria Mazzotta se mêle au jazz hybride de Pulcinella, leur rencontre donne un répertoire énergétique où tarentelles entêtantes côtoient valse frénétiques et jazz enflammé. Une entente complice dont le liant est la pizzica, danse mystique invitant à libérer les corps et les esprits ! Une belle invitation au voyage !

Maria Mazzotta [voix, tamburello]

Ferdinand Doumerc [saxophones, flûte, glockenspiel, clavier armon, voix]

Corentin Restif [accordéon, orgue, voix] *Pierre Pollet* [batterie]

Jean-Marc Serpin [contrebasse]

www.pulcinellamusic.com



SAMEDI 9 OCTOBRE

NOËMI WAYSFELD & BLIK

[musiques du monde]

21h - Centre culturel René-Char

Tarifs de 18 € à 6 €

Avec sa belle voix rauque et les musiciens de Blik, tous inspirés et sensibles, Noëmi Waysfeld donne naissance à des chants réparateurs et bienfaisants, apaisants comme une

lumière qui revient. Car une certitude habite l'artiste : la terre est un refuge, elle est fertile. Même calcinée, elle finit toujours par renaître. Une voix sensuelle et rauque qui nous emmène loin.

Noëmi Waysfeld [chant] *Thierry Bretonnet* [accordéon]

Florent Labodinière [guitare] *Antoine Rozenbaum* [contrebasse]

www.noemiwaysfeld.com

JEUDI 21 OCTOBRE

BEAUCOUP DE BRUIT POUR RIEN [théâtre]

19h - Palais des Congrès - Tarifs de 18 € à 6 €



Dans cette nouvelle création d'Anthony Magnier, les rôles masculins sont tenus par des femmes, et les rôles féminins par des hommes. Dans cette adaptation originale ce sont les femmes qui reviennent de la

guerre, les hommes qui les attendent. Pour, plus que jamais, nous questionner sur l'état de notre société et la place de chacun/e, à travers l'œuvre festive, truculente et joyeuse de Shakespeare...

La compagnie Viva revient à Digne-les-Bains pour notre plus grand plaisir avec un spectacle joyeux, festif, heureux, un spectacle de troupe.

De Shakespeare par la Compagnie Viva

Mise en scène et scénographie : Anthony Magnier

Avec : Magali Genoud (Bénédicte, Borachia)

Stéphane Brel (Beatrico, Verjus) Aurélie Noblesse (Dona Pedra)

Eugénie Ravon (Leonata, Dona Juana)

Boris Ravaine (Hero, Dogerry) Anaïs Ancel (Claudia)

www.compagnie-viva.fr

JEUDI 18 NOVEMBRE

LÀ OÙ VONT NOS PÈRES [BD concert]

19h - Centre culturel René-Char - Tarifs de 18 € à 6 €



Florent Hermet, accompagné de sa contrebasse et d'un écran, fait vibrer avec intensité le chef-d'œuvre de Shaun Tan, mélange de féerie et de surréalisme, primé dans le monde entier. Sa contrebasse crée des univers sonores variés, tantôt mélodiques, percussifs ou rythmiques, pour transcender les émotions

et les sensations qui traversent cette œuvre dessinée, à la fois brute et épurée. Une expérience visuelle, musicale et sensorielle sans paroles, qui évoque les migrations de façon universelle, avec une poésie et une délicatesse incomparables.

Florent Hermet [contrebasse] *Antoine Asselineau* [vidéo]

D'après l'œuvre de Shaun Tan

www.la-curieuse.com/artiste/la-ou-vont-nos-peres/

SAMEDI 27 NOVEMBRE

FARAJ SULEIMAN [jazz/musiques du monde]

21h - Centre culturel René-Char - Tarifs de 18 € à 6 €



Faraj Suleiman, compositeur et pianiste palestinien, est reconnu parmi ses pairs dans le monde arabe comme l'un des meilleurs. Ses compositions originales sont influencées par la musique arabe et les rythmes orientaux, dont il emprunte souvent les particularités, et qu'il aime à mêler aux traditions du jazz et du tango.

À découvrir absolument.

Faraj Suleiman [piano]

www.farajsuleiman.com

SAMEDI 18 DÉCEMBRE

THIBAUD DEFEVER ET LE WELL QUARTET

[chanson/spectacle musical]

21h - Centre culturel René-Char - Tarifs de 18 € à 6 €



« J'ose de plus en plus le silence et la douceur ; offrir et partager sur scène des moments suspendus, tendus ou apaisés, au creux desquels on peut trouver le repos, l'accalmie, la consolation. Chanter en eaux profondes, là où l'on peut trouver des résonances avec ses propres doutes, ses propres joies...Le temps qu'il faut parle de ce qui nous rend plus fort, de l'allègement, du désir et de la nécessité de vivre une vie plus essentielle, nourrie de beauté et

d'instant précieux ». Thibaud Defever.

Thibaud Defever [chant, guitare]

Le Well Quartet, quatuor à cordes avec Widad Abdessemed [violin]

Luce Goffi [violin] Anne Berry [alto] Chloé Girodon [violoncelle]

Fred Radix [metteur en scène]

www.thibauddefever.com

Retrouvez l'intégralité de la programmation sur le site :

www.centreculturelrenechar.fr

SAMEDI 11 DÉCEMBRE

MON PÈRE EST UNE CHANSON DE VARIÉTÉ

[théâtre musical]

21h - Centre culturel René-Char - Tarifs de 18 € à 6 €

Depuis tout petit, Robert aurait voulu être variétologue, ou variéticien, ou variéteur. Bref, un spécialiste en chansons de variété. Parce qu'il y a une chanson pour tout, pour toutes et tous. Parce que la variété, c'est le passé, le présent... bon d'accord, peut-être pas l'avenir ! Un spectacle tendre et drôle, où l'on est inévitablement entraîné dans un karaoké géant où l'envie de chanter se fait irrésistible.

Production Cie L'outil de la ressemblance

Mise en scène et écriture : Robert Sandoz

Collaboration à l'écriture et mise en scène : Adrien Gygax

Collaboration artistique : Thierry Romanens

Lumière et régie générale : William Fournier

Vidéo : Éloi Henriod

Scénographie, accessoires et costumes : Anne-Laure Futin

Jeu : Adrien Gygax, Robert Sandoz et Dominique Bourquin

www.loutil.ch



PENSEZ À VOUS ABONNER...



N'oubliez pas la formule d'abonnement qui reste très avantageuse ! L'achat d'une carte (individuelle et nominative) au tarif de 12€ vous donne accès au tarif de 12€ par spectacle au lieu de 18€. C'est simple et sans engagement !

Alors n'attendez-pas ! ABONNEZ-VOUS et profitez pleinement de la programmation tout au long de l'année.

Tout abonnement acheté en 2020-2021 est reconduit pour la saison 2021-2022

INFOS

Centre Culturel René Char
Digne-les-Bains

Renseignements/billetterie :

04 92 30 87 10

culture@dignelesbains.fr

www.centreculturelrenechar.fr

PASS SANITAIRE OBLIGATOIRE

Qui ne rêverait pas de passer moins de temps sur bon nombre de formalités administratives pour se consacrer pleinement à son activité professionnelle. Ce rêve peut devenir réalité grâce à Marie et sa société New Wave, qui met toute son expérience au service de tous les professionnels qui auront besoin d'un soutien dans la gestion et l'organisation d'évènements au sein de leur entreprise.

PIERREVERT



NEW WAVE QUI-EST-CE ?

Après avoir obtenu son BTS Assistante de Direction et s'être formée aux montages vidéos et à la création graphique, Marie se lance en 2020 et crée sa propre société New Wave ! Forte de ses 10 années comme assistante de direction et de 4 années en tant que responsable de communication interne, Marie décide de **s'occuper des tâches liées à la gestion administrative, à la communication et à l'organisation d'évènements pour toutes les entreprises** et cela dans l'objectif de les décharger des contraintes pour pouvoir se concentrer pleinement sur leurs activités principales.

LES SERVICES PROPOSÉS PAR NEW WAVE 04

Gérer la « paperasse » peut parfois prendre beaucoup de temps et être laborieux pour certains chefs d'entreprises, commerçants, ou encore artisans, bien souvent c'est le temps libre et les week-end qui en pâtissent. C'est donc à ce moment là que New Wave intervient ! En effet, faire appel aux services proposés par Marie **vous permettra de soulager toute la pression administrative et son lot de contraintes.**

Vous pouvez tout à fait confier à Marie les tâches courantes et récurrentes telles que les créations de devis, la facturation, les relances clients ou encore les rapprochements bancaires. New Wave peut aussi prendre en charge **la rédaction et le tri de votre courrier, le classement de vos documents.** Si vous êtes amenés à faire des déplacements, Marie sera à même de **les organiser pour vous.** Enfin elle peut également s'occuper de **la retranscription audio ainsi que de la rédaction et de la mise en forme de vos documents.**



CONFIEZ À NEW WAVE
VOS TÂCHES ADMINISTRATIVES
POUR UN GAIN DE TEMPS CONSIDÉRABLE !

SURFEZ SUR LA VAGUE NEW WAVE !

Avec plusieurs cordes à son arc, Marie, propose un large panel de compétences pour vous soulager. Au delà des tâches administratives, New Wave vous propose aussi un service de communication afin de développer votre image à l'extérieur ainsi que la partie événementielle liée à votre entreprise.

Ne perdez plus de temps à vous noyer dans les préparatifs et la logistique pour organiser vos séminaires, vos réceptions, vos inaugurations d'entreprises. Bien entendu Marie mettra un point d'honneur à organiser tous ces évènements dans le respect de vos souhaits et contraintes pour des moments uniques qui marqueront les esprits de vos invités !



Comme nous vous l'avons dit un peu plus haut, Marie s'est formée aux tournages et montages vidéo qui apporteront une valeur ajoutée à votre entreprise. La mise en page de présentation Power Point ou encore, la réalisation de mise en page d'une news letter font également partie des domaines que Marie maîtrise

d'une main de maître. Et petit plus, pour ceux qui n'ont pas le temps ou qui ne maîtrisent pas bien les secrets des réseaux sociaux, confiez à New Wave la gestion de vos pages !

UN GAIN DE TEMPS ET DES ÉCONOMIES

En faisant appel à New Wave, vous allez non seulement faire des économies mais aussi **gagner un temps certain puisque vous n'aurez plus à vous soucier de la lourdeur des tâches administratives.** Bref vous pouvez dire au revoir aux contraintes pour vous consacrer pleinement à votre activité professionnelle.

INFOS

NEW WAVE

10B Chemin du Quair - 04860 Pierrevert

TÉL. : 06 13 80 03 11

contact@newwave04.fr

Facebook : New Wave



« LES TERRES DE JIM » GRANDE FÊTE AGRICOLE DU 10 AU 12 SEPTEMBRE

CORBIÈRES

Après avoir sillonné la France ces 6 dernières années, Jim pose ses valises dans les Alpes-de-Haute-Provence. L'édition 2020 ayant dû être reportée, c'est du 10 au 12 septembre à Corbières que se tiendra la plus grande fête agricole de plein air d'Europe.



QUI EST JIM ?

Jim, ce petit personnage aux bouclettes d'or et d'épis de blé est la mascotte de cet événement pour véhiculer le lien entre les filières agricoles et le grand public. Positif et curieux, Jim est synonyme d'émerveillement aussi bien des petits que des

grands et son univers est enrichi d'un ensemble de personnages et animaux... **Sa mission est de vous séduire et de vous inviter en famille à venir découvrir le monde agricole.**

LA FÊTE AGRICOLE

Cette grande fête agricole attire chaque année bon nombre de visiteurs, **Les Terres de Jim sont l'occasion de vous faire découvrir l'agriculture** sous toutes ses formes grâce à un programme concocté avec attention autour de Jim Bataille et de ses compagnons. Durant ces 3 jours, vous pourrez assister **le vendredi aux qualifications internationales de labour**; en fin de journée **un spectacle de tonte de mouton** vous en mettra plein les yeux. **Le Samedi c'est la tonte de mouton race locale** qui vous attend ainsi que **les qualifications internationales de labour**. La journée se terminera par un concert avec DJ. Le dimanche sera la journée de clôture avec pour terminer en beauté **la finale de Labour, ainsi que la finale nationale de tonte de mouton de race locale**. Durant ces journées où l'agriculture sera mise en valeur, les Jeunes Agriculteurs des Alpes-de-Haute-Provence, co-organisateurs de l'événement, vous proposeront de découvrir ce qu'il se fait de meilleur dans les Alpes-de-Haute-Provence, que ce soit l'Agneau de Sisteron, la lavande, les élevages ovins et bovins... **bref tout ce qui constitue une vraie richesse sur notre territoire. Il y aura aussi des concours, des jeux, une ferme pédagogique et des stands pour faire connaître les produits. En résumé : la plus grande fête agricole en plein air d'Europe, sur près de 150 hectares.**

INFOS

Les Terres de Jim

Vendredi 10, samedi 11 et dimanche 12 septembre 2021

Tél. 04 92 30 92 98

<https://www.les terres de jim.com/> - Facebook: @JAdu04

Entrée 5€ le samedi et dimanche - Gratuit -12ans

Gratuit le vendredi

8^{ÈME} EXPO BOURSE DU PATRIMOINE ROULANT À MANOSQUE

MANOSQUE

Les passionnés et amateurs de voitures, motos anciennes, vont avoir l'immense plaisir de retrouver **les 25 et 26 septembre à la salle Osco Manosco à Manosque** l'expo des véhicules anciens et de collection de l'association ASM Manosque.

L'ASSOCIATION ASM MANOSQUE

Fondée en 1980 sous l'appellation Moto Club du Mont d'Or, elle regroupait à l'époque seulement des collectionneurs de motos anciennes. Elle s'est ensuite rapidement étoffée, avec les voitures anciennes, les trials, les 4/4, les motos de compétition et en raison de ces diverses disciplines a été re-baptisée « Association des Sports Mécaniques » en 1986. **L'ASM, forte d'environ 135 adhérents, propose chaque année, de nombreuses manifestations** telles que des expositions de véhicules anciens, des bourses d'échanges de pièces, des défilés d'élégance où les costumes des participants sont en adéquation avec l'année des véhicules présentés, des randonnées de véhicules anciens, des rassemblements informels de véhicules anciens tous les derniers dimanches du mois... De part ces rencontres qui se veulent conviviales, l'association souhaite avant tout **favoriser les échanges entre toutes les générations de collectionneurs** et ainsi partager cette passion commune pour la mécanique et véhicules anciens. **N'oublions pas que c'est aussi cela notre patrimoine...**

ASM - Véhicules anciens et de collection
MANOSQUE (04)
Salle des fêtes
OSCO MANOSCO
8^e Expo - Bourse du patrimoine roulant
Les marques disparues
25 - 26 SEPTEMBRE 2021

Entrée gratuite - Parking réservé aux véhicules anciens
Restauration et buvette sur place
Samedi : 9h-18h | Dimanche : 9h-17h
06 60 28 75 14 - 06 40 35 92 71 / asm.manosque@gmail.com

8^{ÈME} EDITION EXPO BOURSE

Pour cette 8^{ème} édition de l'expo bourse du patrimoine roulant aura pour **thème principal les marques disparues**. Vous pourrez d'ailleurs en admirer quelques modèles dans la grande salle. **Des voitures anciennes seront également exposées sur le parking extérieur**, et vous pourrez dénicher la pépite tant recherchée lors de la bourse d'échanges pour pièces autos et motos. Enfin, pour le plus grand plaisir des petits comme des grands, **des miniatures des vêtements et des déco vintage s'exposeront aussi tout au long de ces deux jours**. Alors que vous soyez **fan de mécanique, que vous cherchiez une pièce pour votre vieille voiture ou moto, ou bien si vous êtes simplement curieux de découvrir des raretés n'hésitez pas à vous rendre à cette fabuleuse manifestation !**

INFOS

8^{ème} Expo Bourse du Patrimoine Roulant

Samedi 25 septembre : 9h - 18h - Dimanche 26 septembre 9h - 17h

Entrée gratuite - Parking réservé aux véhicules anciens

Tél. 06 60 28 75 14 - 06 40 35 92 71 / asm.manosque@gmail.com



ARTS

GALERIE DES ARTS EN LUBERON : UNE EXPO HORS DU COMMUN !

REILLANNE

La Galerie des Arts en Luberon a rouvert ses portes au public au mois de mai et ce ne sont pas moins de 15 artistes qui se succèdent jusqu'à fin octobre pour vous faire découvrir leur travail.

Nous faisons un petit focus sur l'exposition visible depuis le 20 août et qui accueille « Villa Beestenboel » c'est-à-dire une maison miniature squattée par des animaux.

« VILLA BEESTENBOEL »



Lorsque l'on parle de miniature on ne parle pas obligatoirement de la taille du chef d'oeuvre de Bien Velds, artiste bien connue à la Galerie des Arts en Luberon par ses fameuses chaises en fer. **Et ce que vous ne savez certainement pas c'est qu'elle travaille depuis ses 13 ans à réaliser une maison de**

poupées squattée par des animaux qui y vivent une vie bestiaire pleine d'humour. Attention ! La maison bestiaire est pleine de jeux de mots, de petites parodies de la condition humaine et pleine de petites blagues. **La villa est devenue une véritable autobiographie.** Tout ce que vous y verrez a été fait par l'artiste elle-même. Les chefs-d'oeuvre en miniature dans la villa représentent les chefs-d'oeuvre qu'elle crée et expose en vrai depuis des années de vie artistique.

Dans sa démarche, elle décide dès le début de ne rien acheter de tout prêt mais de vraiment tout fabriquer par elle-même. De ce fait, l'ensemble de sa réalisation constitue une réelle recherche, un voyage de découvertes perpétuelles. Le plus récent dans la villa n'est autre qu'une galerie d'art qui s'appelle « BEAUBIEN », voilà encore un jeu de mot qui combine son prénom Bien, ce qui ne se prononce pas comme 'bjèn', mais comme 'Bin', comme le i d'ici, avec la beauté de toutes ces belles choses que Bien Velds a réalisées pendant sa vie artistique. La villa et plus précisément la nouvelle galerie dans la villa montrent un bel aperçu de la vie artistique de Bien Velds.

INFOS

GALERIE DES ARTS EN LUBERON

Rue Daniel Reynaud, 04110 Reillanne

Tél. 06 73 13 52 78 - alienutham@gmail.com

www.galerie-des-arts-en-luberon.com

Ouvert du jeudi matin au dimanche après midi
et sur rendez-vous de 10h30 à 13h00 et de 16h00 à 19h00

Info Covid : Dans le cadre de la lutte contre le Covid,
la galerie respecte les consignes sanitaires dictées par le gouvernement.

« R'ÈVE D'ART » S'EXPOSE À LA SALLE DES GARDES À GRÉOUX-LES-BAINS

GRÉOUX-LES-BAINS

La Salle des Gardes du Château des Templiers, accueille **du 4 au 26 septembre** l'Association R'Ève d'Art créée en 2010 à Pierrevert. Avec ses 35 membres, artistes peintres, sculpteurs, dessinateurs, mosaïstes ou encore photographes, chacun participe à son gré aux expositions qui l'intéressent et pour lesquelles il fera de nouvelles créations. R'Ève d'Art a pour objectif de mettre en valeur les artistes de la région en leur offrant un panel de lieux d'exposition et de thèmes divers et variés. A Pierrevert, R'Ève d'Art expose depuis 10 ans pour animer le centre village pour un week-end d'août chaque année : 'Village d'artistes'. Association bien connue de tous les Pierrevendants et Manosquins, est un tremplin pour les artistes avant qu'ils n'exposent seuls, ce qui arrive pour plusieurs d'entre eux chaque année. L'association s'est dotée d'un atelier de dessin et d'un cours de portrait pour ceux que cela intéresse. Durant les 3 semaines d'exposition la salle des Gardes sera une place de choix pour les artistes qui exposent.

LES ARTISTES

Parmi les artistes qui exposent, vous pourrez admirer les créations de Jacqueline Tarchala, Cécile Romhein, Anne Jacquelin Castaner, Claire Farcot, Isbè de Baudus, Maryse Couffin, Karin Hervieu-Bühler, Maryline Viard, Evelyne Roux, France Delivert.



**SALLE DES GARDES
CHÂTEAU DES TEMPLIERS**

Expo du 4 au 26 septembre
Entrée libre du mercredi
au dimanche de 15h à 18h.
Fermé le lundi et mardi



LES MUSIQUES À PAULINE : PROCHAIN RENDEZ-VOUS LE 12 SEPTEMBRE À 16H

GREOUX-LES-BAINS

Le mois de septembre est encore très animé à Gréoux-les-Bains, touristes et curistes profitent de l'arrière saison bien agréable, c'est aussi l'occasion pour nous tous de profiter des animations mises en place. **Le dimanche 12 septembre, la Placette à Pauline accueille un beau moment de musique...**



PIER LOBO

Ce dimanche 12 septembre, **c'est une histoire du jazz en chanson qui vous attend sur la Placette à Pauline**, Pier Lobo pianiste, chanteur influencé par le jazz et le blues, s'est produit en Angleterre, au Canada puis à Paris avant de s'installer en Provence. **A la**

fois auteur et compositeur, il connaît le succès au festival d'Aix-en-Provence avec son spectacle « Chansons Jazz et caustiques ». En solo, duo ou trio c'est une passion de toujours qu'il exprime et communique au public.

Un aperçu du répertoire : C'est si bon, Summer time, Les feuilles mortes, Armstrong, Mack the knife, Satin doll, La boîte de jazz, Vieille canaille, Georgia, la mer, ... **Qui a dit « le jazz c'est comme les bananes, ça se consomme sur place ? »** Pour avoir la réponse à cette épineuse question et à bien d'autres encore, branchez-vous sur la fréquence Pier Lobo, pianiste-chanteur-causeur-crooner.

Le Jazz c'est New-Orleans, Chicago, New York mais plus près de chez nous Charles Trenet, Nougaro, Gainsbourg et autres.

Fort de ce constat et de son amour pour cette musique, **Pier Lobo nous concocte un spectacle vivant mi-parlé mi chanté ou se côtoient Louis Armstrong, Duke Ellington, Henry Salvador ou encore Ray Charles pour ne citer que les plus grands.** Durant une heure et demie, c'est tout un siècle qui défile en chansons et en anecdotes, en anglais et en français, mais surtout en swing.

Pier Lobo n'est pas inconnu à Gréoux-les-Bains, puisque depuis des années il revient tous les ans pour de magnifiques moment musicaux.

INFOS

OFFICE DE TOURISME DE GRÉOUX-LES-BAINS

Concert le dimanche 12 septembre à 16h
Placette à Pauline - Gréoux-les-Bains
Gratuit.

Quelques chaises sont à disposition du public.
Le port du masque est obligatoire

LA SOIRÉES DE L'ÉTOILE : « L'ARAPÈDE » AU CENTRE DE CONGRÈS DE L'ÉTOILE À GRÉOUX LE 24 SEPTEMBRE

ANIMATIONS

Le vendredi 24 septembre le Centre de Congrès de l'Etoile de Gréoux les Bains, accueillera sur scène la compagnie locale Madame Antoine pour un spectacle d'humour dans lequel vous retrouverez certainement des ressemblances avec une ou des personnes que vous avez tous connues....



LA PIÈCE «L'ARAPÈDE»

Dans cette comédie, Léo, informaticien dijonnais quelque peu déprimé après une déception sentimentale, a décidé de partir au soleil de Grèce dans un hôtel de luxe afin de se reposer, se ressourcer. Problème : il va croiser la route

d'Antoine, véritable cacou marseillais et arapède d'exception, à savoir une personne dont on a du mal à se défaire, «à se dépêguer» comme on dit à Marseille. Lui aussi a choisi la même destination que Léo, mais ni pour se reposer ou se ressourcer mais pour s'éclater ! Léo aura beau faire ce qu'il peut pour éviter Antoine, celui-ci a décidé de le coller au-delà de l'imaginable avec comme objectif de lui remonter le moral... Sauf, qu'avec les méthodes balourdes d'Antoine, c'est loin d'être gagné... Un duo au soleil, entre deux personnages que tout oppose, qui se révèle très drôle...

L'AUTEUR, SON INTENTION

Pour Jean Jaque, auteur de la pièce, nous avons tous connu une arapède, un pot-de-colle, dont on ne sait comment se défaire tant cette personne n'est pas méchante, voire veut votre bien. Pour les auteurs de comédies, ce type de duo antagoniste est un bienfait. Francis Veber, maître en la matière, a su l'exploiter à merveille avec des comédies entrées dans l'histoire du cinéma français comme Le Dîner de cons, La Chèvre, Les Compères, Tais-toi... Jean Jaque comme il le dit si bien s'est « *d'ailleurs beaucoup amusé à l'écriture de ce spectacle en utilisant l'opposition sociale, régionale, caractéristique de ces deux personnages qui n'auraient jamais dû se rencontrer... mais qui, le temps d'un séjour, ne vont plus se lâcher. Pour au bout du compte se découvrir. Et beaucoup nous faire rire !* »

INFOS & RÉSERVATIONS

« L'ARAPÈDE »

Vendredi 24 Septembre à 20h30.

Plein tarif : 15€ - Tarif réduit : 12€

Gratuit moins de 12 ans.

Offices de Tourisme de la DLVA (Gréoux-les-Bains, Manosque, Riez, Quinson, Valensole et Oraison) ou en ligne sur les sites internet www.durance-luberon-verdon.com et www.greoux-les-bains.com

Tout le monde ou presque connaît, au moins de nom, l'entreprise Richardson fondée en 1855 par Charles Francis Green Richardson. Au fil des années, la gamme de produits s'est étoffée, de nouveaux établissements ont été créés et l'activité s'est orientée vers le bâtiment et la clientèle des installateurs de chauffage et de salle de bains.

MANOSQUE

RICHARDSON UN RÉSEAU NATIONAL

Aujourd'hui, la société Richardson, dans le grand quart sud-est, le sud-ouest, la région parisienne et à l'export, est **un leader dans la distribution du matériel de chauffage, climatisation, énergies renouvelables, salle de bains, plomberie**. Richardson distribue aussi de l'outillage, du carrelage et de l'électroménager...

Avec un siège social historiquement situé à Marseille, l'entreprise Richardson compte aujourd'hui plus de cent points de vente, dont Manosque, seconde agence implantée dans la région PACA en 1948, qui dispose également d'un « satellite » à Château-Arnoux-Saint-Auban depuis 1995.



SES ATOUTS

En juillet 2009, Michel Barneoud prend les commandes de l'agence de Manosque après avoir été directeur adjoint de l'agence d'Avignon pendant 17 ans. Même si ce dernier a cette année laissé sa place de directeur à Yohan Rouyer, les secteurs d'activités proposés en magasin restent les mêmes en magasin. **Dès l'entrée, la salle de bains occupe une place prépondérante, tout comme le chauffage** avec les différentes énergies existantes : fioul, bois, gaz, solaire, énergies renouvelables. Tout est fait pour répondre aux besoins journaliers des installateurs, plombiers, chauffagistes, électriciens ou de tout autre corps de métier du bâtiment, d'autant que **le showroom a été repensé pour proposer toujours du matériel de qualité et des idées**.



LE SHOWROOM

En fin d'année 2020, le showroom de votre agence Richardson de Manosque a fait peau neuve. **En effet, c'est un espace de 450m² qui vous attend et qui est une**

véritable invitation à découvrir les dernières tendances mises en ambiance que ce soit en matière de robinetterie, baignoires, douches, mobilier, carrelage, hydrothérapie, sauna, hammam, vasques, radiateurs sèche-serviettes, éviers, électroménager, accessoires... du rétro au plus design. N'hésitez pas à vous y rendre avec votre projet pour bénéficier d'une expertise, de conseils. Vous êtes libre de choisir, vous pouvez créer et réaliser en toute sérénité la salle de bains de vos rêves. Pour vous, sont sélectionnés les produits des plus grandes marques, comme Jacob Delafon, Grohe, Duravit, Allia, Sanijura, Kinedo, Hansgrohe.

Un catalogue salle de bains est à votre disposition, vous pouvez également découvrir l'ensemble de ces produits sur le site internet : www.richardson.fr.

RICHARDSON MANOSQUE, LE CHOIX ET LA PROXIMITÉ POUR VOS PROJETS !

ÉCOUTE, CHOIX ET PROXIMITÉ SONT LES ATOUTS INDISPENSABLES POUR RÉUSSIR VOTRE PROJET !

LE CHAUFFAGE

Alors que les économies d'énergies sont au centre de beaucoup de préoccupations, l'espace dédié à ce secteur est **un véritable lieu d'informationS et de conseils sur les énergies renouvelables et les technologies** telles que les pompes à chaleur, systèmes solaires thermiques, plancher chauffant, chauffage à bois, chaudières à condensation, chauffe-eau thermodynamique, régulation, ventilation performante, puits canadien. Les grandes marques comme De Dietrich, Daikin, Bosh, Atlantic, Invicta, Acova, avec chacune leurs particularités, vous seront proposées pour répondre à vos besoins.

LE LIBRE-SERVICE ET LA LIVRAISON

Les installateurs ont un outil indispensable à disposition pour leurs achats : le libre-service, qui offre une large gamme de produits pour les accompagner dans leur quotidien. L'agence de Manosque est aussi équipée de camions qui **assurent les livraisons du matériel aux clients éloignés dans l'ensemble du département**. De véritables atouts pour tous !

PARTENARIAT

L'entreprise Richardson met à disposition de la CAPEB (organisme professionnel du bâtiment) ses locaux. La CAPEB organise des formations pour les artisans du bâtiment afin que ces derniers puissent bénéficier de la qualification R.G.E. (reconnu garant de l'environnement) qui leur permettra de faire bénéficier à leurs clients particuliers des crédits d'impôts sur les travaux éligibles, et dans certains cas de pouvoir financer ces travaux avec l'éco-prêt à taux zéro.

INFOS ET RENSEIGNEMENTS

RICHARDSON MANOSQUE

265 boulevard Saint-Joseph - 04100 Manosque

TÉL. : 04 92 72 14 43

Salle d'exposition : du lundi au vendredi de 8h à 12h
et de 14h à 18h30 - le samedi de 8h30 à 12h30

Magasin et libre-service :

Du lundi au jeudi de 7h30 à 12h00 et de 13h30 à 17h45

Le vendredi de 7h30 à 12h00 et de 13h30 à 16h45

Le samedi de 8h30 à 12h30

LUNDI 30 AOÛT

MANOSQUE	Hôtel Raffin	Exposition Vincent Munier >30/10	...	☎ 04 92 70 54 54
MANOSQUE	Hôtel Raffin	Expo «Jean Giono les Chemins de l'oeuvre» >1/12	14H-18H	☎ 04 92 70 54 54
DIGNE-LES-BAINS	Musée Promenade	Exposition : Flash-back >31/10	journée	☎ 04 92 31 45 29
DIGNE-LES-BAINS	Archives dép.	Exposition : Lieux abandonnés>30/09	journée	☎ 04 92 36 75 00
DIGNE-LES-BAINS	Maison Alex.David-Neel	Expo :mandalas et bouddhisme tibétain >24/12	journée	☎ 04 92 31 32 38
DIGNE-LES-BAINS	...	Sorties vélo	18H	☎ 06 51 42 10 14
FORCALQUIER	CRIC	Exposition : Imaginaires >30/09	...	☎ 06 95 42 84 05
FORCALQUIER	La Voûte	Expo : - Patrick Ciuti >30/09	10H-19H	☎ 06 62 61 89 27
FORCALQUIER	Hôtel d'Astier	Exposition «On dirait du bois» >17/09	10H-18H	☎ 06 19 16 25 72
MANE	Salagon	Exposition «Intérieur paysan» >30/09	10H-18H	☎ 04 92 75 70 50
MANE	Salagon	Expo.Jardin silencieux - Marinette Cueco >30/09	10H-19H	☎ 04 92 75 70 50
MANE	Salagon	expo: Traces au Prieuré de Salagon >15/12	...	☎ 04 92 75 70 50
ORAISON	Centre Médico Social	Atelier d'écriture d'été	18H-20H	☎ ...
SISTERON	Espace d'Ornano	Expo: « Là où le regard porte» Yann Letestu >19/09	...	☎ 04 92 61 54 50
SISTERON	Galerie Domnine	Exposition de l'Atelier du Bonheur >05/09	10H-18H30	☎ 04 92 61 54 50
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Expo : Les bouquets de Lucien Jacques >29/09	...	☎ 04 92 70 48 20
ST-MICHEL-L'OBS	Centre d'Astronomie	Été Astro 2021 >18/09	...	☎ 04 92 76 69 69
SIMIANE-LA-R	Château Médiéval	Exposition de peinture au château médiéval >6/11	...	☎ 04 92 73 11 34
VOLONNE	18 rue de la Baume	Maison d'artiste >15/09	...	☎ ...

MARDI 31 AOÛT

MOUSTIERS STE M.	Centre village	Fête patronale Notre-Dame de Beauvoir >08/09	...	☎ 04 92 79 65 05
GRÉOUX-LES-BAINS	Association Harmoning	Conférence «La communication émotionnelle»	17H00-18H30	☎ 04 92 79 65 05
GRÉOUX-LES-BAINS	Placette Pauline	Musiques à Pauline avec les garageurs	19H00-20H30	☎ 04 92 78 01 08
MANE	Salagon	Oeuvres d'arbres - Bourgades d'insectes >30/09	10H-19H	☎ 04 92 75 70 50
RIEZ	Place de la Colonne	Expo photo	16H-19H	☎ 04 13 37 02 74
SISTERON	Musée Terre et Temps	Exposition : «De temps en temps» >19/09	...	☎ 04 92 61 54 50
SISTERON	Plan d'Eau des Marres	Kickboxing initiation	10H30-18H30	☎ 06 03 56 07 33
MOUSTIERS	Galerie La Mostra	Expo : Danse avec l'argile >30/09	11H-19H	☎ 06 32 44 73 94
MOUSTIERS	Centre du village	Les Renc. de Sculptures Monumentales >31/10	journée	☎ 04 92 74 67 84
MOUSTIERS	Place de l'Eglise	Bal du 31 Août à l'occasion de la Fête Votive	...	☎ ...
MOUSTIERS	Centre village	Fête patronale Notre-Dame de Beauvoir >08/09	...	☎ ...
LURS	Galerie Pigments	Expo «Esperluette» - Peintures et dessins >3/10	...	☎ 06 88 49 75 07



Assistanat
Communication
Événementiel

Les tâches administratives représentent pour vous une galère ?

Besoin de visuels ou vidéos mais ce n'est pas votre métier ?

Un événement à organiser mais par où commencer ?

Faites votre métier, je m'occupe du reste !

Marie PIZZALA



06.13.80.03.11



contact@newwave04.fr



New Wave

MERCREDI 1 SEPTEMBRE

DIGNE-LES-BAINS	Archives dép.	Exposition : Trésors de dévotion >30/09	13H15-18H	☎ 04 92 36 75 00
DIGNE-LES-BAINS	Musée Gassendi	Exposition : «What's in a bird»? >31/12	10H-19H	☎ 04 92 36 75 00
DIGNE-LES-BAINS	Archives dép.	Exposition «L'Affaire, Lurs, 4 août 1952» >30/09	journée	☎ 04 92 36 75 00
FORCALQUIER	Centre d'art	Exposition Serge Fiorio	...	☎ 04 92 70 91 19
ORAISON	Lavoir	les anciens métiers des hommes >30/09	journée	☎ 04 92 78 74 78
QUINSON	Musée de Préhistoire	Exposition Bienvenue chez les Préhistos >30/09	10H-19H	☎ 04 92 74 09 59
QUINSON	Musée de Préhistoire	Exposition «Préhisto'Art du Verdon» >30/09	10H-19H	☎ 04 92 74 09 59
REILLANNE	vieux village, en bas	Exposition Internationale 2021 >30/09	...	☎ 06 73 13 52 78
GRÉOUX-LES-BAINS	Hôtel le Verdon	Conférence «Savoir calmer son esprit»	17H-18H30	☎ 06 84 42 81 57
VACHÈRES	Lieu-dit La Croix	La ronde des crèches (toute l'année)	9H-18H	☎ 04 92 75 62 15
DIGNE-LES-BAINS	Les Gavots	Collecte de sang - Sur RDV	...	☎ 06 61 93 04 30

JEUDI 2 SEPTEMBRE

MANOSQUE	La Capsule	DELUXE (électro-pop) - inauguration La Capsule	20H-00H	☎ 04 92 72 19 70
GRÉOUX-LES-BAINS	Hôtel le Verdon	Ciné - Conférence «Cœur d'auvergne»	20H30	☎ 04 92 70 40 03
LA BRILLANNE	...	Collecte de sang - Sur RDV	...	☎ 06 82 09 81 07

VENDREDI 3 SEPTEMBRE

VOLONNE	Durance Nautique	A la recherche du Castor en Durance >24/09	19H30-21H	☎ 06 81 32 72 76
GRÉOUX-LES-BAINS	Association Harmoning	Conférence «La bonne gestion des émotions»	17H00-18H30	☎ 04 92 79 65 05
MANOSQUE	La Capsule	Soirée spéciale inauguration de La Capsule	21H-00H	☎ 04 92 72 19 70
FORCALQUIER	les caves à Lulu	Visages d'Afrique. Bagages musicaux >13/09	10H30-19H30	☎ 04 92 73 12 58
GRÉOUX-LES-BAINS	Hôtel le Verdon	Comprendre et éviter les répétitions familiales	17H-19H	☎ 04 92 70 40 03
VOLONNE	Durance Nautique	A la recherche du Castor en Durance >24/09	19H30-21H	☎ 06 81 32 72 76
SAINTE-TULLE	Esplanade Max Trouche	Fete des saucisses : manèges, DJ ASL MUSIC	...	☎ 04 92 78 20 06



L'Antre Jeux

VENTE, LOCATION, TEST JEUX DE SOCIÉTÉ

★ **SALLE DE JEU**
3€ ACCÈS ILLIMITÉ



FRIDAY NIGHT MAGIC
DRAFT WEEK-END / PRERELEASE



SOIRÉES
JEUX DE SOCIÉTÉ

SAMEDI 4 SEPTEMBRE

GRÉOUX-LES-BAINS	Château des Templiers	Exposition à la Salle des Gardes > 26/09	15H00-18H00	☎ 04 92 78 01 08
FORCALQUIER	Complexe sportif	Fête des associations 2021	10H00	☎ 04 92 70 95 79
MANOSQUE	La Capsule	Soirée spéciale inauguration de La Capsule	21H-00H	☎ 04 92 72 19 70
MANOSQUE	parvis de la MJC	Ateliers ludiques avec le centre astronomique	14H30-18H30	☎ 04 92 72 19 70
MANOSQUE	MJC de Manosque	La Sieste Cosmique de Marc (de) Blanchard	13H30-14H30	☎ 04 92 72 19 70
MANOSQUE	Maison de la biodiversité	Stage en apiculture : les traitements de la varroa	14H-17H30	☎ 06 72 93 83 13
DIGNE-LES-BAINS	Parking Carrefour	Brocante	6H-18H	☎ 06 68 64 03 15
ORAISON	Places du centre ville	Forum des associations	9H-16H	☎ 04 92 70 77 77
ORAISON	Centre ville	Marché de producteurs et d'artisanat	8H30-12H30	☎ 04 92 70 77 77
SISTERON	Complexe sportif	Forum des associations	9H30-18H	☎ 04 92 61 27 35
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Atelier d'écriture : avec Françoise Broilliard	9H30-12H	☎ 04 92 70 48 20
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Les histoires du 1er	10H30-11H30	☎ 04 92 70 48 20
VOLONNE	Place de la Mairie	Forum des associations	8H30-13H	☎ 04 92 61 21 17
LES MÉES	Place de la République	Brocante des Méés	6H-18H	☎ 06 68 64 03 15
SAINTE-TULLE	Parc Max Trouche	Forum des associations	10H - 17H	☎ 04 92 78 20 06
SAINTE-TULLE	Esplanade Max Trouche	Fête des saucisses	...	☎ 04 92 78 20 06



RICHARDSON

CHAUFFAGE CLIMATISATION SALLE DE BAINS CARRELAGE PLOMBERIE

SALLE DE BAINS



CARRELAGE

Découvrez notre

nouveau showroom

de 450m²

RICHARDSON MANOSQUE

MANOSQUE 265 BOULEVARD SAINT JOSEPH
TÉL: 04 92 72 14 43 FAX: 04 92 87 32 79

L'EXPO
RICHARDSON

AGENDA

IMPORTANT | En fonction de l'évolution sanitaire, les organisateurs des événements se réservent le droit d'annuler au dernier moment les manifestations.

DIMANCHE 5 SEPTEMBRE

DIGNE-LES-BAINS	Pl. d'eau des Ferréols	Cours gratuits de yoga au plan d'eau	9H00-10H00	☎ 04 92 70 77 77
DIGNE-LES-BAINS	Boulevard Gassendi	Forum des associations	...	☎ 04 92 31 58 13
ST-MICHEL-L'OBS	Place du Serre	Forum des associations	10H-16H	☎ 04 92 76 60 04
SIMIANE-LA-R	tout le village	Vide-grenier et vide garage	...	☎ 04 92 75 91 49
CHÂTEAU-ARNOUX	...	Brocante Château-Arnoux	7H-18H	☎ 06 95 48 46 51
SAINTE-TULLE	Espl. Trouche	Vide grenier - Org. par la Fourmi Gourmande	journée	☎ 06 30 99 41 57
PEYRUIS	Espla. stade Peyruis	Forum des associations	9H - 17H	☎ 04 92 33 21 00
SAINTE-TULLE	Esplanade Max Trouche	Fête des saucisses	...	☎ 04 92 78 20 06

LUNDI 6 SEPTEMBRE

GRÉOUX-LES-BAINS	Hôtel le Verdon	Concours de pétanque	14H30	☎ 04 92 70 40 03
-------------------------	-----------------	----------------------	-------	------------------

MARDI 7 SEPTEMBRE

SISTERON	Galerie Domnine	Exposition de peintures d'Andréa Siri >2/10	...	☎ 04 92 61 54 50
GRÉOUX-LES-BAINS	Association Harmoning	Conférence «Les compétences émotionnelles»	17H-18H30	☎ 04 92 79 65 05



LA LIGNE VERTE

LES BIENFAITS DU CHANVRE

- Huiles CBD
 - Compléments alimentaires
 - CBD Animaux : chiens, chats, chevaux
 - Cosmétiques à base de CBD
- Cosmétiques à base de chanvre Bio et naturel
 - Infusions, fleurs et résine de chanvre
 - Confiseries • Textile
- Thé, farine, graines, chocolat, barre énergétique
 - Produits du Maroc : huile d'Argan Bio, huile de Coco, Huile de Nigelle Bio...



Bien-être et sérénité



Epicerie spécialisée chanvre et CBD

Produits naturels
Conseils personnalisés

Lundi : 15h-18h - Du Mardi au Vendredi 9h-12h/15h-18h - Le Samedi : 10h-12h30/15h-18h

14 Rue Charles Dol, 04700 Oraison - Tél. 07 81 05 50 56 - laligneverte04700@gmail.com

MERCREDI 8 SEPTEMBRE

GRÉOUX-LES-BAINS	Chateau Laval	Balade théâtrale Souvenirs des collines	18H-19H30	☎ 04 92 78 01 08
GRÉOUX-LES-BAINS	Hôtel le Verdon	Conférence «Entretenir sa mémoire»	17H-18H30	☎ 06 84 42 81 57
LES MÉES	Ecole de Musique	Inscriptions à l'école de musique	17H - 19H30	

JEUDI 9 SEPTEMBRE

GRÉOUX-LES-BAINS	Hôtel le Verdon	Ciné - Conférence «Ardèche terre de choix»	20H30	☎ 04 92 70 40 03
-------------------------	-----------------	--	-------	------------------

VENDREDI 10 SEPTEMBRE

GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Andrea Caparros et Emile Mélenchon : jazz	16H-17H	☎ 06 84 12 82 40
GRÉOUX-LES-BAINS	Hôtel le Verdon	Conférence : Comment expliquer le magnétisme	17H-19H	☎ 04 92 70 40 03
GRÉOUX-LES-BAINS	Association Harmoning	Conférence «L'intelligence émotionnelle»	17H-18H30	☎ 04 92 79 65 05
LURS	Amphithéâtre	« Le Cinécyclo » courts-métrages et films d'anim.	21H	☎ 06 13 01 30 23
VOLONNE	Base nautique	A la recherche du castor tous les vendredi	19H30-21H	☎ 06 81 32 72 76
MANOSQUE	Salle des Tilleuls	Collecte de sang - Prendre RDV	journée	☎ 06 13 42 26 10
SALIGNAC	Centre du village	Cyrano de Bergerac	21H	☎ 06 38 95 86 21



Balade théâtrale autour de l'œuvre de Marcel Pagnol
Domaine de Château Laval

Souvenirs des collines

BILLETS EN VENTE DANS LES OFFICES DE TOURISME DE :

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

Billetterie en ligne :
www.greoux-les-bains.com

Plein tarif : 20€
Tarif réduit* : 12€
Gratuit** : - de 12 ans



*Moins de 25 ans, demandeurs d'emploi et groupes à partir de 10 personnes - ** avec justificatif

ICI

et nulle part ailleurs !



SAMEDI 11 SEPTEMBRE

ORAISON	Lac Buissonnades	Festival «Faites du Cirque» >12/09	15H	☎ 07 49 21 88 89
ALLOS	le Village	Week-end du modélisme >12/09	journée	☎ 04 92 83 02 81
FORCALQUIER	Hôtel d'Astier	Ca se dit le samedi	journée	☎ 06 95 42 84 05
ORAISON	Centre ville	Marché de producteurs et d'artisanat	8H30-12H30	☎ 04 92 70 77 77
REILLANNE	place de l'ormeau	Balade littéraire dansée	16H45-18H	☎ 06 01 23 23 30
MOUSTIERS	Maison du Parc	soirée pique-nique ciné à la ferme des sonnailles	19H-22H	☎ 04 92 74 68 00
LES MÉES	Salle des fêtes	Forum des AssociationS	14H - 18H	☎ 04 92 34 03 01
LURS	L'Osons Jazz Club	Alain Jean-Marie & Diégo Imbert duo	21H	☎ 04 92 74 37 01
SALIGNAC	Place du village	Vide grenier et marché artisanal	9H - 17H	☎ 06 38 95 86 21
LE POËT	Le Village	Salon du bien-être >12/09	9H - 18H	☎ 6 16 46 27 71

DIMANCHE 12 SEPTEMBRE

ORAISON	Lac Buissonnades	Festival «Faites du Cirque»	Dès 14H	☎ 07 49 21 88 89
ALLOS	le Village	Week-end du modélisme	journée	☎ 04 92 83 02 81
SISTERON	Chemin du Près bas	42ème Grand Prix Cycliste de La Baume	15H	☎ 06 81 71 06 85
SISTERON	Plan d'eau	Vide greniers	6H-18H	☎ 04 92 61 03 99
GRÉOUX-LES-BAINS	Placette Pauline	Musiques à Pauline avec Pier Lobo	16H-17H30	☎ 04 92 78 01 08
CHÂTEAU-ARNOUX	Comp. Lauzières	Forum des Associations	9H - 19H	☎ 04 92 33 20 00

Formez-vous à demain !

Devenez Assistant(e) De Vie aux Familles avec le GRETA CFA Alpes Provence !
greta.antenne.manosque@ac-aix-marseille.fr - Tél. 04 92 72 72 29

AGENDA

LUNDI 13 SEPTEMBRE

GRÉOUX-LES-BAINS	Hôtel le Verdon	Concours de pétanque	14H30	☎ 04 92 70 40 03
-------------------------	-----------------	----------------------	-------	------------------

MARDI 14 SEPTEMBRE

GRÉOUX-LES-BAINS	Association Harmoning	Conférence «La construction des émotions»	17H-18H30	☎ 04 92 79 65 05
-------------------------	-----------------------	---	-----------	------------------

MERCREDI 15 SEPTEMBRE

PUIMOISSON	place de l'église	Au-delà du pays : par Elsa Noyons et Till Roeskens	16H-18H	☎ 04 92 74 68 00
GRÉOUX-LES-BAINS	Hôtel le Verdon	Conférence «Développer son intuition»	17H-18H30	☎ 06 84 42 81 57
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Gréoux Jazz Festival 7ème édition >19/09	...	☎ 06 84 12 82 40
LARDIERS	Salle des fêtes	Atelier de pratique dansée en extérieur	14H	☎ ...

JEUDI 16 SEPTEMBRE

FORCALQUIER	centre du village	le Parc à votre rencontre sur le marché paysan	9H-12H	☎ 04 90 04 42 00
GRÉOUX-LES-BAINS	Hôtel le Verdon	Ciné - Conférence «Vercors mi amor»	20H30	☎ 04 92 70 40 03
CHÂTEAU-ARNOUX	Théâtre Durance	Les Escapades - Festival 10ème édition >18/09	Dès 18H	☎ 04 92 64 27 34

VENDREDI 17 SEPTEMBRE

DIGNE-LES-BAINS	Palais des Congrès	Conférence : Josef Schovanec	20H30	☎ 04 92 36 15 11
DIGNE-LES-BAINS	C.C René Char	THÉÂTRÔ 04 >18/09	14H-21H	☎ 04 92 30 87 10
GRÉOUX-LES-BAINS	Association Harmoning	Conférence «La palette des émotions»	17H-18H30	☎ 04 92 79 65 05
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de congrès	Conf. Parlons Patrimoine : Les arbres oubliés	17H	☎ 04 92 70 48 20
GRÉOUX-LES-BAINS	Hôtel le Verdon	Prés. du livre : « Ce que je vais vivre après ma vie »	17H	☎ 04 92 70 40 03
VOLONNE	Base nautique	A la recherche du castor tous les vendredi	19H30-21H	☎ 06 81 32 72 76
CHÂTEAU-ARNOUX	Park. Théâ. Durance	Les Escapades 10ème édition - Concerts gratuits	Dès 18H	☎ 04 92 64 27 34
VOLONNE	...	Journées europ patrim : Sur la route Napoléon...	10h	☎ 06 84 54 70 18

COcoon'WORK

Ouverture à Manosque

Espace de coworking • Location bureaux privés ou partagés
• Salle de réunion • Domiciliation d'entreprise

400 m² baignés de lumière naturelle en Zone d'activité St Joseph - 04100 Manosque - Tél. 04 92 87 03 18 - www.cocoonwork.fr - Facebook : COcoon Work



Echange - Partage



Rare sur Manosque...



Etraide Convivialite

SAMEDI 18 SEPTEMBRE

ALLOS	...	5 ^{ème} week-end écotourisme Mercantour >19/09	journée	☎ 04 92 83 02 81
DIGNE-LES-BAINS	C.C René Cha	THÉÂTRÔ 04	14H-22H30	☎ 04 92 30 87 10
FORCALQUIER	Cathédrale	Concert acoustique en duo : Attention Deux vents	20H30-21H45	☎ 04 92 70 91 19
FORCALQUIER	Les caves à Lulu	Un certain regard >24/09	11H-18H	☎ 06 83 30 54 02
SISTERON	Musées et ctre-ville	Journées Européennes du Patrimoine >19/09	journée	☎ 04 92 61 54 50
CHÂTEAU-ARNOUX	Salle Joie et Soleil	Fête de l'environnement	14H30-17H30	☎ 06 47 74 91 21
LES MÉES	...	Journées Européennes du Patrimoine >19/09	10H-18H	☎ 06 75 86 84 13
PEYRUIS	...	Brocante à Peyruis	7H-18H	☎ 06 11 44 95 50
CHÂTEAU-ARNOUX	Park. Théâ. Durance	Les Escapades 10 ^{ème} édition - Concerts gratuits	Dès 18H	☎ 04 92 64 27 34
MANOSQUE	Salle Osco Manosco	Salon Bien-être	10H - 19H	☎ 09 52 86 25 98

DIMANCHE 19 SEPTEMBRE

MANOSQUE	Parc de Drouille	Grand vide grenier brocante annuel à drouille	journée	☎ 06 27 64 31 72
ALLOS	...	5 ^{ème} week-end écotourisme Mercantour	journée	☎ 04 92 83 02 81
SISTERON	Espl. des Marres	Vide greniers	journée	☎ 06 83 67 27 86
MOUSTIERS	Centre du village	4 ^{ème} édition «Moustiers à la page!	10H-18H	☎ 04 92 74 67 84
MANOSQUE	Salle Osco Manosco	Salon Bien-être	10H -18H	☎ 09 52 86 25 98

LUNDI 20 SEPTEMBRE

GRÉOUX-LES-BAINS	Hôtel le Verdon	Concours de pétanque	14H30	☎ 04 92 70 40 03
-------------------------	-----------------	----------------------	-------	------------------

6^e Édition
50 EXPOSANTS
Thérapeutes, auteurs-
créateurs, producteurs
25 CONFÉRENCES

SALON BIEN-ÊTRE

MANOSQUE 18 & 19 sept. 2021

salle Osco Manosco - Avenue du moulin neuf | Samedi : 10 h - 19 h - Dimanche : 10 h - 18 h



PORT DU MASQUE
OBLIGATOIRE

SAMEDI 10H - 19H

DIMANCHE 10H - 18H



09 52 86 25 98

therapeutes-zen.com

Entrée : 4€/pass 2 jrs

Gratuit (-15 ans)



MARDI 21 SEPTEMBRE

GRÉOUX-LES-BAINS	Association Harmoning	Conférence «La communication émotionnelle»	17H-18H30	☎ 04 92 79 65 05
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Présentation du festival Les Correspondances	18H	☎ 04 92 70 48 20

MERCREDI 22 SEPTEMBRE

MANOSQUE	Théâtre Jean Le Bleu	Festival Les Correspondances >26/09	21H-22H30	☎ 04 92 75 67 83
GRÉOUX-LES-BAINS	Chateau Laval	Balade théâtrale Souvenirs des collines	18H-19H30	☎ 04 92 78 01 08
GRÉOUX-LES-BAINS	Hôtel le Verdon	Conférence «Savoir calmer son esprit»	17H-18H30	☎ 06 84 42 81 57
DIGNE-LES-BAINS	Les Gavots	Collecte de sang - Sur RDV	...	☎ 06 61 93 04 30

JEUDI 23 SEPTEMBRE

MANOSQUE	La Capsule	Festival Les Correspondances	22H30-23H30	☎ 04 92 75 67 83
MANOSQUE	Théâtre Jean Lebleu	Festival Les Correspondances	21H-22H30	☎ 04 92 75 67 83
MANOSQUE	Théâtre Jean Lebleu	Festival Les Correspondances	14H30-15H30	☎ 04 92 75 67 83
GRÉOUX-LES-BAINS	Hôtel le Verdon	Ciné - Conférence «Le Québec»	20H30	☎ 04 92 70 40 03

VENDREDI 24 SEPTEMBRE

MANOSQUE	Théâtre Jean Lebleu	Festival Les Correspondances	21H-22H30	☎ 04 92 75 67 83
MANOSQUE	La Capsule	Festival Les Correspondances	22H30-23H30	☎ 04 92 75 67 83
MANOSQUE	Théâtre Jean Lebleu	Festival Les Correspondances	21H-22H30	☎ 04 92 75 67 83
MANOSQUE	Théâtre Jean Lebleu	Festival Les Correspondances	14H30-15H30	☎ 04 92 75 67 83
GRÉOUX-LES-BAINS	Association Harmoning	Conférence «La bonne gestion des émotions»	17H-18H30	☎ 04 92 79 65 05
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Les Soirées de l'Etoile / L'arapède	20H30-22H	☎ 04 92 78 01 08
CHÂTEAU-ARNOUX	Complexe sportif	Salon 2021 de l'auto, du 2 roues >27/09	10H-18H	☎ 06 85 79 03 86
VOLONNE	Base nautique	A la recherche du castor	19H30-21H	☎ 06 81 32 72 76

L'ARAPÈDE

VENDREDI 24 SEPTEMBRE
2021 À 20H30

Une comédie de
Jean Jaque

ICI
et nulle part ailleurs !



LES SOIRÉES DE
L'ÉTOILE

GRÉOUX-LES-BAINS
CENTRE DE CONGRÈS

« Des fous rires
sans interruption ! »
La Provence

« Une comédie
désopilante ! »
Le Point

Plein tarif : 15€

Tarif réduit : 12€*

Gratuit : - de 12 ans

« L'emmerdeur à la
sauce marseillaise »
La Marseillaise

*(Groupes, demandeurs d'emploi, moins de 25 ans)

BILLETS EN VENTE
DANS LES OFFICES
DE TOURISME DE :

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

Billetterie en ligne : www.greoux-les-bains.com

SAMEDI SEPTEMBRE

MANOSQUE	Maison des asso.	8e Expo-Bourse du Patrimoine roulant >26/09	journée	☎ 06 60 28 75 14
CADENET	...	Le Grand Ménage de Printemps >03/10	journée	☎ ...
MANOSQUE	Théâtre J. Lebleu	Festival Les Correspondances	21H-22H30	☎ 04 92 75 67 83
MANOSQUE	La Capsule	Festival Les Correspondances	22H30-23H30	☎ 04 92 75 67 83
MANOSQUE	Théâtre J. Lebleu	Festival Les Correspondances	14H30-15H30	☎ 04 92 75 67 83
DIGNE-LES-BAINS	Palais de Congrès	Fête de la Randonnée >26/09	...	☎ 04 92 36 62 68
FORCALQUIER	C. des Cordeliers	La Fête des Possibles	10H-18H	☎ 06 72 09 02 39
SISTERON	Sur le marché	Concert de l'Harmonie de Sisteron	11H	☎ 04 92 61 54 50
SISTERON	Espace d'Ornano	Exposition : sérigraphies de Vasarely >31/12	...	☎ 04 92 61 54 50
SISTERON	Place G. de Gaulle	Foire d'Automne	8H-18H	☎ 04 92 61 00 37
SISTERON	Cathédrale	Instants de Vie : lyrique & chansons	16H	☎ 06 15 30 16 49
LURS	L'Osons Jazz Festival	Concert : META «RIM» concert sortie de résidence	21H	☎ 04 92 74 37 01

DIMANCHE SEPTEMBRE

MANOSQUE	Maison des asso.	8e Expo-Bourse du Patrimoine roulant	journée	☎ 06 60 28 75 14
MANOSQUE	Rue Guilhempière	«Les dimanches brocante côté Guilhempière»	journée	☎ 06 99 56 91 36
MANOSQUE	Théâtre J. Lebleu	Festival Les Correspondances	16H30-18H	☎ 04 92 75 67 83
MANOSQUE	Théâtre J. Lebleu	Festival Les Correspondances	18H-19H30	☎ 04 92 75 67 83
MANOSQUE	Théâtre J. Lebleu	Festival Les Correspondances	14H30-15H30	☎ 04 92 75 67 83
MANE	Salagon	Laurence Vilaine et Maryam Chemirani : dialogue	16H-17H	☎ 06 01 23 23 30
SISTERON	Parc Massot Devèze	Vide greniers	...	☎ 06 83 73 84 02

LUNDI SEPTEMBRE

GRÉOUX-LES-BAINS	Hôtel le Verdon	Concours de pétanque	14H30	☎ 04 92 70 40 03
-------------------------	-----------------	----------------------	-------	------------------

Retrouvez l'horoscope de **THIERRY VALANCE**

Consultation
par téléphone

06 01 26 65 40

de magazine

REJOIGNEZ MOI SUR MA PAGE

facebook

THIERRY VALANCE



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

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

AGENDA

IMPORTANT | En fonction de l'évolution sanitaire, les organisateurs des évènements se réservent le droit d'annuler au dernier moment les manifestations.

MARDI 28 SEPTEMBRE

GRÉOUX-LES-BAINS	Association Harmoning	Conférence «Les compétences émotionnelles»	17H-18H30	☎ 04 92 79 65 05
-------------------------	-----------------------	--	-----------	------------------

MERCREDI 29 SEPTEMBRE

GRÉOUX-LES-BAINS	Hôtel le Verdon	Conférence «Entretenir sa mémoire»	17H-18H30	☎ 06 84 42 81 57
PIERREVERT	...	Collecte de sang - Sur RDV	...	☎ 06 86 38 89 82

JEUDI 30 SEPTEMBRE

GRÉOUX-LES-BAINS	Hôtel le Verdon	Ciné - Conférence «Cœur d'auvergne»	20H30	☎ 04 92 70 40 03
VILLENEUVE	...	Collecte de sang - Sur RDV	...	☎ 06 30 08 97 43

VENDREDI 1 OCTOBRE

MONTFURON	Place de la Mairie	Rassemblement 2CV	journée	☎ 04 92 76 41 65
MANOSQUE	Théâtre Jean le Bleu	Viktor Vincent - Mental Circus	20H30	☎ 04 92 70 35 21
SISTERON	...	Festival de théâtre >3/10	...	☎ 04 92 61 54 50
GRÉOUX-LES-BAINS	Association Harmoning	Conférence «L'intelligence émotionnelle»	17H-18H30	☎ 04 92 79 65 05
CHÂTEAU-ARNOUX	Théâtre Durance	Contretemps / musique	21H	☎ 04 92 64 27 34

Nouveau Service

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

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

PROS & PARTICULIERS

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



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

SAMEDI OCTOBRE

DIGNE-LES-BAINS	Palais des Congrès	CONCERT : PULCINELLA & MARIA MAZZOTTA	20H30	☎ 04 92 30 87 10
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Atelier d'écriture avec Françoise Broilliard	9H30-12H	☎ 04 92 70 48 20
GRÉOUX-LES-BAINS	Salle des Gardes	Expo à la Salle des Gardes en octobre >24/10	15H-18H	☎ 04 92 78 01 08

DIMANCHE OCTOBRE

MANOSQUE	La Thomassine	Balade contée	12H-17H30	☎ 07 68 57 56 11
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Les Boucles du Verdon 2021	8H30-12H	☎ 04 92 78 01 08

MARDI OCTOBRE

SISTERON	Galerie Domnine	Exposition de Colette Sutter >16/10	...	☎ 04 92 61 54 50
GRÉOUX-LES-BAINS	Ntre-D. des Ormeaux	6 ^{ème} Automne musical >15/10	...	☎ 06 80 96 08 84
GRÉOUX-LES-BAINS	Association Harmoning	Conférence «La construction des émotions»	17H-18H30	☎ 04 92 79 65 05

JEUDI OCTOBRE

SISTERON	Place de la Rép.	38 ^{ème} Foire-expo >10/10	...	☎ 04 92 61 00 37
-----------------	------------------	-------------------------------------	-----	------------------

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
10 €
sur votre
contrôle technique

AUTOSUR
CONTRÔLE TECHNIQUE AUTOMOBILE
DES PONCHES

SUIVEZ NOUS SUR FACEBOOK

facebook

NOUVEAU !

3X SANS FRAIS
PAR CARTE BANCAIRE



RUGBY À 5 SANS CONTACT AU DLV XV

CAHIER SPORT

Pour cette rentrée c'est la section « **Loisir Sans Contact** » su **DLV XV** qui est mis à l'honneur.

LE RUGBY À 5 SANS CONTACT

Cette discipline facile d'accès qui se joue par équipe de 5 joueurs permet de **découvrir le rugby sans contact tout en se faisant plaisir**. Cette section « **Loisir Sans Contact** » du DLV XV est **mixte et accessible à toutes et à tous**. Que vous soyez anciennes joueuses ou anciens joueurs de rugby débutantes ou débutants, il n'y a pas de prérequis. C'est l'occasion de pratiquer un rugby sans contact, sans plaquage de façon ludique. **La section est ouverte aux joueurs âgés de 18 à 60 ans, ou plus, et ce quel que soit votre niveau**. C'est avec grand plaisir que le club vous accueille pour des moments de plaisir de partage très conviviaux, qui ne l'oublions pas restent les valeurs du club.

Si vous aimez le rugby mais que vous n'avez jamais osé franchir le cap de la pratique par peur de vous faire mal, et bien **n'hésitez plus une seule seconde, c'est 100 % garanti sans contact, sans chocs et sans plaquage, donc... sans risque !**

RUGBY sans contact

Tu as entre 18 et 60 ans ?

Viens essayer le Rugby sans contact !



LE RUGBY « PLAISIR »

En rejoignant la section, il n'y a aucune pression puisqu'il n'y a aucune compétition. Ponctuellement quelques rencontres avec les autres clubs, mais rien de compétitif et **toujours dans la bonne humeur et la bienveillance**. Quelques petits tournois jalonnent l'année tout en ne perdant pas de vue les objectifs principaux de la section : **pratiquer un sport collectif, progresser ensemble et de manière individuelle dans les techniques de jeu**.



Entraînements le lundi de 18h30 à 20h30
Stade Gai Miniet à Oraison

CONTACT : Céline Gros : 06 31 88 02 91



REPRISE DES ENTRAÎNEMENTS

La reprise des entraînements s'est effectuée le lundi 23 août, c'est encore le moment de rejoindre l'équipe. **Les entraînements se font tous les lundis de 18h30 à 20h30 au stade Gai Miniet à Oraison**. Chaussez les crampons, le club n'attend que vous !

INFOS
Céline GROS
Tel : 06 31 88 02 91

SPORT SANTÉ, SPORT SUR ORDONNANCE AVEC APA-SPORTS

CAHIER SPORT

SPORT 6 GO



Alors que l'on met de plus en plus en avant les bénéfices du sport sur la santé, le « sport santé » ou encore le « sport sur ordonnance » font leur preuve, une toute nouvelle association, APA-SPORTS, vient de voir le jour dans le paysage manosquin.



APA-SPORTS QU'EST-CE-QUE C'EST ?

Créée par **Thierry MATIAS, Michel, Tamara et Nathalie**, l'association APA-SPORTS va se développer autour des **activités physiques adaptées**. Encadrée par un enseignant en Activités Physiques Adaptées diplômé de la Faculté des Sciences du Sport de Marseille et d'autres professionnels du métier, **APA-SPORTS vise à offrir de nouvelles activités autour du sport sur ordonnance** aux manosquins et habitants des environs de Manosque.

LE SPORT SANTÉ : LE PRINCIPÉ

Endurance cardio-respiratoire, renforcement musculaire, souplesse, équilibre physique et psychique, social, **le sport santé vise les personnes ayant des maladies chroniques mais va bien au-delà** avec un objectif fortement orienté vers la **prévention, l'éducation, la sensibilisation à la santé par le corps et par l'esprit**.



APA-SPORTS propose des cours et activités de type **gym posturale, gym douce, stretching, renfo, marche nordique et autres** feront partie du programme de cette toute nouvelle association

sur différents sites Manosquins et à proximité. **Bien entendu les cours sont adaptés et vont vous permettre de ressentir les bienfaits d'une activité physique sur votre santé**. L'association met aussi tout en oeuvre pour proposer cette offre à proximité du centre de Manosque pour que les personnes les moins autonomes et mobiles puissent elles aussi en profiter pleinement

INFOS
Tél. 06 62 09 19 27
apasports04@gmail.com
Facebook & Instagram : APA-SPORTS 04

La pratique d'une activité sportive est en général un bon moyen de se maintenir en forme et en bonne santé. Votre club Gigafit propose un large panel d'activités que ce soit en groupe ou en individuel. Tout l'équipe vous accompagne dans votre pratique sportive pour être au top de votre forme !

CAHIER SPORT

Chez Gigafit, le sport c'est du Fitness et bien plus !

Dans votre club Gigafit ce sont des coachs diplômés d'état qui vous accompagnent pour :

- ▶ Plus de 30 cours collectifs par semaine : **Body Sculpt, Body Pump, RPM, Zumba, Stretching, Body Balance, Cross Training, ...**
- ▶ Des séances en **extérieur** et en petit groupe (**Small Group Training**) pour vous perfectionner grâce aux coachs et vous dépasser avec vos amis !
- ▶ Du **Coaching Privé** pour optimiser vos entraînements et atteindre vos objectifs !
- ▶ Des séances d'**électrostimulation** pour sculpter votre corps rapidement avec la technologie sans fil **WIEMSPRO** ! Nouveauté : les combinaisons d'électrostimulation personnelles pour plus de confort et d'hygiène.
- ▶ Une technologie exclusive avec les **ultrasons minceur SLIMSONIC** pour localiser la perte de graisse!
- ▶ Des **Activités Sportives Adaptées** dans le cadre du Sport sur Ordonnance et du **Sport Santé** en partenariat avec l'association **APA-SPORTS**
- ▶ Des terrains de **SQUASH** pour vous défouler !
- ▶ De l'**impédancemétrie** professionnelle avec le **INBODY770** pour mesurer et suivre vos résultats !
- ▶ Un espace café/boissons pour vous détendre en famille ou entre amis avant ou après le sport !
- ▶ Une **équipe compétente, diplômée, souriante et toujours à votre écoute** !



CHEZ GIGAFIT MANOSQUE VIVEZ LES BIENFAITS DU SPORT !

L'ÉQUIPE DE GIGAFIT

Thierry MATIAS, Gérant et Coach diplômé associé à **Christophe OUTRÉ** et leur équipe de coachs diplômés **Théo, Noémie, Malik, Tatiana, Eva** et **Joffrey** sont présents du Lundi au Vendredi de 8h00 à 20h00 et le Samedi de 8h00 à 13h00 pour vous offrir le meilleur du sport en salle dans la bonne humeur !

**CHEZ GIGAFIT MANOSQUE, LE SPORT DEVIENT UN PLAISIR
AVEC UNE ÉQUIPE À L'ÉCOUTE, DIPLÔMÉE, COMPÉTENTE
POUR VOUS ACCOMPAGNER AU QUOTIDIEN !**

LES PLUS DE GIGAFIT !

Venez découvrir ou redécouvrir le plaisir de faire du sport, de prendre soin de votre corps et de votre esprit dans un lieu à la fois convivial et professionnel. Gigafit est la plus grande salle de sport du département et la mieux équipée, alors autant en profiter !

Plus de 1000m² d'équipements, des dizaines d'appareils de cardio et musculation, une équipe solide, compétente et agréable... vous aurez du mal à trouver mieux ! Le meilleur du sport c'est chez Gigafit Manosque. Numéro 1 du service premium !

Depuis la rentrée 2020 Gigafit propose aussi le **GIGAKIDS** pour les enfants, nos enfants ont aussi besoin de faire du sport et de lutter contre la sédentarité ! **GIGAKIDS** propose tous les mercredis après-midi du sport aux enfants de 4 à 8 ans et de 8 à 12 ans avec **Tatiana**. Les exercices de ce cours sont adaptés afin d'offrir un moment ludique et unique entre maman et bébé.

GIGAFIT MANOSQUE

Retrouvez toutes les infos sur le site
www.gigafit-manosque.fr et les pages
Facebook et Instagram : Gigafit Manosque.
Tél. 04 92 71 72 20

N'hésitez pas à vous rendre au club pour toutes
informations du lundi au vendredi de 8h à 20h
et le samedi de 8h à 13h

Profitez de tous les bienfaits du sport avec GIGAFIT

N°1 DU SERVICE PREMIUM



GIGAFIT
LE N°1 DU SERVICE PREMIUM

VOTRE MOIS DE SEPTEMBRE OFFERT*

*Voir conditions à l'accueil

Avant de partir pour des vacances bien méritées les athlètes de l'EPM Athlétisme, ont fourni quelques derniers efforts et pas des moindres... Meeting Herculis à Monaco, Championnats de France cadets/juniors, Stage en Haute Savoie et Trail « UT4M », le début d'été a été sportivement fort avant de préparer la rentrée... Petit focus pour ce mois-ci !

ATHLETISME

Qui osera dire un jour que les athlètes Manosquins ne sont pas au niveau ? Au regard des performances réalisées ce début d'été on ne pourra pas dire le contraire... Pour vous le prouver nous faisons un petit focus sur :

Championnats de France Cadets/Juniors à Evry-Bondoufle

Certains athlètes du club ne pouvaient pas mieux commencer l'été qu'en participant aux Championnats de France ! **Gabin, Elsa et Baptiste** sont entrés dans la cour des grands en se qualifiant pour leur 1^{ère} fois sur 400 m haies. Cette première expérience ne les laissera pas de marbre puisqu'ils repartent riches d'enseignements, plus motivés que jamais et avec plein d'ambition pour la saison à venir. Bravo à eux !



Meeting Herculis à Monaco

Tous les ans, la fin de saison du club est marquée par le Meeting Herculis de Monaco où les athlètes peuvent s'illustrer sur le 1000 m au Stade Louis II. Cette année, nous avons eu la chance de pouvoir accompagner le club pendant cette magnifique journée où les podiums ont été au rendez-vous pour 7 athlètes.

Les plus jeunes de l'équipe de l'école d'athlétisme, entraînée par Guillaume ont fait carton plein ! Notons qu'il s'agissait pour eux d'une première participation.

Pour la catégorie Poussine 2, nous avons assisté à un podium entièrement Manosquin :

Naïa Pointeau monte sur la plus haute marche en remportant la médaille d'or en parcourant le 1000 m en 3'36"69, **Andréa Buffet** remporte l'argent et monte sur la 2^{ème} marche avec un temps de 3'50"13 et enfin, pour compléter ce podium, la 3^{ème} marche sera occupée par **Mila Catton-lo** qui remporte le bronze pour un temps de 3'50"13 également.

DÉBUT D'ÉTÉ SPORTIF ET RENTRÉE POUR L'EPM ATHLÉTISME !

Les Benjamins ne sont pas non plus en reste, puisque ce sont deux médailles de bronze, benjamine 1 qui sont remportées par **Emilie Lugardon** qui parcourt le 1000 m en 3'45"88 et **Raphaël Miens**, Team Benj 2 qui remporte aussi le bronze en 3'09"27. Et ce n'est pas terminé !

Les Minimes peuvent aussi être fiers de leurs performances : **Lucie Lugardon** en Minime 1 montera sur la 3^{ème} marche et remportera le bronze en 3'27"22 et **Adrien Moraleda**, lui aussi en Minime 1, remporte l'argent en 3'17"60.

Pour cette journée intense les athlètes se sont bien démarqués parmi les autres clubs, nous les félicitons et leur souhaitons un long parcours d'athlètes. Bravo à eux.





Après le 1000 m la journée ne s'est pas terminée pour autant ! A partir de 19h les jeunes athlètes en devenir ont laissé la place aux internationaux, juste avant les jeux olympiques ! De belles performances au rendez-vous avec une super ambiance d'autant plus que **les jeunes ont pu approcher de près les meilleurs internationaux**. Nous faisons aussi un petit clin d'oeil à Nivine qui est repartie avec le maillot de Kevin Mayer !!!



Stage en Haute Savoie, à Faverges.

Sitôt l'euphorie du meeting de Monaco passée, **Sébastien et Guillaume les coachs de la Team Benj et de l'Ecole d'Athlétisme sont partis le lundi 12 juillet pour 4 jours d'athlétisme en Haute-Savoie organisés par les Comités 04/05 et 74**. Au programme de ce stage pour les benjamins et les minimes : **perfectionnement, apprentissage, découverte de nouvelles disciplines... bref 4 jours de cohésion, d'échange**. Ce stage s'est clôturé par la 1^{ère} édition du « Challenge des Alpes » où pas moins de 80 athlètes se sont illustrés dans leur discipline favorite. Cette année c'est le comité 74 qui remporte le trophée, mais, parce qu'il y a toujours un mais ! **L'EPM Athlétisme rentre tout de même avec le trophée des benjamins et une première place ex aequo chez les benjamins 04/05.**

Rendez-vous l'année prochaine pour le Trophée des Alpes qui va devenir un incontournable pour le club !



Trail l'UT4M le 17 juillet

La saison estivale n'est pas un argument pour raccrocher les chaussures de trail... bien au contraire. **Ce 17 juillet un groupe de la section trail 100 % féminin a pris le départ de l'UT4M**. L'Ultra Tour des 4 Massifs est une course majeure dans le monde du trail. C'est dans le brouillard que les filles ont pris le départ. **Anabel, Nadege, Mireille, Isabelle et Françoise se sont lancées sur le 46 kms dans le massif de Belledonne avec 2800 m de dénivelé positif, Lisbet et Mellany se sont quant à elles lancées sur le 20 kms.**

Au final sur le 46 kms, **se sont 4 podiums qui font la fierté des coureuses et du club**. Et comme une seule course ne suffisait pas, **Françoise a enchaîné le lendemain avec le parcours 40 kms de la Chartreuse pour monter sur le podium et mettre une fois de plus à l'honneur l'EPM**. Bravo à elles !



L'heure de la reprise a sonné....

Après ces belles performances et des vacances bien méritées, l'heure de la reprise a sonné ! **Les entraînements reprennent dès le 14 septembre. C'est encore le moment de vous inscrire et de venir à la rencontre du club le 11 septembre lors du Forum des Associations qui se tiendra cette année à la Rochette**. De beaux projets sont dans les tuyaux avec des événements sportifs qui espérons-le vont pouvoir se concrétiser !

Ecole d'athlétisme, section demi-fond/fond/cross, section trail, section cross, épreuves combinées, section route..., les jours et horaires d'entraînements seront disponibles très prochainement, vous trouverez certainement une section et un créneau qui vous correspond !

INFOS & CONTACTS

<http://manosque.Athle.com/>

manosque.athletisme@gmail.com

Facebook & Instagram : EPManosque Athlétisme

Bien souvent, lorsque l'on parle sport, on pense tout de suite footing, ou encore sports collectifs comme le foot ou autre, mais savez-vous qu'il est aussi possible de faire du sport et de se maintenir en forme de façon douce mais qui n'est resté pas moins efficace ? Votre club So Swim vous dévoile ses activités pour une rentrée en pleine forme !

CAHIER SPORT

Parce que septembre est souvent synonyme de reprise en main après le relâchement estival, **vo**tre club **So Swim ne cesse de s'étoffer pour vous proposer dès cette rentrée de septembre des nouveautés !** Nous faisons le point avec vous pour vous orienter dans vos choix sportifs.

LES COURS DE NATATION

Pour les adultes :

Et bien oui, il faut mettre un coup de pied aux idées reçues, **même les adultes peuvent prendre des cours de natation.** L'équipe de **So Swim l'a bien compris et propose donc pour cette rentrée des cours de natation pour adultes.** Alors, que vous soyez un Florent Manaudou en devenir ou que vous souhaitiez vous perfectionner dans votre pratique ou tout simplement que vous soyez débutant, vous trouverez les cours adaptés.

Ces cours spécifiquement conçus pour les adultes n'imposent aucune limite d'âge et nul besoin d'avoir un niveau prérequis. Le but étant de prendre du plaisir tout en se perfectionnant. Afin de préserver vos progrès d'un cours à l'autre **il est plus que nécessaire d'être régulier dans votre pratique et de se fixer comme objectif au minimum deux séances par semaine.** Les maîtres nageurs, tous diplômés d'état, vous accompagneront dans votre progression et sauront vous donner tous les conseils et vous enseigner les techniques pour devenir un nageur hors-pair. Alors n'hésitez plus inscrivez-vous !

Pour les enfants :

So Swim propose toujours les séances de natation pour les enfants débutants et ce dès l'âge de 4 ans. Ces séances vont permettre à votre enfant d'**acquérir les bases de la natation et de savoir nager en quelques séances** (bien entendu cela va dépendre du niveau de motricité de votre enfant). **Après l'apprentissage des bases, viennent les cours de perfectionnement,** ces derniers sont proposés pour parfaire la technicité et l'apprentissage des diverses nages.

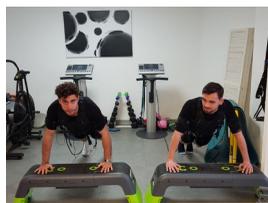


L'AQUAGYM

Pour sculpter son corps tout en douceur mais de manière très efficace, rien de tel que l'aquagym. L'avantage de l'aquagym est que **durant 45 minutes vous allez vous muscler et retrouver un corps**

tonique sans traumatisme et tout cela au rythme d'une musique endiablée ! L'effet d'apesanteur procuré par l'eau va vous garantir les effets d'une séance de sport sans ses désagréments. **En pratiquant l'aquagym, l'aquatrainning ou encore l'aquabike, vous allez, que vous le vouliez ou non, éviter le stress musculaire et diminuer la production d'acide lactique qui est la seule responsable des courbatures.**

SO SWIM MANOSQUE, ON FAIT DU SPORT DIFFÉREMENT !



LE MIHA BODYTEC

Si vous ne connaissez pas encore cette pratique, vous allez vite comprendre le principe et les bienfaits. C'est une pratique idéale pour les débutants ou bien pour les sportifs, en effet **le Miha Bodytec va être votre allié dans la prise de muscles ainsi que dans la perte de poids ou tout simplement pour vous remettre en forme.** Si vous souffrez de lombalgie vous allez pouvoir renforcer votre dos. Si vous aussi vous souhaitez essayer, **rendez-vous vite chez So Swim, l'équipe sportive se fera un plaisir de vous donner tous les renseignements nécessaires et vous accompagner.**

COURS DE NATATION POUR ADULTES ET ENFANTS, AQUAGYM, AQUABIKE, MIHA BODYTEC OU ENCORE SAUNA, VOTRE BIEN-ÊTRE SPORTIF PASSE PAR SO SWIM !

LA GROSSE NOUVEAUTÉ DE LA RENTRÉE !



Votre club **So Swim s'est équipé d'un sauna ! Saviez-vous que le sauna était un bon anti-stress ?** Sous l'effet de la chaleur, durant votre passage au sauna, **vo**tre corps va libérer des **endorphines, hormones très connues pour détendre.** Et contrairement aux idées reçues **le sauna est idéal pour les problèmes respiratoires tels que l'asthme ou encore les bronchites.**

D'autre part, sous l'effet de la chaleur, les pores vont se dilater ce qui va permettre de nettoyer votre peau en profondeur. **Vos défenses immunitaires vont également être boostées** ce qui va permettre de lutter contre les maladies hivernales telles que la grippe. **Si vos articulations sont douloureuses ou que vous avez des rhumatismes, le sauna est aussi fortement préconisé.** Et bien entendu après une séance de sport, le sauna détend les muscles et va rapidement soulager les articulations. **Bref, que des effets bénéfiques aussi bien sur la santé que sur le moral !**

INFOS & CONTACTS

So swim

Les prés Combaux 04100 Manosque

Tel : 09.83.96.41.16 / mail : contactsoswim@gmail.com

www.so-swim.com

Du lundi au vendredi de 09h00 à 13h45

et de 16h45 à 20h20. Le samedi de 09h00 à 13h30

Facebook So Swim : Aqua Gp & Miha bodytech





SO SWIM
votre club 100% aqua

- AQUAGYM • AQUATRaining • AQUABIKE •
- NATATION ENFANT • BÉBÉ NAGEUR •
- NATATION ADULTE À LA DEMANDE •
- MIHA BODYTEC • SAUNA

Dès le 1^{er} septembre et jusqu'au 30 septembre
Votre 1^{ère} mensualité à 19,99€ pour tout abonnement illimité 1 fois/jour*

*Offre valable sur présentation de cette publicité pour un engagement de 12 mois minimum à raison de 1 séance par jour.

Nouveaux forfaits - Sauna - Séance d'essai offerte - Nouveautés - Effectifs réduits - Réservation en ligne ...



...1 mois illimité sans engagement - Bébés nageurs et natation enfant le mercredi après-midi et le samedi matin

FORMULES À LA CARTE POUR L'AQUAGYM ET LE MIHA BODYTEC PROFITEZ DES BONS PLANS !

BON PLAN N°1

Pour l'achat d'un carnet de 10 séances, une séance supplémentaire OFFERTE*

BON PLAN N°2

Pour l'achat d'un carnet de 20 séances, deux séances supplémentaires OFFERTES*

BON PLAN N°3

Pour l'achat d'un carnet de 30 séances, 3 séances supplémentaires OFFERTES*

BON PLAN N°4

Pour l'achat d'un carnet de 50 Family, cinq séances supplémentaires OFFERTES*

*Offres non cumulables réservées uniquement aux non adhérents sur présentation de cette publicité - Hors frais de carte et frais d'inscription



SO SWIM, VOTRE CLUB 100% AQUA SUR MANOSQUE

Les Près Combaux - 04100 Manosque - Tél. 09 83 96 41 16 / contactsoswim@gmail.com

Du lundi au vendredi de 9h à 13h45 et de 16h45 à 20h20 - Le samedi de 9h à 13h30

www.so-swim.com



So Swim : Aqua GP & Miha Bodytech



Après un été sportif et à quelques jours de la rentrée, les dirigeants, bénévoles et salariés de Haute Provence Basket se préparent pour une nouvelle saison sans trop savoir à quelle sauce les basketteurs seront mangés cette année. Les baskets aux pieds, de l'imagination et de la motivation plein la tête, ce serait bien mal les connaître que de croire qu'on pourra s'ennuyer !

CAHIER SPORT

Pour ce mois de rentrée, nous faisons un petit focus sur l'été sportif, très sportif du Haute Provence Basket...

OPEN PLUS ACCES AU CAP D'AIL

Nous vous avons parlé en Juillet des U18 sélectionnés, grâce à leur victoire à l'OPEN PLUS ACCES ALPES DU SUD, pour le **3c3 open plus du Cap d'Ail à Monaco** : les voilà donc partis pour une journée mémorable entre basket et mer. Une très belle expérience pour les jeunes sur le plus beau play-ground de France !



JOURNEE DE CLÔTURE ET ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

C'est à Vinon qu'HPB a décidé de clôturer la saison 2020-2021 avec une **grande journée festive réunissant principalement les jeunes du club** avec une belle affluence pour le **tournoi de l'école de mini-basket dans la matinée** et les **jeux parents-enfants de l'après-midi**.



ÉTÉ SPORTIF ET REPRISE POUR LE HAUTE PROVENCE BASKET

Une journée qui fait du bien pour attaquer l'été ! **Le bilan de l'année reste très positif pour les plus jeunes avec la structuration de l'école de mini-basket et le travail de coopération des entraîneurs salariés, apprentis et bénévoles.** De fait, l'obligation qui leur a été donnée la saison passée de revoir l'organisation d'entraînements, tester de nouvelles manières d'apprendre à jouer au basket enrichira davantage les contenus d'entraînements de la saison à venir car plein d'idées, jeux, exercices ont été testés et approuvés par les entraîneurs et les mini-basketteurs.



ASSEMBLÉE GÉNÉRALE LIGUE PACA A MANOSQUE

L'assemblée générale de la **LIGUE PACA** de basket s'est cette année déroulée à **Manosque** avec la mise en lumière de **Jean-Claude Roldan** qui reçoit la médaille d'or de la FFBB pour son engagement bénévole sans faille depuis de si nombreuses années !



Pour toute demande de renseignements, **vous pouvez joindre le club par mail** (hauteprovencebasket@gmail.com), **sur les réseaux sociaux** (haute provence basket), **aux forums des associations** ou bien **directement dans les gymnases de Manosque (Varzelles), Vinon et Volx pendant les journées portes ouvertes** (du 30/08 au 4/09) et tout au long du mois de Septembre. **Des séances d'essai gratuites sont évidemment possibles.**



SUMMER LEAGUE INFOS N°3 - bilan intermédiaire et résultats du 30 Juillet

Basketball League • 41 vues

Cet été, afin de permettre aux plus grands de retrouver le chemin des terrains et remettre un peu de compétition sur le parquet des Varzelles, Haute Provence Basket a innové en créant la "summer league HPB".

Le concept :

- Tournoi interne au club sur inscription pour les licenciés 2020-2021 et 2021-2022 de U15 à sénior (loisir et compétition)
- Des matchs en 5c5 ou 3c3 (suivant les effectifs du jour) les mercredis et vendredis
- Un entraînement individuel le lundi avec concours de tirs
- Classement individuel hebdomadaire (ranking)



Les équipes sont constituées le jour même par les entraîneurs en fonction des présents (certains sont quand même un peu partis en vacances) et du ranking afin d'équilibrer les effectifs, mélanger les jeunes et les moins jeunes, varier les co-équipiers pour fédérer.

Au 1^{er} Aout, on pouvait déjà compter 8 sessions de tournoi, 63 matchs de 10 minutes, 37 participants réguliers sur 46 inscrits avec une moyenne de 15 participants par session et un taux moyen de victoire de 49%.

Etant donné les retours plus que positifs, le club a décidé de dédier toute l'année un créneau spécifique d'entraînement pour mettre en place la "league annuelle HPB".



UN ÉTÉ SPORTIF POUR LE HPB ET UN CLUB REGONFLÉ À BLOC POUR ATTAQUER LA NOUVELLE SAISON !

Après un été bien rempli pour les joueurs et les membres du club, c'est maintenant le moment de penser à la rentrée... La saison dernière a été plus que tronquée par la situation sanitaire que nous connaissons, mais comme nous avons pu le voir, cela n'a pas entaché la motivation ni des joueurs ni des membres du club. **Plein de nouveaux projets et de nouvelles idées ont émergé...** voilà une belle remise en question pour **toujours plus de sport, de partage, de convivialité et d'esprit d'équipe** : du sport comme on aime en voir !

Nous souhaitons un bon début de saison à tous et à toutes au sein du Haute Provence Basket !



SPORT & GO

Vous souhaitez reprendre une activité à la rentrée ?
Le Centre Pilates à Manosque vous propose une grande variété de cours enseignés par Céline et Laure, des professeures diplômées.

CAHIER SPORT

Entre sport et bien-être, découvrez le Pilates, une méthode avec une approche globale, destinée à développer le corps de façon harmonieuse. Le meilleur choix pour améliorer sa posture, son équilibre et sa souplesse en pleine conscience de son corps.

À QUI S'ADRESSE LE PILATES ?

La méthode Pilates s'adresse aux adolescents, adultes et seniors qu'ils soient sédentaires ou sportifs. **L'objectif visé par le Pilates est de développer l'élasticité et la tonicité de la musculature et de retrouver toute la mobilité articulaire.** C'est aussi une aide pour avoir un corps tonique et équilibré. Sa pratique régulière contribue à l'amélioration des performances, quels que soient les secteurs d'activité.



DE L'INDIVIDUEL OU DU COLLECTIF

Le Centre Pilates propose des cours collectifs **matwork** (exercices au tapis) en petits groupes et des cours avec du petit matériel. Vous préférez un accompagnement individuel et personnalisé ? Céline propose également un accompagnement personnel pour vous faire progresser rapidement et en toute sécurité.

UN SPORT IDÉAL AVANT, PENDANT ET APRÈS LA GROSSESSE



Le Pilates est une discipline très douce, recommandée pour la femme enceinte pour soulager les petites douleurs, se détendre et gagner en souplesse en vue de l'accouchement. Le poids du bébé ne cesse d'augmenter

pendant ces 9 mois. La pression sur le plancher pelvien aussi ! Grâce à la méthode Pilates, ce dernier devient plus fort et le périnée plus résistant, ce qui facilite la récupération après l'accouchement.

Le Pilates post-partum s'adresse aux mamans désireuses de reprendre une activité physique. Sa pratique est idéale pour remuscler le périnée, les abdominaux profonds, le dos et aider chaque femme à retrouver une silhouette plus tonique. Céline propose également un programme d'entraînement novateur spécialement conçu pour les jeunes mamans avec leur bébé.

LE CENTRE PILATES, VOTRE RENDEZ-VOUS BIEN-ÊTRE À MANOSQUE

Les exercices de ce cours sont adaptés afin d'offrir un moment ludique et unique entre maman et bébé.

ENSEMBLE VERS PLUS DE SÉRÉNITÉ

Face à la crise sanitaire anxiogène que nous traversons et qui dure, le Centre Pilates vous invite à vous déconnecter avec des cours favorisant l'apaisement et la détente.

-Yoga Pilates : Des techniques posturales associées aux mouvements Pilates, avec l'apprentissage de la technique respiratoire du Pilates.

-Relaxation : Des séances mêlant sophrologie, respiration, relaxation, état hypnotique et méditation pour retrouver la paix intérieure.

- Stretching : Des exercices d'étirement en douceur, sans à-coups, qui développent la souplesse, préparent le corps avant l'effort et aident à la récupération.

NOUVEAUTÉ : MASSAGES BIEN-ÊTRE



Afin de poursuivre son envie de développer la détente et l'épanouissement personnel, Céline Nakache s'est formée pour proposer des massages bien-être, non-thérapeutiques.

À s'offrir ou à offrir, ces escapades relaxantes sont parfaites pour se retrouver, se délasser et prendre du temps rien que pour soi.

Informations et réservations : celinakache04@gmail.com et Céline Nakache - Massages et bien-être sur Facebook

PROCHAINS RENDEZ-VOUS

► Inscriptions : vendredi 3 septembre 2021 de 17h à 20h et samedi 4 septembre de 10h à 12h et de 14h à 18h dans leurs locaux. 1 cours d'essai est offert.

► Forum des associations : samedi 11 septembre 2021 au parc de la Rochette (Manosque)

Informations Covid-19 : La reprise des cours se fait dans le respect des gestes barrières. Les salles sont spacieuses et aérées entre chaque cours. Du désinfectant est mis à disposition des adhérents pour nettoyer les accessoires utilisés.

Cours collectifs et particuliers

Pilates traditionnel
Pilates femme enceinte
(avant, pendant, après et avec bébé)

Pilates Diamant Sénior

Pilates Reformer

Pilates adapté
(maladies de longue durée)

 Rose Pilates

Yoga Pilates

Relaxation

Stretching

NOUVEAUTÉ
Massages bien-être

1 cours
d'essai offert



www.centrepilatesmanosque.fr

37 bd Martin Bret, 04100 Manosque

Céline Nakache : 06 16 95 97 65

centrepilatesmanosque@gmail.com



SPORT & GO

Vous souhaitez découvrir l'univers de la danse ?
Venez pousser la porte de l'Atelier de la Danse et faites
partie de leur grande famille.

CAHIER SPORT

L'ATELIER DE LA DANSE À MANOSQUE FAIT SA RENTRÉE !

L'équipe de l'Atelier de la Danse et ses adhérents font leur grand retour sur le parquet de l'école à partir du lundi 6 septembre 2021. Le top départ d'une année riche en découvertes, apprentissages et émotions pour présenter son projet spectacle « Nuits d'Arabie » au mois de juin prochain.

DES PROFESSEURS PASSIONNÉS

Céline.N, fondatrice de l'Atelier de la Danse sera ravie de vous accompagner toute l'année avec son équipe de professeurs : Emma, Céline.G, Jérémie et Thierry.

Grâce à leurs différents profils, l'école propose des cours de danse variés, avec des styles, des ambiances et des niveaux différents. Tout cela pour que chacun puisse s'épanouir, tisser des liens et trouver sa discipline de danse parmi les nombreuses proposées : Éveil (à partir de 2 ans ½), Classique, Modern'jazz et Hip-Hop (dès 5 ans et jusqu'à l'adulte), Moderne, (ados et jeunes adultes confirmés), danse Contemporaine (tous niveaux), Ragga - Lady style (dès 7 ans) et le Break dance (dès 10 ans).

LA DANSE POUR LES PETITS ET LES GRANDS

À l'Atelier de la Danse, les enfants... ça les connaît ! Depuis 23 ans, Céline et son équipe reçoivent des enfants à partir de 2 ans ½. Au départ pour s'éveiller, faire connaissance avec leur corps, découvrir leurs capacités motrices, le travail en groupe, le rythme... pour aller en grandissant vers une pratique toujours ludique mais plus approfondie et rigoureuse.

Mais la danse n'est pas réservée qu'aux jeunes danseurs en herbe. Parents, jeunes adultes, moins jeunes, débutants, confirmés... Que vous souhaitiez reprendre une activité physique, prendre confiance en vous, vous dépenser ou simplement vous déhancher, vous avez toutes et tous votre place au sein de l'Atelier de la Danse.

Vous êtes parent et souhaitez partager un moment privilégié avec votre enfant ? Céline propose un atelier pour les enfants dès 7 ans et parents initiés ou non à la danse. Le moment idéal pour passer du temps ensemble et peut-être aussi se connaître autrement et tisser une autre relation au travers du mouvement et du langage corporel.

Bonne nouvelle, vous trouverez également dans les locaux de l'Atelier de la Danse des cours de Flamenco avec Sandie (0618533975) et des cours de Qi Gong avec Jean-Pierre (0610258545).

Vous souhaitez en savoir plus sur les différentes disciplines proposées ? Rendez-vous sur le site internet ou directement dans les locaux de l'Atelier de la Danse.

EN ROUTE POUR « NUITS D'ARABIE »

Cette nouvelle année de danse sera articulée autour du prochain spectacle de l'école, présenté en juin 2022 au Théâtre Jean le Bleu à Manosque. Le travail sur ce spectacle autour d'Aladin et du génie de la lampe a déjà été amorcé depuis 2 saisons, sans avoir pu l'aboutir suite à la crise sanitaire. Toute l'école est encore plus motivée et ravie d'accueillir de nouveaux danseurs pour préparer au mieux ce beau spectacle.

COUP DE POUCE FINANCIER

L'Atelier de la Danse se porte volontaire auprès des collectivités pour aider les jeunes à reprendre une activité sportive dès la rentrée. Les adhérents éligibles pourront bénéficier de différentes aides pour financer une partie de leur inscription.

Aides concernées : Pass'sport, Bourse sport de la ville de Manosque, e-PASS Jeunes et Pass'Culture



PROCHAINS RENDEZ-VOUS

- Inscriptions : vendredi 3 septembre 2021 de 17h à 20h et samedi 4 septembre de 10h à 12h et de 14h à 18h dans leurs locaux.
- Portes ouvertes : du lundi 6 au samedi 11 septembre 2021
- Forum des associations : samedi 11 septembre 2021 au parc de la Rochette (Manosque)

Informations Covid-19 : La reprise des cours se fait dans le respect des gestes barrières. Les salles sont spacieuses et aérées entre chaque cours.





L'Atelier de la danse

Venez pousser la porte de l'école et faites
partie de notre grande famille !

ÉVEIL À LA DANSE • CLASSIQUE • MODERNE
MODERN'JAZZ • CONTEMPORAIN • HIP-HOP
BREAK DANCE • RAGGA • PARENT/ENFANT

À partir de 2 ans ½ et jusqu'à l'âge adulte

37 bd Martin Bret, 04100 Manosque
Céline Nakache : 06 16 95 97 65
latelierdeladanse04@gmail.com

Site internet



C'est un enfant du club qui fait son retour dans l'effectif des seniors garçons pour la saison prochaine. Après un passage au sein du Marseille Provence Handball, Killian Guibert revient dans son club formateur avec l'intention de faire briller Manosque lors de la saison prochaine.

CAHIER SPORT

Mouv'in : « Killian, tu es de nouveau un joueur du Manosque Handball, comment te sens-tu après ton retour dans ton premier club ? »

Killian : 4 ans après, je suis vraiment impatient de reprendre avec l'équipe ! Une bande de copains que je connais dans la majorité, qui plus est, avec un très gros potentiel pour pouvoir performer et atteindre nos objectifs. C'est d'ailleurs ça qui m'a vraiment donné envie de revenir, avec l'ambition tout en prenant du plaisir.



Mouv'in : Que t'a apporté ton passage au Marseille Provence Handball ?

Killian : De l'expérience ! J'ai eu la chance de pouvoir m'entraîner avec l'effectif de Nationale 2 et de jouer avec la Prénationale, de côtoyer de très bons joueurs, des excellents coaches qui m'ont permis de progresser et de comprendre que ce niveau-là demande une rigueur et un travail régulier. Grâce à tout cela, j'ai pris en maturité « handballistique » que ce soit dans ma vision du handball ou simplement dans ma façon de jouer.

Mouv'in : Quels sont tes objectifs et quel rôle dans l'équipe tiendras-tu la saison prochaine avec Manosque ?

Killian : Mes objectifs sont dans un premier temps de reprendre le handball en restant en bonne santé après plusieurs années tronquées de blessures, ensuite, pouvoir aider l'équipe à atteindre l'objectif principal, la montée ! Concernant mon rôle, je reviens pour apporter

KILLIAN GUIBERT, EST DE RETOUR AU MANOSQUE HANDBALL !

mon expérience, ajouter ma pierre à l'édifice une dernière année avant de partir à Paris en septembre 2022 pour raison professionnelle. J'ai la confiance du coach et des gars, alors je vais tout faire pour leur rendre.



«...LE HANDBALL EST UN SPORT TELLEMENT MAGIQUE QU'IL NOUS FAIT VIVRE DES EMOTIONS INTENSES »

Mouv'in : Si tu devais choisir un souvenir marquant de ton histoire avec le Manosque Handball, lequel ce serait ?

Killian : Il y en a un qui me vient directement à l'esprit, la montée en -18 excellence ! Un tournoi d'accession à Fos sur Mer où l'on retrouvait Orange en demi-finale, une victoire qui nous assurait une montée; match très serré jusqu'au bout, à tel point qu'on est allé jusqu'à la séance de tirs au but. Un arrêt de Joshua et un dernier pénalty de Sabri a scellé cette montée !! C'est pour des moments comme ça qu'on fait du handball !

Mouv'in : Qu'est-ce que tu dirais aux jeunes handballeurs et futurs handballeurs qui lisent cet article ?

Killian : Tout simplement de prendre du plaisir car le handball est un sport tellement magique qu'il nous fait vivre des émotions intenses : rester dans le partage, la bonne humeur, et enfin écouter les coaches, prendre en compte tous les conseils, être sérieux aux entraînements et aux matchs pour pouvoir progresser et atteindre, un jour peut-être, le meilleur des niveaux. »

LES RECETTES SUCRÉES DES «COMTES DE PROVENCE»...

CHEESECAKE À LA CONFITURE DE LAIT LES COMTES DE PROVENCE

Pour 6 personnes . Préparation 30 min . Cuisson 45 min



PRÉPARATION

- Réduire les palets bretons en poudre fine, mélanger avec le beurre fondu, placer dans un moule au fond amovible préalablement tapissé de papier sulfurisé
- Bien tasser le biscuit et mettre au frigo le temps que ça fige.
- Mélanger les 3 fromages, rajouter la confiture de lait.
- Incorporer les œufs battus en omelette.
- Verser l'appareil sur le biscuit et placer au four préchauffé pour 45 minutes de cuisson à 160°.
- Laisser refroidir et déguster.
- Napper de Caramel au Beurre salé Les Comtes de Provence.



INGRÉDIENTS

Pour la Base

- 150g de palets bretons, soit un paquet
- 25g de beurre fondu

Pour la garniture

- 300g de fromage frais type St Môret
- 250g de ricotta
- 200g de fromage blanc à 0%
- 200g de confiture de lait
- 3 œufs
- Caramel au beurre salé Les Comtes de Provence (facultatif)



LES COMTES DE PROVENCE

11 Espace Saint-Pierre

04310 Peyruis en Provence

Tél. 04 92 33 23 00

comtesdeprovence@agronovae.com

www.comtes-de-provence.fr

Facebook : @comtesdeprovence

Boutique d'usine ouverte
du lundi au vendredi de 9h à 17h

L'ANNUAIRE Rest'O



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



📍 PIERREVERT

MARIO BISTRO

Fraîcheur & Saveurs : Une Ardoise Gourmande qui change régulièrement en fonction des saisons ! Élaborée avec des produits frais mêlant cuisine du Terroir & du Monde. Ambiance chaleureuse. Votre restaurant est fermé le mardi midi, le mercredi toute la journée ainsi que le jeudi midi. N'hésitez pas à suivre l'actualité du restaurant sur sa page facebook !

3, route de la Bastide des Jourdans - PIERREVERT • 04 92 87 44 09



📍 Volx

CHEZ LUMADY

Découvrez une cuisine traditionnelle le midi et un concept original avec assortiments de mini-plats et cocktails le soir. C'est une équipe jeune, souriante et dynamique qui vous accueille du lundi au samedi midi ainsi que le vendredi et samedi soir.

Rond-point Les Quatre Chemins - VOLX • 04 92 73 02 17



📍 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



📍 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

IL GUSTO

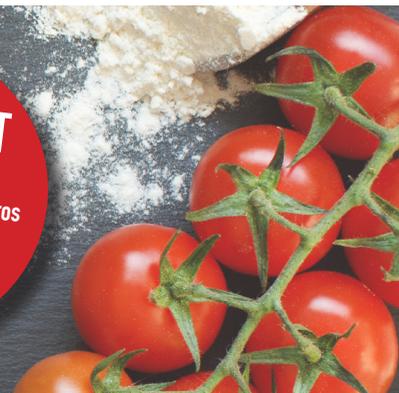
Découvrez la carte de ce restaurant italien et notamment les délicieuses pizzas napolitaines réalisées dans la pure tradition italienne et cuites au feu de bois. Ouvert midis et soirs du mardi au samedi.

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

ANNONCEZ VOTRE RESTAURANT DANS LE MAGAZINE

75€ HT
/ numéros

ABONNEMENT
10 PARUTIONS



**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

Vous voilà dans le renouveau le plus total, les inquiétudes sont derrière vous et vous avancez subitement à pas de géant professionnel, seul l'amour est à la traîne, mais prochainement tout devrait s'arranger.



TAUREAU
21/04 > 21/05

Enfin, ce mois entraîne soudainement un mois qui se pourrait être le vôtre, donnant un sens à votre vie, vous avez des projets professionnels et de famille, vous rentrez dans une période d'excellence qui vous donne des ailes, un Taureau ailé « drôle non » ?



GÉMEAUX
22/05 > 21/06

Liez votre vie, uniquement avec la passion, cela vous sera salutaire et vous serez enfin à la place que vous devez occuper que ce soit en famille ou au sein de votre profession, finissez-en avec vos rêves, seule l'action paiera.



CANCER
22/06 > 22/07

La réalité met fin à vos rêves et la vie vous fait subitement un pied de nez; rien ne va plus dans votre vie, vous qui pensiez être le Phénix de ces bois, vous revenez brutalement à la vraie vie, celle, qui vous appartient et qui est la vôtre.



LION
23/07 > 23/08

Faire volte-face, ça vous savez, le faire, mais là, il vous faudra analyser toutes les situations avant d'agir, car on vous attend au tournant, et là, vous n'avez plus le droit à l'erreur.



VIERGE
24/08 > 22/09

N'attendez plus l'avis des autres et agissez avant que la chance ne vous passe sous le nez, les astres sont avec vous, pour que ce printemps soit le vôtre et qu'enfin vous ayez la place qui vous est due.



BALANCE
23/09 > 23/10

Bouger, cela vous savez le faire, mais comprendre les autres cela est pour vous plus difficile et pourtant, certaines personnes de votre vie passée ont encore besoin de vous entendre et d'avoir de nouveau la complicité de jadis.



SCORPION
24/10 > 22/11

Difficile d'être serein, au vu de toutes les difficultés qui s'amoncellent et pourtant vous entamez la fin du tunnel et l'éclaircie vous donnera la niaque, niaque que vous n'avez plus vraiment et que vous êtes désireux (se) de retrouver.



SAGITTAIRE
23/11 > 21/12

Si le silence est d'or et la parole d'argent mieux vaut pour vous adopter le premier concept, car certains ou certaines attendent de vous, une seule erreur de jugement pour vous mettre à terre.



CAPRICORNE
22/12 > 20/01

Après des tornades successives, le calme revient et la famille retrouve le chemin de la paix et de la complicité. Attention ceci fut un avertissement et l'univers ne vous donnera pas une seconde chance.



VERSEAU
21/01 > 18/02

Imaginez-vous seul (e) sur une île, sans votre téléphone, sans personne à qui parler, que feriez-vous ? Et pourtant en cette période, vous vous sentez seul (e) abandonné (e) de tous, alors il grand temps de renverser la vapeur.



POISSONS
19/02 > 20/03

Malgré l'été qui ne pointe plus son nez, vous pensez soudainement à vous isoler et à voir la vie différemment, le Ciel vous envoie des signes d'un autre monde qui vous conforte dans vos réalisations professionnelles et familiales.

GRÉOUX-LES-BAINS



CONCERTS DU 15 AU 19 SEPTEMBRE 2021 CENTRE DE CONGRES L'ETOILE

BOPSTER BLUE ALLSTAR ET LES DANSEURS SWING - **Mercredi 15 septembre** - 20h30

THREE BLIND MICE AVEC JEAN-FRANÇOIS BONNEL - **Judi 16 septembre** - 20h30

AUORE VOILQUÉ TRIO ET ANGELO DEBARRE - **Vendredi 17 septembre** - 20h30

QUINTET AHMET GÜLBAY - **Samedi 18 septembre** - 20h30

GUILLAUME NOUAUX TRIO - **Dimanche 19 septembre** - 17h30

DÎNERS JAZZ *



Du 7 au 11
Septembre

◦ BEN RANDO EN DUO AVEC SAM FAVREAU
◦ ANDREA CAPARROS ET EMILE MELENCHON

(*Réservation directe auprès des restaurateurs)

RENSEIGNEMENTS ET BILLETTERIE

www.greouxjazzfestival.com
ou 04.92.78.01.08 (Bureau d'Information Touristique de Gréoux-les-Bains)
ou réservation en ligne

 **PASS SANITAIRE OBLIGATOIRE**

Plein tarif : 19€ / tarif réduit* : 16€ / Gratuit pour les moins de 12 ans
(*moins de 25 ans, demandeurs d'emploi et groupes)

BON PLAN

• 3 spectacles 48€ • 4 spectacles 60€ • 5 spectacles 70€

Suivez-nous :



@greouxjazz



@greouxjazz



Destination
HAUTE-PROVENCE
DURANCE LUBERON VERDON

Festi
Gréoux

PLY AGGLO
PLANNÉE LUBERON VERDON

ALPES DE HAUTE
PROVENCE
LE DÉPARTEMENT

RÉGION
SUD
PROVENCE
CÔTE D'AZUR

L'OCCITANE
EN PROVENCE

france
bleu
provence

Amis de l'histoire
et de l'architecture

HPI