

irresistible
ALPES DE HAUTE PROVENCE

#182 • Mai 2024
www.mouv-in.com



GRATUIT
Alpes de Haute-Provence

MÊME LES CHATS SUPER-HÉROS
SAVENT OÙ TROUVER LES MEILLEURS VÉLOS.
SUIVEZ-LE, IL MÈNE À ELEMENTS CYCLES !

Elements Cycles



ÉVÈNEMENTS

AGENDA SORTIES

CAHIER SANTÉ

MOVIN



**ELEMENTS
CYCLES**

ZA BASTIDES BLANCHES, 5 AV. DU LANGUEDOC,
04220 SAINTE-TULLE - TEL : 06 02 27 90 77
OUVERT DU MARDI AU SAMEDI
09H00 - 12H30 / 14H30 - 19H30
www.elementscycles.fr

MUSÉE DE PRÉHISTOIRE DES GORGES DU VERDON

À QUINSON - ALPES DE HAUTE-PROVENCE

Partez sur les pas de l'Homme Préhistorique en Provence !

Inauguration du sentier découverte
de la grotte de la Baume Bonne

VENDREDI 17 MAI 2024, À PARTIR DE 9H

Randonnées accompagnées et commentées gratuites sur inscription
(places limitées) sur www.museeprehistoire.com

ALPES DE HAUTE
PROVENCE
LE DÉPARTEMENT

www.museeprehistoire.com

Retrouvez-nous sur    



Musée de Préhistoire
des gorges du Verdon



CULTURE
SCIENCE
GORGES ALPES
CÔTE D'AZUR

MINISTÈRE
DE LA CULTURE

irresistible
ALPES DE HAUTE-PROVENCE



18/ANS

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

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



irresistible

ALPES DE HAUTE PROVENCE



édito #182 • Mai 2024

Vous allez vite vous apercevoir en feuilletant ce numéro de mai de votre magazine préféré que l'agenda déborde d'activités, d'animations et de festivités pour tous et toutes. Cette année 2024 est marquée par un événement unique, les Jeux Olympiques et vous n'êtes pas sans savoir que la flamme olympique symbole de paix, d'unité et de sportivité passera par notre irresistible département le samedi 11 mai. Pour cette occasion, l'Office de Tourisme de Moustiers Ste Marie vous dévoile le programme de cette journée singulière. La ville de Manosque propose aussi, tout au long de la journée, des animations autour du sport. Le parcours de la flamme olympique à Manosque est dévoilé ainsi que le nom des 4 relayeurs. La traditionnelle fête de la Saint-Pancrace se déroulera comme tous les ans avec en ouverture le 9 mai, un feu d'artifice au Parc de Drouille, sans oublier la fête foraine. Autre événement majeur à Manosque : le concert du groupe Collectif Métissé pour clôturer en beauté la St Pancrace.

En mai on ne manque pas non plus la Foire de la Brillanne, annulée l'année dernière pour cause de pluie diluvienne, les artisans vous attendent nombreux et nombreuses. Du 8 au 12 mai, le Lac d'Esparron sera également en fête. Découvrez le programme dans le magazine. Comme tous les mois, le magazine fait aussi la part belle aux commerces. N'oublions pas qu'en cette période de travaux en centre-ville, les commerçants ont besoin de nous tous. D'ailleurs, si vous vous baladez du côté de la Place des Marchands, faites donc une petite pause gourmande aux "Retrouvailles autour d'un café". Si vous avez comme une envie de revoir la déco de votre logement, l'équipe de Mon Home' & Moi à Manosque saura vous conseiller. Et comme mai est aussi le mois où les mamans sont à l'honneur, vous y trouverez certainement le cadeau idéal, que ce soit en déco ou dans la collection de prêt-à-porter...

Sophie Guiou

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

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



VENDEZ VOS BIENS AUX ENCHÈRES



ROSSINI

Maison de Ventes aux Enchères

Mercredi 29 mai

9H - 13H

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

14H - 18H

Au Campanile Hôtel, rue du Temple
04100 Manosque

SUR RENDEZ-VOUS :

Maître Romain Verlomme-Fried

☎ 06 69 03 09 24

✉ rossini.sud@rossini.fr



Envie de vous faire une toile ? Retrouvez les sorties cinéma prévues pour ces mois de **Mai 2024**



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

SORTIE LE 1^{ER} MAI



UN P'TIT TRUC EN PLUS

Artus, Clovis Cornillac, Alice Belaïdi

Pour échapper à la police, un fils et son père en cavale sont contraints de trouver refuge dans une colonie de vacances pour jeunes adultes en situation de handicap, se faisant passer pour un pensionnaire et son éducateur spécialisé. Le début des emmerdes et d'une formidable expérience humaine qui va les changer à jamais

SORTIE LE 8 MAI



LA PLANÈTE DES SINGES : LE NOUVEAU ROYAUME

Freya Allan, Owen Teague, Peter Macon

Plusieurs générations après le règne de César, les singes ont définitivement pris le pouvoir. Les humains, quant à eux, ont régressé à l'état sauvage et vivent en retrait. Alors qu'un nouveau chef tyrannique construit peu à peu son empire, un jeune singe entreprend un périlleux voyage qui l'amènera à questionner tout ce qu'il sait du passé et à faire des choix qui définiront l'avenir des singes et des humains...

SORTIE LE 15 MAI



THE PALACE

Fanny Ardant, John Cleese, Oliver Masucci

Dans un grand hôtel, le soir du 31 décembre 1999, à l'aube du nouveau millénaire, le destin croisé de plusieurs clients et du personnel de cet établissement situé dans les Alpes suisses



THE FALL GUY

Ryan Gosling, Emily Blunt, Aaron Taylor-Johnson

C'est l'histoire d'un cascadeur, et comme tous les cascadeurs, il se fait tirer dessus, exploser, écraser, jeter par les fenêtres et tombe toujours de plus en plus haut... pour le plus grand plaisir du public. Après un accident qui a failli mettre fin à sa carrière, ce héros anonyme du cinéma va devoir retrouver une star portée disparue, déjouer un complot et tenter de reconquérir la femme de sa vie tout en bravant la mort tous les jours sur les plateaux.



NEUILLY-POISSY

Max Boublil, Mélanie Bernier, Claudia Tagbo

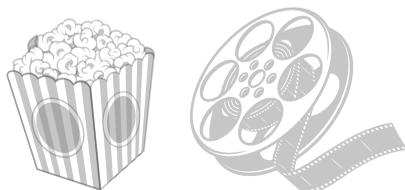
Magouilleur et beau parleur, naviguant entre son entreprise florissante et sa vie de famille épanouie, Daniel est un homme comblé. Mais, à la suite d'une malversation financière, il doit troquer du jour au lendemain son luxueux appartement de Neuilly contre une cellule de 9m2 dans la prison de Poissy. Du costard-cravate au survêt-claquettes, la chute est brutale...



LES TROIS FANTASTIQUES

Diego Murgia, Emmanuelle Bercot, Raphaël Quenard

Max, Vivian et Tom, 13 ans, sont inséparables. Ce début d'été est plein de bouleversements : la dernière usine de leur petite ville des Ardennes ferme tandis que Seb, le grand frère de Max, sort de prison. Ses combines vont peu à peu entraîner les trois adolescents dans une chute qui paraît inéluctable...



SORTIE LE 22 MAI



FURIOSA: UNE SAGA MAD MAX

Anya Taylor-Joy, Chris Hemsworth, Tom Burke

Dans un monde en déclin, la jeune Furiosa est arrachée à la Terre Verte et capturée par une horde de motards dirigée par le redoutable Dementus. Alors qu'elle tente de survivre aux Terres Dévastées, à Immortan Joe et de retrouver le chemin de chez elle, Furiosa n'a qu'une seule obsession : la vengeance.

SORTIE LE 29 MAI



SALEM

Dalil Abdourahim, Oumar Moindjie, Wallen El Gharbaoui

Djibril est un jeune comorien des Sauterelles, un quartier difficile de Marseille. Il est amoureux de Camilla, une gitane du quartier rival des Grillons. Lorsqu'elle lui apprend qu'elle est enceinte, Djibril lui demande d'avorter pour ne pas déclencher une guerre des clans.



CHIEN BLANC

Denis Ménochet, Kacey Rohl, K.C. Collins
1968 - Etats-Unis. Martin Luther King est assassiné et les haines raciales mettent le pays à feu et à sang. Romain Gary et sa femme l'actrice Jean Seberg, qui vivent à Los Angeles, recueillent un chien égaré, dressé exclusivement pour attaquer les Noirs : un chien blanc. L'écrivain, amoureux des animaux, refuse de le faire euthanasier, au risque de mettre en péril sa relation avec Jean, militante pour les droits civiques et très active au sein des Black Panthers.



ABIGAIL

Melissa Barrera, Dan Stevens, Kathryn Newton

Suite au kidnapping de la fille d'un puissant magnat de la pègre, un groupe de criminels amateurs pensaient simplement devoir enfermer et surveiller cette jeune ballerine afin de pouvoir réclamer une rançon de 50 millions de dollars.

NovaMac

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



3, boulevard Casimir Pelloutier - 04100 - Manosque
04 30 30 33 75 - 09 81 44 13 07
novamac.eu - contact@novamac.fr

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



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



ON N'EST PAS SÉRIEUX QUAND ON A 17 ANS

Maurice Gouiran
M+ Editions

1961 : la télévision diffuse en mondovision le procès d'Adolf Eichmann à Jérusalem, ce qui donnera à Hannah Arendt l'occasion de développer son concept philosophique de la banalité du mal. 1936 : Karl, Bernhard et Werner, trois garçons de 10 ans, sont intégrés dans les Jeunesses hitlériennes. 7 ans plus tard, ils sont incorporés dans une 12e

SS Panzerdivision, formée avec des ados issus des JH, qui se rendent coupable de crimes de guerres et de massacres de civils. 1961 : à Lovère, un village proche de Marseille, Bro suit avec attention le déroulement du procès Eichmann, jusqu'à ce qu'une série de crimes perturbe la vie paisible de la localité et mette en cause le jeune Polonais.

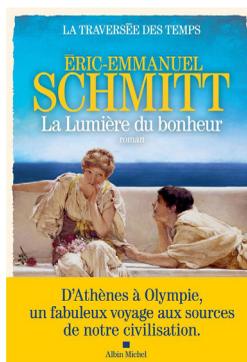
Question : qu'est-ce qui peut bien relier tous ces événements.



LA LISTE DE MES ENVIES 2

Grégoire Delacourt
Editions Albin Michel

Dans La liste de mes envies, Jocelyne avait gagné 18 millions qu'elle refusait d'encaisser. Dans cette suite très attendue, il lui en reste 15, et une seule envie.

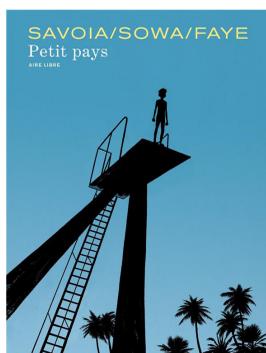


LA LUMIÈRE DU BONHEUR

Eric-Emmanuel Schmitt
Editions Albin Michel

Comment guérir des violences du monde et de l'amour ? Faut-il choisir la solitude ou risquer de se brûler à la lumière du bonheur ? Une prophétie de la pythie de Delphes, la rencontre d'une ravissante Athénienne... et voilà scellé le sort de Noam, qui débarque en Grèce au Ve siècle avant Jésus-Christ. Saura-t-il conquérir sa place dans cette ville de tous les possibles sensuels et amoureux, où sont en train de naître la démocratie, le théâtre et la philosophie ?

Comment lui, ce métèque, cet étranger, pourra-t-il obtenir la citoyenneté athénienne pour pleinement participer à la vie de la cité, aux festivités, aux concours d'éloquence, voire aux Jeux olympiques qui commencent quelques mois plus tard ?



PETIT PAYS

Gael Faye, Sowa, Savoia
Editions Dupuis Air Libre

Exilés au Burundi, Gaby et Ana, enfants métis franco-rwandais, voient leur quotidien joyeux bousculé par la guerre civile. Alors que leur famille se déchire, le génocide des Tutsi au Rwanda voisin vient mettre un terme à leur innocence. D'ailleurs, déjà à l'école, Gaby assiste à une bagarre entre un Tutsi et un Hutu,

que rien ne semble pourtant séparer si ce n'est ? d'après son père ? la forme de leur nez....



COMMENT ÇA MARCHE ; L'ÉLECTRICITÉ

Victoria Williams
Editions Usborne

Un livre à rabats attrayant et instructif pour découvrir l'électricité.

Ce livre à rabats très instructif invite les enfants à explorer ce qu'est l'électricité, d'où elle vient et ses différentes propriétés. Au fil des rabats à soulever et d'expériences faciles à réaliser, ils apprendront notamment comment un orage produit de l'électricité et découvriront les multiples applications de l'électricité : chauffage, éclairage, aspirateurs, smartphones...

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



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



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

EILA ET L'ÉCLAT DE LA MONTAGNE

A partir de 12 ans – 45 minutes – 1 à 2 joueurs

Eila et l'Éclat de la Montagne est un jeu de société axé sur l'histoire, conçu pour 1 joueur ou plus, et se déroulant dans un monde mystique. Incarne le personnage d'Eila, résolvez des énigmes, gérez des ressources et surmontez des défis à travers des labyrinthes souterrains périlleux, des hauts plateaux enneigés impitoyables, et bien plus encore.



INITIÉ

EXPERT



LE CHÂTEAU BLANC

A partir de 12 ans – 90 minutes – 1 à 4 joueurs

"Le Château Blanc" est un jeu de type Euro avec des mécanismes de gestion des ressources, de placement d'ouvriers et de placement de dés pour effectuer des actions. Au cours de la partie, répartie en trois manches, les joueurs enverront des membres de leur clan s'occuper des jardins, défendre le château ou progresser dans l'échelle sociale de la noblesse.

MORRIS LE DODO

A partir de 3 ans – 10 minutes – 2 à 4 joueurs

Morris Le Dodo est un jeu coopératif pour enfant dès 3 ans. Vous devez cacher des œufs sans les abîmer afin de les protéger des curieux.



ENFANT

FAMILLE



SUR LES TRACES DE DARWIN

A partir de 8 ans – 15 minutes – 2 à 5 joueurs

Sur les Traces de Darwin est un jeu familial pour 2 à 5 joueurs où des naturalistes complètent leur carnet en sélectionnant des tuiles Animal et Personnage depuis le plateau commun de Voyage.

LE SAMEDI 11 MAI 2024, MOUSTIERS-Sainte-MARIE VOUS DÉCLARE SA "FLAMME" !



Le Relais de la Flamme sera de passage à Moustiers-Sainte-Marie le 11 mai en début de matinée. Toute une journée d'animations vous attend ensuite. Un rendez-vous unique, festif et sportif pour petits et grands !



MOUSTIERS-Sainte-MARIE

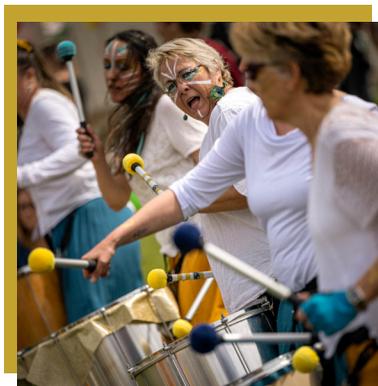
En cette année placée sous le signe du sport, Moustiers-Sainte-Marie a l'honneur d'accueillir le passage du Relais de la Flamme le samedi 11 mai de 9h à 9h20. A cette occasion un beau programme est prévu pour célébrer l'événement de cette année olympique !



Le Relais de la Flamme
11 mai 2024
ALPES DE HAUTE PROVENCE

- Vous pourrez tester votre adresse sur le **stand de tir à l'arc** mis en place par les **Archers de Saint-Georges**.
- L'**association Budo 04** en partenariat avec des clubs locaux propose **des initiations et des démonstrations de différents Arts martiaux** comme le Vo Vinam, le Cardio Fight, le Kung Fu Shaolin ou le Taekwondo
- Pour les plus stratèges d'entre vous, **plus de 20 jeux en bois** seront installés par **Jeux d'Azur**.
- **Deux départs de randonnées** sur inscription autour du village auront lieu dans la journée avec l'**association moustérienne Rando Evasion Verdon** (sur inscription).
- **À la Galerie de la Bourgade**, quatre ateliers de faïence exposent des créations uniques réalisées pour l'événement : **Bondil, Barri, Blanc et Soleil**.

Une sympathique **déambulation musicale** avec la **Batucada Timbawà** parcourra le cœur du village tout au long de la journée.



Crédit photo : Les Bateleuses

PROGRAMME DU SAMEDI 11 MAI

Dès 10h, la commune de Moustiers-Sainte-Marie, a mis en place **une journée d'animations gratuites pour tous, quel que soit votre âge et niveau sportif** :

- **Aloha Skateboard** propose des **initiations et un contest de skateboard** (sur inscription).
- **La troupe de breakdance Streetsmile** vous présentera avec des spectacles et initiations ce nouveau sport olympique tout l'après-midi.
- L'**association de Gymnastique de Moustiers-Sainte-Marie** vous invite à **deux cours de Pilates et deux sessions de marche nordique** (sur inscription).
- **Les enfants pourront participer à des ateliers créatifs, se faire maquiller, et créer des sculptures en ballon avec Patrick'Atrak**.

Les élèves de Riez et de Moustiers participeront activement à cette journée en présentant la **Danse des Jeux et leurs dessins**. Pour clôturer cette journée forte en activités, le **Comité des Fêtes de Moustiers-Sainte-Marie** organise un **bal et une buvette à partir de 19h30 !**

LES EXPOSITIONS À MOUSTIERS

► Les mains dans le plat

Jusqu'au 12 mai, Terres de Provence met "Les mains dans le plat" pour une exposition-vente des œuvres d'une trentaine de céramistes sur le thème du plat. Vous découvrirez près d'une cinquantaine de pièces uniques !

Galerie de l'Ancien Presbytère
10h - 12h30 et 14h - 18h
Tous les jours sauf le mardi.

► Anne-Marie Paris-Leroy

Du 18 mai au 23 juin, l'artiste-peintre Anne-Marie Paris-Leroy présentera ses œuvres au travers d'une exposition-vente. Après des expositions dans le monde, vous pourrez admirer ses peintures à l'huile à la Galerie de l'Ancien Presbytère.

Galerie de l'Ancien Presbytère
10h - 12h30 et 14h - 18h
Tous les jours sauf le mardi.

► Du Pot au Plat

Pour cette exposition itinérante, mêler les traditions céramiques et culinaires permet de mettre en parallèle une recette typique du territoire. Créations originales de contenants réalisés par des artisans de chacune des villes participantes

Jusqu'au 30 juin.

Musée de la Faïence
10h - 12h30 et 14h - 18h
Tous les jours sauf le mardi.



Office de Tourisme de Moustiers-Ste-Marie

Tél. 04 92 74 67 84

www.moustiers.fr - info@moustiers.fr



Flashez le code pour obtenir le programme complet de la journée du 11 mai

Plongez au cœur de l'histoire et de la nature lors de la Nuit Européenne des musées à Salagon, musée et jardins. Pour cet événement incontournable célébrant l'art, la culture et le patrimoine, le musée et ses magnifiques jardins ouvrent leurs portes pour une soirée extraordinaire samedi 18 mai, de 18h à minuit. Participez à une variété d'activités captivantes :

► Des visites guidées autour de l'histoire fascinante du site, du Néolithique jusqu'à nos jours, et de l'exposition « L'olivier, notre arbre ».

► Plongez ensuite dans l'univers envoûtant du jardin médiéval, découvrant les secrets des plantes au Moyen-Âge.

► Pour les plus jeunes, rendez-vous à l'animation "Les sens en pratique" pour une exploration ludique des collections ethnographiques et botaniques.

► Enfin, laissez-vous transporter par le ciné-concert Dralhas, une expérience multisensorielle unique qui vous emmène dans un voyage sonore et visuel à travers les paysages des bergers.

Avec une programmation aussi riche et variée, la Nuit Européenne des musées à Salagon promet une expérience inoubliable pour toute la famille. Entrée gratuite samedi 18 mai de 18h à minuit.



PROCHAIN ÉVÈNEMENT

LES RENDEZ-VOUS AUX JARDINS

« Les cinq sens au jardin »

- Visites guidées
 - Ateliers
 - Animations
 - Spectacles
- Conférences et dégustations

Samedi 1^{er} dimanche 2 juin

Le musée est ouvert tous les jours de mai de 10h à 19h, profitez des jardins et des expositions et pour les plus jeunes, demandez à l'accueil le dépliant gratuit de la course d'orientation dans les jardins.

Salagon, musée et jardins
04300 MANE

Tél. 04 92 75 70 50 – info-salagon@le04.fr

Tarif 8€ adulte et 6€ à partir de 6 ans

(gratuit pour les moins de 6 ans)

www.musee-de-salagon.com

Facebook : @museesalagon

instagram : @salagonmuseejardins



Musée de Préhistoire
des gorges du Verdon

MUSEE DE PREHISTOIRE DES GORGES DU VERDON

Entrez dans l'aventure et découvrez un trésor caché au cœur des Gorges du Verdon !



L'inauguration du nouveau sentier découverte menant vers la grotte de la Baume Bonne est un événement à ne pas manquer. Grâce aux travaux d'aménagement, l'accès à cette merveille géologique est désormais plus sécurisé et valorisé. Débroussaillage, terrassements, éclairages améliorés, tout a été pensé pour offrir aux visiteurs une expérience inoubliable. En partenariat avec le musée de Préhistoire des gorges du Verdon et l'unité itinérance et sport de nature du Département, des randonnées guidées sont proposées, permettant de plonger dans les mystères de cette grotte millénaire. Rejoignez-nous pour une journée de découverte et d'émerveillement au cœur de la nature préservée.

À NOTER
Inauguration le vendredi 17 mai
à partir de 9h

Inscription obligatoire au
04 92 74 09 59 (places limitées)
Action réalisée dans le cadre
du programme européen
ALCOTRA-PEPA



PROGRAMMATION DU MUSÉE DE PRÉHISTOIRE DES GORGES DU VERDON POUR MAI 2024

► Samedi 18 mai

Festival du film archéologique et nuit Européenne des musées
20h30 inauguration et lancement du festival avec la diffusion de films documentaires sur le parvis du musée - Entrée libre

► Vendredi 24 mai

Conférence « L'épée de Digne-les-Bains. Redécouverte d'un joyau de l'âge du Bronze » par Léonard Dumont, archéologue spécialiste de l'âge du Bronze.
18h Auditorium Jean Gagnepain - Entrée libre

Le musée est ouvert en mai de 10h à 19h (fermé le mardi hors période de vacances scolaires), profitez des expositions et du Préhistosite avec sa course d'orientation (dépliant disponible gratuitement à l'accueil du musée). Ateliers au Préhistosite et randonnées avec un médiateur vers la grotte de la Baume Bonne sur réservation : 04 92 74 09 59

Actualité du musée sur

www.museeprehistoire.com

Facebook : @MuseePrehistoireGorgesduVerdon

Instagram : @museeprehistoireverdon

FÊTE DU LIVRE JEUNESSE À MANOSQUE ET FORCALQUIER DU 21 AU 25 MAI 2024



MANOSQUE / FORCALQUIER

Comme tous les ans au printemps, le livre jeunesse est à l'honneur. Durant 5 jours l'Association éclat de lire invite les enfants des tout-petits aux adolescents et les adultes à découvrir la littérature jeunesse au travers d'ateliers, de lectures ou encore de rencontres avec les auteurs.

La traditionnelle fête du livre jeunesse se déroulera du 21 mai au 25 mai 2024 à Manosque et Forcalquier par le biais des associations éclat de lire et Croqlivres. Cette manifestation ouverte à tous dès le plus jeune âge, vous permettra de découvrir la littérature jeunesse et son univers.

Cette année, Bernadette Gervais, une personnalité remarquée dans le paysage de la littérature jeunesse, sera l'invitée d'honneur !

Samedi 25 mai Ce samedi mettra à l'honneur **des ateliers d'illustration et de création**, sont également prévues **trois déambulations maquillées** (1 le matin sur le marché de Manosque et 2 l'après-midi autour de la MJC), un **apéro pique-nique partagé** avec les invités de la fête du livre, **des jeux pour toute la famille**, un **karaoké littéraire**, une **séance de dédicaces**, un **goûter offert**, et un **spectacle de la compagnie « Les Belles Oreilles »**.

À noter également, pour l'occasion, **vous aurez accès à diverses expositions du 21 mai au 1^{er} juin 2024**.

Pensez aussi à réserver auprès des associations éclat de lire et Croqlivres, pour vos ateliers et spectacles !

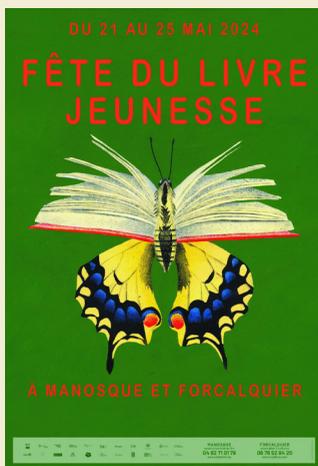
Vous l'aurez compris, cette nouvelle édition de la Fête du Livre Jeunesse s'annonce bien fournie, ne la ratez pas !

AU PROGRAMME

C'est une nouvelle fois un programme riche qui a été concocté... Nous vous en dévoilons quelques moments forts.

Mardi 21 mai : Matinée dédiée aux tout-petits au Centre de l'Enfance Robert Honde.

Mercredi 22 mai : C'est une journée bien remplie qui vous attend avec de **nombreux ateliers de créations et d'illustrations**, à Manosque et à Sainte-Tulle. Assistez aux **récits de contes et légendes du monde** à partir de 9 ans au Théâtre Jean Le Bleu de Manosque.



Vous pouvez découvrir le programme complet sur le site de l'association éclat de lire !



Fête du livre jeunesse
Du 21 au 25 mai 2024

Infos : eclatdelire@gmail.com
Tél. 04 92 71 01 79

Programme complet sur
<https://eclatdelire.eu/>

RÉCITAL VIOLONCELLE-PIANO LE 22 MAI DANS LE CADRE DES CONCERTS À L'ÉGLISE



GRÉOUX-LES-BAINS

Depuis le mois de mars, 1 fois par mois, le mercredi, le rendez-vous est donné à l'Eglise Notre Dame des Ormeaux pour un concert inédit qui vous plongera au coeur des grands chefs-d'oeuvre de la musique de chambre.

RECITAL VIOLONCELLE-PIANO

Pour ce 3^e rendez-vous de la saison, c'est un **recital violoncelle-piano** qui est programmé. Jean-Eric Thirault et Olivier Lechardeur interpréteront une sonate de Schubert "Apeggione" ainsi que la sonate N°1 de Brams Piazzolla "Grand Tango". **Durant une heure, les deux concertistes sauront sans aucun doute vous enthousiasmer par leur conversation musicale.**

Ces rendez-vous organisés par l'Ensemble Instrumental Provence Verdon en collaboration avec l'Office de Tourisme du Pays de Manosque vous offrent une expérience exceptionnelle dans laquelle l'église Notre Dame des Ormeaux devient un cadre enchanteur où résonnent les notes vibrantes d'artistes de renommés.

Un rendez-vous qui va devenir un incontournable de la cité thermale.



Recital Violoncelle-Piano
Mercredi 22 mai - 18h00

Eglise ND des Ormeaux - Gréoux les Bains
Billets en vente les Offices de Tourisme de Gréoux-les-Bains, Manosque, Oraison, Valensole, Riez, Esparron-de-Verdon et Quinson. Réservations également possibles en ligne sur durance-luberon-verdon.com.

9 > 13
MAI
2024

MANOSQUE S'ENFLAMME

Saint-Pancrace pour la

**11 MAI : PASSAGE DE
LA FLAMME OLYMPIQUE**

**FEU D'ARTIFICE • FÊTE FORAINE • COURSE DE VÉLO • MONTÉE AUX FLAMBEAUX
FOIRE DE LA SAINT-PANCRACE • GRANDE PARADE OLYMPIQUE
CONCERT « LE COLLECTIF MÉTISSÉ »**

Manosque
HAUTE-PROVENCE

ALPES DE HAUTE
PROVENCE
LE DÉPARTEMENT



VILLE-MANOSQUE.FR



FLAMME OLYMPIQUE ET ST-PANCRACE, MANOSQUE S'ENFLAMME LE 11 MAI !



Le 11 mai 2024 restera certainement gravé dans les mémoires. En effet par tradition le 11 mai est la date symbolique de la fête de la Saint-Pancrace à Manosque. Cette année elle prend un saveur différente puisque ce jour là est aussi le jour du passage de la flamme olympique. Un beau programme est prévu pour l'occasion...

MANOSQUE



UNE FÊTE DE LA SAINT-PANCRACE EN FORME OLYMPIQUE !

Hasard du calendrier, le passage de la Flamme Olympique à Manosque se fera pendant la fête patronale de la Ville, le 11 mai prochain !

C'est l'occasion d'adapter la programmation de la traditionnelle fête de Manosque à cet événement historique et inédit.

Programme de la St-Pancrace

Vous allez vite vous apercevoir que quelques nouveautés sont au programme de cette édition 2024. En effet, la fête de la Saint Pancrace débutera le jeudi 9 mai avec un feu d'artifice proposé par les forains au Parc de Drouille à 21h30.

C'est d'ailleurs au Parc de Drouille (esplanade et parking) que petits et grands pourront retrouver les manèges de la Fête Foraine, du 9 au 13 mai, de 14h30 à minuit (horaires selon fréquentation).

5 JOURS DE FESTIVITÉS À L'OCCASION DE LA SAINT-PANCRACE ET DU PASSAGE DE LA FLAMME OLYMPIQUE À MANOSQUE

► Vendredi 10 mai

Le rendez-vous est donné pour la traditionnelle montée aux flambeaux jusqu'à la Chapelle Toutes Aures à partir de 21h, en compagnie du rode Osco Manosco, avec spectacle de feu "LES JEUX PYROLYMPIQUES", bal provençal et collation offerte au public (départ à 21h du rond-point des Varzelles).

C'est aussi le retour de la Ronde Cycliste sur le tour de ville pour une 78^e édition ! Une course de vélo d'1,5 km organisée par l'ASPTT Manosque cyclisme sous l'égide de la FFC, entre la Place du Dr Joubert et la Porte Saunerie.

► Samedi 11 mai

Le samedi 11 mai, après le passage du convoi de la Flamme*, place à la grande Parade "MANOSC'OLYMPIES" par Task Compagnie. 6 engins spectaculaires et plus de 50 artistes et athlètes déambuleront de la Porte Soubeyran jusqu'à la Place du Dr Joubert, à partir de 21h30, sur la thématique des anneaux olympiques mêlant arts et sports dans différents tableaux. (départ à 21h du rond-point des Varzelles).

La Foire de Saint-Pancrace prendra ses quartiers cette année sur la contre-allée Alphonse Daudet, les samedi 11 et le dimanche 12 mai, de 9h à 16h avec de nombreux stands et exposants pour faire des emplettes !

Pour terminer en beauté ces 5 jours de festivités, "Laisse tomber tes problèmes" avec le grand concert gratuit du groupe français Collectif Métissé. Aux accents de zouk et raga, leurs tubes sont dans le top français des titres les plus écoutés. Ambiance festive et dansante garantie au Parc de Drouille le dimanche 12 mai, à 19h !



A l'occasion des festivités de la Saint-Pancrace et du passage de la Flamme Olympique des restrictions de circulation et de stationnement seront mis en place. Pour tout renseignement, contactez la Mairie de Manosque.



Infos Mairie de Manosque
www.ville-manosque.fr

*UNE JOURNÉE PLACÉE SOUS LE SIGNE DU SPORT ET DE L'OLYMPIQUE LE SAMEDI 11 MAI 2024 !

Au cours de son périple de 68 jours à travers notre pays, **le Relais de la Flamme fera étape dans le Département des Alpes de Haute-Provence, le 11 mai 2024**. Il passera par Barcelonnette, Colmars-les-Alpes, Digne-les-Bains, Forcalquier, Moustiers-Sainte-Marie et Sisteron avant de terminer sa course à Manosque.

La flamme effectuera dans la ville un parcours de 3,2 km, à partir de 18h45, en passant par le tour de ville et terminera sa course au Parc des Sports de la Rochette, sur le stade de rugby Jean Salobert avec **l'allumage du chaudron à 19h30**.

DES ANIMATIONS SPORTIVES ET DÉMONSTRATIONS POUR RYTHMER LA JOURNÉE

Programme complet :

De 14h à 17h : Fête de Sport "Les travaux d'Oscó" au Boulodrome de la Rochette : animations sportives (6-16 ans) avec tombola pour tenter de remporter des places pour les JO

15h30 : Ouverture du site de célébrations (stade Jean Salobert)

16h : Animations BMX, Foot freestyle, breakdance, danse des jeux...

18h : Messe provençale avec l'association "Les amis de la Sant Brancai" à la chapelle Toutes Aures

18h30 : Ronde cycliste de la Saint Pancrace

18h45 : Départ du Relais Flamme Olympique Parking des Iscles (devant le lycée des Iscles)

► Zones d'animations sur le parcours :

Parking des Iscles (dès 17h) : animations danse et roller.
Ambiance musicale

École Saint Lazare (dès 16h) : ateliers sportifs (5-12 ans) proposés par le Centre de l'Enfance, l'ADDAP 13 et l'Urban Truck

Place du Dr Joubert (dès 14h30) : Basket acrobatique, animations tatouages éphémères, graff et espace d'information et de convivialité jeunes proposés par l'ADSEA, Amnesty International, La Mission Locale, L'Agora Jeunes, le Centre Social et Vacances pour Tous

Porte de la Saunerie (dès 17h) : animations musicales

Place de la Villette (dès 15h) : animations santé seniors / sport adapté proposées par le CCAS, l'AMPRA et l'UNAPEI

Porte du Soubeyran (dès 18h) : animation musicale du Conservatoire des Alpes de Haute-Provence

19h20 : Arrivée du Relais Flamme Olympique et allumage du chaudron (19h30)

20h : Fin des célébrations et fermeture du site au public

Déambulation brésilienne du stade Jean Salobert vers le centre ancien

Une formidable occasion pour les Manosquins et habitants des alentours de vivre collectivement les émotions des Jeux en avance !



LE PARCOURS DE LA FLAMME OLYMPIQUE À MANOSQUE



LES 4 RELAYEURS DÉSIGNÉS PAR LA VILLE POUR PORTER LA FLAMME OLYMPIQUE

Eva Berger, athlète spécialiste du sprint, qualifiée pour les JO d'été 2020 à Tokyo

Illyes Erario, Champion de France, Vice-Champion du monde, champion d'Europe, champion interdépartemental Para Aviron Adapté entre 2022 et 2024

Esther Baron, Championne d'Europe de Natation en 2009

Karim Guerfi, Boxeur avec 5 titres de Champion d'Europe de 2013 à 2021

Anthony Pujades, Champion de France de Triathlon en 2016 (remplaçant)

Julien El Fares, Champion de cyclisme sur route (remplaçant)

LA FOIR'FOUILLE MANOSQUE : TOP CHOIX, TOP PRIX !

L'été s'invite à la Foir'Fouille de Manosque !
Découvrez l'ensemble des produits sélectionnés
par votre magasin, pour vous faire passer
un été inoubliable !



MANOSQUE

À LA FOIR'FOUILLE ON PENSE À TOUT ET À TOUS !

Alors que les journées s'allongent et que les températures grimpent, il est temps de se préparer à profiter pleinement de votre espace extérieur. Avec une sélection soignée de produits de qualité, La Foir'Fouille Manosque vous propose une gamme étendue d'articles pour embellir votre jardin, terrasse ou coin pique-nique.

► Un pique-nique parfait

Pour des repas en plein air inoubliables, La Foir'Fouille vous propose un vaste choix de produits pour embellir votre table et votre coin pique-nique. Que ce soit **des sets de table aux motifs estivaux, des assiettes colorées ou des verres incassables**, la sélection saura apporter une touche d'élégance à vos repas en plein air. Ne manquez pas les paniers pique-nique complets, équipés de tout le nécessaire pour profiter d'un déjeuner au grand air en toute simplicité. Avec les accessoires pratiques et esthétiques, chaque moment passé à l'extérieur deviendra une véritable expérience culinaire, à savourer en famille ou entre amis.

► Embellissez votre espace

Que vous soyez à la recherche d'**une nouvelle table de jardin** pour accueillir vos convives, **de coussins colorés pour agrémenter vos chaises**, ou même d'**une balancelle pour vous détendre au soleil**, La Foir'Fouille a tout prévu pour sublimer votre extérieur. Avec une vaste gamme de mobilier de jardin, du transat au salon de jardin en passant par les parasols, vous trouverez forcément votre bonheur.

► Éclairez vos nuits d'été

Ne laissez pas la nuit interrompre vos soirées estivales ! Grâce à la **sélection de luminaires extérieurs**, illuminer votre jardin ou votre terrasse n'a jamais été aussi simple. **Guirlandes féériques, lampes solaires, trépied, lanternes romantiques, rubans LED ou encore suspensions solaires**, tout est là pour créer une ambiance chaleureuse et accueillante, parfaite pour prolonger les douces soirées d'été.



► Amusez-vous en plein air

Pour des moments de plaisir en famille ou entre amis, optez pour les **bouées colorées et les jeux d'extérieur**. Rafraîchissez-vous avec les **jeux d'eau ludiques**, ou lancez-vous dans une partie endiablée de badminton ou de pétanque. Avec La Foir'Fouille, les rires et les souvenirs mémorables sont garantis !

HESPERIDE, MARQUE PREMIUM EN EXCLUSIVITÉ ...

En exclusivité chez La Foir'Fouille de Manosque, découvrez la marque Hespéride. Avec une réputation d'excellence et de qualité, **Hespéride vous propose une sélection de produits haut de gamme, aux couleurs pétillantes et aux designs élégants**. Que vous recherchiez un **mobilier résistant aux intempéries ou des accessoires décoratifs raffinés**, Hespéride a ce qu'il vous faut.

► Des services sur-mesure

Chez La Foir'Fouille, on s'engage à vous offrir une expérience client exceptionnelle. L'équipe d'experts est là pour vous conseiller et répondre à toutes vos questions. Si un produit n'est pas disponible en magasin, pas de panique ! **Il est possible de passer commande**, afin de vous garantir satisfaction et confort dans votre aménagement extérieur.

► Un partenariat d'exception

Hespéride, en plus d'être une marque de renom, est également le sponsor officiel du tournoi de Roland Garros. Symbole d'excellence et de qualité, cette collaboration témoigne de l'engagement de Hespéride envers ses clients.

► Garantie et service après-vente

A La Foir'Fouille, **votre satisfaction est leur priorité**. C'est pourquoi tous les produits Hespéride bénéficient d'**une garantie de 2 ans minimum**. De plus, le service après-vente réactif et à l'écoute est là pour vous accompagner en cas de besoin, pour que votre expérience soit toujours positive.

En résumé, **que vous soyez à la recherche de mobilier de jardin, de luminaires extérieurs ou de jeux d'extérieur, La Foir'Fouille de Manosque est votre destination incontournable cet été**. Venez découvrir la **sélection exclusive de produits Hespéride** et laissez-vous séduire par la qualité et l'élégance pour embellir votre espace extérieur comme jamais auparavant !



LA FOIR'FOUILLE MANOSQUE

Zone d'Activités des Près Combaux
304 Av. de la Libération - Manosque
Tél. 04 92 87 73 73

Du lundi au samedi de 9h à 19h non-stop

Facebook : La Foir'Fouille Manosque



Salon de jardin BORA BORA
4 places - Acier traité époxy,
Résine tressée, Polyester
Couleur : terre d'ombre

349€

Coussin d'extérieur KORAI

40 x 40 cm - Polyester déhoussable,
traité contre la décoloration, lavable,
déperlant. Existe aussi en 30x50
et en format traversin



8,99€



Salon de jardin ELYN
4 places
Ligne contemporaine
Existe en 6 couleurs



Parasol déporté MANOA
Aluminium traité époxy
Existe en carré (2,5 x 2,5m)
ou rond (Diam. 3m)
8 couleurs au choix



69,99€



Transat BONAO
2 roues
Aluminium traité époxy,
Texalin
Existe en 6 couleurs

99,99€

Sac de conservation
L 28 x H 18 x l 24 cm
Différents modèles
Bleu, rouge ou gris

2,99€



Loveuse BOHO
D 95 x H 194 cm Naturel
Coussins inclus
Acier époxy - Résine - Polyester
Existe également en gris

129€



349€

Jardinière sur pieds avec couvercle
38xL45 xH77cm
Couleur grise



19,99€



Fauteuil détente NICE Pliable
Dossier inclinable et jambes relevables
Repose-tête rembourré
Acier époxy - Tissu Oxford
L 1 m x l 67 cm x H 77 cm
Existe en plusieurs couleurs

49,99€



Chaise NOUMÉA
l 51 x L 46 x H 81 cm
Anthracite - Acier époxy
Toile PVC - Pliable
Existe en plusieurs couleurs

19,99€

Le Jeu de L'été

Du 1/05/2024 au 31/05/2024

A l'approche de l'été, **tentez de remporter deux transats BONAO d'une valeur de 200 € !**

L'occasion de faire dorer votre peau dans des conditions paradisiaques !



Transat BONAO de la marque Hespéride. Couleur non contractuelle, en fonction du stock disponible

Remettez ce coupon à l'accueil du magasin La Foir'Fouille. Un bulletin de participation au jeu de l'été vous sera remis !

Comment participer ?

Un bulletin de participation vous sera remis contre ce bon, directement en magasin. Déposez ensuite le bulletin dans l'urne mise à disposition. Le tirage au sort aura lieu à l'issue de la date de fin du jeu. Bonne chance à tous !

Suivez votre magasin La Foir'Fouille Manosque



AVENUE DE LA LIBÉRATION
Ouvert du lundi au samedi - de 9h à 19h NON STOP

MANOSQUE

LA TRANSHUMANCE EN FÊTE À VINON SUR VERDON LE 2 JUIN 2024



Voilà maintenant 8 ans que Vinon-sur-Verdon, fête la transhumance. Cette fête, met à l'honneur les métiers du pastoralisme, de l'artisanat, des créateurs et producteurs en vente directe. Sur place, de nombreuses animations seront prévues, telles que : animations, démonstrations sur le thème de la transhumance, marché du terroir et artisanal...

VINON SUR VERDON



LA FÊTE DE LA TRANSHUMANCE EN QUELQUES MOTS

La fête de la transhumance est une manifestation annuelle qui célèbre la migration des troupeaux de moutons vers les pâturages d'été dans les montagnes. Autrefois, la place de Vinon sur Verdon avec ses platanes centenaires était une étape de repos pour les troupeaux de moutons transhumant de la plaine de la Crau vers les Alpagnes avant de prendre la barge pour traverser le Verdon.

FÊTE DU 2 JUIN 2024

Le comité municipal « cadre de vie/animations » avec l'aide du comité des fêtes organise la **8^e édition de la fête de la transhumance pour renouer et commémorer cette tradition de pastoralisme attachée à notre village.**

Cette année l'ensemble de la manifestation se déroulera sur les bords du Verdon.

Le troupeau accompagné de ses bergers et chiens débutera son cheminement par la route de ST Julien. Il arrivera vers 10h sur leur emplacement de repos au bord du Verdon, rive droite accompagné par le groupe folklorique « Leï Jouvent Dracenen ».



TROUPEAU, ANIMATIONS, MARCHÉ ARTISANAL LE 2 JUIN À VINON-SUR-VERDON

Tout au long de cette journée, une ambiance musicale, **un marché d'une soixantaine de producteurs, des artisans, des créateurs, des produits de bouche** promet de passer une belle journée conviviale. Diverses démonstrations pour vous permettre de **découvrir de vieux métiers sont programmées durant toute la journée.**

Enfin les enfants ne sont pas oubliés, puisque de **nombreuses animations gratuites sont également prévues** (poneys, mur d'escalade, structure gonflable etc...). Sont aussi au programme une **exposition de vieux tracteurs, une démonstration de cavage de truffes avec chiens.**

Et pour vous rassasier : le snack/buvette/barbecue tenu par les organisateurs ainsi que tous les restaurateurs partenaires.

PROGRAMME DÉTAILLÉ

9h30 : Départ du troupeau précédé par le défilé des tracteurs et le groupe folklorique « Leï Jouvent Dracenen » vers le village

10h : Arrivée du troupeau sur les bords du Verdon, côté Moulin

10h30 et 14h30 : Groupe folklorique « Leï Jouvent Dracenen »

11h30 Mot du Maire

12h : Restauration sur place avec le groupe musical « Pena sun rise »

17h30 Départ des tracteurs anciens suivi du troupeau

Les horaires sont donnés à titre indicatif. Les organisateurs se réservent le droit de modifier le programme en fonction des conditions météo, ou de tout autre imprévu.



FÊTE DE LA TRANSHUMANCE

Dimanche 2 juin 2024

Dès 9h30 - Sur les bords du Verdon
à Vinon sur Verdon

transhumance@vinon-sur-verdon.fr

Tél. 06 32 29 48 93

Fête de la transhumance

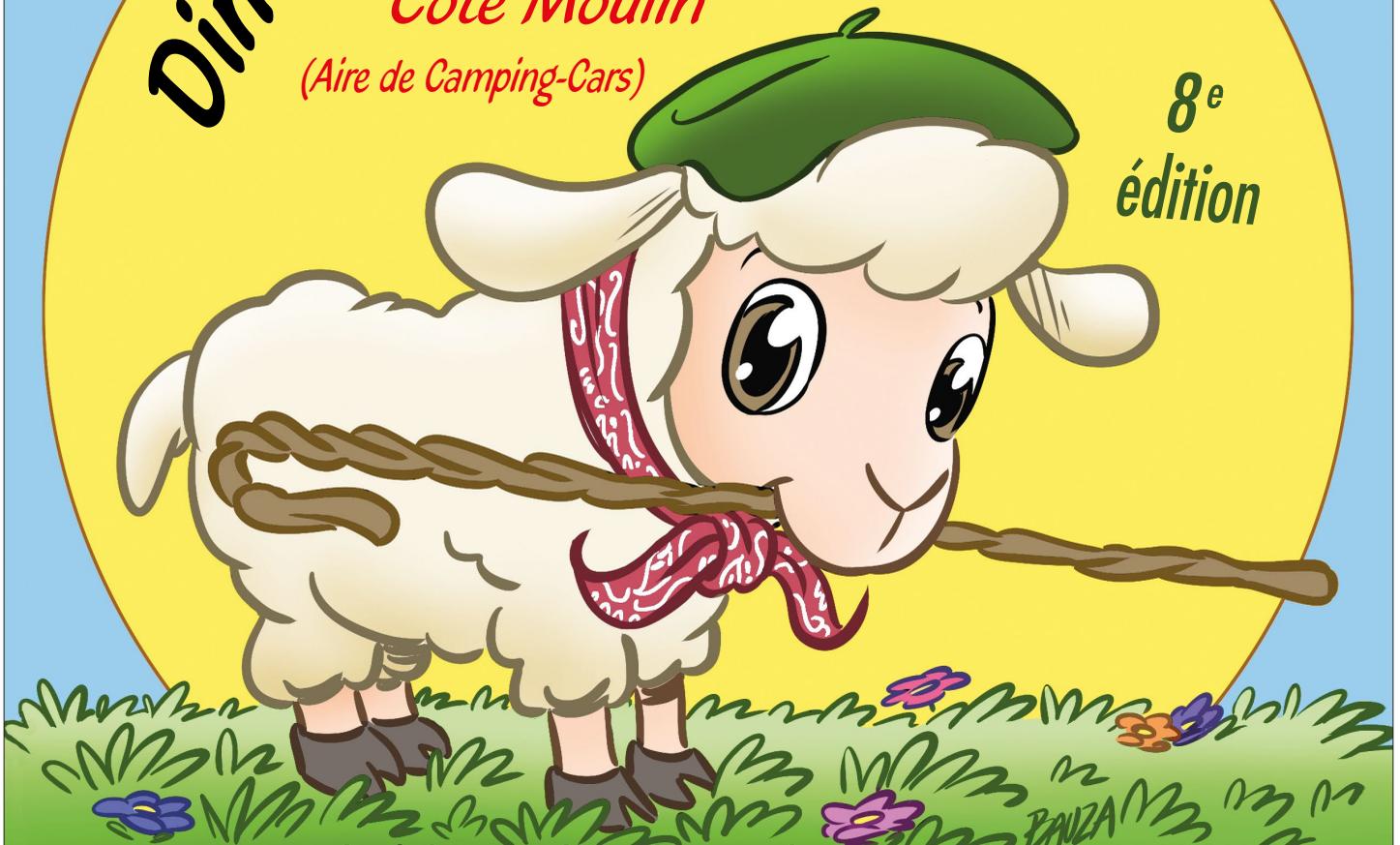
Dimanche 2 juin 2024

Bords du Verdon

Côté Moulin

(Aire de Camping-Cars)

8^e
édition



www.vinon-sur-verdon.fr/vie-quotidienne/tourisme/comite-cadre-de-vie/ - 06 32 29 48 93

Votre PUB
TOUS SUPPORTS

Imprimerie Despretz
Tél. 06 14 45 25 41



Vinon sur Verdon



Groupama
MÉDITERRANÉE

CERFRANCE
PROVENCE
CONSEIL - EXPERTISE COMPTABLE



Carrefour
market

FIN DE SAISON À LA CAPSULE : RETOUR EN IMAGES SUR LES MOMENTS FORTS

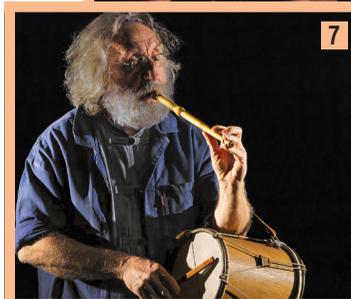
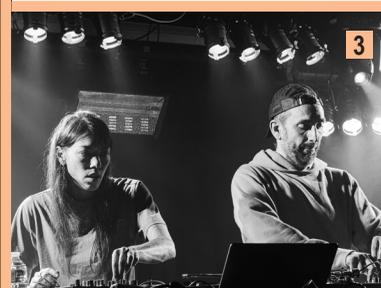
Après le succès de l'événement Electro Light Party 2,
la saison de la Capsule s'achève en beauté !
Nous faisons un retour en images
sur les moments forts de cette dernière saison.



MANOSQUE

Didier Super, Moussu T & Blu, Hippocampe Fou..., ils ont rythmé ces derniers mois de concerts à La Capsule, et le public a répondu présent. **Une programmation éclectique avec des artistes locaux, régionaux et nationaux** sur 12 soirées de concerts, de janvier à avril.

- 1 DIDIER SUPER @Guy Piva
- 2 LOLA @Stéphane Lehaut
- 3 SIMS & MAY DIN @Solange Albano
- 4 MOUSSU T @Stéphane Lehaut
- 5 LE MOME @Danielle Hermitte
- 6 RADIO MINDEO @Stéphane Lehaut
- 7 MIQUEU MONTANARO @Pierre Poupounot
- 8 LE RAMAYANA @Pierre Poupounot



ZOOM sur ... La soirée des bénévoles "Electro Light party 2" !



Succès et énergie électrique pour la seconde édition de la soirée des bénévoles de la Capsule !

"Hommage à nos bénévoles et à leur engagement sans faille. Avec leur dévouement et leur créativité sans limite, ils ont transformé La Capsule en un véritable Pays des Merveilles. Leur implication et leur passion sont le cœur même de notre association et ont été le moteur de la réussite de cette soirée".



Retrouvez tous les événements de La Capsule
sur www.mjc-manosque.com / 04 92 72 19 70

POUR CE MOIS DE MAI : LE FUTUR DE LA MJC, WORLD CAFÉ ET LA FÊTE DE LA MJC...

Après avoir interrogé les habitants du bassin manosquin au sujet de son futur, la MJC proposera en Mai une rencontre conviviale sous forme de World Café pour construire ensemble une MJC festive et créative. À ne pas manquer également, la fête annuelle de la MJC le 8 juin prochain.



MANOSQUE

RÉSULTATS DE L'ENQUÊTE "LE FUTUR DE LA MJC"

En Février 2024, l'équipe de la MJC a construit et diffusé une enquête pour connaître les attentes des habitants du bassin manosquin concernant le nouveau projet associatif de la MJC de Manosque. **770 réponses ont été collectées en 1 mois !** Merci à tout(e)s les participant(e)s et bien sûr à toutes celles et tous ceux qui ont aidé à la diffuser...

Les résultats sont plutôt encourageants :

- **96%** des personnes interrogées pensent que **la MJC est utile pour le territoire** du bassin manosquin

- **La MJC est reconnue pour la qualité de son accueil et l'engagement de son équipe** de salariés et bénévoles

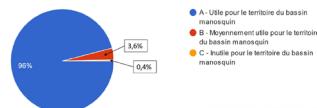
- **La MJC est identifiée comme un lieu historique et central de Manosque**, qui offre une **programmation de qualité et un accès "facile" à la culture**

En revanche, cette enquête a aussi permis d'identifier des points sur lesquels les équipes devront nous améliorer :

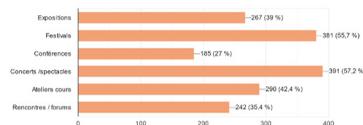
- La communication et la visibilité
- La modernisation des locaux
- Les tarifs de certaines activités

L'ensemble des réponses et leurs analyses seront présentées et discutées lors du World Café qui aura lieu le 23 Mai à la MJC à 18h. Pensez à réserver votre soirée !!

Pensez vous que la MJC est :



Sous quelle forme ?



JEUDI 23 MAI : WORLD CAFE À LA MJC : CONSTRUISONS ENSEMBLE UNE MJC FESTIVE ET CRÉATIVE !

Dans le cadre de la refonte de son projet associatif, l'équipe de la MJC organise un World Café le Jeudi 23 Mai à partir de 18h.

Étape clé dans la définition de ses nouvelles orientations, Le « World Café » est un processus créatif qui reproduit l'ambiance d'un café dans lequel les participants débattent d'un sujet en petits groupes autour de tables.

L'objectif est de réunir l'ensemble des habitants, partenaires, acteurs du bassin manosquin qui se sentent concernés par l'avenir de la MJC et de **construire avec eux son nouveau projet**.

Toutes les idées sont les bienvenues : venez nombreux !

**Jeudi 23 Mai à partir de 18h à la MJC / Gratuit –
Inscription au secrétariat de la MJC – contact@mjc-manosque.fr / 04 92 72 19 70**

LA MJC EN FÊTE LE SAMEDI 08 JUIN PROCHAIN !

Au programme de cette journée : **des ateliers ouverts, des spectacles de danse, des pièces de théâtre, de la musique.**

Mais aussi, **des expositions des ateliers d'arts plastiques et des démonstrations de modélisme ferroviaire.**

Venez nombreux pour découvrir le travail réalisé sur l'année dans les ateliers.

Programme complet à découvrir prochainement sur le site de la MJC !

Entrée libre et gratuite. Renseignements au 04 92 72 19 70



MJC MANOSQUE : 04 92 72 19 70
contact@mjc-manosque.fr

UN MOIS DE MAI QUI ROULE AVEC ÉLÉMENTS CYCLES !



SAINTE-TULLE

LE PARC LOCATIF EST OUVERT !

Vous ne pouvez pas acheter un nouveau vélo ? La location sera alors certainement une bonne opportunité pour vous. **Éléments cycles lance officiellement la location courte et longue durée pour la saison estivale.** Une large gamme de vélos du magasin sera à votre disposition pour vos sorties en famille ou entre amis. **Vous pourrez choisir votre monture parmi un large panel de vélos 100% neufs, avec ou sans moteur électrique.** Ce matériel de dernière génération qui sera entretenu et bichonné au magasin vous apportera sécurité et plaisir lors de vos sorties sportives où vos balades.

OFFRES EXCLUSIVES CANNONDALE

En vous rendant chez Éléments Cycles à Sainte-Tulle, vous aurez le choix parmi de nombreuses marques de vélo (SCOTT, BIANCHI, ENVE, 3T, BERGAMONT ou encore COLNAGO...), toutes reconnues pour leur qualité et leur performance. **Cannondale ne fait pas exception à la règle et vous propose de superbes vélos très bien équipés** (Cadre alu ou carbone, équipement et moteur Shimano, fourche avant et arrière, Rock Shox...). **La marque Cannondale a décidé de faire d'Éléments Cycles un revendeur majeur de ses vélos électriques dans le pays Manosquin;** c'est pour cela que vous allez trouver au magasin **des offres imbattables sur les vélos électriques Cannondale Moterra.**

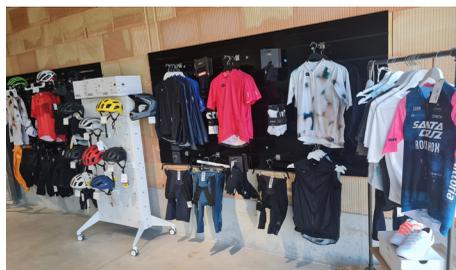


Pendant le mois de mai, réservez l'essai de votre futur vélo en magasin !

Chez Éléments cycles, vous trouverez certainement le vélo qui correspond le mieux à votre pratique. Une fois encore, **Julien sera de bons conseils pour vous orienter vers un vélo adapté à votre pratique, vos envies et votre budget.**

COLLECTION ÉTÉ GOBIK

Ça y est ! **La collection été de la marque de textiles spécialisés pour le vélo « Gobik » est arrivée au magasin.** Ces beaux produits, de qualité professionnelle seront vos meilleurs alliés lors de vos sorties et vous apporteront un grand confort en toutes circonstances. Vous pourrez retrouver sur place un grand nombre de tailles, qui conviendront à tous les gabarits. **Éléments Cycles on vous propose aussi les collections et nouveautés de chez GOBIK, DMT, FI'ZI'K, SCOTT, 100%, POC... pour les textiles, accessoires et chaussures.**



Du côté de la nutrition, vous pourrez découvrir les produits SIS (Science in Sport) testés et approuvés par des professionnels : ceux de la marque Maurten, à base d'ingrédients naturels ainsi que les produits estampillés NÄAK qui vous aideront à aller plus loin et plus longtemps. N'hésitez pas à demander conseil à Julien, il saura vous conseiller en fonction de vos besoins.

LES + D'ÉLÉMENTS CYCLES

Avec l'arrivée des beaux jours, ne manquez pas **les sorties vélo tous niveaux, d'une durée de 1h30, animées par Julien et Jérôme. Cela se passe tous les mardis et jeudis à partir 17H45 !**

Pour un petit en cas et une petite pose rafraîchissante **le Bike and Coffee est toujours disponible au magasin.**

Le mois de mai est propice aux grandes balades à vélo, c'est peut-être le moment pour vous de vous équiper avec du nouveau matériel ? Que vous soyez passionné ou novice, Éléments cycles à Sainte-Tulle, possède tout ce qu'il vous faut pour bien pratiquer le vélo.

En 2024, Éléments Cycles continue également de vous accompagner dans le financement de vos vélos en vous proposant des facilités de paiement.

Deux options sont envisageables :

- 3/4 fois sans frais jusqu'à 4 000 €
- De 10 à 48 mois entre 3 000 € et 6 000 €

Et bien sûr retrouvez tout l'accueil et le professionnalisme de l'équipe à chacune de vos visites chez Éléments Cycles.

INFO +

Le 13 avril dernier, à l'occasion des 50 ans de l'Entrepôt du Bricolage, l'association **"A chacun son Everest"** a participé à l'événement en proposant une activité sportive.

Les participants devaient pédaler sur un vélo d'appartement avec pour but d'effectuer un maximum de kilomètres, **car 1 km parcouru = 1€ gagné pour l'association.**

Julien El Farès a bien entendu répondu présent pour cette opération et a mis à disposition des vélos du magasin.

Il était en compagnie de la championne de natation, **Esther Baron et de Sébastien Maucci gérant du club VTT « Nature Bike » de Pierrevet.** Ces fonds permettront d'aider les enfants atteints de cancer ou de leucémie et les femmes en rémission d'un cancer du sein. **Merci à eux !!**



ELEMENTS CYCLES

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

du Mardi au Samedi
09h00-12h30 et 14h30-19h30

info@elementscycles.fr
<https://elementscycles.fr/>

PÉDALEZ AU-DELÀ DES PIERRES !

POURQUOI SE CONTENTER DE ROULER SUR DES PIERRES
QUAND ON PEUT VOLER AVEC UN VÉLO ÉLECTRIQUE CANNONDALE ?

Éléments Cycles



ELEMENTS
CYCLES

ZA BASTIDES BLANCHES, 5 AV. DU LANGUEDOC
04220 SAINTE-TULLE - TEL : 06 02 27 90 77
OUVERT DU MARDI AU SAMEDI - WWW.ELEMENTSCYCLES.FR

CRÉATION GRAPHIQUE - AGENCE CD-MENTIEL



LE PRINTEMPS S'INVITE AU CASINO PARTOUCHE DE GRÉOUX-LES-BAINS

C'est le printemps et l'équipe du Casino de Gréoux ne pouvait pas passer à côté. A l'occasion de l'arrivée des beaux jours, on vous gâte ! Du 6 au 20 mai lors de votre venue, déposez un ticket dans l'urne et tentez de gagner des bons d'achats d'une valeur de 2000€ et 600€ de crédits de jeux ...



GRÉOUX-LES-BAINS

LE PRINTEMPS S'INVITE AU CASINO

Le Casino Partouche de Gréoux-les-Bains s'apprête à accueillir la saison printanière avec une ferveur particulière pour vous offrir une expérience unique et faire de votre venue en salle de jeux un moment privilégié.

Le 1^{er} mai, la tradition veut que l'on offre du muguet pour porter bonheur et chance tout au long de l'année. L'équipe ne manquera pas l'occasion de vous offrir un brin de muguet lors de votre arrivée...



Pour participer :

Pour avoir peut-être la chance de remporter un lot, rien de plus simple : **chaque jour, un ticket gratuit vous sera remis** (un seul ticket par jour et par personne). **Il ne vous restera plus qu'à le glisser dans l'urne dédiée.** Cependant, une condition s'impose : **la possession de la carte de fidélité Players Plus**, qui rappelons-le est gratuite. **Cette carte est le précieux sésame qui vous permet de participer à cette tombola et de profiter de nombreux avantages tout au long de l'année.**

LA CASINO DE GRÉOUX-LES-BAINS FÊTE LE PRINTEMPS POUR L'OCCASION L'ÉQUIPE VOUS OFFRE 2000€ DE BONS CADEAUX ET 600 € DE CRÉDITS DE JEUX !

Tirages au sort...

Il faudra patienter jusqu'au **20 mai, à partir de 18 heures**, pour savoir si vous faites partie des chanceux de cette grande tombola de printemps. Attention, si votre ticket est tiré au sort, **il faudra impérativement que vous soyez présent.** Le cas échéant, votre lot sera remis en jeu...

LA SALLE DE JEUX

La salle de jeux du Casino Partouche* de Gréoux-les-Bains, vous offre la possibilité de tenter votre chance sur l'une des nombreuses machines et **depuis peu un espace de jeux plus grand.** Ce ne sont pas moins de **70 machines à sous** qui sont à votre disposition pour défier le hasard, vous pouvez également tenter votre chance sur l'un des **20 postes de roulette anglaise électronique** ou encore sur les **7 postes de black jack électronique.** Pour celles et ceux qui aiment les "tables de jeux traditionnelles", les **2 tables de black jack** feront certainement monter l'adrénaline...

BISTROT DU CASINO UNE PAUSE GOURMANDE

Après une journée de divertissement au Casino, rien de tel qu'une **pause gourmande au Bistrot du Casino.** Que ce soit en famille ou entre amis, ce lieu convivial saura combler toutes vos envies culinaires. En effet, le chef et son équipe n'ont qu'une seule envie : faire pétiller vos papilles de l'entrée au dessert... Et pour profiter pleinement des premiers rayons de soleil printanier, **la terrasse aménagée vous attend pour un repas sous le signe de la détente et de la convivialité.** Réservez vite votre table que ce soit pour déjeuner ou dîner vous passez un moment des plus agréables.



Casino Partouche

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

<https://casino-greoux.partouche.com>
Facebook : @Casino de Gréoux-les-Bains



LA TOMBOLA DE PRINTEMPS DU 6 AU 20 MAI

Pour cette période printanière, le casino de Gréoux les Bains, vous offre la chance de remporter **de nombreux bons d'achat.** Les thèmes alléchants incluent une gamme variée de récompenses, **allant de la beauté aux bijoux, du sport aux délices gourmands,** en passant par le **high tech**, jusqu'à l'évasion ultime avec un **Séjour Evasion Partouche.**

En tout, ce ne sont **pas moins de 2000 € de bons cadeaux** qui sont mis en jeu mais aussi **600 € de crédit de jeu** pour vous offrir la possibilité de décrocher le jackpot !



DU 6 AU 20 MAI

PRINTEMPS GAGNANT



Tirage le 20 mai à partir de 18h

**2 000 € DE BONS CADEAUX &
600 € DE CRÉDITS DE JEU À REMPORTEZ !**

18+

FOIRE DE LA BRILLANNE : 26^E ÉDITION JEUDI 9 MAI 2024 !



L'édition 2023 s'est malheureusement vue annulée à cause du mauvais temps, pour autant, l'équipe ne se décourage pas et vous propose la 6eme édition de cette foire tant attendue le jeudi 9 mai 2024 à La Brillanne.

LA BRILLANNE

Après les aléas de la pandémie qui a eu raison de l'organisation de la traditionnelle Foire de la Brillanne et une édition 2023 annulée à cause d'une pluie battante, **la manifestation soufflera ses 26 bougies le 9 mai, jeudi de l'Ascension.**

La Foire de la Brillanne s'est rapidement imposée comme un événement phare et incontournable pour mettre en valeur les produits régionaux du terroir mais aussi l'artisanat local. Claude Boggiato, président de l'association ainsi que ses fidèles acolytes ne laissent rien au hasard dans l'organisation de cette journée. En effet, tout est pensé pour que cette journée soit synonyme de découverte à la fois gustative et créative mais aussi d'animations.

Un beau programme a une nouvelle fois été concocté pour que vous passiez une agréable journée sous le signe de la convivialité !

FOIRE DE LA BRILLANNE 26^E ÉDITION...

Le 9 mai, jeudi de l'Ascension, la ville de Brillanne s'apprête donc à accueillir une fois de plus sa traditionnelle «Foire de La Brillanne», un événement incontournable qui rassemble chaque année **une multitude d'exposants, de producteurs et d'artisans.** Forts du succès des éditions précédentes, les organisateurs promettent **une journée riche en découvertes et en divertissements pour tous les visiteurs, petits et grands.**

Parmi les exposants présents, **certains ont brillé au prestigieux Salon de l'Agriculture, revenant avec des médailles du Concours Général,** ce qui témoigne de la qualité des produits proposés. Mais la Foire de La Brillanne ne se limite pas à la simple exposition des produits : c'est également **l'occasion de profiter d'une multitude d'animations gratuites tout au long de la journée.**

Les enfants pourront s'amuser à volonté sur le manège, ou la structure gonflable. Des **jeux en bois** seront à disposition et il y aura même une mini-ferme où ils pourront **assister à la traite des chèvres et déguster du lait frais.** Les amateurs de balades auront également de quoi se réjouir avec **des promenades à poney et en calèche.** Pour les plus curieux, des **démonstrations de tonte de moutons** seront organisées, offrant un aperçu fascinant du savoir-faire artisanal.



PRODUCTEURS, ARTISANAT, ANIMATIONS, JEUX POUR ENFANTS... LA FOIRE DE LA BRILLANNE UN ÉVÈNEMENT INCONTOURNABLE À NE PAS MANQUER

Parmi les animations proposée, les amateurs de danse ne seront pas en reste avec un **spectacle envoûtant proposé par «Dansez Passion»,** promettant un moment de grâce et d'émerveillement pour tous les spectateurs.

Pour celles et ceux qui auraient besoin de reprendre des forces, **une buvette et une petite restauration seront disponibles tout au long de la journée,** proposant des spécialités locales telles que **pieds et paquets, daube et grillades.**



LE CARRÉ DES ASSOCIATIONS

La Foire de l'Ascension est également l'occasion pour les associations brillannaises de briller, avec **la mise en place d'un carré associatif où chaque association présente pourra présenter ses activités et échanger avec vous.**

VIDE-GRENIERS D'AVANT-FOIRE

Mais les festivités ne s'arrêtent pas là : **en pré-lude à la foire et par tradition, le dimanche 5 mai, un vide-greniers est organisé en partenariat avec l'Amicale Don du Sang.** Si vous êtes intéressé vous pouvez vous inscrire par téléphone ou directement sur place le jour même.

En somme, **la Foire de La Brillanne s'annonce comme un rendez-vous incontournable pour tous ceux en quête de divertissement, de découvertes et de convivialité.** Rendez-vous le jeudi de l'Ascension pour **une journée placée sous le signe de la bonne humeur et de la tradition !**



**26^e Foire Paysanne de la Brillanne
Jeudi 9 mai 2024 de 9h30 à 18h00**

Inscriptions et renseignements
Claude BOGGIATTO
Tél. 06 88 59 31 49
claude.boggiatto.afp@gmail.com

L'entrée à la foire ainsi que les toutes les animations proposés sont gratuites.

LA TABLE BLEUE : L'ASSOCIATION QUI DYNAMISE ST JEANNET VIA LA CULTURE ET LES LOISIRS !

L'association est née à St Jeannet en octobre 2020 grâce à un petit groupe d'amis réunis autour de «la Table Bleue ». Son but : dynamiser le village, faire connaître son patrimoine par la création d'événements divers. Petit focus sur les prochains évènements.

ASSOCIATION



SAINT-JEANNET

UNE ASSOCIATION ACTIVE !

Depuis 2020, l'équipe de La Table Bleue met toute son énergie à organiser de nombreux événements touchant tous les publics. A chaque événement, c'est un public de plus en plus nombreux qui est présent et cela que ce soit lors la nuit de la lecture, de la paëlla géante à St Jeannet, des randonnées pédestres ou encore des concerts.

Dans les prochaines semaines, l'Association vous propose **des temps forts à ne pas manquer alliant à la fois culture et loisirs !**

► **26 mai 2024** : Grand vide-greniers

► **23 juin 2024** : Spanish food 04 servira cette année encore pour la fête de la St Jean, **une paëlla sous les platanes de la mairie**. Une **ambiance Gipsy sera créée par le guitariste Tony et la chanteuse Tania, vue en 2019 dans l'émission télévisée The Voice**.

► **6 juillet 2024** : **Concert de piano à 19h30 par Amine SOUFARI**, brillant improvisateur, inspiré de sa culture arabo andalouse, du jazz et de la musique classique. Il jouera en extérieur, en **soirée prolongée sous les étoiles, autour d'un thé à la menthe et quelques pâtisseries du Sud**. Vous choisirez d'être assis au sol sur des tapis ou sur une chaise.

Et ce n'est pas tout, d'autres projets sont aussi en préparation pour les mois à venir :

- Exposition de photos anciennes de St Jeannet
- Randonnée automnale
- Rallye surprise à la découverte de curiosités de notre patrimoine local
- Autre concert de musique : piano Jazz ou classique
- Nuit de la lecture 2025

Pour les événements du 23 juin et du 6 juillet, il est nécessaire de réserver vos billets voici les liens pour le faire :

23 juin repas de la St Jean :

<https://www.helloasso.com/associations/la-table-bleue/evènements/repas-de-la-saint-jean-23-06-2024>

6 juillet concert de piano :

<https://www.helloasso.com/associations/la-table-bleue/evènements/concert-amine-et-le-piano>



Association La Table Bleue

Tél. 06 13 40 30 86

latablebleue@laposte.net

Facebook : La Table Bleue culture et loisirs

Les samedis après-midis l'Office de Tourisme organise des "Balèti", des événements où des groupes de musique entraînant invitent à la danse. Quant aux dimanches après-midis, place aux "Dimanches Musicaux" : des concerts plus relaxants sont proposés pour une ambiance détendue.

DEUX RENDEZ-VOUS À NE PAS MANQUER EN MAI POUR LES "MUSIQUES À PAULINE"

MUSIQUE

GREOUX-LES-BAINS



DIMANCHE 5 MAI - 16H

James Pace Trio

Originaire de Salem aux USA, il a vécu de nombreuses années en Californie avant de venir s'installer dans le Sud de la France. James a commencé le piano à 3 ans et son instrument favori est l'orgue Hammond B3. Depuis le début de sa carrière, il a enregistré 50 albums et il a tourné avec des artistes de blues et de rock tels que Tommy Castro, Ana Popvic, Janiva Magness, Matt Schofield, Harper, Mike Zito, Bobby Rush...



SAMEDI 25 MAI - 16H

Crystal Musette

Le groupe Crystal Musette est formé de 4 musiciens : un batteur, un clavier, une bassiste et accordéoniste. Leur répertoire est MUSETTE à 80% avec des séries ambiance chantées.

Ces manifestations sont ouvertes à tous, sans nécessité de billet d'entrée.
Toutes les animations musicales sont reportées en cas de mauvais temps annoncé.

MONOPRIX MANOSQUE, UN RELOOKING POUR TOUJOURS PLUS DE SERVICE...

Votre enseigne Monoprix Manosque, a en début d'année engagé quelques travaux de rénovation et d'embellissement. Plus moderne et plus convivial, l'enseigne met toujours un point d'honneur à répondre à vos besoins !



MANOSQUE



MONOPRIX MANOSQUE, PLUS MODERNE, PLUS CONVIVIAL

Monoprix, votre supermarché de centre-ville de 1900 m², situé avenue Jean Giono a récemment dévoilé une transformation d'envergure. Les travaux de modernisation ont donné naissance à un espace repensé, plus lumineux, vous offrant une expérience plus moderne et plus conviviale.

C'est dès l'entrée principale du magasin que vous pouvez noter les changements. Des sols refaits, des murs repeints, pour un réel "coup de jeune". Sitôt l'entrée franchie, vous pouvez constater que l'agencement des rayons a également été repensé avec de nouveaux meubles, pour faciliter et améliorer votre navigation. Cela vous permet donc de trouver plus rapidement ce que vous cherchez. Cette refonte est complétée par des caisses repensées pour assurer une fluidité maximale lors du passage en caisse.

UNE OFFRE ETOFFÉE...

Les changements ne se cantonnent pas à un relooking. En effet, Monoprix a également agrandi son offre de cave, offrant ainsi aux amateurs de vin une sélection encore plus étendue et raffinée. Vous pouvez retrouver des vins locaux tels que ceux provenant du Domaine de Pierrevert, du Domaine St Jean. Les autres rayons ne sont pas laissés pour compte puisque vous pouvez trouver un large choix de produits pour pouvoir faire l'intégralité de vos courses sans avoir à courir de magasin en magasin.

MONOPRIX MANOSQUE, UN MAGASIN REPENSAÉ, MODERNISÉ, POUR RÉPONDRE À VOS BESOINS

Tout au long de l'année, votre enseigne de proximité Monoprix vous propose des offres promotionnelles exclusives pour que vous puissiez profiter de produits de qualité. Notez que régulièrement des "offres à prix coûtant" sont proposées sur le rayon des fruits et légumes.

Monoprix Manosque, c'est aussi de nouveaux espaces textile/déco qui vous offrent un panel de produits de qualité aussi bien pour se vêtir que pour une déco tendance de votre intérieur.



VOTRE FIDÉLITÉ RÉCOMPENSÉE

Pour récompenser votre fidélité Monoprix lance un tout nouveau programme de fidélité, avec une multitude d'avantages. Rendez-vous vite en magasin pour découvrir les avantages qui vous sont réservés !

DES SERVICES EN PLUS

Monoprix va encore plus loin pour vous simplifier la vie. Vous ne le savez peut-être pas mais un service de livraison à domicile, gratuit pour les achats de plus de 50 €, est en place depuis quelques années maintenant. Quoi de plus pratique lorsque l'on a du mal à se déplacer ou lorsque l'on a peu de temps à consacrer aux courses que de se faire livrer ?

De plus, il est également possible de passer commande en ligne, ce qui vous offre une flexibilité absolue dans votre organisation quotidienne.

Ces transformations majeures marquent une nouvelle ère pour Monoprix, qui s'engage à vous offrir une expérience d'achat exceptionnelle, où praticité, qualité et service se conjuguent harmonieusement. Venez découvrir le nouveau Monoprix et laissez-vous séduire par cette expérience réinventée du shopping.

COLUMBUS CAFÉ...

L'ours de l'enseigne de coffee shop Columbus Café a fait son apparition à l'entrée de votre magasin Monoprix. Pour bien commencer la journée avec un bon café, faire une pause déjeuner en solo ou avec des amis, pour combler le petit creux de 16h, l'équipe de Columbus Café vous attend avec sa carte variée. Boissons chaudes ou froides, recettes salées et sucrées la gourmandise est à son maximum !



MONOPRIX MANOSQUE

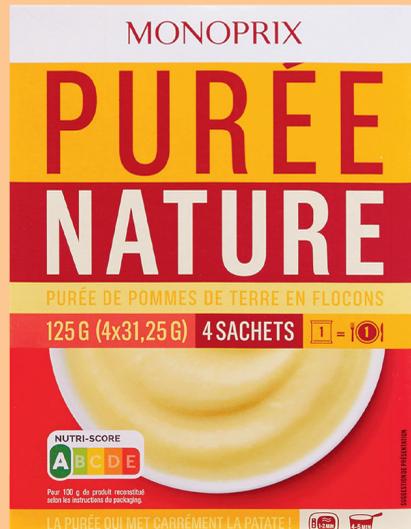
14 Av. Jean Giono, 04100 Manosque
Tél. 04 92 72 05 74

Ouvert du lundi au samedi
de 8h à 19h45 non-stop
Le dimanche de 9h à 19h30 non-stop

MONOPRIX.fr

100 PRODUITS À MOINS DE 1€*

ET CE N'EST MÊME PAS UNE PROMO



MONOPRIX MANOSQUE - 14 AVENUE JEAN GIONO

Du lundi au samedi de 8h à 19h45 et le dimanche de 9h à 19h30

* Du 15 mai au 9 juin 2024. Produits signalés en magasin et sur MONOPRIX.fr dans la limite des stocks disponibles. Assortiment pouvant varier d'un magasin à un autre et sur MONOPRIX.fr. Sous réserve de hausse tarifaire liée à la réglementation. FRANCHISÉ MONOPRIX - MY GSA MANOSQUE - R.C.S. Manosque B 914 802 715 - Commerçant indépendant - Pré-presse : NANOTERA

POUR VOTRE SANTÉ, ÉVITEZ DE MANGER TROP GRAS, TROP SUCRÉ, TROP SALÉ. WWW.MANGERBOUGER.FR

DU 8 AU 12 MAI 2024, LE LAC D'ESPARRON EST EN FÊTE !



Comme pour la précédente édition, la Fête du Lac d'Esparron-de-Verdon se veut riche et adaptée à toutes et tous. Nous vous dévoilons le programme de ces 5 jours festifs.

► Jeudi 8 mai

17h30 : Les festivités sont lancées avec la projection du film « l'Empreinte », la signature de l'eau en Provence. Ce documentaire de 52 minutes d'Octopuce Production, réalisé par Nelly Kars et Bruno Lamberts sera suivi d'un débat animé par les réalisateurs eux-mêmes. Le rendez-vous est donné à la Salle polyvalente.

► Vendredi 9 mai

Dès 9h : Journée Olympique et Porte ouvertes au club nautique (CNEV). Pour fêter les JO 2024 et les épreuves de voile accueillies dans notre région (à Marseille), venez embarquer à bord des bateaux pour goûter aux joies et aux plaisirs de la navigation sur le lac de 10h00 à 17h00 (petite pause au moment du déjeuner). En voiliers collectifs ou dériveurs doubles accompagné d'un marin expérimenté ou d'un moniteur vous pourrez « Tenir la barre » ou « Hisser les voiles » le temps d'une initiation.

17h30 : Film « l'eau Verte » Documentaire de 25 minutes. Film du soleil. Le film sera suivi d'un débat animé par Olivier Savoye, EDF hydro méditerranée, à la Salle polyvalente.

► Vendredi 10 mai

Dès 9h : Journée Pêche en partenariat avec « AAPPMA Verdon Colostre » au CNEV.

17h30 : Documentaire sur le canal de Provence présentation de la Société du Canal de Provence par le volet historique de l'alimentation en eau de la région d'Aix, l'histoire du canal du Verdon, la présentation de la Société du Canal du Verdon, les usages de l'eau du Verdon par la SCP, etc. Ce documentaire sera suivi d'un débat animé par Myriam Boinard, responsable du pôle Médiation et Culture de l'Eau au Canal de Provence, à la Salle polyvalente.

À partir de 20h : Concert par le groupe « Les affranchis » reprises, chansons françaises, rock/pop Durée : 1h30 sur le parking des commerces. Buvette de T'cap lors du concert des Affranchis sur le parking motos (boissons et petite restauration).

► Samedi 13 mai

Dès 13h : Régates au CNEV

Cela fera la 4^e année que le week-end de l'Ascension rime avec la Fête du Lac d'Esparron. Durant ces 5 jours, Esparron-du-Verdon et plus particulièrement son lac sont mis à l'honneur. Au programme 'activités nautiques, animations, concert, film et marché artisanal, le tout placé sous le signe de la convivialité !

ESPARRON-DE-VERDON

**POUR LA FÊTE DU LAC,
DRESS CODE CONSEILLÉ : MARINIÈRE
(OSEZ LES COULEURS !) ET CANOTIER
OU CASQUETTE DE MARIN**

ANIMATIONS GRATUITES !
SAUF VERDON CROISIÈRE, PARC GONFLABLE ET LA SARDINADE

De 10h à 18h : La fabrique du lac au Paddle Art Café.

À partir de 11h : Parc de gonflables pour les enfants, organisé par T'CAP, toute la journée sur le parking des commerces (participation payante pour la journée).

De 11h à 22h : Sardinade organisée par l'association de chasse, sur le parking face aux commerces.

À 12h : Barbecue sur la terrasse du CNEV, vente de sandwichs saucisses/merguez et boissons.

De 15h30 à 16h30 : Croisière littéraire avec Patricia Bouchet (rendez-vous au bateau promenade Verdon croisières) – Dans « Une araignée dans le rétroviseur », Patricia Bouchet raconte avec poésie l'innommable sans que cela en devienne l'unique intérêt du livre. Plein tarif 10€ et tarif réduit 5€ pour étudiants et enfants moins de 12 ans. Gratuit pour les moins de 6 ans et forfait famille (2 adultes et 2 enfants : 25€ au lieu de 30€) Places limitées, réservation conseillée sur www.verdon-croisieres.com

À 17h30 : Déambulation des animaux marins en échasses sur la place des commerces jusqu'à l'entrée de la salle polyvalente.

De 18h30 à 22h : Nocturne de l'exposition photo, à la Salle polyvalente

À 20h30 : Quizz organisé par le comité des fêtes, sur le thème du Lac, dans la salle du Cercle.

► Dimanche 12 mai

De 8h à 18h: Marché artisanal : organisé par T'CAP sur le parking des commerces avec animation musicale.

À partir de 10h : Régates au CNEV.

À 12h : Barbecue sur la terrasse du CNEV, vente de sandwichs saucisses/merguez et boissons.

De 14h à 17h : Course de pédalo licorne gratuit inscriptions sur place.

TOUS LES JOURS

● **De 10h à 18h30 : Expo photos « Au fil de l'eau »** à la Salle Polyvalente organisée par l'association T'cap en collaboration avec Esparron Passion.

● **Jeu d'énigmes sur l'eau Verdon Mystères 04** au CNEV et chez Alizé Electronic. Verdon mystères : Découvrez le 1^{er} jeu à énigmes accessible à tous sur le lac d'Esparron-de-Verdon, proposé par les loueurs d'embarcations. Verdon mystères est une activité ludique qui vous invite à parcourir le lac d'Esparron-de-Verdon à bord de l'embarcation de votre choix et de vous rendre sur des balises afin d'y découvrir une série d'énigmes. Faites confiance à votre instinct, observez bien, des indices peuvent vous aider à résoudre les mystères du lac. Jeu disponible chez les loueurs d'embarcations partenaires (CNEV, Alizé Electronic, La Perle du Verdon...) en mai, juin, septembre, octobre et novembre.

● **Concours dessin par géolocalisation** organisé par Alizé Electronic

● **Randoland** balade ludique et gratuite à faire en autonomie toute la journée. Les fiches sont disponibles gratuitement au CNEV.

● **Les restaurants : Le Bistro, La Buvette du lac, Le Paris London café** proposeront un menu spécial « Fête du Lac ».



ENCORE DE BELLES ACTIONS À VENIR POUR LE LIONS CLUB DE MANOSQUE !

Le moins que l'on puisse dire, c'est que le Lions Club de Manosque et ses membres ne restent jamais sur leurs acquis... Ce mois de mai s'annonce bien rempli avec entre-autre un concert à ne pas manquer, la participation aux festivités liées au passage de la flamme olympique et la réalisation de rêves d'enfants handicapés...



MANOSQUE

LIONS CLUB MANOSQUE



Notez donc bien la date du **lundi 13 mai** dans vos agendas pour assister à ce concert événement hommage à Phil Collins. Bien entendu **tous les bénéfices de cette soirée vont une fois de plus servir à financer les oeuvres du club.**

Après le passage de la flamme, le **17 mai 2024**, le Lions Club sera présent à l'aérodrome de Vinon-sur-Verdon pour offrir à **6 enfants porteurs de handicap, un vol en avion.** A l'issue de cette matinée où les sourires pourront certainement se lire sur tous les visages, **un pique-nique sera partagé pour terminer la matinée.** Le Lions Club répond toujours présent lorsqu'il s'agit d'apporter un peu de joie...

Salon Vins & Saveurs 5^e Edition



Avant toutes choses nous faisons un petit point sur l'événement d'envergure qui s'est tenu début avril à Manosque : le Salon Vins

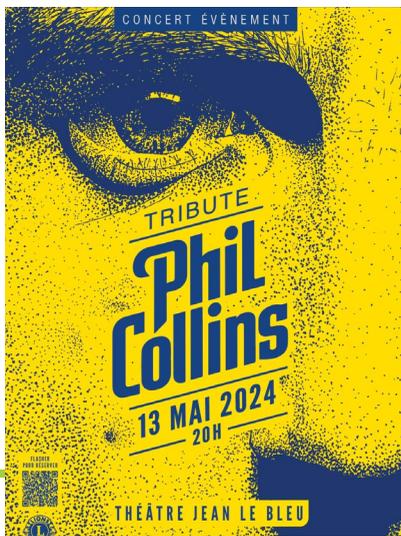
et Saveurs !

Cette 5^e édition a connu, comme tous les ans un vif succès. Ce ne sont pas moins de **67 exposants venus des 4 coins de la France** qui avaient répondu présents pour faire découvrir aux 1600 visiteurs leurs produits. C'est une bien belle édition qui a pu se tenir grâce au dévouement de chacun ainsi qu'aux aides précieuses de la Ville de Manosque, de la DLVA, de France Bleu, de la Compagnie Financière Colbert, de Provisible sans oublier l'animation menée d'une main de maître par Bruno Klimis.

Bien entendu, comme de coutume tous les bénéfices de ce salon serviront à financer les oeuvres.

L'ÉVÉNEMENT DE MAI À NE PAS MANQUER !

Nous vous l'annonçons dans le magazine d'avril... Le Lions Club de Manosque organise un événement exceptionnel le **lundi 13 mai 2024 au Théâtre Jean Le Bleu.** En collaboration avec **One More Night**, le Lions Club vous propose un concert "Tribute Phil Collins". Le temps d'une soirée, vous allez pouvoir **revivre les plus grands titres de l'artiste internationalement connu et reconnu.** C'est donc One More Night qui montera sur scène, avec 12 musiciens, pour un show qui restera certainement gravé dans les mémoires. Notez que quelques membres musiciens du groupe font également partie du groupe de variété Méphisto.



RÉSERVEZ VOS PLACES



LUNDI 13 MAI 2024
THÉÂTRE JEAN LE BLEU MANOSQUE
TARIF : 25 €

Après ce mois de mai bien chargé, viendra le temps du **Trophée LiSA, le 1^{er} juin.** Cette plus grande compétition de golf amateur de France se déroulera au Golf de Pierrevert. Ensuite **toujours en juin, le 8 exactement**, le Lions Club participera en partenariat avec la Ville de Manosque à une journée "environnement" pour le **reconditionnement du Lac du Lauron.** Le Lions Club finance les panneaux de sensibilisation installés aux abords du lac ainsi que ceux de signalisation.

Un peu plus tard dans le mois, le **17 juin**, se déroulera la traditionnelle remise des oeuvres au Golf de Pierrevert. Cette remise des oeuvres signe la concrétisation de l'investissement de chacun des membres pour organiser des actions et récolter des fonds.

Enfin le **22 juin**, l'actuel président Patrick Gai-Gianetti laissera son siège de président lors de la cérémonie de passation. En effet, chaque année, le Lions Club change de président mais pas de ligne directrice... Cette cérémonie sera aussi l'occasion d'introniser un nouveau membre au club.

À VENIR AUSSI EN MAI...

Vous n'êtes pas sans savoir que la flamme olympique fera son passage à Manosque le **11 mai 2024**, pour l'occasion ne soyez pas surpris de voir les membres du Lions Club participer à l'organisation de cet événement dans la cité de Giono...



LIONS CLUB DE MANOSQUE

Golf du Luberon - 1 chemin du Golf
La Grande Gardette - 04860 Pierrevert

Infos : 07 67 45 25 09

manosque.lionsclub@gmail.com

UNE BELLE PROGRAMMATION EN MAI !



DIGNE-LES-BAINS

C'est encore une belle programmation qui est prévue pour ce mois de mai avec notamment le Festival EJAMSLIVE. Théâtre, danse et musique flamenco sont aussi au programme.



Du 23 au 25 mai 2024 - PALAIS DES CONGRÈS

FESTIVAL EJAMSLIVE

Pour cette 17^e édition, le FESTIVAL EJAMSLIVE met à nouveau la guitare à l'honneur avec une prestigieuse exposition, trois concerts, des luthiers, des ateliers, masterclasses... ..et bien d'autres surprises encore !

DIGITAL SOUL PROJECT INVITE STÉPHANE ÉDOUARD

[World Jazz Progressif] - Jeudi 23 mai 2024 - 20h30

Digital Soul Project, c'est la rencontre de la Géorgie et de la France, mais surtout la réunion du jazz et des machines. Ce duo acoustique et digital guitare / batterie aux couleurs jazz world est une véritable invitation au voyage, empreint d'improvisation et de musiques du monde. Stéphane Edouard, membre du groupe Sixun, les rejoindra pour une soirée unique.

www.digitalsoulproject.com - www.stephane-edouard.com / TARIFS de 18 € à 6 €



EXPOSITION

JACOBACCI LES 100 ANS !

Du 23 au 25 mai 2024 - Entrée Libre

À travers une exposition exceptionnelle qui rassemblera près de 50 instruments prestigieux, nous commémorerons les 100 ans de la fondation de la maison JACOBACCI. Créé en 1924 par Vincent JACOBACCI, et repris ensuite par ses 2 fils Roger et André, cet atelier de lutherie parisien a acquis une renommée internationale notamment en créant sur mesure des instruments pour Johnny Hallyday, Eddy Mitchell, Francis Cabrel...

Nous aurons l'honneur d'accueillir Alain JACOBACCI (fils de Roger JACOBACCI), ainsi que Raymond GIMÈNES (Fondateur des Guitars Unlimited) et d'autres invités.

Un hommage musical, guitares JACOBACCI à la main, sera rendu sous la direction de Raymond GIMÈNES.

► **Inauguration de l'exposition :**
Jeudi 23 mai à 18h (Entrée libre) avec une animation musicale par la Classe CHAM du Conservatoire à Rayonnement Départemental.

Exposition visible les 23 et 24 mai de 17h à 19h30 et le 25 mai de 14h à 19h30 (entrée libre).



Petite restauration sur place le samedi



« Lauréat du grand prix JAZZ SACEM 2023 »

<https://beacons.ai/sixun> / TARIFS de 25 € à 17 €

CAFÉ BERTRAND

[Rock] - Samedi 25 mai 2024 - 20h30

Leur nouvel album Capharnaüm chante le constat d'une société pendue à la sonnette d'alarme. Le groupe explore et ose, se renouvelle sans cesse, tout en gardant son style inimitable. Les textes empreints de poésie et la voix du fondateur et leader Walther Gally exultent dans un écriin cousu main, par les riffs de guitare et la section rythmique assurée par la basse unique de Alain Perusini et les grooves implacables de Yuri Quintero, à la batterie.

www.cafebertrand.com / TARIFS de 18 € à 6 €

Ce concert sera précédé de la restitution des ATELIERS DE MUSIQUE ASSISTÉE PAR ORDINATEUR.



SIXUN

[Jazz Fusion] - Vendredi 24 mai 2024 - 20h30

UNIXCITY Groupe phare de la fusion européenne dans les années 80-90, Sixun signe son grand retour ! Leur nouvel album remet au goût du jour le groove incandescent du groupe, aux rythmiques puissantes et mélodies envoûtantes, harmonies luxuriantes et improvisations inspirées.

« Avec Unixcity, l'unité retrouvée de Sixun » Le Monde

PASS 3 SOIRÉES : 50 €
INFOS BILLETTERIE : 04 92 30 87 10

Téléchargez
le programme



LÉON

[théâtre] - **Mercredi 15 mai**

Alliant fraîcheur et engagement, imagination et vécu, caricature et vérité, ce spectacle joyeux et enlevé nous raconte avec humour, passion et dérision les aventures trépidantes d'un jeune facteur débutant. Léon nous révèle combien il serait ennuyeux de voir les choses comme tout le monde et nous interroge discrètement sur le moment où se décide "le métier qu'on fera" quand on sera grand !

www.pockettheatre.fr

A partir de 6 ans - Durée : 50 min

15h - Centre Culturel René Char

Tarif unique 6 €

En partenariat avec la Ligue de l'Enseignement 04

Jeune public



SPECTACLES

Mardis découverte



LE JOUR SE LÈVE ENCORE

[théâtre] - **Mardi 28 mai**

C'est le récit croisé de trois histoires. Trois histoires, côtoyant la Grande, qui illustrent à quel point, dans les moments les plus sombres, l'être humain ne cesse de chercher la lumière. Laurent Eyraud-Chaume, seul en scène, se questionne sur l'urgence, toujours renouvelée par les défis du présent, d'allier le pessimisme de la raison à l'optimisme de la volonté. Après tout, le jour se lève encore ?

Compagnie Le Pas de l'oiseau
de et avec Laurent Eyraud-Chaume

A partir de 12 ans - Durée : 60 min

15h - Centre Culturel René Char

Tarif de 18 € à 6 €

1 PLACE
ACHETÉE
=
1 PLACE
OFFERTE

ANA PÉREZ

[danse et musique flamenco] - **Jeudi 30 mai**

CONCERTO EN 37 ½

Ana Pérez est une pointure, 37,5 plus exactement. Mais au-delà de la taille de chaussure, elle est une pointure dans le domaine de la danse flamenco... Certains diraient même qu'Ana est un ovni de la danse contemporaine.

Venez découvrir cette artiste et voir au-delà de la beauté, dans l'écoute des énergies qui nous traversent...

www.anaperezdanse.com/la_danseuse/

19h - Centre Culturel René Char

Tarif de 18 € à 6 €

En partenariat avec Arts et musiques en Provence

1 PLACE
ACHETÉE
=
1 PLACE
OFFERTE

Jeudis découverte



INFOS/BILLETTERIE

www.centreculturelrenechar.fr - 04 92 30 87 10

LE CENTRE ANCIEN DE PIERREVERT S'ANIME POUR LA 13^È ÉDITION DE "VILLAGE D'ARTISTES"



L'association R'Eve d'Art créée en 2010 organise comme tous les ans l'événement phare du printemps "Pierrevert, Village d'Artistes" Cette 13^è édition se tiendra le samedi 1^{er} et dimanche 2 juin dans le centre ancien de Pierrevert.

PIERREVERT

R'Eve d'art propose la 13^{ème} édition de
Pierrevert, Village d'Artistes
1er - 2 juin 2024

Expositions et Ateliers éphémères
animent le centre ancien du village sur le thème :

**Lignes, matières et couleurs
au défi de l'imaginaire...**



Invité d'honneur
Christophe Masson



Participation gratuite et ouverte à tous de 10h à 18h

PIERREVERT : VILLAGE D'ARTISTES !

A la veille des joies estivales et comme le veut une tradition de 13 années, le printemps va voir Pierrevert se muer en **VILLAGE D'ARTISTES**, les 1^{er} et 2 juin 2024.

L'objectif de R'Eve d'art, pour cette manifestation, est de mettre **une belle ambiance artistique** dans le village, grâce aux artistes de l'association, **aux expositions, aux ateliers et aux démonstrations qu'ils offrent au public**, et grâce à un invité d'honneur.

UN INVITÉ D'HONNEUR...

Cette année, c'est **Christophe Masson, sculpteur installé à Forcalquier**, qui exposera à « La Voûte des Arts », pour montrer comment un autodidacte de 17 ans d'expérience devient un **professionnel aguerri à force de persévérance**. Artiste sculpteur sur métal, Christophe Masson a installé son atelier à Forcalquier dans l'ancienne caserne des pompiers.

Il cherche au fil de ses créations des lignes, des formes, des univers différents et changeants. **Il part souvent de matières premières récupérées, sélectionnées et recyclées, qui ont déjà une âme.** Il conçoit et crée ses œuvres d'intérieur et d'extérieur en métal, dans la spontanéité de l'instant et en tenant compte de leur présence future dans l'espace. Qu'il suive sa propre inspiration ou travaille sur commande (privée ou publique), **il ne propose que des pièces uniques et a expérimenté la réalisation d'un bronze.**



CHRISTOPHE MASSON S'EST VU ÊTRE LAURÉAT 2023 DU 1% ARTISTIQUE SUITE À LA CONSTRUCTION DE LA MÉDIATHÈQUE DE FORCALQUIER.

Il est également **très présent sur les Salons dédiés à l'art et participe à de nombreuses expositions :**

- 15^e et 16^e éditions du Salon d'Art contemporain (Sm'art) à Aix-en-Provence
- Salon Métamorphoses en 2021 et 2022 à Paris
- NICE ART EXPO 2023
- "Regards croisés en hommage à Pablo Picasso", Mairie d'Aubagne, novembre 2023

Christophe Masson réalise également des œuvres suite à des commandes publiques ou privées qu'il n'est pas rare de voir dans des lieux publics comme par exemple:

- Portes de la Citadelle de Forcalquier
- "Totem", Médiathèque de Forcalquier
- "Hommage à Pink-Floyd" Visible de mai à Septembre par le biais de la Maison Musée Colmars : Chemin de ronde.
- "Trophées" pour les championnats d'Europe de parapente en 2012 à Saint-André les Alpes

LE TEMPS D'UN WEEK-END, DÉCOUVREZ DES ARTISTES, ET DEVEZ VOUS-MÊME ARTISTE LE TEMPS D'UN ATELIER....

EXPOS, ATELIERS...

Le centre ancien de Pierrevert, de la Voûte des Arts au musée de la vigne et du vin, de la salle de la Frache... à d'autres lieux à découvrir, sera dédié aux arts plastiques, avec **des expositions variées, mais aussi des ateliers de découverte et d'initiation** : vitrail, dessin, sculpture, aérogaphie, photographie, peinture. **Ils seront animés par les artistes eux-mêmes**, heureux de partager avec vous leurs savoir-faire, en **créant devant vous, et en vous proposant de vous essayer, vous aussi, avec eux, gratuitement, à une création qu'il vous sera donné d'emporter en souvenir**, avec la conviction que, si « la critique est aisée, l'art est difficile » !

Le thème proposé par Rêve d'Art, association organisatrice : **"lignes, matières et couleurs au défi de l'imaginaire"**.

Comme chaque année, venez nombreux, les 1^{er} et 2 juin, de 10h à 18h, découvrir, admirer et vous essayer à la création artistique.



PIERREVERT, VILLAGE D'ARTISTE
Samedi 1^{er} et dimanche 2 juin 2024
10h -18h - Centre ancien de Pierrevert
Accès libre

CHAMPIONNAT DE FRANCE SAPEURS-POMPIERS DE CYCLISME LES 1^{ER} ET 2 JUIN À ORAISON

L'Union Départementale des sapeurs-pompiers des AHP en partenariat avec les pompiers 04 et les Sapeurs-pompiers de France organise les championnats de France de Cyclisme Sapeurs-Pompiers les 1^{er} et 2 juin 2024 à Oraison, le samedi sera dédié au contre la montre et le dimanche à la course en ligne...



ORAISON

Cette année, notre département, et plus particulièrement la commune d'Oraison, accueille 2 épreuves comptant pour le championnat de France de cyclisme des Sapeurs-Pompiers. Cet événement sous l'égide de la Fédération Nationale des Sapeurs-Pompiers de France, avec environ 450 participants, cette édition nous promet un beau spectacle. La cérémonie d'ouverture se déroulera le 31 mai 2024, à partir de 18h30.

22^E CHAMPIONNAT DE FRANCE DE CONTRE LA MONTRE INDIVIDUEL

Samedi 1^{er} juin

Cette journée sera dédiée à l'épreuve du contre la montre sur un tracé de 18,34 km avec un dénivelé de 88 mètres

Environ 140 coureurs au total seront attendus pour cette épreuve qui promet une belle bataille

Le contrôle technique des vélos débutera à 9h45, le premier participant s'élancera à 10h et ce sont toutes les 2 minutes suivantes qu'un nouveau coureur s'élancera.

Plusieurs catégories vont s'enchaîner avec par ordre de départ :

- Les féminines 1 et 2
- Les juniors F et H
- Les masters 3H, 2H et 1H
- Les vétérans 2H
- Les vétérans 1H
- Les séniors 2H
- Les séniors 1H

L'épreuve se terminera vers les 15h, et à 17h30, la cérémonie de remise de l'ensemble des récompenses aura lieu au centre-ville d'Oraison.



2 ÉPREUVES LES 1^{ER} ET 2 JUIN POUR LE CHAMPIONNAT DE FRANCE DE CYCLISME DES SAPEURS POMPIERS À ORAISON

40^E CHAMPIONNAT DE FRANCE DE COURSE EN LIGNE

Dimanche 2 juin

Ce sont environ 280 sapeurs-pompiers cyclistes qui vont s'affronter pour le 40^e championnat de France de course en ligne.

La course d'un dénivelé de 174 mètres, se déroulera sur une boucle de 23,09 km autour d'Oraison.

Pour l'occasion, 3 départs sont au programme :

- 1^{er} départ à 8h : ce départ donné au lieu-dit Saint-Pancrace, englobera les catégories féminines 1 et 2, les juniors pour 2 tours de circuit (46,2 km), les masters hommes 1,2 et 3 pour 3 tours de circuits (69,3 km).

La remise des récompenses se fera au lieu d'arrivée à 11h.

- 2^{ème} départ à 10h45 : ce départ, toujours donné au lieu-dit Saint-Pancrace, concernera les vétérans et juniors hommes catégories 1 et 2 pour 4 tours de circuit (92,4 km).

Les récompenses seront données à 14h15 au Kiosque du centre-ville d'Oraison

- 3^{ème} départ à 14h : ce sont les séniors catégorie 1 et 2 avec 5 tours (123,5 km) et un dénivelé total de 903m qui prendront le départ depuis le kiosque à Oraison

La remise des prix et la cérémonie de clôture générale se feront à 17h30 au centre-ville d'Oraison.

N'hésitez pas à venir nombreux pour encourager ces sportifs au grand cœur !

LE PARRAIN...

Cette épreuve est parrainée par Julien El Farès qui a débuté le vélo au club cycliste de Manosque. Il a été licencié pour la 1^{ère} fois à l'âge de 6 ans à l'EPM Manosque. De fil en aiguille, et par passion, il devient coureur cycliste professionnel en 2008. En 2010, 2011 et 2013 il participe au Tour de France, mais son parcours cycliste ne se cantonne pas à cette course renommée. En effet, Julien El Farès a aussi participé entre autres au Tour de Wallonie, du Haut-Var, au Grand prix d'Antibes ou encore au Tour Méditerranéen.

En 2021, à l'âge de 36 ans, il met un terme à sa carrière professionnelle mais pour autant il ne quitte pas le monde du cyclisme puisqu'il devient en 2023 directeur du magasin Elements Cycles situé... à Sainte-Tulle !



CHAMPIONNAT DE FRANCE DE CYCLISME DES SAPEURS-POMPIERS

Samedi 1^{er} et dimanche 2 juin 2024

Commune d'Oraison

LES EXPOS DU CHÂTEAU : PEINTURE ET CÉRAMIQUE À L'HONNEUR EN MAI...



GRÉOUX-LES-BAINS

EMMANUELLE BERNARD

Céramiste

Emmanuelle Bernard expose "en voisine", puisque son atelier est situé dans la Vallée du Jabron, un peu plus au nord du département. Céramiste depuis 30 ans, **elle obtient le diplôme "Un des Meilleurs ouvriers de France en faïencerie et maître artisan"**. Même si elle n'a pas suivi de formation, elle a appris son métier au contact d'autres potiers, décorateurs et céramistes.



Emmanuelle Bernard trouve son inspiration dans "sa belle Vallée du Jabron" qui est source d'influence pour ses photos, ses peintures, ses sculptures. C'est toujours avec beaucoup de minutie qu'elle prend le temps d'observer son modèle et cela dans les plus petits détails. Pour les animaux, elle tient absolument à les rendre expressifs, et vous pourrez vous apercevoir qu'ils vous regardent dans les yeux, qu'ils vous parlent... Elle se fait en quelque sorte **"traductrice de leurs messages sans paroles"**. Au travers de ses sculptures, elle cherche à sensibiliser le public humain à la condition animale actuelle dans le monde. Emmanuelle Bernard souhaite montrer que **"les animaux sont merveilleux, tous dignes de respect et cela du plus petit insecte au majestueux éléphant. En observant les animaux et les plantes, on ne peut que s'émerveiller, ils sont ingénieux, intelligents, sensibles, étonnants ! Au plus l'homme avance dans son évolution au plus il s'éloigne de la nature, pourtant nous faisons partie de cette nature, nous devons retrouver cette place en son sein,**

cette place au même niveau que tous les êtres vivants et ne plus nous comporter comme l'être supérieur.

Je voudrais que mes animaux d'argile vous touchent et que vous ayez envie de les protéger. Réveillons-nous !

3 ARTISTES, 3 UNIVERS POUR LES EXPOS DU CHÂTEAU À GRÉOUX-LES-BAINS

KARINE B

Peintre

Artiste peintre, Karine B travaille sur les liens, les trames, les traces, les entrelacs. Elle cherche ses combinaisons, ses mots, ses couleurs, les lignes de son discours. Elle cherche également à offrir au regard la contrainte de la pause et de l'immobilisme et prendre le temps d'accepter d'accueillir ce qui peut être désagréable pour rencontrer ce qui nous est si familier.



A partir du samedi 4 mai et jusqu'au dimanche 26 mai, les Expos du Château accueillent les réalisations de deux artistes peintres et d'une céramiste.

Petit focus sur ces 3 artistes avec le même point commun : la passion !

Ce qui l'intéresse c'est l'autre, l'autre vue, un autre point de vue que celui qui la conforte. "Je me laisse surprendre". Karine B accepte et exploite la répétition, l'identique, l'histoire qui devient un détail et le détail qui devient une histoire. Elle aime **"brouiller les pistes et superposer les mots"**. L'acte de faire et de défaire. Elle reste le nez collé à son support tout en ignorant les règles de l'art en inventant de nouvelles puis la règle devient principe et la contrainte devient le geste....

MURIEL FERRARI

Peintre

Muriel Ferrari vit et travaille dans le sud de la France. Son univers pictural est inspiré par la temporalité. La trace et l'empreinte du temps sont abordées tout en émotion à travers les paysages et les éléments traités en abstraction. Les matières, les couleurs souvent en mouvement se confondent, se juxtaposent dans une palette de tons rompus ou les camaïeux laissent place aux couleurs vives.



Exposition ouverte
Du samedi 4 au dimanche 26 mai 2024.
VERNISSEMENT LE VENDREDI 3 MAI À 18H
En présence des artistes.



**LES EXPOS
DU CHÂTEAU**
Du samedi 4
au 26 mai 2024
Du mardi au dimanche
de 11h à 18h
Fermé le lundi,
sauf le 20 mai
Entrée libre

Les artistes vous accueillent sur place.

Vernissage le 3 mai à 18h
en présence des artistes.

LA SOPHROLOGIE : UNE ALLIÉE PRÉCIEUSE POUR LES FUTURES MAMANS...

La sophrologie pendant la grossesse offre un précieux soutien pour les futures mamans. En se concentrant sur la respiration, la relaxation et la visualisation positive, elle aide à gérer le stress, les douleurs et les émotions fluctuantes. Magali Le Roy, vous accompagne dans cette étape importante de votre vie...

MANOSQUE



BIEN VIVRE SA GROSSESSE AVEC LA SOPHROLOGIE

Bien que la grossesse soit généralement associée à la joie, il est tout à fait normal de ressentir des peurs et des inquiétudes. Si c'est votre premier bébé, cela est une découverte pour vous et vous faites face à l'inconnu. Si vous avez déjà vécu une grossesse difficile, il est compréhensible d'appréhender l'événement à venir. **Malgré le soutien de la sage-femme, il est fréquent de se sentir toujours inquiète.**

► Vous recherchez **des techniques douces et naturelles** aussi bien pour **soulager les inconvénients de la grossesse** (douleurs, gênes, changement du corps, ...) **que pour vous apaiser ?** Chaque grossesse, chaque femme est différente, c'est pourquoi **l'accompagnement en sophrologie s'adapte à chacune d'entre vous.**

De la grossesse au post-partum, **Magali intervient pour que chaque femme puisse vivre pleinement chaque instant de cette magnifique étape de vie.**



Pour prendre rendez-vous, vous pouvez la contacter au **07 81 28 10 88** ou directement sur son site <https://magalileroy.com>

Centre Médical le Manuesca
2 rue de l'Eden
04100 MANOSQUE



UN ACCOMPAGNEMENT BIENVEILLANT

Pendant la grossesse, **Magali vous accompagne dans l'acceptation et la célébration de ce corps qui porte la vie**, tout en atténuant les gênes et les douleurs. Le lien maman-bébé est renforcé.

► **Elle vous aide également à vivre toutes les étapes de l'accouchement avec confiance et sérénité.**
► **Son accompagnement se poursuit également avec la période délicate du post-partum, vous permettant de vous ajuster à votre nouvelle vie, de trouver un équilibre entre les besoins du bébé et votre bien-être** et de progressivement retrouver de l'énergie.

La sophrologie est une précieuse alliée favorisant une grossesse et un accouchement plus serein et une récupération post-partum en douceur.

Sophr'oDanse
Danse - Sophrologie - Relaxation sonore
Dimanche 30 juin 2024
10h à 17h
L'Oustaou du Luberon - Villelaure
Repas végétarien pour le déjeuner / Accès piscine et jacuzzi
Tarif : 120 € tout compris
Tarif early birds : 100 € jusqu'au 30 avril
Possibilité de bon cadeau
Aucune technique de danse n'est requise
Réservation : 07 81 28 10 88 / 07 68 33 31 07

JOURNÉE SOPHRO'DANSE

Cet été, **Magali a le plaisir de coanimer une journée de reconnexion à soi dans le Luberon.** Laissez-vous emporter par une expérience unique avec au programme : danse intuitive, relaxation sonore et sophrologie. Cette journée sera une véritable bulle de douceur permettant de s'accorder du temps pour soi et pour son bien-être.

Une journée pour se déconnecter des tracas du quotidien et se reconnecter à soi.



Pour s'inscrire ou obtenir plus d'informations sur la journée SOPHRO'DANSE, contacter **Magali Le Roy 07 81 28 10 88** ou **Clarisse BOUVIER 07 68 33 31 07**

LE PARCOURS DE SOIN CHEZ AUDITION CONSEIL EN 4 ÉTAPES

Ludivine Marchi Heitzler vous dit tout sur les étapes clés qui jalonnent le processus de l'appareillage auditif. Guidée par son expertise et son sens de l'écoute, elle s'assure dès votre première visite que votre expérience soit non seulement efficace sur le plan technique mais aussi agréable et satisfaisante sur le plan humain

ÉTAPE N°1

La consultation initiale

Votre audioprothésiste Ludivine:

- **vous questionne** sur votre mode de vie et votre historique auditif
- **prend le temps de vous expliquer** en détail le diagnostic ORL
- **vous présente les solutions auditives** existantes chez Audition conseil
- vous établit **un devis personnalisé**
- procède à **une prise d'empreinte** pour réaliser **un embout sur mesure** si nécessaire

1

ÉTAPE N°2

Les séances d'adaptation

Votre audioprothésiste:

- vous remet des aides auditives pour **une période d'essai de 30 jours**
- **vous reçoit une semaine après** pour vérifier comment se passe l'accoutumance
- vous accueille encore deux semaines plus tard pour **réaliser des nouvelles mesures et affiner les réglages**

2



ÉTAPE N°3

Les séances de réglages

Votre audioprothésiste:

- **effectue avec vous un bilan** des premiers essais
- **continue d'optimiser** progressivement les réglages
- vous montre comment **bien entretenir vos appareils**
- **s'assure de votre satisfaction et valide avec vous l'efficacité de vos aides** auditives avant de vous remettre la facture, indiquant ou non le reste à charge

3



4

ÉTAPE N°4

Le suivi continu sur toute la durée de vie de vos appareils

Votre audioprothésiste:

- **contrôle l'évolution de votre audition** et **affine les réglages** grâce à différentes mesures
- **entretient votre appareillage**
- **est à l'écoute de vos commentaires** pour apporter toutes les améliorations nécessaires

100% SANTÉ

Vous pouvez bénéficier
d'un appareillage auditif
de qualité entièrement
remboursé*

VOTRE AUDIOPROTHÉSISTE



AUDITION
CONSEIL

l'art de bien s'entendre

*Valable avec un contrat mutuelle responsable pour l'achat d'un appareillage de classe 1.



LUDVINE MARCHI HEITZLER
AUDIOPROTHÉSISTE D.E

AUDITION CONSEIL

17 bis avenue Giono
04100 MANOSQUE

☎ (+33) 4 92 74 72 52

✉ manosque@auditionconseil.fr



FIBROMYALGIE ESPOIR, SE MOBILISE LE DIMANCHE 12 MAI 2024 AUX VANNADES



MANOSQUE

LA FIBROMYALGIE QU'EST-CE QUE C'EST ?

Vous avez certainement entendu le terme fibromyalgie, soit dans les médias soit par le corps médical, mais savez-vous réellement ce que c'est ? La fibromyalgie est une infection chronique qui se caractérise essentiellement par 3 symptômes chroniques principaux :

- Une douleur diffuse dans tout le corps
- Une fatigue importante
- Un sommeil peu réparateur

Ces symptômes, qui sont déjà bien handicapants, sont très souvent accompagnés de symptômes secondaires qui peuvent être multiples.

COMMENT DIAGNOSTIQUER LA FIBROMYALGIE ?

Bien entendu, c'est un médecin qui va tenir compte des 3 symptômes principaux pour établir un diagnostic. Tout le monde à un moment dans sa vie va avoir des douleurs dans le corps, de la fatigue ou des troubles du sommeil, mais cela ne veut pas dire que l'on a une fibromyalgie. Voyons comment les symptômes peuvent faire penser à la fibromyalgie.

1/ La douleur : Lorsque l'on est atteint de fibromyalgie, on ressent une douleur diffuse à la base des muscles et des tendons (les tissus mous). Il faut savoir que 18 points de douleurs principaux ont été recensés dans ce syndrome qu'est la fibromyalgie. Ceux-ci sont essentiellement liés à la colonne vertébrale, ce sont souvent ces points là qui sont extrêmement douloureux. Mais bien entendu, on peut aussi ressentir des douleurs partout. Pour poser le diagnostic, il faut que les douleurs irradient tout le corps et qu'elles durent depuis au moins 3 mois soit en continu ou en crise.

2/ La fatigue : Un autre signe qui ne trompe pas, c'est la fatigue. Cette fatigue est chronique, c'est-à-dire que l'on est fatigué tout le temps. Le moindre effort peut avoir un impact énorme sur notre énergie et la fatigue en elle-même peut avoir des conséquences sur notre état physique et psychique.

3/ Le sommeil : Lorsque l'on est fibromyalgique, le sommeil n'est pas du tout réparateur. On peut avoir des difficultés à trouver le sommeil, et cela malgré la fatigue, ou encore se réveiller en pleine nuit. Beaucoup de personnes atteintes de fibromyalgie se lèvent le matin aussi fatiguées que la veille.

Lorsque l'on est atteint de fibromyalgie, on rentre vite dans un cercle vicieux : au moins on dort, au plus on aura de douleurs et on sera de plus en plus fatigué...

Voilà pour le détail des 3 symptômes principaux, maintenant voyons quels peuvent être les symptômes secondaires tout aussi gênants dans le quotidien.

Les personnes dites fibromyalgiques, pourront vous confirmer que le quotidien n'est pas toujours des plus agréables. En effet, les maux de tête incluant les migraines, des difficultés à se concentrer, des règles douloureuses, de l'irritabilité sont très présents. Et ce n'est pas tout, on rencontre aussi souvent des problèmes de mémoire, une raideur matinale des muscles, des troubles gastro-intestinaux (constipation, diarrhée, syndrome du côlon irritable), un dysfonctionnement de la vessie, des picotements ou des engourdissements des mains et des pieds ainsi qu'une sensibilité accrue aux températures, aux bruits, à la lumière ou encore aux odeurs. Il n'est pas rare non plus de montrer de l'anxiété ou encore des symptômes de dépression.

Voilà pour les infos générales sur la fibromyalgie. Si vous voulez en savoir un peu plus n'hésitez pas à vous rendre le 12 mai aux Vannades pour la journée de sensibilisation organisée par l'association «Fibromyalgie Espoir».

FIBROMYALGIE ESPOIR

L'association créée en mai 2023, il y a tout juste un an, compte aujourd'hui plus de 170 adhérents. Depuis sa création, l'association a déjà organisé pas mal d'actions pour faire connaître cette maladie avec notamment des opérations cartes postales, une vidéo de sensibilisation ou encore un calendrier dénudé de sensibilisation.

Le dimanche 12 mai sera la journée internationale de la fibromyalgie. Pour l'occasion, l'association Fibromyalgie Espoir se mobilise et organise une journée de sensibilisation aux Vannades le dimanche 12 mai 2024. Mais au fait connaissez-vous cette maladie qui touche de nombreuses personnes ?

C'est en étroite collaboration avec La Vista Sud 04 à Manosque que l'association se démène pour faire un travail de sensibilisation, de soutien, d'accompagnement des malades en attente du diagnostic ou déjà diagnostiqués.

ASSOCIATION FIBROMYALGIE ESPOIR
06 59 11 13 37

31 ÈME JOURNÉE MONDIALE DE LA FIBROMYALGIE
Dimanche 12 mai 2024 10h-18h

Sensibilisation
Conférence
Informations médicales
2 à 3 millions de malades en France

Rencontre conviviale, libre et gratuite, proposée à tous

Concert musique

Découverte créative

Exposition voiture

PLAN D'EAU DES VANNADES, CHEMIN DES VANNADES, 04100 MANOSQUE

Manosque

LA JOURNÉE DU 12 MAI AUX VANNADES.

C'est dans la bonne humeur que «Fibromyalgie Espoir» vous donne rendez-vous pour une journée inédite. La maison de Santé La Vista Sud 04 sera bien entendu à ses côtés mais aussi d'autres intervenants comme Stéphanie Ghigi, marraine de l'association et patiente experte ou Anthony Blanc, le vice président de l'association et fondateur du groupe facebook Fibromyalgie échanges et conseils (plus de 8000 membres) ou encore la société Remedee, startup française à l'origine d'un bracelet produisant des endorphines qui permet de soulager les malades. D'autres professionnels ont également répondu présents.



Fibromyalgie Espoir

Tél. 06 59 11 13 37

Journée de sensibilisation

Dimanche 12 mai - 10h-18h

Les Vannades - Manosque

Facebook : Association fibromyalgie espoir
sortons de l'ombre

JOURNÉE DE DÉTENTE LE 18 MAI LORS DU 1^{ER} SALON DU BIEN-ÊTRE DE SAINTE-TULLE

La ville de Sainte-Tulle organise le 18 mai 2024 son 1^{er} Salon du Bien-Être. Le temps d'une journée, l'espace Gaston Vachier va se transformer en un lieu dédié au bien-être avec des ateliers, de nombreux artisans, des arts divinatoires, des activités bien-être et bien plus à découvrir sur place !



SAINTE-TULLE

RENDEZ-VOUS LE 18 MAI

Notez la date dans votre agenda pour ne pas manquer le rendez-vous ! Le samedi 18 mai sera dédié au bien-être à Sainte-Tulle. Si vous avez des envies de lâcher prise, et d'épanouissement personnel, ce sera l'occasion idéale pour explorer un panel de pratiques et de méthodes pour cultiver votre bien-être intérieur et physique. C'est dans un cadre chaleureux, que cette journée de détente sera propice à la découverte, à la connexion et à la bienveillance.

De 10h à 18h vous allez pouvoir rencontrer une cinquantaine de professionnels. Thérapeutes et professionnels d'activités bien-être, experts en arts divinatoires, spécialistes des plantes n'hésiteront pas une seule seconde à échanger avec vous, à vous donner de précieux conseils pour vous sentir mieux. Vous aurez aussi l'occasion de rencontrer des artisans (bougies et autres...) qui vous feront découvrir leur talent.

CONFÉRENCES, THÉRAPEUTES, ARTISANS, ARTS DIVINATOIRES, ATELIERS POUR CETTE 1^{ERE} ÉDITION DU SALON BIEN-ÊTRE A SAINTE-TULLE

Durant cette journée, vous pourrez également assister à l'une des nombreuses conférences gratuites. Ce ne sont pas moins de 7 thèmes qui seront abordés pour vous aider à découvrir de nouvelles perspectives de connexion à vous-même. Si les conditions météo le permettent des conférences en extérieur ainsi que des ateliers gratuits vous seront proposés dans le magnifique parc des Ombres.



SALON DU BIEN-ÊTRE

Samedi 18 mai 2024 - 10h18h

Espace Gaston Vachier - St-Tulle

Entrée libre. Restauration sur place.

SALON DU BIEN-ÊTRE

Première édition

SAINTE-TULLE



- Ateliers en plein air
- Artisans**
- Activités bien-être
- Bougies
- Arts divinatoires
- Plantes**
- Minéraux
- Thérapeutes**

18 mai 2024

Entrée Libre
De 10h à 18h

Espace G. Vachier

8 CONFÉRENCES GRATUITES

NOMBREUX PROFESSIONNELS

RESTAURATION SUR PLACE




JOURNÉE INTERNATIONALE DU THÉ LE 21 MAI : LE THÉ BON POUR LA SANTÉ !

Saviez-vous qu'après l'eau le thé est la boisson la plus consommée au monde ? Ce n'est donc pas pour rien qu'une journée mondiale lui est dédiée le 21 mai. Qu'il soit vert, noir, blanc... le thé possède de multiples vertus pour la santé



LE THÉ UN ALLIÉ POUR LA SANTÉ

De nombreuses études ont démontré que consommer du thé régulièrement était bon pour la santé. Le thé est un stimulant comme le café, mais à l'inverse il n'est pas un existant. Sa théine procure une stimulation douce et étalée dans le temps. **Le thé vert diminue le risque de diabète.** Une étude japonaise a démontré que les personnes qui boivent 3 tasses de thé vert par jour, ont une baisse de la glycémie ainsi que de l'insuline. **Le thé vert est aussi bénéfique pour vous aider à garder la ligne !** Boire 4 tasses de thé par jour diminuerait l'absorption des graisses dans l'intestin et limiterait le stockage de ces dernières et favoriserait le destockage.

Pour des os plus solides, boire entre 1 et 3 tasses de thé par jour serait une bonne solution, des études démontrent que **le risque de fracture était réduit chez les personnes qui boivent du thé** et cela sera dû aux catéchines contenues dans le thé. Ces mêmes catéchines semblent aussi **réduire la prolifération de la bactérie responsable des ulcères de l'estomac.**

LE THÉ : DE MULTIPLES VERTUS POUR LA SANTÉ !

Consommer du thé permet aussi de **réduire les caries et empêcheraient le prolifération de la plaque dentaire**, le thé contient aussi du fluor...

Enfin pour avoir de meilleures défenses immunitaires, des études ont démontré que consommer du thé, surtout du thé noir, durant des épisodes de grippe ou lors d'infection bactériennes et virales était un bon réflex !

Si boire du thé ne fait pas encore partie de vos habitudes, profitez de la journée internationale du thé pour découvrir cette pépite naturelle, alliée de taille pour la santé !



LA VOÛTE DES ARTS : UNE SAISON 2024 À DÉCOUVRIR...

La Voûte des Arts, lieu patrimonial et culturel, ré-ouvre ses portes le premier mai pour la saison 2024 avec une exposition de la peintre Marina Haccoun Levikoff. Cette voûte médiévale unique du XIII^{ème} Siècle située en plein cœur du vieux village de Pierrevert, près de l'église Saint Pierre, en haut du promontoire rocheux, a été transformée en galerie associative en 2021...

PIERREVERT



LA VOÛTE DES ARTS

Fidèle à sa vocation, l'association propose depuis 2021, en collaboration avec les associations locales et les festivals déjà implantés, des expositions de peintures, sculptures, photographies et littérature, une à deux fois par mois. Cette année, la Voûte des Arts accueillera plusieurs artistes de notre région ainsi qu'un groupe d'artistes d'Amérique Latine qui ont choisi la Provence pour rassembler leurs œuvres.

Lieu de musique doté d'un piano Yamaha et d'une acoustique unique et chaleureuse, la Voûte des Arts proposera le 21 juin prochain une grande fête de la musique avec le conservatoire départemental de musique de Manosque qui présentera ses meilleurs élèves tout au long de cette journée.

Egalement, le 12 juillet ne manquez pas le concert de l'Osons Jazz Quintet et le 14 Juillet les chansons françaises par Justine Jérémie. La Voûte des Arts participera, comme chaque année, aux manifestations nationales des Journées Européennes du Patrimoine et de la fête de la science sans oublier qu'elle fera partie intégrante des "IN" des Correspondances de Manosque et des Nuits Photographiques de Pierrevert.

Les bénévoles de l'association seront ravis de vous accueillir et de vous accompagner pour découvrir les lieux. La voûte a déjà accueilli 5000 visiteurs en deux ans, dont les élèves des écoles du village qui découvrent régulièrement nos expositions.

L'équipe est par conséquent fier de vous annoncer leur nouvelle saison 2024 pleine de surprises qui offre un programme varié et passionnant.



LE PROGRAMME DE LA SAISON

- **1^{er} - 12 Mai** : « La Couleur des Mers », exposition de l'artiste peintre Marina Haccoun-Levikoff.
- **17 - 26 Mai** : « Lumière et Matière », exposition de l'artiste peintre Anaïs Michèle.
- **1^{er} - 2 Juin** : Village d'artistes la voûte reçoit les artistes de l'association R'Eve d'Art.
- **21 Juin**: Fête de la musique:
11h-14h30: Concert Pique-Nique aux Balkans
14h30-19h00: récit par les professeurs et élèves du Conservatoire Départemental des Alpes de Haute Provence.
19h00: Brigitte Kolly-Weiss et ses ritournelles, chante avec son public.
- **22 Juin - 7 Juillet**: « Tierra de Encuentro » (terre de rencontre). Artistes peintres Latino-Américains en Provence.
- **2 Juillet à 18h** : l'Oson Jazz Quintet.
- **14 Juillet à 17h** : Justine Jérémie chante la chanson française à l'accordéon pour la fête nationale!
- **20 - 28 Juillet** : Les primitifs de la photographie avec le concours du musée Nicéphore Niépce de Chalon-sur-Saône et les Nuits Photographiques de Pierrevert.
- **8 Août - 1 Septembre** : Salon d'aquarelles avec la Société des aquarellistes de Provence.
- **7-15 Septembre** : «Verdon perception » photographies du Verdon avec l'association « Good Shot » pour les Journées Européennes du Patrimoine.
- **18-22 Septembre** : « Étranges Correspondances », les Correspondances de Manosque s'invitent à la Voûte des Arts.
- **28 Septembre à 17h**: Concert de guitares par l'ensemble Tastiera à l'église de Pierrevert.

- **5 - 13 Octobre** : Fête de la Science: Océan de Savoir.
- **30 Novembre - 8 Décembre**: exposition des jouets anciens des Pierrevendants organisée par la mairie de Pierrevert à la Voûte des Arts avec le concours du musée de Gréoux-les-Bains.

MARINA HACCOUN- LEVIKOFF

Tous les jours du 1^{er} au 12 mai 2024 de 10h à 18h, vous pourrez découvrir la série de peintures réalisées par Marina Haccoun-Levikoff à l'occasion de l'exposition intitulée "La couleur des Mers".

"Kara", le noir pour le Nord. "Ak", le blanc pour le sud. Ainsi Karadeniz (deniz=mer) est la mer Noire et Akdeniz ou mer Blanche, désigne la Méditerranée pourtant si bleue. Les mots et les noms ont leur histoire, et la mer Blanche de la Russie septentrionale s'unit à la Méditerranée par une malicieuse opportunité. Entre les déserts se glisse la mer Rouge. C'est dans la traversée de ces mers que je vous introduis dans cette exposition : la couleur des mers.

Marina Haccoun-Levikoff aime dire que «Par l'histoire familiale et mon vécu, ces mers, qu'elles soient Noire, Blanche, Bleue et Rouge, sont les miennes, je les connais et je les aime»

La Couleur des Mers



Marina Haccoun - Levikoff

La Voûte des Arts
1^{er} - 12 Mai 2024 10h-18h
5 rue Allaud, Pierrevert
Entrée libre



La Voûte des Arts

www.voute-des-arts.fr

Instagram : #voutedesarts

Facebook : Voûte Des Arts

MON HOME'
et moi



LA MODE HOMME & FEMME

Envie de se sentir bien ? Essayez et adoptez une nouvelle image!

C'est pour cela que **Mon Home' et Moi** innove et s'agrandit avec un corner vêtements Homme Dos Galgos et femme Brandtex.

Des matières naturelles du lin à la viscose pour un effet léger et un entretien facile.

Du S au 2 XL, un grand choix vous attend.



BAISSE DES PRIX
-20% en plus sur les nouvelles commandes

JEU CONCOURS*
100% GAGNANT!

POUR L'ACHAT D'UN CANAPÉ
ON VOUS REMBOURSE 2000 €*
DU 2 AVRIL AU 25 JUIN 2024

* Jeu avec condition d'achat - Voir conditions et règlement en magasin ou à l'étude SELARL AMAT ET VARCIN Commissaires de Justice à Manosque ou sur le site internet https://www.huisiermanosque.fr/

HOME SPIRIT
FRANCE

MON HOME'
et moi



LE CANAPÉ

Mon Home' et Moi c'est aussi le canapé Français avec Home Spirit.

Voilà trois bonnes raisons de vous faire plaisir et de choisir un nouveau canapé :

- ▶ **Conseils personnalisés à domicile**
- ▶ **Prolongation du jeu concours**
- ▶ **-20% en plus sur les nouvelles commandes**

MON HOME'
et moi



SHOWROOM 200 M²

Mon Home' et moi, le showroom de 200 m², c'est un **corner store de grandes marques** :

Haomy, Côté Table, Sylvie Thiriez, Vent du Sud, Mise au Green, Comptoir de Famille...

Rideaux, nappes, linge de lit, luminaires, coussins, éponges, mobilier sont à découvrir en boutique !



RDV à domicile : Tél. 04 92 87 66 68



LE CANAPÉ FRANÇAIS



ShowRoom MHM - Ex interior's

A côté de Monoprix - 18 Avenue Jean Giono - 04100 Manosque
interiors.manosque@gmail.com - De 9h30 à 18h30 du mardi au samedi



26^E SALON MINÉRAUX, FOSSILES, MÉTÉORITES ET BIJOUX LES 1^{ER} ET 2 JUIN 2024



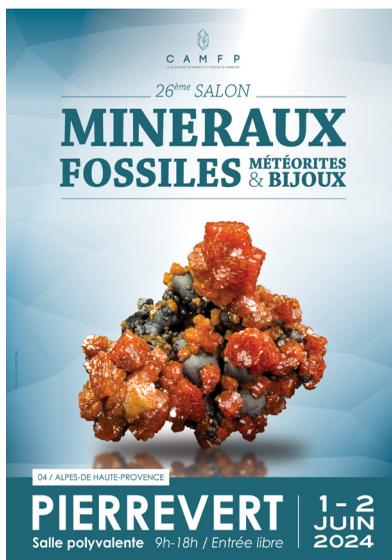
PIERREVERT

LES MINÉRAUX SONT À L'HONNEUR !

Pour sa 26^e édition, le salon Minéraux, Fossiles, Météorites et Bijoux de Pierrevert vous ouvre ses portes les 1^{er} et 2 juin pour vous offrir la possibilité de découvrir une grande diversité de cristaux et fossiles.

Cette année encore, **amateurs et passionnés seront réunis dans une ambiance conviviale** pour explorer les trésors cachés de notre planète. Cette 26^e édition sera un peu spéciale, puisqu'elle vous réserve une surprise paléontologique : **une exposition de fossiles d'œufs de dinosaures** qui fera certainement sensation auprès des plus jeunes, comme des plus grands.

Comme tous les ans, c'est une invitation au voyage qui vous est proposée. En effet, vous allez au fil de votre visite, **découvrir les cristaux étincelants du monde entier.**



Du quartz des Alpes aux jades d'Asie en passant par les améthystes d'Uruguay ou encore les fossiles de Haute-Provence, vous allez faire un véritable tour du monde des pépites minérales.

Avec son tout nouveau président, Arnaud Quintans", le "Club Amateur de Minéralogie et Fossiles de Pierrevert" vous invite à venir découvrir, échanger avec des passionnés lors du 26^e salon Minéraux Fossiles, Météorites et Bijoux à Pierrevert. Ce sera peut-être l'occasion de susciter de nouvelles passions !

MINÉRAUX, FOSSILES D'ŒUFS DE DINOSAURES ET BIEN PLUS À DÉCOUVRIR LORS DE CE 26^E SALON À PIERREVERT

Les exposants présents pour cette nouvelle édition seront ravis de vous faire partager leur connaissance, leur passion. Ils vous présenteront des pièces de qualité et aussi des pierres fines montées sur argent. Ce sera l'occasion de trouver des idées pour des cadeaux originaux et pour toutes les bourses.



26^e Salon Minéraux, Fossiles,
Météorites et Bijoux
Salle Polyvalente de Pierrevert
Samedi 1^{er} et dimanche 2 juin
9h-18h / Entrée libre

LE MANTEAU DE BRÔMES 13^E FESTIVAL DE SAYNÈTES



SAINT-MARTIN-DE-BRÔMES

LE MANTEAU DE BRÔMES...

Le festival **Le Manteau de Brômes**, vous attend du 3 au 5 mai 2024 à **St-Martin-de-Brômes**. Mais au fait, savez-vous ce que sont des saynètes ? Et bien il s'agit de courtes pièces comiques avec peu de personnages. Ce festival présente donc **des saynètes imaginées par des écrivains amateurs et interprétées par la troupe théâtrale de Saint-Martin-de-Brômes.**

La mise en scène est effectuée par **Mireille Chong et Marc Tissier.**

Du 3 au 5 mai 2024, des troupes de théâtre amateur montent sur les planches à l'occasion du 13^e festival de saynètes : **Le Manteau de Brômes.**



LA SALLE POLYVALENTE DE ST-MARTIN-DE-BRÔMES SE TRANSFORME EN THÉÂTRE DU 3 AU 5 MAI 2024



Le Manteau de Brômes
Du 3 au 5 mai 2024
Saint-Martin-de-Brômes
Places limitées réservation conseillée
Tél. 07 68 56 91 46
Mail : Casc.smdb@gmail.com

LES RETROUVAILLES AUTOUR D'UN CAFÉ, LE NOUVEAU LIEU DE CONVIVIALITÉ À MANOSQUE !

C'est tout début avril que "Les Retrouvailles autour d'un café" a ouvert ses portes Rue des Marchands à Manosque. Un lieu qui se veut convivial pour passer un bon moment entre amis ou en famille... Pour combler les petites faims et étancher les petites soifs, c'est l'adresse incontournable !

MANOSQUE



C'est au cœur de Manosque, que "Les Retrouvailles autour d'un café" a ouvert ses portes début avril. Avec une déco aussi chaleureuse que l'accueil de "Momo", ce tout nouvel espace dédié aux "Retrouvailles autour d'un café" va vite devenir un incontournable à Manosque. Ce nouveau lieu est un appel à la détente et aux échanges, que ce soit pour un café matinal, une pause gourmande ou un apéritif entre amis.

SAVOUREZ L'INSTANT, DU PETIT DÉJEUNER À L'APÉRO !

Dès le début de matinée "Les Retrouvailles" vous ouvre ses portes avec une formule petit-déjeuner, offrant un choix varié de viennoiseries fraîches et de boissons (café, thé, smoothies) pour bien commencer la journée. A toute heure de la journée pour les amateurs de plaisirs sucrés, les gaufres et les crêpes sont à l'honneur accompagnées d'une sélection de pâtisseries qui raviront les papilles les plus exigeantes.



Mais "Les Retrouvailles" ne se limitent pas aux douceurs sucrées. À toute heure, vous pourrez également déguster de délicieux plats salés, tels que les fameux poke bowls, les pains bagnats ou

autres sandwiches et croque monsieur pour par exemple, une pause déjeuner équilibrée et savoureuse.

Et pour prolonger ces moments de convivialité jusqu'au soir, une généreuse planche apéro à partager vous attend !

LES RETROUVAILLES AUTOUR D'UN CAFÉ, LE NOUVEAU LIEU INCONTOURNABLE À MANOSQUE !

LES PETITS PLUS...

"Les Retrouvailles" c'est aussi un dépôt de pain ! Tous les jours vous aurez la garantie d'un accès à du pain frais et croustillant, ainsi qu'à une sélection de viennoiseries pour satisfaire toutes vos envies gourmandes.

Ouvert du lundi au samedi, de 8h à 21h, "Les Retrouvailles" vous accueille tous les jours de la semaine pour partager des moments de convivialité et de plaisir.

Et parce que le dimanche et les jours fériés méritent également d'être célébrés, "Les Retrouvailles" ouvre ses portes lors des événements organisés en centre-ville de Manosque, offrant ainsi un lieu idéal pour se retrouver en toute occasion.

Que ce soit pour un café entre amis, une pause gourmande en solitaire ou un apéritif festif en soirée, "Les Retrouvailles autour d'un café" promettent un accueil chaleureux et des instants de partage inoubliables.

Venez découvrir ce nouveau lieu de convivialité et de gourmandise, où chaque visite est une invitation à se retrouver et à savourer la vie.



Convivialité et bonne humeur !

Dépôt de pain, viennoiseries
Douceurs sucrées & salées
Formules petit déjeuner - Formules déjeuner
Planches apéros
Café, thé, boissons...

RENDEZ-VOUS AUX JARDINS DE L'ATELIER DU MILLE PATTES, CATHERINE ET PIERRE PASTEAU FORCALQUIER DU 1 AU 9 JUIN 2024

Pour sa sixième année, l'Atelier du Mille Pattes participe aux Rendez-vous aux jardins, organisés par le Ministère de la Culture. Cette année, le rendez-vous se déroule du samedi 1er au dimanche 9 juin 2024 avec pour thème « Les cinq sens au jardin »



FORCALQUIER

DEUX PASSIONS PARTAGÉES...

La nature, les végétaux, la terre et la décoration

Le jardin a été créé au début du XX^e siècle avec une vue dominante sur la ville de Forcalquier, le Luberon, les Alpes du sud et est devenu au fil du temps un jardin d'agrément.

Depuis 2012, Pierre le réaménagement tout en lui gardant sa structure d'origine. Pour mieux dompter la pente du jardin, il a été découpé en petits enclos à thème, cultivé sans pesticide. Discret, intimiste et caché derrière des haies de lauriers-tins, vous entrez par le jardin d'accueil avec ses arbres fruitiers, ses vignes et sa tonnelle d'exposition.



À DÉCOUVRIR AU FIL DE LA VISITE

- ▶ Une allée bordée de vieux ifs en topiaire distribue plusieurs espaces et vous conduit à la serre, occupée par l'atelier de Poterie de Catherine.
- ▶ Un jardin ombragé par un micocoulier centenaire.
- ▶ Un patio de rosiers bordé de buis.
- ▶ Une gloriette de rosiers grimpants.
- ▶ Un amphithéâtre de verdure avec sa rocaille plantée d'espèces adaptées à la sécheresse.

Le jardin est agréé Refuge LPO, Catherine et Pierre Pasteau sont adhérents Parcs et Jardins PACA.

PROGRAMME DES JOURNÉES DES RENDEZ-VOUS AUX JARDIN

Ouvert de 10H00 à 18H00 Entrée libre et gratuite

- **Visites guidées** par Pierre Pasteau tous les jours à 10H30 et 15H00
- **Conférence** : Réflexions et échanges sur « L'Art de visiter un jardin » par Pierre Pasteau les dimanches 2 et 9 juin à 17H00
- **Expositions d'Artistes** : de 10H00 à 18H00
Poteries de jardin de Catherine Pasteau
Sculptures en bronze de Catherine Biglietti
Sculptures Céramiques de Philippe Bigard
- **Lectures animées** par les Cinq sens au jardin
- **Concert et contes gratuits** : réservation par tél ou mail
- Samedi 1^{er} juin à 18H30
Chansons françaises mélangées : Yor Pfeiffer
- Samedi 8 juin à 18H30
Spectacle de Contes : « Embarquement immédiat porte du rêve » Gin Candotti-Besson

EXPOSITIONS D'ARTISTES DU 1^{ER} AU 9 JUIN DE 10H À 19H



- **Catherine Pasteau** : Céramiste
Passionnée par le travail de la terre, je vous présenterai ma basse-cour, mes tuteurs de jardin, mes marques plantes, et d'autres surprises en terre vernissée.
www.latelierdumillepattes.com

- **Catherine Biglietti** : Sculptrice
Sculpter la cire, la transformer en bronze... autant d'étapes nécessaires pour réaliser des sculptures qui défient les lois de l'équilibre et de l'attractivité.
www.catherinebigliettisculptures.fr



- **Philippe Bigard** : Sculpteur
Sculptures réalisées en grès brut, patinées ou émaillées, inspirées par l'antiquité ou différents courants artistiques.
Instagram : bigard-sculpture



RENDEZ-VOUS au Jardin de l'ATELIER DU MILLE PATTES - Du 1er au 9 juin 2024

Quartier Saint Marc, 3 rue des Trinitaires - 04300 Forcalquier

Tél. 06 52 32 89 86 - latelierdumillepattes@gmail.com

www.latelierdumillepattes.com

LA MAISON ROSSINI ESTIME GRATUITEMENT VOS OBJETS, BIJOUX, COLLECTIONS....



Vous avez peut-être chez vous des objets d'art, des collections, des bijoux, des sculptures, des tableaux que vous souhaitez faire estimer en vue de les vendre aux enchères. Désormais la Maison Rossini, vous propose une estimation gratuite de ces derniers. Elle s'occupe également de la mise à la vente si vous le souhaitez !

MANOSQUE



EXPERTISE GRATUITE !

La Maison Rossini, offre un service complet pour l'estimation gratuite et la vente d'une variété d'objets, des tableaux aux jouets anciens. Maître Romain Verlomme-Fried, commissaire-priseur saura exactement à quel prix vous pouvez espérer vendre aux enchères vos objets et autres collections. Si vous cherchez donc à vendre vos biens au meilleur prix, La Maison Rossini propose des estimations gratuites lors de rencontres organisées ou à domicile.

Faire appel à la Maison Rossini est la garantie d'une évaluation précise de la valeur actuelle des objets, avec l'expertise de spécialistes. Si l'objet est considéré comme ayant un potentiel pour la vente aux enchères, il sera acheminé à Paris dans la salle des ventes de La Maison Rossini.

LA MAISON ROSSINI EXPERTISE GRATUITEMENT VOS OBJETS, COLLECTIONS, TABLEAUX...

Les rencontres organisées sont l'occasion de rencontrer les experts pour obtenir des estimations précises, la prochaine se déroulera à Manosque le 29 mai 2024. Notez qu'il est nécessaire de prendre rendez-vous avant pour être certain de pouvoir faire estimer votre ou vos biens. Si vous ne pouvez pas y assister ou vous déplacer, des rendez-vous à domicile peuvent être organisés. Pour les objets d'intérêt plus spécifique, l'expertise se fait à Paris sans frais pour le propriétaire.

Une fois l'estimation gratuite réalisée, vous avez le choix de mettre l'objet aux enchères ou de le garder. Si la décision est de continuer avec la vente aux enchères, La Maison Rossini s'occupe de tout le processus. Si l'objet est vendu, la société prend une commission préalablement convenue avec le vendeur.

Si l'objet ne trouve pas preneur lors de la première vente, les experts offrent la possibilité de le remettre en vente ou de le retourner au propriétaire.

Le suivi des ventes se fait en ligne sur des plateformes telles que <https://drouot.com> et <https://www.interencheres.com>, vous permettant de suivre en direct le déroulement des enchères et même d'y participer.

En résumé, La Maison Rossini offre un service complet pour la vente aux enchères d'une variété d'objets, avec des estimations gratuites, un processus transparent et la possibilité de suivre les ventes en ligne.



Rossini

Maison de Ventes aux Enchères

Romain Verlomme-Fried : 06 69 03 09 24

rossini.sud@rossini.fr

www.rossini.fr

LE 17 MAI, LA SAISON SE POURSUIT POUR LES SOIRÉES DE L'ÉTOILE AVEC " LE MARI DE MA FEMME" !

Pour ce mois de mai, les Soirées de l'Etoile vous propose une comédie où 3 comédiens vont vivre des situations et une succession d'événements plutôt... cocasses ! Une bonne soirée en perspective au Centre de Congrès de l'Etoile de Gréoux-les-Bains.

GRÉOUX-LES-BAINS



« LE MARI DE MA FEMME » (THÉÂTRE - COMÉDIE)

Le soir de sa dixième année de mariage, Victor apprend l'existence et la venue imminente de l'ex-mari de sa femme. Lors de cette soirée, France, sa femme, lui révèle également qu'Antonio, ex-mari et ancien taulard, ignore l'existence de ce remariage. Pour Victor ce n'est que le début des ennuis, car le tueur, d'origine Sicilienne et sa femme n'ont jamais divorcé ! Dans le but de protéger son couple et la vie de son mari, France a justifié pendant dix ans, la présence de Victor en le faisant passer pour un colocataire gay, le rendant par ce stratège, inoffensif aux yeux jaloux d'Antonio.

Cette situation extrême va vous transporter dans une succession d'événements plus délirants les uns que les autres.



Les Soirées de l'Etoile

Vendredi 17 mai 2024 - 21h00

Centre de Congrès l'Etoile (salle Mistral)

Avenue Pierre Brossolette à Gréoux-les-Bains

Plein tarif 19€, - Tarif réduit* : 14€

(*moins de 25 ans, groupes, comités d'entreprises et demandeurs d'emploi)

Gratuit pour les moins de 12 ans

Réservations

Dans les Offices de Tourisme du Pays de Manosque : Gréoux-les-Bains, Oraison, Quinson, Riez, Manosque et Valensole

Ou en ligne : www.durance-luberon-verdon.com
(rubrique billetterie)

AGENDA agenda



MANOSQUE



AU FIL DU TEMPS 1



LES TRESORS CACHÉS 2



Réservations et renseignements

(billetterie, dates, horaires et départs)
en scannant le QR code



AGENDA DES EXPOS EN MAI 2024

MANE	Musée Salagon	Exposition "L'olivier, notre arbre" >15/12/2024	Journée	☎ 04 92 75 70 50
MANE	Musée Salagon	Exposition "Jouets retrouvés" >15/12/2024	Journée	☎ 04 92 75 70 50
MANE	Musée Salagon	Expo "Traces au Prieuré de Salagon"	Journée	☎ 04 92 75 70 50
ST-ÉTIENNE-LES-O.	Square Elie Pallet	La Nécropole de l'Abadie	...	☎ 04 92 73 02 00
BANON	24 rue de la Fontaine	Expo permanente - Atelier Galerie Arnold Toubeix	...	☎ 04 92 72 96 60
MANOSQUE	Hôtel Raffin	"Jean Giono les Chemins de l'oeuvre"	...	☎ 04 92 70 54 54
BANON	12 Rue des Jardins	Atelier peinture huile et couteaux (démonstration à l'année)	...	☎ 06 77 83 48 75
BANON	116 rue de l'Indus...	Exposition/Atelier de Tournage d'Art sur Bois	...	☎ 06 33 26 24 98
DIGNE-LES-BAINS	Archives dépt	En voiture s'il vous plaît ! >30/09/2025	...	☎ 04 92 36 75 00
DIGNE-LES-BAINS	Musée Gassendi	Exposition - Andy Goldsworthy > 23/12/2024	...	☎ 04 92 31 45 29
MANOSQUE	Fondation Carzou	Expo permanente " L'Apocalypse " > 31/05/2024	10H-18H	☎ 04 92 87 40 49
GRÉOUX-LES-BAINS	Le village	Gréoux d'autrefois et d'aujourd'hui > 31/12	...	☎ 04 92 78 01 08
ORAISON	Le Château	Exposition : A French Man in New-York >17/05	...	☎ 04 92 78 70 82
GRÉOUX-LES-BAINS	Salle des Gardes	Les Expos du Château - mai > 26/05/2024	15H-18H	☎ 04 92 78 01 08
MOUSTIERS	Galerie Presbytère	Exposition : " Les Mains dans le Plat " 12/05/2024	14H-18H	☎ 04 92 78 06 03
MANE	Musée de Salagon	Exposition "Botanica via"	10H-18H	☎ 04 92 75 70 50
BANON	116 rue de l'Indus...	Photographies de Françoise Gourichon >30/09/2024	...	☎ 06 33 26 24 98
BANON	Librairie Le Bleuet	Exposition photographique sur le Groenland >31/05	10H-19H	☎ 04 92 73 25 85
QUINSON	Musée de Préhistoire	"Idoles néolithiques de Provence">15/12/2024	10H-18H	☎ 04 92 74 09 59
DIGNE-LES-BAINS	Maison A David-Neel	Le long des sentiers entrelacés>19/05/2024	10H-18H	☎ 04 92 31 32 38
MANOSQUE	Fondation Carzou	Exposition Post-Monde(s) 01/06/ 2024	...	☎ 04 92 87 40 49
FORCALQUIER	Musée municipal	"Les 80 ans de la Libération"09/06/2024	...	☎ 04 92 70 91 05
DIGNE-LES-BAINS	Musée Gassendi	Exposition : "Géologiques" > 24/12/2024	...	☎ 04 92 31 45 29
SISTERON	Espace d'Ornano	Art aborigène de l'Inde : Les Warlis 08/06/2024	...	☎ 04 92 61 54 50
MOUSTIERS	Musée Faïence	Expo itinérante "Du Pot au Plat" > 30 juin	Journée	☎ 04 92 74 61 64
DIGNE-LES-BAINS	Musée Promenade	Exposition : Le monde des papillons 03/11/2024	...	☎ 04 92 36 70 70
DIGNE-LES-BAINS	Musée Promenade	Libération des Basses-Alpes > 03/11/2024	...	☎ 04 92 36 70 70
DIGNE-LES-BAINS	Musée Promenade	Exposition : Paysages du Géoparc > 03/11/2024	...	☎ 04 92 36 70 70
DIGNE-LES-BAINS	Musée Promenade	40 ans du Musée Promenade > 03/11/2024	...	☎ 04 92 36 70 70
DIGNE-LES-BAINS	Musée Promenade	Exposition : Sole Spento du 06/04 au 23/06	...	☎ 04 92 36 70 70
CÉRESTE	Médiathèque	Exposition: les explorateurs > 15/05/ 2023	...	☎ 04 92 79 06 95
SIMIANE-LA-R	La maison de Brian	« La Montagne : le seuil et l'étendue » > 20/05	14H-18H	☎ 06 04 17 33 77
SAINT-MAIME	Musée	Expositions d'oeuvres >22/09/2024	...	☎ 04 92 79 55 42
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Camille Damon Gravures > 25/05/2024	...	☎ 04 92 70 48 20
RIEZ	1 Pl de la Colonne	Exposition Photos > 02/11/2024	...	☎ 06 22 84 59 42
SISTERON	Galerie Domnine	Exposition Thierry Larivière >11/05/2024	...	☎ 04 92 61 54 50
LA BRILLANNE	Jardins de V-Eaux	Exposition pédagogique	14H-17H30	☎ 06 77 04 44 92
PIERREVERT	La Voûte des Arts	La Couleur des Mers >12/05/2024	10H-18H	☎ 06 58 35 85 12
BANON	Église-Haute	"Seulement des histoires" >26/05/2024	10H30-18H30	☎ 04 92 73 37 35
VALENSOLE	ancien o de tourisme	"Valensole d'hier à aujourd'hui" > 12/05/2024	15H-18H	☎ 06 27 63 02 67
PIERREVERT	La Voûte des Arts	"Lumière et matière" du 17 au 26 / 05 / 2024	10H-18H	☎ 06 58 35 85 12
MOUSTIERS	Galerie Prsebytère	Expo vente Anne-Marie Paris-Leroy	Journée	☎ 04 92 78 06 03



MANOSQUE

AU FIL DU TEMPS 1

LES TRESORS CACHÉS 2

Réservations et renseignements
(billetterie, dates, horaires et départs)
en scannant le QR code



LUNDI 29 AVRIL

FORCALQUIER	Salle Bonne Fontaine	Collecte de sang	8H-12H30	☎ 04 91 18 87 90
--------------------	----------------------	------------------	----------	------------------

MARDI 30 AVRIL

NIOZELLES	Salle municipale	Cours de QiGong et cours adapté	Journée	☎ 06 56 81 53 16
ESTOUBLON	Route des Gorges	Visite commentée du Vieux Moulin	16H-18H	☎ 04 92 34 44 60
ST-MICHEL-L'OBS	Centre Astronomie	Lucia, le secret des étoiles filantes	11H-12H	☎ 04 92 76 69 69
ST-MICHEL-L'OBS	Centre Astronomie	Exoplanètes, les nouveaux mondes	16H-17H	☎ 04 92 76 69 69
SISTERON	Centre municipal	Atelier pétanque 6-14 ans	14H-18H	☎ 04 92 61 43 52
SISTERON	Q de la Baume	Fête du Faubourg de La Baume > 01/05	...	☎ 06 10 62 19 65
GRÉOUX-LES-BAINS	Maison Paroissiale	Thés dansants, musette et toutes danses	14H30-18H30	☎ 06 77 16 54 05
ORAISON	Rue Henri Arnoux	Collecte de sang	8H-12H30	☎ 04 91 18 87 90
MOUSTIERS ST MA.	Office Tourisme	Visite guidée du village > Tous les mardis	10H30 - 12H	☎ 04 92 74 67 84
QUINSON	Musée de Préhistoire	Vacances de printemps : Ateliers	14H	☎ 04 92 74 09 59

BAISSE DES PRIX
-20% en plus sur les nouvelles commandes

JEU CONCOURS*

100% GAGNANT!



POUR L'ACHAT D'UN CANAPÉ
ON VOUS REMBOURSE
2000 €*
DU 2 AVRIL AU 25 JUIN 2024

* Jeu avec condition d'achat - Voir conditions et règlement en magasin ou à l'étude SELARL AMAT ET VARCIN Commissaires de Justice à Manosque ou sur le site internet <https://www.huisstiermanosque.fr/>

LE CANAPÉ FRANÇAIS

Chez

MON HOME
et moi

ShowRoom MHM - Ex interior's
A côté de Monoprix - 18 Avenue Jean Giono - 04100 Manosque
De 9h30 à 18h30 du mardi au samedi
Tél. 04 92 87 66 68



HOME SPIRIT
FRANCE

AGENDA agenda



MANOSQUE



AU FIL DU TEMPS 1

LES TRÉSORS CACHÉS 2



Réservations et renseignements
(billetterie, dates, horaires et départs)
en scannant le QR code



MERCREDI 1 MAI

ST-MICHEL-L'OBS	Centre Astronomie	Découverte du Système Solaire	16H-17H	☎ 04 92 76 69 69
CHÂTEAU-ARNOUX	Pl de la Résistance	Brocante vide-greniers	Journée	☎ 06 72 54 97 57
GRÉOUX-LES-BAINS	Eglise	Concert Trombone Plus	17H-18H30	☎ 06 26 31 86 68
MOUSTIERS	Café Marguerite	EXPO-VENTE au Café Marguerite !	...	☎ 06 59 40 93 14
MOUSTIERS	Atelier Bondil	Visite de l'atelier de faïence > tous les mercredis	10H	☎ 04 92 74 67 02
ORAISON	Places de la ville	Fête foraine > 06/05/2024	...	☎ 04 92 70 77 77
MONTFORT	...	La triple boucle de Montfort	8H-16H	☎ 04 92 64 02 90
ST-MICHEL-L'OBS	Centre Astronomie	Lucia, le secret des étoiles filantes	14H30-15H30	☎ 04 92 76 69 69
ST-MICHEL-L'OBS	Centre Astronomie	Noisettes, à la recherche de la planète idéale	11H-12H	☎ 04 92 76 69 69
MOUSTIERS	Centre village	Vide grenier du 1er Mai	Journée	☎ 06 71 88 25 78
VALENSOLE	Moulin Bonaventure	Visite et dégustations gratuite >01/10/2024	...	☎ 06 27 11 52 48
DIGNE-LES-BAINS	Park. Thermes	Marché artisanal	9H-13H	☎ ...
MOUSTIERS	Centre du village	Vide grenier organisé par l'ATOM	9H-18H	☎ 06 71 88 25 78

JEUDI 2 MAI

VOLX	Espace Simone Weil	Tarot (tous les jeudis)	19H-22H30	☎ 06 14 74 24 11
ESTOUBLON	Route des Gorges	Visite commentée du Vieux Moulin	16H-18H	☎ 04 92 34 44 60
ST-MICHEL-L'OBS	Centre Astronomie	Lucia, le secret des étoiles filantes	11H-12H	☎ 04 92 76 69 69
ST-MICHEL-L'OBS	Centre Astronomie	Découverte du Système Solaire	16H-17H	☎ 04 92 76 69 69
BANON	Librairie Le Bleuët	Histoires de printemps pour les enfants	16H-17H	☎ 04 92 73 25 85
PIERREVERT	Place de la Mairie	Marché nocturne producteurs	17H30-20H	☎ 04 92 72 86 87
QUINSON	Musée de Préhistoire	Vacances de printemps : Ateliers	14H	☎ 04 92 74 09 59

PRÉPAREZ LA SAISON !


L'eau-thentique
PISCINE
PIERREVERT

Produits Piscine et Spa • Analyse d'eau
Rénovation • Maintenance
Vente d'accessoires • Spa • Entretien



Nicolas & Isabelle SORI-BRUNEAU
Résidence Samaria - 2 chemin des Bauds - 04860 PIERREVERT - Tél. 04 92 75 26 25 | 06 46 35 99 04
Ouvert du mardi au samedi matin - leauthentique.piscine@gmail.com - www.leauthentiquepiscine.fr



MANOSQUE



AU FIL DU TEMPS 1



LES TRÉSORS CACHÉS 2



Réservations et renseignements
(billetterie, dates, horaires et départs)
en scannant le QR code



VENDREDI 3 MAI

BANON	Eglise-Haute	CONCERT SCARAMENTICA : SOUL, JAZZ	20H30-22H30	☎ 04 92 73 37 35
QUINSON	Musée de Préhistoire	Vacances de printemps : Ateliers	14H	☎ 04 92 74 09 59
SAINT-MARTIN-DE-B	Salle Polyvalente	Festival de Saynettes > 05/05/2024	21H-23H	☎ 07 68 56 91 46
MANOSQUE	MJC	Film "Why we cycle"	15H - 22H15	☎ 06 16 34 60 12

SAMEDI 4 MAI

SAINTE-TULLE	Espace Gaston Vachier	Sainte-Tulle Manga Show >05/05/2024	Journée	☎ 04 92 78 20 06
ST-ÉTIENNE-LES-O	Médiathèque	4e Festival du Carnet de Voyages >05/05/2024	8H30-20H	☎ 04 92 73 14 23
ST-MICHEL-L'OBS	Centre Astronomie	Lucia, le secret des étoiles filantes	11H-12H	☎ 04 92 76 69 69
ST-MICHEL-L'OBS	Centre Astronomie	Découverte du Système Solaire	16H-17H	☎ 04 92 76 69 69
L'ESCALE	MAC	Soirée jeux	16H-23H	☎ 06 44 72 04 10
VOLX	Salle des Fêtes	Contes en soutien au CMLO	20H30	☎ 07 68 57 56 11

**SALARIÉS DU SECTEUR PRIVÉ
EN COURS DE CONTRAT CDI & CDD**

**PROJET DE TRANSITION
PROFESSIONNELLE**
(OU CPF DE TRANSITION)

Contactez-nous,
nous pouvons
vous aider dans
vos démarches.

**Vous voulez changer de métier,
mais vous ne savez pas
comment vous y prendre ?**

Le CPF-PTP vous permet
de **financer une formation
certifiante** en lien avec
votre reconversion tout en
maintenant votre rémunération,
afin de réussir au mieux
votre projet de reconversion.



Alpes Développement Formation
04100 MANOSQUE
Tél. 04 92 72 82 82
mail : accueil@adfformation.fr



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



adfformation.fr



AGENDA agenda



MANOSQUE



AU FIL DU TEMPS 1

LES TRÉSORS CACHÉS 2



Réservations et renseignements
(billetterie, dates, horaires et départs)
en scannant le QR code



SAMEDI 4 MAI (suite)

SISTERON	...	33ème Grand Prix des Mutuelles de France >5/05	...	☎ 06 81 71 06 85
DIGNE-LES-BAINS	Médiathèque	Conférence : Les bienfaits de la spiruline	10H-12H	☎ 04 92 31 28 49
SALIGNAC	...	Fête des brasseurs	12H-0H	☎ ...
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Histoires du 1er	10H30-11H30	☎ 04 92 70 48 20
LES MÉES	Salle des fêtes	Répétition Générale MEPHISTO	20H	☎ 04 92 34 03 41

DIMANCHE 5 MAI

VILLENEUVE	Salle des Fêtes	Puces des Couturières et Loisirs Créatifs	Journée	☎ 06 89 85 92 72
SISTERON	Auditorium	Conte des sages soufi	18H-20H	☎ 06 30 18 62 82
GRÉOUX-LES-BAINS	Placette Pauline	Musiques à Pauline 2024 - James Pace Trio	16H-17H30	☎ 04 92 78 01 08
VILLENEUVE	Salle des Fêtes	Puces des couturières et des loisirs créatifs	9H-17H	☎ 06 79 68 12 14
VALENSOLE	Chapelle Villedieu	Concert chansons avec Jean Louis Cadore	17H	☎ 07 81 23 79 44
FORCALQUIER	Couvent Cordeliers	Brunch Pirntanniers (sur résa)	10H30	☎ 06 71 48 23 22
MANOSQUE	Parc deDrouille	Vide-grenier de la Fourli Gourmande	Journée	☎ 06 30 99 41 57

LUNDI 6 MAI

VALENSOLE	Camp. Les Lavandes	Balade à cheval > 02/09/2024	Journée	☎ 04 92 75 01 25
MOUSTIERS	Bibliothèque	Rencontre Conf. Gilles Vincent	17H	☎ 04 92 74 64 68



«Coquin deSort Traiteur» vous propose

LES BRUNCHS PRINTANIERES



Brunchs en plein air pour toute la famille préparés sur place avec des produits locaux et de saison

Forcalquier
Dimanche 5 mai 2024 - 10h30
> Cloître du Couvent des Cordeliers

Formule complète (adulte) : 35€
Formule enfant : 20€

Le plus
de Coquin de Sort



- Ateliers créatifs enfant en autonomie avec une animatrice agréée

Gréoux-les-Bains
Dimanche 12 mai 2024 - 10h30
> Château Rousset

Formule complète (adulte) : 40€
Formule enfant : 20€

Le plus
de Coquin de Sort



- Terrain de pétanque à disposition
- Ateliers créatifs enfant en autonomie avec une animatrice agréée

Manosque
Dimanche 16 juin 2024 - 10h30
> Maison de la Biodiversité

Formule complète (adulte) : 35€
Formule enfant : 20€

Le plus
de Coquin de Sort



- Visite du domaine
- Surprise pour tous les papas
- Ateliers créatifs enfant en autonomie avec une animatrice agréée



Réservez* vos brunchs du dimanche en famille 06 71 48 23 22 | coquindesort04@gmail.com

*Réservation au minimum 48H à l'avance



MANOSQUE



AU FIL DU TEMPS 1



LES TRÉSORS CACHÉS 2



Réservations et renseignements
(billetterie, dates, horaires et départs)
en scannant le QR code



MARDI 7 MAI

NIOZELLES	Salle municipale	Cours de QiGong et cours adapté	Journée	☎ 06 56 81 53 16
PIERREVERT	Salle Frache	Atelier de dessin "modèle vivant"	14H30-16H30	☎ 06 34 98 65 52
ESTOUBLON	Route des Gorges	Visite commentée du Vieux Moulin	16H-18H	☎ 04 92 34 44 60
VOLX	Espace Simone Weil	Tarot (tous les mardis)	19H-22H30	☎ 06 14 74 24 11
CHÂTEAU-ARNOUX	3A Av. des Lauzières	Le Jour se rêve - Danse	20H30-22H	☎ 04 92 64 27 34
MOUSTIERS ST MA.	Office Tourisme	Visite guidée du village > Tous les mardis	10H30 - 12H	☎ 04 92 74 67 84
MOUSTIERS ST MA.	...	Bain sonore, relaxation et ressourcement	19H - 20H15	☎ 06 38 39 27 24

MERCREDI 8 MAI

DIVERS LIEUX	...	Stage Vovinam - Viet Vo Dao > 12/05/2024	...	☎ 06 81 82 00 35
FORCALQUIER	Espace culturel	Trail de Haute Provence 2024 > 11/05/2024	...	☎ 06 74 71 35 23
ESPARRON	Divers lieux	Fête du Lac : 4ème édition	Journée	☎ 06 80 47 03 12

La Fête du lac

4^e ÉDITION

ESPARRON-DE-VERDON

ACTIVITÉS NAUTIQUES

CROISIÈRE CULTURELLE

FILM

CONCERT

VERDON MYSTÈRES

ANIMATIONS POUR LES ENFANTS

EXPOSITION PHOTOS

SARDINADE

MARCHÉ ARTISANAL

DU 8 AU 12 MAI 2024

et nulle part ailleurs !

Retrouvez le programme détaillé en flashant ce QR code.

AGENDA agenda



MANOSQUE



AU FIL DU TEMPS 1

LES TRÉSORS CACHÉS 2



Réservations et renseignements
(billetterie, dates, horaires et départs)
en scannant le QR code



MERCREDI 8 MAI (suite)

ST-MICHEL-L'OBS	Centre Astronomie	Lucia, le secret des étoiles filantes	11H-12H	☎ 04 92 76 69 69
ST-MICHEL-L'OBS	Centre Astronomie	Découverte du Système Solaire	16H-17H	☎ 04 92 76 69 69
GRÉOUX-LES-BAINS	Gréoux-les-Bains	Quatuor à cordes Cézanne	18H30	☎ 06 80 96 08 84
DIGNE-LES-BAINS	Park. Thermes	Marché artisanal	9H-13H	☎ ...
MOUSTIERS	Atelier Bondil	Visite de l'atelier de faïence > tous les mercredis	10H	☎ 04 92 74 67 02

JEUDI 9 MAI

MONTAGNAC	Eglise	Représentation "le sermon du curé de Cucugnan"	15H-18H30	☎ ...
LA PALUD	Boulodrome	Vide Grenier	9H-15H	☎ 06 88 53 61 66
DIGNE LES BAINS	Mairie	Collecte de sang sur réservation	14H30-19H	☎ 04 91 18 87 90
ESPARRON	Divers lieux	Fête du Lac : 4ème édition	Journée	☎ 06 80 47 03 12
ESTOUBLON	Route des Gorges	Visite commentée du Vieux Moulin	16H-18H	☎ 04 92 34 44 60
REILLANNE	Place du marché	belle brocante collection et vide grenier	Journée	☎ 06 27 34 30 72
ST-MICHEL-L'OBS	Centre Astronomie	Découverte du Système Solaire	16H-17H	☎ 04 92 76 69 69
MANOSQUE	Centre Ville	Fête de la Saint-Pancrace > 12/05/2024	...	☎ 04 92 70 34 00
LA BRILLANNE	...	26ème Foire de La Brillanne	8H-17H	☎ 06 88 59 31 49

26^e Foire paysanne de La Brillanne - Jeudi 9 mai

Toute la journée de 9h30 à 18h00 - ENTRÉE LIBRE

Animations de la journée

**ANIMATIONS
GRATUITES
TOUTE LA JOURNÉE
POUR ADULTES
& ENFANTS**

- Spectacle de danse par l'association « Dansez Passion »
- Manège, structure gonflable pour les enfants
- Jeux en bois adultes et enfants
- Promenade à poney
- Promenade en calèche
- Traite des chèvres et dégustation de lait **Nouveau**
- Démonstration de tonte de moutons

**Nombreux stands
de produits locaux
& artisanaux**

Restauration sur place • Plats traditionnels Provençaux • Buvette

Retrouvez le « carré associatif »



MANOSQUE

AU FIL DU TEMPS 1

LES TRÉSORS CACHÉS 2

Réservations et renseignements
(billetterie, dates, horaires et départs)
en scannant le QR code



VENDREDI 10 MAI

BANON	Eglise-Haute	CONCERT DUO THÉMIS, Guitare classique	20H30-22H30	☎ 04 92 73 37 35
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Club des lecteurs : Coups de cœurs	17H	☎ 04 92 70 48 20
GRÉOUX-LES-BAINS	L'Oustaù de Greù	Dégustation : Des Copains et des Vins !	19H-20H	☎ 04 92 78 09 68
VALENSOLE	Salle Tardieu	Rencontres culturelles de Valensole	18H30	☎ 06 27 63 02 67
ESPARRON	Divers lieux	Fête du Lac : 4ème édition	Journée	☎ 06 80 47 03 12

SAMEDI 11 MAI

LES MÉES	Salle des fêtes	Brocante Vide Greniers	Journée	☎ 06 72 54 97 57
RIEZ	Mairie	Conférence : "Mistral, provençal et universel"	17H-18H30	☎ ...
ESPARRON-DE-V	60 C. des aires	Croisières littéraires	15H30-16H30	☎ 04 92 78 78 05
SISTERON	Rues commerçantes	Journée du fait main	9H30-19H	☎ ...
MOUSTIERS	Centre village	Le Relais de la Flamme à Moustiers-Ste-Marie !	Dès 10H	☎ 04 92 74 67 84
DIGNE-LES-BAINS	...	Passage de la flamme olympique	12H-21H	☎ 04 92 31 58 13
MANOSQUE	Avenue de l'argile	Passage du convoi de la Flamme Olympique	18H30	☎ 04 92 70 34 00
BANON	Librairie Le Bleuët	Rencontre sur l'eau avec Jean-Yves Meignen	11H-12H	☎ 04 92 73 25 85
ORAISON	Centre ville	Marché de producteurs et d'artisanat	8H30-12H30	☎ 04 92 70 77 77
ST-MICHEL-L'OBS	Centre Astronomie	Lucia, le secret des étoiles filantes	11H-12H	☎ 04 92 76 69 69
ST-MICHEL-L'OBS	Centre Astronomie	Découverte du Système Solaire	16H-17H	☎ 04 92 76 69 69
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Atelier : «Dessine-moi une Danse»	9H30-12H	☎ 04 92 70 48 20
ESPARRON	Divers lieux	Fête du Lac : 4ème édition	Journée	☎ 06 80 47 03 12



LAURENT RAMBICUR FAÇADES

☎ 06 63 21 55 30

laurent.rambicur@orange.fr

04860
Pierrevert



E.L Rambicur Façades



AGENDA agenda



MANOSQUE



AU FIL DU TEMPS 1



LES TRÉSORS CACHÉS 2



Réservations et renseignements
(billetterie, dates, horaires et départs)
en scannant le QR code



DIMANCHE 12 MAI

SAINT-MAIME	Place de la gare	Grand vide grenier	Journée	☎ 04 86 56 56 42
VALENSOLE	Salle polyvalente	BOEUF A LA BROCHE A MIDI	12H-17H	☎ 07 66 14 13 67
ST-MICHEL-L'OBS	Centre Astronomie	Découverte du Système Solaire	16H-17H	☎ 04 92 76 69 69
VOLX	Parking	Brocante professionnels et particuliers	...	☎ 06 86 79 00 71
MANOSQUE	Plan d'eau	Journée mondiale de la fibromyalgie	10H-18H	☎ 06 59 11 13 37
ESPARRON	Divers lieux	Fête du Lac : 4ème édition	Journée	☎ 06 80 47 03 12
GRÉOUX LES BAINS	Château Rousset	Brunch Pirntanniens (sur résa)	10H30	☎ 06 71 48 23 22

LUNDI 13 MAI

ORAISON	Place du Kiosque	Cuisine de rue	18H-21H	☎ 04 92 70 77 77
MANOSQUE	Théâtre Jean Le Bleu	Tribute Phil Collins	20H	☎ 06 10 80 56 04

MARDI 14 MAI

NIOZELLES	Salle municipale	Cours de QiGong et cours adapté	Journée	☎ 06 56 81 53 16
PIERREVERT	Salle Frache	Atelier de dessin "modèle vivant"	14H30-16H30	☎ 06 34 98 65 52
GRÉOUX-LES-BAINS	Maison Paroissiale	Thés dansants, musette et toutes danses	14H30-18H30	☎ 06 77 16 54 05
ESTOUBLON	Route des Gorges	Visite commentée du Vieux Moulin	16H-18H	☎ 04 92 34 44 60
MANOSQUE	6 rue de la Brasserie	Apéro-contes	18H-20H30	☎ 07 68 57 56 11
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Atelier attrape-rêve en papier	14H-16H	☎ 04 92 70 48 20
REVEST-DU-BION	Maison	Fête du Printemps	10H-19H	☎ 06 62 52 10 44
MOUSTIERS ST MA.	Office Tourisme	Visite guidée du village > Tous les mardis	10H30 - 12H	☎ 04 92 74 67 84



ORGANISÉ PAR LE
Lions Club
MANOSQUE



Manosque
SAVONNÈRE



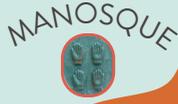
DESIGN ET IMPRESSION :
Cérophiz
CREATION LOGO MANOSQUE

CONCERT ÉVÈNEMENT

LUNDI 13 MAI 2024
THÉÂTRE JEAN LE BLEU MANOSQUE
TARIF : 25 €

RÉSERVEZ VOS PLACES





AU FIL DU TEMPS 1

LES TRESORS CACHÉS 2

Réservations et renseignements
(billetterie, dates, horaires et départs)
en scannant le QR code



MERCREDI 15 MAI

ST-ÉTIENNE-LES-O	Médiathèque	Heure du conte	10H30-11H30	☎ 04 92 75 72 41
DIGNE-LES-BAINS	Quartier du Bourg	La Crypte s'anime	10H-11H30	☎ 04 92 31 67 77
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Le Petit atelier	16H	☎ 04 92 70 48 20
VILLENEUVE	Parc naturel régional	Balade autour de la Roche Amère	9H-16H	☎ 04 90 04 42 00
DIGNE-LES-BAINS	C Culturel René Char	Théâtre : Léon	15H-16H	☎ 04 92 30 87 10
DIGNE LES BAINS	Lycée A. David Neel	Collecte de sang sur réservation	08H-12H15	☎ 04 91 18 87 90
DIGNE-LES-BAINS	Park. Thermes	Marché artisanal	9H-13H	☎ ...
MOUSTIERS	Atelier Bondil	Visite de l'atelier de faïence > tous les mercredis	10H	☎ 04 92 74 67 02

JEUDI 16 MAI

ESTOUBLON	Route des Gorges	Visite commentée du Vieux Moulin	16H-18H	☎ 04 92 34 44 60
RIEZ	...	Fête foraine > 21/05/2024	...	☎ 04 92 77 99 00
SAINTE TULLE	Salle Gaston Vachier	Collecte de sang sur réservation	14H30-19H	☎ 04 91 18 87 90
MOUSTIERS	Musée Faïence	Visite guidée du musée > tous les jeudis	14H30	☎ 04 92 74 67 84

VENDREDI 17 MAI

BANON	Eglise-Haute	CONCERT KÉVIN NORWOOD DUO	20H30-22H30	☎ 04 92 73 37 35
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Les Soirées de l'Étoile - Le mari de ma femme	21H-22H30	☎ 04 92 78 01 08
SISTERON	10 Rue de Provence	Soirée musicale	19H	☎ 07 87 05 45 42
VALENSOLE	Salle de Cinéma	L'immigration transfrontalière et forestière	18H30-20H	☎ 06 71 20 58 01
LA BRILLANNE	Salle Communale	Collecte de sang sur réservation	14H30-19H	☎ 04 91 18 87 90
QUINSON	Musée de Préhistoire	Inaug sentier Découverte Baume Bonne (sur résa)	Dès 9h	☎ 04 92 74 09 59

LES SOIRÉES DE
L'ÉTOILE
2024

GRÉOUX-LES-BAINS
CENTRE DE CONGRÈS

LE MARI DE MA FEMME

VENDREDI 17 MAI
À 21H

par
La comédie des Suds

Une comédie de
David Fenouil
mise en scène
Pascal Valette

Avec
Armony Bellanger,
Pascal Valette et
David Fenouil

BILLETTS EN VENTE
DANS LES OFFICES
DE TOURISME DE :

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

VENTE EN LIGNE :
durance-luberon-verdon.com

Plein tarif :
16€
Tarif réduit* :
13€
Gratuit - de 12 ans

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

ICI
et nulle part ailleurs !



AGENDA agenda



MANOSQUE



AU FIL DU TEMPS 1



LES TRÉSORS CACHÉS 2



Réservations et renseignements
(billetterie, dates, horaires et départs)
en scannant le QR code



SAMEDI 18 MAI

ORAISON	Centre ville	Marché de producteurs et d'artisanat	8H30-12H30	☎ 04 92 70 77 77
PIERREVERT	Maison pour tous	Cours de dessin « Portrait »	10H-12H	☎ 06 34 98 65 52
MANOSQUE	MJC	Repair Café Manosque	14H-17H	☎ 04 92 72 19 70
B. DE PERTUIS	Ville	Festival les Sons du Lub' > 19/05/2024	...	☎ 06 95 13 97 73
ST-MICHEL-L'OBS	Centre Astronomie	Lucia, le secret des étoiles filantes	11H-12H	☎ 04 92 76 69 69
ST-MICHEL-L'OBS	Centre Astronomie	Découverte du Système Solaire	16H-17H	☎ 04 92 76 69 69
SISTERON	10 Rue de Provence	Apéro et soirée dansante	19H	☎ 07 87 05 45 42
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Atelier écriture avec Françoise Broilliard	9H30-12H	☎ 04 92 70 48 20
MOUSTIERS	Musée Faïence	Nuit des musées	Journée	☎ 04 92 74 67 84
MOUSTIERS	Centre village	Moustiers TouKKouleurs	Journée	☎ 04 92 74 67 84
ENTREPIERRES	...	Festival de théâtre des 3 Villages > 19/05	...	☎ 06 15 04 17 30
SISTERON	...	La Nuit des Musées	...	☎ 04 92 61 54 50
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Les Boucles du Verdon 25 ^e édition	14H	☎ 04 92 78 01 08
DIGNE-LES-BAINS	Musée Gassendi	Nuit Européenne des Musées	20H	☎ 04 92 31 45 29
SAINTE-TULLE	Espace Gaston Vachier	Salon du bien-être	10H-18H	☎ 04 92 78 20 06
MANE	Salagon	Nuit Européenne des musées	18H -00H	☎ 04 92 75 70 50
QUINSON	Musée de Préhistoire	Nuit Européenne des musées et festival fil archéo	...	☎ 04 92 74 09 59

DIMANCHE 19 MAI

ESPARRON DE V	Corniche des Aires	VIDE-GRENIERS	Journée	☎ 06 64 46 09 09
ST-MICHEL-L'OBS	Centre Astronomie	Découverte du Système Solaire	16H-17H	☎ 04 92 76 69 69
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Les Boucles du Verdon 25 ^e édition	8H	☎ 04 92 78 01 08
REVEST-DES-B	Place du Village	Fête du Jeu	14H -0H	☎ 07 81 67 25 85
MONTLAUX	salle culture...	Concert chorale au profit du vieux Montlaux	18H-20H	☎ 04 92 72 41 83
MOUSTIERS	Centre village	Moustiers TouKKouleurs	Journée	☎ 04 92 74 67 84

Magali Le Roy
Sophrologue



07 81 28 10 88

<https://magalileroy.com>

Sophrologie : trouvez votre équilibre intérieur

ANXIÉTÉ

Accompagnement individuel

FEMMES
ENCEINTES

Séance collective

STRESS

Centre Médical Le Manuesca
2 rue de l'Eden
04100 Manosque



Vous ne pouvez pas arrêter les vagues, mais vous pouvez apprendre à surfer



MANOSQUE



AU FIL DU TEMPS 1



LES TRÉSORS CACHÉS 2



Réservations et renseignements
(billetterie, dates, horaires et départs)
en scannant le QR code



DIMANCHE 19 MAI (suite)

BANON	Librairie Le Bleuët	La Fête du fromage et des livres à Banon !	10H-19H	☎ 04 92 73 25 85
SISTERON	Stade du Thor	Rando VTT de la Citadelle #Sisteron	...	☎ 07 85 15 13 92
VALENSOLE	Promenade	Rassemblement & Expos de véhicules Anciens	Journée	☎ 06 08 71 03 77
SISTERON	10 Rue de Provence	Soirée dansante	21H-1H	☎ 07 87 05 45 42
ORAISON	Places du centre ville	Vide grenier	Journée	☎ 06 75 75 02 11
MOUSTIERS	Centre du village	Marché artisanat et saveurs des Alpes du Sud	Journée	☎ 04 88 74 51 38

LUNDI 20 MAI

ST-MICHEL-L'OBS	Centre Astronomie	Lucia, le secret des étoiles filantes	11H-12H	☎ 04 92 76 69 69
ST-MICHEL-L'OBS	Centre Astronomie	Découverte du Système Solaire	16H-17H	☎ 04 92 76 69 69
ORAISON	Place du Kiosque	Cuisine de rue	18H-21H	☎ 04 92 70 77 77
RIEZ	Colline de St Maxime	Fête de Saint Maxime	11H30-18H	☎ 06 88 84 36 50

MARDI 21 MAI

NIOZELLES	Salle municipale	Cours de QiGong et cours adapté	Journée	☎ 06 56 81 53 16
GRÉOUX-LES-BAINS	Maison Paroissiale	Thés dansants, musette et toutes danses	14H30-18H30	☎ 06 77 16 54 05
PIERREVERT	Salle Frache	Atelier de dessin "modèle vivant"	14H30-16H30	☎ 06 34 98 65 52
ESTOUBLON	Route des Gorges	Visite commentée du Vieux Moulin	16H-18H	☎ 04 92 34 44 60
MANOSQUE	Divers lieux	Fête du livre Jeunesse > 25 mai 2024	...	☎ 04 92 71 01 79
MOUSTIERS ST MA.	Office Tourisme	Visite guidée du village > Tous les mardis	10H30 - 12H	☎ 04 92 74 67 84

OBSERVATIONS DU CIEL
EN JOURNÉE ET EN SOIRÉE

SPECTACLES DE PLANETARIUM

CENTRE astro
St-Michel-L'Observatoire



OUVERT LES WEEKENDS ET LES JOURS FÉRIÉS !

Programme complet et réservations sur WWW.CENTRE-ASTRO.COM

AGENDA agenda

Les VISITES
GUIDÉES

MANOSQUE



AU FIL DU TEMPS 1



LES
TRESORS CACHÉS 2



Réservations et renseignements
(billetterie, dates, horaires et départs)
en scannant le QR code



MERCREDI 22 MAI

MANOSQUE	6 rue de la Brasserie	Contes en Famille	14H30-16H	☎ 07 68 57 56 11
DIGNE-LES-BAINS	Quartier du Bourg	La Crypte s'anime	10H-11H30	☎ 04 92 31 67 77
GRÉOUX-LES-BAINS	Eglise	Recital violoncelle - piano	18H30	☎ 06 80 96 08 84
DIGNE-LES-BAINS	Park. Thermes	Marché artisanal	9H-13H	☎ ...
MOUSTIERS	Atelier Bondil	Visite de l'atelier de faïence > tous les mercredis	10H	☎ 04 92 74 67 02

JEUDI 23 MAI

ESTOUBLON	Route des Gorges	Visite commentée du Vieux Moulin	16H-18H	☎ 04 92 34 44 60
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	BB lecteurs	9H30	☎ 04 92 70 48 20
DIGNE-LES-BAINS	Palais des Congrès	Concert : Digital Soul Project	20H30-22H	☎ 04 92 30 87 10
MANOSQUE	MJC	World Café à la MJC	18H	☎ 04 92 72 19 70
MOUSTIERS	Musée Faïence	Visite guidée du musée > tous les jeudis	14H30	☎ 04 92 74 67 84

VENDREDI 24 MAI

VOLX	Foyer rural	Exposition Art en Fête >26/05/2024	Journée	☎ ...
BANON	Eglise-Haute	CONCERT RENAT SETTE "LA VIDA FIN FINALE"	20H30-22H30	☎ 04 92 73 37 35
DIGNE-LES-BAINS	Palais des Congrès	Concert : Sixun	20H30-22H	☎ 04 92 30 87 10
SISTERON	Salle de l'Alcazar	Don de sang	8H-12H30	☎ 04 91 18 87 90
QUINSON	Musée de Préhistoire	Conf. L'épée de Digne les Bains	18H	☎ 04 92 74 09 59
MANOSQUE	Salle des Tilleuls	Foire aux livres	Journée	☎ 06 42 35 26 02

Ejams Live
FESTIVAL 2024

DIGNE LES BAINS

CONCERTS / MASTERCLASSES / EXPOS

3 CONCERTS

23 AU
25 MAI



JAZZ FUSION

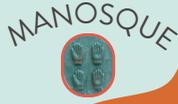
SIXUN

WORLD JAZZ PROGRESSIF
DIGITAL SOUL PROJECT

ROCK

CAFÉ BERTRAND





AU FIL DU TEMPS 1

LES TRÉSORS CACHÉS 2

Réservations et renseignements
(billetterie, dates, horaires et départs)
en scannant le QR code



SAMEDI 25 MAI

LA TOUR D'AIGUES	Château	Festival Les Sons du Lub'	17H30-23H50	☎ 06 95 13 97 73
ST-MICHEL-L'OBS	Centre Astronomie	Lucia, le secret des étoiles filantes	11H-12H	☎ 04 92 76 69 69
ST-MICHEL-L'OBS	Centre Astronomie	Découverte du Système Solaire	16H-17H	☎ 04 92 76 69 69
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Atelier gravure sur bois avec Camille Damon	14H-17H	☎ 04 92 70 48 20
DIGNE-LES-BAINS	Palais des Congrès	Concert : Café Bertrand	20H30-22H	☎ 04 92 30 87 10
ESPARRON-DE-V	Corniche des aires	Croisières conférences	15H30-16H30	☎ 04 92 78 78 05
ORAISON	...	Eden Blues Festival	14H30	☎ 06 88 08 40 42
ST-ÉTIENNE-LES-O	Médiathèque	Théâtre : "Le dieu du carnage"	20H30-22H	☎ 06 10 64 67 79
GRÉOUX-LES-BAINS	Placette Pauline	Musiques à Pauline 2024 - Crystal Musette	16H-19H	☎ 04 92 78 01 08
LA BRILLANNE	Médiathèque	Rencontre littéraire avec Maylis adhémar	15H-17H	☎ 04 92 74 10 54
SISTERON	Auditorium	Rencontres dép de musique ancienne	16H	☎ 06 61 12 71 95
SAINT-JULIEN-DU-V	Place de la Mairie	Rendez-vous Pays d'art et d'histoire	16H-17H	☎ 04 92 89 02 39
BANON	Librairie Le Bleuët	Spectacle théâtral et musical	18H-19H	☎ 04 92 73 25 85
RIEZ	Salle Magliano Alfieri	Stage de Clown	14H	☎ 06 12 97 50 89
RIEZ	Salle Magliano Alfieri	Théâtre : La vie de Théo	18H	☎ 06 12 97 50 89
MANOSQUE	IFP	Journées portes Ouvertes	9H - 13H	☎ 04 92 30 16 15
MOUSTIERS	Le Mouton Noir	Concert "Appelez-moi François"	Dès 19H30	☎ 06 78 66 52 42

25 MAI 2024

de 9h00 à 13h00

Instituts de Formations Paramédicales

JOURNÉE PORTES OUVERTES

site de Manosque

Sup'Alternance Provence - Zone St Joseph - 264 bis Avenue du 1er Mai



Inscriptions aux sélections avant :

- **Aide-soignant** : 10 juin 2024
- **Auxiliaire de puériculture** : 18 octobre 2024

Plus d'info : www.ifsio4.com - 04 93 30 16 15

AGENDA agenda



MANOSQUE



AU FIL DU TEMPS 1

LES TRÉSORS CACHÉS 2



Réservations et renseignements

(billetterie, dates, horaires et départs)
en scannant le QR code



DIMANCHE 26 MAI

VALENSOLE	...	Trinite repas jeux petanque	11H-16H	☎ 07 66 14 13 67
ST-MICHEL-L'OBS	Centre Astronomie	Lucia, le secret des étoiles filantes	16H-17H	☎ 04 92 76 69 69
SISTERON	Salle de l'Alcazar	1er Salon toutes collections	Journée	☎ 06 67 10 51 95
BANON	Terrain de boule	Concours de boules	...	☎ 06 29 84 81 14
CHÂTEAU-ARNOUX	Les Salettes	La Jarlandine 20ème édition	...	☎ ...
RIEZ	Salle Magliano Alfieri	Théâtre : Un air de famille	18H	☎ 06 12 97 50 89
MANOSQUE	Boulodrome	Vide grenier annuel de la Boule Manosquine	Journée	☎ 06 07 12 98 65
CERESTE	...	Grande brocante vide grenier	Journée	☎ 04 92 76 66 55
SAINT-JEANNET	Village	Vide greniers - Asso La Table Bleue Culture et Loisirs	Journée	☎ 06 13 40 30 86

LUNDI 27 MAI

ORAISON	Place du Kiosque	Cuisine de rue	18H-21H	☎ 04 92 70 77 77
----------------	------------------	----------------	---------	------------------

MARDI 28 MAI

NIOZELLES	Salle municipale	Cours de QiGong et cours adapté	Journée	☎ 06 56 81 53 16
ESTOUBLON	Route des Gorges	Visite commentée du Vieux Moulin	16H-18H	☎ 04 92 34 44 60
GRÉOUX-LES-BAINS	Maison Paroissiale	Thés dansants, musette et toutes danses	14H30-18H30	☎ 06 77 16 54 05
PIERREVERT	Salle Frache	Atelier de dessin "modèle vivant"	14H30-16H30	☎ 06 34 98 65 52
MANOSQUE	Centre Giono	Parenthèse du mardi - Lise Barnéoud	18H30-20H	☎ 04 92 70 54 54
DIGNE-LES-BAINS	C Culturel René Char	Théâtre : Le jour se lève encore	19H-21H	☎ 04 92 30 87 10
DIGNE LES BAINS	Hotel du dépt	Collecte de sang sur réservation	08H-12H30	☎ 04 91 18 87 90
MOUSTIERS ST MA.	Office Tourisme	Visite guidée du village > Tous les mardis	10H30 - 12H	☎ 04 92 74 67 84

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



MANOSQUE



AU FIL DU TEMPS 1



LES TRÉSORS CACHÉS 2



Réservations et renseignements
(billetterie, dates, horaires et départs)
en scannant le QR code



MERCREDI 29 MAI

DIGNE-LES-BAINS	Quartier du Bourg	La Crypte s'anime	10H-11H30	☎ 04 92 31 67 77
FORCALQUIER	Médiathèque	Heure du conte	10H30-11H30	☎ 04 92 75 72 41
DIGNE-LES-BAINS	Park. Thermes	Marché artisanal	9H-13H	☎ ...
MOUSTIERS	Atelier Bondil	Visite de l'atelier de faïence > tous les mercredis	10H	☎ 04 92 74 67 02
MANOSQUE	A domicile	Estim gratuite bijoux, objets d'arts... sur RDV	9H - 13H	☎ 06 69 03 09 24
MANOSQUE	Campanile Hotel	Estim gratuite bijoux, objets d'arts... sur RDV	14H - 18H	☎ 06 69 03 09 24

JEUDI 30 MAI

DIGNE-LES-BAINS	C Culturel René Char	Danse : Concerto en 37 ½	19H-21H	☎ 04 92 30 87 10
ESTOUBLON	Route des Gorges	Visite commentée du Vieux Moulin	16H-18H	☎ 04 92 34 44 60
MOUSTIERS	Musée Faïence	Visite guidée du musée > tous les jeudis	14H30	☎ 04 92 74 67 84

VENDREDI 31 MAI

BANON	Eglise-Haute	CONCERT CASTAFIORE BAZOOKA	20H30-22H30	☎ 04 92 73 37 35
PEYRUIS	Place de la Rép	Fête du Printemps Peyruis > 2/06/2024	...	☎ 06 30 28 68 80
MANOSQUE	Salle des Tilleuls	Collecte de sang sur réservation	14H30-19H	☎ 04 91 18 87 90

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-MAI**
à l'adresse : contact@mouv-in.com

ROULEZ EN TOUTE SÉCURITÉ
CONTRÔLE TECHNIQUE AUTOMOBILE

AUTOSUR
CONTRÔLE TECHNIQUE AUTOMOBILE

DES PONCHES
Tél. **04 92 75 94 07**
266, rue des Ponches
(à côté de Hertz) MANOSQUE

RIEZ
Tél. **04 92 79 13 74**
33 allées Louis Gardiol
(derrière la pharmacie) RIEZ

Vous
OFFRE

10€

sur votre contrôle technique

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

AUTOSUR
CONTRÔLE TECHNIQUE AUTOMOBILE
DES PONCHES / RIEZ

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

SUIVEZ NOUS SUR FACEBOOK

facebook



AGENDA

agenda



MANOSQUE



AU FIL DU TEMPS 1

LES TRESORS CACHÉS 2



Réservations et renseignements
(billetterie, dates, horaires et départs)
en scannant le QR code



SAMEDI 1 JUIN

ORAISON	Centre ville	Marché de producteurs et d'artisanat	8H30-12H30	☎ 04 92 70 77 77
MANOSQUE	1 place Leinfelden	Repair Café Manosque	14H-17H	☎ 04 92 72 19 70
NIOZELLES	Salle municipale	Cours de QiGong débutant	9H30-12H	☎ 06 56 81 53 16
ESPARRON-DE-V	60 C. des aires	Croisières littéraires	15H30-16H30	☎ 04 92 78 78 05
MANOSQUE	MJC	Repair Café	14H-17H	☎ 04 92 72 19 70
BARRÊME	Musée de la Distillerie	Spectacle de la Cie du Courcirkoui	15H30-16H30	☎ 04 92 89 02 39
ORAISON	Place du Kiosque	Championnat de France de cyclisme pompiers	...	☎ 04 92 72 00 18
PIERREVERT	Mairie	Expo et ateliers d' arts plastiques > 02 / 06 / 2024	Journée	☎ 06 34 26 83 92
PIERREVERT	Salle Polyvalente	26ème Salon Minéraux et Fossiles	Journée	☎ ...

DIMANCHE 2 JUIN

SAINT MAIME	Parc de la gare	Brocante et vide-grenier	Journée	☎ 07 50 21 22 84
VINON	Espla des abeillons	9ème FÊTE DE LA TRANSHUMANCE	Journée	☎ 06 32 29 48 93
PEYRUIS	...	2ème descente de caisses à savon	Journée	☎ 06 67 33 73 40
ORAISON	Place du Kiosque	Championnat de France de cyclisme pompiers	...	☎ 04 92 72 00 18
ONGLES	Le village	Fête de l'Environnement	...	☎ ...
RIEZ	Allée Louis Gardiol	Fête de l'Olive	Journée	☎ 06 60 36 56 08
PEYRUIS	Place de la Rép	Fête du Printemps Peyruis > 02/06/2024	...	☎ 06 30 28 68 80
ST ETIENNE LES O	...	Grande brocante vide grenier	Journée	☎ 06 24 78 22 40



C A M F P
CLUB AMATEURS DE MINÉRAUX ET FOSSILES DE PIERREVERT

26^{ème} SALON

MINÉRAUX FOSSILES MÉTÉORITES & BIJOUX



PIERREVERT

Salle polyvalente 9h-18h / Entrée libre

**1-2
JUIN
2024**

TOUJOURS PLUS DE PERFORMANCES POUR L'EPM ATHLÉTISME MANOSQUE

Le club d'athlétisme de Manosque ne cesse de montrer, lors des diverses compétitions, que les athlètes n'ont pas à rougir de leurs performances. En effet, nous ne pouvons pas nier que les podiums sont bien souvent trustés par les athlètes. La preuve en est encore ce mois-ci...

MANOSQUE



SEMI 10KM DE HYÈRES

Les athlètes du groupe route de Maria se sont élancés le dimanche 17 mars sur le semi (ou 10km de Hyères). En préparation marathon ou pour le plaisir, ils ont tous réalisé de beaux chronos ! Bravo à eux !



RÉGIONAUX DE LANCERS LONGS MINIMES - MASTERS DE MARTIGUES

Le 9 mars 2024 fut encore une belle journée pour notre délégation minimes et masters aux régionaux de lancers longs de Martigues. **Clara brigue la 3^{ème} place sur le podium au marteau** avec un jet de plus de 39 mètres et le tout en ayant été malade la veille

Lison accroche quasiment sa meilleure performance au javelot, avec un jet à plus de 20m. **Esteban**, qui était en feu ce jour-là **réalise et enregistre son meilleur lancer au javelot** sur ses régionaux avec un missile à plus de 41m. **Il devient donc vice-champion régional PACA, grâce à cette superbe performance.**

Il ne faut pas oublier la performance du coach et master du jour, **Sébastien Taquin**, qui a réalisé deux épreuves avec deux nouveaux records perso au disque et javelot à la clef.

Un grand bravo à tous !!!



TOUR DE POINTE ESTIVAL À GAP

Pour l'EPManosque athlétisme, c'est encore **une pluie de records qui est tombée sur le premier tour de pointe estival à Gap le 6 avril dernier :**

- **Clara remporte la compétition** avec notamment un jet à 40m70 au marteau. 1^{ère} du concours triple sauts, elle s'envole au 80m en prenant la deuxième place.
- **Mila est deuxième et médaille d'argent**, elle remporte le concours hauteur avec une barre à 1m50, un très beau concours triple sauts et un nouveau record au 80m.
- **Andréa bat tous ses records personnels, après retour de blessure.**
- **Lou qui se découvre une passion au marteau**, bat deux de ses records également.
- **Lison et Clémence ont fait le spectacle sur le 3000m marche** avec une belle performance pour Lison à la clef. Bravo les filles !!
- **Chez les garçons, c'est un Gaspard en feu qui a fait le show**, il franchit une barre à 1m70 à la hauteur, et remporte également la compétition

Un grand bravo à **Marc Aurel et Jules** avec respectivement un nouveau record à la hauteur.

- 4 athlètes minimes de l'EPManosque athlétisme rentrent dans le top 20 Français :
 - ▶ Gaspard 13^e du bilan provisoire national hauteur estivale,
 - ▶ Esteban 14^e javelot,
 - ▶ Clara 13^e au marteau,
 - ▶ Mila 14^e hauteur.

Encore un grand bravo aux minimes du club pour toutes ces grandes performances !



EPM ATHLÉTISME

manosque.athletisme@gmail.com - Tél. 06 25 16 36 31 - www.manosque.athle.com

Suivez le club sur les réseaux : facebook : EPManosque Athlétisme

Instagram : manosque_athletisme

TRAIL NATURE LUBERON, 3^E ÉDITION LE DIMANCHE 5 MAI



TRAIL NATURE LUBERON

L'association AniMont remet le couvert cette année avec l'organisation de la 3^e édition du Trail Nature Luberon. Les deux parcours proposés l'un de 10 km et l'autre de 21 km garantiront une expérience à couper le souffle avec une magnifique vue sur le Luberon à travers les chemins et sentiers sur le GR4 et GR97. Soyez prêt à relever le défi le dimanche 5 mai 2024.

Les parcours

21 km : Ce parcours de 21 km qui fait partie du Challenge Trail 04 s'adresse plutôt aux coureurs avertis. Avec son dénivelé avoisinant les 936 m, il est assez exigeant puisqu'il comporte de nombreuses relances ainsi que des ascensions raides. Même si le dénivelé est important, il n'en reste pas moins que le tracé de ce parcours est essentiellement sur des sentiers.

10 km : Cette "course nature" est courante avec assez peu de difficulté et de dénivelé. Avec 332 m de dénivelé positif ce parcours au tracé varié se dessine entre chemins et pistes.

Les départs et les arrivées des deux parcours se feront depuis le lieu-dit Les Arnoux à Montfuron.

Le nombre de places étant limité à 250 coureurs **il est indispensable de s'inscrire sur le site KMS.fr**

Notez également que AniMont a noué un partenariat avec l'association Un Coeur D'Ange qui apporte son soutien aux enfants malades. De ce fait, **1€ sera reversé à l'association pour chaque participant inscrit.**

MONTFURON



**TRAIL NATURE LUBERON
DIMANCHE 5 MAI 2024**
Inscriptions obligatoire sur : kms.fr
Tél.06 71 66 34 57
animont.association@yahoo.fr
Facebook : Trail Nature Luberon.

Les 18 et 19 mai, de nombreux cyclistes seront attendus au départ de la 25^e édition des Boucles du Verdon. Avec plusieurs parcours et un départ donné au Centre de Congrès l'Étoile De Gréoux-Les-Bains, cette édition s'annonce prometteuse !



LES BOUCLES DU VERDON

Cette célèbre épreuve cyclosportive, co-organisée par l'ATCC (Association du Tour des Communautés de Communes) de Haute-Provence et l'Office de Tourisme Communautaire DLVAgglo aura lieu le samedi 18 et le dimanche 19 mai 2024, au départ de Gréoux-les-Bains. Plusieurs centaines de passionnés sont attendus à Gréoux-les-Bains pour participer à la 25^e édition des Boucles du Verdon.

► 5 parcours au programme

Le 18 mai, 2 parcours de Gravel seront au programme pour ceux qui aiment varier un peu les terrains. Le premier, avec une distance de 38 km et un dénivelé de 700 mètres et le second, d'une distance de 63 km avec dénivelé de 1000 m.

GRÉOUX-LES-BAINS

Le dimanche 19 mai, 3 parcours seront au programme. Le premier d'une distance de 75 km et d'un dénivelé de 950 m sera ouvert au cyclo-tourisme et aux VAE. Le deuxième, d'une distance de 98 km avec 1350 m de dénivelé, et le troisième d'une distance de 150 km et 2150 m de dénivelé seront réservés aux cyclosportifs. **Cette cyclosportive est ouverte à tous, des juniors aux masters, licenciés ou non.**

► Un cadre magnifique

Désormais connue, et reconnue, cette cyclosportive affiche plusieurs atouts de taille, à commencer par un **cadre naturel exceptionnel**. Le grand parcours conduira en effet les plus courageux jusqu'aux portes des Gorges du Verdon, à Aiguines, avec **des points de vue à la fois spectaculaires et imprenables sur**

LES BOUCLES DU VERDON 25^E ÉDITION LES 18 ET 19 MAI



le Grand Canyon du Verdon et le lac de Sainte-Croix. Du plateau de Valensole au lac d'Esparron en passant par les villages d'Allemagne-en-Provence, Montagnac-Montpezat ou Saint-Laurent-du Verdon, tout le monde en prendra plein les yeux, quel que soit le parcours choisi. Autant d'arguments pour ne pas (toujours) avoir la tête dans le guidon !

Les participants ainsi que les accompagnants auront la possibilité de se restaurer sur place, à l'extérieur.



**LES BOUCLES DU VERDON
18 et 19 MAI 2024**
Tél.06 80 14 78 62

lesbouclesduverdon@gmail.com

LEINFELDEN NOUS VOILÀ... LE MANOSQUE HANDBALL HORS DE NOS FRONTIÈRES !

En mai le club de handball manosquin, et plus particulièrement les U17 filles et garçons vont faire leurs valises pour s'expatrier en Allemagne le temps d'un tournoi. Petit focus sur le pourquoi du comment,

MANOSQUE



L'essentiel, lors de ce tournoi, restera de partager de beaux moments avec leurs homologues germaniques et permettre aux jeunes licenciés de la cité de Giono de conserver de beaux souvenirs et se targuer d'avoir participé à un tournoi à l'étranger.

Un tournoi dont les frais seront intégralement pris en charge par le Club du Manosque Handball et le Comité de Jumelage. Un engagement financier permettant à tous les U17F/G, et ce, sans distinction aucune de pouvoir participer.

Il nous reste qu'à souhaiter à tous ces jeunes athlètes un beau tournoi et un excellent séjour outre-Rhin.

Dans le cadre du jumelage Franco / Allemand entre la ville de Manosque et celle de Leinfelden-Echterdingen, les U17 Filles et Garçons du Manosque Handball iront lors du week-end Pentecôte se confronter aux équipes étrangères lors d'un tournoi organisé par nos amis Allemands en banlieue de Stuttgart.

**DU HANDBALL, MAIS AUSSI
DE BEAUX MOMENTS DE PARTAGE
ET DE CONVIVIALITÉ
EN PERSPECTIVE LORS DU
TOURNOI À LEINFELDEN !**



LES DÉBUTS EN 2023...

Cette manifestation fait suite à la « **Manosco Cup** » initiée par le Manosque Handball pendant le mois de Mai 2023 où s'étaient opposés les jeunes Allemands ainsi que des équipes de la Région PACA au sein du Gymnase des Iscles. C'est un beau week-end de Handball qui s'était tenu et qui aura fait date dans l'histoire du Club.

DU HANDBALL MAIS PAS QUE !

Au-delà de bien figurer sur les terrains de Handball et démontrer que la France reste un pays dominant dans la discipline.

MANOSQUE HANDBALL

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

6304002@ffhandball.net

Tél. 06 35 02 68 39

Facebook : Manosque Handball

Instagram : @manosquehandball

...ET EN 2024

Cette année, les jeunes Manosquins du Club de Handball vont s'exporter en terre Allemande et vivre une belle aventure humaine et sportive. Ce projet résulte d'un partenariat entre les deux clubs de Handball, le tout orchestré par le Comité de Jumelage et la Municipalité de Manosque.



LA RECETTE SUCRÉE



TARTELETTES FINES AUX FRUITS ET CONFITURE DE FRAISE "COMTES DE PROVENCE"

Préparation 20 min. Cuisson 15 min



PRÉPARATION

- Préchauffez le four à 180°C (thermostat 6)
- À l'aide d'un emporte-pièce ou d'un verre, découpez des cercles dans la pâte feuilletée. Placez-les sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé.
- Avec une fourchette, piquez légèrement les cercles de pâte pour éviter qu'ils ne gonflent trop à la cuisson.
- Déposez une cuillère à café de confiture de fraise "Comtes de Provence" au centre de chaque cercle de pâte, en laissant un petit bord libre.
- Enfourez pour environ 15 minutes, jusqu'à ce que les tartelettes soient dorées et croustillantes.
- Pendant la cuisson, lavez, équeutez et coupez les fraises en tranches.
- À la sortie du four, laissez tiédir les tartelettes puis disposez harmonieusement les tranches de fraises sur la confiture.
- Saupoudrez légèrement de sucre glace et ajoutez une feuille de menthe sur chaque tartelette pour décorer.



INGRÉDIENTS

Pour 4 personnes

- 1 pâte feuilletée prête à dérouler
- 250g de fraises fraîches
- 4 à 5 cuillères à soupe de confiture de fraise "Comtes de Provence"
- Sucre glace pour la décoration
- Quelques feuilles de menthe fraîche (optionnel)



OFFRE BOUTIQUE D'USINE

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

Boutique d'usine

11 Espace Saint-Pierre - 04310 Peyruis en Provence

Tél. 04 92 33 23 00

comtesdeprovence@agronovae.com

www.comtes-de-provence.fr

Facebook : @comtesdeprovence

Boutique d'usine ouverte

du lundi au vendredi de 9h à 17h



agro'novae
industrie



La recette de *saison*

Couleurs Paysannes
Nos terroirs, entre vos mains

PETITS FLANS AUX ASPERGES

4 personnes

45 minutes



LES INGRÉDIENTS

1 botte d'asperges
250 g de crème fraîche
4 oeufs
Sel et poivre



LA PRÉPARATION

Préchauffer le four à 180°C.

Couper l'extrémité épaisse des asperges et les faire cuire 10 minutes environ dans de l'eau bouillante salée. Garder quelques pointes pour la décoration.

Dans un mixeur, mettre les asperges, les oeufs entiers, la crème fraîche, du sel et du poivre.
Mixer 30 secondes jusqu'à l'obtention d'une crème onctueuse.

Beurrer vos ramequins et y verser la préparation. Décorer vos flans de quelques pointes d'asperges.

Enfourner au bain-marie et faire cuire pendant 30 minutes environ.



2 MAGASINS COULEURS PAYSANNES
près de chez vous

Route de Valensole - Les 4 Chemins
Centre-Ville de Manosque - 5 Place du Terreau

04 92 72 14 96
www.couleurs-paysannes.fr

HOROSCOPE



BÉLIER
21/03 > 20/04

Le printemps, est bien installé et avec lui de grandes nouveautés vous font de l'oeil et vous motive. Cela vous permet d'envisager différemment vos vacances prochaines.



TAUREAU
21/04 > 21/05

Soudainement vous pensez que vous avez une famille et qu'il vous faut la protéger et avoir la complicité de jadis. La fatigue s'accumule mais ceci semble normal pour vous. Une année de plus, ce n'est pas rien.



GÉMEAUX
22/05 > 21/06

Mettez une fois de plus de la fantaisie dans votre vie amoureuse, car souvent avec l'habitude, la routine, cela devient fatigant. Vous aimeriez que votre moitié d'orange, vous dise qu'il vous aime et là, cela n'est pas gagné.



CANCER
22/06 > 22/07

Il est facile pour vous d'accuser les autres, et pourtant, il vous faudrait voir « la paille qui est dans vos yeux, avant celle qui se trouve dans l'oeil du voisin ». Un changement radical est à prévoir et cela dans les deux domaines essentiels à votre vie.



LION
23/07 > 23/08

Depuis quelque temps tout vous semblait bloqué ou presque et là dès le début du mois de mai, le voile se lève et vous redonne le tonus que vous attendiez. Tous projets sont véritablement votre moteur, votre joie d'aller de l'avant.



VIERGE
24/08 > 22/09

Vous serez très proche de votre conjoint, voir trop proche, car vous lui prenez son oxygène et cela risque de compliquer subitement vos rapports et faire de votre complicité soudainement un enfer.



BALANCE
23/09 > 23/10

Vous commencez sérieusement un changement après les vacances d'été dans le cadre de votre travail. Vous ne voulez plus être pressé comme un citron et ne plus avoir véritablement de vie. Pour cela, il vous faudra réfléchir.



SCORPION
24/10 > 22/11

C'est en devenant optimiste, que les choses changent et de vous à moi ce n'est pas gagné, car votre négativité est à son comble. Rien ne va plus, faites vos jeux. Réagissez car en suivant ce chemin vous allez vous enfoncer encore plus.



SAGITTAIRE
23/11 > 21/12

Ne vous a-t-on jamais dit que la Tendresse c'est souvent plus fort qu'aimer. Eh bien il vous faudra l'apprendre, car votre insistance, risquerait de vous faire perdre la seule personne toujours là pour vous.



CAPRICORNE
22/12 > 20/01

Difficile de vous mettre à jour et de vous donner le temps nécessaire pour pouvoir vous occuper de votre petite famille et pourtant le besoin s'en fait sentir. Elle est en manque de vous.



VERSEAU
21/01 > 18/02

Les finances seront le point de mire de ce mois, et il vous faudra agir pour rétablir votre équilibre financier durant toute la première semaine. Votre carnet de rendez-vous se remplit vitesse grand V.



POISSONS
19/02 > 20/03

Selon vous, être en couple c'est ne pas avoir de cachotteries pour votre moitié. Ce mois-ci, ce n'est pas le cas ! Vous instaurez soudainement le mystère, les non-dits. La période risque d'être tendue à son maximum. Levez le pied, il est temps.

Moustiers-Sainte-Marie

— Provence —



Le Relais de la Flamme
11 mai 2024

moustiers.fr



ALPES DE HAUTE PROVENCE
LE DÉPARTEMENT