

irresistible
ALPES DE HAUTE PROVENCE

#195 • SEPTEMBRE 2025
www.mouv-in.com



GRATUIT
Alpes de Haute-Provence

HOME **SCHMIDT** HOME

1^{ER} FABRICANT FRANÇAIS



HAUTE COUTURE
OU PRÊT-À-PORTER,
CHAQUE MILLIMÈTRE
DE VOTRE DRESSING
SERA SUR-MESURE.

SCHMIDT
Z.I Saint-Joseph,
273 Av. du 1er Mai,
04100 Manosque

PRENEZ RENDEZ-VOUS
EN LIGNE OU DANS VOTRE
CENTRE CONSEIL À MANOSQUE



AGENDA DES SORTIES

SPORT

EMPLOI - FORMATION

MANOUVIN

FORCARUN

3^e édition

Une course, des obstacles et du fun !

27 SEPTEMBRE

DÈS 14H !

Gratuit

à partir de
14 ans

Pour les mineurs, une
autorisation parentale sera
demandée lors de l'inscription.

Seul ou
en équipe

Les
déguisements
sont les
bienvenus



Inscrivez-vous avant le 15 septembre 2025 à
inscription@ville-forcalquier.fr ou au 07 76 15 07 10



19/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 - FREEPIX

DIRECTRICE DE PUBLICATION
& RÉDACTRICE EN CHEF

SOPHIE GUIOU

☎ 06 11 64 30 54

contact@mouv-in.com

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

PUBLICITÉ // PARTENARIAT

☎ 06 11 64 30 54

contact@mouv-in.com

www.mouv-in.com



irresistible

ALPES DE HAUTE PROVENCE



édito #195 • Août 2025

Eh bien oui, l'été et la pause estivale sont déjà terminés... Comme le reste de l'année, cette période file à la vitesse de l'éclair et il faut désormais reprendre le rythme. L'école, le boulot et le quotidien vont vite retrouver leur place mais parce qu'il y a toujours un « mais », il ne faut pas pour autant tomber dans la morosité. En septembre, les journées sont encore belles et il y a encore plein de choses à faire. Vous allez vite vous en rendre compte dans l'agenda, qui est, comme toujours, bien rempli. Septembre, c'est le bon moment pour prendre son avenir professionnel en main. C'est pourquoi vous trouverez dans ce numéro des infos sur les centres de formation présents sur notre territoire. En général, en septembre, on est aussi plein de bonnes résolutions (en plus de celles prises en début d'année, mais qui au final, sont rarement tenues) pour se prendre en main et se mettre – ou se remettre – au sport. Petits ou grands, c'est le moment idéal pour attaquer une activité

physique. Les forums des associations sont d'ailleurs parfaits pour se motiver et trouver ce qui vous correspond.

En septembre, on fait aussi la part belle à la culture : on ne manque pas la rentrée littéraire avec, notamment, le festival Les Correspondances à Manosque ou encore, un peu plus tard dans le mois, les Journées Européennes du Patrimoine pour découvrir les pépites de notre territoire. Cette année, le festival Inveterre soufflera ses 10 bougies. Durant 6 jours, vous pourrez participer à des ateliers, des projections et des conférences autour de la biodiversité de notre beau département.

Bref, en septembre, on prend soin de soi et de notre environnement.

En ce qui nous concerne, on se retrouve en octobre... D'ici là, bonne lecture !

Sophie Guiou

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



ROSSINI Maison de Ventes aux Enchères JOURNÉES D'ESTIMATIONS GRATUITES

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

SEPTEMBRE

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



SUR RENDEZ-VOUS

Maître Romain Verlomme-Fried

06 20 14 34 18

rossini.sud@rossini.fr



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



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

SORTIE LE 3 SEPTEMBRE



Fils de

Une semaine après la présidentielle, la France cherche toujours son Premier Ministre. Nino, jeune attaché parlementaire ambitieux, est missionné pour convaincre son père, Lionel Perrin d'accepter le poste. Mais cet éternel perdant a coupé les ponts avec la politique... et son fils. Nino se retrouve embarqué dans une course effrénée où tous les coups sont permis. Il a 24h pour sauver sa carrière, son couple et si possible l'avenir de la France !



Adieu Jean Pat

A 35 ans, Etienne n'a toujours pas pardonné à son « copain » Jean-Pat, qui lui a mené la vie dure pendant toute son enfance. Quand il apprend le décès de ce dernier, on ne peut pas dire qu'Etienne soit vraiment dévasté... Pourtant, il va se retrouver malgré lui à organiser l'enterrement de son pire ennemi. Une chose est sûre : Jean-Pat n'a pas fini de lui pourrir la vie.

SORTIE LE 10 SEPTEMBRE



Connemara

Issue d'un milieu modeste, Hélène a quitté depuis longtemps les Vosges. Aujourd'hui, elle a la quarantaine. Un burn-out brutal l'oblige à quitter Paris, revenir là où elle a grandi, entre Nancy et Epinal. Elle s'installe avec sa famille, retrouve un bon travail, la qualité de vie en somme... Un soir, sur le parking d'un restaurant franchisé, elle aperçoit un visage connu, Christophe Marchal, le bel Hockeysman des années lycées. Christophe, ce lointain objet de désir, une liaison qu'Hélène n'avait pas vu venir... Dans leurs étreintes, ce sont deux France, deux mondes désormais étrangers qui rêvent de s'aimer. Cette idylle, cette île leur sera-t-elle possible ?



Sirât

Au cœur des montagnes du sud du Maroc, Luis, accompagné de son fils Estéban, recherche sa fille aînée qui a disparu. Ils rallient un groupe de ravers lancé à la recherche d'une énième fête dans les profondeurs du désert. Ils s'enfoncent dans l'immensité brûlante d'un miroir de sable qui les confronte à leurs propres limites.

SORTIE LE 17 SEPTEMBRE



Demon Slayer: Kimetsu no Yaiba La Forêt Infinie Film 1

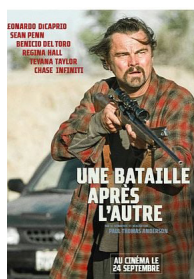
Tanjirô Kamado a rejoint une organisation dédiée à la chasse aux démons, les pourfendeurs de démons, après que sa jeune sœur Nezuko ait été transformée en démon. Devenant de plus en plus fort et proche des autres membres de l'armée, Tanjirô affronte de nombreux démons en compagnie de ses camarades, Zen'itsu Agatsuma et Inosuke Hashibira...



Regarde

Chris et Antoine ont bien du mal à s'entendre depuis leur divorce. Mais, lorsqu'on leur annonce que leur fils de 16 ans est atteint d'une maladie rare, qui va lui faire perdre la vue, ils s'efforcent de mettre leurs rancœurs de côté. Les ex-conjoints embarquent leur fils pour des vacances inoubliables, bien décidés à lui offrir ses plus beaux souvenirs.

SORTIE LE 24 SEPTEMBRE



Une bataille après l'autre

Un ancien membre d'un groupe révolutionnaire demande l'aide d'autres révolutionnaires pour retrouver sa fille disparue.



TKT

attendent anxieusement des nouvelles du médecin. Étrangement, Emma est pleinement consciente du monde qui l'entoure mais incapable de communiquer avec lui. Pour comprendre ce qui se passe, Emma doit enquêter sur son passé et démêler le mystère entourant sa soudaine hospitalisation. Petit à petit, elle va être confrontée à la dure réalité de ce qui lui est arrivé.

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



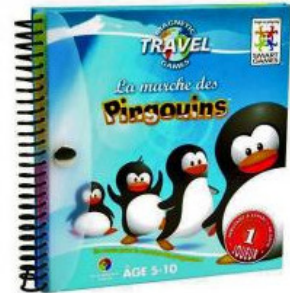
03 Rue du Dr Honnorat
Digne-les-Bains Tél. 04 92 83 92 87

LA MARCHE DES PINGOUINS

A partir de 5 ans – 5 minutes – 1 joueur

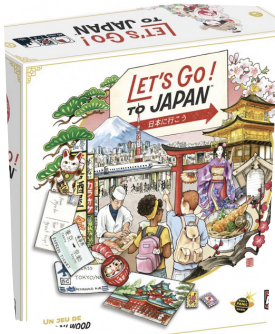
En route pour la marche des pingouins !

Ce jeu de voyage magnétique propose 48 défis et des heures d'amusement. La marche des Pingouins est un jeu de réflexion particulièrement adapté aux enfants.



ENFANT

EXPERT



LET'S GO TO JAPAN

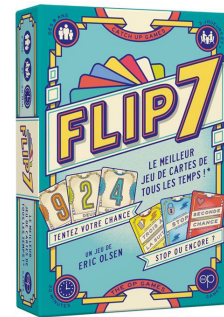
A partir de 10 ans – 60 minutes – 1 à 5 joueurs

Ça y est ! Vous avez vos billets pour le Japon, la destination de vos rêves ! Il vous reste à organiser au mieux votre séjour. De Tokyo à Kyoto, planifiez vos activités jour par jour grâce aux 160 cartes magnifiquement illustrées qui vous permettront de découvrir le pays. Attention à bien optimiser le placement de vos cartes, car chaque critère compte : proximité avec la nature, visites insolites ou de lieux emblématiques, shopping, humeur ou encore déplacements ! À vous de créer le séjour qui rapporte le plus de points ! Et en fin de partie, vous pourrez raconter votre inoubliable voyage à l'assemblée !

FLIP 7

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

À chaque manche, collectionnez des cartes une par une pour marquer autant de points que le total de leurs valeurs. Mais vous devrez savoir dire stop avant de recevoir un numéro que vous avez déjà ! Sinon, vous sautez et quittez la manche sans gagner de point... Et plus une carte a un numéro élevé, plus il y en a dans la pioche : le paquet compte une carte 1, et douze cartes 12. Avec un peu de chance, vous pourrez également compter sur des cartes spéciales pour vous protéger, bloquer vos adversaires, ou les obliger à recevoir trois cartes d'un coup. Si vous parvenez à collectionner 7 cartes Numéro différentes, vous réalisez un Flip 7 : vous mettez fin à la manche et gagnez 15 points supplémentaires, sous les yeux ébahis de vos adversaires ! Cumulez vos points de manche en manche : quand un ou plusieurs joueurs atteignent 200 points, la personne avec le plus haut score remporte la partie !



FAMILLE

INITIÉS



LOVE LETTER

A partir de 10 ans – de 20 minutes – 2 à 6 joueurs

Dans ce jeu de cartes rapide d'une vingtaine de minutes, qui mélange prise de risque et déduction, rivalisez avec vos concurrents pour que vos missives soient livrées à la Princesse. Malheureusement, vous dépendez de nombreux intermédiaires pour livrer votre message.

En jouant les cartes une à la fois, les joueurs utiliseront les capacités de ces personnes clés dans la vie de la Princesse pour déjouer leurs adversaires et réussir à livrer leur lettre. Les joueurs doivent utiliser les compétences spéciales de chaque personnage pour éviter d'être pris et réussir à livrer leur lettre à la princesse. Le joueur qui atteint le nombre de jetons de faveur fixé en début de partie (différent selon le nombre de joueurs), remporte le jeu et devient le confident de la Princesse.

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

LIBRAIRIE JAU BERT



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



L'AFFAIRE DE LA RUE TRANSNONAIN

Jérôme Chantreau
Editions La Tribu

La France de 1834 est une poudrière. Sourde à la colère du peuple, la monarchie réprime de plus en plus durement les émeutes qui gagnent le pays. À Paris, au milieu de la nuit du 14 avril, l'armée abat les habitants d'un immeuble situé au 12 de la rue Transnonain.

Un repaire d'insurgés ? Les victimes sont pourtant des vieillards, des femmes, des enfants... Une paire de bas gît au fond d'un des lits taché de sang ; ils appartiennent à une fille des rues portée disparue. Elle sait. Le préfet de police lance l'agent Joseph Lutz sur sa trace. L'Affaire de la rue Transnonain raconte ce que le pouvoir, lorsqu'il est acculé et vacillant, est capable d'accomplir de pire. Deux cents ans après les faits, Jérôme Chantreau rouvre ce dossier criminel. Il mène l'enquête, redonne vie aux protagonistes de l'un des faits divers les plus tragiques de la capitale et leur rend justice.

Adèle
Yon *Mon vrai nom est Elisabeth*



MON VRAI NOM EST ELISABETH

Adèle Yo
Editions Du Sous Sol

Une chercheuse craignant de devenir folle mène une enquête pour tenter de rompre le silence qui entoure la maladie de son arrière-grand-mère Elisabeth, dite Betsy, diagnostiquée schizophrène dans les années 1950. La narratrice ne pose, sur cette femme morte avant sa naissance, que de quelques légendes familiales dont les récits fluctuent. Une vieille dame coquette qui aimait nager, bonnet de bain en caoutchouc et saut façon grenouille, dans la piscine de la propriété de vacances. Une grand-mère avec une cavité de chaque côté du front qui accusait son petit-fils de la regarder nue à travers les murs. Une maison qui prend feu. Des grossesses non désirées. C'est à peu près tout. Les enfants d'Elisabeth ne parlent jamais de leur mère entre eux et ils n'en parlent pas à leurs enfants qui n'en parlent pas à leurs petits-enfants. "C'était un nom qu'on ne prononçait pas. Maman, c'était un non-sujet. Tu peux enregistrer ça.

Maman, c'était un non-sujet. Mon vrai nom est Elisabeth est un premier livre poignant à la lisière de différents genres : l'enquête familiale, le récit de soi, le road-trip, l'essai. À travers la voix de la narratrice, les archives et les entretiens, se déploient différentes histoires, celles du poids de l'hérédité, des violences faites aux femmes, de la psychiatrie du XX^e siècle, d'une famille nombreuse et bourgeoise renfermant son lot de secrets.

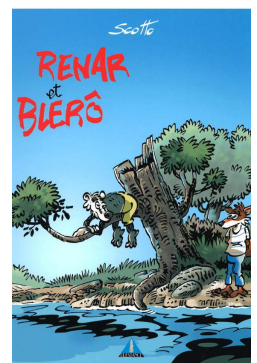


JEUNESSE

RENAR ET BLERÔ

Serge Scott
Editions Prestance

Inventée par Serge Scotto cette bande dessinée est la seule du genre !
À découvrir...



FORCA'RUN 2025 : PRÊT À ALLER « AU BOUE » DE VOUS-MÊME ?

Pour cette 3^e édition de Forca'Run : 5 km d'obstacles, de boue et de fun à partager entre amis, en famille ou entre collègues, vous attendent. Pas de chrono, juste du dépassement, des fous rires... et une bonne dose de bonne humeur ! Prêt à relever le défi ?



FORCALQUIER

SAMEDI 27 SEPTEMBRE : PRÈS DE 5 KM D'OBSTACLES ET DE FUN À FORCALQUIER !

Rendez-vous à Forcalquier le **samedi 27 septembre 2025** pour la 3^e édition de Forca'Run, la course d'obstacles délirante qui transforme la ville en parcours du combattant géant !

Après le succès des éditions précédentes, cette nouvelle édition promet encore **plus d'agrs, plus de folie, plus de fun...** et surtout une bonne dose de boue et de bonne humeur.

Agrs type Ninja Warrior, structures en bois à grimper, filets à traverser, pneus à escalader, murs à franchir, toboggans boueux et autres surprises farfelues : tout est pensé pour que chaque participant puisse **repousser ses limites, tout en s'amusant**.

Que vous soyez **sportif aguerri ou novice motivé, Forca'Run est ouvert à tous les profils à partir de 14 ans** (autorisation parentale obligatoire pour les mineurs).



FORCARUN
3^e édition
Une course, des obstacles et du fun !

LE CONCEPT ?

Un parcours d'environ **5 km** à travers les **rues, les sentiers et les recoins les plus emblématiques de la ville**, jalonné de **désis à relever en solo ou en équipe**. Sur le modèle des grandes courses type Mud Day, Forca'Run revisite le genre à la sauce forcalquérienne : **ici, pas de chrono, pas de classement, mais des obstacles à franchir ensemble, en s'entraidant, en rigolant, en se dépassant... et parfois même en rampant !**



**PARTICIPEZ CETTE ANNÉE
ENCORE À LA NOUVELLE ÉDITION
DE FORCA'RUN. DÉPASSEMENT
DE SOI, RIRES, SOLIDARITÉ
ET GROSSE DOSE DE BONNE
HUMEUR SONT AU PROGRAMME !**



L'OBJECTIF ?

Vivre une **aventure collective**, se **challenger** dans une ambiance bon enfant, et **partager un moment hors du commun** avec des amis, de la famille ou des collègues. Car **Forca'Run, c'est bien plus qu'une course : c'est une expérience de solidarité, de rires et de dépassement personnel**.

Forcalquier se transforme pour l'occasion en un immense terrain de jeu urbain. Chaque année, **de nouveaux obstacles viennent pimenter le parcours**, pour surprendre les participants fidèles comme les nouvelles recrues.

Et, rassurez-vous : si l'effort est réel, le plaisir est garanti !

Alors, prêt à relever le défi ? À plonger dans la boue, à grimper, ramper, glisser, bondir, et surtout vous amuser comme jamais ?



FORCA'RUN

Samedi 27 septembre 2025 - 14h

INSCRIPTION

GRATUITE ET OBLIGATOIRE

avant le 15 septembre

inscription@ville-forcalquier.fr
ou au 07 76 15 07 10

Participation possible dès 14 ans
avec autorisation parentale

4 ARTISTES POUR UNE EXPO DANS LE CADRE DES EXPOS DU CHÂTEAU A GRÉOUX-LES-BAINS



GRÉOUX-LES-BAINS

Pour ce mois de septembre, ce sont quatre artistes qui sont mis à l'honneur dans la salle des Gardes du Château des Templiers à Gréoux-les-Bains. Du 13 septembre au 5 octobre, venez découvrir les univers artistiques d'André Defossez, Nadine De Winter, Sylviane Lombard et Sylvie Sapone.

1 ANDRÉ DEFOSSEZ - Plasticien

André Defossez développe une démarche artistique qui mêle **création sonore, céramique et techniques à l'encre**, telles que le monotype ou le travail au pinceau. Son œuvre, résolument abstraite, se détourne de toute représentation figurative afin de **laisser place à une libre interprétation entre la création et celui qui la contemple**.

En privilégiant **l'expérimentation et le hasard**, il cherche à préserver **la puissance évocatrice et émotionnelle de l'art**.

Ses peintures, estampes et sculptures en céramique dégagent une expressivité singulière, souvent empreinte d'une dimension onirique.

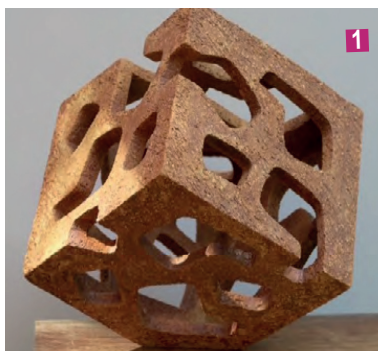
2 NADINE DE WINTER - Céramiste

Diplômée de l'Académie des Beaux-Arts de Watermael-Boitsfort, cette artiste céramiste expose régulièrement en Belgique et en France. **Sa pratique artistique est profondément nourrie par son parcours de chercheuse en biologie**, où elle explore les mystères du vivant et la beauté intrinsèque de la matière organique.

Son univers s'inspire des **micro-organismes, du plancton et des graines** — formes originelles qui évoquent l'évolution, le cycle du temps et la genèse. Elle façonne **des œuvres à la fois sensibles et puissantes où la terre dialogue avec d'autres matériaux tels que l'acier, le bois ou le verre**, dans une quête d'équilibre entre science, nature et poésie.

3 SYLVIANE LOMBARD - Céramiste

Artiste indépendante avec un parcours singulier, Sylviane Lombard **crée ses sculptures contemporaines dans son atelier de Gréoux-les-Bains**, imprégnée de ses racines champenoises et de sa formation aux Beaux-Arts de Reims et de Digne-les-Bains. **Fascinée par la forme sphérique**, qu'elle perçoit comme douce et réconfortante, **elle façonne des boules émaillées aux couleurs vives, intrigantes et envoûtantes, à la croisée de l'humain et du cosmique**. Son univers, **entre féminité, imaginaire et poésie de la matière**, ouvre une parenthèse d'évasion, comme autant de constellations que l'on aimerait effleurer.



4 SYLVIE SAPONE - Peintre - Céramiste

Bleu azur, bleu marine, bleu turquoise, bleu roi, bleu ciel, indigo, outremer, cobalt, Prusse, nuit, pétrole, Majorelle, cyan, céruléum, électrique, méthylène... Que de nuances, que de bleu !

N'est-ce pas ainsi que l'on surnomme notre planète : la planète bleue ?

Quand Sylvie déploie sur la toile son camaïeu de bleus, surgissent aussitôt la pureté de l'eau, la profondeur des océans, l'immensité du ciel. Et la magie opère.

Cette nouvelle série célèbre **le bien-être, la sérénité, les rêves d'évasion** portés par cette couleur, tout en évoquant en filigrane une inquiétude plus sourde : celle d'un monde en mutation.



LES EXPOS DU CHÂTEAU

Du samedi 13 septembre au dimanche 5 octobre 2025
Salle des Gardes - Château des Templiers - Gréoux-les-Bains
Du mercredi au dimanche de 15h à 18h.
Fermé les lundis et mardis.

LA MAISON ROSSINI EVALUE GRATUITEMENT VOS BIJOUX, OBJETS ET COLLECTIONS.

Vous possédez des bijoux, monnaies, œuvres d'art ou collections à vendre ? La maison de vente Rossini, face à l'hôtel Drouot à Paris, propose désormais ses services à Manosque et dans le département. Estimation gratuite et prise en charge complète jusqu'à la vente.

DÉPARTEMENT



Vous possédez des bijoux, des monnaies, des objets d'art, des sculptures ou des collections et souhaitez les **faire estimer en vue d'une vente aux enchères** ? La maison de vente **Rossini**, installée face à l'hôtel Drouot à Paris, vous offre ses services à Manosque et dans tout notre département. De l'estimation gratuite à la vente, la maison Rossini prend tout en charge.

LA MAISON ROSSINI

Fondée à la fin des années 1990 à Paris, la **Maison Rossini** offre une **estimation gratuite des biens que vous souhaitez mettre en vente**, ainsi qu'une mise aux enchères dans sa propre salle des ventes située face à l'hôtel Drouot.

Présente sur l'ensemble du territoire français et dans le sud depuis 2019, la Maison Rossini propose désormais ses services dans notre département grâce à Maître Romain Verlomme-Fried, commissaire-priseur. **Vous avez ainsi l'opportunité de faire expertiser** et peut-être vendre vos tableaux, sculptures, bijoux, orfèvrerie, objets d'art, pièces d'art nouveau ou art déco, jouets anciens, œuvres d'art asiatique, bouteilles de vin, argenterie, manuscrits ou encore vos collections de monnaies ou de timbres.

VENDEZ VOS OBJETS AU MEILLEUR PRIX

Lorsqu'on envisage de vendre un objet, ancien ou non, on pense souvent à une brocante ou à une annonce en ligne. Mais **sans expertise, comment être sûr de ne pas sous-évaluer vos biens** ?

La Maison Rossini vous propose une **estimation gratuite** pour vous donner une **idée précise de la valeur actuelle de vos objets**. Si l'estimation vous satisfait, **Maître Romain Verlomme-Fried se charge de tout, depuis l'acheminement de vos biens jusqu'à la salle des ventes de la Maison Rossini à Paris**.



FAITES EXPERTISER GRATUITEMENT VOS OBJETS EN VUE D'UNE VENTE AUX ENCHÈRES!

Que ce soit un meuble, une collection de pièces ou de timbres, un bijou ancien ou des bouteilles de vin, **vos objets pourraient valoir bien plus que vous ne l'imaginez...**



COMMENT CELA FONCTIONNE ?

Pour **bénéficier d'une expertise gratuite**, commencez par **solliciter les experts de la Maison Rossini** lors des rencontres organisées. Pensez à **prendre rendez-vous au préalable** pour que les spécialistes puissent consacrer le temps nécessaire à l'évaluation de votre ou vos objets.

Si vous ne pouvez pas être présent ce jour-là, **les experts peuvent également se déplacer à votre domicile** (sur rendez-vous) pour estimer vos biens et vous conseiller sur leur mise en vente.

Pour des objets nécessitant une expertise plus spécifique, ils seront acheminés à Paris et évalués gratuitement par les spécialistes de la Maison Rossini. Vous êtes ainsi assuré d'obtenir une estimation au plus juste. Une fois l'estimation gratuite réalisée, deux options s'offrent à vous :

► **Mettre votre bien aux enchères.** Si votre objet intéresse les enchérisseurs, il sera proposé à la vente. Si vendu (ce qui arrive dans plus de 98 % des cas), une commission forfaitaire convenue à l'avance sera prélevée. Si l'objet ne trouve pas acquéreur, vous pourrez choisir de le remettre en vente ou de le récupérer.

► **Conserver votre bien, sans engagement.**

Vous pourrez suivre la vente de vos objets à distance et en direct sur les plateformes en ligne **Drouot.com** et **Interenchères.com**. Vous pouvez même participer aux enchères si vous le souhaitez !



Maison Rossini

Maison de Ventes aux Enchères

Romain Verlomme-Fried : 06 20 14 34 18

rossini.sud@rossini.fr

www.rossini.fr

SAINTE-TULLE FÊTE LA SAUCISSE... ET BIEN PLUS ENCORE !



Du 5 au 7 septembre 2025, la célèbre Fête des Saucisses revient en force à Sainte-Tulle pour faire rimer bonne humeur, musique et plaisirs gourmands. Pendant trois jours, l'esplanade Max-Trouche et la place Jules-Guesde deviendront le théâtre d'une grande fête populaire où petits et grands trouveront leur bonheur. Sans oublier la traditionnelle fête foraine qui se tiendra tout au long du week-end pour les amateurs de sensations et de douceurs sucrées.

AU PROGRAMME DE CES 3 JOURS...

Vendredi 5 septembre

On lance le week-end en musique !

- Dès 19h, ambiance garantie avec **SM.BY. NIGHT DJ'S PRODUCTIONS** pour une soirée rythmée à souhait.
- **Buvette et grillades** pour accompagner vos pas de danse.

Samedi 6 septembre

Musique et fête jusqu'au bout de la nuit

- À partir de 17h30, l'**Harmonie Municipale** donnera le ton avec un apéritif musical.
- Dès 21h, place à **Chris Var Night Concept** pour faire vibrer la place.
- **Restauration le midi et le soir**, toujours assurée par l'équipe de Sainte-Tulle Festivités.



Dimanche 7 septembre

Une journée pour toute la famille

- **Maquillage pour enfants de 10h30 à 16h**
- **Balades à dos d'ânes de 10h à 17h**
- À 12h, le **DUO 3D** animera le repas du midi dans une ambiance conviviale.
- Et bien sûr, **grillades et buvette** pour prolonger le plaisir.

Conviviale, festive et incontournable, la Fête des Saucisses revient à Sainte-Tulle du 5 au 7 septembre 2025. Entre animations musicales, fête foraine, grillades et activités pour toute la famille, ce rendez-vous traditionnel promet un week-end haut en saveurs et en bonne humeur. Découvrez le programme !

SAINTE-TULLE

SAUCISSES, MUSIQUES, GRILLADES, ANIMATIONS ET FÊTE FORAINE DU 5 AU 7 SEPTEMBRE À SAINTE-TULLE

La traditionnelle fête des saucisses est accessible à tous et est portée par la **passion des bénévoles de Sainte-Tulle Festivités** qui se démènent sans relâche.

L'équipe vous attend nombreux et nombreuses pour célébrer l'un des rendez-vous les plus savoureux et festifs de la rentrée !

Alors, vous venez pour la musique l'ambiance, les saucisses... ou les trois ?



FÊTE DES SAUCISSES

5,6 et 7 septembre 2025

Esp. Max-Trouche | Place de la Libération
saintetullefestivité@gmail.com

REPRISE DES CONCERTS DU MERCREDI LE 24 SEPTEMBRE



«LA MUSIQUE FAIT SON CINÉMA»

Le **mercredi 24 septembre**, vous allez plonger dans l'univers magique du cinéma ! Un programme où les **mélodies inoubliables de la musique de film convoquent émotions et souvenirs** au-delà de l'écran qui vous attend. Sans nul doute vous allez partir à la recherche de votre âme d'enfant, au cœur des chefs d'oeuvre inoubliables.

Olivier Lechardeur, piano - Marie-Laurence Rocca, violon
Joëlle Mauppin, violon - Stéphanie Bayle, alto
Frédéric Lagarde, violoncelle - Sophie Brochet, narrateur



GRÉOUX-LES-BAINS

Le mois de septembre signe la reprise pour les concerts du mercredi dans l'Eglise Notre Dame des Ormeaux à Gréoux-les-Bains. Pour ce concert de rentrée, «La musique fait son cinéma»...



«LA MUSIQUE FAIT SON CINÉMA»

Mercredi 24 SEPTEMBRE 2025 - 18h30

Eglise Notre Dame des Ormeaux

Tarif 15€ - Gratuit pour les moins de 16 ans
Réservations : Dans les Offices de Tourisme du Pays de Manosque : de Gréoux-les-Bains, Manosque, Oraison, Valensole, Riez, Esparron-de-Verdon et Quinson.

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

C'EST REPARTI POUR LES SOIRÉES DE L'ÉTOILE LE 19 SEPTEMBRE !

Après une pause estivale, les Soirées de l'Étoile reprennent du service pour cette deuxième partie de saison ! C'est donc le vendredi 19 septembre que vous embarquerez pour la « Croisière ça m'use », durant laquelle le Càcou et la Cagole fêtent leurs 10 ans de mariage... Aventures rocambolesques et souvenirs inoubliables garantis !

SPECTACLES

GRÉOUX-LES-BAINS



LA CROISIÈRE ÇA M'USE !

Pour fêter leurs dix ans de mariage, Gérard le Càcou et Jessica la Cagole ont vu les choses en grand : direction la Méditerranée pour la croisière de leur vie ! Une folie qu'ils ont payée cher (très cher...), mais quand on aime, on ne compte pas.

Problème : entre leur quotidien dans les quartiers populaires de Marseille et l'univers doré d'un paquebot cinq étoiles, le choc est... total ! **Luxe clinquant, bonnes manières, ambiance feutrée : rien n'est vraiment fait pour eux. Et pourtant, ils vont tenter de s'adapter – à leur manière bien sûr !** Cabine grand luxe, dîners chics, rencontre (inattendue) avec le commandant de bord, escale à Tunis, soirée du Nouvel An en boîte branchée à Ibiza...



Autant de **situations qui virent rapidement à l'aventure rocambolesque** avec ces deux personnages hauts en couleur, spontanés et drôlement attachants. Résultat ? **Un cocktail explosif d'humour, de tendresse et de décalage**, qui promet à Gérard et Jessica des souvenirs inoubliables... et à vous aussi !



LES SOIRÉES DE L'ÉTOILE
VENDREDI 19 SEPTEMBRE 2025 - 21H
Centre de Congrès l'Etoile, av. P. Brossolette - Gréoux-les-Bains.

Plein tarif : 20€, tarif réduit* 15€, gratuit - de 12 ans. À retrouver dans les Offices de Tourisme et des congrès du Pays de Manosque
Et en ligne sur : paysdemanosque.com
Sur place, les soirs de spectacle, à partir de 20h (dans la limite des places disponibles).

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

LA PLACETTE PAULINE S'ANIME POUR LES RENDEZ-VOUS MUSICAUX LE SAMEDI ET LE DIMANCHE

Les samedis et dimanches après-midi à Gréoux-les-Bains sont synonymes de musique ! Ne manquez pas ces deux rendez-vous de septembre avec Duo3D et Chez Joe.

MUSIQUE

GRÉOUX-LES-BAINS



SAMEDI 6 SEPTEMBRE - 16h-19h

Duo3D

Le Duo3D vous propose un **répertoire éclectique allant des années 60 à aujourd'hui**, pour satisfaire tous les goûts et toucher un large public.

Formé en 2009, le duo composé de Sabine et Daniel a d'abord fait ses armes dans des hôtels-clubs et orchestres sur la Côte d'Azur. Magali, forte de son expérience en orchestre et dans des groupes de rock, a rejoint l'aventure il y a 5 ans. Déborah, ancienne danseuse et chanteuse de l'orchestre Méphisto, complète la formation depuis 2 ans. Ensemble, ces deux chanteuses apportent des styles variés et complémentaires, offrant des performances en duo ou en trio, avec un large éventail de chansons.

Le groupe se distingue par une diversité musicale : **variétés françaises et internationales, funk, disco, rock, soul, jazz...**

LA PLACETTE PAULINE S'ANIME AVEC DES CONCERTS GRATUITS

DIMANCHE 21 SEPTEMBRE - 17h

L'hommage qui **dépoussière les chansons de Joe Dassin**. Joe Dassin aimait dire qu'il faisait des chansons pour aider les gens à vivre. 45 après sa disparition, on fredonne encore «l'été indien», «la fleur aux dents» ou encore «salut les amoureux». **Un spectacle en duo avec Léa Morales et Guillaume Ibot.**



MUSIQUES À PAULINE
Samedi 6 et dimanche 7 septembre
Concerts gratuits
Placette Pauline - Gréoux-les-Bains

En cas de mauvais temps, les concerts seront reportés.

AUTOMNE MUSICAL, 10^E ÉDITION

DU 5 AU 14 OCTOBRE

À GRÉOUX-LES-BAINS



MANOSQUE

L'AUTOMNE MUSICAL

Depuis sa création, le festival tisse des liens entre musique et territoire, artistes et public. À l'occasion de ses dix ans, l'événement s'installe principalement au Centre des Congrès L'Étoile, pour offrir une qualité d'écoute optimale, tout en conservant le charme des concerts donnés à l'église Notre-Dame-des-Ormeaux.

Le festival est porté par l'Ensemble Instrumental Provence Verdon, sous la direction artistique d'Olivier Lechardeur et Bernard Mauppin, avec le soutien de la Ville de Gréoux-les-Bains, DLVAgglo, le Conseil Départemental 04, la DRAC et l'Office de Tourisme Communautaire.

AU PROGRAMME

Dimanche 5 octobre

18h30 – Centre des Congrès L'Étoile
Tarif 16€

Concert d'ouverture :

« Le souffle du romantisme ».

Mendelssohn, trio N°1 pour piano, violon, violoncelle. Le pianiste Olivier Lechardeur, directeur artistique du festival et Frédérique Lagarde qui a été notamment violoncelle solo de l'Orchestre National de l'Opéra de Paris seront présents. Chausson « Concert » pour piano, violon et quatuor à cor. Le quatuor Cézanne se joindra à ses amis pour le célèbre « concert » de Ernest Chausson.

Mardi 7 octobre

18h30 – Centre des Congrès L'Étoile
Tarif 20€

Récital exceptionnel du pianiste Philippe Cassard.

Chopin, Liszt, Schubert, Debussy, Ravel, Satie... Une programmation festive sur le thème de la valse a été retenue par les organisateurs pour cette « invitation à la valse » proposée par l'une des plus grandes personnalités musicales françaises actuelles.



Mercredi 8 octobre

18h30 – Centre des Congrès L'Étoile
Tarif 8€

Projection du Film « Par-delà les silences »

Charles Belle, peintre de la nature, est un artiste qui fascine autant qu'il intrigue. Il est reconnu comme un peintre d'exception dans le monde de l'Art. Le film « Par-delà les silences » relate une collaboration de plus de 16 ans entre le peintre et le réalisateur François Royet.

En partenariat avec Écociné Verdon, réservation conseillée au cinéma, billetterie sur place
film de François Royet-2014 consacré au peintre Charles Belle

Vendredi 10 octobre

18h30 – Centre des Congrès L'Étoile
Tarif 16€

Soirée anniversaire pour la 10^e édition du Festival avec le concert "Schubert enchante Gréoux-Les-Bains"

Chansons et Romances pour voix et piano Mareike Schellenberger, mezzo-soprano, Olivier Lechardeur, piano Octuor pour cordes et vents en fa majeur; par les solistes de l'Ensemble Instrumental Provence Verdon.

L'Automne Musical revient pour une 10^e édition anniversaire et promet encore une fois de ravir mélomanes, curistes et habitants grâce à une programmation soignée, festive et accessible. Découvrez les temps forts de ce rendez-vous culturel désormais incontournable.

Dimanche 12 octobre

De 14h à 17h30

Eglise Notre Dame des Ormeaux

Entrée libre

Rencontres et échanges publics avec de jeunes artistes

CONCERT - 18h : concert des étudiants préprofessionnels.

Le violoniste Stefan Stalanowski, ex Super-soliste de l'Orchestre National de Lille, produira ses précieux conseils aux formations de musique de chambre issues des conservatoires d'Aix-en-Provence (CRR), de Digne/ Manosque (CRD) ainsi que de l'institut d'enseignement supérieur de la Musique-IESM d'Aix-en-Provence.

Mardi 14 octobre

18h30 – Eglise Notre Dame des Ormeaux

Tarif 16€

Concert "Splendeur de la Musique Baroque"

Par les solistes de l'Ensemble Instrumental Provence Verdon et leurs amis.

Florian Laforge, violoncelle - Marie-Laurence Rocca, violon - Joëlle Mauppin, violon - Pierre-Stéphane Schmidlet, violon - Virginie Kaepelin, clavecin - Haëndel - Vivaldi - Vitali - Haydn - Bach.



10^E AUTOMNE MUSICAL

Du 5 au 14 octobre 2025 - Gréoux-les-Bains

Billets en vente dans les Offices de Tourisme de Gréoux-les-Bains, Manosque, Oraison, Valensole, Riez et Quinson.

Réservations en ligne sur
paysdemanosque.com

Renseignements : 06 85 64 74 76

Programme complet :

ensembleinstrumentalpv.com

Gratuit pour les moins de 16 ans
Pass 4 concerts à 50 € (au lieu de 68 €)

ENTRE VOIR ET LIRE : LA POÉSIE EN PARTAGE À L'ÉCOMUSÉE DE VOLX DU 25 SEPTEMBRE AU 26 OCTOBRE

Quand l'art visuel rencontre la poésie, les émotions se multiplient. Du 25 septembre au 26 octobre, Marina Haccoun-Levikoff investit l'Écomusée de Volx avec son exposition «Entre VOIR et LIRE», présentée par l'Artothèque L'Art en Partage.

ARTS

VOLX



UNE INVITATION À LIRE AVEC LES YEUX

Et si les mots pouvaient se contempler comme des toiles, et les images se lire comme des poèmes ? C'est cette frontière floue et fascinante que traverse Marina Haccoun-Levikoff dans son exposition «Entre Voir et Lire», présentée par L'Artothèque L'Art en Partage à l'Écomusée de Volx, du 25 septembre au 26 octobre 2025 dans le cadre des Correspondances de Manosque.

Livres d'artiste et œuvres murales y déploient un univers poétique profondément ancré dans le dialogue entre le Visible et le Lisible. Une expérience artistique et sensorielle, à vivre au rythme des textes d'Adonis, René Char, Fondane, Mandelstam, Borges, Szyborska, Césaire... et bien d'autres voix majeures de la poésie.

QUAND LES MOTS PRENNENT FORME ET LES IMAGES PARLENT.



VERNISSAGE, ATELIERS, PRÉSENTATION...

Le vernissage de l'exposition se déroulera le 25 septembre à 18h. Notez que ce temps fort sera marqué par la présence du poète Michel Ménaché, qui viendra présenter «Le danseur des ruines», un livre d'artiste conçu avec Marina Haccoun-Levikoff. Il lira ce poème ainsi que quelques autres extraits de son œuvre. Pour l'occasion, la comédienne Sylvie Pizon prêtera sa voix aux textes de Benjamin Fondane, René Char, Birago Diop, Adonis et Dany Moreuil, offrant un moment d'écoute sensible et vibrant.

Les vendredi 26 et samedi 27 septembre de 12h à 19h, vous pourrez découvrir ces objets uniques que sont les livres d'artiste, où le texte et l'image cohabitent avec poésie et finesse. Enfin, un atelier créatif est également proposé au public adulte pendant l'exposition, une belle occasion de s'initier à ce dialogue entre le lisible et le visible. Pensez à vous inscrire par mail : haccoun.levikoff.marina@gmail.com.

Toute l'année, L'Artothèque vous propose aussi d'emporter chez vous une œuvre d'art originale pour un ou deux mois. À la médiathèque d'Herbès, Manosque et à VOLX sous la poste, Place Celestin Rigollet le samedi de 10 à 12h et le 3^e mercredi du mois de 13h à 16h ou sur rdv,



EXPOSITION ENTRE VOIR ET LIRE
25 septembre au 26 octobre 2025
à l'Écomusée de l'Olivier à Volx.

Infos : haccoun.levikoff.marina@gmail.com

GRAND MARCHÉ D'ARTISANS ET PRODUCTEURS LE 21 SEPTEMBRE À LA PALUD SUR VERDON

L'Association "Journées Paluardes" vous invite à découvrir les pépites locales : artisanat, saveurs du terroir, créations uniques... il y en aura pour tous les goûts ! Une belle journée placée sous le signe de la convivialité et du savoir-faire local.

ÉVÈNEMENTS

UNE JOURNÉE DE DÉCOUVERTES

De 9h à 17h, les exposants vous accueillent dans un grand champ pour partager leur savoir-faire. Au fil des stands, vous découvrirez des produits locaux et artisanaux : miel, nougat, huile d'olive, charcuterie, huiles essentielles (lavande, rose), huile d'argan, vannerie, céramique, objets en cade, tableaux, photos, sculptures, bijoux, plantes « filles de l'air », biscuits... et bien plus encore !

Un jeu convivial vous attend : devinez le poids d'un panier garni d'un produit de chaque exposant. Trois lots sont à gagner !

LA PALUD SUR VERDON

Le four à bois sera en action pour vous régaler de fougasses aux anchois et de pizzas à l'apéritif. Le pain accompagnera le repas – inscription obligatoire avant le mardi 4 septembre auprès de Simone au 06 78 66 22 01.

Une buvette et un stand de petite restauration seront à votre disposition toute la journée. Vous pourrez aussi profiter des restaurants, snacks et de la crêperie du village. Et pour prolonger la sortie, empruntez la route des crêtes : 24 km de paysages spectaculaires sur le Verdon, Rougon, les vautours... avec des arrêts incontournables comme le balcon de la Mescla, le tunnel du Fayet ou encore La Maline, parfait pour une pause fraîcheur.

JOURNÉE PAYSANNE LA PALUD SUR VERDON

Marché de producteurs et artisans
Animations et démonstrations de savoir-faire
Cuisson au four à bois
Ouverture du musée de la Maison des Gorges du Verdon

Apéritif offert
Buvette et restauration sur place
Au menu : grillades d'agneau de pays, piperade, dessert, boissons (17€ adh. / 20€ non adh.)
Inscriptions - Simone (06 78 66 22 01) - avant le 18/09 - couverts non fournis
Crêpes salées et sucrées

Dimanche 21 Septembre
Au Jardin d'enfant - 9h / 17h
Organisation Journées Paluardes
Infos : asso.journees.paluardes@gmail.com

DIVA LINGERIE, 20 ANS D'EXPERTISE ET DE FÉMINITÉ...



MANOSQUE

Il y a des anniversaires qui comptent... et celui-ci, on ne pouvait pas le manquer ! Voilà 20 ans que Julie vous accueille dans sa boutique avec le sourire, les conseils justes et une passion intacte pour la lingerie à Manosque.

DIVA LINGERIE® LINGERIE FINE MANOSQUE

Depuis 20 ans, Julie accueille les femmes avec la même passion dans sa boutique. Cette boutique est bien plus qu'un simple magasin, c'est un lieu où chaque cliente est écoutée, accompagnée, valorisée.

DIVA LINGERIE LES ATOUTS...

Son savoir-faire ? Offrir une lingerie qui épouse parfaitement le corps, avec élégance et confort. **Julie s'adresse à toutes les morphologies, du bonnet A jusqu'au bonnet O**, grâce à une sélection exigeante de marques expertes comme **Prima Donna, Elomi ou Triumph**. **Un rayon spécialisé grandes tailles** assure maintien, style et féminité sans compromis. Chaque modèle est choisi avec attention. **Julie travaille avec des maisons reconnues** aussi bien pour leur qualité que leur raffinement : **Aubade, Lise Charmel, Wacoal...**

Des collections qui conjuguent à la fois beauté des matières, confort au porté et finitions impeccables.

DES CONSEILS PERSONNALISÉS, TOUJOURS BIENVEILLANTS

Que vous soyez à l'aise avec votre corps ou en plein doute, **Julie prend le temps de vous conseiller avec tact et sans aucun jugement**. Grâce à son œil expert et à son écoute attentive, **elle vous guide dans le choix des formes adaptées à votre morphologie, des tailles vraiment justes et des matières les plus agréables à porter selon vos besoins**. Soutien-gorge ampliforme ou emboîtant, culotte taille haute ou shorty, dentelle ou microfibre... **chez Diva Lingerie, chaque essayage devient un moment de confiance**, dans une atmosphère apaisée et respectueuse.



CHEZ DIVA, CHAQUE ESSAYAGE EST UNE RENCONTRE, CHAQUE FEMME REPART UN PEU PLUS ELLE-MÊME.

ET AUSSI...

En poussant les portes de Diva Lingerie, on trouve aussi **des maillots de bain adaptés à toutes les silhouettes**. Et ce n'est pas tout, pour des nuits paisibles, **un rayon nuit élégant et doux** vous est proposé.

Chez Diva Lingerie on n'oublie pas les hommes. En effet, **un espace est réservé aux hommes** avec une sélection moderne et confortable, portée notamment par **Eminence et Loïc Henry**.



PRIMADONNA



À l'occasion des 20 ans de la reprise de la boutique, Julie remercie ses clientes avec une **opération anniversaire du 3 au 17 septembre**.

Des bons d'achat* seront distribués en boutique, et un tirage au sort permettra de gagner trois superbes parures :

- ✓ Une parure Aubade (valeur 250€)
- ✓ Une parure Prima Donna (valeur 180€)
- ✓ Une parure Wacoal (valeur 110€)

Un bel hommage à **deux décennies d'écoute, de conseils personnalisés**, et de lingerie qui sublime toutes les silhouettes.

(*voir conditions en magasin)



DIVA LINGERIE

23, av. Jean Giono - 04100 Manosque

Tél. 04 92 72 28 60

www.divalingerie-shop.com

Ouvert du mardi au samedi

Suivez Diva Lingerie sur
facebook & Instagram

LE MONT D'OR EN FÊTE : TRADITIONS, SAVEURS ET BONNE HUMEUR !

Le 14 septembre, le Mont d'Or à Manosque vibrera au rythme des traditions, de la convivialité et des saveurs locales pour la 2^e édition de la Fête du Mont d'Or. Une belle occasion de (re)découvrir ce coin de ville plein de vie, entre stands, animations pour tous et toutes

ÉVÈNEMENTS

MANOSQUE

FÊTE DU MONT D'OR 2^E EDITION

C'est dès 10h, que le lancement de cette 2^e édition de la **Fête du Mont d'Or** se fait avec une ouverture en musique. À 11h, les officiels prendront la parole dans une ambiance festive assurée par l'**aubade musicale et dansée du Rode Osco Manosco**.

Le temps fort de la matinée ? L'intronisation de deux personnalités par la Confrérie de l'Olivier à midi, suivie à 12h30 d'un **apéritif offert par la Ville de Manosque**. De quoi trinquer ensemble à la beauté du patrimoine et à l'esprit de quartier !

DES ANIMATIONS POUR TOUS

Tout au long de la journée, vous pourrez profiter de **démonstrations de taille**, de **visites d'oliveraies**, de **stands d'artisans**, et même une plongée dans l'histoire du Mont d'Or avec la **présentation des mines d'eau** avec la **présence d'un sourcier**.

Vous pourrez découvrir **les gestes de nos aïeules : travaux d'aiguilles, broderie, couture, crochet...** N'hésitez pas à vous rendre **sur le stand de la Bastido de Manosco**.

Cette journée ne peut pas passer à côté du **concours d'aïoli** ! Vous souhaitez participer ? Et bien rapprochez-vous des oléiculteurs présents sur le site. Peut-être que votre recette recevra les félicitations du jury !

Du côté des animations, **la fête du Mont d'Or met aussi les enfants à l'honneur** : jeux anciens, ferme itinérante, sans oublier les poupées de chiffon fabriquées par les élèves de plusieurs écoles manosquines.

POUR FINIR EN BEAUTÉ...

Un **tirage de tombola à 17h** promet quelques beaux lots, avant de **clôturer cette journée conviviale à 18h**. Une belle manière de dire au revoir... jusqu'à la prochaine édition !



Toute la journée, impossible d'avoir faim ! En effet, food trucks, buvette, pizzas, sandwiches, sucré/salé... seront là pour combler les petites ou grandes faims. Il y en aura pour tous les goûts ! Vous souhaitez déguster l'aïoli ? Pour cela il est nécessaire de **réserver avant le 10 septembre** au 07 56 85 27 30 (tarif 15€/personne).



FÊTE DU MONT D'OR

Dimanche 14 septembre - 10h - 18h

Accès libre - Accès motorisé interdit. Navette toutes les 30 min. depuis le boulevard des Cougourdelles via école du Colombier. Accès PMR : 06 10 34 64 25

Facebook : CIQ Mont d'Or

UNE COLLINE, UNE HISTOIRE : TOUTES-AURES À L'HONNEUR DANS UN NOUVEL OUVRAGE

L'Association Manosquine de Recherches Historiques et Naturelles (AMRHN) enrichit le patrimoine local avec la parution d'un nouvel ouvrage signé Marc Donato et Claude Famechon : Manosque – Toutes-Aures, la colline inspirée.

MANOSQUE

UNE COLLINE, UNE HISTOIRE...

À travers une approche documentée et sensible, **Marc Donato et Claude Famechon**, vous plongent au cœur de l'une des collines emblématiques de Manosque, aussi évocatrice que le Mont d'Or. Richement illustré de nombreuses photographies, cet ouvrage propose une lecture complète de **Toutes-Aures à travers son histoire, son patrimoine naturel et spirituel**, avec un **éclairage particulier sur la richesse historique, paysagère et patrimoniale de la chapelle Saint-Pancrace**, lieu de pèlerinage cher aux Manosquins et le **cimetière juif, récemment redécouvert**. Ce livre est un **vrai travail de mémoire à la fois passionnant et accessible** qui vous invite à (re)découvrir ce site familier sous un nouveau jour.

Que vous soyez **passionné d'histoire** ou **bien amoureux du territoire**, cet ouvrage publié par Association Manosquine de Recherches Historiques et Naturelles, est une belle manière de redécouvrir la colline Toutes-Aures sous un nouveau regard.



Pour vous procurer cet ouvrage au tarif de 12€, contactez l'Association Manosquine de Recherches Historiques et Naturelles par mail : infos@amrhn.info



ASSOCIATION



UNE RENTRÉE PLEINE DE SURPRISES ET DE JEUX AU CASINO PARTOUCHE !



GRÉOUX-LES-BAINS

Septembre s'annonce, une nouvelle fois, animé au Casino Partouche de Gréoux-les-Bains. Grand tirage au sort pour remporter le cadeau de vos rêves; soirées Wingo, loto gratuit, sans oublier les rendez-vous karaoké, sont au programme. De quoi démarrer la rentrée du bon pied... et peut-être avec un joli lot en poche !

Ce mois de septembre rime avec cadeaux au Casino de Gréoux-les-Bains. Comme à son habitude, l'équipe vous réserve son lot de surprises... et surtout **de beaux cadeaux pour égayer votre rentrée**. Alors, êtes-vous prêt à tenter votre chance ?

ET SI VOTRE RÊVE DEVENAIT RÉALITÉ ?

Et si, en ce mois de rentrée, vous repartiez avec... **le cadeau de vos rêves ?**

Du lundi 8 au lundi 22 septembre, le jeu est simple : **c'est vous qui décidez du lot que vous voulez remporter !**

Une envie de high-tech ? De mode ? De voyage ? **Choisissez votre coup de cœur** dans la limite de 1 000 €, et ajoutez-y 150 € de crédits de jeu pour prolonger le plaisir.

La mécanique est simple : **chaque jour, les détenteurs de la carte de fidélité peuvent retirer un ticket sur la borne en salle et y inscrire le cadeau qu'ils souhaitent**. Plus vous jouez, plus vous multipliez vos chances !

► **Le grand tirage au sort aura lieu lundi 22 septembre à 18h30** (présence indispensable pour valider votre gain).

Alors... qu'allez-vous demander à la rentrée ?

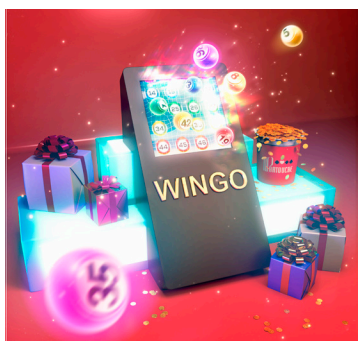
WINGO : L'ANIMATION QUI MET DE L'AMBIANCE !

Prêt à titiller la chance dans une atmosphère survoltée ? **Le Wingo revient** pour deux rendez-vous incontournables :

► **Mardi 9 septembre dès 14h30**

► **Samedi 20 septembre à partir de 21h30**

Des moments ludiques et conviviaux, **réservés aux détenteurs de la carte Players Plus**, pour vibrer au rythme du jeu et, qui sait, décrocher la victoire. Installez-vous, jouez... et laissez la chance faire le reste !



Pour celles et ceux qui auraient un petit trou de mémoire, nous vous rappelons le principe du wingo. Vous allez voir cela est très simple. **Avec votre carte Players Plus**, vous allez pouvoir **retirer sur la borne prévue à cet effet, un ticket de jeu qui comporte 4 numéros de 1 à 60**, tirés au sort aléatoirement. Le tirage au sort s'affiche en simultané sur les 3 écrans TV disposés en salle de jeu et est également annoncé au micro. **Le premier qui a la chance d'avoir les 4 numéros sur son ticket peut alors crier « WINGO » !** Après vérification des numéros le gagnant remporte des lots tels que crédit de jeu... Serez-vous l'un des prochains gagnants ?

LE CASINO PARTOUCHE VOUS GÂTE POUR LA RENTRÉE !

LOTO : LA RENTRÉE SOUS LE SIGNE DU JEU !

Notez bien la date : **jeudi 25 septembre**, le loto fait son grand retour... et il est **100 % gratuit !** Une occasion parfaite de se retrouver, partager un bon moment et repartir les bras chargés de cadeaux. **Réservé aux détenteurs de la carte de fidélité**, ce loto vous attend avec **votre ticket de participation à retirer sur la borne le jour J**.

À vos cartons, prêts... gagnez !

LA SALLE DE JEU...

N'oublions pas que le Casino Partouche, c'est avant tout un lieu de jeu, avec **75 machines à sous dernière génération**. Régulièrement, de nouvelles machines viennent étoffer le parc pour vous offrir une expérience unique. Si vous n'avez pas encore tenté votre chance, c'est le moment parfait pour le faire ! Vous aurez peut-être aussi l'opportunité de décrocher le gros lot sur l'une **des 23 roulettes électroniques** ou sur l'une **des 7 tables de blackjack électroniques**.

Et si vous aimez la « tradition », **2 tables de blackjack classiques** vous attendent.

Le mois de septembre est idéal pour venir provoquer la chance... et pourquoi pas repartir avec le jackpot !

SOIRÉE KARAOKÉ AU BISTROT DU CASINO, À VOUS DE CHANTER

Envie de briller sous les projecteurs ?

Les vendredis 5 et 19 septembre, dès 19h, le micro vous attend pour une **soirée karaoké placée sous le signe de la bonne humeur**. Seul, en duo ou avec tout votre groupe d'amis, enchaînez les tubes, improvisez et laissez parler votre voix (ou votre humour !).

Ambiance garantie, applaudissements assurés... et un public conquis à chaque refrain. Et cerise sur le gâteau comme **les soirées karaokés se déroulent au Bistrot du Casino**, cela sera l'occasion de **déguster un bon repas préparé par le chef et son équipe en cuisine**.

Ces soirées rencontrant un franc succès, **il est fortement conseillé de réserver votre table au 04 92 78 14 52 ou directement en ligne sur www.thefork.fr**



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



Ce mois-ci, c'est VOUS qui décidez !

Du 8 au 22 septembre,
remportez le cadeau de votre choix !

**Cadeau d'une valeur de 1000€
et des crédits de jeu !**



LES JEUX D'ARGENT ET DE HASARD PEUVENT ÊTRE DANGEREUX : PERTES D'ARGENT, CONFLITS FAMILIAUX, ADDICTION...
RETROUVEZ NOS CONSEILS SUR JOUEURS-INFO-SERVICE.FR (09 74 75 13 13 - APPEL NON SURTAXÉ)



CASINO
GRÉOUX | LES BAINS

**5 et 19 Septembre
Dès 19h00**

Karaoké Night !

Réservez au 04.92.78.14.52
ou sur thefork



Pour votre santé, pratiquez une activité physique régulière. SOCIÉTÉ DU GRAND CASINO DE GRÉOUX-LES-BAINS, SAS, 82.500 €, Villa les Jarres - Avenue des
Thermes 04800 Gréoux-les-Bains, 411 543 937 RCS MANOSQUE

Casino

Restaurant

Événements



LES JEUX D'ARGENT ET DE HASARD PEUVENT ÊTRE DANGEREUX : PERTES D'ARGENT, CONFLITS FAMILIAUX,
ADDICTION... RETROUVEZ NOS CONSEILS SUR JOUEURS-INFO-SERVICE.FR (09 74 75 13 13 - APPEL NON SURTAXÉ)



HOME SCHMIDT HOME ! C'EST LA RENTRÉE CAP SUR VOS PROJETS...



MANOSQUE

NOUVEAUTÉS, DESIGN ... ÉLÉGANCE

90 % des expositions ont été renouvelées depuis la réouverture en 2021 ! La dernière cuisine soldée ayant trouvée un nouvel espace où s'implanter, les travaux vont débiter pour préparer la **prochaine exposition de cuisine qui alliera design et élégance**. L'équipe de votre enseigne Schmidt Manosque a eu plaisir à la concevoir et espère qu'elle séduira un plus grand nombre de clients. Les travaux débiteront à l'automne.



"Evoluer au rythme des tendances est nécessaire pour répondre à vos besoins et nous sommes heureux de l'accueil réservé aux nouveautés récemment implantées dans notre studio : cuisine, tête de lit et placard, salle de bain et dressing."



L'ÉQUIPE VOUS REMERCIE !

Merci pour les projets confiés !

"L'histoire s'écrit avec nos clients. Nous avons atteint notre objectif en 2025 avec 100 % de nos clients interrogés satisfaits. Nous continuerons à travailler avec passion et rigueur."



L'ÉQUIPE S'AGRANDIT...

Afin de toujours mieux répondre à vos besoins et vos envies, l'équipe de Schmidt Manosque s'agrandit. En effet, **un nouveau concepteur designer, Quentin**, est venu renforcer l'équipe depuis le mois de mai. **Cerise et Frédéric demeurent à votre écoute**, fidèles au poste depuis 7 et 6 ans pour étudier vos envies d'aménagement intérieur

Concepteur designer, un métier, une passion !

Chez Schmidt, le métier de concepteur designer, c'est **transformer vos idées en un projet concret**, pensé dans les moindres détails, du premier croquis à la dernière poignée installée. **Un savoir-faire, une passion, et un accompagnement à chaque étape...** pour que votre rêve devienne réalité.

Du rêve à la réalité... sur le papier, tout semble si simple. Mais derrière chaque projet, il y a un vrai savoir-faire. Ouvert du lundi au samedi, **l'équipe vous accueille avec un seul objectif : concrétiser vos envies.**

Mais savez-vous vraiment quel est le rôle d'un concepteur-designer ?

Voici, en quelques points, tout ce qu'il doit maîtriser :

► **Vos envies en adéquation avec votre budget** sur un positionnement haut de gamme des produits ;

► **Le plan technique** pour effectuer la mise en conformité de votre chantier après **un métré effectué à votre domicile** ;

► **La création de vos aménagements en 3D** de haute qualité, grâce au logiciel REALITY, qui demeurent la propriété intellectuelle de Schmidt jusqu'à la signature d'un bon de commande ;

► La possibilité désormais de **vous projeter dans votre pièce avec le casque METAQUEST** ;

► **L'édition et la transmission d'un devis précis et détaillé** que vous pouvez contrôler ;

► Toute la partie administrative : de la **demande de prêt ATTRACTIS** à l'édition du bon de commande en passant par le **passage de commande et la vérification de la commande** envoyée en Alsace ;

► **La réception des camions** du Groupe Schmidt sur notre plateforme locale de livraison ;

► **La livraison et l'installation** de vos aménagements à domicile et un certificat de fin de travaux signé avec l'installateur ;

► **La fin de chantier par le concepteur designer** lorsqu'une pose a été effectuée par les artisans partenaires ;

Chez Schmidt Manosque 90 % des expositions ont été renouvelées et une nouvelle cuisine design arrive. Équipe renforcée, outils innovants... tout est prêt pour concrétiser vos envies. Et si cette rentrée était le moment de créer l'intérieur de vos rêves avant Noël ?

► La maîtrise de la partie **SUIVI APRES VENTE** : avec notamment les 25 ans de garantie sur les charnières et coulissants, la casse au transport parfois, et les dysfonctionnements des appareils électroménagers, que nous ne fabriquons pas.

► **L'approfondissement constant des connaissances** au fil des années.

Chez Schmidt Manosque on vous accueille avec le sourire, le café, au magasin durant des heures entières.

"Nous remercions chaleureusement les clients qui nous ont fait confiance mais ceux aussi qui nous ont apporté une réponse négative suite à l'étude de leurs projets car nous le prenons pour une marque de respect."

VOTRE CUISINE AVANT NOEL,

C'est ce mois-ci qu'il faut vous décider !

Après des repos estivaux bien mérités, l'équipe est au complet pour **concrétiser vos rêves AVANT NOËL !** C'est la dernière ligne droite. Le planning est déjà bien chargé en installations pour cette fin d'année. **Ne tardez pas à venir rencontrer l'équipe, elle vous attend !**



SCHMIDT MANOSQUE

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

Tél. 06 67 06 83 90

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

Du mardi au vendredi

9h30-12h30 / 14h-18h30

Le Samedi 10h-18h

SCHMIDT

1^{ER} FABRICANT FRANÇAIS*

VOTRE CUISINE
À PARTIR DE
7 400€**

Du 1^{er} au 30 septembre 2025

Etude du CSIL - EJ04 Avril 2022. *Prix variable jusqu'au 31 mars 2025. Prix de vente conseillé TTC sur l'implantation type First consultable en magasin, plan de travail stratifié, électroménagers et le sanitaire inclus, hors livraison, pose et accessoires. Les prix sont fournis à titre indicatif et sont susceptibles de varier en cours d'année. Détails et conditions des offres sur www.homedesign.schmidt et dans les points de vente participants. SCHMIDT GROUPE SAS - RCS COLMAR B 326 784 709. Crédit photo : Luc FREY et Atelier Marc BARRAL BARON.



LA RENTRÉE CULTURELLE DES MUSÉES DU DÉPARTEMENT : UNE INVITATION À LA DÉCOUVERTE !

Septembre est le mois idéal pour prolonger l'été en s'accordant des moments de découverte et d'inspiration. Les musées du département vous ouvrent leurs portes pour une rentrée culturelle riche et captivante. Entre nature, histoire, sciences et art, il y en a pour tous les goûts. Ne manquez pas l'événement phare du mois : **les Journées européennes du patrimoine, les samedi 20 et dimanche 21 septembre** : activités et musées gratuits ce weekend. Cette année, sous le thème de l'architecture, une programmation spéciale vous attend dans une ambiance festive et conviviale.

SALAGON, MUSÉE ET JARDINS : UN VOYAGE SENSORIEL

Dans la plaine de Mane, le musée de Salagon est un lieu unique où se mêlent harmonieusement histoire, ethnologie et botanique. En plus de ses collections permanentes, laissez-vous séduire par l'exposition temporaire "En forêt, de la gestion à l'évasion", une exploration sensible des milieux boisés.

Le véritable joyau de Salagon, ce sont ses **jardins ethnobotaniques de 6 hectares**. Véritable oasis de biodiversité, ils invitent à des balades sensorielles, apaisantes et éducatives.



Musée et Jardins
Salagon

Salagon, musée et jardins - 04300 MANE

Tél. 04 92 75 70 50 – info-salagon@le04.fr | www.musee-de-salagon.com

Facebook : @museesalagon | Instagram : @salagonmuseejardins

LES JOURNÉES DU PATRIMOINE À SALAGON

Pour les Journées du patrimoine, Salagon vous révèle les secrets de sa construction à travers des **visites guidées inédites**.

Petits et grands pourront s'amuser avec **des ateliers ludiques** (mini-murs de crèche, voûtes à reconstituer...), participer à **une conférence-dégustation sur le jardin-forêt** et terminer la journée en musique avec un **concert aux accents du monde**.

Restauration sur place pour une journée en toute convivialité !



Flashez le QR Code pour visualiser le pogramme complet des journées du patrimoine



À Quinson, le musée de Préhistoire propose un **programme passionnant pour la rentrée**.

Plongez dans l'histoire de l'Homme en Provence à travers ses **expositions** et découvrez **des trésors géologiques et archéologiques** comme l'Ichtyosaure de La Robine ou le Plésiosaure de Tartonne dans l'exposition temporaire "Sors de ta Réserve !"

Prolongez l'expérience en explorant le **Préhistosite**, où des **habitats de différentes époques** ont été reconstitués à taille réelle.



Musée de Préhistoire - QUINSON

Tél. 04 92 74 09 59 – contact@museeprehistoire.com

www.museeprehistoire.com

Facebook : @MuseePrehistoireGorgesduVerdon

Instagram : @museeprehistoireverdon



Musée de Préhistoire
des gorges du Verdon

LES JOURNÉES DU PATRIMOINE PROMETTENT D'ÊTRE UN MOMENT FORT !

Le **samedi 20 septembre à 16h**, la compagnie **Le Pudding Théâtre** vous invite à un **spectacle inspiré et poétique : "Hypothèse"**, un voyage sur l'échelle du temps pour une réflexion sur ce qui fait notre humanité.

Le **dimanche 21**, enfiler vos chaussures de marche pour une **rando-visite vers la grotte de la Baume Bonne** (sur réservation) et participez à des animations spéciales autour de l'habitat à l'Âge du Bronze.



Flashez le QR Code pour visualiser le pogramme complet des journées du patrimoine



MUSÉES ET
ANIMATIONS
GRATUITES
10H-19H

Journées — européennes du patrimoine

PATRIMOINE
ARCHITECTURAL

du 20.09 au 21.09

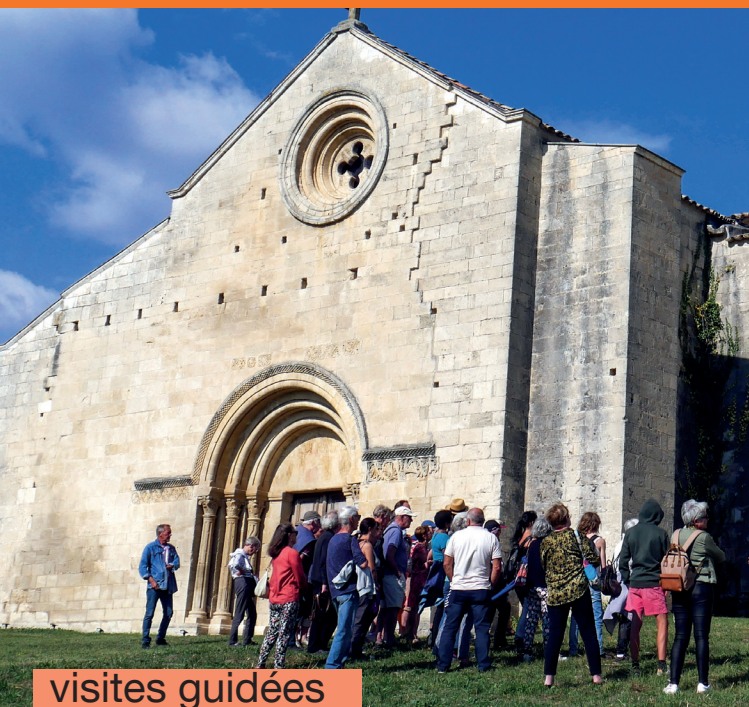
Musée et Jardins
Salagon

à Mane,
Alpes de Haute-Provence



MUSÉE DE PRÉHISTOIRE
DES GORGES DU VERDON

à Quinson,
Alpes de Haute-Provence



visites guidées

ateliers

conférence

concert

SAMEDI 20 / 16H / SPECTACLE «HYPOTHÈSE» PAR PUDDING
THÉÂTRE // DIMANCHE 21 / 9H / RANDO-VISITE DE LA
GROTTE DE LA BAUME BONNE SUR RÉSERVATION // 14H30 À
18H / ANIMATION «HABITAT DE L'ÂGE DU BRONZE»



spectacle

rando-visite de la grotte

animations



Renseignements et réservation :
04 92 75 70 50

Retrouvez-nous sur   
www.musee-de-salagon.com

ALPES DE HAUTE
PROVENCE
LE DÉPARTEMENT

irresistible
ALPES DE HAUTE PROVENCE

CULTURE
SCIENCE
PROVENCE-ALPES
CÔTE D'AZUR

Soutenu par
MINISTÈRE
DE LA CULTURE
Liberté
Égalité
Fraternité

www.museeprehistoire.com

Retrouvez-nous sur   

GRÉOUX JAZZ FESTIVAL, LA 11^E ÉDITION SE TIENDRA DU 10 AU 14 SEPTEMBRE 2025



Une nouvelle fois Gréoux-les-Bains va vibrer au rythme du jazz pour un voyage musical à travers les grands courants du début du XX^e siècle jusqu'aux années 50. Avec une programmation qui met à l'honneur le swing, les rythmes entraînants et des compositeurs de légende c'est un concentré d'énergie et de passion qui vous attend.

GRÉOUX-LES-BAINS

GRÉOUX JAZZ FESTIVAL 11^E ÉDITION

Année après année, il s'est imposé comme un événement phare de la rentrée. Sur scène, les grands noms du jazz côtoient la nouvelle génération, pleine de talent et d'énergie. Résultat : un festival qui parle à tous, passionnés comme curieux, et qui fait découvrir le jazz sous son meilleur jour, même aux plus jeunes !

AU PROGRAMME

Mercredi 10 septembre

21h - Centre de Congrès de l'Etoile

Concert d'ouverture

► **CAT AND THE MINT ET LES DANSEURS SWING**

Swing Dance

Ambiance fiévreuse des années 40-50, tempos endiablés, énergie à revendre... La 11^e édition du Gréoux Jazz Festival démarre en fanfare avec une soirée placée sous le signe du swing dansé ! Cat and the Mint, quintet survolté à l'élégance scénique légendaire, revisite le swing-jazz et le rhythm'n blues avec une passion contagieuse. Mené par le charismatique Cat Lee King, pianiste autodidacte à la voix inimitable, le groupe est accompagné des meilleurs musiciens de la scène française.

Côté danse c'est tout simplement explosif : William et Maeva, stars mondiales du swing dance, et les champions de France 2024 de boogie-woogie, Ugo et Leia, enflamment la piste avec des chorégraphies déjantées et une complicité hors norme.

Une soirée où le jazz se vit autant qu'il s'écoute, entre lindy hop, rockabilly, Charleston et boogie. Un vrai voyage dans le temps, bourré de style et de bonne humeur !!



Jeudi 11 septembre

21h - Centre de Congrès de l'Etoile

► **JÉRÔME GATIUS HOT FIVE**

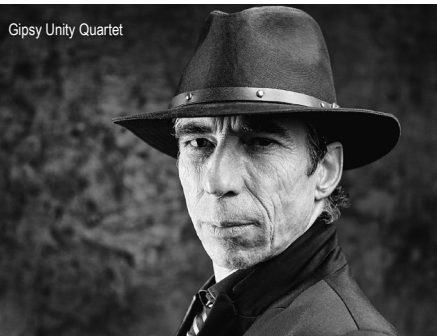
Music & Dance

Jérôme Gatius Hot Five & swing dance : une première explosive à Gréoux !

Direction la Nouvelle-Aquitaine, terre de jazz et berceau de Jérôme Gatius, clarinettiste virtuose formé entre Arcachon et la Nouvelle-Orléans. À la tête de son Hot Five, ce passionné de New Orleans jazz mêle tradition et modernité avec une signature musicale bien à lui. Sur scène, il est entouré d'un quintet d'exception : Arnaud Labastie au piano stride, Laurent Vanhée à la contrebasse, Benoît Auprêtre à la batterie, Pascal Drapeau à la trompette... Une équipe de haut vol pour un voyage musical entre swing, blues et standards revisités. Et pour sublimer cette ambiance des années 30-40, les danseurs stars William & Maeva rejoignent la fête avec des chorégraphies inédites, taillées sur-mesure pour cette création originale.

Une première exclusive au Gréoux Jazz Festival, à ne surtout pas rater ! Une soirée où tout est réuni pour faire vibrer les amoureux de jazz et les curieux de tous âges.

**LE JAZZ EST À L'HONNEUR
POUR LA 11^E ÉDITION DU
GRÉOUX JAZZ FESTIVAL
DU 10 AU 14 SEPTEMBRE 2025**



Vendredi 12 septembre

21h - Centre de Congrès de l'Etoile

► **GIPSY UNITY QUARTET**

Jazz manouche

Légende vivante du jazz manouche, Angelo Debarre monte sur scène avec Gipsy Unity, un quatuor de haut vol où se mêlent virtuosité, émotion et liberté.

Aux côtés du guitariste à la technique ébouriffante, on retrouve le violon ensorcelant du roumain Marius Apostol, la contrebasse brillante de William Brunard et la rythmique assurée de Raangy Debarre. Ensemble, ils nous embarquent dans un voyage entre tradition et modernité, entre classiques revisités et compositions inspirées. Guitare manouche, violon aux accents d'Europe de l'Est, swing tzigane... Gipsy Unity fait résonner l'âme des peuples nomades avec intensité et générosité. Un moment rare, magique, en totale connexion avec le public, à vivre en live au Gréoux Jazz Festival !



Samedi 13 septembre

21h - Centre de Congrès de l'Etoile

JULIEN BRUNETAUD QUARTET INVITE CILI MARSALL

Battle de piano stride et Boogie Woogie

Il y a des rencontres qui font des étincelles. Celle de Julien Brunetaud et Cili Marsall promet un moment hors du temps, entre virtuosité, swing endiablé et complicité scénique.

Julien Brunetaud, chanteur, compositeur et pianiste surdoué, est l'un des grands noms du jazz, du blues et du boogie-woogie. Récompensé meilleur pianiste blues européen en 2005, il a partagé la scène avec BB King aux États-Unis et fait vibrer les clubs de jazz les plus prestigieux en France et à l'international. À ses côtés, la talentueuse Cili Marsall, d'origine hongroise, tombe sous le charme du boogie-woogie dès l'enfance. Elle s'impose aujourd'hui sur les scènes internationales et organise son propre festival dédié à cette musique effervescente.

Leur duo — ou duel — a marqué les esprits en 2024 lors du festival du Cap-Ferret. Ils reviennent avec leurs univers singuliers, leurs improvisations fulgurantes et une énergie contagieuse. Sur scène, Julien Brunetaud sera entouré de Sam Favreau à la contrebasse, Cédric Bec à la batterie et du charismatique saxophoniste Drew Davies, figure incontournable du rhythm'n blues et du rock'n roll vintage.

Une soirée généreuse, festive, pleine de swing, où le piano stride et le boogie seront rois. Préparez-vous à une battle musicale... d'anthologie !



GRÉOUX JAZZ FESTIVAL

Du 10 au 14 septembre 2025

Centre de Congrès L'Etoile - salle Giono

8, avenue Pierre Brossolette 04800

Gréoux-les-Bains - Parkings gratuits à proximité

Renseignements : 04 92 78 01 08

Dimanche 14 septembre

17h30 - Centre de Congrès de l'Etoile

INTERNATIONAL BOOGIE & BLUES NIGHT

Pianos croisés

C'est l'un des temps forts du Gréoux Jazz Festival : Nirek Mokar, véritable phénomène du boogie-woogie, revient avec un concept inédit et totalement électrisant. International Boogie & Blues Night, c'est une exclusivité, une création sur mesure... et une promesse de fête.

Sur scène, pas un, ni deux, mais trois pianistes internationaux d'exception : Nirek Mokar (France), jeune prodige au jeu flamboyant, invité des plus grands festivals, maître en swing, blues et boogie.

Katharina Alber (Autriche), petite-fille du légendaire Artur Rogger, formée dès l'enfance à la scène et passionnée de groove.

David Giorcelli (Espagne), incontournable du boogie européen, reconnu pour sa main gauche redoutable et sa virtuosité sans faille.

Et ce n'est pas tout !

Ster Wax, voix puissante de la scène blues espagnole, Reginald Vilardell à la batterie, Stan Noubard Pacha à la guitare et Claude Braud au sax ténor complètent ce plateau explosif.

Deux pianos, des échanges à deux ou quatre mains, des standards réinventés, des improvisations de haut vol, un swing irrésistible... Cette première sur la scène de l'Etoile s'annonce bouillonnante, festive, et inoubliable.

Prêts à vibrer au rythme du boogie ?



INFOS TARIFS CONCERTS FESTIVAL :

Plein tarif : 22€ - Tarif réduit* : 17€

(*demandeurs d'emploi, moins de 25 ans, groupes à partir de 10 personnes, Comités d'entreprises sur justificatif)

Gratuit pour les moins de 12 ans. Tarif 3 concerts au choix : 54€ au lieu de 66€ - Tarif 4 concerts : 68€ au lieu de 88€

Tarif pour les 5 concerts : 80€ au lieu de 110€

BILLETTERIE : Les ventes de billets sont assurées par les Bureaux d'Information

Touristique de : Gréoux-les-Bains, Manosque, Oraison, Quinson, Riez et Valensole • Sur place, 45 minutes avant le concert selon les disponibilités • En ligne, voir modalités sur notre site : greouxjazzfestival.com

DÎNER JAZZ OFF

Les dîners jazz auront lieu dans des établissements de l'Amicale des Hôtelières et Restaurateurs chaque soir à 19h45.

Réservations directement auprès des restaurateurs.

➤ ANDREA CAPARROS ET EMILE MELENCHON

Jazz « couleurs Brésil »



Lundi 01/09 : Restaurant

Villa Borghèse, 04 92 77 66 62

Mardi 02/09 : Restaurant

Le Chemin Neuf 04 92 78 01 06

Mercredi 03/09 : La Terrasse des

Marronniers 06 43 77 38 39

Elle chante le Brésil, ses racines et ses émotions. Lui, mêle jazz, influences tsi-ganes et méditerranéennes à une guitare tout en finesse. Andrea Caparros et Émile Melenchon forment un duo complice, sur scène comme dans la vie. Avec Confidence, sorti en 2023, ils livrent une musique intime, entre Bossa Nova, Choro et compositions personnelles, nourrie de leurs instants partagés. Une invitation à un voyage doux et vibrant, entre mélancolie et lumière.

➤ BLUE MOON DUO

du Jazz à la Bossa



Jeudi 04/09 : Café Colombero,

04 92 78 36 51

Vendredi 06/09 : Restaurant Villa

Castellane 04 13 37 46 06

Avec Clarisse Rydzynski au chant et à la guitare, et Stéphane Massé à la contrebasse, Blue Moon Duo offre une parenthèse musicale intime et chaleureuse. Leur répertoire navigue entre jazz, bossa nova, samba et standards anglo-saxons, mêlant avec finesse les influences de João Gilberto, Nina Simone ou encore les Beatles. Un duo tout en sensibilité, où la musicalité prime sur l'esbroufe.

PROLONGEZ L'ÉTÉ AVEC ÉLÉMENTS CYCLES À SAINTE-TULLE !



SAINTE-TULLE

AVANT-PREMIÈRE

**LA nouveauté de la rentrée à ne pas manquer :
la nouvelle gamme Scott**

Attention **tenez vous prêt**, la nouvelle gamme de vélo Scott et notamment le **Addict et le nouveau route électrique**, arrivent dans votre bike shop d'ici la **mi-septembre**. On vous laisse la surprise de les découvrir en avant-première chez Éléments Cycles. Tout ce que l'on peut vous dire c'est qu'ils vont être **une fois de plus beaux et performants**. Pour en savoir un peu plus avant le jour J (et après d'ailleurs...) rendez-vous vite en magasin ! L'équipe vous donnera certainement quelques infos...

OFFRE SPÉCIALE RENTRÉE

Pour tout **achat d'un vélo Cannondale**, profitez du «**Pack Route Canondale**» complet **offert** pour démarrer dans les meilleures conditions :

- Un **casque Cannondale** pour rouler en toute sécurité
- Des **pédales Look** prêtes à l'action
- Une **étude posturale personnalisée** pour un confort optimal dès les premiers coups de pédale.



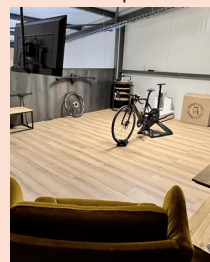
Pas envie de laisser l'ambiance estivale derrière vous ?
Chez Éléments Cycles, la rentrée se fait en douceur...
et en deux-roues ! Vélos, accessoires, services
sur mesure : tout est là pour vous remettre
en selle avec style et performance.



Des services personnalisés pour aller plus loin...

Au-delà de la vente de vélos et d'accessoires, l'équipe d'Éléments Cycles propose un véritable accompagnement sur mesure. Études posturales, études de selle, équilibrage de roues : chaque cycliste peut bénéficier de conseils personnalisés pour améliorer son confort et ses performances.

Le magasin met également à disposition des **cartes et itinéraires pour découvrir la région à vélo**. Régulièrement, des sorties collectives sont organisées pour un moment convivial entre cyclistes de tous niveaux.



Rendez-vous à la bourse aux vélos de Cadenet

Envie de changer de braquets sans vous ruiner ? Venez voir l'équipe d'Éléments Cycles à la **bourse aux vélos de Cadenet les 27 et 28 septembre**. Que vous cherchiez le vélo de vos rêves ou que vous souhaitiez offrir une seconde vie à votre ancienne monture, c'est LE bon plan à ne pas rater ! Vélos d'occasion, VTT, Route, VTAE... c'est l'opportunité idéale pour faire de bonnes affaires !

Et petite chose que l'on ne vous a pas dite... il s'agit de la **plus grande bourse aux vélos de France** et c'est aussi la 36^e édition !

Lieu : Ferme auberge « La Bastide des Fontaines »

Entre Cadenet et Villelaure de 8h à 18h non-stop.

Roulez librement sans exploser votre budget rentrée !

Chez Éléments Cycles, nous vous aidons à acquérir la monture de vos rêves, grâce à des solutions de financement gratuite

- Paiement en 3 ou 4 fois jusqu'à 3 000€, **SANS FRAIS - 0%**
- Financement de 10 à 60 mois, de 1 000 € à 6 000 €, **SANS FRAIS - 0%**

Roulez malin, financez serein...



UN SHOWROOM REPENSÉ !

Le magasin fait peau neuve ! Des **espaces clairs et modernes**, des **corners par marques** (Giant, Scott, Pinarello, Colnago...), un coin accessoires bien fourni et un **atelier de réparation toujours au top**. Tout pour trouver tout ce dont vous avez besoin pour faire de vos sorties vélo un moment inoubliable. Venez vite en magasin pour découvrir tout cela.



ELEMENTS CYCLES

ZA Bastides Blanches

Av. du Languedoc - 04220 Ste-Tulle

Tel : 06 02 27 90 77

elementscycles.saintetulle@gmail.com

<https://elementscycles.fr>

Du Mardi au Samedi de 9h30 à 12h30

et de 14h30 à 19h30

0%

Pour ne pas finir comme ça...
Faites confiance aux services
ELEMENTS CYCLES



Atelier certifié Shimano



**Etude posturale
Etude de selle
Equilibrage des roues**



Facilités de paiement



Equipements, accessoires

ZA Bastides Blanches, 04220 Sainte-Tulle

elementscycles@gmail.com

06 02 27 90 77



Eléments Cycles



elementscycles

IL N'EST JAMAIS TROP TARD POUR SE FORMER : CONSTRUIS TON AVENIR MAINTENANT !



Tu as peut-être mis de côté les études ? Tu hésites encore à te relancer dans une formation ? Tu penses que c'est trop tard ou trop compliqué ? Rassure-toi : avec ADF, il existe encore de nombreuses opportunités pour te former, évoluer, ou te réorienter, même maintenant. Et surtout, des solutions existent pour financer ta formation à 100 %.

TERRITOIRE

L'ALTERNANCE : UNE VOIE D'AVENIR, 100 % PRISE EN CHARGE

Jusqu'à 29 ans révolus et même après, l'alternance reste l'un des meilleurs moyens de se former tout en travaillant. Elle permet de suivre une formation diplômante avec un statut de salarié(e) d'une entreprise. Et le meilleur ? La formation est intégralement financée par l'employeur ou un organisme dédié et tu es rémunéré(e) chaque mois. Cela te permet de mettre un pied dans le monde professionnel dès le premier jour.



Le plus ADF ?

Les ateliers booster pour **t'aider à trouver ton entreprise, préparer tes entretiens et ainsi optimiser tes chances !!!**

ATTENTION : il est encore possible de rentrer en formation en BTS jusqu'au 30 septembre alors ne tarde pas trop à nous rencontrer.

FINANCER SA FORMATION AUTREMENT : C'EST POSSIBLE AUSSI

Si tu ne choisis pas l'alternance ou si tu préfères suivre une formation en initial, d'autres solutions existent pour financer ton parcours, selon ton statut :

✓ **Le CPF de transition professionnelle** : réservé aux salariés, le congé individuel de formation permet de valider un parcours diplômant tout en maintenant sa rémunération. Consulte ADF pour plus d'informations.

✓ **Le CPF (Compte Personnel de Formation)** : chaque actif salarié cumule des droits à la formation. Il est souvent possible de financer une partie ou l'intégralité d'un cursus via ton compte CPF.

Pôle emploi propose aussi des aides à la formation, que tu sois inscrit comme demandeur d'emploi ou en reconversion.

✓ **Le prêt étudiant, le prêt personnel classique**, sont aussi des options envisageables, notamment pour des jeunes étudiants

✓ **Le financement personnel est toujours possible quelles que soient les modalités.**



Le plus important : **ne reste pas seul(e) face à tes questions**. Nous sommes là pour t'accompagner et t'orienter vers les bonnes solutions selon ton profil.



NOUS RECRUTONS ENCORE DES ALTERNANT(E)S !

Tu recherches une formation en alternance ? Bonne nouvelle : **il nous reste des places** pour intégrer les formations suivantes à la rentrée :

■ **BTS Comptabilité & Gestion** : une formation solide pour maîtriser la gestion financière et comptable très demandée dans les entreprises.

■ **BTS Professions Immobilières** : une belle porte d'entrée dans l'immobilier, pour apprendre à gérer, louer ou vendre des biens.

■ **Titre Professionnel Gestionnaire de Paie** : un métier technique et stable, essentiel dans toutes les structures.

■ **Bachelor Chargée des ressources Humaines** : idéal pour les profils Bac+2, pour se spécialiser dans le recrutement, la gestion du personnel et les relations sociales.

► Toutes ces formations sont **accessibles en alternance et en initiale**.

NE LAISSE PAS PASSER TA CHANCE

Se former aujourd'hui, c'est **se donner les moyens de réussir demain**. Que tu sortes du lycée, que tu sois en recherche d'emploi ou en reconversion, il n'est **jamais trop tard pour apprendre un métier, te spécialiser ou valider un diplôme**.

Prends contact avec l'équipe ADF pour faire le point sur ton projet, discuter des aides possibles et intégrer une formation qui te correspond.



Toutes les formations
sur adfformation.fr



Groupe Studavenir

22, rue des Entrepreneurs
ZI. St Joseph - 04100 Manosque
Tél. 04 92 72 82 82
accueil@adfformation.fr
www.adfformation.fr



IL N'EST JAMAIS TROP TARD POUR TE FORMER !



**ADF VOUS ACCUEILLE ET VOUS RENSEIGNE
TOUT AU LONG DE L'ANNÉE.**

Tu as des questions ou tu veux t'inscrire ?
On est là pour t'accompagner !



POURQUOI S'ENGAGER DANS UN CONTRAT D'APPRENTISSAGE AVEC ADF ?

- + Votre formation est prise en charge à **100 %**
- + Vous êtes **rémunéré**
- + Vous cumulez de **l'expérience professionnelle**
- + Nous vous proposons un **accompagnement personnalisé**

FOCUS FORMATION :
ADF recherche
des candidat(e)s motivé(e)s !

**BTS
COMPTABILITÉ ET GESTION**

**TITRE PROFESSIONNEL
GESTIONNAIRE DE PAIE**

**BACHELOR
CHARGÉ(E) DES
RESSOURCES HUMAINES**

**BTS
PROFESSIONS IMMOBILIÈRES**

**TOUTES NOS RENTRÉES
SONT DISPONIBLES
SUR NOTRE SITE INTERNET**



FINANCEMENT : TU N'ES PAS SEUL(E)

- ✓ CPF (Compte Personnel de Formation) ✓ Pôle emploi
- ✓ Financement personnel (prêt étudiant, prêt classique)
- ✓ Alternance prise en charge à **100 %** ✓ Région / FSE

DEUX ÉCOLES CCI, UN OBJECTIF : CONSTRUIRE VOTRE AVENIR !



TERRITOIRE

Cette année encore, Sup'Alternance Provence et l'Éco-Campus Provence Formation ont célébré la réussite de leurs apprenant(e)s lors d'une cérémonie de remise des diplômes, avec **de nombreux taux de réussite atteignant les 100 %**. L'occasion de mettre en lumière l'engagement des équipes pédagogiques, la qualité des formations, et la motivation des alternants. Alors, **vous aussi, faites le choix d'une formation en alternance qui vous mène vers l'emploi**.

DES FORMATIONS QUI RÉPONDENT AUX BESOINS DU TERRITOIRE.

Les deux établissements de CCI Formation Alpes-de-Haute-Provence proposent des parcours en alternance, du Bac pro ou BTS au Bac+5, dans des secteurs porteurs comme **le commerce, la banque - assurance**, mais aussi **les métiers techniques et environnementaux**, devenus essentiels pour accompagner les transitions économiques et énergétiques.

À Sup'Alternance Provence, cap sur l'expertise !

Deux Bac+5 sont encore accessibles pour la rentrée 2025 :

- **Manager de la Performance Marketing et Commerciale (MPMC)** : devenez un professionnel de l'ingénierie d'affaires, capable de piloter des projets commerciaux complexes.
- **Expert(e) Conseil en Gestion de Patrimoine (ECGP)** : formez-vous à l'accompagnement patrimonial auprès de clients ou d'institutions financières, un métier en forte demande.

À l'Éco-Campus Provence, formez-vous aux enjeux de demain :

- **Le BTSA GEMEAU - Gestion et Maîtrise de l'Eau**, forme des techniciens supérieurs capables d'intervenir sur la qualité de l'eau, les réseaux d'assainissement, ou les aménagements hydrauliques. Une formation au cœur des préoccupations environnementales.
- **Le Titre Pro Technicien Installation Maintenance de Piscines**, métier technique et polyvalent, mêlant gestion de chantiers, maintenance, relation client et conseil. Un secteur dynamique, en plein essor dans notre région.



Zoom sur la filière énergie : un parcours complet du BTS au Bac+5

De la rénovation énergétique performante au pilotage de projets durables, l'Éco-Campus Provence Formation propose une **filière énergie en alternance, en pleine cohérence avec les enjeux climatiques actuels**.

Ces formations professionnalisantes **vous ouvrent les portes des métiers de demain**, dans les secteurs de l'efficacité énergétique, de l'environnement et de l'ingénierie technique.

IL EST ENCORE TEMPS DE S'INSCRIRE POUR LA RENTRÉE DE SEPTEMBRE !

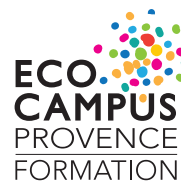
Que vous visiez un Bac+2, un Bac+3 ou un Bac+5, quelques **places sont encore disponibles** sur nos deux campus.

Manosque ou Sainte-Tulle ? À vous de choisir le campus qui vous correspond !



Pourquoi choisir l'alternance avec la CCI 04 ?

- ✓ **Aucun frais de scolarité**
- ✓ **Rémunération pendant toute la durée du contrat**
- ✓ **Accompagnement personnalisé** pour trouver son entreprise
- ✓ **Des classes à taille humaine**, favorisant le suivi et la réussite
- ✓ **Des formations professionnalisantes**, pensées avec et pour les entreprises locales



formation@digne.cci.fr | 04 92 70 75 38
Plus d'infos sur nos sites :
supalternanceprovence.fr
ecocampusprovenceformation.fr

Inscriptions
encore ouvertes!

CONSTRUISEZ

VOTRE AVENIR

DÈS AUJOURD'HUI !



plus d'infos ici

supalternanceprovence.fr



BTS à BAC+5



Commerce & services

Manosque



Bac Pro à BAC+5



Énergie & fluides

Sainte-Tulle

plus d'infos ici



ecocampusprovenceformation.fr

SUP'ALTERNANCE PROVENCE

55 AVENUE DU 1ER MAI
MANOSQUE

04 92 70 75 38
formation@digne.cci.fr



CCI FORMATION
Alpes-de-Haute-Provence

Notre mission, votre succès.

ECO-CAMPUS PROVENCE FORMATION

445 RUE GABRIEL BESSON
SAINTE-TULLE

04 92 70 75 20
formation@digne.cci.fr

BULLES DE SAVOIR : SOUTIEN SCOLAIRE SUR MESURE POUR RÉVÉLER LE POTENTIEL DE CHACUN !



Depuis sa création en septembre 2022, **«Bulles de Savoir»** s'est imposée comme un **acteur incontournable du soutien scolaire personnalisé**. Avec une approche humaine, bienveillante et efficace, l'association accompagne chaque élève, dès la primaire, vers la réussite qu'il s'agisse de combler des lacunes, de prendre confiance, de préparer un examen ou encore de construire un projet professionnel solide.



Bulles de Savoir

UN SOUTIEN QUI S'ADAPTE À CHAQUE ÉLÈVE

Ne laissez pas les difficultés s'installer ! Avec **des groupes de six élèves maximum**, chaque séance est pensée pour offrir une attention personnalisée. **Primaire, collège, lycée, prépa ou formation pour adultes : chacun trouve sa place chez «Bulles de Savoir».**

Les matières proposées sont nombreuses : français, maths, sciences, langues, philosophie, etc.

Vous préparez un concours ou une épreuve orale ? Là aussi, l'équipe vous accompagne avec des contenus ciblés et une méthodologie éprouvée.



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



MANOSQUE

Avec **«Bulles de Savoir»**, chaque élève avance à son rythme, **avec un accompagnement sur mesure, des outils concrets et un vrai coup de pouce pour réussir**. rejoignez l'association et transformez les obstacles en réussites !

DES COURS TOUTE L'ANNÉE, MÊME PENDANT LES VACANCES

Pas question de décrocher pendant les vacances : **des stages intensifs sont proposés à chaque période**. Parfait pour consolider les acquis, renforcer la confiance en soi ou rattraper un retard.

Prochains stages à venir durant les vacances d'automne, renseignez-vous vite pour réserver votre place !

PROCHAIN STAGE DE SOUTIEN INTENSIF

► Vacances d'automne

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

BIEN PLUS QU'UN SIMPLE ACCOMPAGNEMENT SCOLAIRE

«Bulles de Savoir», c'est aussi un appui précieux pour :

- rédiger un rapport de stage,
- améliorer un dossier professionnel,
- construire un CV percutant ou une lettre de motivation convaincante.

Besoin d'une relecture ou d'une correction soignée ? Les professeurs vous aident à soigner chaque mot, chaque phrase, pour que vos écrits soient à la hauteur de vos ambitions.

Bulles de Savoir transforme l'accompagnement scolaire en véritable levier de progression. Un soutien sur mesure, des outils concrets et une équipe engagée : bienvenue dans une nouvelle façon d'apprendre, à la fois humaine et performante.



Chez Bulles de Savoir, on ne fait pas à la place de l'élève. **On lui donne les moyens de comprendre, de réfléchir, de progresser par lui-même.**

Loin des cours magistraux, **les séances favorisent l'échange, la réflexion personnelle et l'estime de soi**. Un accompagnement particulièrement adapté aux jeunes confrontés à des blocages ou à une phobie scolaire.

Dès la primaire, l'élève apprend à identifier ses points forts, à surmonter ses freins et à reprendre confiance en ses capacités.



DES ESPACES À LOUER POUR VOS PROJETS

Vous cherchez un lieu convivial pour organiser une réunion ou travailler au calme ?

«Bulles de Savoir» loue également ses espaces : à la demi-journée, à la journée ou au mois, avec accès à des zones communes accueillantes. Ambiance studieuse et détendue garantie !



"Bulles de Savoir"

2 Boulevard Martin Bret

04100 Manosque - Tél. 07 69 80 85 44

bullesdesavoir04@gmail.com

<https://bullesdesavoir.fr/>

**Permanence téléphonique
du lundi au samedi de 9h à 19h**

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

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

TERRITOIRE



L'INSTITUT DE FORMATIONS PARAMÉDICALES

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

Quelle est sa mission ?

Sa mission est de promouvoir la santé pour
tous en facilitant l'accès à des fonctions qua-
lifiantes. L'engagement de l'institut est de **for-
mer des professionnels de santé réflexifs,
compétents, capables de s'adapter à toutes
situations de soins**. En privilégiant un **accom-
pagnement personnalisé**, l'institut déploie
des valeurs humanistes et professionnelles en
cherchant à développer un esprit de collabora-
tion chez les apprenants.



LES FILIÈRES

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

► **À Manosque**, une **promotion aide-soi-
gnante (IFAS)** et une **promotion auxiliaire de
puériculture (IFAP)**.

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



INSTITUT DE FORMATION PARAMÉDICALES

Tél. 04 92 30 16 15

www.gh04.fr/institut

LE DÉROULEMENT DES FORMATIONS

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

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



SELECTION EN COURS RENTÉE JANVIER 2026 - SITE MANOSQUE

	IFAS Formation aide-soignant	IFAP Formation auxiliaire de puériculture
Dépôt dossier d'inscription	Du 18 août au 26 septembre 2025	
Entretiens oraux (selon convocation)	13,14 et 15 octobre 2025	20, 21 et 22 octobre 2025
Résultats	22 octobre 2025	29 octobre 2025
Rentrée	Pré-rentée le 10 décembre 2025 (1 journée) Rentrée le 5 janvier 2026	

UNISCITÉ : S'ENGAGER POUR DEMAIN, LES JEUNES EN ACTION À MANOSQUE...



MANOSQUE

LE SERVICE CIVIQUE : UNE MISSION POUR LES AUTRES, UN TREMLIN POUR SOI.

On parle très souvent du Service Civique, mais savez-vous vraiment ce que c'est et en quoi cela consiste ? C'est en réalité très simple : le Service Civique est un engagement volontaire de plusieurs mois, accessible dès 16 ans, sans condition de diplôme.

Il permet aux jeunes de s'investir dans des causes d'intérêt général tout en développant de nombreuses compétences, à la fois personnelles et professionnelles. Esprit d'équipe, prise d'initiative, communication, sens de l'organisation... autant de qualités précieuses pour la suite, que ce soit dans les études ou dans la vie active. Beaucoup de volontaires en ressortent avec plus de confiance en eux, une orientation plus claire, et des expériences concrètes à valoriser sur un CV.

À Manosque, l'association UnisCité propose deux missions bien différentes, mais toutes deux enrichissantes et porteuses de sens...

DES ÉCOVOLONTAIRES AU SERVICE DE LA NATURE

À travers le programme **Écovolon'Terre**, de jeunes volontaires s'investissent pour **préserver la biodiversité locale**.

Ramassage de déchets, création d'un catalogue d'activités ludiques, participation à des chantiers nature ou encore animation de temps de sensibilisation auprès des seniors ou jeunes (éco gestes, recette anti gaspi, bilan carbone...). Les missions sont aussi vastes que passionnantes.

En parallèle, un projet fil rouge, comme la **réalisation d'un podcast ou d'un mini-documentaire**, permet de donner du sens à chaque action, tout en valorisant les apprentissages.

« Prendre son temps pour une mission qui a du sens, et qui nous permet d'acquérir de nombreuses compétences »

résume un écovolontaire engagé.



AVEC UNISCITÉ À MANOSQUE, LES JEUNES S'ACTIVENT POUR UN FUTUR SOLIDAIRE !

RÉSEAU DE CONFIANCE : RECRÉER DU LIEN AVEC LES ÂÎNÉS

Autre cause, autre terrain : celui du **lien social**. Grâce au programme **Réseau de confiance**, les jeunes vont à la rencontre des **seniors isolés**. Durant cette mission vous allez pouvoir organiser des actions telles que micro-trottoir, tenue de stand, tout cela dans le but de repérer les seniors isolés.

Vous pourrez également **mettre en place et animer des ateliers pour favoriser les rencontres entre seniors**, les activités manuelles telles que le tricot, l'aide numérique, des ateliers cuisine ou encore le café-lecture seront au centre de votre engagement.

Toujours dans l'objectif de tisser du lien, il vous faudra **rendre visite aux personnes âgées les plus isolées** ainsi que créer des ressources pour les seniors : gazette, journal, carte de vœux...

Avec UnisCité située à Manosque, des jeunes s'unissent pour protéger la planète et briser l'isolement des aînés. Deux causes, deux élans de solidarité... mais une seule envie : se rendre utile. Et vous pourquoi ne pas participer ?

Bref vous l'aurez compris cette mission offre un large panel d'expérience.

« Cette année, nous avons écrit les **mémoires** de plusieurs personnes âgées. Cela m'a permis de **prendre confiance en moi** ! »

Marie, volontaire.

UNE EXPÉRIENCE FORMATRICE, HUMAINE, ET ESSENTIELLE

Qu'ils œuvrent pour l'environnement ou contre l'isolement social, **tous les jeunes engagés à Manosque vivent une expérience humaine hors du commun**. En plus d'agir pour le bien commun, ils **découvrent de nouvelles vocations**, apprennent à travailler en équipe, et surtout... grandissent.

ENVIE DE FAIRE PARTIE DE L'AVENTURE ?

Vous avez entre **16 et 25 ans** (ou jusqu'à 30 ans si vous êtes en situation de handicap) ? Alors vous pouvez, vous aussi, **rejoindre l'une de ces missions et devenir acteur du changement**. Notez que le **début des missions démarrera le 7 octobre pour une durée de 9 mois**. Durant cette période vous percevrez une **rémunération de 620€/ mois**.

C'est le moment de prendre contact avec UnisCité !



UNISCITÉ

320 Avenue du dr Bernard Foussier
04100 Manosque
Tél. 07 64 61 40 91

<https://www.uniscite.fr/jecandidate/>

UnisCité

LE LIONS CLUB DE MANOSQUE, ENTRE TRADITION, SOLIDARITÉ ET OUVERTURE SUR LE MONDE

Même si, pour beaucoup, la période estivale met temporairement les actions en pause, cela n'est pas le cas pour le Lions Club de Manosque. En effet, même en été le club reste actif...

MANOSQUE



UNE JOURNÉE D'AMITIÉ ET DE DÉCOUVERTE

Samedi 26 juillet, le club de Manosque a eu l'immense privilège d'accueillir, dans le cadre des rencontres du CIF (Centre International Francophone), **27 jeunes francophones issus de 15 nationalités différentes**, réunis autour du thème Patrimoine et Culture. Quelques membres du club avaient préparé une journée de détente, avec tout d'abord une escapade en bateaux électriques

et en kayak dans les magnifiques

gorges de Baudinard, suivie d'un pique-nique au bord de l'eau. L'après-midi fut plus studieuse, avec la visite du Musée de Préhistoire de Quinson. Une journée inoubliable, qui restera gravée dans la mémoire de tous les participants. Le Lions Club de Manosque souhaite adresser un grand merci à tous les Lions du District Sud-Est qui ont contribué en tant que familles d'accueil, clubs et partenaires, pour leur soutien indéfectible, leur encadrement bienveillant et leur foi en la jeunesse francophone.

Et bien sûr, un immense merci à **Éric Salavert et Élisabeth Chappuis**, au CIF, à la Base Yannick, à la Carrosserie Toussaint ainsi qu'à **Utile à Pierrevet**, sans qui rien n'aurait été possible.



**LIONS CLUB
MANOSQUE**



BROCANTE DU 15 AOÛT

La brocante du 15 août fait partie de ces rendez-vous incontournables qui rythment l'été manosquin. Installée au cœur de la ville sur la Promenade Aubert Millot pour le côté brocante et place du Docteur Joubert et l'Avenue Jean Giono pour la partie vide-grenier, elle attire chaque année chineurs passionnés, promeneurs curieux et familles en quête de bonnes affaires parmi les 51 exposants venus pour l'occasion.

Le Lions Club était bien entendu présent avec un beau stand sur lequel de nombreuses pièces étaient à vendre : meuble, vases etc... Tous les biens proposés à la vente sur le stand du Lions Club proviennent de dons de bénévoles, de membres du club et de leur entourage. Cette édition 2025 n'a pas dérogé à la règle : malgré des températures écrasantes, toute la journée, un grand nombre de chineurs en quête de la pépite à dénicher ont répondu présents à ce rendez-vous estival.

Pour le Lions Club, le succès est double : animer la cité tout en récoltant des fonds qui seront intégralement reversés à des actions solidaires cette première action menée par le nouveau président Sébastien Gibaud a rencontré une nouvelle fois un vif succès. Le rendez-vous est donné le 15 août 2026 pour la nouvelle édition de la brocante du Lions Club.



A NOTER DANS VOS AGENDAS

► Le Lions Club de Manosque sera présent au Forum des Associations avec la Bibliothèque Sonore, **le 6 septembre au Parc de la Rochette à Manosque**. N'hésitez pas à venir à la rencontre de ses membres pour en savoir davantage sur leurs actions.

► **Le 25 octobre**, le rendez-vous est donné pour **Octobre Rose au Parc de Drouille**.



LIONS CLUB DE MANOSQUE

Golf du Luberon - 1 chemin du Golf
La Grande Gardette - 04860 Pierrevet
manosque.lionsclub@gmail.com

UN MOIS DE SEPTEMBRE RICHE EN ANIMATIONS À MOUSTIERS-SAINTE-MARIE



À l'heure où l'été s'adoucît, Moustiers-Sainte-Marie dévoile un mois de septembre riche en rendez-vous culturels, festifs et sportifs. Livres, patrimoine, musique, vin, nature, tous les univers se croisent pour offrir aux visiteurs et habitants une belle diversité d'événements à vivre au cœur du Verdon. Un programme éclectique, pour prolonger l'été en douceur... et en émotions.

MOUSTIERS-SAINTE-MARIE



FÊTE PATRONALE NOTRE-DAME DE BEAUVOIR

Du 31 août au 8 septembre, c'est la **Fête de la Diane à Moustiers-Sainte-Marie** ! Comme chaque année retrouvez la procession de la Diane, la course de garçons de café, les quilles, la pétanque, les jeux pour enfants, les bals et l'aïoli géant.

MOUSTIERS À LA PAGE - 8^e édition

Pour la première fois, le salon du livre et de la BD va se dérouler sur deux jours !

► **Samedi 20 septembre**, la 8^e édition de "Moustiers à la Page !" s'ouvrira avec un moment d'échanges et de débats avec les auteurs René Frégny, Gilles Vincent et Philip Le Roy, à 18h30 à la Salle Jean-Marie Plume.

► **Dimanche 21 Septembre 2025**, tout au long de la journée, au centre du village, passez un moment privilégié avec les auteurs !

Durant cette manifestation, **organisée par la Maison de la Presse & Librairie Jaubert de Riez en collaboration avec l'Office de Tourisme de Moustiers-Sainte-Marie, rencontrez :** Bénédicte Rousset, Bruno Carpentier, Françoise Bourdon, Gilles Dienst, Gilles Vincent, Olivier Gay, Pascale Expilly, Philip Le Roy, Pierre Taranzano, René Frégny, Serge Scotto, Véronique Hiélaud et Yvon Bertorello.

JOURNÉES EUROPÉENNES DU PATRIMOINE

► **20 et 21 septembre**

À l'occasion des **Journées Européennes du Patrimoine**, découvrez les monuments de Moustiers ainsi que le Musée de la Faïence. Pendant deux jours, l'entrée au musée est gratuite de 10h à 12h30 et de 14h30 à 18h. Deux visites guidées sont proposées chaque jour : une première pour tout savoir sur l'art faïencier à Moustiers, des origines à nos jours et la seconde sur les liens entre les décors de faïence et l'art architectural.

Réservation Musée de la faïence 04 92 74 61 64



Crédit photo : Philippe Murtas

Lucas, guide conférencier de l'Office de Tourisme vous emmène découvrir Moustiers au temps de Marcel Provence **samedi 20 septembre de 10h30 à 12h**. Enfin, **dimanche 21 septembre, rendez-vous devant l'Office de Tourisme à 10h pour une visite guidée de 2h** de Moustiers avec montée à la chapelle Notre-Dame de Beauvoir.

ATTENTION : Lors de la montée vers la chapelle, les marches sont glissantes, prévoir de bonnes chaussures. Personnes ayant du mal à marcher s'abstenir.

Réservation Office de Tourisme 04 92 74 67 84.

CHANTS CORSES TRADITIONNELS

Eglise Notre-Dame de l'Assomption

► **Samedi 27 Septembre 2025 à 21h**, vivez la magie des chants corses traditionnels avec CuméVoci, une expérience musicale authentique qui honore l'histoire et l'esprit de la Corse ! Le trio interprète avec émotion des **chants sacrés, profanes et paghjelle**, portés par leur amour commun de la tradition et leur sensibilité artistique.

Billetterie en ligne : moustiers.fr/sortir-moustiers

EXPOSITION-VENTE IN VINO VERITAS

Du 13 septembre au 11 novembre, découvrez des pièces uniques des céramistes Terre de Provence et de leurs invités dans le cadre de **In Vino Veritas, une exposition-vente à la Galerie de l'Ancien Presbytère**

Du mercredi au dimanche, de 10 à 12h30 et de 14h à 18h.

FESTIVAL DE L'OUTDOOR ET DE LA RANDO

Dans le cadre du « **Festival de l'Outdoor et de la Rando** », à Moustiers le **dimanche 21 septembre** : visite guidée du village, canyoning, randonnée pédestre et activités nautiques vous sont proposés à un tarif unique.

Réservation obligatoire : in.njuko.com/festivaloutdoor-2025

FÊTE DU LAC DE SAINTE-CROIX

Pour la 2^e année consécutive, la Communauté de Communes des Lacs et Gorges du Verdon et les 6 communes autour du lac de Sainte-Croix – Aiguines, Baudinard, Bauduen, Moustiers, Les Salles et Sainte-Croix-du-Verdon – se lient et se relient pour fêter le lac.

► À Moustiers, le **samedi 20 septembre, de 14h à 16h**, les embarcations gratuites à la Base de La Cadeno (ouverte tout le mois de septembre). Tout le week-end : visites guidées, expositions, marchés.



Office de Tourisme de Moustiers-Sainte-Marie.
Maison Lucie, Place de l'Église
04360 Moustiers-Sainte-Marie
Tél. 04 92 74 67 84 | www.moustiers.fr

Programme complet
sur notre agenda



EN PARTENARIAT AVEC LA LIBRAIRIE JAUBERT

8ÈME ÉDITION

MOUSTIERS

À

LA PAGE

**DIMANCHE
21 SEPTEMBRE
DE 10H À 17H
PLACE DE L'ÉGLISE**

BÉNÉDICTE ROUSSET
BRUNO CARPENTIER
FRANÇOISE BOURDON
GILLES DIENST

GILLES VINCENT
OLIVIER GAY
PASCALE EXPILLY
PHILIPP LE ROY
PIERRE TARANZANO

RENÉ FRÉNGNI
SERGE SCOTTO
VÉRONIQUE HIELARD
YVON BERTORELLO



PLUS D'INFORMATIONS : WWW.MOUSTIERS.FR - 04 92 74 67 84



CUM'È VOICI Chants corses



Concert

ALLIUM PRO
06 07 88 56 24

Ouverture des portes 1h avant

@cumevoci

No pas l'entr sur la voie publique.



Infos et résas



**Église Notre Dame de l'Assomption
Moustiers Sainte Marie (04)**



sam 27 sept



20h

16 €

**MINISTÈRE
DE LA CULTURE**
Liberté
Égalité
Fraternité



Journées — européennes du patrimoine

du 20.09 au 21.09

PATRIMOINE
ARCHITECTURAL

#JournéesDuPatrimoine

www.journeesdupatrimoine.fr

TERRES DE PROVENCE et ses invités

EXPOSITION - VENTE

CÉRAMIQUE

MOUSTIERS-SAINTE-MARIE

IN VINO VERITAS

13 septembre - 11 novembre 2025

Galerie de l'Ancien Presbytère

DU MERCREDI AU DIMANCHE

10H - 12H30 / 14H - 18H

04 92 78 06 03



**PARTIE 1 AU MUSÉE
TERRA ROSSA - SALERNES**



**TERRES DE
PROVENCE**
CÉRAMIQUES ET POTIERS

LA RENTRÉE APPROCHE ET LA NOUVELLE SAISON CULTURELLE DE LA VILLE DE DIGNE-LES-BAINS REDÉMARRE SUR LES CHAPEAUX DE ROUES !



DIGNE-LES-BAINS

De la musique classique et des spectacles jeune public vous attendent pour ce mois de septembre.

CHOEUR DÉPARTEMENTAL

[Musique classique]

Dimanche 14 septembre - 17 h - Cathédrale Saint-Jérôme

Tarifs de 20 € à 8 € (A)

Les 40 choristes du Chœur Départemental des Alpes de Haute Provence, sous la direction de Jean Emmanuel Jacquet, seront accompagnés au Grand orgue de la cathédrale par Emmanuel Arakélian, lauréat de nombreux prix internationaux et hôte régulier de festivals renommés.

Au programme :

- *La Messe de Requiem* de Gabriel Fauré
- *Le Psaume 115* de Félix Mendelssohn
- *Le Stabat Mater* de Josef Rheinberger



Direction : **Jean-Emmanuel Jacquet**

Avec les **40 choristes du Chœur Départemental** et **Emmanuel Arakélian** [grand orgue]

www.choeur-alpes-provence.fr

PENSEZ À RÉSERVER VOS PLACES POUR L'OUVERTURE DE SAISON

SAMEDI 4 OCTOBRE - 20H30 - PALAIS DES CONGRÈS

LA CAFETERA ROJA

[rock/french pop] - Full of Hope

Tarif : 14€ pour tous (E)

CONCERT DEBOUT

La Cafetera Roja se définit comme un groupe pop/rock/hip-hop.

Naviguant entre spleen et exaltation, la voix féminine apporte sensualité et fragilité à l'énergie portée par le flow hip hop du MC.

Sur scène, les musiciens embarquent et surprennent le public. Les émotions s'entremêlent sur fond d'univers teintés rock / hip-hop.

www.lacafeteraroja.com



PREMIÈRE PARTIE

Entre french pop et chanson, **Marie Jay** et ses musiciens nous embarquent dans une bulle mêlée de douceur et d'énergie, de notes de guitares berçantes et de synthés electropop.

À Découvrir absolument !

<https://marie-jay.com>



INFOS/BILLETTERIE

www.centreculturelrenechar.fr

Tél. 04 92 30 87 10

DANS LE CADRE DU OFF

Ô MAGE NATURE

[Spectacle musical] - Sortie de résidence Zéphirine Cie

Vendredi 5 septembre - 17h30 - Centre Culturel René Char

Participation libre - billetterie le soir même (réservation au 06 50 27 60 74)

Tout public dès 3 ans, 45 minutes

Un voyage au cœur de la forêt ancestrale, où se côtoient druides, personnages féériques et représentants de tous les règnes. Une réflexion en musique et au fil des rencontres sur la place de l'humain dans la nature, mais aussi sur notre relation au temps.



LE PLUS BEAU JOUR DE VOTRE VIE - CÉRÉMONIE POUR UN CLOWN

[Solo clownesque] - Sortie de résidence Compagnie-Able

Vendredi 12 septembre - 19h - Centre Culturel René Char

Participation libre - billetterie le soir même (réservation au 06 86 56 33 71)

Tout public à partir de 8 ans

Ce seul en scène aborde avec poésie et douceur, humour et dérision le thème délicat et sensible de la mort et met en lumière ce point de bascule au moment de mourir, cet instant de passage entre les mondes.

L'AUDACE DU PAPILLON

[Théâtre]

Vendredi 26 septembre - 19h - Centre Culturel René Char

Participation libre - billetterie le soir même

Dès 12 ans - Durée 1h15

Faut-il attendre de se brûler les ailes pour oser l'essentiel ?

Denise a 55 ans. Une épreuve de vie vient faire tout basculer et remettre du mouvement dans son existence, en elle et autour d'elle.

C'est le déclencheur de prises de conscience, de joies, de désirs reconquis et d'audaces nouvelles.

Dans ce récit lumineux peuplé de nombreux personnages, le rire côtoie la profondeur et le corps danse les mots pour raconter l'urgence de réaliser ses rêves les plus intimes. Un spectacle comme un grand souffle qui donne envie de croquer pleinement sa vie dès aujourd'hui.



THÉÂTRE
SAISON 25 26 CULTURELLE
DIGNÉ LES-BAINS
L'ÉCOLE DES FEMMES
CIE VIVA
JEUDI 16 OCT. 19H
PALAIS DES CONGRÈS

TARIFS de 27 € à 17 €
INFOS - 04 92 30 87 10

DIGNÉ EXPLORATRICE DES BAINS ALPES PROVENCE



THÉÂTRE
SAISON 25 26 CULTURELLE
DIGNÉ LES-BAINS
COURGETTE
CIE PARADOXE
JEUDI 20 NOV. 19H
PALAIS DES CONGRÈS

TARIFS de 20 € à 8 €
INFOS - 04 92 30 87 10

DIGNÉ EXPLORATRICE DES BAINS ALPES PROVENCE



COMÉDIE
SAISON 25 26 CULTURELLE
DIGNÉ LES-BAINS
CAPATINE A TOKYO
CIE PARADOXE
DIMANCHE 30 NOV. 17H
PALAIS DES CONGRÈS

TARIFS de 33 € à 20 €
INFOS - 04 92 30 87 10

DIGNÉ EXPLORATRICE DES BAINS ALPES PROVENCE



HUMOUR
SAISON 25 26 CULTURELLE
DIGNÉ LES-BAINS
WALY DIA
STAND UP
VENDREDI 12 DÉC. 20H30
PALAIS DES CONGRÈS

TARIFS de 33 € à 20 €
INFOS - 04 92 30 87 10

DIGNÉ EXPLORATRICE DES BAINS ALPES PROVENCE

DÉCOUVREZ LE PROGRAMME À VENIR !



MANOSQUE

SAVE THE DATE ! C'est bientôt le début de la saison musicale de La Capsule MJC, qui sera officiellement lancée le 4 octobre. Retrouvez ici l'annonce des premiers concerts !

SAMEDI 4 OCTOBRE - 21H - La Capsule

FLOX + GANG JAH MIND [Reggae]

FLOX est un artiste anglais installé en France, connu pour ses productions reggae teintées d'électroniques et ses albums innovants : « The Words », « Square » et « Taste Of Grey ». Ses œuvres illustrent son style unique mêlant sonorités jamaïcaines, ambiances atmosphériques et touches expérimentales.

GANG JAH MIND est un groupe de reggae marseillais connu pour le hit « Roots Raï Reggae », véritable appel à l'union et à la fête. Ils viendront présenter leur dernier EP « Refugees », symbole de leur engagement assumé et de leur vivacité rebelle.

Tarifs : 10/12€ en préventes en ligne sur Hello Asso / 12/14€ sur place



Photo : Flox © Malo

SAMEDI 11 OCTOBRE - 21H - La Capsule

QUE TENGO + MEDUSA CUMBIA [Afro Latin et Cumbia]



Photo : © Jean de Peña Medusa Cumbia

MEDUSA CUMBIA est un groupe de neuf musiciennes professionnelles et multiculturelles (Colombie, France, Chili, Italie, Suisse...), rassemblées sous le soleil de Marseille pour faire vibrer un seul et même style : la Cumbia ! Réunies depuis 2021, ces chanteuses et instrumentistes souhaitent marier leurs univers et offrir un spectacle, où elles font rayonner la joie, la danse et la fiesta à la latino.

Lauréat du Prix International Cubadisco en 2024, **QUE TENGO** délivre un cocktail détonnant de musiques afro latines et urbaines où la cumbia, la rumba et le soukous rencontrent la lourdeur du hip-hop et la puissance lyrique de la chanson. Avec plus de 300 concerts à leur actif, en France et à l'étranger, le groupe porte des textes engagés et humanistes chantés en espagnol, français et arabe. Une musique facile à danser mais riche à penser !

Tarifs : 10/12€ en préventes en ligne sur Hello Asso / 12/14€ sur place

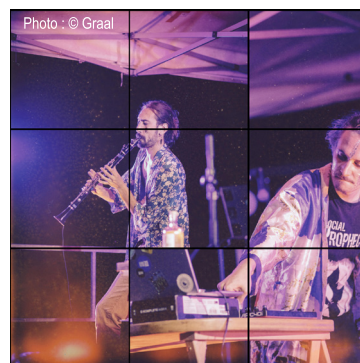


Photo : © Graal

SAMEDI 18 OCTOBRE - 21H - La Capsule

GRAAL + BIENSÛRE [Electro-fusion et Electro-disco]

GRAAL est un duo électro-fusion psychédélique. Portée par la guitare de Niels COURTIAL et la clarinette de Solal FAYET, leur musique fusionne mélodies envoûtantes inspirées du klezmer, du classique et du jazz, riffs de métal puissants, et une production électro immersive et hypnotique.

BIENSÛRE est un groupe de musique électro-disco anatolienne créé à Marseille. C'est aussi une histoire d'amitiés et de rencontres, entre les hommes et les cultures méditerranéennes. Leur musique mêle le groove aux rythmes break beat en passant par des mélodies anatoliennes qui transpercent des vagues de synthé disco.

Tarifs : 8/10€ en préventes en ligne sur Hello Asso / 10/12€ sur place



Retrouvez toute la programmation sur les pages
Facebook @La Capsule MJC - Programmation Musicale
Instagram @lacapsulemjc

Ainsi que sur le site www.mjc-manosque.com | Billetterie en ligne sur Hello Asso

MANOSQUE



PARTICIPATION AU FORUM DES ASSOCIATIONS

Vous souhaitez **pratiquer une activité proposée par La Capsule MJC** ou **vous impliquer dans la vie associative** pour cette rentrée 2025-2026 ? L'association **La Capsule MJC** animera un **stand le 6 septembre 2025, de 9H à 17H, au Forum des Associations** pour présenter les ateliers proposés au cours de l'année et enregistrer les inscriptions.

REPRISE DES ACTIVITÉS ET ANNONCE DES NOUVEAUTÉS

Parmi les nouveautés proposées cette saison, voici une petite liste qui ravira les curieux : ● **Batucada** (pour les enfants et adolescents) ● **Batterie** ● **Break dance** ● **Chant intuitif** ● **Dessin portrait et corps humain** ● **Illustration BD** ● **Magie** ● **Scat** ● **Ukulélé**

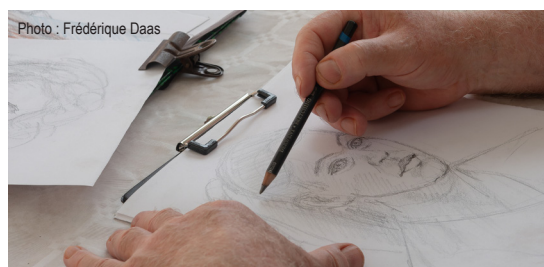


Photo : Frédérique Daas

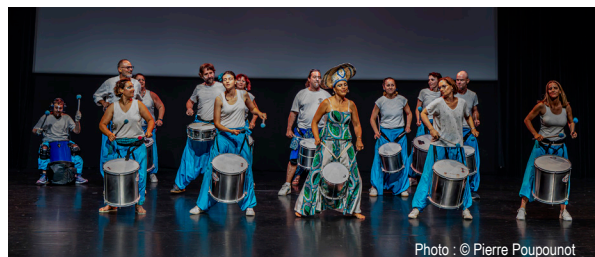


Photo : © Pierre Poupounot

COURS D'ESSAI GRATUITS DES ACTIVITÉS DE LA CAPSULE MJC

Il est possible de **venir essayer gratuitement** les activités proposées par La Capsule MJC **de la rentrée (8 septembre) jusqu'aux vacances de la Toussaint (17 octobre)** : arts plastiques, poterie, musique, chant, danses etc.

RENDEZ-VOUS DU REPAIR CAFÉ

LES SAMEDIS DE 14H À 17H

Vous ne savez pas quoi faire d'une chaise au pied branlant, d'un grille-pain qui ne marche plus ou encore de votre pull troué ? Ne les jetez pas, **venez les faire réparer au Repair Café**.
Rendez-vous aux dates suivantes :

- > le **samedi 13 septembre** dans la Galerie de La Capsule MJC
- > le **samedi 4 octobre** dans les locaux de la MAIF.

REPAIR CAFE MANOSQUE



EXPOSITION

PLUMES ET LUMIÈRES

DU LUNDI 8 AU SAMEDI 20 SEPTEMBRE
dans la Galerie de La Capsule MJC

Les photographes de l'atelier Photo Numérique de La Capsule MJC présentent les photos prises de tous les oiseaux qu'ils ont eu le plaisir de rencontrer.

- > Vernissage : **mercredi 10 septembre, à 18H30.**
- > Exposition accessible **gratuitement** dans le cadre des horaires de la Capsule MJC, du lundi au vendredi de 9H à 18H et le samedi de 14H à 18H.



Pour plus d'informations sur nos activités, horaires et tarifs, veuillez consulter le site :
www.mjc-manosque.com

Ou contacter La Capsule MJC par mail à **contact@lacapsule-mjc.fr** ou par téléphone au **04 92 72 19 70**

DAFF & KOKOON : 20 ANS DE PASSION AU SERVICE DU BIEN-ÊTRE ANIMAL

Depuis plus de 20 ans, DAFF remplit les gamelles de vos chiens et de vos chats, exclusivement dans le réseau d'animalerie KoKoon. Une marque, une enseigne, une vision commune : proposer le meilleur pour vos animaux, sans compromis sur la qualité ni sur le prix.



MANOSQUE / DIGNE-LES-BAINS

UNE MARQUE NÉE DE L'EXPÉRIENCE TERRAIN...

Créée en 2005 à Brignoles, Kokoon est avant tout une aventure humaine, ancrée localement, avec un ADN fort : Sélectionner les meilleurs produits aux meilleurs prix. C'est cette philosophie qui a donné naissance à DAFF, une marque de croquettes conçue pour répondre aux vrais besoins de vos compagnons.

Élaborées en France, contrôlées par des vétérinaires, puis produites par les plus grands fabricants européens du petfood, les recettes DAFF ont su évoluer avec les années, tout en restant accessibles.



Depuis 2025, DAFF franchit un nouveau cap :

- Recettes revisitées avec des ingrédients de qualité supérieure,
- Formules pensées pour renforcer la nutrition et le bien-être animal,
- Et surtout, une fabrication 100 % française, respectueuse des normes les plus exigeantes du secteur. L'expérience Kokoon, ce n'est pas que des produits pour tous les animaux domestiques.

LA QUALITÉ FRANÇAISE

AU MEILLEUR PRIX



ENGAGEMENT ÉCO-RESPONSABLE FORT

Chez DAFF, l'amour des animaux va de pair avec le respect de la planète. Toutes les nouvelles gammes sont désormais conditionnées dans des sacs 100 % recyclables, fabriqués en 100 % PE, pour une conservation optimale et un impact environnemental réduit.

En choisissant DAFF, vous choisissez une marque responsable, française, qualitative et engagée, distribuée exclusivement dans un réseau de proximité à taille humaine.

Retrouvez toute la gamme dans vos magasins Kokoon de Manosque ou Digne : votre compagnon mérite ce qu'il y a de mieux. Et vous, vous méritez la sérénité d'un bon choix.

C'est aussi une équipe passionnée, à l'écoute, disponible et formée pour :

- Vous accompagner dans vos choix,
- Vous conseiller au mieux selon les besoins de vos compagnons,
- Vous proposer des offres régulières, des animations en magasin et des nouveautés toute l'année.



KOKOON MANOSQUE

377A Av. des Près Combaux
04100 Manosque
Du lundi au samedi
de 9h à 13h et de 14h à 19h
Tél. 04 92 23 36 09 40

KOKOON DIGNE

3 Av. Léonard de Vinci
04000 Digne-les-Bains
Du lundi au samedi
de 9h à 12h30 et de 14h à 19h
Tél. 04 23 36 10 42

ANIMAL SHOP
KOKOON



Les **10 JOURS**
du **CHAT***

PROMOTIONS
Jusqu'à -50%



- + DE NOUVEAUTÉS
- + DE CHOIX
- + DE PRIX **BAS !**

Un large choix de litières, croquettes et accessoires
AU MEILLEUR PRIX

*Du 03/09 au 13/09. Voir CGV en magasin.



DIGNE-LES-BAINS

3 Av. Léonard de Vinci



MANOSQUE

377a Av. des Près Combaux,



LES CORRESPONDANCES 2025 : LA LITTÉRATURE FAIT VIBRER MANOSQUE !



MANOSQUE

Du 24 au 28 septembre 2025, Manosque devient une scène à ciel ouvert pour célébrer la littérature sous toutes ses formes. Pour sa 27^e édition, le festival Les Correspondances transforme une fois encore la ville de Giono en un véritable théâtre des mots, accueillant plus de 50 écrivains et artistes venus partager leurs voix, leurs récits et leurs visions du monde.

RENCONTRES, LECTURES ET CONCERTS LITTÉRAIRES

Cette 27^e édition vous propose, comme chaque année, une pléthore d'auteurs ayant répondu présents à l'invitation de **cet événement, devenu au fil du temps un rendez-vous incontournable de la cité de Giono**. Parmi les auteurs, vous rencontrerez des figures majeures comme Emmanuel Carrère, Justine Lévy, Anne Berest, Laurent Gaudé, Nathacha Appanah, Victor Jestin ou Julien Delmaire, mais aussi des voix montantes de la scène littéraire française et internationale.

Les rencontres, lectures et débats s'enchaîneront sur les places du centre ancien ainsi que dans les lieux culturels emblématiques, animés par des journalistes littéraires de renom.

Les soirées se déclineront quant à elles en **performances poétiques et concerts littéraires** : Clara Ysé, Albin de la Simone, Barbara Carlotti et Micha Lescot, vous offriront **des spectacles où la musique épouse les mots**.

Les fameuses **siestes littéraires** de Bastien Lallemand, vous promettent également des instants suspendus entre lecture et mélodie.

SPECTACLE INAUGURAL

Un des gros temps fort de cette édition est le **spectacle inaugural qui se tiendra au Théâtre Jean Le Bleu**. Pour l'occasion c'est **La Grande Sophie** qui montera sur scène pour vous proposer **une lecture musicale**. De l'humour à l'émotion elle dresse le portrait d'une femme de son âge qui a toujours servi ses rêves, où la musique est là ; toujours ; à la recherche de ces petits riens qui font tout...

Si ce n'est pas déjà fait, réservez vos places dans les bureaux d'information touristiques de DLVAgglo : Gréoux-les-bains, Manosque, Riez, Quinson, Valensole et Oraison.



**LES CORRESPONDANCES :
LA LITTÉRATURE AU RENDEZ-VOUS
D'UNE TRADITION BIEN ANCRÉE
DEPUIS 27 ANS**

JEUNESSE, OFF ET ÉCRITOIRES

Les plus jeunes ne sont pas oubliés, puisque comme tous les ans, une programmation leur est dédiée. Ce **programme jeunesse**, piloté par l'association manosquine **éclat de lire**, mêlera **spectacles, lectures dessinées et ateliers d'écriture**.

Le prix littéraire des adolescents du département sera lancé à cette occasion, mobilisant collégiens et lycéens autour d'une sélection d'ouvrages.

Un festival n'est pas un festival sans son "off". C'est donc pour cette raison que **"Le festival off"**, des Correspondances se veut riche et décalé. Ne manquez pas **le karaoké littéraire, les siestes sonores, les lectures à voix haute ou critiques « live »**, tandis que les célèbres **écritoirs publics** invitent chacun à renouer avec l'art épistolaire.

Au gré des rues, vous pourrez vous poser quelques minutes pour **prendre votre plus belle plume et rédiger votre texte : carte postale, lettre...** laissez libre court à votre imagination. Et petit plus, **vous n'aurez pas le souci de vous préoccuper de l'affranchissement puisque "Les Correspondances" s'en chargent**. Alors que nous écrivons de moins en moins, c'est le moment de s'y remettre !

LITTÉRATURE EN SCÈNE

Cette édition 2025, va mettre à l'honneur des thématiques fortes : **mémoire, écologie, amour, guerre, marginalité, exil ou encore addiction au numérique**.

Des **spectacles hybrides**, entre récit, témoignage et fiction, explorent les chemins intimes et universels de la narration, à l'image de **"Vivante"** par Clara Ysé, ou **"Mes battements"** d'Albin de la Simone.

Le cinéma s'invite aussi avec la projection du documentaire **"Javier Cercas et l'imposteur"**, en présence de l'auteur.

MANOSQUE EN LETTRES ET EN VISAGES...

Durant toute la période du festival à savoir du 24 au 28 septembre, n'hésitez pas à déambuler dans les rues de Manosque pour découvrir l'exposition en vitrines **« Roman-photo : 30 visages »** du photographe Joël Saget.

Trente portraits d'écrivains capturés lors des éditions précédentes viennent souligner la dimension humaine et vivante du festival.



FESTIVAL LES CORRESPONDANCES

Du 24 au 28 septembre 2025 - Manosque

Tél. 04 92 75 67 83

contact@correspondances-manosque.org

Programme complet :

www.correspondances-manosque.org

BILLETTERIE

► en ligne : paysdemanosque.com/festival-les-correspondances-1.html

► sur place : dans les offices de tourisme de DLVAgglo

INVENTERRE 2025 10^E ÉDITION : QUAND LES ALPES DU SUD SE RACONTENT À TRAVERS LA VIE



INVENTERRE 2025

Organisé par Provence Alpes Agglomération, très engagée en faveur de la transition écologique, **Inventerre** (organisé tous les deux ans depuis 2018) **se veut convivial et engagé. Le festival vous invite à venir rencontrer celles et ceux qui, chaque jour, œuvrent pour préserver la richesse du vivant.** Ce festival a également pour vocation de **transmettre une meilleure connaissance du patrimoine naturel local.** Cette année, deux sessions d'inventaires naturalistes franco-italiens ont été organisées en amont du festival. Elles se sont déroulées au mois de juin dans la vallée du Val Maïra (Piémont italien) et à Prads-Haute-Bléone, sur le territoire de Provence Alpes Agglomération. **Les observations des naturalistes ayant participé au projet seront restituées le 30 septembre**, lors de l'ouverture du festival au Centre Culturel René-Char à Digne-les-Bains.

UNE ÉDITION SOUS LE SIGNE DES "ALPES VIVANTES"

Pour sa 10^e édition, le festival de la biodiversité **Inventerre met à l'honneur les « Alpes vivantes »**, une thématique inédite qui célèbre la richesse de la biodiversité alpine tout en alertant sur les menaces croissantes qu'elle subit sous l'effet du réchauffement climatique. Ce thème vise à faire le lien entre changement climatique et érosion de la biodiversité;

Du 30 septembre au 5 octobre 2025, la 10^e édition du festival Inventerre bat son plein à Digne-les-Bains et dans plusieurs communes voisines (Château-Arnoux-Saint-Auban, Thoard, Volonne...). Une semaine qui invite chacun à explorer, comprendre et célébrer la biodiversité exceptionnelle de notre territoire;

DIGNE-LES-BAINS

deux enjeux souvent abordés séparément et pourtant profondément interconnectés, notamment dans les Alpes du Sud. En effet, selon les projections, **les massifs alpins pourraient connaître une hausse des températures de 3 à 4 °C d'ici la fin du siècle**, entraînant **la fonte des glaciers et la remontée des forêts en altitude**, avec des possibilités d'adaptation très limitées pour la faune et la flore locales.

LES TEMPS FORTS...

Pendant ces 6 jours du festival, vous aurez l'occasion de **participer librement à de nombreux rendez-vous, accessibles à tous, petits et grands** grâce à la participation d'intervenants de qualité et reconnus et accessibles. Qu'ils soient issus du monde de la culture, de la science ou de l'éducation, les 3 piliers de la connaissance, **ils auront plus que jamais tous à cœur de partager leurs savoirs et leurs expériences.**

Cependant quelques temps forts sont à ne pas manquer ! Notez les dates dans vos agendas...

■ Mardi 30 septembre - 20h30

Soirée d'ouverture avec projection du film « *L'Usage du Monde, Voyage entre Nature et Culture* » suivi d'un échange avec la réalisatrice Agnès Fouilleux et le journaliste Denis Cheissoux, parrain de l'édition.

■ Mercredi 1^{er} octobre - 19h

Inauguration du festival Inventerre au musée Promenade à Digne-les-Bains. Elle sera précédée, **à 18h, d'une déambulation poétique proposée par le Top avec la compagnie ZEC**, le comédien Philippe Granarolo et les musiciens Solal Fayet et Daniel Radzki.

■ Jeudi 2 octobre - 20h30

Projection en avant-première du film documentaire « *Le chant des Forêts* » de Vincent Munier au Cinématographe à Château-Arnoux-Saint-Auban.

■ Vendredi 3 octobre - 18h :

18h - « Des tableaux qui racontent le climat au Musée Gassendi ». Discussion autour des œuvres historiques qui témoignent du climat passé avec Sandra Lavorel, directrice de recherches au CNRS.

20h30 : Projection du documentaire « *Durance* » en présence des réalisateurs Bruno Lambert et Nelly Kars et de Sandra Lavorel.

■ Samedi 4 octobre - 18h30 :

Projection-débat autour du documentaire « *De Passage* », suivie de la présentation de l'Observatoire photographique des paysages du Géoparc de Haute-Provence. Au Cinématographe à Château-Arnoux-Saint-Auban.

■ Dimanche 5 octobre - 17h :

table ronde-débat sur « *Notre rapport à la nature et au sauvage* » avec des personnalités engagées telles que Rémy Marion, Jean-Michel Bertrand et Fiona Mille.

Tous les rendez-vous du festival sont en accès libre et gratuits sauf mention particulière indiquée dans le programme complet.

BIEN PLUS QU'UN FESTIVAL,

Inventerre est avant tout une porte ouverte vers une **meilleure compréhension de notre monde vivant.** C'est aussi un moment **convivial, idéal pour partager en famille, apprendre en s'amusant et repartir avec des idées concrètes pour agir.** **Gratuit et ouvert à tous**, ce rendez-vous est une **invitation à ralentir, observer, et s'émerveiller devant les trésors de nos montagnes, forêts et rivières.** En somme, Inventerre 2025 est bien plus qu'un programme culturel : c'est une expérience collective où chaque rencontre, chaque image et chaque sortie nourrit notre lien au vivant. **Passionnés de nature, curieux en quête de découvertes ou amateurs de moments hors du temps... les Alpes du Sud n'attendent plus que vous !**



INVENTERRE - 10^E ÉDITION

Du 30 septembre au 5 octobre 2025

Gratuit et ouvert à tous

(sauf mention contraire dans le programme)

Programme complet :

<https://www.festival-inventerre.com>

Tél. 04 92 61 66 71

inventerre@provencealpesagglo.fr

AGENDA DES EXPOSITIONS DE SEPTEMBRE

BANON	24 rue de la Fontaine	Peintures	Expo permanente - Atelier Galerie A Toubeix	...	☎ 04 92 72 96 60
BANON	116 r de l'Industrie	Artisanat	Expo : Atelier de Tournage d'Art sur Bois	...	☎ 06 33 26 24 98
BANON	Église-Haute	Photos	«Zones d'ombre», de Claude Colomer >14/09	11H-18H	☎ 04 92 73 37 35
DIGNE-LES-BAINS	Maison A D-Néel	Art	Japon, chefs-d'œuvre du musée Guimet >02/11/25	...	☎ 04 92 31 32 38
DIGNE-LES-BAINS	Archives dép	Histoire	L'histoire de Jacques-Antoine Manuel >12/09/25	...	☎ 04 92 36 75 00
DIGNE-LES-BAINS	Archives dép	Histoire	En voiture s'il vous plaît ! >30/09/25	...	☎ 04 92 36 75 00
DIGNE-LES-BAINS	CAIRN	Art	Un pas dans l'eau, Fabien Lerat >02/11/25	...	☎ 04 92 31 45 29
DIGNE-LES-BAINS	Cathédrale	Histoire	«Marie, Apparitions, XIXe siècle» >30/09/25	13H-18H30	☎ ...
GRÉOUX-LES-BAINS	Le village	Histoire	Gréoulx d'autrefois... > 31/12/2025	...	☎ 04 92 78 01 08
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Culture	Portraits de Lucien Jacques > 20/09/2025	...	☎ 04 92 70 48 20
MANE	Salagon	Histoire	Expo permanente : Traces au Prieuré de Salagon	...	☎ 04 92 75 70 50
MANE	Salagon	Histoire	«Aux abords du loup» Franck Pourcel >15/12/25	10H-19H	☎ 04 92 75 70 50
MANE	Salagon	Nature	«EN FORÊT, de la gestion à l'évasion» >15/12/25	10H-19H	☎ 04 92 75 70 50
MANOSQUE	Centre Giono	Culture	Les persos des romans de J Giono >12/09/2025	...	☎ 04 92 70 54 54
MANOSQUE	Comm. Ctre Ville	Culture	Photo "30 visages dans une vitrine" >23 au 28/9	...	☎ ...
MANOSQUE	Centre Giono	Culture	Les Trésors Cachés de Manosque >30/09/2025	...	☎ 04 92 72 16 00
MOUSTIERS	Musée	Art	Exposition «Impression d'argile» >11/11	...	☎ 04 92 74 61 64
MOUSTIERS	Ancien Presbytère	Art	Exposition-vente «Faire du bois» (21/06 au 7/09)	...	☎ 04 92 78 06 03
MOUSTIERS	Bistrot Ferme Rose	Art	Exposition Alekos au kakos	Journée	☎ 04 92 75 75 75
ORAISON	Passage J. Laurens	Photos	Expo Anciennes photos d'école >31/12/2025	...	☎ 04 92 70 77 77
QUINSON	Musée de Préhistoire	Nature	Expo «Sors de ta Réserve» > 15/12/2025	...	☎ 04 92 74 09 59
RIEZ	1 Pl de la Colonne	Photos	Exposition de photos >30/10/2025	15H-19H	☎ 04 13 37 02 74
RIEZ	...	Nature	Exposition de photos Gypse >30/09/2025	...	☎ 04 92 77 99 00
RIEZ	Maison Pays Verdon	Nature	Expo Photos - Verdon, Territoire D'émotions 31/10/2025	Journée	☎ 04 92 77 40 24
ST-ÉTIENNE-LES-O	Square Elie Pallet	Histoire	Expo permanente : La Nécropole de l'Abadie	...	☎ 04 92 73 02 00
SAINT-MICHEL-L'OBS	Centre Astro	Culture	«30 ans d'exoplanètes» >31/10/2025	...	☎ 07 49 18 62 48
SIMIANE-LA-R	Château Médiéval	Art	Expo d'une œuvre vidéo de Jaki Irvine >22/09	10H30	☎ 04 92 73 11 34
SISTERON	Ecomusée	Art	Expositions temporaires 2025 > 12/10/2025	14H-18H	☎ 06 15 21 32 13
SISTERON	Atelier Sist'Arts	Art	«Demain à quatre mains» > 13/09/2025	...	☎ 06 85 61 01 57
SISTERON	Musée Terre et Tps	Art	«Du gypse au plâtre» > 27/09/2025	14H30	☎ 06 15 21 32 13
SISTERON	Espace d'Omano	Art	Exposition Jean-Pierre Baldini > 31/10/2025	...	☎ 04 92 61 58 40
VOLONNE	Médiathèque	Nature	Expo : Observons les oiseaux: du 10/09 au 5/11	...	☎ 04 92 37 27 13



EXPOSITION - MANOSQUE

LES Trésors Cachés DE MANOSQUE

DU 20 JUIN AU 31 OCTOBRE 2025 | PLACE DE L'HÔTEL DE VILLE



LUNDI 01 SEPTEMBRE

Oraison	Place du Kiosque	Sortie	Festiv'été (Ts les lundis >27/10/2025)	18H-22H	☎ 04 92 70 77 77
Moustiers	Centre village	Sortie	Fête patronale >08/09/2025	...	☎ 04 92 74 67 84
Gréoux-les-Bains	Villa Borghèse	Sortie	Diner jazz «A Capparros & E Melenchon»	19H45	☎ 06 84 12 82 40
St Michel l'Obs	Centre Astro	Activité	L'été Astro > 21/09 Prog. sur site Centre Astro	...	☎ 04 92 76 69 69
Moustiers	Place de l'Eglise	Loisirs	Fête Patronale ND de Beauvoir > 8/09	Journée	☎ ...

MARDI 02 SEPTEMBRE

Gréoux-les-Bains	Résidence ODALYS	Activité	Thés dansants (ts les mardis>23/12/2025)	14H30	☎ 06 85 74 21 16
Moustiers	Office de Tourisme	Culture	Visites guidées du Village (tous les mardis)	10H30-12H	☎ 04 92 74 67 84
Pierrevert	Salle Frache	Activité	Atelier de dessin « Modèle vivant »	14H30	☎ 06 34 98 65 52
Volx	Espace Simone Veil	Loisirs	Tarot (tous les mardis)	19H-22H30	☎ 06 14 74 24 11
Gréoux-les-Bains	Resto «Le Ch Neuf»	Sortie	Diner jazz «A Capparros & E Melenchon»	19H45	☎ 06 84 12 82 40
St Michel l'Obs	Centre Astro	Activité	L'été Astro > 21/09 Prog. sur site Centre Astro	...	☎ 04 92 76 69 69
Digne les Bains	Mairie	Don	Collecte de sang sur réservation	8H-12H	☎ 04 91 18 87 90
Moustiers	Place de l'Eglise	Loisirs	Fête Patronale ND de Beauvoir > 8/09	Journée	☎ ...
Oraison	Salle Bruneteau	Activité	Rentrée de L'AFDC - Présentation de l'association	14H30-17H	☎ 07 75 73 41 77



Profitez de -10% de réduction sur présentation du magazine, offre non cumulable.

L'ALLIANCE PARFAITE ENTRE MODERNITÉ ET AUTHENTICITÉ

Au cœur de Gréoux-les-Bains, la Villa Castellane se dévoile comme une parenthèse enchantée. Ici, le temps semble suspendu, invitant à la douceur, la déconnexion et à l'art de savourer l'instant.

RESTAURANT LE PAVILLON



SPA NUXXE & ESPACE BIEN ETRE



MERCREDI 3 SEPTEMBRE

MOUSTIERS	Atelier Bondil	Visite	Atelier de faïence Bondil (Les mercredis >24/09)	10H	☎ 04 92 74 67 02
MANOSQUE	Médiathèque	Culture	Histoire sous les toits (Tous les mercredis)	16H	☎ 04 92 74 10 54
DIGNE-LES-BAINS	Salle Abbé Féraud	Culture	Causeries Bas-Alpines	18H15	☎ 04 92 32 15 50
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Concert	Concert "Jazz couleur Brésil"	15H30	☎ 04 92 70 48 20
GRÉOUX-LES-BAINS	T des Marronniers	Sortie	Diner jazz «A Capparros & E Melenchon»	19H45	☎ 06 84 12 82 40
CHÂTEAU-ARNOUX	Médiathèque	Culture	Heure du conte	10H-11H	☎ 04 92 64 44 12
ST MICHEL L'OBS	Centre Astro	Activité	L'été Astro > 21/09 Prog. sur site Centre Astro	...	☎ 04 92 76 69 69
MOUSTIERS	Place de l'Eglise	Loisirs	Fête Patronale ND de Beauvoir > 8/09	Journée	☎ ...

JEUDI 4 SEPTEMBRE

VOLX	Espace Simone Veil	Loisirs	Tarot (tous les jeudis)	19H-22H30	☎ 06 14 74 24 11
GRÉOUX LES BAINS	Galerie Félicie	Théâtre	Hugo à Gogo	18H-19H	☎ 07 86 25 76 94
DIGNE-LES-BAINS	Plan d'eau	Activité	Cours d'aquagym au plan d'eau des Ferréols	19H-19H45	☎ 04 92 32 42 02
QUINSON	Office du tourisme	Culture	Découverte de Quinson à travers les 8 siècles	9H30	☎ 04 92 74 01 12
GRÉOUX-LES-BAINS	Café Colombéro	Sortie	Gréoux Jazz Festival	19H45	☎ 06 84 12 82 40
FORCALQUIER	Maison de la famille	Musique	Les DéAnchés - Trio d'anches -	19H-20H	☎ 09 81 52 71 96
GRÉOUX-LES-BAINS	Rés Terres de France	Activité	Séances collectives de sophrologie	16H-17H	☎ 06 74 75 61 26
ST MICHEL L'OBS	Centre Astro	Activité	L'été Astro > 21/09 Prog. sur site Centre Astro	...	☎ 04 92 76 69 69
SAINTE TULLE	Salle G. Vachier	Don	Collecte de sang sur réservation	14H30-19H	☎ 04 91 18 87 90
MOUSTIERS	Place de l'Eglise	Loisirs	Fête Patronale ND de Beauvoir > 8/09	Journée	☎ ...

DIVA
LINGERIE
LINGERIE FINE MANOSQUE

Lingerie Homme & Femme
Maillots de Bain • Lingerie de nuit
Rayon grandes tailles

23, av. Jean Giono - 04 100 Manosque - Tél. 04 92 72 28 60
www.divalingerie-shop.com | Ouvert du mardi au samedi
Suivez Diva Lingerie sur facebook & Instagram

Du 3 au 17 septembre
OPÉRATION
ANNIVERSAIRE
20 ANS !
BONS D'ACHAT
PARURES À GAGNER...



Aubade
PARIS



EXPOSITION - MANOSQUE

LES Trésors Cachés DE MANOSQUE

DU 20 JUIN AU 31 OCTOBRE 2025 | PLACE DE L'HÔTEL DE VILLE



VENDREDI 5 SEPTEMBRE

GRÉOUX-LES-BAINS	Résidence ODALYS	Activité	Thés dansants (ts les vendredis > 23/12/2025)	14H30	☎ 06 85 74 21 16
BANON	Église-Haute	Musique	Concert Duo Hoza	20H30	☎ 04 92 73 37 35
SAINTE-CROIX-DU-V	Boulodrome	Activité	Concours de boules (Ts les vendredis)	18H	☎ ...
GRÉOUX-LES-BAINS	Resto La Castellane	Sortie	Gréoux Jazz Festival	19H45	☎ 06 84 12 82 40
SAINTE-TULLE	Espla Max Trouche	Sortie	Fête des saucisses	Journée	☎ ...
ST MICHEL L'OBS	Centre Astro	Activité	L'été Astro > 21/09 Prog. sur site Centre Astro	...	☎ 04 92 76 69 69
LA BRILLANNE	Salle Communale	Don	Collecte de sang sur réservation	14H30-19H	☎ 04 91 18 87 90
ST MARTIN BROME	Eglise	Sortie	Conte musical "le Coucou et la Cigale"	17H-18H	☎ 07 69 58 78 06

SAMEDI 6 SEPTEMBRE

MANOSQUE	Parc de la Rochette	Activité	Forum des Associations	9H - 17H	☎ ...
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Culture	Histoires du 1er	10H30	☎ 04 92 70 48 20
ORAISON	Centre ville	Activité	Forum des Association	16H-20H	☎ ...
VALENSOLE	Moulin de la Batteuse	Musique	Concert : Avee Mana	19H-23H	☎ 06 08 71 03 77
GRÉOUX-LES-BAINS	Placette Pauline	Musique	Musiques à Pauline - Duo 3d	16H-19H	☎ 04 92 78 01 08
LES MÉES	Bd de la République	Sortie	Soirée dansante et musicale	21H	☎ 04 92 34 03 41
VOLONNE	...	Sortie	Volonne Paddle festival > 07/09/2025	...	☎ 06 81 32 72 76
SAINTE-TULLE	Parc Max Trouche	Sortie	Forum des associations	10H-16H	☎ ...
ST MICHEL L'OBS	Centre Astro	Activité	L'été Astro > 21/09 Prog. sur site Centre Astro	...	☎ 04 92 76 69 69

Manosque
HAUTE-PROVENCE

SAM **PARC**
6 **DE LA**
SEPT **ROCHETTE**
9h > 17h

Forum des Associations



SAMEDI 6 SEPTEMBRE

GRÉOUX-LES-BAINS	Placette Pauline	Musique	Musiques à Pauline - Duo 3d	16H-19H	☎ 04 92 78 01 08
LES MÉES	Bd de la République	Sortie	Soirée dansante et musicale	21H	☎ 04 92 34 03 41
VOLONNE	...	Sortie	Volonne Paddle festival > 07/09/2025	...	☎ 06 81 32 72 76
SAINTE-TULLE	Parc Max Trouche	Sortie	Forum des associations	10H-16H	☎ ...
ST MICHEL L'OBS	Centre Astro	Activité	L'été Astro > 21/09 Prog. sur site Centre Astro	...	☎ 04 92 76 69 69
MOUSTIERS	Place de l'Eglise	Loisirs	Fête Patronale ND de Beauvoir > 8/09	Journée	☎ ...
SIGONCE	...	Loisirs	Loto sous les marronniers	16H	☎ ...

DIMANCHE 7 SEPTEMBRE

ORAISON	Zone artisanale	Sortie	«La Loly fête la rentrée»	10H-17H	☎ 07 49 21 88 89
DAUPHIN	Eglise Saint-Martin	Musique	Concert «Tons du soir, couleurs de l'aube»	17H30	☎ 07 69 58 78 06
GRÉOUX-LES-BAINS	Eglise	Musique	Concert Trombone +	17H-18H30	☎ 06 26 31 86 68
MALIJAI	Salle des fêtes	Sortie	Forum des Associations	...	☎ 04 92 34 01 12
DIGNE-LES-BAINS	Centre Ville	Sortie	Forum des Associations	10H-17H	☎ 04 92 31 58 13
VOLONNE	...	Activité	Grand loto	14H	☎ 06 13 31 58 61
GRÉOUX-LES-BAINS	Placette Pauline	Musique	Magali Fresia	17H-18H30	☎ 04 92 78 01 08
ORAISON	Rés les Tilleuls	Brocante	Vide-grenier	Journée	☎ 04 92 70 55 24
SISTERON	Espl des Marres	Brocante	Vide-grenier du Comité de Jumelage	Journée	☎ 06 84 68 79 81
FORCALQUIER	Place du Bourguet	Brocante	Vide-Grenier A.S Forcalquier	Journée	☎ 06 13 13 67 98
ST MICHEL L'OBS	Centre Astro	Activité	L'été Astro > 21/09 Prog. sur site Centre Astro	...	☎ 04 92 76 69 69
VILLENEUVE	Place Aimé Aillaud	Sortie	Cinéma de plein air	21H30	☎ 06 88 52 99 46
MOUSTIERS	Place de l'Eglise	Loisirs	Fête Patronale ND de Beauvoir > 8/09	Journée	☎ ...

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





EXPOSITION - MANOSQUE

LES Trésors Cachés DE MANOSQUE

DU 20 JUIN AU 31 OCTOBRE 2025 | PLACE DE L'HÔTEL DE VILLE



LUNDI 8 SEPTEMBRE

Oraison	Place du Kiosque	Sortie	Festiv'été (Ts les lundis >27/10/2025)	18H-22H	☎ 04 92 70 77 77
ST MICHEL L'OBS	Centre Astro	Activité	L'été Astro > 21/09 Prog. sur site Centre Astro	...	☎ 04 92 76 69 69
FORCALQUIER	Salle B Fontaine	Don	Collecte de sang sur réservation	8H-12H30	☎ 04 91 18 87 90
MOUSTIERS	Place de l'Eglise	Loisirs	Fête Patronale ND de Beauvoir > 8/09	Journée	☎ ...

MARDI 9 SEPTEMBRE

PIERREVERT	Salle Frache	Activité	Atelier de dessin « Modèle vivant »	14H30	☎ 06 34 98 65 52
VOLX	Espace Simone Veil	Loisirs	Tarot (tous les mardis)	19H-22H30	☎ 06 14 74 24 11
ST MICHEL L'OBS	Centre Astro	Activité	L'été Astro > 21/09 Prog. sur site Centre Astro	...	☎ 04 92 76 69 69
SISTERON	Usine SANOFI	Don	Collecte de sang sur réservation	8H30-13H	☎ 04 91 18 87 90
MOUSTIERS	Musée Faïence	Activité	Visite musée de la faïence > tous les mardis	9H30	☎ 04 92 74 61 64

Pensez
sur-mesure
pour votre
extérieur

FENÊTRE
VOLET
PERGOLA
STORE
PORTE
PORTAIL
PORTE DE GARAGE

Du 12 septembre
au 4 octobre 2025
-15%
sur tous
les produits*

 **komitfo**
Votre conseiller stores et fermetures

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

komitfo.fr

*Offre non cumulable avec toutes les autres promotions. Offre réservée aux clients professionnels. Les produits sont disponibles en magasin. Pour connaître les conditions de l'offre, contactez votre conseiller en magasin.

MERCREDI 10 SEPTEMBRE

RIEZ	Médiathèque	Activité	Atelier créatif	14H-15H30	☎ 04 92 70 59 40
CHÂTEAU-ARNOUX	Médiathèque	Activité	Atelier créatif et artistique : « Délivrez-vous »	10H-12H	☎ 04 92 64 44 12
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Concert	Cat and The Mint et les danseurs swing	21H-23H	☎ 06 84 12 82 40
ST MICHEL L'OBS	Centre Astro	Activité	L'été Astro > 21/09 Prog. sur site Centre Astro	...	☎ 04 92 76 69 69

JEUDI 11 SEPTEMBRE

GRÉOUX LES BAINS	Galerie Félicie	Théâtre	Fables de La fontaine Jean Quitte les Bancs	18H-19H	☎ 07 86 25 76 94
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Concert	Jérôme Gatus Hot Five et les danseurs	21H-23H	☎ 06 84 12 82 40
FORCALQUIER	Librairie La Carline	Culture	Marc Jean présente son livre «Marius Debout...»	19H	☎ 04 92 75 01 25
VOLX	Espace Simone Veil	Loisirs	Tarot (tous les jeudis)	19H-22H30	☎ 06 14 74 24 11
ST MICHEL L'OBS	Centre Astro	Activité	L'été Astro > 21/09 Prog. sur site Centre Astro	...	☎ 04 92 76 69 69



TOP ANIMAL

Produits & Conseils pour vos Compagnons

VOTRE FIDÉLITÉ RÉCOMPENSÉE!

10 SACS ACHETÉS, LE 11^{ÈME} OFFERT*



TOUS LES BUDGETS. TOUS LES BESOINS

Digne-les-Bains | Manosque | Peipin | Topanimal.fr

*voir conditions en magasin



EXPOSITION - MANOSQUE

LES Trésors Cachés DE MANOSQUE

DU 20 JUIN AU 31 OCTOBRE 2025 | PLACE DE L'HÔTEL DE VILLE



VENDREDI 12 SEPTEMBRE

MANOSQUE	Médiathèque	Culture	Club cinéma	16H30	☎ 04 92 74 10 54
BANON	Église-Haute	Musique	Concert Szabadsag	20H30	☎ 04 92 73 37 35
SAINT-MICHEL-L'OBS	Centre-Astro	Culture	Festival Fulldome	20H30	☎ 04 92 76 69 69
FORCALQUIER	...	Sortie	Festival «Jusqu'au vallon» > 14/09/2025	9H-17H	☎ 06 38 33 79 41
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Concert	« Gipsy Unity" Quartet	21H-23H	☎ 06 84 12 82 40
ST MICHEL L'OBS	Centre Astro	Activité	L'été Astro > 21/09 Prog. sur site Centre Astro	...	☎ 04 92 76 69 69

SAMEDI 13 SEPTEMBRE

FORCALQUIER	LOBE	Atelier	Musique traditionnelle du Bénin >14/09	...	☎ 06 16 18 44 96
SISTERON	Salle de l'Alcazar	Sortie	Bal	21H	☎ 06 83 73 84 02
MOUSTIERS	Place de l'Eglise	Sortie	Bal Tango «Milonga sous l'Etoile»	20H30-04H	☎ 06 32 37 51 98
ST-ÉTIENNE-LES-O	Montagne de lure	Sortie	Balade contée sous les étoiles	17H30-22H	☎ 06 85 05 99 90
SAINT-MICHEL-L'OBS	Centre-Astro	Culture	Festival Fulldome	20H30	☎ 04 92 76 69 69
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Concert	Julien Brunetaud quartet invite Cili Marsall	21H-23H	☎ 06 84 12 82 40
DIGNE-LES-BAINS	Complexe aquatique	Activité	Stage de Danse Orientale	15H-16H30	☎ 04 92 31 51 80
REVEST-DES-B	...	Activité	3ème édition - Course de caisses à savon	Journée	☎ 04 92 73 28 58
ST MICHEL L'OBS	Centre Astro	Activité	L'été Astro > 21/09 Prog. sur site Centre Astro	...	☎ 04 92 76 69 69
MANOSQUE	Chap. Toutes Aures	Sortie	Conte musical "le Coucou et la Cigale"	18H-19H	☎ 06 83 51 98 73
MOUSTIERS	Place de l'Eglise	Sortie	Bal tango "Milonga sous les étoiles"	Dès 20H	☎ 06 32 37 51 98



Bulles de Savoir

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

Primaire - Collège - Lycée - Prépa - Adultes

MANOSQUE | DISTANCIEL

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

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

Préparations épreuves écrites et orales
Divers concours

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

Professeurs diplômés de l'enseignement

Prochain stage de soutien durant les vacances d'automne,
contactez Bulles de Savoir !

DIMANCHE 14 SEPTEMBRE

MANOSQUE	Parc de Drouille	Brocante	Vide grenier par asso. Du Cancer au bien être	Journée	☎ 06 42 93 96 48
ESPARRON DE V	Corniche des Aires	Brocante	Vide grenier	Journée	☎ 06 99 46 87 46
MOUSTIERS	Place de l'Eglise	Sortie	Bien-Être sous l'Etoile #2	...	☎ 06 38 39 27 24
DIGNE-LES-BAINS	Cathédrale	Musique	Choeur départemental	17H-18H30	☎ 04 92 30 87 10
Oraison	Hippodrome	Sport	Courses hippiques	11H30-18H	☎ 04 92 78 60 80
MANOSQUE	Tour du Mont D'Or	Sortie	Fête du Mont d'Or 2025	10H-18H	☎ 04 92 72 16 00
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Concert	International Boogie & Blues Night	17H30	☎ 06 84 12 82 40
MALIJAI	...	Sport	Montée des passionnés de Malijai	...	☎ 06 67 44 22 74
SISTERON	Parking du Super U	Brocante	Vide greniers du Sisteron FC	Journée	☎ 06 73 62 03 76
VOLX	...	Sport	Volx en course 2025 - 21ème édition	9H-12H	☎ ...
ST MICHEL L'OBS	Centre Astro	Activité	L'été Astro > 21/09 Prog. sur site Centre Astro	...	☎ 04 92 76 69 69
ST MAIME	Eglise	Sortie	Conte musical "le Coucou et la Cigale"	17H-18H	☎ 07 69 58 78 06
MOUSTIERS	Centre village	Sortie	2è salon "Bien-être sous l'étoile"	9H-19h	☎ 06 78 66 52 42

LUNDI 15 SEPTEMBRE

Oraison	Place du Kiosque	Sortie	Festiv'été (Ts les lundis >27/10/2025)	18H-22H	☎ 04 92 70 77 77
ESPARRON-DE-V	Corniche des Aires	Brocante	Vide grenier	Journée	☎ 06 99 46 87 46
ST MICHEL L'OBS	Centre Astro	Activité	L'été Astro > 21/09 Prog. sur site Centre Astro	...	☎ 04 92 76 69 69



ÇA PATINE À TOKYO
Dimanche **30 NOV.**

SAISON CULTURELLE
25 26
DIGNE
LES-BAINS

AU PALAIS
DES CONGRÈS !

www.centreculturelrenechar.fr
04 92 30 87 10

WALY DIA
Vendredi **12 DÉC.**





EXPOSITION - MANOSQUE

LES Trésors Cachés DE MANOSQUE

DU 20 JUIN AU 31 OCTOBRE 2025 | PLACE DE L'HÔTEL DE VILLE



MARDI 16 SEPTEMBRE

MANOSQUE	Médiathèque	Activité	Club de lecture (ts les mardis >31/12/2025)	18H-19H30	☎ 04 92 74 10 54
VOLX	Espace Simone Veil	Loisirs	Tarot (tous les mardis)	19H-22H30	☎ 06 14 74 24 11
PIERREVERT	Salle Frache	Activité	Atelier de dessin « Modèle vivant »	14H30	☎ 06 34 98 65 52
ORAISON	1 Rue du 8 mai	Culture	Tom Faubert «voyage autour d'un piano»	19H	☎ 06 32 30 08 68
ST MICHEL L'OBS	Centre Astro	Activité	L'été Astro > 21/09 Prog. sur site Centre Astro	...	☎ 04 92 76 69 69
DIGNE LES BAINS	IUT	Don	Collecte de sang sur réservation	8H30-13H	☎ 04 91 18 87 90

MERCREDI 17 SEPTEMBRE

RIEZ	Médiathèque	Culture	Astronomie	14H-15H30	☎ 04 92 70 59 40
ST MICHEL L'OBS	Centre Astro	Activité	L'été Astro > 21/09 Prog. sur site Centre Astro	...	☎ 04 92 76 69 69

JEUDI 18 SEPTEMBRE

VOLX	Espace Simone Veil	Loisirs	Tarot (tous les jeudis)	19H-22H30	☎ 06 14 74 24 11
GRÉOUX LES BAINS	Galerie Félicie	Théâtre	Quand le Coq Chanta	18H-19H	☎ 07 86 25 76 94
MOUSTIERS	Rue Ste-Anne	Concert	"Façon JuTu" en concert	19H	☎ 06 78 66 52 42
DIGNE-LES-BAINS	Divers lieux	Sport	Festival de l'Outdoor et de la Rando 2025 >21/09	...	☎ 04 92 36 62 62
FORCALQUIER	...	Musique	Ôdette Quartet - ensemble voix et percussions	19H-20H	☎ 09 81 52 71 96
GRÉOUX-LES-BAINS	Rés Terres de France	Activité	Séances collectives de sophrologie	16H-17H	☎ 06 74 75 61 26
ST MICHEL L'OBS	Centre Astro	Activité	L'été Astro > 21/09 Prog. sur site Centre Astro	...	☎ 04 92 76 69 69
MOUSTIERS	Office Tourisme	Loisirs	Visite théat. Moustiers au temps de Marcel Provence	17H-18H30	☎ 04 92 74 67 84

LES SOIRÉES DE
L'ÉTOILE
2025

GRÉOUX-LES-BAINS
CENTRE DE CONGRÈS

VENDREDI 19 SEPTEMBRE
À 21H

BILLETTS EN VENTE DANS LES OFFICES DE TOURISME
ET EN LIGNE : www.paysdemanosque.com

ICI
et nulle part ailleurs !

LA CROISIÈRE ÇA M'USE

par Jean Jaque et Cie Madame Antoine
avec Stéphanie Montluçonet Serge Gubern

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



VENDREDI 19 SEPTEMBRE

BANON	Église-Haute	Musique	Concert aux chandelles P Bouyer et N Tamestit	20H30	☎ 04 92 73 37 35
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Culture	Conf. dans le cadre des Journées du Patrimoine	17H-18H30	☎ 04 92 70 48 20
RIEZ	...	Sortie	50 ans de l'asso Les Amis du Vieux Riez >21/09	...	☎ 04 92 77 80 45
SAINTE-CROIX-DU-V	Divers lieux	Sortie	Le lac de Sainte Croix en fête >21/09	...	☎ ...
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Sortie	Les Soirées de l'Etoile - la croisière ça m'use	21H-22H30	☎ 04 92 78 01 08
FORCALQUIER	...	Sortie	Spectacle de danse verticale	18H30	☎ 07 76 15 07 10
ST MICHEL L'OBS	Centre Astro	Activité	L'été Astro > 21/09 Prog. sur site Centre Astro	...	☎ 04 92 76 69 69
MOUSTIERS	Ctre village	Activité	Le Lac de Ste Croix en fête >21/09	...	☎ 04 94 70 21 64
MANE	Collines de Prov.	Sortie	Grande braderie boutique usine>21/09	10H30-18H30	☎ 04 92 76 69 02

SAMEDI 20 SEPTEMBRE

QUINSON	Office du tourisme	Culture	Découverte de Quinson à travers les 8 siècles	9H30	☎ 04 92 74 01 12
FORCALQUIER	Librairie la Carline	Culture	Chhhhht ! Je lis...	10H30	☎ 04 92 75 01 25
MANOSQUE	Médiathèque	Sortie	Club manga	14H-17H	☎ 04 92 74 10 54
MANOSQUE	Médiathèque	Culture	Conf : l'art roman dans les Alpes de H-Provence	17H-18H30	☎ 04 92 74 10 54
BLIEUX	Devant la mairie	Sortie	Découverte de l'observatoire du Mont Chiran	Journée	☎ 06 64 62 58 12
MANOSQUE	Centre Jean Giono	Culture	Techniques de restauration du Paraïs	9H30	☎ 04 92 70 54 54
ROUGON	Salle du Balconnier	Culture	Le village de Rougon autrefois >21/09	10H-18H	☎ 04 92 83 76 89
LA PALUD-SUR-V	Eglise paroissiale	Musique	Sonates françaises de la fin du 18ème siècle	18H	☎ 06 29 05 35 06
DIGNE-LES-BAINS	Jardin des Cordeliers	Théâtre	Home/Land	14H-17H	☎ 04 92 31 45 29
SISTERON	Ecomusée	Culture	Journées Européennes du Patrimoine >21/09	Journée	☎ 06 15 21 32 13
MANE	Salagon	Culture	Journées Européennes du Patrimoine >21/09	10H-19H	☎ 04 92 75 70 50
MOUSTIERS	Ctre village	Activité	Le Lac de Ste Croix en fête >21/09	...	☎ 04 94 70 21 64



Senteurs & Cosmétiques naturels

COLLINES DE PROVENCE

GRANDE BRADERIE

19, 20 et 21 Septembre

A la boutique usine de Mane

Jusqu'à 70% de remise

Ouverture non-stop de 10h30 à 18h30



Parc de Pitaugier - 04300 Mane - Haute Provence - France
Tél : +33(0)4 92 76 69 02 - www.collinesdeprovence.com





EXPOSITION - MANOSQUE

LES Trésors Cachés DE MANOSQUE

DU 20 JUIN AU 31 OCTOBRE 2025 | PLACE DE L'HÔTEL DE VILLE



SAMEDI 20 SEPTEMBRE (SUITE)

DIGNE-LES-BAINS	Musée Promenade	Culture	Journées Européennes du Patrimoine >21/09	14H	☎ 04 92 36 70 70
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Activité	Le petit atelier	10H30	☎ 04 92 70 48 20
ST-ÉTIENNE-LES-O	Médiathèque	Théâtre	Sarah Bernhardt «la divine»	20H30	☎ 06 10 64 67 79
DIGNE-LES-BAINS	Palais des Congrès	Musique	Tribute Abba Story	20H	☎ 04 92 36 62 62
ST MICHEL L'OBS	Centre Astro	Activité	L'été Astro > 21/09 Prog. sur site Centre Astro	...	☎ 04 92 76 69 69
MOUSTIERS	Ctre village	Activité	Le Lac de Ste Croix en fête >21/09	...	☎ 04 94 70 21 64
MOUSTIERS	Musée Faïence	Sortie	Visites commentées musée faïence (gratuit)	9H30/14H30	☎ 04 92 74 61 64
MOUSTIERS	Office Tourisme	Sortie	Visites thématiques village (gratuit)	10H30 - 12H	☎ 04 92 74 61 64
MOUSTIERS	Place de l'Eglise	Culture	Moustiers à la page : soirée débat avec auteurs	18H30	☎ 04 92 74 84 60
GRÉOUX-LES-BAINS	Parc Morelon	Sortie	Vide greniers avec animation jeux bois etc...	8H - 18H	☎ 06 81 33 73 31
MANE	Collines de Prov.	Sortie	Grande braderie boutique usine>21/09	10H30-18H30	☎ 04 92 76 69 02

DIMANCHE 21 SEPTEMBRE

ST MARTIN LES EAUX	Village	Brocante	Vide dressing et vide grenier 2 ème année	Journée	☎ 06 27 64 31 72
LA PALUD SUR V	Jardin d'enfants	Sortie	Journée Paysanne	9H-16H	☎ ...
MOUSTIERS	Centre du village	Sortie	8ème édition «Moustiers à la Page !»	10H-17H	☎ 04 92 77 84 60
BLIEUX	Place du village	Nature	Découverte de la géologie	9H-16H	☎ 04 92 89 02 39
CHÂTEAU-ARNOUX	Four citoyen	Sortie	Fête de l'ami du pain	...	☎ 06 19 26 18 46
FORCALQUIER	...	Sortie	Les 100 ans du carillon de Forcalquier	11H30	☎ 07 76 15 07 10
GRÉOUX-LES-BAINS	Placette Pauline	Musique	Musiques à Pauline - Chez Joe	17H-18H30	☎ 04 92 78 01 08
SISTERON	Parking du Super U	Brocante	Vide greniers	Journée	☎ 06 72 54 97 57
DIGNE-LES-BAINS	Place G de Gaulle	Brocante	Vide greniers du Digne Handball	Journée	☎ 06 82 71 55 10
MANOSQUE	Parc de Drouille	Brocante	Vide greniers de la Fourmi Gourmande	Journée	☎ ...
ST MICHEL L'OBS	Centre Astro	Activité	L'été Astro > 21/09 Prog. sur site Centre Astro	...	☎ 04 92 76 69 69
MOUSTIERS	Ctre village	Activité	Le Lac de Ste Croix en fête >21/09	...	☎ 04 94 70 21 64
MOUSTIERS	Musée Faïence	Sortie	Visites commentées musée faïence (gratuit)	10H30/14H30	☎ 04 92 74 61 64
MOUSTIERS	Office Tourisme	Sortie	Visites thématiques village (gratuit)	10H - 12H	☎ 04 92 74 61 64
MOUSTIERS	Place de l'Eglise	Activité	Festival de l'Outdoor et de la rando 2025	Journée	☎ 04 92 36 62 62
MOUSTIERS	Centre village	Sortie	Marché artisanat et saveurs des Alpes du Sud	9H - 19H	☎ 04 88 74 51 38
MANE	Collines de Prov.	Sortie	Grande braderie boutique usine>21/09	10H30-18H30	☎ 04 92 76 69 02

POUR ANNONCER VOTRE ÉVÈNEMENT DANS LE MAGAZINE

RENDEZ-VOUS SUR WWW.MOUV-IN.COM

avant le 15 du mois qui précède



LUNDI 22 SEPTEMBRE

Oraison	Place du Kiosque	Sortie	Festiv'été (Ts les lundis >27/10/2025)	18H-22H	☎ 04 92 70 77 77
ST MICHEL L'OBS	Centre Astro	Activité	Soirée Dobson / Soirée T760	21H30	☎ 04 92 76 69 69
VINON SUR VERDON	Av de la libération	Don	Collecte de sang sur réservation	15H-19H	☎ 04 91 18 87 90

MARDI 23 SEPTEMBRE

PIERREVERT	Salle Frache	Activité	Atelier de dessin « Modèle vivant »	14H30	☎ 06 34 98 65 52
VOLX	Espace Simone Veil	Loisirs	Tarot (tous les mardis)	19H-22H30	☎ 06 14 74 24 11
MANOSQUE	Eglise	Musique	Chambre Philharmonique de Cologne	20H30	☎ ...
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Culture	Rencontre avec Evelyn Prawidlo	17H-18H30	☎ 04 92 70 48 20
FORCALQUIER	Salle Pierre Michel	Sortie	Thé dansant du CCAS	14H-18H	☎ 04 92 70 96 97
ST MICHEL L'OBS	Centre Astro	Activité	Soirée Dobson	21H30	☎ 04 92 76 69 69
ST MICHEL L'OBS	Centre Astro	Activité	Soirée Dobson / Soirée T760	00H00	☎ 04 92 76 69 69
Oraison	Salle Bruneteau	Activité	Atelier AFDC Hypnothérapie	14H30-17H	☎ 07 75 73 41 77



Beaux Regard

— OPTICIEN LUNETIER —

Hommes - Femmes - Enfants



Séverine & Virginie vous réservent
de jolies surprises... Venez vite les découvrir !



Conseils - Montures - Solaires - Lentilles - Accessoires

5 rue Arthur Robert - 04100 Manosque | Tél. 04 92 74 61 54 | optique@beauxregardsmanosque.fr
Mardi, jeudi et vendredi : 9h -12h et 14h - 19h - Samedi et mercredi 9h - 18h Non-Stop



EXPOSITION - MANOSQUE

LES Trésors Cachés DE MANOSQUE

DU 20 JUIN AU 31 OCTOBRE 2025 | PLACE DE L'HÔTEL DE VILLE



MERCREDI 24 SEPTEMBRE

MOUSTIERS	Atelier Bondil	Art	Visites de l'Atelier de faïence Bondil >24/09	10H	☎ 04 92 74 67 02
VOLONNE	Salle polyvalente	Sortie	Animation Harry Potter	9H30	☎ 09 72 63 56 38
MANOSQUE	Médiathèque	Activité	Atelier créatif « Ma correspondance »	15H-16H	☎ 04 92 74 10 54
MANOSQUE	Médiathèque	Culture	Histoire sous les toits	16H	☎ 04 92 74 10 54
MANOSQUE	Théâtre J-le-Bleu	Musique	La Grande Sophie « Lettres musicales »	21H-22H20	☎ 04 92 75 67 83
RIEZ	Médiathèque	Culture	Lectures de Kamishibai	14H-14H30	☎ 04 92 70 59 40
GRÉOUX-LES-BAINS	Eglise	Musique	La musique fait son cinéma	18H30	☎ 06 80 96 08 84
MOUSTIERS	...	Sport	Natur'Elles Aventures >25/09	...	☎ 07 80 96 54 80
MANOSQUE	Eglise	Art	Entre l'abstrait et le réel >28/09	Journée	☎ 06 74 04 49 88
ST MICHEL L'OBS	Centre Astro	Activité	Soirée T760	21H30	☎ 04 92 76 69 69
ST MICHEL L'OBS	Centre Astro	Activité	Soirée Dobson	00H00	☎ 04 92 76 69 69

JEUDI 25 SEPTEMBRE

GRÉOUX LES BAINS	Galerie Félicie	Théâtre	Hugo à Gogo	18H-19H	☎ 07 86 25 76 94
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Culture	Les Bébés lecteurs	9H30	☎ 04 92 70 48 20
MANOSQUE	Théâtre Jean-le-Bleu	Culture	Lecture-projection en chansons « Mes battements »	21H-22H	☎ 04 92 75 67 83
MANOSQUE	La Capsule MJC	Culture	« Mon vrai nom est Elisabeth » d'Adèle Yon	19H-20H	☎ 04 92 75 67 83
MANOSQUE	Théâtre Jean-le-Bleu	Culture	Sieste littéraire et acoustique avec E Guibert	14H30-15H30	☎ 04 92 75 67 83
MOUSTIERS	Office Tourisme	Loisirs	Visite théat. Moustiers au temps de Marcel Provence	17H-18H30	☎ 04 92 74 67 84



Sélections pour la rentrée janvier 2026

	IFAS Formation Aide-soignant	IFAP Formation Auxiliaire de puériculture
Dépôt dossier d'inscription	du 18 août au 26 septembre 2025	
Entretiens oraux	13, 14 et 15 octobre 2025	20, 21 et 22 octobre 2025
Résultats	22 octobre 2025	29 octobre 2025
Pré-rentree	10 décembre 2025	
Rentrée	5 janvier 2026	

Plus d'info : www.gh04.fr/institut/ tél.: 04.92.30.16.15

IFAS
IFAP

MANOSQUE
Sup'Alternance Provence
264 bis Av du 1er Mai



JEUDI 25 SEPTEMBRE (suite)

MANOSQUE	Médiathèque	Culture	Petit FabLab d'écriture >28/09	15H-16H	☎ 04 92 74 10 54
GRÉOUX-LES-BAINS	Rés Terres de France	Activité	Séances collectives de sophrologie	16H-17H	☎ 06 74 75 61 26
ST MICHEL L'OBS	Centre Astro	Activité	Soirée Dobson / Soirée T760	21H30	☎ 04 92 76 69 69
ST MICHEL L'OBS	Centre Astro	Activité	Soirée T760	00H00	☎ 04 92 76 69 69
DIGNE LES BAINS	Mairie	Don	Collecte de sang sur réservation	8H-12H30	☎ 04 91 18 87 90

VENDREDI 26 SEPTEMBRE

VOLX	Espace Simone Veil	Loisirs	Tarot (tous les jeudis)	19H-22H30	☎ 06 14 74 24 11
MANOSQUE	Centre Giono	Culture	Marcher dans les pas de Jean Giono	18H30-20H	☎ 04 92 70 54 54
MANOSQUE	6 Rue de la Brasserie	Culture	Contes : "De l'exil à l'hospitalité"	18H	☎ 07 68 57 56 11
MANOSQUE	Médiathèque	Culture	L'absent(e)	16H15	☎ 04 92 74 10 54
MANOSQUE	Théâtre Jean-le-Bleu	Culture	Lecture « La correspondance d'Erik Satie »	21H-22H	☎ 04 92 75 67 83
MANOSQUE	Théâtre Jean-le-Bleu	Culture	Lecture musicale « Vivante »	22H30	☎ 04 92 75 67 83
MANOSQUE	Théâtre Jean-le-Bleu	Culture	Sieste littéraire et acoustique avec J d'Abrigeon	14H30	☎ 04 92 75 67 83
CHÂTEAU-ARNOUX	Lib. De fil en page	Culture	Rencontre avec Arno Bertina	18H30	☎ 09 72 63 56 38
DIGNE-LES-BAINS	Salle Perchot	Activité	Soirée Jeux	19H30	☎ 06 99 96 22 27
ST MICHEL L'OBS	Centre Astro	Activité	Soirée Dobson / Soirée T760	00H00	☎ 04 92 76 69 69
MANOSQUE	Salle des Tilleuls	Don	Collecte de sang sur réservation	14H30-19H	☎ 04 91 18 87 90
SISTERON	Salle de l'Alcazar	Don	Collecte de sang sur réservation	8H-12H30	☎ 04 91 18 87 90

SAMEDI 27 SEPTEMBRE

FORCALQUIER	1 place du Bourguet	Sport	FORCARUN	14H-16H30	☎ 06 65 28 04 28
MANOSQUE	Médiathèque	Culture	L'absent(e)	16H30	☎ 04 92 74 10 54
DIGNE-LES-BAINS	Centre ancien	Activité	10e Festival du Jeu Ludirunner	10H	☎ 06 99 96 22 27
FORCALQUIER	...	Culture	13e Fête des Possibles	10H-18H	☎ 06 72 09 02 39
CHÂTEAU-ARNOUX	Médiathèque	Activité	Atelier d'écriture avec l'autrice Laurence Vilaine	10H-12H30	☎ 04 92 64 44 12



LAURENT RAMBICUR FAÇADES

☎ 06 63 21 55 30
laurent.rambicur@orange.fr



L Rambicur Façade





EXPOSITION - MANOSQUE

LES Trésors Cachés DE MANOSQUE

DU 20 JUIN AU 31 OCTOBRE 2025 | PLACE DE L'HÔTEL DE VILLE



SAMEDI 27 SEPTEMBRE

MOUSTIERS	Église Paroissiale	Musique	Chants corses traditionnels avec Cumé'Voci	21H	☎ 06 07 88 56 24
MANOSQUE	Centre Giono	Culture	Conférence rencontre : Giono et la typographie	10H-11H30	☎ 04 92 70 54 54
L'ESCALE	Place du village	Sport	Fête du Sport - Journée Pass'Sport	10H30	☎ 06 80 02 26 23
MANOSQUE	Théâtre Jean-le-Bleu	Culture	Lecture musicale « Clamser à Tataouine »	22H30	☎ 04 92 75 67 83
MANOSQUE	Théâtre Jean-le-Bleu	Culture	«Sagan, parole et musiques»	21H-22H	☎ 04 92 75 67 83
MANOSQUE	Théâtre Jean-le-Bleu	Culture	Sieste littéraire et acoustique avec Anne Serre	14H30	☎ 04 92 75 67 83
BANON	Librairie Le Bleu	Culture	O. Adam et Les Correspondances de Manosque	11H-12H	☎ 04 92 73 25 85
LES MÉES	Salle des assos	Activité	Repair Café	14H-17H	☎ 09 64 14 22 36
MOUSTIERS	Rue Ste-Anne	Musique	Samuel Covet en concert au Mouton Noir	19H	☎ 06 78 66 52 42
MANOSQUE	Le Paraïs	Culture	Visite de chantier : Le Paraïs	...	☎ 04 92 70 54 54
ONGLES	MHeMO	Culture	XVIe Journée d'étude de la MHeMO	10H-17H	☎ 04 92 74 04 37
ROUMOULES	Salle polyvalente	Sortie	Soirée années 80	20H	☎ 07 78 47 41 72

DIMANCHE 28 SEPTEMBRE

Oraison	Hippodrome	Sport	Courses hippiques	11H30-18H	☎ 04 92 78 60 80
MANOSQUE	Médiathèque	Culture	L'absent(e)	13H30	☎ 04 92 74 10 54
VALENTOLE	...	Sortie	4ème J de la pistache, de l'amande et de l'olive	10H-18H	☎ 04 92 71 19 41
L'ESCALE	Centre du village	Sport	La Gambade Escalaise et journée Pass'Sport	...	☎ 06 80 02 26 23
MANOSQUE	Théâtre Jean-le-Bleu	Culture	« Dans la peau d'une interne en psychiatrie »	17H30	☎ 04 92 75 67 83
MANOSQUE	Théâtre Jean-le-Bleu	Culture	Sieste littéraire et acoustique avec Ariana Harwicz	14H30	☎ 04 92 75 67 83
ESPARRON-DE-V	Club Nautique	Sport	Régate Voile Radio-Commandée	...	☎ 04 92 77 15 25
MOUSTIERS	Musée Faïence	Activité	Visite musée de la faïence > tous les dimanches	9H30	☎ 04 92 74 61 64

LUNDI 29 SEPTEMBRE

Oraison	Place du Kiosque	Sortie	Festiv'été (Ts les lundis >27/10/2025)	18H-22H	☎ 04 92 70 77 77
----------------	------------------	--------	--	---------	------------------

Retrouvez l'horoscope de THIERRY VALANCE

Consultation
par téléphone

06 01 26 65 40

en fin de magazine

REJOIGNEZ MOI SUR MA PAGE

facebook

THIERRY VALANCE



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

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

MARDI 30 SEPTEMBRE

VOLX	Espace Simone Veil	Loisirs	Tarot (tous les mardis)	17H30-21H	☎ 06 14 74 24 11
PIERREVERT	Salle Frache	Activité	Atelier de dessin « Modèle vivant »	14H30	☎ 06 34 98 65 52
DIGNE-LES-BAINS	Centre c René Char	Culture	Conférence : La biodiversité des Alpes	17H	☎ 07 84 83 10 20
DIGNE-LES-BAINS	...	Nature	Inventerre, festival de la biodiversité >5/10	...	☎ 04 92 61 66 71
ORAISON	Salle Bruneteau	Activité	Atelier AFDC Reflexologie Palmaire	14H30-17H	☎ 07 75 73 41 77

MERCREDI 1 OCTOBRE

RIEZ	Médiathèque	Activité	Atelier créatif : Le théâtre d'ombre	14H-15H30	☎ 04 92 70 59 40
DIGNE-LES-BAINS	Palais des Congrès	Santé	Colloque « psychotraumatisme...	Journée	☎ 06 14 86 33 81
MANOSQUE	Médiathèque	Culture	Histoire sous les toits	16H	☎ 04 92 74 10 54
CHÂTEAU-ARNOUX	...	Nature	Inventerre, festival de la biodiversité >5/10	...	☎ 04 92 61 66 71
AIGLUN	Espace R Moutet	Don	Collecte de sang sur réservation	8H-12H30	☎ 04 91 18 87 90

JEUDI 2 OCTOBRE

VOLX	Espace Simone Veil	Loisirs	Tarot (tous les jeudis)	19H-22H30	☎ 06 14 74 24 11
SISTERON	Pl de la République	Sortie	42ème Foire-Expo >5/10/2025	...	☎ 06 79 17 07 79
VOLX	Foyer Rural	Don	Collecte de sang sur réservation	14H30-19H	☎ 04 91 18 87 90

VENDREDI 3 OCTOBRE

PEYRUIS	Salle des Fêtes	Don	Collecte de sang sur réservation	14H30-19H	☎ 04 91 18 87 90
----------------	-----------------	-----	----------------------------------	-----------	------------------

Nouveau Service

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



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



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

SAMEDI 4 OCTOBRE

MANOSQUE	Médiathèque	Activité	Atelier d'écriture avec Laurence Vilaine	9H30-12H	☎ 04 92 74 10 54
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Activité	Atelier scientifique : les génies de la nature	15H-17H	☎ 04 92 70 48 20
DIGNE-LES-BAINS	Palais des congrès	Musique	Concert : La Cafetera Roja	20H30	☎ 04 92 30 87 10
FORCALQUIER	Espace culturel	Culture	«Extraordinaires planètes extrasolaires»	20H30	☎ 04 92 76 69 69
LA PALUD-SUR-V	Village	Activité	Festival de danse «Les Mouvements T»	...	☎ 04 92 83 12 43
SAINT-MICHEL-L'OBS	Centre Astro	Sortie	Fête de la science	10H-18H	☎ 04 92 76 69 69
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Culture	Histoires du 1er	10H30	☎ 04 92 70 48 20
VOLONNE	...	Sortie	Inauguration des 4 écobalades de Volonne	10H	☎ 04 92 64 07 57
MANOSQUE	Médiathèque	Culture	Lecture animée et musicale	...	☎ 04 92 74 10 54
MOUSTIERS	Centre village	Sortie	Marché potier > 05/10/2025	Journée	☎ 04 92 74 61 64
GRÉOUX-LES-BAINS	Placette Pauline	Musique	Musiques à Pauline - Aix Music	16H-19H	☎ 04 92 78 01 08
MANOSQUE	Place du Terreau	Sortie	Oktoberfest : fête de la bière 2025	18H-0H	☎ 04 92 70 34 00
SISTERON	Salle de l'Alcazar	Sortie	Spectacle humour et magie	21H-22H30	☎ 06 83 73 84 02



5 OCTOBRE
Concert d'ouverture,
« Le souffle du romantisme »

7 OCTOBRE
Concert, Philippe Cassard
Piano « Invitation à la valse »

8 OCTOBRE
Film « Par delà les silences »
de François Royet sur l'œuvre
du peintre Charles Belle

10 OCTOBRE
Concert « Schubert enchante
Gréoux-les-Bains »

12 OCTOBRE
Concert master class
Rencontres et échanges

14 OCTOBRE
Concert « Splendeurs de la
musique baroque »

ICI
et nulle part ailleurs !



10^{ème} AUTOMNE MUSICAL GRÉOUX-LES-BAINS

DU 5 AU 14 OCTOBRE 2025

Au Centre de Congrès l'Étoile
et à l'église Notre-Dame-des-Ormeaux

Avec les Solistes de l'Ensemble
Instrumental Provence Verdon



BILLETS EN VENTE DANS LES OFFICES DE TOURISME
ET EN LIGNE : www.durance-luberon-verdon.com

RETROUVEZ LE PROGRAMME
DETAILLÉ ET RÉSERVEZ VOS
BILLETS ICI



L'Atelier de la Danse



*Poussez la porte de l'école
et faites partie de notre grande famille !*



**Cours dès 2 ans 1/2
jusqu'aux adultes**



➤ 37 bd Martin Bret - 04100 Manosque
latelierdeladanse04@gmail.com
<https://celinenakache.wixsite.com/atelierdeladanse>
06 16 95 97 65

Retenue 2025-2026

Inscriptions*

Mercredi 3 septembre
10h-12h / 14h-19h
A l'Atelier de la Danse

Samedi 6 septembre
9h-17h

Forum des Associations

* Inscriptions
limitées



Centre Pilates

Un art de vivre

"La forme physique est la 1^{ère} condition au bonheur"

J.Pilates

● Pilates ● Yoga/Pilates ● Reformer ● Relaxation

Femmes enceintes - Post Natal - Seniors

Rose Pilates - Pilates thérapie

REPRISE DES COURS

LUNDI 8 SEPTEMBRE 2025

☎ **06 16 95 97 65**

37 Boulevard Martin Bret - 04100 Manosque

centrepilatesmanosque@gmail.com

<https://celinenakache.wixsite.com/centrepilates>

L'ATELIER DE LA DANSE : UNE NOUVELLE SAISON PLEINE D'ÉNERGIE !



MANOSQUE

Toute l'équipe de L'Atelier de la Danse est ravie de vous retrouver pour une nouvelle saison, toujours plus riche en mouvements, en émotions et en bonne humeur !

Cette année encore, L'Atelier de la Danse vous propose **davantage de créneaux, de styles et de niveaux**, pour permettre à chacun, enfants, ados, adultes, de **trouver sa place, son rythme... et surtout le plaisir de danser.**

DES PROFESSEURS PASSIONNÉS

Des **professeurs passionnés, attentifs et diplômés** vous accompagnent avec bienveillance tout au long de l'année. C'est cette énergie collective, mêlée à la **rigueur artistique** et à la **joie du partage**, qui fait la force de L'Atelier de la Danse. **Les places étant limitées, pensez à vous inscrire rapidement !**

UNE ÉCOLE DE DANSE ANCRÉE À MANOSQUE DEPUIS PLUS DE 25 ANS !

Céline Nakache, fondatrice et directrice de l'école, **transmet depuis plus de deux décennies sa passion** à plusieurs générations de danseurs et danseuses. Reconnue pour son **approche pédagogique**, sa **créativité** et la **qualité de ses spectacles**, elle allie dans son enseignement la **technique**, l'**expression corporelle** et l'**imaginaire**.

UNE ÉQUIPE ENGAGÉE, À L'ÉCOUTE

A ses côtés : **Thierry, Mike, Alexis, Océane** et **Marie** nouvelle recrue pleine de promesses. Âgée de 22 ans, fraîchement diplômée en modern jazz, **Marie rejoint l'équipe avec une belle sensibilité artistique**. Douce, souriante et très expressive, elle transmet dans ses cours **une palette d'émotions à travers le mouvement**.



Accompagnée de Céline, elle sera en charge d'un **groupe d'enfants sélectionnés pour participer à des concours de danse**. Une belle opportunité pour les élèves les plus motivés !

PROGRESSION ET ÉPANOUISSEMENT

Que vous soyez débutant ou confirmé, enfant curieux, ado dynamique ou adulte motivé, L'Atelier de la Danse vous accueille avec des cours adaptés à votre niveau et à vos envies. Au programme : **Éveil corporel (dès 2 ans ½), Danse Classique, Hip-Hop all styles, Modern'Jazz, Urban Dance, Ragga, Danse Moderne...**

L'ESPRIT DE L'ÉCOLE : PLAISIR, RESPECT, BIENVEILLANCE ET CRÉATIVITÉ.

Notre mission : *«faire de la danse un moment de joie, d'expression et de confiance en soi. Que ce soit pour se défouler, pour progresser techniquement, pour créer ou tout simplement pour respirer un peu dans le tumulte du quotidien, chacun y trouve sa place.*



“ **UNE LARGE VARIÉTÉ DE DISCIPLINES, DANS UNE AMBIANCE CHALEUREUSE ET ACCESSIBLE À TOUS.** ”

Ici, on danse, on évolue, on partage... et on se prépare aussi à monter sur scène en fin d'année dans un spectacle unique et fédérateur !»

UNE ANNÉE EN MOUVEMENT !

L'Atelier de la Danse propose **une large palette d'activités pour tous les âges, dès 2 ans ½**. Dans un **cadre stimulant et bienveillant**, les enfants, ados et adultes découvrent ou approfondissent différents styles de danse, à travers un **accompagnement de qualité**.

“ *Le plaisir du mouvement, l'écoute de soi, la créativité et le travail en groupe sont au cœur de notre approche.* ”



ÉVEIL À LA DANSE – DÈS 2 ANS ½

Avec Céline Nakache, spécialiste de la petite enfance formée à la méthode Irène Popard, les enfants bougent, sautent, rampent, dansent, miment, explorent l'espace, développent leur équilibre et leur coordination à travers des jeux sensoriels et musicaux. Une entrée ludique dans le monde du mouvement !

DANSE CLASSIQUE – DÈS 5 ANS ET ADULTES

Thierry, professeur diplômé d'État, met l'accent sur la technique dans le respect du corps et l'élégance du geste. Les plus petits découvrent la discipline à travers des jeux et des histoires dansées. Les plus grands s'initient au travail à la barre, à la posture, au vocabulaire classique... et pour les plus avancés, des cours sur pointes sont proposés (sous conditions).

RAGGA – DÈS 6 ANS

Danse énergique et joyeuse venue de la culture jamaïcaine, le ragga combine sensualité et travail rythmique. Alexis propose des cours ludiques où les enfants apprennent à se relâcher, bouger en rythme et s'exprimer librement sur des sons dancehall entraînants !

HIP-HOP ALL STYLES – DÈS 6 ANS

Mike transmet l'esprit du hip-hop à travers une pédagogie accessible et dynamique. Au programme : breakdance, travail au sol, figures, musicalité et coordination. Des cours pour enfants, ados et adultes, avec différents niveaux pour progresser à son rythme.

URBAN DANCE – DÈS 10 ANS

Avec Océane, cette discipline mêle rapidité, précision et style. Ce type de danse inspirée des clips et comédies musicales américaines, Parfait pour les ados qui veulent bouger sur des musiques actuelles (rap, RnB, pop urbaine) tout en développant technique, expression et confiance en soi.



ATELIER PARENTS/ENFANTS – DÈS 6 ANS

Un moment unique à partager à deux : parent/enfant, oncle/niece, frère/sœur... tous les duos sont les bienvenus. Céline vous guide dans un atelier joyeux et complice, entre mouvements dansés, jeux d'imagination, et expression libre. Un temps suspendu pour créer ensemble, rire, bouger... et se (re) découvrir autrement.

MODERN JAZZ – AVEC MARIE

DÈS 4 ANS

Marie rejoint l'équipe avec son énergie et son expressivité. Ses cours de modern jazz, alliant précision technique et émotion dansée, permettront aux élèves de progresser tout au long de l'année en transmettant beaucoup d'émotions.

MODERN JAZZ – AVEC CÉLINE

DÈS 4 ANS

Céline propose des cours de modern jazz dans une approche à la fois technique et expressive. Rythme, coordination, fluidité du mouvement, musicalité et travail de groupe sont au cœur de ses séances. Chaque cours est conçu comme un espace d'exploration et de progression, avec une attention particulière portée à la posture et à l'écoute du corps. Les élèves découvrent comment raconter une histoire avec leur gestuelle, affiner leur style personnel et développer leur créativité au fil des enchaînements chorégraphiques. Céline accompagne également les plus grands vers un niveau plus avancé, toujours dans la bienveillance et l'exigence juste.

Pour la troisième année consécutive, Céline et Alexis interviennent au sein de L'Occitane en Provence pour des cours dédiés aux salariés, pour leur plus grand bonheur. Ils ont pu participer aux spectacles Un cœur d'Ange et ont été intégrés au spectacle de L'Atelier de la Danse.



ET TOUJOURS...

Bonne nouvelle, retrouverez cette année encore **Pilates et Yoga Pilates** au Centre Pilates avec Laure, Florence et Céline (06 16 95 97 65)

PROCHAINS RENDEZ-VOUS

• Permanences Inscriptions :

Mercredi 3 septembre 2025 de 10h à 12h et de 14h à 19h dans leurs locaux.

Reprise des cours dès le lundi 8 septembre

• Forum des associations :

Samedi 6 septembre 2025 de 9h à 17h au Parc de la Rochette (Stade de Rugby de Manosque)

Attention, places limitées dans certains cours...

Photos du spectacle de l'Atelier de la Danse 2025 effectuées par Loïc Guibert.



L'ATELIER DE LA DANSE

37 Bd Martin Bret - 04100 Manosque
Tél. 06 16 95 97 65

Rendez-vous sur

<https://celinenakache.wixsite.com/atelierdeladanse>

pour voir le nouveau planning !



Latelierdeladanse04

UN NOUVEAU PROJET : SPECTACLE DE FIN D'ANNÉE

Cela promet encore de belles surprises... Tous les cours aboutissent à un **grand spectacle en juin**, sur scène, en lumière et en musique. C'est le moment fort de l'année, où petits et grands présentent le fruit de leur travail. **Un vrai moment de fierté, d'émotion et de cohésion pour les familles comme pour les élèves !** Cette année, le spectacle portera le thème passionnant de la mythologie. En attendant nos dates de spectacle, nous ne manquerons pas de faire monter sur scène nos danseur lors des galas humanitaires. **Un Cœur d'Ange en janvier et le spectacle de l'Adis (le 29 novembre) ; nos rdvs annuels.**

À LA RENTRÉE, JE PRENDS SOIN DE MOI EN DOUCEUR... AVEC LE PILATES

CENTRE PILATES MANOSQUE

VOTRE RENDEZ-VOUS BIEN-ÊTRE DE L'ANNÉE



MANOSQUE

Et si cette année, vous faisiez le choix de la douceur et de l'attention portée à votre corps ? Le Centre Pilates de Manosque vous invite à explorer ou redécouvrir une méthode unique et accessible à tous : le pilates, une pratique qui allie respiration, mouvement conscient et renforcement profond, dans un esprit de bienveillance et d'écoute de soi.

UNE DISCIPLINE POUR TOUS LES ÂGES, TOUS LES CORPS.

Que vous soyez **débutant ou expérimenté, jeune adulte ou senior, actif ou en recherche d'un mieux-être physique**, le Pilates s'adapte à vous. À tout moment de la vie, il est possible de **renforcer, d'assouplir et de réharmoniser son corps** sans brutalité. Ici, pas de performance, pas de compétition. Juste l'envie de se reconnecter à soi-même, en toute sérénité et en toute bienveillance.

POURQUOI CHOISIR LE PILATES ?

► Retrouver l'équilibre

Grâce à un travail en profondeur, la **méthode renforce le centre du corps** (abdominaux, dos, périnée), **améliore la posture** et **soulage les tensions**.

► S'assouplir en douceur

Chaque séance invite à **allonger la colonne**, à **gagner en mobilité articulaire** et à **libérer les mouvements** du quotidien.

► Se tonifier sans forcer

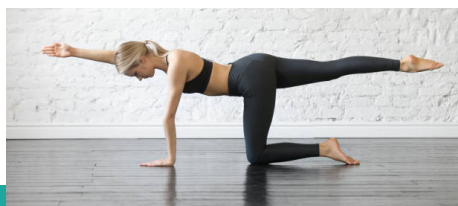
Les **muscles se raffermissent** tout en respectant les limites de chacun. Une force tranquille se construit, séance après séance.

► Se détendre profondément

Grâce à la **respiration contrôlée** et aux **mouvements fluides**, le Pilates permet d'**apaiser le mental** autant que le corps.

► Le pilates, un allié précieux pendant la grossesse

Vivre une grossesse sereine : **Le Pilates est particulièrement conseillé pendant la grossesse**. Il aide à **soulager les tensions** liées du corps, à **renforcer le périnée**, à **préserver la mobilité** et à **gérer la respiration**. Autant d'éléments essentiels pour vivre une grossesse plus sereine et bien se préparer à l'accouchement. **Les mouvements sont doux et respectueux du rythme de chaque future maman.**



C'est aussi un moment précieux pour se reconnecter à soi, à son corps en pleine transformation, et **instaurer une bulle de calme dans son quotidien**.

ACCOMPAGNEMENT SUR-MESURE

Nos enseignantes vous accueillent dans un **lieu chaleureux, lumineux et entièrement équipé**. Cours collectifs en **petit groupe** ou en **accompagnement individuel** : à vous de choisir la formule qui vous convient le mieux.

► Pilates pour les seniors

Pour **entretenir son autonomie et sa vitalité** en toute sécurité.

► Pilates pré et post-natal

Pour accompagner les femmes **tout au long de leur grossesse** et au **retour de couches**.

► Pilates surpoids et obésité

Des **exercices doux et progressifs** pour retrouver confiance et bien-être corporel.



Une attention particulière pour les femmes en reconstruction après un cancer du sein.

Au Centre Pilates, **Céline propose également des cours de Pilates spécialement pensés pour les femmes en reconstruction après un cancer du sein.**

Ces séances sont :

- Douces, adaptées et sécurisées, selon les capacités et l'évolution de chaque femme.
- Conçues pour **retrouver de la mobilité, réappropriser son corps** et **reconstruire la confiance en soi**.
- Accompagnées avec une **écoute bienveillante et un grand respect** du vécu de chacune.

COURS INDIVIDUELS DE REFORMER

En complément des cours au tapis, **Céline propose également des cours individuels de Pilates Reformer**.

Ce travail sur machine permet de :

- **Renforcer en profondeur la sangle abdominale et les muscles posturaux**
- **Améliorer la souplesse**, l'alignement et la conscience corporelle.
- **Soulager les douleurs chroniques** (dos, articulations...)
- **Se reconnecter à son corps** avec précision et fluidité

Le **cours est 100 % personnalisé**, adapté à votre niveau, votre forme physique et vos objectifs. C'est un moment pour bouger consciemment, dans le respect de votre corps.

NOUVEAUTÉ

A partir du mois de septembre, **Céline donnera des cours de Pilates aux salariés de L'Occitane en Provence dans le cadre du bien-être au travail.**

la respiration, le massage, le son, l'imagination, l'alternance entre action et relaxation.

PROCHAINS RENDEZ-VOUS

• Inscriptions :

Venir avec le dossier complet lors du 1^{er} cours. Reprise des cours collectifs **dès le lundi 8 septembre**

• Forum des associations :

Samedi 6 septembre 2024 de 9h à 17h
au Parc de la Rochette
(Stade de Rugby de Manosque)



CENTRE PILATES

37 Bd Louis Martin Bret, 04100 Manosque

Tel : 06 16 95 97 65

centrepilatesmanosque@gmail.com

<https://celinenakache.wixsite.com/centrepilates>

PROLONGER LE BIEN-ÊTRE AVEC DES SOINS DÉTENTE

Offrez-vous une parenthèse de bien-être avec les massages de Céline.

Dans un quotidien souvent rythmé par le stress, les responsabilités et le manque de temps pour soi, il devient essentiel de **s'accorder des moments de pause et de reconnexion**. Céline vous propose une **gamme complète de massages bien-être non thérapeutiques**, pensés pour **apaiser le corps, apaiser l'esprit et rétablir une harmonie intérieure**.

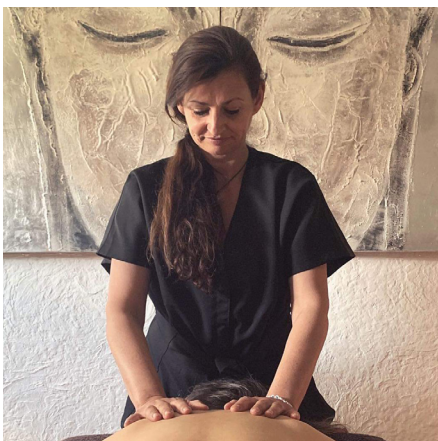
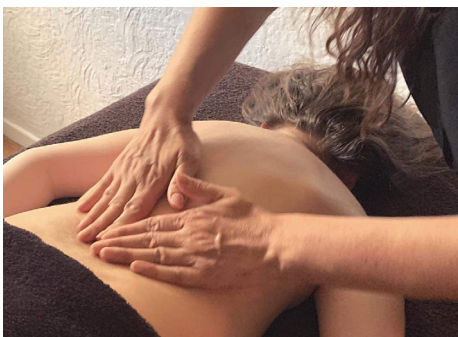


UNE APPROCHE DOUCE ET PERSONNALISÉE

Céline accueille chacun avec **bienveillance et écoute**, afin d'**adapter le massage à vos besoins du moment**. Son objectif : vous offrir un véritable **cocon de détente**, un **espace hors du temps** pour relâcher les tensions et vous recentrer.

Une éventail de massages pour tous les besoins

- **Massage californien** : enveloppant et relaxant, il invite au lâcher-prise profond.
- **Massage Zen Shiatsu** : d'inspiration japonaise, ce massage par pressions agit sur les méridiens d'énergie pour **rééquilibrer le corps**.
- **Massage à la bougie** : une expérience sensorielle unique, alliant **chaleur douce et senteurs envoûtantes**.
- **Massage prénatal** : spécialement conçu pour les futures mamans, il soulage les tensions tout en douceur.



- **Massage en duo** : un moment de bien-être partagé, en couple, entre amis ou en famille.
- **Massage drainant & madérothérapie** : pour **stimuler la circulation, favoriser l'élimination des toxines et remodeler le corps**.
- **Massages ciblés** : dos, pieds, crâne, ventre, mains... Céline travaille chaque zone avec précision pour une **détente localisée et efficace**.
- **Massage pour enfant** : une initiation tout en douceur pour les plus jeunes, favorisant la détente et le bien-être émotionnel.

UN MOMENT POUR SOI

Chaque massage est une **invitation à ralentir, à revenir à l'essentiel, à soi**. Que ce soit pour **apaiser le stress, soulager les tensions ou simplement prendre soin de vous**, Céline vous accompagne avec **douceur et professionnalisme**.

LA RELAXATION : UN OUTIL ESSENTIEL POUR LE BIEN-ÊTRE GLOBAL

Dans un contexte de vie toujours plus rapide et exigeant, la relaxation s'impose comme une **pratique incontournable pour préserver sa santé physique et mentale**.

Qu'est-ce que la relaxation ?

C'est un ensemble de techniques (respiration, relâchement musculaire, visualisation, etc.) visant à **apaiser le système nerveux, réduire les tensions et favoriser un état de calme intérieur**.

Ses bienfaits sont nombreux :

- Diminution du stress et de l'anxiété
- Amélioration de la qualité du sommeil
- Meilleure gestion des émotions
- Renforcement de la concentration et de la clarté mentale
- Prévention de l'épuisement professionnel (burn-out)

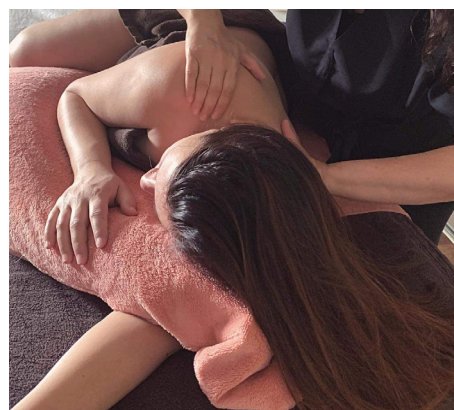
Accessible à tous, la relaxation peut être intégrée facilement au quotidien, en entreprise comme à la maison. **Quelques minutes suffisent pour en ressentir les effets**. Investir du temps dans la relaxation, c'est investir dans sa santé.
Séance individuelle ou en petit groupe

NOUVEAUTÉ

Prenez rendez-vous en ligne sur Planity!

Pour plus de simplicité et de flexibilité, les prises de **rendez-vous se font désormais en ligne via Planity**. En quelques clics, **réservez votre moment de bien être à l'horaire qui vous convient avec Céline et offrez-vous une véritable pause bienfaisante**, pour votre corps et votre esprit

<https://www.planity.com/celine-nakache-04100-manosque>



CÉLINE NAKACHE

Massages et bien-être

FAITES PLAISIR À VOS PROCHES !

Offrez une parenthèse de douceur à vos proches grâce aux bons cadeaux bien-être ! Des **bons cadeaux** sont disponibles pour tous les types de massage. Un cadeau attentionné, original et toujours apprécié pour un anniversaire, un EVJF, une après-midi anniversaire enfants, un départ à la retraite, un cadeau de Noël...



CÉLINE NAKACHE
MASSAGES ET BIEN-ÊTRE

37 Bd Louis Martin Bret - 04100 Manosque
Tel : 06 16 95 97 65

C'EST LA RENTRÉE, ON SE PREND EN MAIN CHEZ GIANT-FIT !



CAHIER SPORT

Faire du sport en salle, c'est pratique... mais encore faut-il savoir comment s'y prendre ! Chez **Giant-Fit**, vous ne payez pas seulement un abonnement : **vous bénéficiez d'un accompagnement sur mesure et des conseils de coaches diplômés et expérimentés.** Avec un **accès libre de 6h à 23h, 7 jours sur 7, y compris les jours fériés**, vous avez toutes les cartes en main pour progresser. Découvrez maintenant **les 4 grands avantages de choisir Giant-Fit.**

1^{ER} AVANTAGE

✓ **Accompagnement garanti**

Comme pour n'importe quel sport, la musculation et le fitness s'apprennent ! On ne se lance pas dans le tennis, le basket ou le judo sans quelqu'un pour nous montrer les bons gestes... Eh bien, c'est pareil pour le sport en salle. **Chez Giant-Fit, vous n'êtes jamais livré à vous-même.** L'esprit de la salle, c'est avant tout de prendre soin de son corps, améliorer sa condition physique et se sentir en forme. Pour cela, **Thierry et son équipe de coaches diplômés vous accompagnent et vous guident pas à pas...** même si vous n'êtes pas (encore) sportif(ve) !

2^È AVANTAGE

✓ **Des équipements modernes et impeccables**

Que vous souhaitiez courir sur un tapis de course, pédaler, travailler sur un elliptique, renforcer votre dos, vos bras, vos jambes ou vos abdos, **vous trouverez chez Giant-Fit un large choix de matériel varié, de qualité et parfaitement entretenu** pour des entraînements efficaces à chaque séance. En plus **des machines de musculation et de cardio**, la salle met à votre disposition **tout le petit matériel** nécessaire pour varier et enrichir vos séances : **élastiques, dômes d'équilibre, kettlebells, sacs de sable, et bien plus encore...** Tout cela sur **plus de 700 m² d'espace dédié au sport et au bien-être !**



3^E AVANTAGE

✓ **Des équipements de pointe**

Vous trouverez en plus du matériel de musculation et cardio-training :

- de **l'impédancemétrie** avec le **Inbody770** pour faire **une analyse morphologique et mesurer la masse musculaire, masse graisseuse et masse osseuse** pour suivre vos résultats.
- de **la pressothérapie** avec les **bottes de compression Reboots** afin de **soulager les jambes lourdes, la rétention d'eau et améliorer la récupération** après les entraînements intenses.
- de **l'électrostimulation** avec **Wiemspro** : **des gilets pourvus d'électrodes** sur tout le corps pour **augmenter l'intensité de vos entraînements**. Le tout en seulement **20 minutes et accompagné par un coach !**

4^E AVANTAGE

✓ **Des cours collectifs qui motivent**

Avec l'**abonnement NO LIMIT**, profitez de **plus de 20 cours collectifs par semaine** et trouvez forcément celui qui vous correspond ! Que vous soyez fan de **Zumba**, adepte de **Pilates** ou **Stretching**, passionné de **RPM**, **BodySculpt** ou **Cross Training**, chaque cours vous aidera à atteindre vos objectifs.

En septembre, on reprend le sport... mais pas n'importe où ! Chez **Giant-Fit Volx**, vous profitez des meilleures conditions pour rester motivé. Pourquoi aller ailleurs ? La bonne résolution, c'est **Giant-Fit !**

Et si vous souhaitez vous défouler, Giant-Fit vous propose des cours de **BOXING avec sac de frappe** le tout en petit groupe et avec un coach ! **Vous l'aurez compris, les coaches diplômés vous accompagnent à chaque séance** pour bien démarrer et progresser en toute sécurité.



Vous l'aurez compris, **le sport est essentiel au bien-être** et **GIANT-FIT** vous propose de nombreuses **activités variées** et les **précieux conseils des coaches sportifs diplômés** pour pratiquer en toute sécurité.

Alors n'attendez plus et venez essayer ou réessayer des cours collectifs ou des entraînements en salle !

On vous accueille de 9h à 13h et de 15h à 19h30 du Lundi au Vendredi.

Et toutes nos infos sur le site **www.giant-fit.fr** ou sur les réseaux « Giant-Fit »



**Premier mois gratuit !
Présentez la pub
et c'est parti...**



GIANT-FIT

ZA La Carrière Lot 5 - 04130 Volx

Accueil du lundi au vendredi de 9h à 19h30

Contact 06 79 75 13 68

www.giant-fit.fr

GIANT-FIT



Votre salle de sport à Volx



Accessible par badge 6h - 23h 7j / 7
Complexe musculation & fitness



Plateau Musculation



Cours collectifs

Coaching Sportif
Sport Santé

Body sculpt - RPM - Crosstraining
Zumba - Stretching - CAF
Cardio Attack - Yoga - Pilates



ZA La Carrière - Lot 5 - 04130 VOLX
Accueil du lundi au vendredi : 9h - 19h30
☎ 06 79 75 13 68 contact@giant-fit.fr

WWW.GIANT-FIT.FR

Votre 1^{er} mois OFFERT
sur présentation
de cette page !

UNE FIN DE SAISON BIEN REPLIE POUR L'EPMANOSQUE ATHLÉTISME



MANOSQUE

La fin de saison a été particulièrement intense pour les athlètes de l'EPM Manosque, entre compétitions de trail, épreuves combinées, grands meetings et événements pour les plus jeunes. Voici un tour d'horizon des dernières performances et temps forts du club !

TRAILS & COURSES EN MONTAGNE

1 - Trail de Haute-Provence (THP)

Fin mai, Ophélie, Su, Antoine, Clem, Cyrille et Frédéric ont arpenté les sentiers du très réputé THP. Mention spéciale à Su, qui a géré sa course comme une pro malgré des conditions difficiles : elle termine 1re de sa catégorie M1 et 8e féminine. Bravo à tous les finishers !



2 - Trail des Gorges de l'Ardèche

Teresa s'est lancée un sacré défi avec son tout premier 42 km. Entre cascades, grottes, villages médiévaux et même un passage en canoë, elle a brillamment relevé ce parcours atypique.



3 - Trail de Beauvezet (8 juin)

Cathy, du groupe route de Florent, monte sur la plus haute marche du podium sur le 12 km (500 m D+). Une belle preuve de sa détermination !

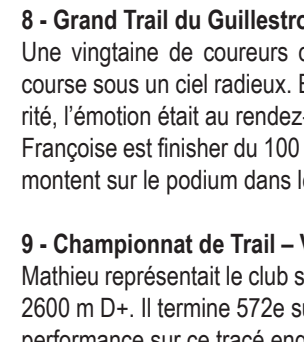


4 - Verticale Ocanaise – Corse

Thierry, expatrié sur l'île de Beauté, continue de porter les couleurs du club. Il a terminé la Verticale Ocanaise (4,5 km et 900 m D+) en 1h12. Félicitations !

5 - Trail de la Chaussée des Géants (7 juin)

Seb s'est élancé sur ce trail de 51 km / 2900 m D+, inscrit au Challenge National des Trails Longs de France Haute Montagne. Sur un terrain technique et glissant, il ne lâche rien et termine 11e au scratch et 4e de sa catégorie (MO) en 5h47. Chapeau !



6 - Transju Trail – Jura

Anna a bravé les 42 km d'un parcours exigeant, entre technicité et météo capricieuse (pluie, boue...). Elle franchit l'arrivée avec le sourire malgré les difficultés !

7 - Trail du Col du Noyer (22 juin)

Frédéric boucle les 43 km / 2400 m D+ dans les Hautes-Alpes en 6h05. Bravo à lui !

8 - Grand Trail du Guillectroi

Une vingtaine de coureurs du groupe trail ont brillé sur cette course sous un ciel radieux. Entre doutes, larmes, joie et solidarité, l'émotion était au rendez-vous !
Françoise est finisher du 100 km, tandis que Su, Yo et Françoise montent sur le podium dans leurs catégories.

9 - Championnat de Trail – Val d'Isère

Mathieu représentait le club sur ce parcours redoutable : 32 km / 2600 m D+. Il termine 572e sur 781 finishers en 5h42. Une belle performance sur ce tracé engagé.

10 - Trail international de Châteauroux-les-Alpes

Même l'été, les athlètes ne s'arrêtent pas ! Su, Clem et Mathis ont participé à cette course dans les Hautes-Alpes. Encore un podium pour Su, décidément en grande forme !

ATHLÉTISME SUR PISTE ET ÉPREUVES COMBINÉES

Championnats régionaux

Épreuves combinées et marche (7-8 juin)

Mila Lo Caton s'est illustrée lors de l'heptathlon, montant sur la 3e marche du podium. Félicitations !



Meeting Herculis – Monaco

Comme chaque année, l'EPM Athlétisme était présent au célèbre meeting Herculis au stade Louis II.

Deux benjamines, entraînées par Guillaume et Frédérique, montent sur le podium du 1000 m. La remise des médailles a été assurée par la légende Paula Radcliffe, ancienne championne du monde !



Coupe de France des Ligues

Loris Nahal a brillamment représenté le club en courant le 1000 m en 2'38. Bravo Loris



JEUNES ATHLÈTES & FORMATION

Colleen – Jeune juge

Colleen était à Toulon pour son évaluation nationale de jeune juge. Mission accomplie : elle valide son évaluation et prendra prochainement la direction de Lens pour la Coupe de France Minimes des Ligues. Un grand bravo pour son engagement !



Finale Kids Athlé (21 juin)

La finale s'est tenue au Centre Regain de Sainte-Tulle, sous une chaleur écrasante. Les jeunes des clubs de Manosque, Sainte-Tulle et Sisteron ont brillé dans une ambiance sportive et festive. Une belle fête de l'athlétisme !



ON PRÉPARE DÉJÀ LA RENTRÉE !

Envie de vous (re)mettre à l'athlétisme ? Toutes les disciplines sont pratiquées au sein de l'EPM Athlétisme ! Venez nous rejoindre à la rentrée !

manosque.athletisme@gmail.com
Tél. 06 25 16 36 61



EPM ATHLÉTISME

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

www.manosque.athle.com

Suivez le club sur : facebook : EPManosque Athlétisme

Instagram : manosque_athletisme

RESTER EN FORME SANS (TROP) DE SPORT : LE GUIDE POUR LES VIES SURCHARGÉES



SPORT

Entre le travail, la famille et les mille et une obligations du quotidien, l'idée de se lancer dans des séances de sport intensives peut sembler impossible. L'équation pour rester en forme ne se résume pas à "sport intensif = bien-être". **Il est tout à fait possible d'améliorer sa condition physique et de maintenir sa forme en intégrant de petites actions à votre routine**, sans avoir besoin de dégager des heures entières de votre emploi du temps. **L'objectif est simple : bouger plus au quotidien.** Voici quelques pistes pour y parvenir.

► Bougez dès que l'occasion se présente

Cela peut sembler évident... mais encore faut-il le faire. **Choisir les escaliers plutôt que l'ascenseur, descendre du bus un arrêt plus tôt, garer sa voiture un peu plus loin** que d'habitude... Ces petites décisions font grimper votre nombre de pas quotidien et améliorent votre endurance sans que vous vous en rendiez compte.

Et si vous travaillez assis, **imposez-vous de vous lever au moins une fois par heure.** Marchez quelques minutes, étirez vos jambes, tournez vos épaules. **Ce sont de micro-pauses qui réveillent votre circulation sanguine et diminuent les tensions musculaires.**

► Transformez vos tâches quotidiennes en séance "incognito"

Qui a dit que passer l'aspirateur, laver les vitres ou jardiner ne comptait pas ? Ces activités domestiques **sollicitent vos muscles, font battre votre cœur et brûlent des calories.**

Petit bonus : elles vous offrent un double bénéfice, puisque votre maison est plus propre... et votre corps plus actif.

Astuce : mettez de la musique entraînante pendant que vous rangez ou cuisinez. Cela vous incitera à bouger plus vivement, à marcher en rythme, voire à danser un peu. Ce sont des calories brûlées sans même y penser.



BONNE RÉOLUTION DE RENTRÉE, DES HABITUDES QUOTIDIENNES SIMPLES POUR BOUGER SANS SE SURMENER !

► Créez des "rituels actifs" dans votre journée

Les habitudes sont puissantes. Si vous parvenez à associer certains moments de la journée à un geste actif, cela devient vite automatique.

Par exemple, vous pouvez :

- **Faire 10 squats** après vous être brossé les dents le matin.
- **Monter et descendre deux fois les escaliers** avant de déjeuner.
- **Marcher en téléphonant** au lieu de rester assis.

Ces rituels, courts mais réguliers, stimulent votre corps sans effort mental particulier.

► Adaptez votre environnement pour favoriser le mouvement

Votre intérieur et votre bureau peuvent devenir vos meilleurs alliés. Placez certains objets (téléphone, imprimante, agenda...) à quelques pas de votre position habituelle. **Rangez vos affaires souvent utilisées en hauteur pour devoir vous étirer.**

Si possible, investissez dans un bureau réglable pour alterner entre position assise et debout.

► Mettez sur la régularité plutôt que la performance

Le piège, c'est de croire qu'il faut se lancer dans de longues séances pour que cela soit "utile". En réalité, **dix minutes bien placées valent parfois plus qu'une heure mal adaptée.**

Par exemple, **marcher d'un pas soutenu 15 minutes** tous les jours améliore votre santé cardiovasculaire et votre tonus musculaire. Quelques **étirements réguliers** préviennent les douleurs lombaires et améliorent la souplesse.

Votre corps aime la constance : un peu d'activité tous les jours, même douce, a un impact durable sur votre forme physique et votre moral.

► Pensez aussi au bien-être mental

Rester en forme ne se limite pas aux muscles. **Bouger libère des endorphines**, les hormones du bien-être. Marcher en extérieur, respirer profondément, observer les arbres ou le ciel... tout cela contribue à réduire le stress et à améliorer la qualité de votre sommeil.

Même cinq minutes dehors à la lumière du jour peuvent faire la différence sur votre énergie et votre humeur.

Pour résumer, **vous n'avez pas besoin de révolutionner votre emploi du temps pour être actif.** En saisissant toutes les petites occasions de bouger, **vous construisez un capital santé solide, sans pression ni contrainte.** Et plus vous le ferez, plus cela deviendra naturel. **Dans quelques semaines, vous serez surpris de voir à quel point vous vous sentez plus léger, plus tonique... et plus serein.**

EP MANOSQUE HANDBALL : DES CHANGEMENTS DANS L'ÉQUIPE DIRIGEANTE, DEUX JOLIS MATCHS DE GALA FÉMININS ET DÉBUT DE LA NOUVELLE SAISON.



SPORT



UNE NOUVELLE ÉQUIPE POUR LA NOUVELLE SAISON

L'Assemblée Générale du 20 juin dernier a permis de faire évoluer la structure dirigeante du club. Après avoir assuré une année de transition à la tête du club, **Thierry Albiol avait fait part depuis plusieurs mois de son souhait de passer la main sur ce poste de président, tout en continuant à aider au bon fonctionnement du club. C'est donc Gil Erario qui a pris la succession.** Gil Erario est très connu dans le monde du handball avec à son actif de nombreux mandats, en particulier ancien président de l'EP Manosque, **président puis vice-président délégué du Comité 04, membre du Conseil d'Administration de la Ligue Région Sud.**



Gil Erario, nouveau président du club pour cette saison 2025-2026

Après 5 ans à son poste de secrétaire, **Benoît Petitprez a souhaité s'orienter vers d'autres activités.** C'est **Isabelle Bernardini**, elle aussi bien connue dans le monde du handball (en particulier, elle aussi ancienne présidente de l'EP Manosque, **ancienne secrétaire du Comité 04, ...)** qui prend la relève. La trésorière, **Claire Brucker**, et les autres membres du **Conseil d'Administration restent en place.** Au niveau des entraîneurs, **Guillaume Lagarde** ayant été muté dans l'Hérault, c'est le **Directeur Sportif, Thibaut Correra** qui entrainera l'équipe seniors garçons. **Cédric Girault succédera à Arnaud Demol pour entraîner les seniors filles.**



Clermont-Ferrand et Nice après match !

SAISON 2025-2026 UN CLUB RENOUVÉLÉ, PRÊT POUR DE NOUVEAUX DÉFIS

DEUX MATCHS DE HAUT NIVEAU

Pour la troisième année consécutive, en pleine saison estivale, **l'EP Manosque Handball n'a pas ménagé ses efforts pour présenter au public un spectacle de haut niveau de handball féminin.** Cette année, le gymnase des Iscles a même accueilli deux matchs. **Le club de Clermont Auvergne Métropole 63, en stage à Sainte-Tulle, a proposé deux rencontres avec les clubs de D1 de la région, le plus haut niveau Français.** Les Volcaniques de Clermont-Ferrand évoluent en Division 2, elles ont terminé la saison 2024-2025 3^e, à deux points du premier, et ambitionnent une prochaine montée en Division 1. **Les 13 et 14 août les équipes de Toulon Métropole Var Handball et de l'OGC Nice ont donné la réplique à Clermont-Ferrand : deux jolis matchs de haut niveau, équilibrés, avec de belles actions de jeu.** Toulon a gagné le premier match 30 à 24 ; Clermont-Ferrand a battu Nice 25 à 21. Mais le plus important est **la qualité du spectacle qui a été offert au public Manosquin, venu nombreux malgré la canicule en plein mois d'août.**



Toulon à l'attaque !

Monsieur le Maire de Manosque et le 1^{er} adjoint, ainsi que plusieurs représentants des instances départementales et régionales du handball, dont le Président de la Ligue Région Sud, ont honoré par leur présence ces matchs exceptionnels dans notre territoire bas-alpin. Rendez-vous est pris pour renouveler ce type de rencontre l'été prochain.

PRÉPARATION DE LA SAISON

Bien qu'encore loin du niveau de Toulon, Nice ou Clermont-Ferrand, **les équipes seniors et U15 de l'EP Manosque ont, elles aussi, préparé la saison future dès août en vue de la reprise des compétitions** qui s'effectuera début septembre.

A noter que cette année **les U15 évolueront au niveau Elite**, le plus haut niveau régional : bravo à eux !

Pour les autres équipes, la reprise s'effectuera juste après la rentrée scolaire et tous les enseignements nécessaires pour les enfants (et adolescents) intéressés pourront être obtenus lors du **Forum des associations, le 06 septembre, au stade de la Rochette.** Le club vous attend nombreux et nombreuses sur leur stand...



MANOSQUE HANDBALL

www.manosquehandball.fr | 6304002@ffhandball.net | Tél. 06 35 02 68 39

Facebook : Manosque Handball - Instagram : @manosquehandball

LA RECETTE SUCRÉE

CRUMBLE AUX POMMES ET A LA CONFITURE DE FIGUES «COMTES DE PROVENCE»

Préparation 10 min - Cuisson 25 à 30 min.



PRÉPARATION

- Préchauffez le four à 180°C (Th. 6)
- Épluchez et coupez les pommes en petits morceaux. Faites-les revenir 5 minutes dans une poêle avec le beurre, jusqu'à ce qu'elles commencent à fondre. Ajoutez une pincée de cannelle pour parfumer.
- Hors du feu, ajoutez la Confiture de Figues «Comtes de Provence» et mélangez délicatement pour enrober les pommes.
- Versez cette préparation dans un plat à gratin ou dans des ramequins individuels

Préparez le crumble :

- Dans un saladier, mélangez la farine, le sucre roux et la poudre d'amandes. Ajoutez le beurre froid et sablez la pâte du bout des doigts jusqu'à obtenir une texture granuleuse.
- Répartissez le crumble sur les pommes aux figues.
- Enfouez 25 à 30 minutes, jusqu'à ce que le dessus soit bien doré et croustillant.

Astuce gouormande : Servez tiède avec une boule de glace vanille, une quenelle de crème fraîche ou un filet de miel de Provence



INGRÉDIENTS (pour 6 personnes)

- 4 à 5 pommes (type Golden ou Reine des Reinettes)
- 4 cuillères à soupe de Confiture de Figues «Comtes de Provence»
- 20 g de beurre
- 1 pincée de cannelle (facultatif)

Pour le crumble

- 100 g de farine
- 80 g de beurre froid coupé en dés
- 80 g de sucre roux
- 50 g de poudre d'amandes ou de noisettes (facultatif)



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



FRITES DE POLENTA



4 pers



40 minutes

Ingédients

de chez Couleurs Paysannes

200g de polenta de maïs
130g de fromage de chèvre sec
40g de beurre
50g de farine
sel, poivre
Huile de tournesol
800ml d'eau

Préparation

Portez l'eau à ébullition dans une casserole puis ajoutez la polenta en pluie tout en remuant avec une cuillère en bois. Faites cuire à feu doux selon les consignes de cuisson du paquet.

Retirez la casserole du feu et incorporez le beurre, le fromage râpé, le sel et le poivre. Une fois le mélange bien fondu, étalez la polenta sur une épaisseur de 1,5cm dans un moule tapissé de film alimentaire. Placez au réfrigérateur pendant environ 30 minutes. Une fois la polenta refroidie et bien prise, coupez la en bâtonnets de 6cm de long.

Enrobez les frites de farine.

Placez délicatement les frites dans un bain d'huile chaude, et laissez les frire pendant 6 minutes environ, jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées.

Egouttez et servez chaud !

ASTUCE

Vous pouvez ajouter des herbes de provence ou des épices à votre préparation, et varier les fromages !



Retrouvez + de recettes sur
couleurs-paysannes.fr



Couleurs Paysannes

3 MAGASINS - 100 PRODUCTEURS - 3000 RÉFÉRENCES

Valensole - Manosque - Venelles
UNE COOPÉRATIVE DE PRODUCTEURS EN VENTE DIRECTE

HOROSCOPE



BÉLIER
21/03 > 20/04

Vous voilà dans un renouveau total : les inquiétudes sont derrière vous et vous avancez soudain à pas de géant sur le plan professionnel. Seul l'amour reste à la traîne mais les choses devraient bientôt s'arranger.



TAUREAU
21/04 > 21/05

Ce mois-ci pourrait bien être le vôtre. Il donne soudainement un sens à votre vie : entre projets professionnels et familiaux, vous entrez dans une période d'excellence qui vous donne des ailes... Un Taureau ailé, drôle non ?



GÉMEAUX
22/05 > 21/06

Liez votre vie uniquement à la passion : cela vous sera salutaire. Vous trouverez enfin la place qui vous revient, que ce soit en famille ou dans votre vie professionnelle. Il est temps d'en finir avec les rêves : seule l'action paiera.



CANCER
22/06 > 22/07

La réalité met fin à vos rêves et la vie vous fait soudain un pied de nez. Plus rien ne semble aller : vous qui vous pensiez tel le Phénix renaissant de ses cendres, vous êtes brutalement ramené à la vraie vie — celle qui vous appartient et qui est la vôtre.



LION
23/07 > 23/08

Faire volte-face, ça, vous savez faire. Mais cette fois, il vous faudra analyser chaque situation avant d'agir, car on vous attend au tournant. Et désormais, vous n'avez plus droit à l'erreur.



VIERGE
24/08 > 22/09

N'attendez plus l'avis des autres et agissez avant que la chance ne vous passe sous le nez. Les astres sont avec vous pour que cette fin d'été soit la vôtre et que vous obteniez enfin la place qui vous revient.



BALANCE
23/09 > 23/10

Bouger, ça, vous savez faire. Mais comprendre les autres, c'est plus difficile pour vous. Pourtant, certaines personnes de votre passé ont encore besoin de vous entendre... et de retrouver la complicité d'autrefois.



SCORPION
24/10 > 22/11

Difficile d'être serein face à toutes les difficultés qui s'amoncellent... Et pourtant, vous approchez enfin de la sortie du tunnel. L'éclaircie à venir vous redonnera la niaque — cette énergie qui vous manquait tant et que vous êtes prêt(e) à retrouver.



SAGITTAIRE
23/11 > 21/12

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



CAPRICORNE
22/12 > 20/01

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



VERSEAU
21/01 > 18/02

Imaginez-vous seul(e) sur une île, sans téléphone, sans personne à qui parler : que feriez-vous ? Pourtant, en cette période, vous vous sentez seul(e), abandonné(e) de tous. Il est grand temps de renverser la vapeur.



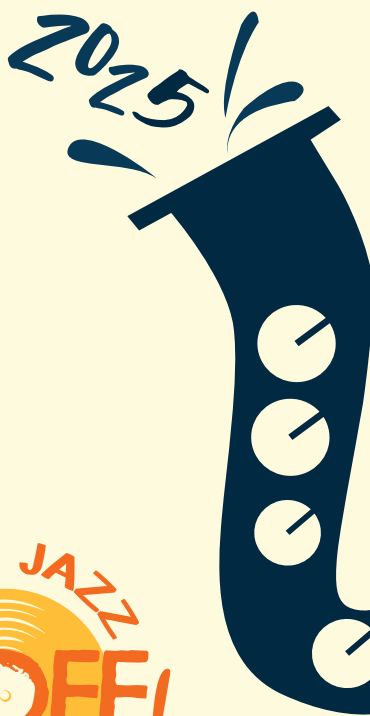
POISSONS
19/02 > 20/03

Malgré l'automne qui pointe le bout de son nez, vous pensez soudain à vous isoler et à voir la vie autrement. Le ciel vous envoie des signes d'un autre monde qui viennent conforter vos réalisations professionnelles et familiales.

**DU 10 AU 14
SEPTEMBRE**

GRÉOUX-LES-BAINS

CENTRE DE CONGRÈS L'ÉTOILE



**Du 1^{er} au 5
Septembre**

Chaque soir à partir de 19h30

- Andrea Caparros & Émile Melenchon
- Duo Blue Moon

(*Réservation directe auprès des restaurateurs)

Suivez-nous :



GRÉOUX

AZZ FESTIVAL

11^{ème} édition

CONCERTS

**10/09 CAT AND THE MINT
À 21H ET LES DANSEURS SWING**

**11/09 JERÔME GATIUS
À 21H HOT FIVE**

**12/09 « GIPSY UNITY »
À 21H QUARTET**

**13/09 JULIEN BRUNETAUD QUARTET
À 21H INVITE CILI MARSALL**

**14/09 INTERNATIONAL BOOGIE &
À 17H30 BLUES NIGHT**

RENSEIGNEMENTS : 04.92.78.01.08
(Bureau d'Information Touristique de Gréoux-les-Bains)

BILLETTERIE ET RÉSERVATION
Dans les Bureaux d'Information Touristique
En ligne sur : www.greouxjazzfestival.com



Destination
HAUTE-PROVENCE
DURANCE LUBERON VERDON

**Festi
Gréoux**

PLYAGGLO
DURANCE LUBERON VERDON

**ALPES DE HAUTE
PROVENCE**
LE DÉPARTEMENT

**RÉGION
SUD
PROVENCE
CÔTE D'AZUR**

**ici
Provence**

**Parcs de l'Estivade
et du Luberon**

HPI

SAINT JEAN
— LEZ DURANCE —

**CHAMPAGNE
LOMBARD**

**NECROLOGIC
CREATIONS**

**BODY
GUARD**
PROTÈGE & PARFUME