

irresistible

ALPES DE HAUTE PROVENCE

#196 • OCTOBRE 2025
www.mouv-in.com



GRATUIT

Alpes de Haute-Provence

AGENDA DES SORTIES

DÉCO

COMMERCE

MANOSQUE



HÔTEL DE VILLE



Manosque
HAUTE - PROVENCE

25 > 31 oct.

Hôtel particulier "LA SALAMANDRE"

Ouverture en 2026 / 9 rue Guilhempière / MANOSQUE



493 Av. G. Pompidou
04100 Manosue
Tél. 04 92 72 10 10
06 48 39 66 85

30 Bd Latourette
04300 Forcalquier
Tél. 04 92 77 84 49



Yannick Perce

ZA La Tranche
04180 Villeneuve
Tél. 06 83 64 98 36

ARTISANS
ENGAGÉS
RSE



En 2026...

Architecte Magali Granier

**Une rénovation réussie pour 2026
avec des artisans engagés !**

LAURENT RAMBICUR FAÇADES

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

04860 Pierrevet



ELRK ELECTRICITÉ
Manosque
Tél. 06 95 93 12 82

Commerces | Culture | Artisanat

Activités multiples

- Appartement déco
- Office de Commerce

2 Showrooms

- Arts de la Table & dégustaion
- Décorateur MHA (EI)

Avec le soutien de :



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@socommunication.com

PUBLICITÉ // PARTENARIAT

☎ 06 11 64 30 54

contact@mouv-in.com

www.mouv-in.com



irresistible

ALPES DE HAUTE PROVENCE



édit

#196 • Octobre 2025

La rentrée des classes passée, tout le monde a plus ou moins retrouvé son rythme et nous avançons petit à petit vers la fin de l'année. Avant que la féerie des fêtes de fin d'année ne prenne une place prépondérante dans nos journées, profitons de l'automne qui, bien souvent dans notre irrésistible département, se montre plutôt clément.

En octobre, impossible de passer à côté de la traditionnelle Fête de l'Amande à Oraison. Cette année, elle atteint « sa majorité » puisque ce sera la 18^è édition, toujours très prisée. Par tradition, elle se tient le 2^è dimanche d'octobre. Chaque année, la couleur du mois d'octobre n'est pas l'orange ou le marron, comme celles de l'automne, mais bien le rose. Pourquoi rose ? Tout simplement parce qu'il s'agit du mois de sensibilisation au cancer du sein. À cette occasion, de nombreuses animations sont proposées, notamment des conférences et des ateliers de sensibilisation.

Ce mois d'octobre est encore une fois riche en événements et en animations. Et ce qui nous rapproche un peu plus des fêtes de fin d'année, c'est la traditionnelle Foire aux Santons de Gréoux-les-Bains.

Pour plus de sensations, ne manquez pas la 4^è édition du Manosque Halloween Festival, du 25 au 31 octobre. Petite nouveauté cette année : le Mexique s'invite avec le Día de los Muertos. Le programme complet est à découvrir dans le magazine, pour ne rien manquer !

Et comme chaque mois, vous retrouverez également les infos des commerces, des associations et un agenda toujours aussi bien rempli.

Je vous souhaite une excellente lecture et vous donne rendez-vous le mois prochain pour le numéro de novembre. 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

OCTOBRE

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

SUR RENDEZ-VOUS

Damien Leclere
Commissaire priseur
06 20 14 33 43
dl@rossini.fr



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



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

SORTIE LE 1^{ER} OCTOBRE



Marche ou crève

Le jeune Garraty va concourir pour " La Longue Marche ", une compétition qui compte cent participants. Cet événement sera retransmis à la télévision, suivi par des milliers de personnes. Mais ce n'est pas une marche comme les autres, plutôt un jeu sans foi ni loi...

Une adaptation du roman de Stephen King, Marche ou Crève.



Un simple accident

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 8 OCTOBRE



C'était mieux demain

Dans une petite bourgade française, Hélène, Michel, et leurs deux enfants, coulent des jours heureux dans l'insouciance des années 1950. Soudainement propulsés en 2025, le couple découvre un monde moderne à l'opposé de celui qu'ils connaissent. Pour Hélène, qui a toujours vécu comme il se doit dans l'ombre de l'époux, c'est une révolution. Mais, pour Michel, qui voit ses privilèges d'Homme voler en éclat, c'est un cataclysme. Entre vent nouveau et parfum d'antan, ce voyage dans le temps ne sera pas de tout repos.



Tron: Ares

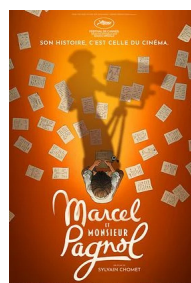
L'étonnante aventure d'un Programme hautement sophistiqué du nom de Ares, envoyé du monde numérique au monde réel pour une mission dangereuse qui marquera la première rencontre de l'humanité avec des êtres dotés d'une intelligence artificielle...

SORTIE LE 15 OCTOBRE



Black Phone 2

Depuis son enlèvement, Finney, aujourd'hui âgé de 17 ans, éprouve beaucoup de mal à reprendre le cours d'une vie normale, alors que rien ni personne ne saurait arrêter Gwen, sa sœur de 15 ans. Mais le sinistre téléphone se met à sonner dans les rêves de l'adolescente, où elle voit sans cesse trois garçons se faire pourchasser dans un camp de montagne appelé Alpine Lake.



Marcel et Monsieur Pagnol

A l'apogée de sa gloire, Marcel Pagnol reçoit la commande d'une rédactrice en chef d'un grand magazine féminin pour l'écriture d'un feuilleton littéraire, dans lequel il pourra raconter son enfance, sa Provence, ses premières amours...

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 !**

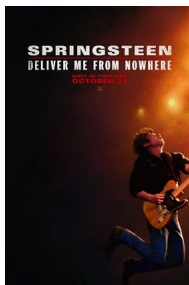
Envoyez votre question,
votre date de naissance et le code **MOUV-OCT**
à l'adresse : contact@mouv-in.com

SORTIE LE 22 OCTOBRE



Kaamelott - Deuxième volet (partie 1)

La suite des aventures du roi Arthur...



Springsteen: Deliver Me From Nowhere

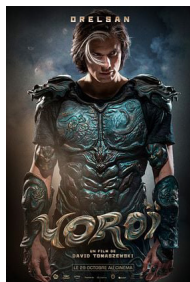
La genèse de l'album "Nebraska" au début des années 80, période au cours de laquelle le jeune musicien, sur le point d'accéder à une notoriété mondiale, lutte pour concilier les pressions du succès et les fantômes de son passé.

SORTIE LE 29 OCTOBRE



La Femme la plus riche du Monde

La femme la plus riche du monde : sa beauté, son intelligence, son pouvoir. Un écrivain photographe : son ambition, son insolence, sa folie. Le coup de foudre qui les emporte. Une héritière méfiante qui se bat pour être aimée. Un majordome aux aguets qui en sait plus qu'il ne dit. Des secrets de famille. Des donations astronomiques. Une guerre où tous les coups sont permis.

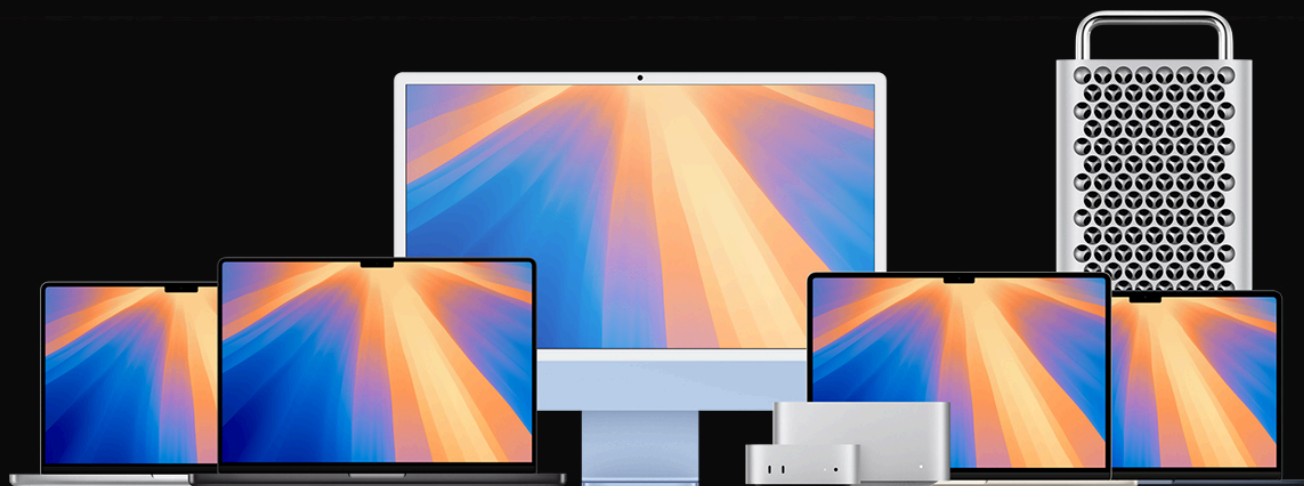


Yoroï

Après une dernière tournée éprouvante, Aurélien décide de s'installer au Japon avec sa femme Nanako, enceinte de leur premier enfant. Alors que le jeune couple emménage dans une maison traditionnelle dans la campagne japonaise, Aurélien découvre dans un puits une armure ancestrale qui va réveiller d'étranges créatures, les Yokaïs.

NovaMac

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



3, boulevard Casimir Pelloutier - 04100 - Manosque

04 30 30 33 75 - 04 26 85 07 72

novamac.eu - contact@novamac.fr

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

LIBRAIRIE JAU  BERT

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

Emmanuel Carrère

Kolkhoze

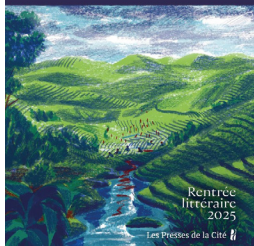
EMMANUEL
CARRÈRE

KOLKHOZE

Emmanuel Carrère
Editions POL

Au lendemain de la Deuxième guerre mondiale, un jeune bourgeois bordelais rencontre une jeune fille pauvre, apatride, fille d'une aristocrate germano-russe ruinée et d'un Géorgien bipolaire, disparu et certainement fusillé à la Libération. Il devine, en l'épousant, qu'il s'engage dans tout autre chose que l'union paisible avec la jeune

bourgeoise bordelaise à laquelle il était promis. Mais il n'imagine pas à quel point, ni quel destin romanesque et quelle somme d'épreuves l'attendent au cours des soixante-et-onze ans de son mariage avec Hélène Zourabichvili, qui deviendra sous son nom à lui, Carrère d'Encausse, spécialiste internationalement reconnue de la Russie (mais aussi de l'épizootie du mouton en Ouzbékistan), familière du Kremlin et de ses maîtres successifs, secrétaire perpétuelle de l'Académie française, ni qu'avant de mourir lui-même - « 147 jours après elle et, à mon avis, de chagrin », écrit Emmanuel Carrère - il assistera, dans la cour des Invalides, à ses funérailles nationales.

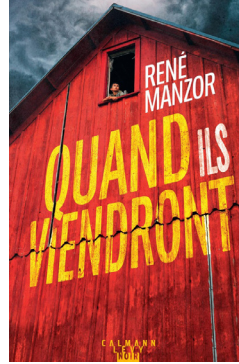
MICHEL
BUSSILES OMBRES
DU MONDE

LES OMBRES DU MONDE

Michel Bussi
Editions Les Presses de la Cité

" Seul celui qui a traversé la nuit peut la raconter. " Le roman événement de Michel Bussi. Une oeuvre magistrale entre suspense et Histoire. " Un pays si beau, vu du ciel. Un pays, à hauteur d'hommes, si cruel. " Octobre 1990. Le capitaine français Jorik Arteta, en mission au Rwanda, rencontre Espérance, jeune professeure engagée dans la transition démocratique de son pays. 6 avril 1994. Un éclair déchire le ciel de Kigali. Le Falcon du président rwandais explose en plein vol. Commencent alors cent jours de terreur et de sang. Les auteurs des tirs de missiles ne seront jamais identifiés. Quelqu'un, pourtant, connaît la vérité. Noël 2024. Jorik, sa fille et sa petite-fille s'envolent pour le Rwanda. Tous poursuivent leur propre quête, tourmentée par les fantômes du passé. Dans Les Ombres du monde, Michel Bussi fait entrer l'Histoire dans le roman et le roman dans l'Histoire, articulant, en maître du suspense, la construction romanesque avec les faits historiques. Une fresque éblouissante, à la croisée de trois générations, sur la transmission de la mémoire, et dont les rebondissements sont de puissants révélateurs de l'expérience de la violence, de la perte et du pardon. Une langue où les images poignantes affluent au coeur du tragique et traversent sur un fil les ombres du monde.

chire le ciel de Kigali. Le Falcon du président rwandais explose en plein vol. Commencent alors cent jours de terreur et de sang. Les auteurs des tirs de missiles ne seront jamais identifiés. Quelqu'un, pourtant, connaît la vérité. Noël 2024. Jorik, sa fille et sa petite-fille s'envolent pour le Rwanda. Tous poursuivent leur propre quête, tourmentée par les fantômes du passé. Dans Les Ombres du monde, Michel Bussi fait entrer l'Histoire dans le roman et le roman dans l'Histoire, articulant, en maître du suspense, la construction romanesque avec les faits historiques. Une fresque éblouissante, à la croisée de trois générations, sur la transmission de la mémoire, et dont les rebondissements sont de puissants révélateurs de l'expérience de la violence, de la perte et du pardon. Une langue où les images poignantes affluent au coeur du tragique et traversent sur un fil les ombres du monde.

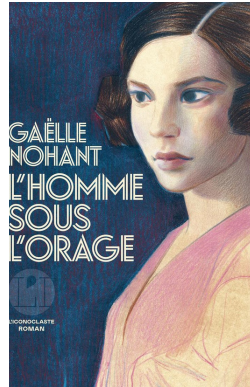


QUAND ILS VIENDRONT

René Manzo
Editions Calmann Lévy Noir

-« QUAND ILS VIENDRONT, TU DEVRAS ÊTRE PRÊT. » Peter a 11 ans. Son père a quitté sa famille pour vivre seul dans un lieu qu'il tient secret. Pour toute explication, il a dit à sa femme que leur sécurité à tous les trois en dépendait. Mais, une nuit de tempête, il surgit chez eux, blessé, et les embarque dans un minivan, direction la Pennsylvanie. Confusément,

Peter a toujours su que ce jour arriverait. Chaque weekend depuis deux ans, son père l'entraîne au tir sur cible, à l'endurance, au combat à mains nues... Et entre deux exercices physiques, il l'initie aux échecs, lui fait apprendre par coeur des stratégies, des numéros de téléphone, des codes...



L'HOMME SOUS L'ORAGE

Gaëlle Nohant
L'iconoclaste

Hiver 1917. Le front s'enlise, l'arrière s'épuise. Une nuit d'orage, un visiteur demande asile à Isaure, la propriétaire d'un domaine viticole. Avant le conflit, c'était un peintre talentueux reçu au château, désormais c'est un déserteur que la maîtresse de maison renvoie sèchement. Saisie de compassion, Rosalie, la fille d'Isaure, le cache au grenier. Mais avec lui, les périls s'invitent au coeur de la demeure.

Peut-on agir sur le destin? Le fugitif, la jeune fille et la mère refusent la place qui leur a été assignée. Ils s'émancipent et se confrontent, tissant un fascinant roman de guerre, d'amour et de liberté. Pour eux comme pour nous, l'orage se lève, il faut tenter de vivre.

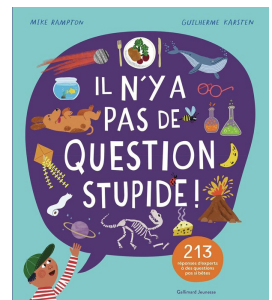


JEUNESSE

IL N'Y A PAS DE QUESTION
STUPIDE

Rampton et Karsten
Editions Gallimard jeunesse

Dans cette encyclopédie généraliste pas comme les autres, l'auteur Mike Rampton compile les savoirs d'experts de l'université de Cambridge pour répondre avec humour à 213 questions un peu loufoques. La curiosité des enfants est sans limite et parfois leurs questions paraissent tirées par les cheveux. En utilisant leur imagination et leur candeur, l'auteur répond à leurs questions parfois déconcertantes de façon très documentée et rebondit sur d'autres infos pour enrichir les réponses dans tous les domaines (sciences, art, histoire, nature, corps humain...).



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

LAPIN ET MAGICIEN

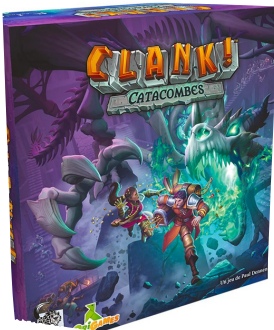
A partir de 2 ans – 1 joueur

Assis sur le bloc jaune, rouge ou bleu ? Regarde-t-il à travers le trou rond ou bien l'étoile ? Lapin & Magicien est un jeu destiné aux jeunes enfants afin de leur permettre de découvrir le monde fascinant de la 3D. Votre enfant pourra tout aussi bien résoudre les 60 défis proposés ou plus simplement jouer avec les différentes pièces de couleur et le lapin rigolo. Le jeu propose 60 défis de très facile à difficile.



ENFANT

EXPERT



CLANK! CATACOMBES

A partir de 12 ans – 90 minutes – 2 à 4 joueurs

Un jeu autonome dans la gamme Clank!

Les catacombes du dragon squelette Umbrok Vessna sont dangereuses et pleines de mystères. Des portails vous transportent dans les profondeurs du donjon. Les chemins de ronde offrent d'incroyables richesses aux explorateurs intrépides. Les prisonniers comptent sur vous pour les libérer. Les fantômes, une fois dérangés, peuvent vous hanter jusqu'à la mort.

Chaque voyage dans les catacombes est unique, car vous posez des tuiles pour créer le donjon. Vous pouvez jouer en utilisant uniquement le tout nouveau Dungeon Deck, ou inclure des cartes des précédentes extensions de CLANK !

Récupérez des trésors (et échappez au dragon !) dans Clank! Catacombes.

Alors, parviendrez-vous à échapper au dragon et à amasser le plus gros butin ?

SYMBIOSE

A partir de 8 ans – 15 minutes – 1 à 4 joueurs

Symbiose est un jeu de cartes rapide et stratégique où tu vas devoir unir tes forces aquatiques pour rivaliser avec ton voisinage. Le but ? Créer la mare la plus prospère de la région !

Le but du jeu est d'avoir la mare remportant le plus de points à la fin de la partie. Le jeu se joue au tour par tour. Chaque animal récupéré te rapporte des points mais attention, si tu les places sur les bords de ta mare ils interagiront avec les mares voisines ! Simple, rapide et stratégique, dans Symbiose il faudra t'adapter aux choix des mares voisines.



FAMILLE

INITIÉS



LOOOT

A partir de 8 ans – 35 minutes – 2 à 4 joueurs

Devenez le roi des vikings avec Loooot !

Apercevant à l'horizon les voiles de vos fiers drakkars, les habitants de cette terre ont fui courageusement. Emparez-vous des nombreux biens et des bâtiments laissés presque sans défense et rappez-les dans votre fjord pour devenir le prochain roi des vikings !

DANSE MODERNE HIP-HOP "POUR ELLES" LE 4 OCTOBRE À GRÉOUX-LES-BAINS



GRÉOUX-LES-BAINS

"POUR ELLES"

Le **samedi 4 octobre à 20h30**, le club Soroptimist Haute-Provence Manosque compte sur votre présence pour le spectacle de danse moderne et hip-hop proposé sur la scène du Centre de Congrès de l'Étoile à Gréoux-les-Bains.

Organisé dans le cadre d'Octobre Rose, ce spectacle sera précédé d'une intervention du **Dr Calla**, oncologue et président de l'association Du Cancer au Bien-être.

Tous les bénéfices de cette soirée seront intégralement reversés à la cabine de soins de bien-être de l'hôpital de jour de Manosque, au profit des patients atteints de cancer.

Non seulement vous passerez une belle soirée en profitant du spectacle, mais **vous participerez aussi à une noble cause.**

Le club Soroptimist, très engagé pour la défense des femmes, compte sur vous !

Alors, faites passer le message...

Pour Octobre Rose, le club Soroptimist Haute-Provence Manosque se mobilise et organise un spectacle de danse moderne-hip hop chorégraphié par Caroline Rutter-Watson et Marie Uriot.

OCTOBRE ROSE

Samedi 4
20h30

POUR ELLES

Spectacle de danse moderne - hip hop
Chorégraphie
Caroline RUTTER-WATSON & Marie URIOT
Avec la participation bénévole des danseuses

organisé par le club SOROPTIMIST de HAUTE-PROVENCE

Billéterie à l'Office de Tourisme et sur place
-12 ans > 10€

GRÉOUX-LES-BAINS
Centre de Congrès l'ÉTOILE

15€

Ouverture de la soirée par l'intervention du Docteur CALLA oncologue président de l'association Du Cancer au Bien-être
Les bénéfices seront reversés à la cabine de soins de bien-être de l'hôpital de jour de Manosque au profit des malades atteints de cancer

LA 11^E ÉDITION DU TRAIL DES COLLINES DE GIONO SE TIENDRA LE 16 NOVEMBRE 2025



11^E ÉDITION LE 16 NOVEMBRE

Organisé par l'Entente Provençale Manosque Athlétisme, le rendez-vous trail incontournable du bassin manosquin revient cette année encore dans le cadre du Challenge Trail 04.

Effort, dépassement de soi et paysages à couper le souffle : cette épreuve est devenue au fil du temps **un véritable classique** pour tous les passionnés.

Dimanche 16 Novembre
11^{ème} édition
Challenge Trail 04

25 km 1100m D+
15 km 550m D+
7 km 280m D+
Marche et courses enfants

TRAIL des COLLINES de Giono

Manosque
ALPES DE HAUTE PROVENCE
REGION SUD
E.Leclerc
PROMAN
Sport planète
L'eau théorique
PEDINELLI
KMS

WWW.MOUTIN.COM

MANOSQUE



Le départ sera donné le dimanche 16 novembre 2025. Notez que **les parcours de 7 km et 15 km restent identiques** à ceux de l'an dernier. En revanche, **le grand parcours évolue** : il passe désormais à 25 km, avec une modification sur la partie non commune avec le 15 km. Au programme : **trois distances pour les traileurs**, un **parcours de marche de 12 km** pour les amateurs de randonnée, sans oublier la très attendue **course dédiée aux enfants** pour partager l'esprit trail en famille.

Que vous soyez débutant ou traileur aguerri, vous trouverez forcément la distance qui vous convient !

Après une 10^e édition plus que réussie, le Trail des Collines de Giono revient pour sa 11^e édition le dimanche 16 novembre.
Au programme : 3 parcours de course et un parcours marche dans le parc de la Rochette.
Les inscriptions sont ouvertes !

LE TRAIL DES COLLINES DE GIONO, UNE COURSE DEVENUE INCONTOURNABLE ET SOLIDAIRE

UN TRAIL TOUJOURS SOLIDAIRE

Comme à chaque édition, le Trail des Collines de Giono se veut solidaire. En vous inscrivant, vous ne participez pas seulement à une épreuve sportive, **vous contribuez également à une belle cause.** Cette année, pour chaque inscription, **1 € sera reversé au Pôle Santé La Vista 04 Sud**, implanté à Manosque, afin de soutenir ses actions auprès des patients et de leurs familles.



TRAIL DES COLLINES DE GIONO

Dimanche 16 novembre - Parc de la Rochette
Manosque.

Inscriptions kms.fr

Infos : www.traildescollinesdegiono.fr

MANOSQUE HALLOWEEN FESTIVAL 4^E ÉDITION REVIENT DU 25 AU 31 OCTOBRE.

Devenu l'événement incontournable de la fin octobre, il réserve cette année une grosse surprise... Le Mexique et le mythique Día de los Muertos s'invitent à la fête pour une édition haute en couleurs et en frissons ! Découvrez vite le programme complet !



MANOSQUE

UN HALLOWEEN PAS COMME LES AUTRES !

Du **25 au 31 octobre**, le centre-ville va vibrer au rythme des **animations, spectacles et ateliers** qui enchanteront petits et grands. Et grande nouveauté cette année : le Mexique et son célèbre **Día de los Muertos** s'invitent à la fête pour une semaine colorée, gourmande et pleine de frissons. Voici ce qui vous attend :

Samedi 25 octobre

Rues Guilhempierre, Arthur Robert et Desfarges - **Toute la journée**

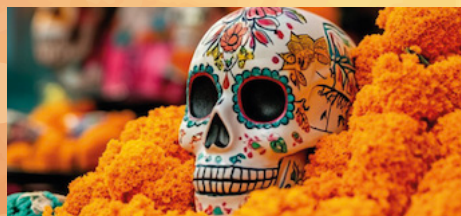
Lancement du Manosque Halloween Festival avec «**Día de los muertos**» (en collaboration avec la cordonnerie Olmeta, l'association Fleur de Lys, les collectifs Amitié Interculturelle de Manosque et MAix-art)

- **Bénédiction autel des morts** par le prêtre de Manosque **11h**, Rue Guilhempierre
- **Inauguration du festival 11h30**, Porte Guilhempierre.
- **Animations musicales*** : Mariachi « El Corazón de México », Zamna Sanchez (chanteuse mexicaine), Ballet folclórico Ak Na'
- **Animations "enfants/famille"** : Ateliers créatifs et culinaires, Piñatas Ésotérisme et stand bien-être Maquillage de Catrina
- **Apéro avec cours de salsa**
- **Petit marché mexicain*** : Boulangerie, foodtrucks, déco, artisanat (sculpture et peinture)

Lundi 27 octobre

Cinéma CGR - **Après-midi**

- **Animations*** pour enfants Films, maquillage, photobooth...



* Horaires à définir



Mardi 28 octobre

Centre Giono
Médiathèque d'Herbès
Journée culturelle Halloween

Centre Giono

- **Ateliers ados**, jeu du loup garou **14h30-16h30**
- **Parenthèses du Mardi** : conférence sur les sorcières par l'archiviste de la ville, **18h30**

Médiathèque d'Herbès

- **Jeux de société** autour des fantômes, ogres, sorcières et autres monstres, **9h30-11h30**
- En partenariat avec la ludothèque du Centre de l'enfance



Du mercredi 29 au vendredi 31 octobre

Place de l'Hôtel de Ville
Toute la journée

- **Décoration Halloween**
- Espace **automates**
- **Corbillard** des années 30
- **Photobooth**
- **Ambiance** automne/Halloween...

Mercredi 29 octobre

Place de l'Hôtel de Ville
Après-midi

- **Ateliers** creusage de courges et créatif, **14h30**
- **Conte fantastique** de la sorcière avec ses personnages, **16h30**
- **Maquilleuses** - payant, **14h30-16h30**
- **Jeux en bois** en partenariat avec la ludothèque du Centre de l'enfance, **14h30-16h30**

Jeudi 30 octobre

Place de l'Hôtel de Ville
Après-midi

- **Ateliers** creusage de courges et créatif, **14h30**
- **Maquilleuses** - payant, **14h30-16h30**
- **Jeux en bois** en partenariat avec la ludothèque du Centre de l'enfance (après midi)

Vendredi 31 octobre

Place de l'Hôtel de Ville
Après-midi

- **Chasse aux bonbons** organisée par l'OCAM (commerces adhérents)
- **Balades** dans la calèche effrayante **13h30-16h**
- **Carnaval/parade** en centre-ville avec les batucadas Manosque Music School **16h30** : départ de l'av. Jean Giono rue Grande > arrivée Hôtel de Ville
- **Bal des petits monstres** avec animatrices, **17h-18h30**
- **Ambiance Dj**, **18h30-20h**



MANOSQUE HALLOWEEN FESTIVAL

du 25 octobre au 31 octobre 2025

Programmation complète sur
<https://www.ville-manosque.fr/>

Programme sous réserve de modifications

Ateliers enfants et Pinatas sur inscription obligatoire, places limitées.

L'AUTOMNE S'INVITE CHEZ COULEURS PAYSANNES

Les couleurs changent, l'air devient plus frais...
Pas de doute, l'automne arrive ! Chez Couleurs Paysannes, cette saison est synonyme de saveurs réconfortantes, de produits de terroir et de rendez-vous festifs à ne pas manquer.



MANOSQUE / VALENSOLE

PLACE AUX FRUITS ET LÉGUMES D'AUTOMNE

Nos étals se parent de teintes orangées et dorées avec l'arrivée des produits de saison : **courges sous toutes leurs formes** (butternut, potimarron, spaghetti...), **pommes, poires, coings, topinambours, betteraves...** et bien sûr, **les premières châtaignes**, symboles gourmands de l'automne. Grillées au four, en soupe, ou intégrées dans des recettes sucrées-salées, elles régaleront petits et grands !



LE VIN PRIMEUR DU DOMAINE LA BLAQUE ARRIVE !

Le **jeudi 17 octobre**, venez découvrir le **vin primeur 100 % local** du **Domaine La Blaque**, issu des vignes de nos œnologues Gilles et Laurence Delsuc à Pierrevet. Fruité, léger et festif, il se déguste entre amis ou en famille, avec toute la simplicité et la convivialité de l'automne. **Une dégustation vous attend en boutique !**



FÊTE DE LA COURGE – DU 27 OCTOBRE AU 2 NOVEMBRE

Pendant une semaine, **la courge est à l'honneur** chez Couleurs Paysannes ! Venez découvrir les nombreuses variétés cultivées par nos maraîchers : des formes surprenantes, des couleurs étonnantes... et **des saveurs à découvrir ou à redécouvrir**.

Profitez de **-20 % de remise immédiate** sur toutes les courges pendant toute la durée de la fête. Recettes, astuces de préparation, animations... il y aura de quoi régaler vos papilles !

CONCOURS DE COURGES D'HALLOWEEN – JEUDI 31 OCTOBRE

Vous aimez décorer, sculpter ou transformer les courges en véritables œuvres d'art ? Participez à notre concours de courges d'Halloween !

Déposez votre création en magasin : drôle, effrayante ou originale, laissez parler votre imagination.

Des lots gourmands récompenseront les plus belles participations.



Depuis 13 ans, Couleurs Paysannes réunit **plus de 100 producteurs locaux engagés dans une agriculture raisonnée ou biologique**.

Ensemble, nous vous proposons **une vente directe, transparente et responsable**, avec des produits sains, savoureux et respectueux des saisons.

Fruits et légumes fraîchement récoltés, Viandes, charcuterie et poissons de qualité, Pains paysans, produits laitiers, jus de fruits, Épicerie locale, bières artisanales, vins du terroir, Fleurs coupées bio et cosmétiques naturels...

Tout au long de l'année, retrouvez en boutique **une offre complète, en circuit court, directement issue de nos fermes, pour consommer local au quotidien.**

Cet automne, prenez le temps de **savourer les bons produits de chez nous**, de **rencontrer nos producteurs** et de **vivre des moments chaleureux et festifs**. Toute l'équipe de **Couleurs Paysannes** vous attend pour célébrer cette belle saison ensemble !



COULEURS PAYSANNES VALENSOLE :

Les 4 Chemins - 04210 Valensole

COULEURS PAYSANNES VENELLES :

35 Av. de la Grande Bégude 13770 Venelle

COULEURS PAYSANNES MANOSQUE :

5 Place Du Terreau - 04100 Manosque

Tél : 04 92 72 14 96

31^E FOIRE AUX SANTONS DU 24 OCTOBRE AU 2 NOVEMBRE À GRÉOUX-LES-BAINS

À la fin du mois d'octobre, le Centre de Congrès de l'Étoile se métamorphose en une véritable crèche provençale : un décor féérique sous un ciel étoilé, une lumière douce et chaleureuse... tout pour vous faire vivre l'authenticité de la tradition calendale provençale.



GRÉOUX-LES-BAINS

31^E FOIRE AUX SANTONS

Tous les ans, la très attendue Foire aux Santons, qui est, soit dit en passant, la première grande manifestation santonnaire de la saison en Provence, donne le coup d'envoi des fêtes de fin d'année. Créé en 1994, ce rendez-vous est rapidement devenu incontournable, aussi bien pour les artisans santonniers que pour les visiteurs. **Événement familial par excellence, il se tient pendant les vacances de la Toussaint** et propose, comme chaque année, un programme d'animations pensé pour les enfants : spectacles, projections de films, chasse aux santons et grand concours de dessins.

LES SANTONNIERS

Les santonniers présents lors de cette 31^e édition **répondent aux critères d'une charte qualité**, établie en 2017 par l'Office de Tourisme et des Congrès du Pays de Manosque.

Cette charte constitue un véritable gage de valeur et d'authenticité. Ainsi, en achetant vos santons auprès d'un artisan présent, vous avez la certitude que :

- ils sont fabriqués dans leur atelier en Provence chaque artisan a certifié sur l'honneur la bonne fabrication artisanale ;
- l'argile est utilisée pour la fabrication des santons ;
- des matériaux nobles sont employés pour la fabrication des crèches ;
- des matériaux majoritairement nobles sont utilisés pour les accessoires ;
- chaque artisan s'est engagé à préserver la qualité d'un savoir-faire traditionnel et artisanal.

N'hésitez pas à venir à la rencontre des santonniers! Ils seront ravis d'échanger avec vous et de partager leur passion. **C'est l'occasion rêvée de découvrir leur savoir-faire et de trouver le santon unique ou les petits trésors qui viendront embellir votre crèche.**



QUE LA FÉRIE DES SANTONS COMMENCE !

10 JOURS D'ANIMATIONS

Comme indiqué, la Foire aux Santons, c'est aussi de nombreuses animations pour petits et grands durant 10 jours. Voici le programme :

Tous les jours, du 24 octobre au 2 novembre :

- **Concours de dessins** « Dessine-moi un santon », ouvert aux enfants jusqu'à 12 ans
- **Exposition de crèche**
- **Vente de livres** sur le thème de Noël en Provence avec la librairie Histoire de Lire
- **« Le Rendez-vous des gourmands »** : boissons et petite restauration sucrée sur place
- **Sélection de films pour enfants** (toutes les informations détaillées sur le site ecocine.fr)

Vendredi 24 octobre

- 14h-18h : Animation musicale avec L'Oulivarello
- 14h-18h : Démonstration des 13 desserts par La Bastido de Manosco

Samedi 25 octobre

- 14h-18h : Animation musicale avec Sébastien Bourrelly ou Marie Emeric
- 14h-15h : Atelier musical avec Plastic Boum Boum
- 16h : Spectacle « Plastic Boum Boum » (en partenariat avec La Capsule)

Dimanche 26 octobre

- 14h-18h : Animation musicale avec Escapado
- Après-midi : Création de pièces de crèche avec l'Atelier Vicken

Lundi 27 octobre

- 14h-18h : Animation musicale avec Sébastien Bourrelly ou Marie Emeric

Mardi 28 octobre

- 14h-18h : Animation musicale avec Sébastien Bourrelly ou Marie Emeric

Mercredi 29 octobre

- 14h-18h : Animation musicale avec Sébastien Bourrelly ou Marie Emeric
- 14h-18h : Sculptures de ballons avec Augustin le magicien
- 16h : Spectacle « La Nuit de Noël » par la compagnie Le Lapin Jaune

Jeudi 30 octobre

- 14h-18h : Animation musicale avec L'Oulivarello
- 14h-18h : Démonstration des 13 desserts par La Bastido de Manosco

Vendredi 31 octobre – Halloween

- 14h-18h : Animation musicale avec La Lutine
- 14h-18h : Maquillage avec Nadège

Samedi 1^{er} novembre

- 14h-18h : Animation musicale avec L'Oulivarello
- 14h-18h : Maquillage avec Loly Circus

Dimanche 2 novembre

- 14h-18h : Animation musicale avec Nid d'Oc
- Après-midi : Démonstration de moulage avec l'atelier Maryse Di Landro
- 16h : Spectacle de prestidigitation avec animaux par Augustin le magicien



31^E FOIRE AUX SANTONS
du 24 octobre au 2 novembre 2025
14h-18h - Entrée libre
Centre de Congrès de l'Étoile
Gréoux-les-Bains

IRRESISTIBLE FÊTE DE L'AMANDÉ D'ORAISON LE DIMANCHE 12 OCTOBRE !



ORAISON

Pour sa **18^e édition**, la Fête de l'Amande revient à Oraison ! Gourmands et gourmets, préparez-vous à flâner parmi les stands et à succomber aux saveurs de notre région. L'amande, petit fruit à coque aux multiples bienfaits, est un incontournable du terroir : sa récolte nous rapproche petit à petit de l'hiver, mais annonce aussi les fêtes et les retrouvailles chaleureuses. Dans un **centre-ville entièrement piéton**, déambulation, gourmandise et artisanat seront au programme de cette journée du 12 octobre.

Au programme de cette 18^e fête de l'amande

Comme tous les ans, **de nombreux exposants**, soigneusement sélectionnés pour la **qualité et l'originalité de leurs créations**, vous donnent rendez-vous dans le centre-ville d'Oraison. Parmi eux, **artisans d'art et producteurs locaux** vous invitent à découvrir un véritable **festival de saveurs et de savoir-faire** : vins, charcuteries, fromages, spécialités régionales comme les tourtons, ainsi qu'une large gamme de miels proposés par les apiculteurs locaux.

Et bien sûr, **l'amande reste la star de la fête** ! Vous pourrez déguster et emporter toutes sortes de délices : pralines, pâtes et purées d'amandes, confiseries artisanales... de quoi ravir vos papilles et faire voyager vos sens !

► Toute la journée, la Fête de l'Amande sera animée par **diverses sonorités musicales** : orgue de Barbarie, batucada, Harmonie d'Oraison ou encore groupe folklorique auvergnat ainsi qu'un groupe de Signes seront présents pour l'occasion.

► La Fête de l'amande dans les traditions ne serait pas complète sans **les Filleuses d'Oraison** ! Cette année encore, elles vous donnent rendez-vous place du Kiosque pour **apprendre ou réapprendre la technique du cassage des amandes**. Toujours par les Filleuses d'Oraison, une exposition dans les salles du château vous en apprendra davantage sur « **les enfants et jeux d'antan** »

► **Les médaillés du département 04** du Salon de l'Agriculture, édition 2025, seront présents sur un stand dédié. N'hésitez pas à venir à leur rencontre pour découvrir le fruit de leur travail récompensé !

► **Les Toqués du Sud réaliseront un reportage** sur cette journée qui promet d'être irrésistible !

► Montrez vos talents culinaires en participant, comme l'année dernière, au **concours de « Gâteau à base d'amande »**. **Les Disciples d'Escoffier**, également présents pour des démonstrations culinaires, auront la difficile tâche d'élire le meilleur gâteau. À vos recettes !

► Les enfants pourront laisser libre cours à leur imagination en créant des **modelages en pâte d'amande**. **Magiquement Clown** sera de la partie pour faire pétiller les yeux des petits comme des grands. Ludobrousse proposera aussi des jeux en bois.

Bien d'autres surprises et animations vous attendent !

Cette 18^e Fête de l'Amande s'annonce une nouvelle fois **festive et conviviale**.

On vous y attend nombreux et nombreuses, comme tous les ans !

Comme chaque année, le 2^e dimanche d'octobre met à l'honneur l'amande à Oraison. Cette année, ce sera le dimanche 12 octobre que vous pourrez venir flâner toute la journée devant les stands des nombreux artisans présents pour l'occasion. Ce sera également l'occasion de profiter des animations qui rythmeront cette journée.



**CETTE ANNÉE ENCORE,
L'AMANDÉ SERA À L'HONNEUR
À ORAISON POUR CETTE 18^e FÊTE
QUI SERA SANS AUCUN DOUTE
IRRESISTIBLE !**



18^e FÊTE DE L'AMANDÉ

Dimanche 12 octobre 9h-19h

Renseignements : 04 92 78 60 80

oraison@toursime-dlva.fr

UN AUTOMNE SOUS LES ÉTOILES AVEC LE CENTRE ASTRO À ST-MICHEL-L'OBSERVATOIRE

Entre découvertes célestes, soirées immersives et expériences uniques, le Centre Astro vous invite à lever les yeux vers le ciel. Vacances de la Toussaint, événements de fin d'année, offres pour groupes ou séminaires d'entreprise : une programmation riche pour petits et grands, à vivre ensemble jusqu'à Noël !

ÉVÈNEMENTS



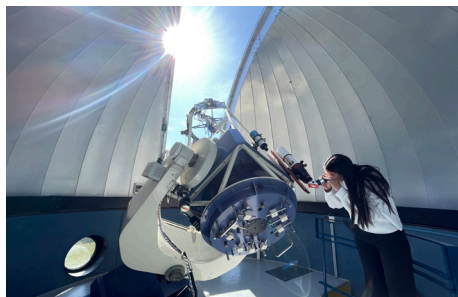
ST-MICHEL-L'OBSERVATOIRE

VACANCES DE LA TOUSSAINT & FIN D'ANNÉE : LE CIEL À PORTÉE DE TOUS

Pendant les vacances de la Toussaint, le Centre Astro est ouvert tous les jours et vous propose une immersion complète au cœur de l'astronomie.

Au programme :

- **Observations du ciel aux télescopes**, guidées par nos médiateurs scientifiques,
- **Séances de planétarium** pour voyager à travers l'Univers,
- **Visite de l'Observatoire** de Haute-Provence



Et ce n'est pas tout !

Le Centre Astro reste ouvert tous les week-ends, même hors vacances scolaires, avec une **programmation variée pour petits et grands**.

D'ici la fin d'année, ne manquez pas :

- **Soirée spéciale Halloween** le vendredi 31 octobre (17h30 & 20h30), frissons garantis sous la voûte céleste du planétarium !
- **Concert immersif des Sons of Floyd** : nouvel album (22, 23, 29 & 30 novembre),
- **Nouveau spectacle de Noël** (du 2 au 19 décembre).



DES OFFRES SUR MESURE POUR LES GROUPES

Le Centre Astro **accueille également les groupes constitués** : scolaires, centres de loisirs, associations, colonies, familles...

De nombreuses formules sont proposées, adaptées à chaque âge et projet :

- **Découverte du Soleil** et de ses secrets,
- **Ateliers pratiques** autour des télescopes,
- **Visites guidées** de l'Observatoire,
- **Séances de planétarium** immersives.

“ Nos équipes construisent avec vous des programmes sur mesure, n'hésitez pas à nous contacter. ”



© Centre Astro - Olivier Labrevor

L'ASTRONOMIE AU SERVICE DE LA COHÉSION D'ÉQUIPE

Et si vos collaborateurs levaient les yeux vers les étoiles ?

Le Centre Astro conçoit des journées ou séminaires d'entreprise alliant astronomie, partage et convivialité.

Au choix : séances privatives au planétarium, soirées d'observation, grand jeu Quizz Astro, visites guidées, ateliers scientifiques et temps d'échange dans un cadre unique.

Une expérience qui fédère, inspire et soude vos équipes en dehors du quotidien professionnel !

Pour tout renseignement, flashez le Qr Code ci-dessous



INFORMATIONS ET RÉSERVATIONS
www.centre-astro.com

LIONS CLUB DE MANOSQUE : SOLIDARITÉ ET ACTIONS AU SERVICE DE TOUS



MANOSQUE

En septembre dernier, les membres du Lions Club de Manosque étaient présents au forum des associations de Manosque avec la Bibliothèque sonore. Peut-être avez-vous eu l'occasion de les rencontrer et d'échanger avec eux. Si ce n'est pas le cas, rappelons que **la mission des Lions est simple : apporter de l'aide**, que ce soit directement **aux personnes en difficulté** ou en **soutenant financièrement des associations locales**.

Pour collecter des fonds, le club organise plusieurs événements phares, comme la traditionnelle **brocante du 15 août**, le **salon Vins & Saveurs** ou encore le **grand loto annuel**.

L'engagement du Lions Club est clair : **chaque euro collecté est intégralement reversé aux œuvres sociales**.

LIONS CLUB MANOSQUE



Lider Diabète - Manosque Octobre 2024

LIDER DIABÈTE : UNE JOURNÉE DE DÉPISTAGE DU DIABÈTE

Le **samedi 18 octobre**, de 9h à 17h, le Lions Club de Manosque, en partenariat avec des professionnels de santé, vous proposera un **dépistage gratuit du diabète sur le parking du centre E. Leclerc de Manosque**. Rapide, quelques minutes seulement, ce test nécessite d'être à jeun. Une démarche essentielle, car le diabète, souvent silencieux, peut avoir de graves conséquences : **perte de la vue, infarctus, insuffisance rénale ou encore amputations**. Plus il est détecté tôt, plus il peut être pris en charge efficacement.



MOBILISATION CONTRE LE CANCER DU SEIN OCTOBRE ROSE LE 25 OCTOBRE À MANOSQUE

Le **samedi 25 octobre**, au parc de la Rochette, le Lions Club participera à la **journée de sensibilisation contre le cancer du sein**. Fidèle à son engagement, il apporte souvent son soutien à l'association locale « Du cancer au bien-être » basée à Manosque. Comme l'an passé, **les membres du club offriront un goûter en milieu d'après-midi**, l'occasion de partager un moment convivial tout en soutenant une cause essentielle.



Octobre Rose - Manosque Octobre 2024



A NOTER DANS VOS AGENDAS

- Le **9 novembre** réservez votre dimanche pour le **grand loto annuel du Lions Club**. Comme tous les ans, il se déroulera dans la Salle Osco Manosco. De nombreux lots sont à gagner, et surtout, la garantie de passer un moment sous le signe de la convivialité et de la solidarité..
- Enfin, d'ici la fin de l'année, le **Bus de la Vue** fera également son retour à Manosque pour une nouvelle journée de prévention. La date précise sera communiquée prochainement.



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

NovaMac SPÉCIALISTE APPLE À MANOSQUE...



Amateurs de produits Apple, préparez-vous à en prendre plein les yeux avec **NovaMac** ! C'est l'endroit incontournable pour dénicher le matériel qu'il vous faut. Tout au long de l'année, **NovaMac** met à votre disposition une gamme complète de services : vente, dépannage, réparation, assistance, maintenance, sans oublier des formations dédiées aux produits Apple.

PUBLI-REPORTAGE

MANOSQUE



Installé à Manosque au 3 boulevard Casimir Pelloutier, depuis plus de 10 ans, **NovaMac**, est **spécialisé dans l'assistance, la formation, la vente, l'installation, la maintenance, le dépannage et la réparation de produits Apple**. En effet, grâce à une expérience de bientôt 40 ans en informatique et **une connaissance parfaite des appareils Apple** acquise au fil des années, Yves-Hervé Dujardin pourra vous apporter toutes les réponses aux questions que vous vous posez sur les produits Apple tant réputés !

LES DERNIÈRES NOUVEAUTÉS !

Apple frappe fort avec ses dernières nouveautés que ce soit du côté des iPhone, des AirPods ou de l'Apple Watch !

L'iPhone Air : le plus fin des iPhone. Ultra-fin, léger comme jamais et pourtant aussi puissant qu'un Pro. Un bijou de technologie en titane, disponible en quatre teintes élégantes. Cet iPhone existe en 3 versions : 256, 512 Go ou 1 To de mémoire.

L'iPhone 17 : Encore plus irrésistible, et résistant. Un concentré d'élégance et d'endurance : écran OLED à 120 Hz, autonomie record et coloris tendance pour séduire au premier regard. Disponible en 5 coloris (Lavande, Sauge, Brume, Blanc, Noir) et en 256 ou 512 Go.

L'iPhone 17 Pro Max : L'iPhone le plus puissant jamais conçu. L'excellence absolue : la puce A19 Pro, des caméras dignes d'un studio photo et une autonomie qui suit votre rythme, même le plus intense. Existe en 3 versions : 512 Go, 1 To ou 2 To de stockage.

AirPods Pro 3 : Plongez dans votre bulle avec la **meilleure réduction de bruit du marché...** et laissez-vous surprendre par la nouvelle fonction de suivi cardiaque.

Apple Watch SE 3 : L'alliée du quotidien, **encore plus rapide et intuitive**, avec un suivi santé amélioré et un design toujours irrésistible.

Apple Watch SE 3 : La montre des aventuriers et des passionnés de sport extrême : communication par satellite, autonomie de plusieurs jours et écran spectaculaire.

Une chose est sûre : cette rentrée, impossible de ne pas craquer pour ces **nouveautés Apple** pensées pour repousser toutes les limites.

ET LES IPHONE RECONDITIONNÉS PARLONS-EN

Vous voulez acheter un iPhone, mais le prix vous rebute : trop cher ! Alors, vous vous tournez vers le reconditionné : "aussi bien que le neuf" vous vantent les enseignes spécialisées dans ce domaine, les sites internet regorgent d'arguments pour vous fournir des produits pas chers, les hyper-marchés sont aussi de la partie, même les opérateurs téléphoniques proposent la perle rare à un prix défiant toute concurrence ! **Tout le monde fait du reconditionné !**

Le hic (car il y a un hic) est que l'iPhone reconditionné par les reconditionneurs travaillant pour toutes ces sociétés est qu'ils recréent les smartphones avec des éléments compatibles et pas des pièces Apple d'origine ! En général, l'écran, la batterie, la caméra, l'appareil photo et quelques autres éléments importants ne viennent pas de la marque à la pomme.

Alors, si vous souhaitez acquérir un iPhone reconditionné, achetez-le chez NovaMac, car chez NovaMac, tous les iPhone reconditionnés le sont avec des pièces Apple strictement d'origine.



NovaMac RÉPARE VOS PRODUITS APPLE

Les appareils Apple sont des produits haut de gamme qui nécessitent une parfaite connaissance de leur fonctionnement et de leurs composants pour pouvoir les réparer au mieux. Aussi, vous vous êtes sûrement demandé à quel endroit emmener votre matériel afin qu'il bénéficie d'une réparation ou des modifications optimales. C'est pour cela que **NovaMac s'est spécialisé exclusivement sur la marque Apple** afin que votre appareil préféré soit réparé ou upgradé dans les règles de l'art. Notons que **NovaMac ne travaille qu'avec les pièces d'origine de la marque et uniquement de la marque**. Chez **NovaMac** pas de mauvaise surprise, une fois de retour dans vos mains, votre matériel fonctionnera comme avant.

Que vous ayez un iPhone, un iPad, un Mac, ou une Apple Watch.... NovaMac est en mesure de répondre à toutes vos demandes : concernant votre matériel Apple, quelle que soit l'année de votre modèle, **tout en conservant la garantie constructeur**. Que vous soyez un particulier ou une entreprise **NovaMac sera en mesure d'intervenir à distance ainsi qu'en déplacement** sur Manosque, Aix-en-Provence ou encore Avignon sur de nombreux points tels que :

- **Recherche de pannes,**
- **Réparations simples ou complexes** comme une vitre cassée d'iPad, un changement de bouton Home, un remplacement d'écran d'iPhone ou de carte vidéo d'iMac, de carte mère de Mac, etc...
- **Remplacement de disque dur, récupération de vos données ...**
- **Maintenance et mise à jour de votre Mac.**

Quel que soit le problème sur votre matériel Apple, contactez au plus vite **NovaMac**, qui vous proposera la solution la plus adaptée

ASSISTANCE ET FORMATION

Vous avez besoin d'aide pour utiliser votre nouveau Mac ? Vous souhaitez quitter le monde du PC et vous former à l'utilisation d'un Mac et de son univers ? Quoi de mieux que de se faire accompagner pour cette nouvelle aventure qui commence avec les produits de la marque Apple. Passionnée depuis toujours, **l'équipe NovaMac propose régulièrement des ateliers au magasin ou sur site**, pour vous former aux appareils Apple et des assistances adaptées et sur-mesure par rapport à votre besoin...



NovaMac

3 boulevard Casimir Pelloutier
04100 Manosque

Tél. 04 30 30 33 75 - contact@novamac.fr
www.novamac.eu

Du mardi au vendredi de 9h-12h / 14h-19h
Le samedi 9h-12h / 14h-17h



Nova Mac Manosque

LA POIRE SARTEAU EST EN FÊTE LE 19 OCTOBRE À DRAIX !



UNE JOURNÉE GOURMANDE ET FESTIVE !

La **Poire Sarreau Blanche**, variété ancienne emblématique de Draix sera une nouvelle fois mise à l'honneur le **19 octobre**. Alors que cette variété ne se déguste pas crue, elle révèle toutes ses saveurs gustatives et ses arômes en compote ou en poires au sirop.

Tout au long de la journée, vous pourrez **découvrir ce patrimoine local** autour de nombreuses animations : **démonstration de fabrication de jus de fruits**, **distillation de lavandin à l'ancienne**, **expositions** (animaux, vieux tracteurs, voitures de collection), **balades à poney**, **marché de producteurs et artisans**, ainsi qu'un **espace dédié au livre**.

Plusieurs temps forts ponctueront la journée :

- 8h30 : **Randonnée** commentée par Sébastien Klotz (INRAE) à la découverte des paysages de marnes noires.
- 9h30 : **Conférence** sur l'histoire de la poire Sarreau.
- 11h00 : **Démonstration culinaire** de la boulangerie Maison Mignardises.
- 12h00 : **Vin d'honneur** et présentation officielle.
- 13h00 : **Repas terroir** préparé par le chef Jérémy Guillot (24 €, sur réservation).
- 15h00 : **Présentation et dédicace** du nouveau livre *La poire Sarreau, voyage en pays de Draix*.
- 16h00 : **Résultat du concours** d'épluchage.
- 16h30 : **Tirage de la tombola** « Le fruit en or ».

DRAIX

Cette année encore, la Poire Sarreau Blanche sera mise à l'honneur à Draix. Variété ancienne et emblématique du territoire, elle est appréciée pour sa richesse gustative, notamment en confitures, fruits confits et pâtisseries.

DANS UN TERRITOIRE D'AUTENTICITÉ ÉGAYÉ PAR LE CHANT DES OISEAUX

FÊTE DE LA POIRE SARTEAU BLANCHE

Dimanche 19 octobre 2025

de 8h30 à 17h30
DRAIX (04420)

Le territoire de Draix est un territoire d'authenticité égayé par le chant des oiseaux.



Journée de partage du patrimoine du village

Sous le parrainage de
Maryline FERAUD Michel BOUTIN
(Auteurs du livre)

La poire Sarreau, voyage en pays de Draix

Contact : Association pour la Promotion de la Poire SARTEAU Blanche de DRAIX
Tél 06 69 66 50 08 - 06 92 87 48 93 Courriel poiresarreau@draix.com

UN FRUIT EN OR À GAGNER

La traditionnelle tombola « Le fruit en or » récompensera les plus chanceux avec de beaux lots, dont **deux mini-lingotins d'or** (1^{er} lot) et un **panier garni de produits locaux** (2^e lot), offerts par la bijouterie Louise d'Or à Digne.



FÊTE DE LA POIRE SARTEAU BLANCHE

Dimanche 19 octobre

9h - 17h30 - Village de Draix

Programme complet sur les réseaux
Facebook: La Poire Sarreau blanche Draix
Instagram : LaPoireSarreauBlanche
Réservation pour repas : 04 92 62 21 70

DANSE THERAPIE PAR L'ASSOCIATION "DANSEFEELING LALIE BENA "



À Valensole, l'association Dansefeeling Lalie Bena, fondée par la danseuse internationale Nathalie Carsin, invite chacun à retrouver équilibre et vitalité grâce à la danse thérapie.

VALENSOLE

LA DANSE THERAPIE

Réapprendre à **écouter son corps**, à **s'accorder avec l'instant présent** et à **laisser circuler l'énergie** : telle est la promesse de la danse thérapie proposée par l'association Dansefeeling Lalie Bena. Inspirée des arts martiaux comme le Tai Chi et des méridiens de la médecine chinoise, cette méthode originale associe **harmonisation, mise en mouvement et danse africaine**.

À Valensole, des ateliers de 1h45 permettent d'**alterner travail cardio, séquences au sol, étirements et relaxation au bol tibétain**. Une parenthèse de bien-être accessible à tous, **chaque lundi** (14h15-16h) et **chaque jeudi** (9h30-10h30 et 18h-19h45), à la Maison des associations*.

"DIMANCHES AFRICAINS"

Et pour prolonger l'expérience, rendez-vous aux « **Dimanches africains** » avec musiciens en live, programmés à la salle des Coussières les : 18 octobre 2025 | 16 novembre 2025 | 11 janvier 2026

Un moment de partage, de mouvement et de joie, à découvrir et à vivre sans modération !



Association Danse Feeling Lalie Bena
Valensole | Renseignements : 06 86 94 05 84

* Tarif vous renseigner directement auprès de l'association.

OCTOBRE ROSE À PIERREVERT : VILLAGE SANTÉ ET MARCHÉ ROSE SAMEDI 4 ET DIMANCHE 5 OCTOBRE

Depuis 2021, la commune de Pierrevert se mobilise pour Octobre Rose, mois dédié à la sensibilisation à la lutte contre le cancer du sein. En 2025, l'événement s'articulera autour de deux temps forts : un Village Santé le samedi 4 octobre dans la salle polyvalente et une Marche Rose le dimanche 5 octobre pour rassembler la population dans un élan solidaire.



PIERREVERT



UN ÉVÉNEMENT SUR DEUX JOURS

Samedi 4 et dimanche 5 octobre, la commune et le CCAS de Pierrevert organisent, avec la collaboration de la Maison de Santé Pluridisciplinaire de Pierrevert (MSP) ainsi que la participation de l'association "Du cancer au bien-être" et "Lestricotines" de la Bibliothèque, **deux journées de sensibilisation à la prévention, au dépistage, à l'accompagnement et à la réhabilitation dans le cadre du cancer du sein.**

Pour l'occasion, le village se parera de rose pendant le mois d'octobre.

réflexologue, socio-esthéticienne, socio-coiffeur, tatoueuse réparatrice et coach sportif seront présents pour vous accompagner. **Espace de rencontre et d'information**, le Village Santé favorise l'échange direct entre le public et les professionnels.

Jean-Philippe Calla, oncologue, donnera une **conférence sur la prise en charge thérapeutique du cancer du sein à 14 h 30.**

PIERREVERT SE MOBILISE POUR OCTOBRE ROSE !

► Dimanche 5 octobre : marche rose

Dimanche 5 octobre, une **Marche Rose** est organisée au départ de la place du 19 mars 1962 (place des commerces) de Pierrevert. Solidaire, la **Marche Rose réunit habitants, associations et partenaires pour montrer l'engagement collectif dans la lutte contre le cancer du sein**

C'est un moment convivial, ouvert à tous, qui allie activité physique, partage et solidarité. Des rafraîchissements offerts en fin de marche autour de la guinguette du parc André-Turcan.

PIERREVERT

Octobre Rose

Samedi 4 octobre
Village santé

de 9 h 30 à 18 h
salle polyvalente
Gilbert Cordier

Stands
Ateliers
Mini-conférences

Dimanche 5 octobre
Marche rose

Départ à 9 h 30
place du 19 mars 1962
(place des commerces)

Boucle
depuis le marché
avec halte
à la chapelle
Saint-Patrice

Samedi 4 octobre à 14 h 30
Conférence de Jean-Philippe CALLA, oncologue,
sur la prise en charge thérapeutique du cancer du sein

LE CCAS ET LA COMMUNE DE PIERREVERT, LA MAISON DE SANTÉ PLURIDISCIPLINAIRE (MSP)
L'ASSOCIATION "DU CANCER AU BIEN-ÊTRE", "LES TRICOTINES" DE LA BIBLIOTHÈQUE
SE MOBILISENT POUR *Octobre Rose*

Entrée libre et gratuite

Infos Mairie : 04 92 72 86 87 - www.mairie-pierrevert.fr - Facebook : Commune Pierrevert

► Samedi 4 octobre : village santé

Samedi 4 octobre, un **village Santé** prendra place dans la **salle polyvalente Gilbert Cordier**. Tout au long de la journée, le public pourra découvrir **des stands d'information**, participer à **des ateliers**, assister à des **mini-conférences et échanger avec des professionnels de santé et du bien-être** : médecins, infirmiers, sage-femme, nutritionniste, pharmacien, art-thérapeute,



OCTOBRE ROSE A PIERREVERT

Samedi 4 et dimanche 5 octobre

Programme complet sur

<https://www.mairie-pierrevert.fr/2025/09/15/octobre-rose/>

Mairie de Pierrevert

Service communication : 04 92 72 86 87

«GUITARES EN VOYAGE» LE 22 OCTOBRE POUR L'AVANT DERNIER CONCERT DES «CONCERTS DU MERCREDI»

Ce mercredi 22 octobre, le rendez-vous est donné à l'église Notre-Dame-des-Ormeaux un duo de guitares qui vous transportera hors du temps....

GRÉOUX-LES-BAINS



« GUITARES EN VOYAGE »

Un rendez-vous à ne pas manquer ! Deux artistes d'exception réunis pour vous offrir un instant rare, tout en émotion et en beauté. Leur jeu à la fois élégant et raffiné met en lumière une musique simple et profonde en même temps, qui touche l'essentiel. Un concert magique qui promet de rester dans les mémoires.



«GUITARES EN VOYAGE»

Mercredi 22 OCTOBRE 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)

VILLENEUVE VOUS INVITE À SES JOURNÉES LITTÉRAIRES « DES LIVRES & VOUS »



Fort d'une première édition qui a rencontré un franc succès, Villeneuve vous convie cette année encore à ses journées littéraires « Des livres et vous » !

Au programme.

Vendredi 10 octobre : Cette première journée sera **dédiée aux enfants**, et plus particulièrement aux élèves du **groupe scolaire Pierre et Marie Curie**. Dans la salle des fêtes, ils plongeront dans l'univers du livre à travers plusieurs **ateliers créatifs** : fabrication de marque-pages, recyclage de livres, découverte du braille... **Un moment magique** les attendra également avec **Amandine, conteuse dont la douceur et le talent captivent toujours les jeunes oreilles**.

Samedi 11 octobre : La salle des fêtes ouvrira ses portes au grand public de 10h à 12h et de 14h à 18h pour **une journée de rencontres et de dédicaces avec des auteurs venus des Alpes-de-Haute-Provence**, rejoints cette

année par **des écrivains de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur**.

Convivialité et bonne humeur rythmeront ces échanges, où se mêleront **signatures, discussions et découvertes littéraires**.

► Le temps fort de la journée sera la venue de **Marie Blanche Cordou, chroniqueuse radio et télé**, qui viendra partager à **18h** son regard sur un chef-d'œuvre de Jean Giono : *L'Homme qui plantait des arbres*.

Dimanche 12 octobre : La dernière journée mettra à l'honneur la littérature et le patrimoine. **Dès 10h30**, une **promenade littéraire** dans les ruelles du vieux village invitera à (re)découvrir **l'histoire et les anecdotes liées aux noms des rues**, comme celle de la mystérieuse « rue des Crotes ».

L'après-midi, à **14h**, une **dictée ludique** sera proposée, **suivie d'un auto-corrigé**, pour tester son orthographe dans une ambiance détendue.

VILLENEUVE

Les 10, 11 et 12 octobre 2025, Villeneuve met à l'honneur le livre et la lecture à travers trois jours d'animations variées, organisés par la mairie et sa commission Culture, Animations & Patrimoine (CAP25). Au programme : rencontres d'auteurs, ateliers, balades et découvertes pour tous les publics.

VILLENEUVE INFO DES LIVRES & VOUS !



UN WEEK-END CULTUREL ET CONVIVIAL, POUR CÉLÉBRER LA LITTÉRATURE SOUS TOUTES SES FORMES !



DES LIVRES ET VOUS

10, 11 et 12 octobre 2025

Salle des Fêtes de Villeneuve

Place Aimé Aillaud

Infos : Mairie de Villeneuve 04 92 78 42 31

contact@villeneuve.fr

DÉTOURS DE CIRQUE, LA SOIRÉE DES 20 ANS DE ZIMZAM !



DÉTOURS DE CIRQUE

Le **samedi 11 octobre 2025**, le Pôle Cirque & Handicap de La Tour-d'Aigues se transforme en véritable terrain de fête pour un **Détours de Cirque spécial 20 ans**. L'association ZimZam, pionnière du cirque inclusif, célèbre deux décennies d'engagement artistique et humain avec **une soirée exceptionnelle, ouverte à toutes et tous**. **Dès 19h**, les portes s'ouvrent pour vous accueillir sous le chapiteau. **À 20h**, place à un **cabaret haut en couleurs** : une quinzaine de numéros inédits mêlant jonglage, corde aérienne, clown, capilotraction, fil souple et bien d'autres disciplines. Aux commandes, les inclassables **Fête FM, duo fantasque et décalé, assureront l'animation et la présentation avec humour et énergie**.



LA TOUR D'AIGUES

La soirée réunira des compagnies reconnues comme le **Cirque Inextremiste** qui ose repousser les limites du cirque avec humour et prises de risque spectaculaires, le **Collectif Merken** et la **compagnie Zania** qui explorent un cirque-théâtre contemporain nourri de poésie et d'inclusion. **Une programmation volontairement tenue secrète jusqu'au soir même**, pour vous réserver la surprise et l'émerveillement.

Après le cabaret, la fête continuera jusqu'au bout de la nuit avec deux **DJ sets qui transformeront le chapiteau en dancefloor géant**. Le tout accompagné d'une buvette et d'une petite restauration pour faire de cet anniversaire un moment convivial et partagé.

L'association ZimZam vous invite à célébrer ses 20 ans sous le chapiteau du Pôle Cirque & Handicap à La Tour-d'Aigues, le samedi 11 octobre 2025. Au programme de cette soirée spéciale : un cabaret inédit réunissant des compagnies de cirque de renom, suivi d'une soirée DJ set pour faire la fête jusqu'au bout de la nuit.



DETOURS DE CIRQUE

Chapiteau du Pôle Cirque & Handicap
998 chemin de la Bourguette, La Tour-d'Aigues
19h ouverture des portes | 20h cabaret

22h30 DJ sets

Entrée à prix libre

Buvette & petite restauration sur place

MUSIQUES À PAULINE, LES DEUX DERNIERS RENDEZ-VOUS DE LA SAISON !

La saison des Musiques à Pauline touche à sa fin...
Pour terminer ces après-midi en musique sur la
Placette Pauline ne ratez pas les deux derniers
rendez-vous avec Aix Music et Big Band 13 !
C'est le 4 et le 12 octobre que cela se passe.

MUSIQUE

GRÉOUX-LES-BAINS



AIX MUSIC - SAMEDI 4 OCTOBRE de 16h à 19h

Si vous avez manqué leur premier passage le 10 mai, voici donc une séance de rattrapage ! Avec Sylvie au chant et Jean-Christian à l'accordéon et à la voix, ce duo complice vous embarque dans un concert-bal haut en couleurs.

Musette, rock'n'roll, disco, variétés, années 80... leur répertoire, sans cesse renouvelé fait à chaque fois danser toutes les générations. Leur secret ? Des chansons revisitées avec énergie et modernité, une complicité qui se ressent à chaque note et une présence chaleureuse qui transforme chaque concert en moment de partage.

BIG BAND 13 DIMANCHE 12 OCTOBRE de 16h à 19h

Sous la baguette de Michel Delakian, 19 musiciens et la chanteuse Claire Marlange font revivre la magie des grands orchestres de Duke Ellington et Count Basie, avec des clins d'œil à Oliver Nelson ou même Nino Ferrer. Saxophones, trompettes, trombones, guitare, piano, contrebasse, batterie... toutes les couleurs du jazz et du swing se répondent dans une énergie contagieuse.

Depuis plus de 120 concerts, le Big Band 13 a fait vibrer les scènes de la région et au-delà, des Nuits musicales du Tholonet à Jazz à

Berne, en passant par les Musicales dans les Vignes de Provence. Avec eux, chaque concert est une fête : un voyage à travers l'histoire du jazz, entre swing irrésistible, standards intemporels et passion partagée.



MUSIQUES À PAULINE

Samedi 4 et dimanche 12 octobre
Concerts gratuits - Placette Pauline
Gréoux-les-Bains

En cas de mauvais temps, les concerts seront reportés.

«LE PÈRE NOËL EST UNE ORDURE» LE 17 OCTOBRE POUR LES SOIRÉES DE L'ÉTOILE

Noël ne rime pas toujours avec féerie...
«Avec Le Père Noël» est une ordure, place aux
quiproquos et aux délires absurdes pour une comédie
culte qui promet fous rires et surprises. Une soirée
inédite à ne manquer sous aucun prétexte !

GRÉOUX-LES-BAINS



SPECTACLES

LE PÈRE NOËL EST UNE ORDURE

Le Père Noël est toujours une ordure et certaines fêtes de Noël mériteraient toujours et encore de ne pas être vécues. Pour Pierre et Thérèse, **tout semble annoncer une soirée tranquille faite d'échange et de partage chez «Déresse Amitié»**. Mais c'est sans compter sur la présence récurrente de voisins, de Josette, de Félix qui la pourchasse de Katia à qui Pierre, touché par sa détresse, a permis à titre exceptionnel de venir passer un moment dans leurs locaux. Les deux bénévoles se retrouveront pris au piège des **délires et des fantasmes de ces âmes égarées**, révélant ainsi leur propre détresse et leur manque d'amitié ! Inconditionnels de cette comédie vous ne serez pas déçus et si vous êtes novices, vous serez comblés à travers cette version pleinement nourrie. **Audace et folie douce réunies vous feront vivre la recette d'une farce désopilante !** La Comédie d'Aix, qui interprète cette pièce culte de la Troupe du Splendide, est habituée à venir à Gréoux-les-Bains. En effet lors de ses précédentes venues, la troupe a joué Le Dîner de Cons, le Prénom et Le Mari de ma femme.



LES SOIRÉES DE L'ÉTOILE VENDREDI 17 OCTOBRE 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).

LES RESTOS DU CŒUR DE MANOSQUE : UN APPEL À LA SOLIDARITÉ !



Parce que la solidarité ne prend jamais de vacances, les Restos du Cœur de Manosque poursuivent leur mission auprès des plus fragiles. Mais pour continuer à aider, ils ont besoin de vous ! Rejoindre l'équipe de bénévoles, c'est offrir un peu de votre temps pour beaucoup de chaleur humaine.

TERRITOIRE

APPEL À BÉNÉVOLES !

Suite à la restructuration du centre de Manosque, un appel est lancé à toutes celles et ceux qui souhaitent **donner un peu de leur temps et de leur énergie**. Rejoindre l'équipe de bénévoles, c'est avant tout partager un moment de solidarité, d'entraide et d'humanité.

Des bénévoles sont recherchés pour :

- Encadrer et accompagner les activités du centre,
- Préparer et distribuer les denrées alimentaires aux personnes accueillies,
- Mais aussi participer aux autres missions des Restos : organisation de vacances solidaires, aide à la personne (emploi, droit, santé, culture, vestiaire...) et bien plus encore.

Chaque geste compte, chaque sourire fait la différence. Que vous ayez quelques heures par semaine ou un peu plus, votre engagement sera précieux pour celles et ceux qui en ont besoin.

LE CENTRE DE MANOSQUE VOUS PROPOSE

UN **ACCOMPAGNEMENT SCOLAIRE**
POUR VOS ENFANTS DÈS 6 ANS



NOUVEAUTÉ : ACCOMPAGNEMENT SCOLAIRE DÈS 6 ANS

Parce que la **réussite des enfants est essentielle**, le centre de Manosque propose désormais un **accompagnement scolaire gratuit pour les enfants à partir de 6 ans**. Une aide précieuse pour leurs devoirs, mais aussi un soutien pour les familles.

HORAIRES ET LIEUX D'ENGAGEMENT

Le centre de Manosque est actuellement ouvert le jeudi de 8h à 12h et de 13h30 à 16h30 et le vendredi de 8h à 12h et de 13h30 à 16h30. En fonction des candidatures, ces horaires pourraient être élargis.

Les Restos du Cœur recrutent également pour le siège de Saint-Auban (plusieurs postes) et à l'entrepôt de Peyruis, où un responsable est recherché.



Si vous souhaitez mettre votre énergie et votre générosité au service des autres, vous pouvez contacter :

Jean-Luc au 06 32 68 13 05

ou Nadine au 06 83 94 66 54

ad04.ressourcesbenevoles@restosducoeur.org

L'OPÉRATION OSCO CADEAU EST DE RETOUR DU 6 AU 24 OCTOBRE

Comme chaque année, l'opération Osco Cadeau est de retour en ce mois d'octobre ! Toujours des bons d'achat à la clé... mais avec une petite nouveauté. On vous dit tout !



MANOSQUE

OSCO CADEAU EDITION 2025 : NOUVEAUTÉ POUR PARTICIPER !

L'opération **Osco Cadeau**, organisée par l'**OCAM de Manosque** (Office des Commerçants et Artisans Manosquins) en **partenariat avec la mairie de Manosque**, fait son grand retour en ce mois d'octobre !

Comme chaque année, de **nombreux lots sont à gagner, allant de 20 € à 300 €**, avec pas moins de **117 heureux gagnants**. Le **tirage au sort** aura lieu le **27 octobre** et les lauréats seront directement contactés par téléphone. Mais attention, une **petite nouveauté** vient pimenter l'édition 2025 : pour valider votre participation, il faudra désormais glisser dans l'urne prévue à cet effet un **bulletin comportant 8 cases à faire tamponner lors de vos achats** (par tranche de 1 à 50 €) **chez les commerçants participants**. Une fois les 8 cases complétées, n'oubliez pas d'inscrire vos coordonnées au dos du bulletin avant de le déposer !

Et bonne nouvelle : **vous pouvez en remplir plusieurs**, histoire de multiplier vos chances... même si, rappelons-le, **chacun ne pourra gagner qu'une seule fois parmi les 117 lots mis en jeu**.

C'est le moment de participer pour tenter de remporter vos bons d'achat et de surcroît rendre une petite visite aux commerçants du centre-ville qui sont toujours ravis de vous accueillir !



OSCO CADEAU - Du 6 au 24 octobre 2025

Liste des commerces participants et règlement complet

disponible à l'OCAM de Manosque | 39 rue Grande | Tél. 06 77 97 06 35 | acam04.manosque@orange.fr



AUTOMNE MUSICAL, 10^E ÉDITION

DU 5 AU 14 OCTOBRE

À GRÉOUX-LES-BAINS

Cette année l'Automne Musical fête son 10^e anniversaire. Une édition avec des temps forts à ne pas manquer. Voici ce qui est prévu !

FESTIVAL

GRÉOUX-LES-BAINS

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 ».

► **Mardi 7 octobre - 18h30**
Centre des Congrès L'Étoile - Tarif 20€
Récital exceptionnel du pianiste Philippe Cassard.

► **Mercredi 8 octobre - 18h30**
Centre des Congrès L'Étoile - Tarif 8€
Projection du Film « Par-delà les silences »

► **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"

► **Dimanche 12 octobre - De 14h à 17h30**
Eglise Notre Dame des Ormeaux
Entrée libre

Rencontres et échanges publics avec de jeunes artistes

18h **CONCERT**: concert des étudiants préprofessionnels.

► **Mardi 14 octobre - 18h30**
Eglise Notre Dame des Ormeaux
Tarif 16€

Concert "Splendeur de la Musique Baroque"



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 €)

C'EST LA RENTRÉE POUR LA VIE

THÉÂTRALE AMATEUR À

SAINTE TULLE ET À VOLX

Pour la Cie Rires Sourires, tout est en ordre de marche pour que ce mois d'octobre se déroule artistiquement bien, et avec des conditions très avantageuses, tant pour le public de Sainte Tulle que pour celui de Volx :

SAINTE-TULLE / VOLX



ASSOCIATION

ATELIER THÉÂTRE SAINTE TULLE

Le rideau s'est levé à nouveau pour l'atelier adultes de l'École municipale de théâtre ! Installé au Centre Inter-âges, rue de la Combe, il accueille les adultes chaque jeudi soir dès 19 h. Face à l'affluence des inscriptions, la création de groupes a été prévue pour que chacun puisse profiter pleinement des séances.

Les tarifs sont différenciés selon le lieu de résidence, afin de tenir compte de l'appartenance à la commune ou de l'extérieur. Cette année, l'atelier s'inscrit encore davantage dans la dynamique culturelle locale, en lien direct avec la programmation amateur du Théâtre Henri Fluchère. Un rendez-vous exceptionnel viendra d'ailleurs marquer ce début de saison : le dimanche 5 octobre, Scènes de Haute-Provence accueillera la troupe lauréate du Masque d'Or 2024.

Elle présentera la brillante pièce **Richard Trois n'aura pas lieu** de Matei Vişniec, mise en scène par la Compagnie IL. Un moment fort à ne pas manquer !

VOLX : LE FESTIVOLX DES 17,18,19 OCTOBRE 2025

En partenariat avec la commune de Volx, fidèle soutien à la diffusion de spectacles au Foyer rural, trois journées et soirées seront prochainement consacrées à l'humour, à la convivialité et à la chanson. Le samedi 18 octobre, à partir de 19h, une grande soirée artistique sera proposée sous forme de **café-théâtre**, avec une scène ouverte où se succéderont chansons, textes et sketches, avant un temps fort présenté par notre Compagnie. Les conditions pour participer à cette scène ouverte sont simples :

un maximum de deux chansons ou sketches par artiste, une durée n'excédant pas cinq à six minutes, et une audition de sélection préalable obligatoire.



Renseignements :
Tél. 06 45 16 91 61:
dzamparini698@gmail.com

CITROUILLES, JEUX ET SOLIDARITÉ AU CASINO PARTOUCHE DE GRÉOUX-LES-BAINS

Avec ce programme varié, le Casino de Gréoux-les-Bains réussit à combiner festivités, esprit de solidarité et plaisir du jeu. Que ce soit pour participer à la Marche Rose, tenter sa chance au concours de la citrouille, profiter des soirées conviviales chacun trouvera une bonne raison de venir.



GRÉOUX-LES-BAINS

ESTIMEZ LE POIDS DE LA CITROUILLE



Du **lundi 13 au lundi 27 octobre**, vous pourrez tenter votre chance au grand jeu de l'automne : **estimer le poids de la citrouille exposée au Casino**. Chaque jour, si vous êtes **détenteur de la carte de fidélité** vous pourrez retirer un ticket de participation sur la borne dédiée. Il vous suffira ensuite d'y **inscrire le poids que vous pensez être le bon**.

Le **tirage au sort aura lieu le lundi 27 octobre à 18h30**, en présence des participants.

À la clé, **de beaux lots sont à remporter**, dont un **séjour Partouche** et **des crédits de jeu**. Une occasion originale et ludique de mêler intuition et convivialité.

UN MOIS PLACÉ SOUS LE SIGNE D'OCTOBRE ROSE



Tout au long du mois d'octobre, du **1^{er} au 31 octobre**, le **Casino de Gréoux-les-Bains s'associe à la campagne nationale Octobre Rose**, consacrée à la lutte contre le cancer du sein. Pour **soutenir la recherche et la prévention**, un **cocktail** (avec ou sans alcool) **spécialement imaginé pour l'occasion** est proposé à la carte.

L'**intégralité des ventes de ce cocktail sera reversée à la Ligue contre le cancer du sein** (cocktail sans alcool 7,5€, cocktail avec alcool 9,5€).

Une démarche simple et généreuse qui permet à chacun de participer, le temps d'un verre, à une cause essentielle.



LE CASINO SE MOBILISE POUR OCTOBRE ROSE

LA MARCHÉ ROSE

Le **samedi 11 octobre**, le Casino organise, en partenariat avec les **Thermes et la Mairie**, une **après-midi dédiée à la solidarité**. Le départ est fixé à **14h30 devant le Casino**. Après un réveil musculaire pour bien préparer la marche, vous vous élancerez dans les environs de Gréoux, accompagnés d'un **quiz ludique**. De retour au Casino, une collation sera offerte à tous.

Le **dossard de participation est fixé à 5 €, entièrement reversés à la Ligue**. Un bonus original vient renforcer l'élan solidaire : **chaque bonne réponse donnée au quiz augmente la somme reversée par le Casino**. Une belle manière d'associer activité physique, partage et engagement pour la santé des femmes. On compte sur vous pour apporter votre pierre à l'édifice !

WINGO ET LOTO

En plus de ses initiatives solidaires, l'équipe du Casino continue d'animer ses salles avec des rendez-vous très attendus.

Wingo

Les **après-midis Wingo** auront lieu **les mardis 7 et 14 octobre à partir de 14h30**, ainsi qu'une **soirée spéciale programmée le samedi 25 octobre à 21h30**. Ces moments sont **réservés aux détenteurs de la carte Players Plus**, et promettent divertissement et bonne humeur.

Petit rappel du principe de jeu : sur la borne dédiée vous retirez un ticket avec 4 numéros de 1 à 60, ces numéros sont tirés aléatoirement par la machine. Le tirage des numéros s'affiche simultanément sur 3 écrans en salle des jeux et sont aussi annoncés au micro. Si vous êtes le premier à avoir les 4 bons numéros, c'est gagné !

Loto

Un loto gratuit viendra également rythmer le mois : il est prévu **le jeudi 23 octobre à 14h30**.

Réservé aux détenteurs de la Carte Players Plus, si la chance vous sourit, vous pourrez remporter de nombreux lots !

LA CARTE « PLAYERS PLUS »

Pour **bénéficier de nombreux avantages** dans votre casino Partouche et avoir le privilège de participer à des jeux concours ou autres animations, il est nécessaire de souscrire au programme de fidélité « **Players Plus** » et cela de façon totalement gratuite ! Être détenteur de ce précieux sésame, c'est pouvoir **accéder rapidement à la salle de jeux, bénéficier de réductions sur les produits de jeux exclusifs** et ce n'est pas tout ! Et oui, vous allez grâce à votre carte cumuler des « euros players » sur les machines à sous, au bar ou encore au restaurant. Ces « euros players » gagnés seront transformés en crédits de jeu pour multiplier vos chances de gagner sur les nombreuses machines à sous !

AMBIANCE KARAOKÉ AU BISTROT

Le Bistrot du Casino accueillera pour sa part **deux soirées** placées sous le signe de la convivialité et de la musique.

Les **vendredis 17 et 31 octobre, à partir de 19h, le karaoké sera à l'honneur**.

Ces soirées sont ouvertes à tous ceux qui souhaitent pousser la chansonnette ou simplement partager un bon moment autour d'un repas. **Ces soirées rencontrent toujours un franc succès, il est donc plus prudent de réserver !**



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



Octobre Rose

Du 1er au 31 Octobre
Cocktail Rose exclusif !

Samedi 11 Octobre à 14h30
Marche organisée pour la ligue
contre le cancer du sein

100% des ventes iront à l'association



ÉLÉMENTS CYCLES : VOS SORTIES D'AUTOMNE EN TOUTE LIBERTÉ

L'automne est la saison idéale pour rouler !
Que vous soyez amateur de route, de tout-terrain ou des deux à la fois, Éléments Cycles à Sainte-Tulle vous accompagne pour profiter pleinement de chaque sortie. Conseils, équipement, nouveautés... tout est pensé pour transformer vos balades en pur plaisir.



SAINTE-TULLE



NOUVEAUTÉ !

Nouvelle gamme Scott Addict 2026 confort & performance réunis

Le Scott Addict revient avec une nouvelle génération taillée pour les longues distances.

- **Cadre carbone repensé** : plus léger, capable d'accueillir des pneus jusqu'à 38 mm pour absorber les vibrations.
- **Position plus confortable** : géométrie décontractée pour rouler des heures sans fatigue.
- **Innovations pratiques** : kit de réparation intégré, sacoche personnalisable, système de réglage simplifié.

Le compagnon idéal pour redécouvrir vos routes préférées ou explorer de nouveaux horizons.



Étude posturale : un vélo parfaitement réglé pour vous !

Éléments Cycles propose 3 formules adaptées à vos besoins et votre budget :

FORMULE N°1

► ÉTUDE CONFORT | 49,90 €

Réglages essentiels pour améliorer la position et éviter les gênes.

(Mesure de l'entre-jambe, réglage des cales, mise à hauteur de la selle, durée 30 min)

FORMULE N°2

► ÉTUDE PERFORMANCE | 159,90 €

Analyse complète pour optimiser efficacité et rendement.

(Réglage des cales, mesures, réglage du vélo, durée 1h)

FORMULE N°3

► ÉTUDE SUR-MESURE | 259,00 €

L'expérience la plus poussée, totalement personnalisée.

(Étude posturale en dynamique avec capteur d'analyse de mouvement durée 1h30/2h)



Chez Éléments Cycles, un espace spécialement dédié à l'étude posturale vous attend pour une analyse précise et personnalisée.



Natur Bike VTT : Éléments Cycles présent sur l'événement

Samedi 4 octobre 2025 – Pierrevert

Deux grandes épreuves sportives : les 6h VTT du Luberon et le Trail des Bagnards. Votre magasin Éléments Cycles sera présent comme mécanicien officiel de la course VTT, avec un stand dédié où vous pourrez découvrir plusieurs modèles du magasin.

Venez encourager les coureurs et partager cette journée sportive avec l'équipe !



INFO IMPORTANTE !

Le magasin sera **exceptionnellement fermé jeudi 9 octobre !**



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

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...

0%

ELEMENTS CYCLES

ne vous laissera
JAMAIS rouler
comme ça...



L'étude posturale est LA solution pour un vélo ajusté !

3 formules rien que pour vous...

Etude confort | Etude performance | Etude sur-mesure

ZA Bastides Blanches, 04220 Sainte-Tulle

elementscycles@gmail.com

06 02 27 90 77

 Eléments Cycles

 elementscycles

ADF : UN TREMPLIN POUR L'ÉVOLUTION PROFESSIONNELLE ET LA RECONVERSION



TERRITOIRE



ADF est une véritable chance pour les adultes souhaitant se perfectionner ou se réorienter grâce au dispositif de Transition Pro PACA : le projet de transition professionnelle (PTP), ou CPF de transition.

Ce dispositif permet aux salariés en CDI ou CDD de suivre une formation tout en conservant leur salaire. Le coût de la formation est pris en charge par l'organisme Transition Pro, facilitant l'accès à la formation continue sans impact financier pour les participants.

QUELLES FORMATIONS POSSIBLES EN CPF-TP À ADF ?

NIVEAU BAC

Secrétaire Assistant
Secrétaire Comptable
Comptable Assistant
Titre ASCA en PME/TPE

NIVEAU BAC +2

Titre Gestionnaire de Paie
Rentrée novembre 2025
Gestion de la PME
reentrée septembre 2026

COMMENT FONCTIONNE LE PTP ?

Le **CPF de Transition** est destiné à soutenir la reconversion professionnelle des salariés. Voici les **étapes principales** pour en bénéficier :

Éligibilité

Le salarié doit être en CDI ou CDD et avoir une certaine ancienneté (généralement 24 mois d'activité, dont 12 mois dans la même entreprise).

Choix de la formation

Le salarié choisit une formation en lien avec son projet professionnel. Nous pouvons vous accompagner dans ce choix.

Demande de financement

Le salarié fait une demande de financement via le site de Transition Pro.

Validation du dossier

Une fois le dossier accepté, le salarié reçoit une notification et peut commencer sa formation.

Maintien de salaire

Le salarié continue de percevoir son salaire pendant la formation, à temps plein ou partiel, selon les modalités définies.

Retour à l'emploi

À la fin de la formation, le salarié peut intégrer un poste en lien avec ses nouvelles compétences ou chercher un emploi dans un secteur différent.

DES MÉTIERS EN FORTE DEMANDE



Les secteurs de la comptabilité, de la gestion administrative et de la paie connaissent une **forte demande**. Les entreprises **recherchent activement des professionnels qualifiés pour garantir une gestion efficace** des processus financiers et administratifs. Ces métiers **offrent de nombreuses opportunités d'embauche**.



Toutes nos
formations sur
adfformation.fr



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

OSEZ LA RECONVERSION !



FORMATIONS COURTES 2025 : BOOSTER VOS COMPÉTENCES POUR LES SALARIÉS & PARTICULIERS !

Nous mettons également à disposition des formations courtes, spécialement conçues pour renforcer les compétences transversales indispensables sur le marché du travail.

GÉRER SON TEMPS

**3 et 10
OCTOBRE**

Vous n'arrivez plus à vous organiser ?

Objectifs :

Permettre une meilleure organisation et coordination des activités, accroissant la productivité tout en améliorant sa qualité de vie et son bien-être au travail.



Fanny GODARD
Consultante, coach
et formatrice

GÉRER SON STRESS

**4 et 12
NOVEMBRE**

Trop de stress au quotidien ?

Objectifs :

Gérer son stress et celui de son interlocuteur via les mécanismes cérébraux et les outils de gestion, des modes mentaux et des communications.



Fanny GODARD
Consultante, coach
et formatrice

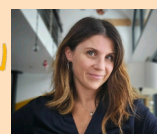
RÉSEAUX SOCIAUX

**27 et 28
NOVEMBRE**

Vous manquez de visibilité ?

Objectifs :

Cette initiation aux réseaux sociaux à usage professionnel vous donnera des clés pour comprendre les réseaux sociaux et leur valeur potentielle.



Anne FORTUNÉ
Communication digitale
et Social Media AB Events

INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

**3
DÉCEMBRE**

Envie de maîtriser ou travailler avec l'IA, images et textes ?

Objectifs :

Intégrez l'IA dans l'entreprise pour mieux le maîtriser, de se former à son utilisation de manière simple et efficace.



Jonathan PASCAL
Consultant
en Innovation Digitale

COMMUNIQUER EFFICACEMENT

**5 et 12
DÉCEMBRE**

Et si mieux communiquer changeait tout ?

Objectifs :

Mieux communiquer avec son équipe pour une bonne dynamique de travail sans conflits et malentendus.



Fanny GODARD
Consultante, coach
et formatrice

TOUTES NOS
FORMATIONS
ÉLIGIBLES
AUX CPF

PRÉPARATION

À LA CERTIFICATION TOSA

- Microsoft Word
initiation/perfectionnement*
- Microsoft Excel
initiation/perfectionnement*
- Adobe Photoshop
initiation/perfectionnement*

- Adobe Illustrator
initiation/perfectionnement*
- Adobe InDesign
initiation/perfectionnement*
- WordPress - formation à la création
de site internet
- Préparation à la Certification TOEIC*



EN OCTOBRE, DÉCOUVREZ EN DÉTAIL, L'OFFRE CULTURELLE DE CE PREMIER MOIS D'AUTOMNE !



DIGNE-LES-BAINS

NE MANQUEZ PAS LA SOIRÉE D'OUVERTURE DE SAISON !

SAMEDI 4 OCTOBRE
20H30 - PALAIS DES CONGRÈS

[ROCK/FRENCH-HOP] Tarif : 14€ pour tous (E)

LA CAFETERA ROJA

[rock/hip-hop]

Full of Hope

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



Avec en 1^{ÈRE} PARTIE **MARIE JAY**

[chanson pop]

Entre french pop et chanson, **Marie Jay** et son musicien 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>

CONCERT DEBOUT



- Parking GRATUIT sur place
- Ouverture des portes à 20h
- Buvette sur place



L'ÉCOLE DES FEMMES

[théâtre] - Compagnie VIVA

Jeudi 16 octobre - 19h – Palais des Congrès

Tarifs de 27 à 17 € (B)

Dès 12 ans | Durée : 1h25 min

Arnolphe rêve d'une femme, mais au fond, il souhaite un chien de compagnie qui de surcroît, tiendrait l'intendance de la maison. Molière mène une profonde réflexion sur la condition féminine, mêlant des scènes d'une grande cruauté à d'anthologiques moments de comédie et de farce. 'est la sixième rencontre d'Anthony Magnier avec Molière, qui nous transporte plus que jamais du burlesque au drame, et nous amène à nous questionner sur notre propre héritage.

De Molière

Mise en scène et scénographie : **Anthony Magnier**

Avec **Agathe Boudrières** (Agnès et Georgette) **Victorien Robert**

(Horace et Alain), **Mikaël Fasulo** (Arnolphe)

<https://www.compagnie-viva.fr/l-ecole-des-femmes>



FESTIVAL DE THÉÂTRE OUVERT ET POPULAIRE

Du 5 au 12 octobre

En partenariat avec **LE TOP**

Retrouvez le programme complet sur : <https://letop04.org>

JEUNE
PUBLIC



AU-DELÀ

[théâtre]

Mercredi 8 octobre

10h - Centre Culturel René Char

Tarifs de 8 à 6 € (D)

De 1 à 5 ans | Durée : 35 minutes

Que se passerait-il si, en jouant seuls à la maison, nous finissions dans le placard de maman et papa ?

Un lieu interdit, mystérieux, mais absolument irrésistible ! Si cette « forêt » de vêtements se transformait soudainement ?

Et si nous pouvions voir... au-delà ? Peut-être pourrions-nous voir, entre poches et cols, feuilles, fleurs, animaux... nous pourrions voir, dans ce nouvel environnement, le passage des saisons... jouer et imaginer des transformations.

Schedia Teatro (Italie) avec **Irina Lorandi, Riccardo Colombini**

www.schediateatro.it/fr/2023/01/25/oltre/

En partenariat avec la **Ligue de l'enseignement 04**

ROSE ROYAL

[théâtre]

Judi 9 octobre

19h - Centre Culturel René Char

Tarifs de 20 à 8 € (A)

Dès 13 ans | Durée : 1h15 min

Rose a 50 ans, elle est belle. La vie, elle connaît. Rose a de l'expérience et se méfie des hommes... Il y a peu de temps, elle s'est offert un calibre 38 sur un site américain. Elle aime ça, le poids du revolver dans son sac à main. Un soir comme les autres elle boit des coups au Royal quand un énorme choc retentit depuis la rue...

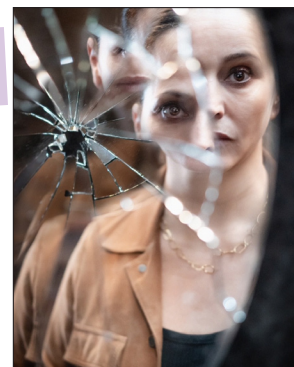
Librement adapté du roman *Rose Royal* de **Nicolas Mathieu** paru aux éditions in8,

019 Adaptation : **Anne Charrier** et **Gabor Rassov**

Mise en scène : **Romane Bohringer** assistée d'**Aurélien Chaussade**

Avec : **Anne Charrier**

SOIRÉE DÉCOUVERTE
1 PLACE ACHETÉE = 1 PLACE OFFERTE



LA MÉTAMORPHOSE

[lecture spectacle]

Vendredi 10 octobre - 20h30 - Centre Culturel René Char

Tarif unique 10 € (F)

Gregor Samsa se réveille un matin métamorphosé en gigantesque cafard. Cette transformation a pour première et immédiate conséquence de le rendre inapte au travail. Il se trouve que son activité de représentant fait non seulement vivre son père, sa mère et sa sœur mais contribue à rembourser la dette familiale. Horrifiée, sa famille le considère désormais comme un parasite. Gregor voit sa vie basculer.

La métamorphose de **Franz Kafka**

Adaptation libre de **Gérald Stehr**

Mise en scène : **Aurélien Saada**

Avec **Grégory Montel, Dominique Pinon, Robby Marshall** [musicien]

A 18h30, Carte blanche aux ateliers théâtre du centre culturel René Char – entrée libre – durée 45min.

INFOS/BILLETTERIE

www.centreculturelrenechar.fr

Tél. 04 92 30 87 10

WWW.MOUV-IN.COM

DÉCOUVREZ NOTRE PROGRAMME À VENIR !



MANOSQUE

SAVE THE DATE ! C'est le début de la saison musicale de La Capsule MJC, ce samedi 4 octobre. Retrouvez ici l'annonce de nos quatre concerts du mois.

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



SAMEDI 11 OCTOBRE - 21H - La Capsule

QUE TENGO + MEDUSA CUMBIA [Afro Latin et 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

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



SAMEDI 25 OCTOBRE - 16H - Centre Des Congrès de Gréoux-Les-Bains

PLASTIC BOUM BOUM [Jeune public]



Plastic Boum Boum raconte la rencontre de Compost et Dr Gazouz, deux musiciens venus d'un futur farfelu appelé le trufu, dans lequel les musiques électro subsistent sans électricité... Dans cette épopée sonore, les musiciens élaborent des musiques dansantes avec des instruments

issus de la lutherie sauvage, sans assistance électrique ! Un dialogue d'instruments extraordinaires pour que tout s'assemble en un grand climax collectif techno. Avant le spectacle, un atelier de pratique musicale avec des instruments faits-maison sera proposé à 14H. Les participants à l'atelier accompagneront en musique le final du spectacle.

Ce spectacle est proposé dans le cadre de la Foire aux Santons de Gréoux-les-Bains.

Tarifs : Gratuit



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



LES NOUVEAUTÉS !

Voici la liste de toutes les nouvelles activités proposées cette année par nos fantastiques animateurs :

- **Batucada** : le **jeudi de 17h à 18h** (enfants/ados)
- **Batterie** : le **mercredi après-midi** avec des créneaux entre **13h30 et 16h45**,
- **Break dance** : le **jeudi de 17h30 à 18h30** (enfants) et de **18h30 à 20h** (ados),
- **Chant Intuitif** : le **mercredi de 19h00 à 20h30** (tous les 2^e mercredis du mois),
- **Dessin portrait et corps humain** : le **jeudi de 18h30 à 20h30** (ados/adultes),
- **Illustration BD** : le **mardi 17h30 à 19h** (enfants) et le **vendredi de 18h30 à 20h30** (ados/adultes),
- **Magie** : le **mercredi de 16h à 17h** (enfants/ados),
- **Scat** : le **mardi de 19h à 20h** (ados/adultes)

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. Vous êtes intéressé.e.s ?

Nous vous invitons à passer au secrétariat de La Capsule MJC récupérer un ticket d'essai.



EXPOSITION

MURMURES DE PIERRES

Le patrimoine endormi des Alpes de Haute Provence

DU MERCREDI 1^{ER} AU SAMEDI 18 OCTOBRE
dans la Galerie de La Capsule MJC

Présentée par les photographes de l'atelier Photo Numérique de La Capsule MJC, cette exposition met à l'honneur les villages et ruines des Alpes de Haute Provence.

> Vernissage : **jeudi 2 octobre, 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.

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 à la date suivante :

> le **samedi 4 octobre** dans les locaux de la MAïF.

REPAIR CAFE

MANOSQUE



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
par téléphone au **04 92 72 19 70**

CAT BLANCARD, CORINNE BATY, PRISCA LAPERRIERE S'EXPOSENT À GRÉOUX-LES-BAINS

Les Expos du Château accueillent pour ce mois d'octobre 3 artistes avec 3 univers différents mais une seule invitation à venir découvrir leur travail du samedi 11 octobre au dimanche 2 novembre 2025.



GRÉOUX-LES-BAINS

CAT BLANCARD

DESSINATRICE

Cat Blancard vous invite à découvrir ses dessins grandeur nature qui prennent la forme d'un véritable inventaire poétique, une plongée au cœur de la nature. À travers ce travail, elle questionne le vivant dans toute sa diversité et met en lumière ce qui rend notre planète habitable. Cat Blancard rapproche la forêt terrestre et la forêt marine, l'infiniment petit et l'immensément grand – ours et diatomées, requin et papillon – pour rappeler combien tout est lié.

Son trait, à la fois sensible et précis, révèle la fragilité des équilibres qui rendent la vie possible. Elle nous pousse à réfléchir à notre manière d'habiter le monde, en croisant le dessin avec des textes philosophiques ou scientifiques. Ici, le dessin devient une forme de résistance poétique face aux bouleversements de notre époque.



CORINNE BATY

SCULPTEUSE

Tout au long de sa vie, l'appel de la terre s'est imposé à elle. Le moment venu, il est apparu comme une évidence, une nécessité vitale. C'est dans l'argile – matière vivante, multiple, étonnante – qu'elle puise pour donner forme à ses personnages, nourris par sa sensibilité et par la richesse de l'humanité.

Pour elle, sculpter est un voyage sans destination écrite à l'avance. La frontière entre le réel et l'imaginaire y est fragile. Même lorsque ses œuvres flirtent avec le réalisme, elles ne sont jamais qu'un écho à l'enfant qui demeure en chacun de nous.

L'humain est au cœur de sa démarche : l'émotion, la spontanéité, l'instinct et toutes ces imperfections qui nous définissent. Ses personnages forment une tribu : celle des humbles, mais surtout des riches en cœur. Au-delà de leur esthétique, ils nous invitent à dépasser le regard convenu. Car, en fin de compte, ce sont eux... qui nous ressemblent.

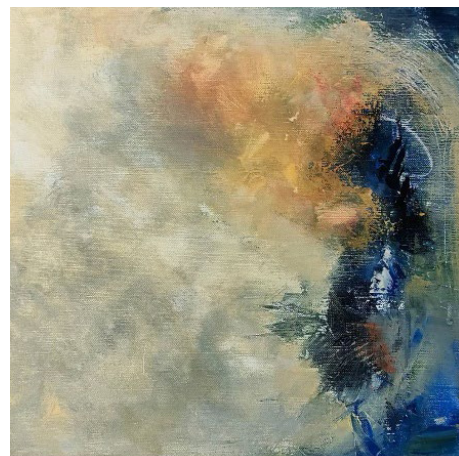


ROIS REGARDS, UNE MÊME
URGENCE : CÉLÉBRER LA VIE
DANS TOUTE SA FRAGILITÉ.

PRISCA LAPERRIERE

PEINTRE

Prisca Laperriere explore le corps sans chercher le beau... mais le vrai. Montrer le corps tel qu'il est, c'est s'accepter soi-même et accepter l'autre dans sa vérité. Inspirée par les détails dynamiques du corps – un pli, une cassure, une courbe – elle les travaille comme à travers un zoom photographique. Souvent, le modèle vivant nourrit cette recherche, apportant à chaque pose une énergie qui se transpose dans l'œuvre.



Mais son univers ne s'arrête pas là. Dans ses paysages abstraits, Prisca puise dans la force des éléments naturels et dans son ressenti qu'elle place toujours au-dessus de l'apparence. Elle malaxe, gratte, superpose la peinture comme on travaille la terre, transformant chaque toile en véritable terrain d'expérimentation.

Son œuvre nous offre ainsi un voyage vers la vérité, l'authenticité et une beauté brute, loin des artifices.



LES EXPOS DU CHÂTEAU

Du samedi 11 octobre
au dimanche 2 novembre 2025

Salle des Gardes - Château des Templiers -
Gréoux-les-Bains

Du mercredi au dimanche de 15h à 18h.

Fermé les lundis et mardis.

Vernissage le vendredi 10 octobre à 18h

COMPAGNIE LA BROUETTE : LA POÉSIE AU COIN DE LA RUE À GRÉOUX LES BAINS !

À Gréoux-les-Bains, la Galerie Félicie s'impose comme un havre pour la poésie. Imaginé par la compagnie La Brouette, ce lieu intimiste de 23 m² accueille chaque jeudi des récitals où spectateurs et artistes partagent un moment rare de proximité et de convivialité.



Galerie
Félicie
Poésie, aussi !

À Gréoux-les-Bains, la poésie a trouvé un écrin inattendu grâce à la compagnie La Brouette. Habitée à parcourir la région avec ses spectacles, elle a choisi d'installer à Gréoux-les-Bains **un lieu hors du commun pour y proposer ses récitals.**

Nichée Rue Neuve, derrière une porte discrète, se cache une petite salle de 23 m², baptisée **Galerie Félicie** en clin d'œil à l'inscription gravée sur une pierre en face de l'entrée – et à l'ancien nom de la rue. L'histoire a commencé en 2024 avec **une exposition photo d'Andréa Gérard.** Puis, de fil en aiguille, **Philippe et Elvira, créateurs de la compagnie, ont transformé cette pièce attenante à leur logement en un véritable cocon artistique.**

Ici, pas de fauteuils rouges ni de grandes scènes. **L'espace accueille 25 spectateurs maximum,** installés dans des canapés, au plus près des artistes. Rideaux tirés, lumières tamisées : **l'ambiance devient intimiste, propice à une rare complicité entre acteurs et public.**

LES FONDATEURS : ELVIRA ET PHILIPPE

La compagnie La Brouette a vu le jour il y a une vingtaine d'années, portée par l'énergie et la passion de **Philippe Téton et Elvira Kirkbride.**

Philippe, originaire de Nice et ayant grandi à Sainte-Maxime, a suivi un parcours improbable. Apprenti comédien auprès de Julien Bertheau puis Jean-Laurent Cochet, il a aussi été... poissonnier à Meudon, gardien de nuit, valet au Maxim's, chauffeur routier, chef d'entreprise garagiste, machiniste au festival d'Aix-en-Provence, horticulteur en Australie, ou encore animateur d'une salle associative dans

le Finistère. Il a dit des poèmes au Club des Poètes de Marcelle et Jean-Pierre Rosnay, et même en Sibérie ! Une vie riche d'expériences, avant de poser ses valises à Gréoux-les-Bains.

Elvira, Australienne, est une artiste aux multiples facettes. Violoniste formée par trois professeurs aux origines variées : néerlandaise, grecque et polonaise, elle a joué à l'Opéra Ballet de Melbourne, puis sur des scènes à Paris, à Brest ou encore à Marseille. Sa curiosité l'a menée vers les musiques du monde, la danse, la poésie, la création contemporaine. **Artiste complète, elle est aussi une soprano confirmée.**

TROIS RENDEZ-VOUS POÉTIQUES CHAQUE JEUDI

Chaque **jeudi soir**, un récital vous sera présenté.

► **Hugo à Gogo** : Philippe Téton, seul en scène, fait résonner les mots puissants de Victor Hugo, avec une interprétation passionnée qui sort de l'ordinaire.

► **Jean quitte les bancs** : autour des célèbres fables de La Fontaine, Philippe est accompagné par Elvira au violon. En ouverture, **une mini-conférence originale,** La Fontaine vu des Antipodes, éclaire d'un regard inédit l'écrivain et l'évolution de la fable.

► **Quand le coq chanta** : une traversée poétique parmi les textes de Rimbaud, Aragon, Rostand, Baudelaire, Noailles ou encore Cendrars.

Ces spectacles, plutôt destinés à un public adulte, se prolongent par un verre de l'amitié, moment privilégié pour échanger avec les artistes.

Important : la configuration de la salle ne permettant d'accueillir que 25 personnes maximum, il est nécessaire de réserver votre place. Tél. 07 86 25 76 94



UNE OUVERTURE VERS TOUS LES PUBLICS

La Brouette propose aussi des spectacles familiaux et tout public, tels que **Blanquette**, la chèvre de Monsieur Seguin, ou encore **Muse**, qui sera joué dans l'église le 3 octobre à Saint-Martin-de-Brômes.



GALERIE FÉLICIE

10 rue Neuve - Gréoux-les-Bains

Tel : 07 86 25 76 94

cie.labrouette@orange.fr

Infos : compagnie-la-brouette.webnode.fr/



MANOSQUE / CENTRE-VILLE

MHM, (ex Interior's) poursuit son développement avec **des offres sans cesse renouvelées** cet automne. Avant son déménagement, **choisissez en live !** Essayez, comparez afin d'acquérir le produit qui vous va bien sur **des grandes marques à des prix responsables** et au **grand choix audacieux**.

EN EXCLUSIVITÉ DANS LE 04, L'EXPERT EN TEXTILES

LINGE DE MAISON ET LIT

Sylvie Thiriez
Linge de maison pour la tribu

dorelan
dormire bene vivere meglio
Lits design

HOME SPIRIT
FRANCE

haomy
Vent du Sud

VÊTEMENTS HOMME & FEMME

B.
BRANTEX
Real Style Real Women

DOS
GALGOS

MON HOME' *et moi*
EN 2026



Hôtel particulier "LA SALAMANDRE"
Architecte Magali Granier

En 2026...

Avec des artisans
remarquables !

legallcharpente.fr



Yannick Pave

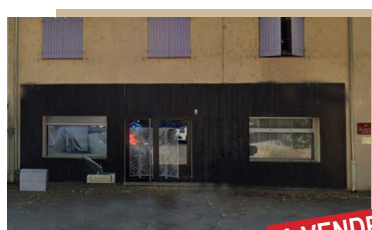


➔ Après déménagement, **les locaux originaux seront disponibles à la vente** pour de nouvelles aventures : commerces, bureaux ou cabinets médicaux grâce à leur positionnement centraux et surfaces...

- 190m² au 18 avenue Jean Giono (à côté de Monoprix) - Les Hauts du Parc
- 100 m² + 20 m² au 98 bis Av. de Lattre de Tassigny (à côté d'Axa) - Le Descartes



A VENDRE



A VENDRE





LAURENT RAMBICUR FAÇADES : REDONNEZ VIE À VOTRE MAISON !



CAHIER DÉCO

LAURENT RAMBICUR FAÇADES

Et si votre façade devenait un vrai atout charme ? Depuis 2011, **Laurent Rambicur Façades**, implantée à Pierrevet, **transforme et protège vos maisons grâce à son expertise en ravalement et isolation par l'extérieur**. Moderniser, rénover, embellir : tout est possible avec un **accompagnement de A à Z**, du **devis gratuit** au **nettoyage du chantier**.

- Choisissez parmi de **nombreuses finitions et couleurs pour un rendu unique**, à votre image.
- Profitez d'une **isolation performante qui réduit vos factures d'énergie**.
- Bénéficiez du sérieux d'une entreprise **labellisée RGE Qualibat**, ouvrant droit à des aides financières.

Et ce n'est pas tout ! **Laurent Rambicur Façades réalise aussi vos petits travaux de maçonnerie** (terrasses, murs, dalles, joints pierre, enduits piscine...) pour un service complet. Donnez une seconde jeunesse à votre habitation avec Laurent Rambicur Façades. Contactez dès aujourd'hui une équipe passionnée et proche de vous !



LAURENT RAMBICUR FAÇADES

04860 Pierrevet

Tél. 06 63 21 55 30 | laurent.rambicur@orange.fr

Facebook : L. Rambicur façades



REDONNEZ VIE À VOS SUPPORTS SANS LES REMPLACER

CAHIER DÉCO



PROVENCE DÉCAPAGE

Volets écaillés, portail rouillé, meubles abîmés, façades tachées... Inutile de remplacer, faites appel à Provence Décapage ! Fondée par Ophélie, l'entreprise est spécialisée dans la restauration écologique de vos surfaces grâce aux techniques de sablage et d'aérogommage, adaptées à chaque matériau.

- **Sablage** : parfait pour les supports résistants comme **le métal ou la pierre**.
- **Aérogommage** : **décapage tout en douceur des surfaces fragiles** (bois, alu...), avec des abrasifs naturels, recyclés et respectueux de l'environnement.
- **Finitions soignées** : **ponçage des meubles anciens, placages ou marqueteries**.

Que vous soyez **particulier, professionnel ou collectivité**, Provence Décapage intervient sur une large gamme de supports : **menuiseries, poutres, escaliers, cheminées, terrasses, piscines, monuments...** Une solution durable, économique (TVA réduite à 10 % en rénovation) et 100 % écologique – **sans eau ni produits chimiques**.

Basée à La Brillanne, **Ophélie se déplace dans tout le département** pour redonner éclat et caractère à vos biens.

Provence Décapage, la solution pour restaurer sans remplacer.



AVANT

APRÈS



PROVENCE DÉCAPAGE

12 Za des Iscles 04700 La Brillanne

Tel : 09 80 40 00 45 / 07 45 80 18 03

contact@provencedecapage.fr

www.provencedecapage.fr

Facebook : Provence Décapage

Instagram : provencedecapage04



SVM CONSTRUCTIONS : BÂTIR, RÉNOVER, INNOVER DEPUIS PLUS DE 35 ANS

CAHIER DÉCO



SVM CONSTRUCTIONS

De la maison traditionnelle à l'habitat bois éco-innovant, SVM Constructions accompagne vos projets avec sérieux et passion depuis 1982. Fondée par Pierre et Patricia Pesce, et aujourd'hui dirigée avec leur fils Yannick, cette entreprise familiale implantée à Villeneuve est devenue une référence dans les Alpes-de-Haute-Provence et au-delà.

- **Construction de maisons sur mesure** : architecture contemporaine ou traditionnelle, coordination complète du chantier et suivi personnalisé pour une maison unique.
- **Maçonnerie & rénovation** : extensions, surélévations, gros œuvre, second œuvre...

SVM Constructions valorise et transforme vos espaces avec fiabilité et savoir-faire. L'entreprise est également spécialisée et parfaitement outillée pour intervenir dans les centres anciens, où chaque rénovation demande une expertise particulière.

- **Éco-construction bois** : maisons ossature bois, studios modulables Kiub®, murs porteurs performants BatiPack® – des solutions rapides, durables et écologiques, certifiées PEFC.
- **Labellisée Qualibat et distinguée Artisan Référence 2023** par la MAAF, l'entreprise garantit des réalisations conformes aux normes, gages de sérieux et de confiance. Engagée dans une démarche RSE, elle conjugue efficacité, respect de l'environnement et équité sociale.

SVM Constructions, c'est bien plus qu'un constructeur : un partenaire de confiance pour bâtir votre avenir. Contactez-les dès aujourd'hui pour concrétiser vos projets !



SVM CONSTRUCTIONS

Zone Artisanale La Tranche

04180 Villeneuve

Tél. 06 83 64 98 36

<https://svm-constructions.fr/>



ELRK ELECTRICITÉ VOTRE PARTENAIRE POUR UN HABITAT SÛR ET PERFORMANT !

CAHIER DÉCO



ELRK ELECTRICITÉ

Besoin d'un **dépannage rapide**, d'une **rénovation électrique** ou d'une **installation neuve** ?

Moïse Quesnot, électricien expérimenté, intervient sur tout le département pour vous garantir confort, sécurité et fiabilité.

- **Dépannage** : une intervention réactive pour résoudre vos pannes et retrouver rapidement votre sérénité.
- **Rénovation électrique** : modernisation de vos installations pour plus de sécurité et d'efficacité énergétique.
- **Installations neuves** : conception et mise en place de réseaux électriques adaptés à vos besoins.
- **Mise aux normes** : conformité de vos équipements selon les réglementations en vigueur, gage de tranquillité.

Avec un **savoir-faire de proximité** et une **écoute attentive**, ELRK Électricité vous accompagne dans tous vos projets, qu'il s'agisse de votre habitation, de vos locaux professionnels ou de vos chantiers.

Un seul contact pour des installations fiables, modernes et sécurisées dans tout le département.



ELRK ELECTRICITÉ

04100 Manosque

Tél. 06 95 93 12 82



CAHIER DÉCO

LE GALL CHARPENTE

Avec **plus de 20 ans d'expérience**, Marc Le gall et son équipe mettent toute leur expertise au service de vos projets de **charpente, couverture, zinguerie et isolation**. L'entreprise **Le Gall Charpente** s'est forgée une solide réputation dans la **rénovation et la construction de caractère**, reconnue pour la **qualité de ses réalisations** et sa capacité à relever les défis techniques les plus complexes.

- **Charpente & couverture** : du neuf à la rénovation, un travail précis et durable.
- **Zinguerie & finitions** : des détails soignés qui valorisent et protègent votre habitat.
- **Installateur agréé Velux** : spécialiste certifié depuis 1999, l'entreprise dispose d'une équipe dédiée à vos projets d'aménagement de lumière et de confort.

Équipée de matériel récent pour garantir efficacité et sécurité, **Le Gall Charpente est labellisée RGE Qualibat**, gage de fiabilité et conditions pour accéder aux aides de rénovation énergétique.

Constructions neuves, rénovation ou transformations : faites confiance à Le Gall Charpente, l'artisan passionné qui conjugue exigence et savoir-faire.



LE GALL CHARPENTE

Chemin de la Thomassine
04100 Manosque
Tél. 6 76 77 02 57

<http://www.legallcharpente.fr>



LA BOUTIQUE DU MENUISIER À MANOSQUE ET FORCALQUIER : DES MENUISERIES SUR-MESURE, CONÇUES POUR DURER !

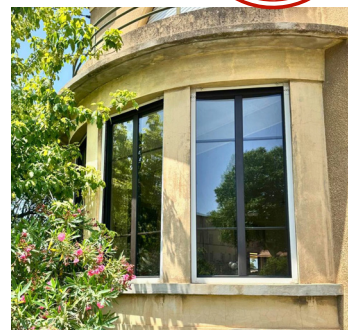
CAHIER DÉCO

LA BOUTIQUE DU MENUISIER

Fenêtres, portes, volets... En neuf comme en rénovation, La Boutique du Menuisier de Manosque et Forcalquier (SAS Rodrigues) vous accompagne dans **tous vos projets de menuiserie**, avec des produits de qualité et une pose irréprochable.

- **Un large choix de matériaux** : PVC, bois, aluminium ou mixte bois/alu, pour s'adapter à tous les styles et toutes les envies.
- **Solutions personnalisées** : un conseiller se déplace chez vous pour comprendre vos besoins, prendre les mesures et vous proposer un devis juste et détaillé.
- **Une fabrication 100 % française** : toutes les menuiseries sont conçues dans l'usine CASTES Industrie à Villefranche-de-Rouergue, **gage de savoir-faire, de qualité et de respect des normes environnementales**.
- **Une pose professionnelle** : réalisée par **des experts qualifiés**, pour des finitions parfaites et une efficacité durable.
- **Un suivi après installation** : réglages, entretien et conseils pour garantir la longévité de vos menuiseries.

Que vous soyez **particulier ou professionnel**, pour une maison moderne ou un bâti ancien, La Boutique du Menuisier met son expertise et sa passion au service de votre confort et de vos économies d'énergie.



MANOSQUE

493 avenue Georges Pompidou
Tél. 04 92 72 10 10

FORCALQUIER

30 boulevard Latourette
Tél. 04 92 77 84 49



FM-ÉIRE : LA MUSIQUE CELTIQUE ENTRE PROVENCE ET IRLANDE



Né en Provence mais inspiré par l'Irlande, l'album FM-Éire réunit douze musiciens passionnés autour des compositions de Patrick Girardet, Pierreverdant. Près de 70 minutes de musique folk celtique, enregistrées dans un esprit de partage et diffusées sous licence libre, pour faire voyager les mélodies bien au-delà des frontières.

PIERREVERT

UN PROJET COLLABORATIF UNIQUE

Derrière FM-Éire se cache une aventure musicale née de la passion et du partage. Imaginé par Patrick Girardet musicien amateur et compositeur installé à Pierrevort, cet album réunit douze interprètes parmi les meilleurs spécialistes de musique irlandaise de la région PACA.

Entre septembre 2023 et juin 2024, malgré les distances et les contraintes, ils ont donné vie à un projet collectif hors norme : près de 70 minutes de musique folk celtique instrumentale, enregistrées au studio AtMix de Mallemort.

Né d'une idée durant le confinement, ce projet s'est transformé en véritable défi collectif. Entre les répétitions à organiser, les absences, les soucis de santé et les plannings professionnels chargés, le chemin fut semé d'embûches. Mais la motivation et la passion ont fini par l'emporter.

Pour certains musiciens, c'était même une première expérience en studio. Tous ont découvert le plaisir d'enregistrer dans des conditions acoustiques professionnelles, sous la direction de l'ingénieur du son Sébastien Ortega-Duchêne.

UNE RICHESSE MUSICALE RARE

FM-Éire rassemble 41 mélodies regroupées en 16 sets, mêlant compositions originales et airs traditionnels. On y croise des hornpipes, jigs, reels, polkas, valse, mazurkas et bien d'autres rythmes typiques de l'Irlande. Les instruments traditionnels sont au rendez-vous : violon, flûte, accordéon, harpe celtique, bouzouki irlandais, banjo, bodhran... Une véritable immersion dans l'univers sonore des sessions irlandaises, enrichie par des arrangements polyphoniques inédits.



Illustrations et maquette : Patrick GIRARDET, avec l'aide de l'intelligence artificielle
Photographies : Danièle, Marion, Rico, Patrick
Packaging : Patrick GIRARDET
Webmaster : Patrick GIRARDET

FM-ÉIRE, DE PIERREVERT À L'IRLANDE...

UNE DÉMARCHE DE PARTAGE

Ce qui rend cet album particulièrement original, c'est son esprit d'ouverture. En plus des enregistrements, toutes les partitions, fichiers MIDI, ABC et grilles d'accords sont mis à disposition.

L'objectif : permettre à d'autres musiciens de s'approprier ce répertoire et de le faire vivre dans leurs propres sessions.

Pour aller encore plus loin dans cette logique de diffusion, Patrick Girardet a choisi une licence Creative Commons BY-SA.

Résultat : les morceaux peuvent être joués, adaptés et même diffusés librement, à condition de mentionner l'auteur et de partager les versions dérivées dans les mêmes conditions.

QUI EST PATRICK GIRARDET ?

Enseignant à la retraite, Patrick Girardet vit à Pierrevort depuis 1995. Il n'a jamais appris le solfège, seulement quelques rudiments, acquis au gré des années en jouant au niveau amateur avec des amis.

Ce n'est qu'après avoir quitté la vie active qu'il s'est intéressé à l'écriture musicale et à arranger des morceaux selon ses goûts. Puis, d'expérience en expérience, il a commencé à créer quelques lignes de notes qui sont devenues au fil du temps, les mélodies que l'on peut entendre sur cet album.

COMMENT ÉCOUTER FM-ÉIRE ?

L'album FM-Éire est désormais à la portée de tous les amateurs de musique celtique.

Il peut être écouté en intégralité sur les principales plateformes de streaming comme Deezer, Spotify, iTunes ou encore YouTube Music, permettant ainsi une découverte immédiate et sans limite de ses 16 sets instrumentaux.

Pour ceux qui souhaitent aller plus loin et conserver une trace matérielle de cette aventure musicale, l'album est également proposé en téléchargement numérique ou sous la forme d'un coffret physique disponible en vente directe sur le site officiel www.fm-eire.com.



CONTACT

Patrick GIRARDET :

Formulaire de contact sur le site
Sébastien ORTEGA-DUCHÊNE
(ingénieur du son) : seb.ortega@icloud.com
www.fm-eire.com



EXPOSITION - MANOSQUE

LES Trésors Cachés DE MANOSQUE

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



AGENDA DES EXPOSITIONS D'OCTOBRE

BANON	24 rue de la Fontaine	Peintures	Expo permanente - Atelier Galerie A Toubex	...	☎ 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
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	CAIRN	Art	Un pas dans l'eau, Fabien Lerat >02/11/25	...	☎ 04 92 31 45 29
GRÉOUX-LES-BAINS	Le village	Histoire	Gréoulx d'autrefois... > 31/12/2025	...	☎ 04 92 78 01 08
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Art	Les expos du château - octobre > 2/11/2025	15H-18H	☎ 04 92 78 01 08
GRÉOUX-LES-BAINS	Salle des Gardes	Culture	Les promontoires de l'Asse ... > 31/10/2025	10H-18H	☎ 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
MOUSTIERS	Musée	Art	Exposition «Impression d'argile» >11/11	...	☎ 04 92 74 61 64
MOUSTIERS	Ancien Presbytère	Culture	Exposition-vente «In Vino Veritas» >11/11	10H-12H30	☎ 04 92 78 06 03
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
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
SISTERON	Ecomusée	Art	Expositions temporaires 2025 > 12/10/2025	14H-18H	☎ 06 15 21 32 13
SISTERON	Espace d'Ornano	Art	Exposition Jean-Pierre Baldini > 31/10/2025	...	☎ 04 92 61 58 40
SISTERON	Galerie Domnine	Art	Peinture - Nicole Golé & Serge Ughetto > 18/10	...	☎ 04 92 61 54 50
SISTERON	Musée Terre et Temps	Art	Exposition: «du gypse au plâtre» > 31/10	...	☎ 04 92 61 54 50
SISTERON	Galerie L'Atelier	Art	Les rencontres photographiques > 04/10	...	☎ ...
VOLONNE	Médiathèque	Nature	Expo : Observons les oiseaux: du 10/09 au 5/11	...	☎ 04 92 37 27 13

LUNDI 29 SEPTEMBRE

ORAISON	Place du Kiosque	Sortie	Festiv'été (Ts les lundis >27/10/2025)	18H-22H	☎ 04 92 70 77 77
CHÂTEAU-ARNOUX	Centre social	Activité	Lundi jeux (Ts les lundis >29/10/2025)	14H-16H	☎ 04 92 32 55 18



POUR ANNONCER VOTRE ÉVÈNEMENT DANS LE MAGAZINE

RENDEZ-VOUS SUR WWW.MOUV-IN.COM

avant le 15 du mois qui précède

MARDI 30 SEPTEMBRE

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
L'ESCALE	MAC	Théâtre	Creuser la joie	19H	☎ 04 92 64 27 34

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
GRÉOUX-LES-BAINS	Village	Santé	Octobre Rose >31/10	...	☎ 04 92 78 01 08

Isolation et lumière pour votre confort

FENÊTRE
VOLET
PERGOLA
STORE
PORTE
PORTAIL
PORTE DE GARAGE

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



Votre conseiller stores et fermetures



komilfo.fr

* Offre non cumulable avec toute autre promotion. Hors travaux préalable, pose, démarrage, devis et commande en cours. Hors accessoires, matériel de toit et agencement. Voir conditions en magasin.

STORES ET FERMETURES PROVENÇALES

04.92.72.54.94 – CONTACT@KOMILFO-SFP.FR

AVENUE BLAISE PASCAL - ZI ST-JOSEPH

04100 MANOSQUE



EXPOSITION - MANOSQUE

LES Trésors Cachés DE MANOSQUE

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



JEUDI 2 OCTOBRE

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
GRÉOUX LES BAINS	Galerie Félicie	Théâtre	Fables de La Fontaine Jean Quitte les Bancs	18H-19H	☎ 07 86 25 76 94
DIGNE-LES-BAINS	Archives Dép	Culture	Conférence	18H	☎ 04 92 36 75 00

VENDREDI 3 OCTOBRE

PEYRUIS	Salle des Fêtes	Don	Collecte de sang sur réservation	14H30-19H	☎ 04 91 18 87 90
GRÉOUX-LES-BAINS	Résidence ODALYS	Activité	Thés dansants (ts les vendredis >23/12/2025)	14H30	☎ 06 85 74 21 16

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
GARES DU TRAJET	Train des Pignes	Musique	Folk en Train	Journée	☎ 06 87 99 11 39
ORAISON	Salle Paul Réty	Activité	Atelier anglais pour enfants	13H50-16H	☎ 06 98 99 99 54
MANOSQUE	MAIF	Activité	Repair Café	14H-17H	☎ ...
ORAISON	Médiathèque	Activité	Atelier de compostage	10H-12H	☎ 04 92 78 70 82
BANON	Librairie Le Bleuët	Culture	Café littéraire avec Belinda Cannone	11H-12H	☎ 04 92 73 25 85
LES MÉES	Salle des fêtes	Sortie	Loto des Pompiers	17H	☎ ...
SAINT-MICHEL-L'OBS	Centre Astro	Sortie	Visite de l'O.H.P	14H30	☎ 04 92 76 69 69
MANOSQUE	La Capsule MJC	Concert	Flox + Gang Jah MInd (reggae)	21H	☎ 04 92 72 19 70
PIERREVERT	Salle polyvalente	Sortie	Octobre Rose - village santé	9H30-18H	☎ 04 92 72 86 87
GRÉOUX-LES-BAINS	Salle polyvalente	Sortie	Spectacle danse "Pour elles" - Octobre Rose	20H30	☎ ...

DIMANCHE 5 OCTOBRE

GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Musique	Automne Musical 25 «Le souffle du romantisme»	18H30	☎ 06 80 96 08 84
MÉZEL	...	Sortie	Concours: pesée de la plus grosse courge	...	☎ 06 43 26 61 98
DIGNE-LES-BAINS	Office de Tourisme	Nature	Journée internationale de la Géodiversité	10H	☎ 04 92 36 70 80
MOUSTIERS	Maison du Parc	Sortie	Label'Fête du parc	Journée	☎ 04 92 74 68 00
SAINTE-TULLE	Théâtre H Fluchère	Théâtre	Richard trois n'aura pas lieu	15H-17H	☎ 06 45 16 91 61
SISTERON	Parking du Super U	Brocante	Vide greniers du Sisteron FC	Journée	☎ 06 73 62 03 76
FORCALQUIER	Place du Bourguet	Brocante	Grand vide grenier	Journée	☎ 06 30 34 18 98
SAINT-MICHEL L'OBS	Place du Serre	Sortie	Évènement Octobre Rose	Journée	☎ 06 28 05 27 95
VILLENEUVE	Eglise	Musique	Concert des musiciens amateurs	15H-17H	☎ 06 26 02 34 70
SAINTE-CROIX-DU-V	Barrage	Sortie	Visite du barrage de Sainte-Croix	14H-15H30	☎ 04 92 74 68 00
ST-MARTIN-LES-EAUX	Place de la Fontaine	Culture	«Contes en nature», avec Julien Staudt	12H-17H	☎ 07 68 57 56 11
DIGNE-LES-BAINS	Centre C René Char	Théâtre	Festival de Théâtre > 12/10/2025	...	☎ ...
MANOSQUE	La Soleillerie	Théâtre	Fraîcheur Sorcière	15H-16H	☎ 06 37 83 41 76
CHÂTEAU-ARNOUX	Boulodrome couvert	Brocante	Vide greniers	Journée	☎ 06 71 75 36 19
PIERREVERT	...	Sortie	Octobre Rose - Marche Rose. Dep. place 19 mars	9H30	☎ 04 92 72 86 87
VINON SUR VERDON	Salle des fêtes	Sortie	Journée du bien-être et de la beauté	10H - 18H	☎ 06 32 65 81 16

LUNDI 6 OCTOBRE

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

CENTRE D'ASTRONOMIE

En famille, entre amis | Ouvert toute l'année

» Programmation quotidienne pendant les vacances d'automne «

CENTRE
astro
St-Michel-L'Observatoire



OBSERVATIONS
DU CIEL



SPECTACLES DE
PLANÉTIARIUM



31/10 SOIRÉE
HALLOWEEN



EXPOSITION - MANOSQUE

LES Trésors Cachés DE MANOSQUE

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



MARDI 7 OCTOBRE

VOLX	Espace Simone Veil	Loisirs	Tarot (tous les mardis)	19H-22H30	☎ 06 14 74 24 11
MANOSQUE	Médiathèque	Activité	Atelier Fête de la science	18H	☎ 04 92 74 10 54
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Musique	Automne Musical 25 «Invitation à la valse»	18H30	☎ 06 80 96 08 84
ORAISON	Médiathèque	Culture	Conférence «L'Intelligence Artificielle»	18H-19h30	☎ 04 92 78 70 82
MANOSQUE	L'Occitane	Don	Collecte de sang sur réservation	8H30-13H	☎ 04 91 18 87 90
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

MERCREDI 8 OCTOBRE

MANOSQUE	Médiathèque	Culture	Histoire sous les toits (Tous les mercredis)	16H	☎ 04 92 74 10 54
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Film	Automne Musical 25 «Par-delà les silences»	18H30	☎ 06 80 96 08 84

MON HOME'
et moi

(EX INTERIOR'S)

PRÉPARE SON DÉMÉNAGEMENT AVEC DES OFFRES PRIVILÈGES CET AUTOMNE



... ET DES PRIX EN BAISSSE

LINGE DE MAISON ET LIT

Sylvie Thiriez
Linge de maison pour la tribu

dorelan®
dormire bene vivere meglio
Lits design

CANAPÉS ET DÉCO

HOME SPIRIT
FRANCE

Haomy
Vent du Sud

VÊTEMENTS HOMME & FEMME

B.
BRANDTEX
Real Style Real Woman

DOS
GALGOS

Bienvenue au 18 Avenue Jean Giono 04100 Manosque
Mardi, mercredi, vendredi, samedi NON-STOP 9h30/18h30 | Jeudi 9h30 - 12h/15h-18h30
Tél. 04 92 87 66 68 - interiors.manosque@gmail.com

MERCREDI 8 OCTOBRE (SUITE)

FORCALQUIER	Espace culturel	Culture	D'autres Mondes dans le Cosmos	18H - 20H	☎ 04 92 70 64 00
DIGNE-LES-BAINS	Centre c René Char	Culture	Jeu d'imagination pour les enfants : Au-Delà	10H-10H35	☎ 04 92 30 87 10
CHÂTEAU-ARNOUX	De fil en page	Culture	Rencontre avec Laurine Roux	18H30	☎ 09 72 63 56 38

JEUDI 9 OCTOBRE

VOLX	Espace Simone Veil	Loisirs	Tarot (tous les jeudis)	19H-22H30	☎ 06 14 74 24 11
GRÉOUX LES BAINS	Galerie Félicie	Théâtre	Spectacle Poétique Quand le Coq Chanta	18H-19H	☎ 07 86 25 76 94
MANOSQUE	Salle des Tilleuls	Culture	Le vin à travers la figure de Dyonisos/Bacchus	18H30	☎ 07 68 87 36 33
CHÂTEAU-ARNOUX	Théâtre Durance	Théâtre	Comment Nicole a tout pété	19H	☎ 04 92 64 27 34
DIGNE-LES-BAINS	Centre c René Char	Théâtre	Rose Royal	19H	☎ 04 92 30 87 10
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Culture	Automne Musical 25 : Schubert enchante Gréoux	18H30	☎ 06 80 96 08 84
MANOSQUE	Médiathèque	Culture	Club cinéma	16H30	☎ 04 92 74 10 54
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Culture	Club des lecteurs	17H	☎ 04 92 70 48 20

MANOSQUE - Du 6 au 24 octobre 2025



CONSOMMEZ DANS VOS RESTAURANTS,
BARS ET COMMERCE ADHÉRENTS,
ET TENTEZ DE GAGNER
DES BONS D'ACHAT !



Design : créaphiz.com

Manosque
HAUTE-PROVENCE

INFORMATION : 06 77 97 06 35

ville-manosque.fr

OCCAM
Office des Commerçants
& Artisans Manosquins



EXPOSITION - MANOSQUE

LES Trésors Cachés DE MANOSQUE

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



VENDREDI 10 OCTOBRE

GRÉOUX-LES-BAINS	Résidence ODALYS	Activité	Thés dansants (ts les vendredis > 23/12/2025)	14H30	☎ 06 85 74 21 16
VILLENEUVE	Salle des Fête	Culture	Des Livres & Vous > 12/10	9H-16H	☎ 06 88 52 99 46
CHÂTEAU-ARNOUX	Théâtre Durance	Théâtre	Comment Nicole a tout pété	20H30	☎ 04 92 64 27 34
DIGNE-LES-BAINS	Archives dép	Culture	Conférence : L'environnement des communautés	18H	☎ 04 92 36 75 00
VALENSOLE	Salle de cinéma	Culture	Les rencontres culturelles de Valensole	18H30	☎ 06 86 47 13 12
DIGNE-LES-BAINS	Centre C René Char	Théâtre	Adaptation de «La Métamorphose»	20H30	☎ 04 92 30 87 10
VILLENEUVE	Salle des Fêtes	Sortie	"Des livres et vous " > 12/10	Journée	☎ 04 92 78 12 31

SAMEDI 11 OCTOBRE

CHÂTEAU-ARNOUX	Salle des fêtes	Culture	5ème édition du Salon du livre > 12/10/2025	...	☎ 06 60 81 71 92
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Activité	Atelier d'écriture avec Juliette Penblanc	9H30	☎ 04 92 70 48 20
CHÂTEAU-ARNOUX	Médiathèque	Activité	Atelier d'écriture avec l'autrice Laurence Vilaine	10H-12H30	☎ 04 92 64 44 12
MANE	Salagon	Musique	Concert des Automnales «Herbier musical»	14H30	☎ 04 92 75 70 50
MALIJAI	Médiathèque	Théâtre	Nouveau spectacle : Tranches de vie	18H	☎ 09 84 53 55 76
DIGNE-LES-BAINS	Pl Général de Gaulle	Sortie	Parade à vélo	15H	☎ 06 87 01 80 20
BANON	Librairie Le Bleuët	Culture	Rencontre avec l'illustratrice et autrice Diglée	18H-19H	☎ 04 92 73 25 85
MANOSQUE	Centre Giono	Culture	Rencontre littéraire : Vie à vie Feraoun et Giono	14H30	☎ 04 92 70 54 54
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Activité	Rencontre littéraire avec Jacques Bec	16H	☎ 04 92 70 48 20
L'ESCALE	Maison des assos	Sortie	Soirée moules frites	19H	☎ 06 44 72 04 10
MONTLAUX	Salle loisirs	Musique	Spectacle musical «Souviens-toi Barbara»	20H - 22H	☎ 06 27 89 27 73
DIGNE-LES-BAINS	Complexe aquatique	Activité	Stage de Danse Orientale	15H-16H30	☎ 04 92 31 51 80
MANOSQUE	La Capsule MJC	Concert	Que Tengo + Medusa Cumbia (Afro Latin - Cumbia)	21H	☎ 04 92 72 19 70
VILLENEUVE	Salle des Fêtes	Culture	Des Livres & Vous > 12/10	Journée	☎ 04 92 78 12 31



Villeneuve | 10,11 et 12 octobre | Salle des Fêtes

DES LIVRES & VOUS !

CULTURE, LITTÉRATURE, SAVOIR, DÉTENTE, PLAISIR

Présence et dédicaces d'auteurs locaux et régionaux
 • Balade littéraire dans le vieux village • Dictée...

Programme complet Mairie de Villeneuve 04 92 78 12 31 | contact@villeneuve.fr | <https://villeneuve.fr>

DIMANCHE 12 OCTOBRE

GRÉOUX-LES-BAINS	Eglise	Musique	Automne Musical 25 : Concert des étudiants	14H-17H30	☎ 06 80 96 08 84
CHÂTEAU-ARNOUX	Pl de la Résistance	Brocante	Vide grenier	Journée	☎ 06 68 64 03 15
QUINSON	...	Sortie	Découverte de Quinson	10H-12H	☎ 04 92 74 01 12
ORAISON	Centre ville	Sortie	Fête de l'amande 2025	9H-18H	☎ 04 92 78 60 80
GRÉOUX-LES-BAINS	Placette Pauline	Musique	Musiques à Pauline - Big band 13	17H	☎ 04 92 78 01 08
BANON	...	Sports	Précision d'atterrissage Parapente >13/10	Journée	☎ 06 80 40 23 42
DIGNE-LES-BAINS	Pl Général de Gaulle	Sports	Trail de Digne-les-Bains 3 ème édition	...	☎ 06 37 31 72 60
LA BRILLANNE	Aire de loisirs	Brocante	Vide greniers	...	☎ 06 69 59 17 62
VILLENEUVE	Salle des Fêtes	Culture	Des Livres & Vous	Journée	☎ 04 92 78 12 31
BANON	Place du village	Brocante	Vide grenier brocante à Banon	Journée	☎ 04 92 76 66 55

LUNDI 13 OCTOBRE

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

irresistible
FÊTE de
Amande
18è édition

ORAISON
Dim. 12
Oct. 2025

per'Amande 100 ans
François DOUCET
CA
Groupama
ORAISON
irresistible ALPES DE HAUTE-PROVENCE
PAYS MANOSQUE
PLV AGGLO



EXPOSITION - MANOSQUE

LES Trésors Cachés DE MANOSQUE

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



MARDI 14 OCTOBRE

PIERREVERT	Salle Frache	Activité	Atelier de dessin « Modèle vivant »	14H30	☎ 06 34 98 65 52
GRÉOUX-LES-BAINS	Résidence ODALYS	Activité	Thés dansants (ts les mardis > 23/12/2025)	14H30	☎ 06 85 74 21 16
VOLX	Espace Simone Veil	Loisirs	Tarot (tous les mardis)	19H-22H30	☎ 06 14 74 24 11
GRÉOUX-LES-BAINS	Eglise	Musique	« Splendeur de la musique baroque »	18H30	☎ 06 80 96 08 84
FORCALQUIER	Librairie la Carline	Culture	Club de lectures ados #2	19H	☎ 04 92 75 01 25
CHÂTEAU-ARNOUX	Théâtre Durance	Théâtre	Gundog Chien-fusil - Théâtre	20H30	☎ 04 92 64 27 34

MERCREDI 15 OCTOBRE

VOLONNE	...	Sortie	Halloween qui ne fait pas peur	...	☎ 06 13 31 58 61
MANOSQUE	Médiathèque	Culture	Histoire sous les toits	16H	☎ 04 92 74 10 54
RIEZ	Médiathèque	Culture	Lectures : Kamishibai	14H-15H30	☎ 04 92 70 59 40

OFFRES EFFRAYAAAAAANTES

Du 1^{er} au 31 octobre 2025

* Voir conditions en magasin

SCHMIDT

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

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



MERCREDI 15 OCTOBRE (suite)

FORCALQUIER	Médiathèque	Culture	L'Heure du conte, la valise à histoire	10H30	☎ 04 92 75 72 41
MANOSQUE	La Thomassine	Culture	Protéger les vieux arbres	15H45	☎ ...
DIGNE LES BAINS	Mairie	Don	Collecte de sang sur réservation	8H-12H30	☎ 04 91 18 87 90

JEUDI 16 OCTOBRE

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	Archives dép	Culture	Conf : Les sépultures de la noblesse provençale	18H	☎ 04 92 36 75 00
DIGNE-LES-BAINS	Palais des Congrès	Théâtre	Molière : L'école des femmes	19H-20H30	☎ 04 92 30 87 10



Beaux Regards

— OPTICIEN LUNETIER —

Hommes - Femmes - Enfants



Conseils - Montures - Solaires - Lentilles - Accessoires



EXPOSITION - MANOSQUE

LES Trésors Cachés DE MANOSQUE

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



VENDREDI 17 OCTOBRE

VOLX	Foyer rural	Théâtre	Les belles soeurs	20H30	☎ 06 45 16 91 61
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Théâtre	Le père Noël est une ordure	21H	☎ 04 92 78 01 08
GRÉOUX-LES-BAINS	Résidence ODALYS	Activité	Thés dansants (ts les vendredis > 23/12/2025)	14H30	☎ 06 85 74 21 16
SAINT-MICHEL-L'OBS	Centre Astro	Sortie	Voir programme sur le site du centre Astro	Dés 18H30	☎ 04 92 76 69 69

SAMEDI 18 OCTOBRE

ST-ÉTIENNE-LES-O	Montagne de lure	Sortie	Balade contée sous les étoiles	18H30	☎ 06 85 05 99 90
FORCALQUIER	Librairie La Carline	Culture	Chhhht ! Ensemble	10H30	☎ 04 92 75 01 25
MANOSQUE	Médiathèque	Culture	Club manga	14H-17H	☎ 04 92 74 10 54
ST-ÉTIENNE-LES-O	Médiathèque	Musique	Concert Brel-Brassens-Ferré	20H30	☎ 06 10 64 67 79
ORAISON	Salle de l'EDEN	Musique	Concert de blues JOHNNY SANSONE Band	20H30	☎ 06 88 08 40 42
LA PALUD-SUR-V	Le Château	Culture	Conférence chantée «Fleurs de Barricade»	18H30	☎ ...
MANOSQUE	Centre Giono	Culture	Conférence: journées de l'architecture	14H30-16H	☎ 04 92 70 54 54
LES MÉES	Salle du cinéma	Culture	Conf: Marie-Madeleine ou la quête de l'âme	20H	☎ 06 07 65 87 95
MANOSQUE	6 rue de la brasserie	Culture	Contes et cuisine	15H	☎ 07 68 57 56 11
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Activité	Escape game : save the planet (15 ans et +)	16H-17H	☎ 04 92 70 48 20
VALENSOLE	Salle de Cinéma	Culture	Rencontres Poétiques	17H30	☎ 06 86 47 13 12
VOLONNE	Salle des fêtes	Activité	Repair Café	14H-17H	☎ ...
DIGNE-LES-BAINS	Palais des Congrès	Musique	U2 Addiction avec Tom Ross	20H30	☎ 06 15 68 28 09
SAINT-MICHEL-L'OBS	Centre Astro	Sortie	Voir programme sur le site du centre Astro	Dés 16H	☎ 04 92 76 69 69
GRÉOUX-LES-BAINS	Place Hôtel de Ville	Sortie	Course de filles et garçons de café > octobre rose	Dés 15H	☎ 06 61 38 01 16
VOLX	Foyer rural	Théâtre	Un peu d'humour, s'il vous plait	19H	☎ 06 45 16 91 61
MANOSQUE	La Capsule MJC	Concert	Graal + Biensûre (electro fusion / electro dico)	21H	☎ 04 92 72 19 70

LES SOIRÉES DE
L'ÉTOILE
2025

GRÉOUX-LES-BAINS
CENTRE DE CONGRÈS

VENDREDI 17 OCTOBRE
À 21H

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

ICI
et nulle part ailleurs !

**LE
PÈRE NOËL
EST UNE
ORDURE!**

Par la
**COMÉDIE
D'AIX**

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



DIMANCHE 19 OCTOBRE

VALENSOLE	Salle polyvalente	Sortie	Octobre rose Valensole	11H-15H	☎ 07 66 14 13 67
QUINSON	...	Sortie	Découverte de Quinson	10H-12H	☎ 04 92 74 01 12
ORAISON	Salle des Fêtes	Activité	Loto à Oraison	14H-18H	☎ 06 03 94 05 18
SAINT-MICHEL-L'OBS	Centre Astro	Sortie	Voir programme sur le site du centre Astro	Dés 14H30	☎ 04 92 76 69 69
DRAIX	Village	Sortie	Fête de la Poire Sartheau Blanche	9H-17H30	☎ 04 92 62 21 70
VOLX	Foyer Rural	Théâtre	Les héritiers par le Théâtre de l'Eventail (Var)	15H-16H30	☎ 06 45 16 91 61

LUNDI 20 OCTOBRE

ORAISON	Place du Kiosque	Sortie	Festiv'été (Ts les lundis >27/10/2025)	18H-22H	☎ 04 92 70 77 77
SAINT-MICHEL-L'OBS	Centre Astro	Sortie	Voir programme sur le site du centre Astro	Dés 16H	☎ 04 92 76 69 69
FORCALQUIER	Salle Bonne Fontaine	Don	Collecte de sang sur réservation	8H-12H30	☎ 04 91 18 87 90

MARDI 21 OCTOBRE

MANOSQUE	Médiathèque	Activité	Club de lecture (ts les mardis >31/12/2025)	18H-19H30	☎ 04 92 74 10 54
PIERREVERT	Salle Frache	Activité	Atelier de dessin « Modèle vivant »	14H30	☎ 06 34 98 65 52
FORCALQUIER	Grand gymnase	Sport	Masterclass danse adulte Käfig	...	☎ 07 76 15 07 10
SAINT-MICHEL-L'OBS	Centre Astro	Sortie	Voir programme sur le site du centre Astro	Dés 11H	☎ 04 92 76 69 69
ORAISON	Salle de l'Eden	Don	Collecte de sang sur réservation	8H-12H30	☎ 04 91 18 87 90




MiLOME

Canapés • Meubles • Décoration

Votre futur canapé vous attend déjà chez MiLOME.

Ouvert du mardi au samedi, de 9h30 à 19h
 261 avenue Frédéric Mistral, 04100 MANOSQUE
 milome.fr • 06 22 86 16 57 • manosque@milome.fr



EXPOSITION - MANOSQUE

LES Trésors Cachés DE MANOSQUE

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



MERCREDI 22 OCTOBRE

RIEZ	Médiathèque	Activité	Jeux de société	14H-15H30	☎ 04 92 70 59 40
GRÉOUX-LES-BAINS	Eglise	Musique	Les concerts du mercredi - guitares en voyage	18H30	☎ 06 80 96 08 84
FORCALQUIER	Grand gymnase	Sport	Masterclass danse enfant Käfig	...	☎ 07 76 15 07 10
SAINT-MICHEL-L'OBS	Centre Astro	Sortie	Voir programme sur le site du centre Astro	Dés 11H	☎ 04 92 76 69 69

JEUDI 23 OCTOBRE

VOLX	Espace Simone Veil	Loisirs	Tarot (tous les jeudis)	19H-22H30	☎ 06 14 74 24 11
BANON	Librairie Le Bleuët	Culture	Histoires d'automne pour les enfants	16H-17H	☎ 04 92 73 25 85
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Culture	Les Bébés lecteurs	9H30	☎ 04 92 70 48 20
DIGNE-LES-BAINS	Médiathèque	Musique	Sieste musicale	13H	☎ 04 92 31 28 49
SAINT-MICHEL-L'OBS	Centre Astro	Sortie	Voir programme sur le site du centre Astro	Dés 11H	☎ 04 92 76 69 69

VENDREDI 24 OCTOBRE

GRÉOUX-LES-BAINS	Résidence ODALYS	Activité	Thés dansants (ts les vendredis > 23/12/2025)	14H30	☎ 06 85 74 21 16
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Sortie	Foire aux santons 2025 > 2/11/2025	14H-18H	☎ 04 92 78 01 08
SAINT-MICHEL-L'OBS	Centre Astro	Sortie	Voir programme sur le site du centre Astro	Dés 11H	☎ 04 92 76 69 69



MO'KALAMITY • TRACY DE SÁ
FLOX • LA MARMITE • GANG JAH MIND • QUE
TENGO • SÈBE • BIENSÛRE • MEDUSA CUMBIA
ZIKAHI • GRAAL • ATOMESIS • PLASTIC BOUM
BOUM • WHAT THE BLUES • HOUSEQUAKE • TU
CONNAIS LA CHANSON ?

CONCERTS
OCTOBRE-DÉCEMBRE 2025

Billetterie disponible en ligne sur www.mjc-manosque.com

SAMEDI 25 OCTOBRE

VALENSOLE	Salle polyvalente	Activité	Halloween Valensole enfant (soirée à 19h)	15H	☎ 07 66 14 13 67
LES MÉES	Médiathèque	Activité	Atelier d'écriture	10H-12H	☎ 04 92 34 30 95
ORAISON	Médiathèque	Activité	Atelier d'écriture	10H-12H	☎ 04 92 78 70 82
DIGNE-LES-BAINS	Palais des Congrès	Musique	Les années 80 La tournée	20H	☎ 06 74 44 93 88
BANON	Librairie Le Bleuët	Culture	Performance poésie/calligraphie	18H-19H	☎ 04 92 73 25 85
GRÉOUX-LES-BAINS	Eglise	Musique	Querbeat Chorale féminine de Bad Krozingen	18H-20H	☎ 06 89 79 23 05
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Sortie	Foire aux santons 2025 > 2/11/2025	14H-18H	☎ 04 92 78 01 08
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Concert	Plastic Boum Boum	16H	☎ 04 92 72 19 70
ESPARRON-DE-V	Club Nautique	Sport	Régate Voile interdépartementale WETA >26/10	...	☎ 04 92 77 15 25
ORAISON	Place du kiosque	Activité	Soirée Halloween	20H30	☎ 07 70 86 01 42
SAINT-MICHEL-L'OBS	Centre Astro	Sortie	Voir programme sur le site du centre Astro	Dés 14H	☎ 04 92 76 69 69
PIERREVERT	Salle Polyvalente	Sortie	10 ^e Salon Multi-Collections	9H-17H30	☎ 06 59 21 00 73
MANOSQUE	Centre ville	Sortie	Manosque Halloween Festival > 31/10	Journée	☎ ...



*Couleurs
Paysannes*

Du 27 Octobre au 2 Novembre 2025

-20%
de remise
immédiate

GRANDE FÊTE DE LA COURGE

3 MAGASINS - 100 PRODUCTEURS - 3000 RÉFÉRENCES

Valensole - Manosque - Venelles

UNE COOPÉRATIVE DE PRODUCTEURS EN VENTE DIRECTE



DIMANCHE 26 OCTOBRE

PIERREVERT	Bd Ernest Devaux	Brocante	Vide grenier	Journée	☎ 06 27 64 31 72
REVEST DU BION	MAIRIE	Sortie	24ème Fête de la Châtaigne & Produits du Terroir	Journée	☎ 06 40 31 74 69
Oraison	Salle du château	Activité	Après-midi jeux de société	14H-19H	☎ 06 98 99 99 54
GRÉOUX LES BAINS	Galerie Félicie	Théâtre	Spectacle Fables de La Fontaine	18H-19H	☎ 07 86 25 76 94
ESPARRON-DE-V	Eglise	Musique	Querbeat Chorale féminine de Bad Krozingen	11H-12H	☎ 06 89 79 23 05
FORCALQUIER	Place du palais	Sortie	La Fête des Brouettes	10H-17H	☎ 09 81 52 71 96
SAINT-MICHEL-L'OBS	Centre Astro	Sortie	Voir programme sur le site du centre Astro	Dés 14H	☎ 04 92 76 69 69
ESPARRON DE V	Corniche des Aires	Sortie	Hello on fête la Courge	Journée	☎ 06 64 46 09 09
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Sortie	Foire aux santons 2025 > 2/11/2025	14H-18H	☎ 04 92 78 01 08

LUNDI 27 OCTOBRE

Oraison	Place du Kiosque	Sortie	Festiv'été (Ts les lundis >27/10/2025)	18H-22H	☎ 04 92 70 77 77
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Sortie	Foire aux santons 2025 > 2/11/2025	14H-18H	☎ 04 92 78 01 08



MANOSQUE
HALLOWEEN
Festival
25 > 31 oct.

MARDI 28 OCTOBRE

GRÉOUX-LES-BAINS	Résidence ODALYS	Activité	Thés dansants (ts les mardis > 23/12/2025)	14H30	☎ 06 85 74 21 16
MANOSQUE	Centre Giono	Activité	Atelier jeu de société «A la lueur de la lune	14H30-16H	☎ 04 92 70 54 54
MANOSQUE	Médiathèque	Activité	Halloween à la médiathèque	9H30-11H	☎ 04 92 74 10 54
SAINT-MICHEL-L'OBS	Centre Astro	Sortie	Voir programme sur le site du centre Astro	Dés 11H	☎ 04 92 76 69 69
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Sortie	Foire aux santons 2025 > 2/11/2025	14H-18H	☎ 04 92 78 01 08

MERCREDI 29 OCTOBRE

RIEZ	Médiathèque	Activité	Atelier créatif : Halloween	14H-15H30	☎ 04 92 70 59 40
FORCALQUIER	Librairie La Carline	Culture	Atelier d'illustration avec Sarah Cheveau	14H30	☎ 04 92 75 01 25
MANOSQUE	Médiathèque	Culture	Buch ami : club de lecture Franco-allemand	18H30	☎ 04 92 74 10 54
MANOSQUE	Médiathèque	Culture	Spectacle «Tombé du livre»	15H	☎ 04 92 74 10 54
SAINT-MICHEL-L'OBS	Centre Astro	Sortie	Voir programme sur le site du centre Astro	Dés 11H	☎ 04 92 76 69 69
DIGNE LES BAINS	Mairie	Don	Collecte de sang sur réservation	8H-12H30	☎ 04 91 18 87 90
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Sortie	Foire aux santons 2025 > 2/11/2025	14H-18H	☎ 04 92 78 01 08
MANOSQUE	Centre ville	Sortie	Manosque Halloween Festival > 31/10	Journée	☎ ...

JEUDI 30 OCTOBRE

MANOSQUE	Médiathèque	Activité	Halloween à la médiathèque	9H30-11H	☎ 04 92 74 10 54
BANON	Librairie Le Bleuet	Culture	Histoires d'automne pour les enfants	16H-17H	☎ 04 92 73 25 85
SAINT-MICHEL-L'OBS	Centre Astro	Sortie	Voir programme sur le site du centre Astro	Dés 11H	☎ 04 92 76 69 69
PIERREVERT	Maison pour tous	Don	Collecte de sang sur réservation	14H30-19H	☎ 04 91 18 87 90
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Sortie	Foire aux santons 2025 > 2/11/2025	14H-18H	☎ 04 92 78 01 08
MANOSQUE	Centre ville	Sortie	Manosque Halloween Festival > 31/10	Journée	☎ ...

Nouveau Service

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



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

PROS & PARTICULIERS

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

VENDREDI 31 OCTOBRE

MANOSQUE	Ctre ville	Sortie	Manosque Halloween Festival (voir prog. complet)	19H-22H30	☎ 06 14 74 24 11
CORBIÈRES	Village	Sortie	Soirée Halloween	...	☎ 06 24 88 31 62
SISTERON	Salle de l'Alcazar	Culture	Festival de théâtre amateur > 2/11/2025	...	☎ 04 92 61 54 50
FORCALQUIER	Place du Bourguet	Sortie	Halloween	17H30	☎ 04 92 70 91 00
GRÉOUX-LES-BAINS	Médiathèque	Sortie	Halloween	15H-17H	☎ 04 92 70 48 20
PEYRUIS	Salle des fêtes	Sortie	Halloween	14H-19H	☎ 06 30 28 68 80
SIMIANE-LA-R	Domaine Cassan	Sortie	Halloween	14H	☎ 06 07 38 08 66
DIGNE-LES-BAINS	Salle Perchot	Sortie	Soirée Jeux	19H30	☎ 06 99 96 22 27
SAINT-MICHEL-L'OBS	Centre Astro	Sortie	Mystères Cosmiques d'Halloween	17H30	☎ 04 92 76 69 69
SAINT-MICHEL-L'OBS	Centre Astro	Sortie	Voir programme sur le site du centre Astro	Dés 11H	☎ 04 92 76 69 69
MANOSQUE	2B Rue Lemoyne	Don	Collecte de sang sur réservation	14H30-19H	☎ 04 91 18 87 90
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Sortie	Foire aux santons 2025 > 2/11/2025	14H-18H	☎ 04 92 78 01 08
MANOSQUE	Centre ville	Sortie	Manosque Halloween Festival > 31/10	Journée	☎ ...

SAMEDI 1 NOVEMBRE

MANOSQUE	6 Rue de la brasserie	Enfants	"Mouna", contes et jeux d'ombres	16H30	☎ 07 68 57 56 11
SISTERON	...	Sport	Sisteron Halloween Urban Race	19H30	☎ 06 80 88 09 21
VOLONNE	Espace Notre Dame	Sortie	Soirée Halloween	...	☎ 06 13 31 58 61
PUIMOISSON	Salle Polyvalente	Sortie	Loto d'Halloween	14H	☎ ...
GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Sortie	Foire aux santons 2025 > 2/11/2025	14H-18H	☎ 04 92 78 01 08

DIMANCHE 2 NOVEMBRE

GRÉOUX-LES-BAINS	Centre de Congrès	Sortie	Foire aux santons 2025 > 2/11/2025	14H-18H	☎ 04 92 78 01 08
------------------	-------------------	--------	------------------------------------	---------	------------------

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**



EP MANOSQUE ATHLÉTISME : ENTRE PERFORMANCES, DÉFIS ET SOLIDARITÉ



MANOSQUE

DES PERFORMANCES DE HAUT NIVEAU

Le 20 juillet dernier, **Clara Castinel** s'est illustrée au **Championnat de France Avenir à Saint-Étienne**, en décrochant une superbe **8^e place en finale** grâce à un lancer mesuré à 52,43 m. Une belle réussite qui témoigne du travail et de la détermination de cette athlète prometteuse.



DES PERFORMANCES SUR LES TRAILS

► À l'**Échappée Belle 2025**, l'un des trails les plus exigeants de l'Hexagone, **Sébastien** signe un magnifique top 25 avec une course bouclée en 32 h 20, Bravo à l'athlète Dignois **Vincent Esmiol** qui remporte la course en s'imposant en 23 h 55 !!



► Sur le **Trail de Dormieuse**, **Patrick** décroche la première place de sa catégorie en 4 h 08, malgré une chaleur écrasante.



► Côté montagne toujours, **Ana, Su** et **Clément** sont partis à l'assaut du trail d'Orcières, avec un podium de plus au palmarès de Su.



► Sur le trail de Vars **Yo** et **Ophélie** ont répondu présent !!



DÉFI COLLECTIF...

Fin août, un groupe de **12 copines du pôle Trail** s'est lancé un défi d'envergure : atteindre le sommet du **Mont Toubkal (4 167 m)** au Maroc. Après deux jours de randonnée, **2 500 m de dénivelé positif** et un départ nocturne, elles ont pu admirer le lever du soleil au sommet du plus haut sommet d'Afrique du Nord. Fatigue, chaleur, froid et altitude n'ont pas eu raison de leur motivation. Résultat : **des souvenirs inoubliables et une aventure gravée à jamais.**



UN CLUB ENGAGÉ ET OUVERT À TOUS

Au-delà des performances, l'EP Manosque Athlétisme se distingue aussi par son esprit solidaire. Le club se mobilise lors de la **Foulée Tullésaine**, une course en soutien à la lutte contre le cancer du sein.

Et pour celles et ceux qui souhaitent rejoindre l'aventure, **le club propose une multitude de disciplines** : école d'athlétisme dès 6 ans, sprint, haies, relais, sauts, demi-fond, cross, lancers, mais aussi running, trail, marche nordique et renforcement.

Il est même possible de bénéficier du Pass'Sport, reconduit pour la saison 2025/2026 Renseignez-vous !



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

La saison de handball redémarre pour le club de Manosque. Pour ce mois d'octobre, nous faisons le point avec le manager général, l'entraîneur des féminines et le président du club ainsi que sur l'arbitrage. Un petit focus est également consacré aux créneaux horaires des entraînements.



MANOSQUE

LE MOT DE THIBAUT CORRERA

(Manager Général)

"Pour cette saison 2025-2026 nos équipes seniors garçons et filles jouent en niveau départemental. Après deux saisons difficiles de grands changements dans l'effectif, de jeunes arrivées et mon retour aux manettes, nos seniors garçons vont tout faire pour redonner du positif sur les résultats. Changement d'entraîneur aussi pour notre équipe sénior fille, après le départ d'Arnaud Demol, c'est Cédric Giraud (présentation ci-dessous) qui reprend cette équipe pleine de promesse pour cette année. Pas beaucoup de changement dans l'effectif, on espère une continuité et pourquoi pas atteindre le haut du tableau pour une accession en pré-nationale. Cette saison sera aussi celle des U15 garçons qui vont jouer pour la première fois, en championnat élite PACA. Après sa qualification en fin d'année contre Gap, l'équipe, accompagnée par Killian Demoyencourt, va jouer sur le plus haut niveau jeune avec l'intention de faire bonne figure et rendre fière les supporters du club."



Equipe garçons U15



Cédric Girault - Entraîneur équipe féminine sénior

LE MOT DE CÉDRIC GIRAULT

(Entraîneur équipe senior féminine)

"J'ai 45 ans et salarié du comité 04 de handball. J'ai répondu à l'appel du président Gil Erario de venir **succéder à Arnaud Demol** pour reprendre le groupe sénior féminines. Après les premières semaines d'entraînements et sans connaître vraiment nos adversaires, mes objectifs seront d'**amener mes compétences et mes expériences passées** à ce collectif composé d'une petite quinzaine de jeunes femmes. Mes sensibilités sur le handball féminin me font penser que **ce groupe a le potentiel de gravir les échelons** à condition de mettre les ingrédients et les exigences demandées. L'objectif sous-jacent est aussi de créer une locomotive suffisamment attractive pour **faire venir des jeunes filles au club du Manosque handball** afin de compléter toutes les filières. Tout cela passera par **des résultats sportifs** mais aussi **un jeu agréable à regarder, ambitieux, le tout saupoudré de plaisir à évoluer ensemble. Mesdames, mesdemoiselles nous vous attendons au gymnase des Iscles** pour voir évoluer ce groupe et peut être nous rejoindre dans l'aventure."

L'ARBITRAGE

La formation d'arbitre est essentielle pour le handball et tout le monde s'emploie à la faire évoluer. Pour cela on peut compter sur **Kamel Gozal grade excellence 3**, qui arbitre au niveau national. **Killian Demoyencourt grade T3** quant à lui arbitre au niveau départemental. Les jeunes arbitres : **Ivann Hassan, Gabin Bernard, Adrien Provenzano, Benjamin Provenzano, Marco Mignone, Olivier Roquebert, Zakaria Ziani** en formation quant à eux arbitrent les catégories jeunes.

LE MOT DU PRÉSIDENT GIL ERARIO

"Arrivé au club depuis juin j'ai eu la chance de faire revenir **Isabelle Bernardini comme secrétaire**, tous deux nous avons été par le passé **présidents du Club de Manosque**. Nous avons intégré une **équipe déjà bien rodée**, un **bureau directeur efficace** avec comme **trésorière Claire Brucker**, l'ancien président **Thierry Albiol** continue à nous **aider au sein du conseil d'administration**. Nous sommes tous prêts à **faire progresser notre club**, augmenter le nombre de licences, avoir une **équipe jeune** dans chaque catégories aussi bien masculin que féminin, **mettre en place de nouvelles pratiques** (beach, handfit), mettre en place une école d'arbitrage efficace. **L'arrivée de 2 services civique**, **Jade Chave et Enzo Voiry**, permettra favorisera les objectifs précédement cités. Nous avons construit un **projet sportif ambitieux** qui pourra s'appuyer sur **des partenaires économiques**. Je me propose de les rencontrer afin de les convaincre de venir nous rejoindre et de participer à cette belle aventure. J'aurai l'occasion au travers des medias de vous tenir informé de l'évolution du club."



MANOSQUE HANDBALL

Permanence : Septembre tous les samedi de 10h00 à 12h00
au gymnase des Iscles.

www.manosquehandball.fr | 6304002@ffhandball.net

Tél. 06 35 02 68 39 | Facebook : Manosque Handball

Insta : @manosquehandball

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
ISCLES	ISCLES	ISCLES	ECOLE INTER	ISCLES	ISCLES
					ISCLES
					LEP
					10h00-10h45
					Baby-U9
					10h45-12h15
					U11A et B
CRÉNEAUX HORAIRES DES ENTRAÎNEMENTS					
		15h30-17h00			
		U9-U11B			
		17h00-18h15			
		U11 A		17h15 – 18h30	
	18h15 -19h45	18h15 – 19h45	17h00-19h00		18h15 – 19h45
		U13	U15G		U15G -U17
	U13	19h45 – 21h30	18h00 – 19h30	18h30-20h00	19h30 – 20h45
		SF			SF
20h00-22h00	19h45-21h30			20h15-22h00	20h30 – 22h00
	U17-SG			Loisirs	SG

LA RECETTE SUCRÉE

TARTELETTES POIRE & CRÈME D'AMANDES À LA CONFITURE DE FIGES "COMTES DE PROVENCE"

Préparation 10 min - Cuisson 30 min.



PRÉPARATION

- Préchauffez votre four à 180°C (Th. 6).
- Étalez la pâte sablée dans des moules à tartelettes. Piquez légèrement le fond à l'aide d'une fourchette.
- Déposez une cuillère de Confiture de Figes "Comtes de Provence" dans le fond de chaque tartelette, en l'étalant finement.

Préparez la crème d'amandes :

- Dans un bol, mélangez le beurre fondu, le sucre, la poudre d'amandes, les œufs et l'extrait de vanille. Remuez jusqu'à obtention d'une crème homogène.
 - Versez la crème d'amandes par-dessus la confiture, jusqu'aux 2/3 de la hauteur.
-
- Coupez les poires en fines lamelles (ou en dés) et disposez-les délicatement sur le dessus.
 - Parsemez d'amandes effilées pour plus de croquant.
 - Enfournez 25 à 30 minutes, jusqu'à ce que la surface soit bien dorée.
 - Laissez tiédir, puis saupoudrez d'un léger voile de sucre glace



INGRÉDIENTS

Ingrédients pour 6 tartelettes

Pour la base :

- 1 pâte sablée pur beurre
- 3 poires (type Conférence ou Williams)
- 6 cuillères à café de Confiture de Figes "Comtes de Provence"

Crème d'amandes :

- 100 g de poudre d'amandes
- 80 g de sucre roux
- 80 g de beurre fondu
- 2 œufs
- 1 cuillère à café d'extrait de vanille

Pour la décoration (facultatif) :

- Amandes effilées
- Sucre glace



Boutique d'usine

11 Espace Saint-Pierre - 04310 Peyruis en Provence

Tél. 04 92 33 23 00

comtesdeprovence@agronovae.com

www.comtes-de-provence.fr

Facebook : @comtesdeprovence

Boutique d'usine ouverte

du lundi au vendredi de 9h à 17h


agro'novae
industrie



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 !

VELOUTÉ BUTTERNUT & CHÂTAIGNES



4 pers



55 minutes

Ingédients

de chez Couleurs Paysannes

1 courge butternut (1kg mini)

1 bel oignon

500g de châtaignes fraîches
(ou 350g cuites et épluchées)

20g de crème fraîche

sel, poivre

de l'épicerie ou de la maison

1 litre de bouillon de légumes



Préparation

Incisez chaque châtaigne à l'aide d'un couteau, puis plongez-les dans une casserole d'eau bouillante pendant 30 minutes. Égouttez-les et retirez leur coque ainsi que la peau.

Pelez la courge butternut avec un épluche-légumes, ôtez les graines et découpez la chair en dés.

Épluchez l'oignon et émincez-le grossièrement.

Dans une cocotte ou un faitout, faites-le revenir quelques minutes dans un filet d'huile d'olive.

Ajoutez ensuite la courge et le bouillon. Portez à ébullition, puis réduisez le feu et laissez mijoter 20 à 30 minutes, jusqu'à ce que la courge soit bien tendre.

Incorporez alors la crème et les châtaignes, puis mixez la préparation jusqu'à obtenir une texture lisse et onctueuse. Ajustez la quantité de bouillon selon la consistance désirée. Salez, poivrez, et servez en parsemant de quelques éclats de châtaignes.



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

Difficile de rester concentré sur tous les dossiers que vous avez à traiter. Il vous faudra toutefois rester zen et prévoir un peu de médiation pour préserver l'harmonie en famille.



TAUREAU

21/04 > 21/05

Après un mois de septembre stressant, vous retrouvez enfin vos marques et votre petite vie tranquille, celle qui vous permet de réaliser tous vos projets qui, malgré les apparences, sont nombreux.



GÉMEUX

22/05 > 21/06

De nouveaux projets verront le jour, et cela est pour vous plus que nécessaire, voire vital. Vos objectifs se concrétiseront prochainement, alors un peu de sport pour libérer l'esprit serait plus que judicieux.



CANCER

22/06 > 22/07

Si vous pensiez tout retrouver, il n'en sera rien, car tout autour de vous a changé, et vous aussi, par la force des choses. Vos idéaux de bonheur ne sont plus les mêmes et vous envisagez désormais un nouvel avenir.



LION

23/07 > 23/08

Après un été quelque peu compliqué, c'est un automne riche en événements qui s'annonce. Vous abordez désormais l'avenir avec sang-froid. Les décisions précipitées appartiennent au passé : la vie autour de vous ne vous en laisse plus la possibilité.



VIERGE

24/08 > 22/09

Quand vient la fin de l'été, vous réfléchissez aux perspectives de votre avenir et à celui de votre famille. Est-ce le ras-le-bol automnal ou simplement le besoin de quitter cette routine qui vous enferme un peu plus chaque jour ?



BALANCE

23/09 > 23/10

Demandez autour de vous ce que l'on pense vraiment de vous et de votre caractère, trop souvent changeant. Je vous promets de nombreuses surprises. Et surtout, ne vous limitez pas aux membres de votre famille : il en va de même au sein de votre équipe professionnelle.



SCORPION

24/10 > 22/11

Faites dès maintenant un peu attention à votre alimentation, car votre métabolisme n'est pas au mieux de sa forme. Et si vous le pouvez, cessez de ressasser le passé : il est derrière vous et vous empêche de saisir la chance d'un nouvel avenir.



SAGITTAIRE

23/11 > 21/12

Besoin de tendresse et d'amour, vous si souvent solitaire, là, vous avez besoin de l'autre et l'autre vous le rend bien. De nouveaux projets avec votre moitié d'orange verront enfin le jour.



CAPRICORNE

22/12 > 20/01

C'est reparti : une nouvelle opportunité vous conduit à prendre de nouvelles directions sur le plan professionnel. Un déménagement peut être soudainement envisagé. Même si la maisonnée râle, elle vous suivra.



VERSEAU

21/01 > 18/02

Avoir envie de liberté, de besoin d'évasion : voilà encore une fois quelque chose qui vous ressemble. Que ce soit dans votre vie personnelle ou au sein de votre activité, ce sentiment refait surface, laissant entrevoir un nouveau départ.



POISSONS

19/02 > 20/03

Oubliez la table, car cela devient presque un défaut aux yeux de votre entourage. Vous ne pensez plus qu'à manger, et ce nouveau comportement pourrait indiquer un dérèglement. Consultez votre médecin.

31^{ème} FOIRE AUX SANTONS

Gréoux-les-Bains

DU 24 OCTOBRE
AU 2 NOVEMBRE
2025

CENTRE DE
CONGRÈS
L'ÉTOILE

De 14h à 18h

PAYS
DE
MANOSQUE
TOURISME & CONGRÈS

Haute Provence

