

DURANCE

Mensuel # 97 • Novembre 2017

Vendredi 24 et samedi 25

★ Marché de Noël



Sur la place du commerce, quartier de Font Robert à Château-Arnoix. Vendredi de 14h à 18h, samedi de 10h à 17h. Marché de Noël au profit d'une association humanitaire qui œuvre parmi des réfugiés au Liban. Une grande variété d'articles pour les cadeaux de fin d'année. Tous les objets à vendre sont faits main et fabriqués par les membres de notre association. Entrée libre.

Association Biblique : 06 30 07 60 47

Vendredi 24, samedi 25 et dimanche 26

★ Téléthon (voir temps forts)

Dans la salle des fêtes, salle Bergeroux et parc du château à Malijai. Vendredi à 19h30 : soirée, cabaret avec tapas... Samedi à partir de 10h : animations multiples : foot, boules, simulateur de pêche, vélo superphonique, danses de salon, marche nordique, baptême de voitures. À partir de 13h : rando vélo-VTT. 18h : apéro karaoké, 19h30 : repas « poulet curry » et soirée dansante. Dimanche 26 à 9h rando vélo 25 ou 75 km. 10h : concours déco de pâtisseries pour les enfants...

Contact : 06 50 82 18 98 / 06 75 37 79 76

Samedi 25

★ Brocante

Dans le quartier de la casse (salle et parking Joie et Soleil) à Saint-Auban de 6h à 18h. Brocante, vide grenier, bourse aux jouets. L'association Joie et Soleil invitée tiendra un stand d'objets divers. Tables et chaises fournies pour les stands à l'intérieur. Les associations de la commune qui souhaitent tenir un stand sont invitées gratuitement.

Débal Villages Animés : 06 72 54 97 57 / 06 68 64 03 15

★ Rencontre en matinée

Au local du Ramip aux Mées de 9h à 12h. Intervention sécurité routière.

Contact : 04 92 31 50 99

★ Marché de l'Avent Noël

À Peyruis, place Fauchier et rues attenantes de 10h à 20h. Un feu d'artifices sera tiré vers 19h du parc du château.

Festivités Peyruisiennes : 06 22 16 70 66

★ Balade sophrologie

À l'aérodrome de St Auban de 10h à 11h30. Marcher, s'arrêter et faire des mouvements de sophrologie, marcher à nouveau, oxygéner le cerveau, utiliser notre corps et nos sens. Respirer moins vite, être plus réceptif dans toutes nos activités. Apprendre à se détendre. Mouvements très simples. Balade accessible à tous ainsi qu'aux enfants. 4€.

Contact : 06 41 58 68 81

★ Initiation à la batterie



À la MJC de Saint-Auban de 15h à 16h. Vous rêvez d'apprendre la batterie ? Sylvain partage son savoir dans ces ateliers d'initiation ouverts à tous les âges. Gratuit (cotisation annuelle MJC : 15€ adulte, 10€ moins de 18 ans)

Contact : 06 66 35 00 71

★ Technique de libération émotionnelle

À Saint-Auban. Libération des émotions négatives, des souffrances, colère, tristesse... par tapotements sur méridiens. 30€.

Au Temps pour Soi : 06 41 58 68 81

Dimanche 26

★ Vide grenier

À la salle des fêtes de Peyruis. Buvette et restauration sur place. Tables fournies 10€ l'emplacement. Organisé par le COS du personnel communal.

Contact : 06 62 48 17 12 / 06 79 64 08 27

★ Loto de Noël

À la salle polyvalente de Salignac à 15h. Nombreux lots, bons d'achats, filet garni... 5€ le carton, 20€ les 5.

Foyer Rural : 06 38 95 86 21

★ Concert Classique

À l'église de Saint-Auban à 16h. Requiem de Fauré, extraits d'une messe de Victoria, 2 pièces instrumentales (Corelli et Dvorak). Par l'ensemble vocal et instrumental de Château-Arnoix (centres musicaux ruraux). Direction Arlette Vial et Gilberte Barbier.

Contact : 04 92 64 02 22

★ Loto

À la salle des fêtes à Château-Arnoix à 16h. Organisé par le comité de jumelage de Château-Arnoix.

Contact : 06 16 21 33 10

Mardi 28

★ Petites lectures, découverte du livre

À la médiathèque des Mées de 10h30 à 11h15. Participation annuelle de 25€ pour les parents sur l'ensemble des ateliers programmés sur le carrefour. Permanence administrative du relais tous les mercredis de 9h à 12h alternativement sur St Auban et Château-Arnoix.

Contact : 04 92 31 50 99 / 07 68 35 81 47

★ Modelage ou séance énergétique

À Saint-Auban. Découvrir méthodes de relaxation au choix : modelages huiles et pierres chaudes, ou séance de rééquilibrage énergétique améliorée avec minéraux. 1h-1h15. 30€.

Au Temps pour Soi : 06 41 58 68 81

Mercredi 29

★ Initiation à la pêche

À l'étang des Salettes à Château-Arnoix de 13h30 à 17h30. Apprentissage de la pêche au coup, pêche au feeder, à la carpe, carnassier. Connaissance du matériel, fabrication d'amorce. En hiver fabrication de flotteurs, lignes de pêche, cours techniques, vidéo pêche (de décembre à fin février). Carte d'adhérents : 5€, cotisation trimestre : 48€, mensuelle : 17€.

La Marelle : 04 92 32 37 04

★ Découverte du Reiki

À Saint-Auban. Groupe limité à 6. Découverte de l'histoire, du fonctionnement du Reiki. Durée : 1h. 7€.

Au Temps pour Soi : 06 41 58 68 81

★ Permanence du Carrefour du Sel

À la salle de réunion de la Mairie des Mées à 18h. Carrefour du système d'échange local de biens, liens, service sans argent.

Contact : 04 86 49 65 96

Jeudi 30

★ Escalade Bien être

À Saint-Auban, à la mutuelle St Aubanaise, 1 rue Emile Boyoud, de 13h30 à 16h. Le Comité 04 de la Ligue contre le cancer met à la disposition des personnes concernées par la maladie cancéreuse une escalade bien être avec des activités gratuites à la recherche d'un mieux-être.

Contact : 04 92 32 50 36

Du jeudi 30 au samedi 2

★ Musique : « Comme je l'entends »

Au Théâtre Durance à 19h le jeudi, 21h le vendredi et 19h le samedi. Avec la compagnie : Comme je l'entends, les productions – Benjamin Dupé. À force de mesurer au quotidien son incapacité à raconter simplement aux autres ce qu'est sa musique, Benjamin Dupé a décidé d'en faire un spectacle. Seul en scène, il propose une pièce atypique qui questionne et expérimente les sensations que procure l'écoute de sa musique, de 3 à 16€.

Théâtre Durance : 04 92 64 27 34

Samedi 2 et 3 Décembre

★ Brocante et vide grenier de Noël

Aux Mées, grande brocante, vide grenier et bourse aux jouets. Organisée par Débal Villages Animés en partenariat avec Chatlesmées.

Contact : 06 72 54 97 57 / 06 68 64 03 15

> Vendredi 10

★ Double soirée Théâtre Durance



Au fond de sa cave. Instruit presque malgré lui, sa bruyante solitude lui fait un peu tourner la tête, mais elle est sa seule arme face à un État régi par la censure et le totalitarisme. De 3 à 16€. Pour les 2 spectacles : de 3€ à 22€ + pause-repas offerte.

Théâtre Durance : 04 92 64 27 34

> Dimanche 12

★ Duathlon en Durance



À Saint-Auban à partir de 9h30. Épreuve sportive 100% nature, alternant VTT et course à pied, à faire en relais à deux ou en solo. 20km pour le parcours sportif (5km de trail, 10km de VTT et 5km de trail) à partir de 16 ans. 6km pour le parcours découverte (500m de course à pied, 5km de VTT et 500m de course à pied), à partir de 10 ans. Parcours initiation 800m pour les moins de 10 ans. Présentation d'un certificat médical et autorisation parentale pour les mineurs. Les solos se courent en enchaînant les boucles, le relais en équipe de deux : 1 coureur et 1 vtiste. 15€ sur place ou 12€ jusqu'au 11/11 sur lesportif.com. Organisé par Aventures Sports Nature 04.

Contact : 06 71 26 53 45

> Vendredi 24, samedi 25 et dimanche 26

★ Téléthon



Dans la salle des fêtes, salle Bergeroux et parc du château à Malijai. Vendredi à 19h30 : soirée, cabaret avec tapas et sandwiches, agrémentée de plusieurs animations : spectacle de danse, chants, magie... Samedi à partir de 10h : animations multiples : foot, boules, simulateur de pêche, vélo superphonique, danses de salon, marche nordique, baptême de voitures avec le club engrenage et repas grillades à midi, animation dans les rues avec la compagnie de tambours Batu Calu. À partir de 13h : rando vélo-VTT ainsi que toutes les autres animations, lâcher de ballons dans l'après-midi, 18h : apéro karaoké, 19h30 : repas « poulet curry » suivi d'une soirée dansante avec MG animation. 5€ l'entrée à la soirée et 5€ le repas. Dimanche 26 à 9h rando vélo 25 ou 75 km. 10h : concours déco de pâtisseries pour les enfants dans 2 catégories : 4/7 ans et 8/12 ans. Démonstrations et initiations de hip-hop / activités tennis / arts plastiques. Téléthon organisé par les associations, Un instant pour une vie, Coup de boules, Malij'gym, tennis club, football club, léa'lumés, team mic, danse'endurance, l'atelier créat'ion, le gam et malijai-rando.

Contact : 06 50 82 18 98 / 06 75 37 79 76



Automne

Castagnade et vin chaud, cueillette des baies d'automne, troc de graines...



Épreuves

Duathlon en Durance, tournoi international de squash, concours d'obstacles...



Bien-être

Relaxation, méditation, découverte du Reiki, stage de chant...



Les 50 ans de la MJC samedi 11 novembre

- 11^e marché de la création, marchés de Noël...
- Concert classique, soirées dansantes...

DURANCE l'Agenda est édité à 4 000 exemplaires.

- Dépôt légal en cours - Octobre 2017
- Directeur de publication : Claude Fiaert
- Directeur de rédaction : Office de Tourisme Moyenne Durance Tél. 04 92 64 02 64
- Crédits photos : ©AFN04, ©ACT Joerg Steinmetz, ©Simon Gosselin, ©PLG, ©Shutterstock
- Conception et réalisation graphique : ©Autrement dit communication - Tél. 04 92 33 15 33
- Impression : Imprimerie de Haute-Provence
- Textes et photos interdits à la reproduction sans autorisation préalable de la Provence Alpes Agglomération.

l'Agenda

Novembre 2017

Tout le mois de novembre

★ **Restauration des mosaïques du Priuré de Ganagobie**

Exposition dans la salle Paul VI, à côté de l'accueil / boutique. Du mardi au dimanche de 15h à 17h. Les 72m² de mosaïques exceptionnelles datant du 12ème siècle sont visibles toutes l'année au Priuré de 15h à 17h.

Contact : 04 92 68 00 04

★ **Découverte olfactive**

À la boutique Lothantique à Peyruis, le mardi à 11h et le mercredi à 16h30. Initiation à la découverte des parfums Lothantique. Gratuit, durée 45min. Groupe limité à 8 personnes, sur inscription.

Lothantique : 04 92 68 60 31

★ **Le mois des produits tripiers**

Au Restaurant La Bonne Étape de 12h à 13h30 et de 19h30 à 21h30. L'occasion de venir goûter les délicieux pieds-paquets « Tante Gaby » de Jany Gleize, recette de la grand-mère du chef étoilé et baptisée en son honneur. Plat à 42€.

Contact : 04 92 64 00 09

★ **Le mois des produits tripiers**

Au Restaurant Le Goût du Jour à Château-Arnoux de 12h à 14h et de 19h30 à 22h. Les produits tripiers sont à l'honneur pendant tout le mois.

Contact : 04 92 64 00 09

★ **Brunch de La Bonne Étape**

À La Bonne Étape à Château-Arnoux tous les samedis à 11h30. Un large choix de gourmandises sucrées et salées pour un brunch aux multiples saveurs. (Boissons alcoolisées en supplément) Sur réservation 24h à l'avance. 35€.

Contact : 04 92 64 00 09

Mercredi 1^{er}

★ **Brocante**

À la salle des fêtes, boulodrome et place de la république aux Mées de 6h à 18h. Grande brocante, vide grenier, vide livres et cartes postales. Bourse aux plantes, vide fringues. Les associations de la commune qui souhaitent tenir un stand sont invitées gratuitement. Organisé par Débal Villages Animés en partenariat avec Challesmées.

Contact : 06 72 54 97 57 / 06 68 64 03 15

★ **Sortie découverte des plantes sauvages**

Dans le secteur de Château-Arnoux de 10h à 16h30. Découverte et cueillette des baies d'automne. 15€.

Mille et une Feuilles : 06 50 36 07 49

★ **Initiation à la pêche**



À l'étang des Salettes à Château-Arnoux de 13h30 à 17h30. Apprentissage de la pêche au coup, pêche au feeder, à la carpe, carnassier. Connaissance du matériel, fabrication d'amorce. En hiver fabrication de flotteurs, lignes de pêche, cours techniques, vidéo pêche (de décembre à fin février). Carte d'adhérents : 5€, cotisation trimestre : 48€, mensuelle : 17€.

La Marelle : 04 92 32 37 04

★ **Sortie découverte des baies d'automne**

Dans le secteur de Château-Arnoux, de 13h30 à 16h30. Petite balade avec explications et cueillettes de baies d'automne comestibles et médicinales. Tarif : 9€.

Mille et une Feuilles : 06 50 36 07 49

★ **Après-midi Halloween**

À 14h dans la salle des fêtes de Château-Arnoux. Après-midi animé pour les enfants avec goûter offert. Gratuit.

Comité des Fêtes : 06 70 69 97 13

★ **Visite guidée du Monastère de Ganagobie**
De 14h à 16h visite du monastère et de son plateau, l'église et sa salle d'exposition des mosaïques. Rdv sur le parking de Ganagobie ou à l'office de tourisme de Château-Arnoux. 10€+ transport (contacter l'organisatrice si transport).

Marie : 06 78 44 75 00

Jeudi 2

★ **Escalé Bien être**

À Saint-Auban, à la mutuelle St Aubanaise, 1 rue Emile Boyoud, de 13h30 à 16h. Le Comité 04 de la Ligue contre le cancer met à la disposition des personnes concernées par la maladie cancéreuse une escalé bien être avec des activités gratuites à la recherche d'un mieux-être.

Contact : 04 92 32 50 36

Du jeudi 2 au dimanche 5

★ **5^e tournoi international professionnel de squash**
À la salle des sports et de squash de 10h à 19h. Présence des meilleurs joueurs mondiaux, 28 athlètes, 4 continents représentés. 1 tableau de qualifications de 16 joueurs : les 4 qualifiés intègrent ensuite 1 tableau de 12 joueurs. Jeudi 2, 1^{er} et 2^e tours de qualifications, vendredi ¼ et 1/8^e de finale, samedi ½ finale, dimanche finale. 15e open régional hommes et femmes le dimanche. Entrée libre et gratuite.

Squash Moyenne Durance : 06 03 85 97 73

Vendredi 3

★ **Sophrologie – relaxation / méditation**

À la MJC à Saint-Auban de 13h30 à 15h. Ensemble d'exercices accessibles à tous, simples et efficaces pour apprendre à se détendre, savoir gérer ses émotions, récupérer une qualité de sommeil, bien-être et relaxation/méditation en fin de cours. 5€.

Contact : 06 41 58 68 81

Samedi 4

★ **Brocante**

Sur la place de la Résistance à Château-Arnoux de 6h à 18h. Grande brocante, bourse aux plantes, vide grenier, fringues, jouets. Les associations de la commune qui souhaitent tenir un stand sont invitées gratuitement. Organisé par l'UL de Château-Arnoux avec DébalVillages Animés.

Contact : 06 72 54 97 57 / 06 68 64 03 15

★ **Troc de graines**

À Montfort de 13h30 à 16h30. Si vous avez des semences de certains légumes, fruits, fleurs ou arbustes en trop et que vous en cherchez certains autres, vous êtes invité(e)s à venir les troquer. Entrée libre et gratuite.

Mille et une Feuilles : 06 50 36 07 49

★ **Atelier de réparation : Repair Café**

À la maison des associations des Mées de 14h à 17h. Le Repair Café est une rencontre conviviale autour de la réparation. Venez réparer vos vêtements, petits appareils électroménagers, cycles, meubles, ordinateurs... avec l'aide de bénévoles bricoleurs. Le Pôle déchets de Provence Alpes Agglomération vous attend nombreux ! Entrée libre.

Contact : 09 64 14 22 36 / 06 32 30 24 91

★ **Initiation à la batterie**

À la MJC de Saint-Auban de 15h à 16h. Vous rêvez d'apprendre la batterie ? Sylvain partage son savoir dans ces ateliers d'initiation ouverts à tous les âges. Gratuit (cotisation annuelle MJC : 15€ adulte, 10€ moins de 18 ans)

Contact : 06 66 35 00 71

★ **Cours de pâtisserie**

À La Bonne Étape à Château-Arnoux à 15h. La pâte à choux, confection et montage d'un croque en bouche. Vos desserts seront toujours un succès si la pâte est réussie. Le chef Jany Gleize vous donne les astuces d'une pâte à choux parfaite. 70€.

Contact : 04 92 64 00 09

★ **Soirée Halloween**



À la maison des associations à L'Escalé à 20h30. Animée par Cap'tain Jo, buvette, crêpes et gâteaux. Gratuit pour les personnes déguisées, sinon 2€.

Office municipal des fêtes : 06 44 72 04 10

Dimanche 5

★ **Grand loto**

Dans la salle des fêtes des Mées, ouverture des portes à 15h. Début du loto à 16h, 15 quines, 5 cartons pleins. Télé-viseur 101cm, ordinateur portable, cave à vin, drones, tour Bluetooth, microondes, aspirateur, cafetière Krups etc... Organisé par le Foyer club les joyeux pénitents.

Contact : 04 92 34 36 38

★ **Loto de La Marelle**

À la salle des fêtes de Château-Arnoux à 16h. Nombreux lots : TV Led, tablette Samsung, drone, demi-agneau...

La Marelle : 04 92 32 37 04

Mardi 7

★ **Atelier jeux, psychomotricité**

Au centre de loisirs de Malijai de 9h30 à 11h30. Gratuit pour les assistantes maternelles et les enfants. Participation annuelle de 25€ pour les parents sur l'ensemble des ateliers programmés sur le carrefour. Permanence administrative du relais tous les mercredis de 9h à 12h, alternativement sur St-Auban et Château-Arnoux.

Contact : 04 92 31 50 99 / 07 68 35 81 47

★ **Café Repaire : Créons un collectif local de lanceurs d'alerte**

Au restaurant le Stendhal à Château-Arnoux de 18h à 20h. Les lanceurs d'alerte sont ces personnes qui informent leurs concitoyens sur des enjeux que les responsables économiques et/ou politiques n'ont pas forcément intérêt à dévoiler. Face à la dispersion des informations, au manque de transparence, peut-on s'unir pour créer un collectif local de lanceurs d'alerte ? Entrée libre

Contact : 06 07 96 72 35

Mercredi 8

★ **Initiation à la pêche**

À l'étang des Salettes à Château-Arnoux de 13h30 à 17h30. Apprentissage de la pêche au coup, pêche au feeder, à la carpe, carnassier. Connaissance du matériel, fabrication d'amorce. En hiver fabrication de flotteurs, lignes de pêche, cours techniques, vidéo pêche (de décembre à fin février). Carte d'adhérents : 5€, cotisation trimestre : 48€, mensuelle : 17€.

La Marelle : 04 92 32 37 04

★ **Castagnade et vin chaud**

À la ferme de Font Robert à Château-Arnoux à 18h30. La traditionnelle castagnade d'automne suivi du vin chaud est toujours précédée d'une rencontre culturelle. Cette année, l'association du patrimoine a invité Hubert Blond qui nous entraîne sur les traces d'un berger poète. Entre 1912 et 1959, dans les bergeries de la montagne de Lure, Albert a écrit des phrases, des poèmes à la mine graphite. L'enquête passionnante d'Hubert Blond ravive cette aventure humaine, retracée dans son livre. Entrée libre. Organisée par l'association du Patrimoine de Château-Arnoux-Saint-Auban.

Contact : 04 92 64 03 92

★ **Séance Énergétique**

À Saint-Auban. Besoin d'améliorer sa santé, son énergie ? Prenez 1h15 pour vous recharger d'énergie par imposition des mains ainsi que par l'aide de minéraux posés sur et autour du corps. Séance terminée par bots chantants tibétains. 30€.

Au Temps pour Soi : 06 41 58 68 81

Jeudi 9

★ **Atelier jeux**

Au centre de loisirs « La passerelle » à Saint-Auban de 9h30 à 11h30. À toutes les assistantes maternelles. Organisé par le RAMIP « Fruits de la Passion » actions soutenues par la commune.

Contact : 04 92 31 50 99 / 07 68 35 81 47

★ **Escalé Bien être**

À Saint-Auban, à la mutuelle St Aubanaise, 1 rue Emile Boyoud, de 13h30 à 16h. Le Comité 04 de la Ligue contre le cancer met à la disposition des personnes concernées par la maladie cancéreuse une escalé bien être avec des activités gratuites à la recherche d'un mieux-être.

Contact : 04 92 32 50 36

Vendredi 10

★ **Sophrologie – relaxation / méditation**
À la MJC à Saint-Auban de 13h30 à 15h. Ensemble d'exercices accessibles à tous, simples et efficaces pour apprendre à se détendre, savoir gérer ses émotions, récupérer une qualité de sommeil, bien-être et relaxation/méditation en fin de cours. 5€.

Contact : 06 41 58 68 81

★ **Double soirée Théâtre (voir temps forts)**
Au Théâtre Durance, à 19h, spectacle « Toute ma vie j'ai fait des choses que je savais pas faire » avec la compagnie Théâtre du Nord par Christophe Rauck, de 3 à 16€.
À 21h, spectacle « Une trop bruyante solitude » avec la compagnie Théâtre de l'Incendie par Laurent Fréchuret, de 3 à 16€. Pour les 2 spectacles : de 3€ à 22€+ pause-repas offerte.

Théâtre Durance : 04 92 64 27 34

Samedi 11

★ **Brocante**

À St Auban, place Péchiney de 6h à 18h. Vide grenier, outils, jouets. Les associations de la commune qui souhaitent tenir un stand sont invitées gratuitement. Organisé pour le Team Racing Fayet par DébalVillages Animés.

Contact : 06 72 54 97 57 / 06 68 64 03 15

★ **Les 50 ans de la MJC**



À la MJC de Saint-Auban de 10h à 1h du matin. Matinée : exposition, installations artistiques sonores. 13h : Repas partagé. 14h : « éducation populaire, à quoi ça sert ? » : bibliothèque vivante, débat. La MJC et vous : venez témoigner et échanger. 18h : apéro musical, danse avec Brigitte Jaillans, concerts des groupes mythiques de la MJC... et des futurs groupes mythiques ! Entrée libre, buvette sur place en soirée.

MJC : 04 92 64 17 24

★ **Sortie découverte plantes sauvages**
Sur le secteur de Château-Arnoux de 13h30 à 16h30. Découverte de la cueillette des baies d'automne, 9€.

Mille et une Feuilles : 06 50 36 07 49

★ **Tournoi de tarot**

À la MAC à L'Escalé, inscriptions à 14h, jeux à 14h30. 4 tables, 5 donnes, mises réservées et lot tiré au sort parmi les perdants. 6€.

Tarot Club : 06 18 90 97 59 / 06 76 44 23 52

★ **Cours de cuisine : les quenelles de volaille, de poissons, la farce, la cuisson et les utilisations**
À La Bonne Étape à 15h. Suivez les conseils du chef Jany Gleize : étonnez vos convives avec cette nouvelle présentation des volailles et poissons que l'on connaît. 70€.

Contact : 04 92 64 00 09

★ **Initiation à la batterie**

À la MJC de Saint-Auban de 15h à 16h. Vous rêvez d'apprendre la batterie ? Sylvain partage son savoir dans ces ateliers d'initiation ouverts à tous les âges. Gratuit (cotisation annuelle MJC : 15€ adulte, 10€ moins de 18 ans)

Contact : 06 66 35 00 71

★ **Loto**

Dans la salle des fêtes de Malijai à 15h ouverture des portes. Loto à 16h, 5 tours de 5 quines + cartons pleins. 6^e tour : carton vide. Lots à majorités alimentaires. Buvette sur place : crêpes, boissons chaudes ou fraîches. 6€ les 2 cartons, 15€ les 6, 10€ les 4, 20 € les 10 cartons.

Les chardons d'argent : 04 92 36 39 05

★ **Soirée Karaoké**

À la salle des fêtes de Château-Arnoux à 21h. Entrée : 10€. **Comité des fêtes : 06 70 69 97 13**

Samedi 11 et dimanche 12

★ **Formation Reiki 2^e niveau**

À Saint-Auban de 9h à 17h. Réviser le 1^{er} degré, enseigner et expliquer les symboles, cristal et traitements à distance, initiations, techniques japonaises. Reiki dans les dimensions passées présentes et futures.

Au Temps pour Soi : 06 41 58 68 81

★ **Stage de chant**

À la maison des associations des Mées. Masterclass de chant avec Méline, plus d'info sur le blog ecoledemusique-desmees.blogspot.com

Ecole de Musique : 06 78 29 61 82

Dimanche 12

★ **Duathlon en Durance (voir temps forts)**

À Saint-Auban à partir de 9h30. Epreuve sportive 100% nature, alternant VTT et course à pied, à faire en relais à deux ou en solo. 20km pour le parcours sportif. 6km pour le parcours découverte. Parcours initiation 800m pour les moins de 10 ans. 15€ sur place ou 12€ jusqu'au 11 novembre sur lesportitif.com.

Aventures Sports Nature 04 : 06 71 26 53 45

★ **Concours d'obstacles**

Au centre équestre de la Fenière aux Mées de 9h à 16h. Ouvert aux spectateurs.

La Fenière : 04 92 34 36 60

Mardi 14

★ **Jeux avec la Turbulodo**

À la maison des associations des Mées de 9h30 à 11h30. Gratuit pour les assistantes maternelles et les enfants. Participation annuelle de 25€ pour les parents sur l'ensemble des ateliers programmés sur le carrefour. Permanence administrative du relais tous les mercredis de 9h à 12h alternativement sur St-Auban et Château-Arnoux.

Contact : 04 92 31 50 99 / 07 68 35 81 47

★ **Lectures de lettres de Poilus**

À la Mac de L'Escalé à 20h30. Par les membres de l'association « Les Amis des Mées ». En première partie de soirée, l'histoire du soldat Conil de sa mobilisation au début de la grande guerre, jusqu'au front. Ensuite, lectures de lettres de poilus et celles des femmes restées dans les campagnes. Entrée libre.

Association du Patrimoine : 04 92 64 02 46

Mercredi 15

★ **Ouverture billetterie Réveillon**

Dans la salle des fêtes de Château-Arnoux à partir de 20h le 31 décembre. Repas et soirée dansante avec Alain Maillot. Sur réservation à l'office de tourisme, 75€/personne, menu tout compris.

Comité des fêtes : 06 70 69 97 13

★ **Initiation à la pêche**

À l'étang des Salettes à Château-Arnoux de 13h30 à 17h30. Apprentissage de la pêche au coup, pêche au feeder, à la carpe, carnassier. Connaissance du matériel, fabrication d'amorce. En hiver fabrication de flotteurs, lignes de pêche, cours techniques, vidéo pêche (de décembre à fin février). Carte d'adhérents : 5€, cotisation trimestre : 48€, mensuelle : 17€.

La Marelle : 04 92 32 37 04

★ **Relaxation Huiles et Pierres Chaudes**

À Saint-Auban. Séance pour retrouver bien être et harmonie. Durée 1h. 30€.

Au Temps pour Soi : 06 41 58 68 81

Jeudi 16

★ **Atelier Jeux**

À la salle d'accueil périscolaire maternelle à L'Escalé de 9h30 à 11h30. Gratuit pour les assistantes maternelles et les enfants. Permanence administrative du relais tous les mercredis de 9h à 12h alternativement sur St-Auban et Château-Arnoux.

RAMIP : 04 92 31 50 99 / 07 68 35 81 47

★ **Escalé Bien être**

À Saint-Auban, à la mutuelle St Aubanaise, 1 rue Émile Boyoud, de 13h30 à 16h. Le Comité 04 de la Ligue contre le cancer met à la disposition des personnes concernées par la maladie cancéreuse une escalé bien-être avec des activités gratuites à la recherche d'un mieux-être.

Contact : 04 92 32 50 36

★ **Soirée UNIPOP « projections et préjugés ?</**