

L'agenda

Val de Durance

Mars 2020

Tout le mois

Déstockage tableaux divers

À Château-Arnoux sur rendez-vous. Déstockage tableaux divers, encadrés, non encadrés, huile, acrylique, aquarelles, encre... Faites-vous plaisir ! Petits prix de 5€ à 50€ max. Entrée libre.

Atelier expo Artistica : 06 59 13 34 74

Menu Déjeuner Etape

Au restaurant étoilé La Bonne Etape à Château-Arnoux de 12h à 13h30 du mercredi au dimanche. Apprenez à connaître la maison avec un menu surprise aux saveurs des produits du marché. 35€ par personne hors boissons.

La Bonne Etape : 04 92 64 00 09

À partir du dimanche 1^{er} mars

«Les fruits et les légumes entrent en scène»
À la cafétéria Lou Jas à Saint Auban, du lundi au vendredi de 11h à 14h. Afin de marquer l'arrivée du printemps, le photographe Michel Bonifay accroche aux cimaises de la cafétéria une vingtaine de ses instants fixés par son objectif. Entrée libre.

L'Entrée des Artistes : 04 92 64 09 40

Mardi 3

Atelier de jeux

Au local de loisirs les Chardons Bleus à 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.

RAMIP : 04 92 31 50 99

Mercredi 4

Atelier pêche 7-16 ans

Aux étangs des Salettes à Château-Arnoux de 13h30 à 17h30. Animé par Christophe Broussalis, initiateur fédéral de pêche. Matériel fourni et carte de pêche obligatoire. 18€/ mois ou 50€/trimestre et une adhésion annuelle de 5€.

La Marelle : 04 92 32 37 04

Coin famille « Lettres d'A »

À la médiathèque de Château-Arnoux à 15h. L'équipe du coin famille propose un atelier de lecture dans le cadre du concours des lettres d'A, animé par la médiathèque Louis Joseph. Gratuit.

Contact : 04 92 32 37 04

Bon débarras ! Théâtre/marionnettes

Au théâtre Durance à Château-Arnoux à 19h. Tout enfant a son territoire à rêveries, sa cachette, son refuge. Dans ce spectacle, il s'agit d'un débarras dans lequel se sont succédés, pendant un siècle, neuf enfants. De grandes marionnettes manipulées à vue nous font voyager, dans le désordre, de 1906 à nos jours. En filigrane de ces irrésistibles bouts d'enfance, on entend la grande Histoire. À partir de 8 ans, en famille, de 3 à 16€.

Théâtre Durance : 04 92 64 27 34

Vendredi 6

Aïoli Côté Bistro

À la Magnanerie Côté Bistro à Aubignosc de 12h à 13h30. Aïoli maison entre terre et mer préparé avec des produits issus du terroir local. 12€ par personne.

Contact : 04 92 62 60 11

Des femmes en écriture, de femmes en luttes

Dans la salle d'exposition du centre culturel Simone Signoret de 16h à 20h. 16h : Les Editions Parole présentent la collection Main de femme où est paru L'Homme semence. À 18h30 : Elles... comme Lutte ! Concert-lecture par le groupe vocal Régis Dejasmin. Trois femmes, trois destins, trois luttes... L'évocation « sur le vif » des destins de ces trois femmes est ponctuée par des chansons en langue originale, certaines traduites ou adaptées en français. Gravité et humour y ont leur part !

Médiathèque : 04 92 64 44 12

Samedi 7

Stage de naturopathie

À la salle du Riou à Peipin de 9h à 12h. Thème : savoir prendre soin de ses yeux et de ses oreilles. La baisse voire la perte d'un ou plusieurs sens engendre un stress important et coupe du monde extérieur. La naturopathie et ses approches naturelles permettent de travailler en amont pour prévenir et ralentir le vieillissement prématuré. Ouvert à tous. Adhérent : 18,90€, non adhérent : 27€.

UTL : 04 92 62 60 59

Stage de calligraphie japonaise

À la salle de réunion de la maison pour tous à Peipin de 9h30 à 12h30. Au Japon, on considère que cette pratique permet d'atteindre la longévité, la maîtrise du corps et de l'esprit. Ouvert à tous, matériel fourni. Adhérent : 18,90€, non adhérent : 27€.

UTL : 04 92 62 60 59

Samedi musical

À la médiathèque des Mées à 10h15.

Ecole de musique : 06 08 45 01 64

Stage de phytothérapie : les fleurs comestibles

À la salle du Riou à Peipin de 14h à 17h. De nombreuses fleurs peuvent être utilisées en cuisine pour apporter de la couleur et du parfum aux plats. Mais pas seulement ! Riches en antioxydants et autres substances protectrices, elles apportent par petites touches des bienfaits nutritionnels et thérapeutiques. Quels usages en cuisine, comment préparer ses sirops et quelles sont les précautions à prendre. Ouvert à tous. Adhérent : 18,90€, non adhérent : 27€.

UTL : 04 92 62 60 59

Cours de cuisine : sautés et blanquettes

Au restaurant étoilé La Bonne Etape à Château-Arnoux de 15h à 17h. Le chef étoilé Jany Gleize vous donne ses conseils pour des sautés et blanquettes. Au menu : du veau, du poisson, de l'agneau. 70€ par personne.

La Bonne Etape : 04 92 64 00 09

Soirée gitane

À l'Escale, soirée gitane avec repas.

OMF : 06 44 72 04 10

Dimanche 8

Sortie découverte des salades sauvages

Sur le secteur de Château-Arnoux de 14h à 17h. Préparation et dégustation à base de plantes sauvages. Sur inscription, 12€. Contact par SMS ou téléphone après 18h.

Mille et une feuilles : 06 50 36 07 49

Du mardi 10 au mardi 31

Pop-up, livres de peintre, livres objets, livres d'artistes, des livres singuliers à découvrir

À la médiathèque Louis Joseph à Château-Arnoux aux heures d'ouvertures. Sur rendez-vous (le matin) pour les groupes. Exposition de pop-up, de livres d'artistes du fonds de la médiathèque départementale (04), de la médiathèque François Mitterrand de Digne-Les-Bains ainsi qu'une sélection du Frac Paca au travers du dispositif Lem on tour. Gratuit.

Médiathèque : 04 92 64 44 12

Mercredi 11

Atelier pêche 7-16 ans

Aux étangs des Salettes à Château-Arnoux de 13h30 à 17h30. Animé par Christophe Broussalis, initiateur fédéral de pêche. Matériel fourni et carte de pêche obligatoire. 18€/ mois ou 50€/trimestre et une adhésion annuelle de 5€.

La Marelle : 04 92 32 37 04

Sortie découverte des salades sauvages

Sur le secteur de Château-Arnoux de 16h45 à 19h. Petite balade pour découvrir dégustation à base de plantes sauvages. Sur inscription, 12€. Contact par SMS ou téléphone après 18h.

Mille et une feuilles : 06 50 36 07 49

Jeudi 12

Ciné petit déj'

Au Cinématographe à Château-Arnoux à 9h. Projection du film « la bonne épouse » de Martin Provost. Tarif unique : 5,50€.

Contact : 04 92 32 37 04

Vendredi 13

Soirée latine

Au restaurant La Magnanerie Côté Bistro à Aubignosc de 19h à 21h30. Des tapas à partager cuisinés par un savant mélange ensoleillé de produits frais en circuit court. 22€ par personne.

Contact : 04 92 62 60 11

Sous d'autres cieux - Théâtre

Au théâtre Durance à Château-Arnoux à 21h. Dans cette nouvelle création, Maëlle Poésy revisite un classique de la mythologie, L'Énéide de Virgile. Après la chute de Troie, Enée part en exil avec son père sur les épaules et son fils dans les bras, se mettant en quête d'une terre hospitalière où fonder une nouvelle cité. Une lecture personnelle et sensible de l'errance d'Énée. À partir de 15 ans, de 3 à 28€.

Théâtre Durance : 04 92 64 27 34

Samedi 14 et dimanche 15

Stage théâtre

Au théâtre Durance à Château-Arnoux. Venez participer à un stage théâtre d'un week-end, avec Marc Lamigeon, comédien de la compagnie Crossroad. Lecture d'extraits, mises en jeu, improvisations... Deux jours pour plonger dans l'univers d'un auteur latin mythique, Virgile, et d'une metteuse en scène de notre temps, Maëlle Poésy. À partir de 15 ans, réservation indispensable, 20€.

Théâtre Durance : 04 92 64 27 34

Samedi 14

Stage de poterie

À la salle du Riou à Peipin de 9h30 à 12h30. Venez apprendre les techniques de base du modelage, et travailler différentes terres, faïences, grès, porcelaine. Laissez place à votre créativité, et repartez avec un objet complètement personnel, utile ou pas ! Ouvert à tous. Prévoir un tablier, un sac pour emporter votre création. Adhérent : 18,90€, non adhérent : 27€.

UTL : 04 92 62 60 59

Dimanche 15

Brocante vide grenier

À la salle des fêtes et sur le parking de 6h à 18h. Vide fringues, et vide outils et meubles. Stands dans la salle des fêtes à partir de 3m avec tables et chaises, avec auto ou fourgon et sur les parkings extérieurs.

**Débal villages animés : 06 81 11 13 44
06 68 64 03 15**

Bal Folk costumé

À la maison des associations aux Mées de 10h à 12h. Stage gratuit de danses traditionnelles. De 13h à 18h bal, repas tiré du sac, goûter partager et buvette sur place. Entrée gratuite.

Les Folkeux Méens : 06 51 77 71 58

Lundi 16

Atelier de jeux

À la salle d'accueil périscolaire de l'Escale de 9h30 à 11h30. À toutes les assistantes maternelles et également aux parents, grands-parents avec leurs jeunes enfants. Gratuit pour les assistantes maternelles et les enfants, participation annuelle de 25€.

RAMIP : 04 92 31 50 99

Concours de pétanque mêlée

Au boulodrome des Mées à 14h. Inscriptions café de France et café de l'univers. Organisé par la boule des Pénitents et du Plan.

Contact : 04 92 35 06 39 / 04 92 34 03 14

Du lundi 16 au dimanche 22

Exposition de livres d'exception

Dans la salle d'exposition au centre culturel Simone Signoret à Château-Arnoux. La médiathèque vous propose de découvrir des livres d'artistes, livres en verre, livres pop-up, des ouvrages singuliers et mêmes quelques livres rares. Entrée libre.

Contact : 04 92 64 44 12

Mardi 17

Approche du livre et petites lectures

Au local de la médiathèque de 10h30 à 11h30 aux Mées. Gratuit pour les assistantes maternelles et les enfants, participation annuelle de 25€ pour les parents sur l'ensemble des ateliers programmés sur le carrefour.

RAMIP : 04 92 31 50 99

Mercredi 18

Atelier pêche 7-16 ans

Aux étangs des Salettes à Château-Arnoux de 13h30 à 17h30. Animé par Christophe Broussalis, initiateur fédéral de pêche. Matériel fourni et carte de pêche obligatoire. 18€/ mois ou 50€/trimestre et une adhésion annuelle de 5€.

La Marelle : 04 92 32 37 04

LiLeLaLoLu - Théâtre clown

Au théâtre Durance à Château-Arnoux à 16h. Un abat-jour suspendu, parfois soleil, parfois lune. Un vieux fauteuil. Une pile de livres. Ils sont là, ils attendent, tranquilles, avec leurs mystères. Tout est prêt pour que les histoires se déploient et viennent nourrir les petites oreilles rassemblées. Damien Bouvet, mi-ogre, mi-clown, manipule de beaux livres-objets peuplés d'animaux et de personnages étranges. À partir de 3 ans, en famille, goûter spectacle.

Théâtre Durance : 04 92 64 27 34

Jeudi 19

L'histoire des crétins des Alpes

À la MAC de L'Escale de 20h à 22h. Antoine de Baecque, historien, enseignant à l'école normale supérieure viendra nous parler de l'histoire des crétins des Alpes dont il a publié un livre en 2018. Gratuit.

Patrimoine escalais : 06 85 11 06 51

Vendredi 20

Café gourmand littéraire

Au centre social « la Marelle », avenue du Stade à Saint-Auban à 10h. Si vous êtes gourmand(e), si vous aimez entendre parler de littérature, si vous avez envie de partager des livres que vous appréciez, si vous préférez simplement écouter un texte, autour d'un café et d'un gâteau partagé, venez au café gourmand littéraire. Au programme : La Russie présentée par Nicole. On parle de livres que l'on a aimés, on échange. Chacun peut amener une douceur à partager. Ouvert à tous, gratuit.

Contact : 04 92 32 37 04

Aïoli Côté Bistro

À la Magnanerie Côté Bistro à Aubignosc de 12h à 13h30. Aïoli façon Bistro élaboré à partir de produits régionaux. 12€ par personne.

Contact : 04 92 62 60 11

Marc Jean en signature

À la Librairie De fil en page de 17h à 19h à Château-Arnoux. La librairie reçoit Marc Jean en signature pour son livre sur le parcours de son grand-père, Henri Jean, né à Forcalquier, d'abord forgeron puis garagiste et premier concessionnaire automobile à Forcalquier puis Manosque.

Contact : 09 72 63 56 38

Samedi 21

Stage de massage bien être

À la salle du Riou à Peipin de 9h30 à 16h30. Thème : le massage thaï à l'huile. Le massage Thaï à l'huile contient des éléments du massage thaïlandais traditionnel ainsi que les fondements de l'Ayurvèda indien, un des plus anciens systèmes de guérison dans le monde. Le massage thaï à l'huile agit à la fois sur le corps physique, la circulation énergétique et sur le psychique. Ce stage est programmé sur 2 jours, 21 et 22 mars. Ouvert à tous/places limitées. Matériel fourni. Adhérent : 105€, non adhérent : 145€.

UTL : 04 92 62 60 59

Brunch printanier

Au restaurant étoilé La Bonne Etape à Château-Arnoux de 11h30 à 13h30. Fêtez le printemps et régalez-vous, toujours un large choix de gourmandises sucrées et salées à découvrir. 35€ par personne.

Contact : 04 92 64 00 09

Initiation pratique à la gemmothérapie

Sur le secteur de Château-Arnoux de 14h à 17h. Explications sur les bases de la gemmothérapie pour un usage familial et préparation d'un macérat avec les bourgeons récoltés sur place. Sur inscription, 21€.

**Contact par SMS ou téléphone après 18h.
Mille et une feuilles : 06 50 36 07 49**

Stage de cuisine japonaise

À Salignac de 14h à 17h. Thème : la cuisine « comme à la maison ». Au menu : Namasu, Oyako-don, Ichigo-daifuku. Prévoir un tablier, de quoi écrire et une boîte pour emporter votre préparation. Ouvert à tous. Adhérent 18,90€, non adhérent : 27€, + 10€ pour les ingrédients.

UTL : 04 92 62 60 59

Karaoke

À l'espace Notre-Dame de Volonne à partir de 18h. Formule restauration : boissons, plat et dessert à 15€. Réservation conseillée avant le 14 mars.

Comité des fêtes : 06 13 31 58 61

Lundi 23

Atelier de jeux

À la salle de réunion de la maison des associations de 9h30 à 11h30 aux Mées. À toutes les assistantes maternelles et également aux parents, grands-parents avec leurs jeunes enfants. Gratuit pour les assistantes maternelles et les enfants, participation annuelle de 25€ pour les parents sur l'ensemble des ateliers programmés sur le carrefour.

RAMIP : 04 92 31 50 99

Concours de pétanque mêlée

Au boulodrome des Mées à 14h. Inscriptions café de France et café de l'univers. Organisé par la boule des Pénitents et du Plan.

Contact : 04 92 35 06 39 / 04 92 34 03 14

Mardi 24

Atelier de jeux

À la salle polyvalente de Peipin 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.

RAMIP : 04 92 31 50 99

Burning - Cirque théâtre

Au théâtre Durance à Château-Arnoux à 21h. Porté par une envie urgente de replacer l'individu et sa liberté au centre, Julien Fournier ausculte la manière insidieuse avec laquelle s'installe la souffrance au travail et interroge un phénomène de société, le burn out. Un spectacle en forme d'alerte, comme une invitation à remettre de l'ordre dans nos priorités. À partir de 12 ans, de 3 à 22€.

Théâtre Durance : 04 92 64 27 34

Mercredi 25

Atelier pêche 7-16 ans

Aux étangs des Salettes à Château-Arnoux de 13h30 à 17h30. Animé par Christophe Broussalis, initiateur fédéral de pêche. Matériel fourni et carte de pêche obligatoire. 18€/ mois ou 50€/trimestre et une adhésion annuelle de 5€.

La Marelle : 04 92 32 37 04

Mercredi 25

Sortie découverte des salades sauvages
Sur le secteur de Château-Arnoux de 16h45 à 19h. Petite balade pour découvrir les salades du printemps. Préparation et dégustation à base de plantes sauvages. Sur inscription, 12€. Contact par SMS ou téléphone après 18h.

Mille et une feuilles : 06 50 36 07 49

Jeudi 26

Petit déj' « vie relationnelle et affective des séniors »

Au centre social « la marelle » avenue du stade à Saint-Auban à 9h. Les p'tits Déj' sont des moments d'échanges, de discussion et d'information autour d'un café. Au programme : Clément Mercier-Depieri, interne en médecine générale, vient vous parler de la vie relationnelle et affective des séniors et répondre à vos questions. Gratuit. Ouvert à tous.

Contact : 04 92 32 37 04

Vendredi 27

Soirée tapas sud-américaine

À la Magnanerie Côté Bistro à Aubignosc de 19h à 21h30. Cuisine fusion franco-sud-américaine en tapas à partager pour un voyage gustatif. 22€ par personne.

Contact : 04 92 62 60 11

Samedi 28

Les journées de mars / culture & cultures
À la salle polyvalente de Peipin de 9h30 à 17h. L'UTL vous propose de venir vous amuser et échanger autour d'activités ludiques et de bien-être. Programme disponible auprès de l'UTL. Ouvert à tous, inscriptions préalables obligatoires. 5€ par activité.

UTL : 04 92 62 60 59

Atelier de réparation : Repair Café

À la salle des fêtes de Volonne de 14h à 17h. Venez tenter gratuitement de réparer vos vêtements, petits appareils électroménagers, cycles, informatique... avec l'aide de nos experts bénévoles. Pour prolonger la vie de nos objets et limiter notre production de déchets. Ouvert à tous. Entrée libre.

Repair Café : 07 66 28 68 60

Carnaval

Départ à 14h du stade Grabinski et arrivée sur la place Péchiney où il y aura des animations et un goûter offert aux enfants.

APE Paul Lapie : apepaulapie@laposte.net

Spectacle provençal

À la salle des fêtes à Château-Arnoux, à partir de 14h. Spectacle de danses, chants, musiques provençales, avec le groupe "Mantendren" venu de Barcelonnette et le groupe "Lei Manteneire de Tradicioun" de Château-Arnoux. Entrée libre, au chapeau.

Contact : 04 92 61 36 71 / 06 30 06 34 06

Deuxième audition publique et gratuite

Au cinéma des Mées à 14h30.

Ecole de musique : 06 08 45 01 64

Cours de cuisine : le chocolat

Au restaurant étoilé La Bonne Etape à Château-Arnoux de 15h à 17h. Le chocolat. Pourquoi y résister ? Suivez les conseils du chef pâtissier et laissez-vous tenter. 70€ par personne.

La Bonne Etape : 04 92 64 00 09

Rencontre et lecture avec Raymond Penblanc

À la Librairie De fil en page de 18h30 à 20h à Château-Arnoux. Rencontre et signature avec Raymond Penblanc à partir de 18h30, suivi d'une lecture à deux voix avec Juliette Penblanc à 19h. Écrit dans une langue élaborée, très charnelle, le roman décrit, à la manière de Kafka, un univers carcéral absurde ; le récit oscille entre rêve et réalité, entre poésie et réalisme intense et flirte avec le fantastique, se jouant des frontières.

Contact : 09 72 63 56 38

Dimanche 29

Pénitents'Race

Aux Mées. Les Pénitents endurance vous proposent de revivre les grands moments de la « Pénitentissime ». Les plus beaux passages concentrés sur 10,4 km et 550m+. Ouvert aux coureurs et aux marcheurs, 8h30 retrait des dossards, 10h départ des coureurs, 10h05 départ des marcheurs.

Pénitents endurance : 06 87 04 57 97

Concours de dressage et cross

Au centre équestre La Fenière aux Mées de 9h à 17h. Ouvert au public.

La Fenière : 04 92 34 34 60

Sortie découverte des salades sauvages

Sur le secteur de Château-Arnoux de 14h à 17h. Petite balade pour découvrir les salades du printemps. Préparation et dégustation à base de plantes sauvages. Sur inscription, 12€. Contact par SMS ou téléphone après 18h.

Mille et une feuilles : 06 50 36 07 49

La Grande Guerre à Peyruis

À Peyruis à la salle des associations, place Saint-Roch à 17h. Pour le centenaire de la première Guerre mondiale, l'association Histoire et patrimoine peyruisiens a édité deux livrets relatant l'impact du conflit sur le village et ses habitants : l'hommage aux peyruisiens qui ne sont pas revenus, l'électrification du village que la guerre a accélérée, l'exploit d'un personnage enterré à Peyruis et l'émouvant carnet journalier d'un peyruisien mobilisé dès août 1914. L'association propose une lecture d'extraits de ces ouvrages, suivie d'un apéritif offert. Entrée libre.

**Histoire et Patrimoine Peyruisiens
06 83 22 05 79 / 07 81 16 93 40**

Le courage en poésie

À la maison des associations aux Mées à 18h. Spectacle poétique sur le thème du courage. Spécialement dédié aux habitants des Mées sinistrés après la chute d'un Pénitent. Entrée gratuite.

Liber-Thé : 04 92 62 48 13

Lundi 30

Concours de pétanque mêlée

Au boudrome des Mées à 14h. Inscriptions café de France et café de l'univers. Organisé par la boule des Pénitents et du Plan.

Contact : 04 92 35 06 39 / 04 92 34 03 14

Mardi 31

Atelier de jeux

À la salle de réunion de la maison des associations de 9h30 à 11h30 aux Mées. À toutes les assistantes maternelles et également aux parents, grands-parents avec leurs jeunes enfants. Gratuit pour les assistantes maternelles et les enfants, participation annuelle de 25€ pour les parents sur l'ensemble des ateliers programmés sur le carrefour.

RAMIP : 04 92 31 50 99

La Petite Fabrique avec OTTiLiE [B]
Répétition publique - Musique
Au théâtre Durance à Château-Arnoux à 19h. OTTiLiE [B] s'installe au théâtre Durance pour l'enregistrement de son prochain album du 30 mars au 3 avril. Le théâtre vous invite à participer à un temps de partage autour de son univers musical, lors d'une répétition publique.

Théâtre Durance : 04 92 64 27 34

Mercredi 1^{er} avril

Sortie découverte des salades sauvages

Sur le secteur de Château-Arnoux de 16h45 à 19h. Petite balade pour découvrir les salades du printemps. Préparation et dégustation à base de plantes sauvages. Sur inscription, 12€. Contact par SMS ou téléphone après 18h.

Mille et une feuilles : 06 50 36 07 49



**Office de Tourisme Provence Alpes
Bureau du Val de Durance
Ferme de Font Robert
04160 CHATEAU-ARNOUX
Tél. 04 92 64 02 64
info@valdedurance-tourisme.com**