

# L'agenda

## Val de Durance

### Septembre 2019

#### Tout le mois

##### Concours Tir Beursault qualificatif au championnat de France

**Au stade Grabinski au terrain du tir à l'arc, de 9h à 12h et de 14h à 17h. Jusqu'au 8 septembre.** Ouvert aux licenciés FFTA inscriptions gratuite sur le mail du club. 1 tir le matin 5 archers par départ idem l'après-midi. Même programme pendant toute la semaine.

**Archers Jarlandins : 06 80 52 08 39**

##### Visite de la Paléogalerie

**À Salignac, quartier du Mardaric, tous les jours de 10h à 13h et de 15h à 19h.** Un espace muséographique entièrement consacré à une collection de fossiles régionaux exceptionnels. Visite commentée de 45 min environ pour chaque visiteur. Boutique. Parking. Découvrez un monde marin fascinant disparu voilà plus de 100 millions d'années. 5€, gratuit pour les enfants de moins de 12 ans – visite guidée.

**Contact : 06 80 78 98 78**

##### Sortie trottinettes électriques

**Plusieurs circuits proposés, Volonne, les Mées.** Sortie trottinettes électriques adultes tous chemins, jours sur demande. Durée environ 1h30 tarif 18€/personne à partir de 12 ans.

**Rando Mées : 06 10 28 83 80**

##### Cours de dessin / peinture

**À Château-Arnoux de 15h à 17h tous les mercredis.** Apprenez à peindre ou à dessiner, ou à vous perfectionner. Techniques abordées : huile, aquarelle, acrylique, pastel sec, dessin... En petit groupe, enseignement suivi et adapté à chaque niveau. 15€ les deux heures.

**Atelier Artistica : 06 59 13 34 74**

##### Visites guidées gratuites du site solaire

**Aux Mées.** Visites guidées gratuites commentées par un guide de pays, à pied ou en minibus.

**Réservation : 06 81 56 92 18**

##### Promenade en calèche

**Au centre équestre La Fenière aux Mées,** promenade en calèche dans les oliveraies et promenade à cheval sur rendez-vous.

**Contact : 04 92 34 34 60**

##### Yoga de Samara, un art de la méditation en mouvement

**Salle polyvalente de Volonne de 19h45 à 21h tous les jeudis à partir du 12 septembre.** Le Yoga de Samara est une pratique psychocorporelle accessible à tous qui apporte détente, énergie, calme et sérénité et a un effet bénéfique sur la santé. La première séance découverte est offerte puis 90€ le trimestre ou 100€ carte de 10 cours.

**Association Sama Provence : 06 41 68 04 53**

##### Visites guidées gratuites des Mées

**Aux Mées de 16h à 18h tous les mardis.** Rendez-vous devant le bureau d'information touristique.

**Réservation : 06 81 56 92 18**

#### Accompagnement à la scolarité

**Le foyer rural des Mées** redémarre l'accompagnement pour les enfants du groupe scolaire Pasteur. Appel au bénévolat pour accompagner les enfants pendant 1h le soir.

**Contact : 04 92 32 34 69 / 06 21 08 77 86**

#### Livraison de paniers de légumes

**À la maison des associations des Mées de 18h à 19h tous les vendredis.** Pour une alimentation saine et pour le maintien d'une agriculture paysanne de proximité. Période de test et adhésions encore possibles mais limitées. Les paniers de légumes et d'autres produits bio (œufs, pain, fromage de chèvre, miel, pommes...) sont entre 13€ et 18€.

**AMAP : 06 22 67 62 12 / 06 67 20 24 27**

#### Ouverture de la billetterie Atelier Telenn

**Spectacle le samedi 12 octobre à 19h au Théâtre Durance.** L'Atelier Telenn présentera «Chorus» pièce de danse chorégraphiée par Céline Barreau Gondran et les danseuses de l'atelier. Spectacle créé autour de Bach, il sera le dernier de l'association qui clôturera ainsi 30 ans de création, d'enseignement et de partage. A cette occasion, elle invitera les professeurs et quelques danseuses des écoles Avant Scènes, Elan'C, EIMD Forcalquier et l'IME la Durance qui proposeront une première partie. Billetterie à l'office de tourisme 10€, gratuit - 5 ans.

**Contact : 04 92 64 02 64**

#### Dimanche 1<sup>er</sup> septembre

##### Ouverture de la chasse

**À Château-Arnoux. Ouverture de la chasse aux sangliers.**

##### Brocante / vide-greniers

**Dans le parc du château et boulodrome de 6h à 18h à Malijai.** Organisé par le football club. Buvette et petite restauration sur place, 10€ les 5 m<sup>2</sup>.

**Contact : 06 61 49 46 45 / 06 33 19 35 47**

##### Journée champêtre du souvenir

**Rendez-vous à partir de 10h30 à l'église de St Florent à Chènerilles.** Organisée en mémoire de 3 membres de l'association disparus récemment. 11h messe suivie de l'apéritif offert par l'association du patrimoine de Malijai. Repas « tiré du sac ». Accès par la piste pour les véhicules, par les sentiers pour les marcheurs.

**Contact : 04 92 34 19 71**

##### Fête de l'Ami du pain

**À Château-Arnoux.** À partir de 8h au four citoyen, vente de pains, pizzas et fougasses. Exposants et animations. 12h place de l'église, apéro offert. 13h à la salle de fêtes, repas (entrée, pieds et paquets ou cuisse de canard, fromage, dessert, boissons) adulte 18€ et 12€ pour les moins de 12 ans. De 14h30 à 17h30 concert de clôture musique et danses folkloriques place de la fontaine.

**Réservation : 04 92 64 02 64**

##### Rando VTT

**3 parcours vous seront proposés 10, 20 ou bien 30 km le départ se fera à 9h du collège Camille Raymond à Château Arnoux.** Organisée par le Vélo Club Moyenne Durance.

**Contact : 06 71 10 12 75**

#### Mardi 3

##### Atelier sensoriel : découverte des arômes

**Rendez-vous à Peyruis à la Boutique Manon (2, espace Saint-Pierre) à 9h30.** Comment naissent les arômes ? Comment les reconnaître ? Mise en pratique avec une dégustation de chocolats grands crus. Durée 1h30, gratuit, limité à 8 personnes, sur inscription à l'office de tourisme.

**Contact : 04 92 64 02 64**

#### Mercredi 4

##### Inscription Equitation-Poney-Cheval

**À la Fenière aux Mées de 8h à 18h.** Inscriptions pour des cours d'équitation à l'année. Pour plus de renseignement [www.feniere.com](http://www.feniere.com)

**Contact : 04 92 34 34 60**

##### Sortie VTT électrique

**Départ de l'office de tourisme à Château-Arnoux de 14h à 17h.** Découverte des sentiers de la Base VTT du Val de Durance avec un accompagnateur diplômé avec des VTT à assistance électrique. Tous niveaux, limité à 8 personnes. Sortie gratuite, sur réservation à l'office de tourisme.

**Contact : 04 92 64 02 64**

#### Jeudi 5

##### Petit déj' « Souvenirs de vacances »

**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. Ouvert à tous. Gratuit. Au programme : Venez partager vos souvenirs de vacances et présentation de l'opération brioche par l'UNAPEI.

**Contact : 04 92 32 37 04**

##### Visite du plateau de Ganagobie

**De 14h à 16h sur le parking du prieuré, possibilité de transport en minibus.** Visite guidée du plateau de Ganagobie et de son église romane abritant un tapis de mosaïques datant du XIIe siècle. Prévoir de bonnes chaussures, 10€ par personne.

**Contact : 06 78 44 75 00**

#### Vendredi 6

##### Rando des Pénitents

**De 9h30 à 12h rendez-vous à l'aire touristique des Pénitents des Mées.** Rando qui vous fait découvrir les rochers des Pénitents ainsi que le village des Mées. 4km et 200m de dénivelé. 11€ par personne, organisée par Rando Mées.

**Contact : 06 10 28 83 80**

##### Aïoli Côté Bistro

**À la Magnanerie Côté Bistro à Aubignosc de 12h à 13h30.** Aïoli maison et élaboré avec des produits frais. 12€ par personne.

**La Magnanerie : 04 92 62 60 11**

##### Visite guidée des oliveraies

**De 16h à 18h aux Mées.** Visite guidée et commentée par un guide pays, 6€ par personne gratuit - de 12 ans, max 8 personnes en minibus / + de 8 personnes en covoiturage. Sur réservation au bureau d'information touristique des Mées.

**Contact : 04 92 34 36 38**

#### Samedi 7

##### Brocante / vide-greniers

**Dans le parc du château et boulodrome à Malijai de 6h à 18h.**

Organisé par l'association Coup de boule. Buvette et petite restauration sur place 10€ les 5 m<sup>2</sup>.

**Contact : 06 59 38 35 85 / 06 71 75 36 19**

##### Inscription Equitation-Poney-Cheval

**Au centre d'équitation la Fenière aux Mées, de 8h à 18h.**

Inscriptions pour des cours d'équitation à l'année. Pour plus de renseignement [www.feniere.com](http://www.feniere.com)

**Contact : 04 92 34 34 60**

## Samedi 7

### 4ème Forum des associations

À la salle des fêtes de Malijai de 9h à 17h. 4ème forum des associations du village. Présentation de 25 associations (sportives, culturelles ou artistiques.), des stands permettront de les découvrir et de s'informer auprès des bénévoles. Certaines associations organisent des démonstrations tout au long de la journée.

Contact : 04 92 34 08 16 / 06 68 37 07 84

### Forum des associations

À la Halle des Lauzières de Château-Arnoux de 9h à 18h.

Contact : 04 92 64 02 64

### Forum des associations

À la salle des fêtes des Mées, de 14h à 17h.

Mairie : 04 92 34 03 01

## Dimanche 8

### Ouverture générale de la chasse

À Château-Arnoux. Ouverture générale de la chasse.

### Vide greniers géant

Au bord du lac à Volonne de 6h à 18h. Vide greniers géant avec plus de 120 exposants, 11ème édition. Parking visiteurs, buvette.

VMB : 07 69 74 77 78

Course Cycliste contre la montre « Montée de Puimichel ».

Départ de la Place du château à Malijai à 13h30. Inscription (10€) 12h30 et retrait des dossards. Ouvert aux licenciés et au non licenciés à partir de 14 ans, avec certificat médical. Organisé par l'association « Léa'lumés » de Malijai et l'Association du Tour des Communautés de communes des Alpes de Haute-Provence.

Contact : 06 08 69 87 57

## Lundi 9

### AGV Volonne / L'Escale

Yoga dynamique, cours séniors sur l'Escale et Volonne, du stretching pilates et postural, des cours de country en débutants et confirmés, des cours enfants de 3ans à 10 ans ainsi que de la gym vitalité et oxygène (cours pratiquer en extérieur). La première semaine est gratuite.

Contact : 04 92 61 21 17

## Mardi 10

Inscriptions aux cours mixtes de gym volontaire

À la maison des associations des Mées de 9h à 10h, cours de gym rythmée et douce ainsi que pilates. Vous pouvez bénéficier de 2 essais gratuits.

Contact : 06 14 46 30 15

Atelier sensoriel : découverte des arômes  
Rendez-vous à Peyruis à la Boutique Manon (2, espace Saint-Pierre) à 9h30. Comment naissent les arômes ? Comment les reconnaître ? Mise en pratique avec une dégustation de chocolats grands crus. Durée 1h30, gratuit, limité à 8 personnes, sur inscription à l'office de tourisme.

Contact : 04 92 64 02 64

Récup déco « les vitrines de Nathalie »

Au centre social « La Marelle » avenue du stade à Saint-Auban à 14h. Dans une ambiance conviviale l'équipe du récup déco vous propose de participer à la création de la prochaine vitrine de Nathalie. Au programme: initiation au crochet et création de fleurs en papier.

Contact : 04 92 32 37 04

## Mardi 10 et mercredi 11

### Inscriptions aux cours de danse Elan C'

De 17h à 19h30 à Château-Arnoux, salle de danse Ferme de Font-Robert. Cours 2019-2020 : danse Hip Hop à partir de 6 ans, Capoeira à partir de 8 ans avec Quentin Pillone. Danse classique avec Emilie Stangret à partir de 6 ans. Danse contemporaine pour adultes avec Céline Barreau Gondran et Serena Favre. Danse Jazz avec Céline Gassend à partir de 4 ans. Présence de l'association au forum associatif aux Lauzières le samedi 7 et début des cours le mardi 17 septembre. Plus d'infos sur les tarifs et horaires : www.assoelanc.fr

Contact : 06 89 60 03 73

## Mercredi 11

### Sortie VTT électrique

Départ de l'office de tourisme à Château-Arnoux de 14h à 17h. Découverte des sentiers de la Base VTT du Val de Durance avec un accompagnateur diplômé avec des VTT à assistance électrique. Tous niveaux, limité à 8 personnes. Sortie gratuite, sur réservation à l'office de tourisme.

Contact : 04 92 64 02 64

### Journée d'inscription les Mées Tonic

À la maison des associations des Mées de 14h à 17h. Reprise des cours le lundi 16 septembre.

Les Mées tonic

### Coin famille « cerf-volant »

Au centre social « La Marelle » avenue du stade à Saint-Auban à 16h15. Evelyne Falaix du club Altitude Vol Libre vous propose la création de cerf-volant sur le thème du « monde des vikings ». Venez en famille. Inscription obligatoire. À partir de 6 ans avec parent ou grands-parents. Gratuit.

Contact : 04 92 32 37 04

## Jeudi 12

Inscriptions aux cours mixtes de gym volontaire

A la maison des associations des Mées de 9h à 11h, cours de gym rythmée et douce ainsi que pilates. Vous pouvez bénéficier de 2 essais gratuits.

Contact : 06 14 46 30 15

### Petit déj' avec le Théâtre Durance

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. Ouvert à tous. Gratuit. Au programme : Lisa du théâtre Durance vous présentera la programmation du prochain trimestre.

Contact : 04 92 32 37 04

### Visite du plateau de Ganagobie

De 14h à 16h sur le parking du prieuré, possibilité de transport en minibus. Visite guidée du plateau de Ganagobie et de son église romane abritant un tapis de mosaïques datant du XIIe siècle. Prévoir de bonnes chaussures, 10€ par personne.

Contact : 06 78 44 75 00

## Vendredi 13

### Ateliers de découverte du Kundalini Yoga

Au gymnase des Lauzières, Château-Arnoux de 12h15 à 13h30. Cours hebdomadaire de Kundalini Yoga. Ce yoga à la fois plurimillénaire et moderne propose une technique puissante et complète combinant postures dynamiques et statiques, techniques de respiration, chant de mantras, relaxation et méditation. Gratuit.

La Rose des Vents : 06 59 62 19 84

### Soirée Latine

À la Magnerie Côté Bistro à Aubignosc. De 19h à 21h30. Soirée au son de musique d'Amérique du Sud et papilles régalingées par des plats imaginés par le chef Franco-Argentin, 22€ par personne, tapas compris.

La Magnerie : 04 92 62 60 11

## Samedi 14

### Fête des possibles

De 10 à 17h à l'écoquartier de Volonne. Journée découverte d'initiatives écologiques et citoyennes avec de nombreux stands : animations enfants, gratuiterie, artisans du monde, pôle Bien-être, centrale photovoltaïque citoyenne, monnaie locale, système d'échange local, gestion des déchets, compostage, vélos et garage auto solidaires, Repair Café, stand librairie, CCFD-terre solidaire, Terre de liens, Nous voulons des coquelicots, Asso Rés'Urgence, LPO, Et d'autres encore...Des conférences : Attac, CCFD-Terre solidaire «De l'assiette à la planète» alimentation et changement de modèle agricole, conférence-débat de Valéry Poulain avec photos de Yan Artus Bertrand. Des ateliers : bien-être, produits d'entretien). Repas et buvette bio, Collectif Transition citoyenne Bléone-Durance

Contact : 06 51 70 99 04

### Tournoi de Tarot

À la Maison des Associations et de la Culture à l'Escale. Tournoi de Tarot en donnes libres pour 6€, 4 tables de 5 donnes. Mises redistribuées. Lot surprise tiré au sort parmi les perdants. Fin des jeux et résultats aux environs de 18h30. Inscriptions 14h et début des jeux 14h30.

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

### Jumarts et Jumerres retour sur une bizarrerie zoologique

À la mairie de Mallefougasse de 17h à 19h. Un animal bien réel des vallées proches, mais que les anciens imaginaient issu d'un taureau et d'une ânesse, l'étonnante histoire des jumarts et des jumerres... Causerie-apéritif animée par Daniel Meslé qui nous présentera, en avant-première, ses recherches, avant communication à l'école vétérinaire de Maisons-Alfort au printemps prochain. Participation aux frais : adhérents : 3€, non-adhérents : 5€. Réservation indispensable avant mercredi 11 septembre.

Bel'Lurette : 06 64 80 23 84

## Dimanche 15

### Découverte de la Réserve Ornithologique

De 8h30 à 11h rendez-vous sur le parking du Cimetière St Pierre à Château-Arnoux, en direction de l'espace de loisirs des Salettes. Découvrez les espèces animales de la Réserve Ornithologique de Haute Provence avec des animateurs de la LPO (jumelles et longues vues à disposition). Gratuit, ouvert à tous, sur inscription à l'office de tourisme, limité à 10 personnes. Sortie annulée en cas de météo défavorable.

Office de Tourisme : 04 92 64 02 64

LPO : 06 03 65 75 31

### Rando des Pénitents

De 9h30 à 12h rendez-vous aux Mées, aire touristique des Penitents. Une rando qui vous fait découvrir les rochers des Pénitents ainsi que le village des Mees. 4km et 200m de dénivelé. 11€ par personne, organisée par Rando Mées

Contact : 06 10 28 83 80

## Dimanche 15

### Pèlerinage de Saint Donat

**À Montfort à 10h30 : départ, en procession, au bas de la chapelle.** 11h : messe officialisée par le père François Xavier accompagné par Lei Dansaire De Sant Dounat et le groupe folklorique Champéry venu de Suisse. Ensuite apéritif offert par Lei Dansaire De Sant Dounat. 12h30 : repas tiré du sac. À 15h30 chants et danses par Lei Dansaire et le groupe de Champéry.

**Lei Dansaire De Sant Dounat : 06 07 25 49 62**

## À partir du mardi 17

### Rentrée d'Elan C'

**À la salle de Font Robert à Château Arnoux** et à la salle de la maison des associations à Saint Auban.

**Elan C' : 06 89 60 03 73**

## Mardi 17

### Atelier sensoriel : découverte des arômes Rendez-vous à Peyruis à la Boutique Manon (2, espace Saint-Pierre) à 9h30.

Comment naissent les arômes ? Comment les reconnaître ? Mise en pratique avec une dégustation de chocolats grands crus. Durée 1h30, gratuit, limité à 8 personnes, sur inscription à l'office de tourisme.

**Contact : 04 92 64 02 64**

### Sortie VTT électrique

**Départ de l'office de tourisme à Château-Arnoux de 14h à 17h.** Découverte des sentiers de la Base VTT du Val de Durance avec un accompagnateur diplômé avec des VTT à assistance électrique. Tous niveaux, limité à 8 personnes. Sortie gratuite, sur réservation à l'office de tourisme.

**Contact : 04 92 64 02 64**

## Jeudi 19

### Ciné petit déj' « spécial Italie »

**Au Cinématographe à Château-Arnoux à 9h.** Après un petit déj' convivial, projection d'un film surprise « spécial Italie », pour 5,50€. Organisé par Centre social la marelle et le cinématographe en partenariat avec le Stendhal et au pain de Jade.

**Contact : 04 92 32 37 04**

### Visite du plateau de Ganagobie

**De 14h à 16h sur le parking du prieuré, possibilité de transport en minibus.** Visite guidée du plateau de Ganagobie et de son église romane abritant un tapis de mosaïques datant du XIIe siècle. Prévoir de bonnes chaussures, 10€ par personne.

**Contact : 06 78 44 75 00**

## Vendredi 20

### Café gourmand littéraire « spécial Italie »

**Au centre social « La Marelle », avenue du Stade à Saint-Auban à partir de 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. On parle de livres que l'on a aimés, on échange. Chacun peut amener une douceur à partager. Au programme : l'Italie en partenariat avec l'association du Lien. C'est ouvert à tout le monde et c'est gratuit.

**Contact : 04 92 32 37 04**

### Aïoli Côté Bistro

**À la Magnerie Côté Bistro à Aubignosc de 12h à 13h30.** Aïoli maison et élaboré avec des produits frais. 12€ par personne.

**La Magnerie : 04 92 62 60 11**

## Ateliers gratuits de découverte du Kundalini Yoga

**Au gymnase des Lauzières, Château-Arnoux de 12h15 à 13h30.** L'association La Rose des Vents propose dès la rentrée un cours hebdomadaire de Kundalini Yoga. Ce yoga à la fois plurimillénaire et moderne propose une technique puissante et complète combinant postures dynamiques et statiques, techniques de respiration, chant de mantras, relaxation et méditation.

**La Rose des Vents : 06 59 62 19 84**

### Visite guidée des oliveraies

**Aux Mées de 16h à 18h,** visite guidée et commentée par un guide pays. 6€ par personne gratuit pour les - de 12 ans. Max 8 personnes en minibus / + de 8 personnes en covoiturage. Sur réservations au Bureau d'Information Touristique des Mées.

**Contact : 04 92 34 36 38**

### Tournoi de tarot

**Au foyer des chardons d'argent à Malijai à 20h30.** 4€ pour les membres du club et 5€ pour les personnes non membre.

**Tarot club : 04 92 34 50 25**

## Samedi 21 et dimanche 22

### Journées européennes du patrimoine

#### Visite de l'église Notre Dame des Oliviers.

L'église sera ouverte de 9h à 18h.

### Journées européennes du patrimoine

#### Visite de l'église Sainte Marie Madeleine.

L'église sera ouverte de 14h à 18h.

### Visite gratuite de l'église de Peyruis

#### Journées européennes du patrimoine

#### À l'église Saint Nicolas à Peyruis.

L'église sera ouverte de 15h à 18h.

## Samedi 21

### Tournoi du Football U9

**Au stade de Malijai à 9h.** Accueil des équipes, 10h début des tournois - 12h à 13h : pause repas avec buvette et petite restauration sur place, 13h : reprise des matchs, 16h : remise récompenses et goûter. District des Alpes du Football en collaboration avec le football Club de Malijai

**Contact : 06 33 19 35 47**

### Brunch de la rentrée

**Au restaurant étoilé La Bonne Etape\* à Château-Arnoux de 11h30 à 13h30.** Le Brunch de la rentrée vous attend avec toujours un large choix de gourmandises sucrées et salées à découvrir. 35€ par personne (hors boissons alcoolisées).

**Contact : 04 92 64 00 09**

### One man show Terry Cometti «Ange ou démon»

**Au café-théâtre Le France à Peyruis à 21h.** Terry Cometti vous prouve que, dans la vie de tous les jours, on a tous des périodes Anges et des périodes Démons que nous provoquons ou que nous subissons. Il vous en fait la démonstration pendant 1h15 de sketchup (mélange de sketch et stand up) sur un ton percutant, où l'improvisation, l'interactivité et l'autodérision s'invitent au spectacle pour épuiser nos zygomatiques. Terry seul en scène vous démontre qu'avec lui, le couple, l'amitié, la paternité, la politique, l'adolescence, l'actualité, ce n'est pas toujours drôle, c'est à mourir de rire ! Entrée 10€. Réservations par téléphone ou sur billet reduc (attention places limitées).

**Contact : 04 92 38 00 68**

## Dimanche 22

### Fête du lac des Mées

**De 8h à 17h Lac Joël Siguret des Mées.** Organisée par la LPO Pour fêter l'automne, nous vous proposons de nombreuses activités autour du lac des Mées. Un programme détaillé est à venir.

**LPO PACA : 04 92 36 37 85**

### Invitation à la rêverie à la poésie autour de la fontaine centrale et du château

**À la fontaine du centre à Volonne de 10h à 18h.** Venez nombreux poser vos plumes et vos crayons sur le mur des rêves installé autour de la fontaine centrale. Venez découvrir les beaux décors et l'art des gypseries début XVII siècle.

**La vieille pierre volonnaise : 06 84 54 70 18**

## Mardi 24

### Atelier sensoriel : découverte des arômes

#### Rendez-vous à Peyruis à la Boutique Manon (2, espace Saint-Pierre) à 9h30.

Comment naissent les arômes ? Comment les reconnaître ? Mise en pratique avec une dégustation de chocolats grands crus. Durée 1h30, gratuit, limité à 8 personnes, sur inscription à l'office de tourisme.

**Contact : 04 92 64 02 64**

## Mercredi 25

### Sortie VTT électrique

**Départ de l'office de tourisme à Château-Arnoux de 14h à 17h.** Découverte des sentiers de la Base VTT du Val de Durance avec un accompagnateur diplômé avec des VTT à assistance électrique. Tous niveaux, limité à 8 personnes. Sortie gratuite, sur réservation à l'office de tourisme.

**Contact : 04 92 64 02 64**

### Coin famille

**Au centre social « La Marelle » avenue du stade à Saint-Auban à 16h15.** L'équipe du coin famille vous propose gratuitement: dessine l'arbre de ta famille en peinture soufflée. Venez en famille.

**Contact : 04 92 32 37 04**

### Méditation guidée assise et en mouvement À la salle polyvalente de Volonne de 10h30 à 11h30 chaque mercredi.

Les bienfaits de la méditation sont nombreux : amélioration de la santé, du sommeil, apaisement, équilibre psychologique, régénération. Nous proposons une méditation assise silencieuse, des méditations guidées et des mouvements méditatifs accompagnés de musique. 1 séance découverte offerte, 90€ le trimestre ou 100€ carte de 10 séances.

**Sama Provence : 06 76 47 19 48**

## Jeudi 26

### Visite du plateau de Ganagobie

#### De 14h à 16h sur le parking du prieuré, possibilité de transport en minibus.

Visite guidée du plateau de Ganagobie et de son église romane abritant un tapis de mosaïques datant du XIIe siècle. Prévoir de bonnes chaussures, 10€ par personne.

**Contact : 06 78 44 75 00**

## Vendredi 27

### **Ateliers gratuits de découverte du Kundalini Yoga**

**Au gymnase des Lauzières, Château-Arnoux de 12h15 à 13h30.** L'association La Rose des Vents propose dès la rentrée un cours hebdomadaire de Kundalini Yoga. Ce yoga à la fois plurimillénaire et moderne propose une technique puissante et complète combinant postures dynamiques et statiques, techniques de respiration, chant de mantras, relaxation et méditation.

**La Rose des Vents : 06 59 62 19 84**

### **Soirée Latine**

**À la Magnerie Côté Bistro à Aubignosc. De 19h à 21h30.** Soirée au son de musique d'Amérique du Sud et papilles régalingées par des plats imaginés par le chef Franco-Argentin, 22€ par personne, tapas compris.

**La Magnerie : 04 92 62 60 11**

## Samedi 28 et dimanche 29

### **Journée « Pass'Sport » et 23ème Gambade Escalaise**

**À l'Escale le samedi de 10h30 à 17h30 et le dimanche à partir de 9h30.** Pour la deuxième année consécutive la journée « Pass'Sport » a été labélisée « Sentez-vous Sport » action nationale à l'initiative du Comité Nationale Olympique et Sportif Français. Un ensemble d'activités sportives seront proposées toute la journée. La Gambade Escalaise (Souvenir Thierry Carmona) épreuve de course à pied 3 distances sont proposées : 21km, 10km et 5km. Les parcours s'effectuent autour du bord du lac. Certificat médical obligatoire pour les non licenciés de non contre-indication à la pratique en compétition de la course à pied. Attention réglementation FFA. (Prendre connaissance du règlement de la course sur le flyer ou sur le site web [www.lagambadescalaise.fr](http://www.lagambadescalaise.fr)). La journée « Pass'Sport » est gratuite pour tous. La Gambade Escalaise : 21€, 16€, 7€. Organisée par l'association Déclic.

**Contact : 06 80 02 26 23**

## Samedi 28

**Repair Café : atelier de réparation gratuit Dans la salle polyvalente de Peipin de 14h à 17h.** Le Repair Café est une rencontre autour de la réparation. Venez tenter 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

**Contact : 07 66 28 68 60**

### **Cours de cuisine : les fleurs de courgettes farcies**

**Au restaurant étoilé La Bonne Etape\* à Château-Arnoux de 15h à 17h.** Comment préférez-vous vos fleurs de courgettes farcies ? En beignets ? Confites ? Pas besoin de choisir avec ce cours assuré par le chef étoilé Jany Gleize. 70€ par personne.

**Contact : 04 92 64 00 09**

## Dimanche 29

### **Projection du film « En équilibre »**

**À 20h au centre équestre la Fenière des Mées.** L'association des cavaliers de la Fenière vous présente « En équilibre » un film de Denis Dercourt avec Albert Dupontel et Cécile de France. La projection sera suivie d'une conférence avec Bernard Sachsé. 10€ par personne, lien pour la billetterie du film : <https://www.billetweb.fr/bernard-sachse-a-la-feniere>

**Contact : 04 92 34 34 60**

### **Découverte de la réserve ornithologique**

**De 8h30 à 11h rendez-vous sur le parking du lac Joël Seguret aux Mées,** en direction du stade et de la zone artisanale. Découvrez les espèces animales de la réserve ornithologique de Haute Provence avec des animateurs de la LPO (jumelles et longues vues à disposition). Gratuit, ouvert à tous, sur inscription à l'office de tourisme, limité à 10 personnes. Sortie annulée en cas de météo défavorable.

**Office de Tourisme : 04 92 64 02 64**

**LPO : 06 03 65 75 31**

### **Concours du Président et repas de fin de saison bouliste**

#### **Au Boulodrome et parc du château à Malijai.**

Clôture de la saison bouliste malijaienne avec repas à midi dans le parc du château, suivi du concours du Président : doublette mêlée – dotation + FP + coupe. Repas à 12 h et Concours à 15 h. Organisé par l'association coup de boules.

**Contact : 06 79 76 28 23 / 06 80 89 14 89**

### **Demandez l'Agenda du Val de Durance :**

[info@valdedurance-tourisme.com](mailto:info@valdedurance-tourisme.com)

**Office de Tourisme Provence Alpes**

**Digne les Bains**

**Bureau du Val de Durance**

**Ferme de Font Robert -**

**04160 CHATEAU-ARNOUX**

**Tél. 04 92 64 02 64**

**provence  
alpes TOURISME  
DIGNE-LES-BAINS**