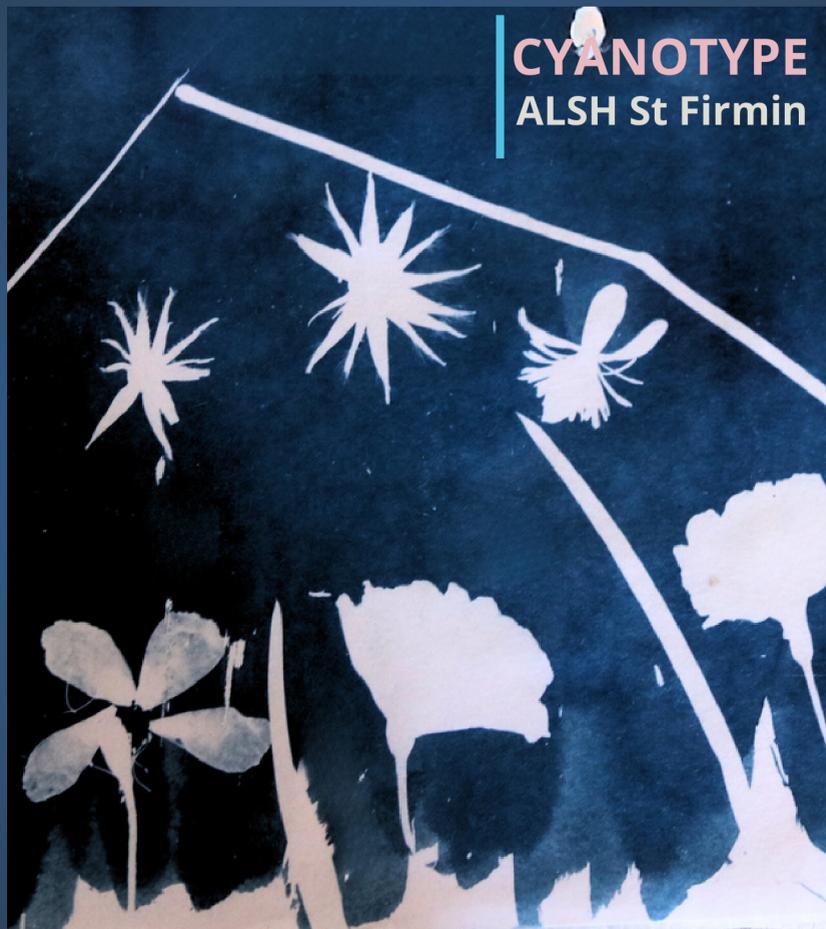


# LE GUIDE

## DES ASSOCIATIONS 23/24



CYANOTYPE  
ALSH St Firmin





Des dizaines de bénévoles et une équipe de 9 salariés,  
à travers une association soutenue par de nombreux partenaires, font vivre cette  
structure de proximité qui est un outil pour tous. Un outil pour créer des liens entre les  
habitants et les générations, pour être à l'écoute des familles de la vallée.

Un outil pour informer, rassembler et agir !  
Afin que chaque citoyen puisse être un acteur de la vie locale... Nous avons imaginé  
une structure vivante... comme une planète.

Une planète accueillante et conviviale, une planète solidaire, attentive et active,  
une planète de projets à vivre... et à partager !

**Bienvenue sur la Planète ChampsaurValgo !**

### 3 lieux d'accueil CONTACT . HORAIRES . LIEUX

#### Pont du Fossé

**Lundi**  
**Mardi** 10h-12h30 et 13h30-17h  
**Mercredi**  
**Jeudi** 14h-17h30  
**Vendredi** 10h-12h30 et 13h30-17h

Maison pour tous  
07 49 12 58 26

#### Saint-Bonnet

**Lundi** 10h-12h30 et 13h30-17h  
**Mardi** 10h-12h30 et 13h30-17h  
**Mercredi** 10h-12h30 et 13h30-17h  
**Jeudi** 13h30-17h  
**Vendredi** 10h-12h30 et 13h30-17h

1 avenue Prémongil  
04 92 49 98 69

#### Saint-Firmin

**Mardi**  
(sale des associations) : 9h-12h  
**Mercredi**  
(1 semaine sur 2) : 10h-12h30  
(Période d'inscription ALSH) 14h-17h30

1 avenue Prémongil  
07 67 94 29 76



## UN PETIT MOT DE PRÉSENTATION

Planète ChampsaurValgo est une association qui s'adresse à tous et toutes, petits et grands de tout le territoire du Champsaur Valgaudemar, pour améliorer la qualité de vie de ses habitants.

### **Planète ChampsaurValgo est aussi un Centre Social**

Un Centre Social ? Quésako ? C'est un lieu de proximité à vocation globale, familiale et intergénérationnelle, qui accueille toute la population de son territoire en veillant à la mixité sociale.

Un lieu, des lieux d'accueil et d'animation qui permettent aux habitants d'exprimer, de concevoir et de réaliser leurs projets.

Des projets articulés avec les instances et les partenaires du territoire en fonction des attentes et besoins de ses habitants.

Le Centre social est agréé par la CCSS05 (CAF05) et financé par la Comcom et ses différentes communes, le Conseil Départemental, la Région et les services de l'état sur des missions de proximité au plus proche des publics : Les enjeux de Jeunesse, Scolarité et Insertion, Santé, Isolement et Vieillesse, Education enfance et parentalité.

Mais Planète ChampsaurValgo est avant tout une Planète, **VOTRE** Planète : une planète bien vivante à votre écoute, pour animer des activités, des services, des apprentissages et des initiatives pour tous.

Des lieux d'accueil pour les enfants, les jeunes et les familles  
Des lieux et des espaces pour dynamiser la vie sociale, échanger les savoir-faire, les compétences et apprendre. Une philosophie de vie : partage, convivialité, lieu où chacun a sa place et peut vivre à son rythme.

En tant que Maison Sport Santé labellisée par les ministères de la santé et des sports, le Pôle de santé Champsaur Valgaudemar (PSCV) est votre interlocuteur local pour ce qui concerne vos questions ou besoins en termes d'activité physique en lien à votre santé.

Depuis le 3 mars 2017, le médecin traitant peut prescrire une activité physique à ses patients atteints d'Affection de Longue Durée, ou de maladie chronique. La prescription n'entraîne pas le remboursement de l'activité mais permet :

- D'informer l'éducateur sportif des éventuels points de vigilance lors de la pratique
- Une prise en charge financière par certaines mutuelles
- L'accès à des programmes individualisés d'Activité Physique Adaptée Personnalisée

## Comment choisir mon activité ?

### 1- Le premier critère à prendre en compte dans le choix de mon activité :

Quel est mon état de forme physique ? Je réponds à cette question par un bilan médical et une évaluation de mon niveau de condition physique.

### 2- En fonction de mes besoins je choisis :

- **Les activités pratiquées en autonomie :**

*Non encadrées, seul(e) ou en groupe. Vous adaptez vous même le contenu et l'intensité de l'activité (marche, exercices gymniques à la maison...).*

- **Les activités dites SSBE (Sport Santé Bien Être) :**

*Activités encadrées dites « douces » ou « de forme », qui ne s'adaptent pas au cas précis d'une personne mais au niveau général du groupe. Ces activités s'adressent à vous si vous possédez un minimum de condition physique vous permettant d'intégrer d'emblée un groupe, et si votre pathologie n'entraîne pas ou peu de limitations fonctionnelles mais que vous ne pouvez pas pour autant pratiquer dans des conditions dites « ordinaires ».*

- **Les activités dites APAP (Activité physique Adaptée Personnalisée) :**

*Ce sont des activités à but thérapeutique, en groupe restreint où la pratique est progressive et adaptée à chaque participant dans sa globalité. Elle sous-entend un lien formel entre l'intervenant et le corps médical. Il peut s'agir d'offres à l'année ou de programmes médico-sportifs. Ces activités sont la plupart du temps encadrées par des intervenants spécifiquement formés dans le domaine du sport santé. Ces activités s'adressent à vous si votre état de santé et de forme physique nécessite une adaptation personnelle de l'activité.*

# Table des matières

<b>ANIMATION SOCIOCULTURELLE</b> .....	<b>05</b>	<b>LES SPORTS</b> .....	<b>27</b>
ACCOMPAGNEMENT SCOLAIRE .....	05	ACTIVITÉS AQUATIQUES .....	27
ACCUEILS COLLECTIFS DE MINEURS (accueil de loisirs extrascolaire et périscolaire) .....	05	BADMINTON .....	27
AÎNÉS .....	05	BASKET-BALL .....	27
ANIMATION JEUNESSE .....	06	BOULES : SPORT BOULES / PÉTANQUE .....	27
ASSISTANTES MATERNELLES .....	06	BOXE .....	28
ÉDUCATION À L'ENVIRONNEMENT .....	06	CANOË-KAYAK .....	28
LIEU D'ACCUEIL PARENTS ENFANTS .....	07	COURSE À PIED .....	28
MULTI ACCUEIL (Crèche / Halte-Garderie) .....	07	DANSE .....	28
<b>ARTS &amp; CULTURE</b> .....	<b>09</b>	ÉQUITATION .....	29
ARTISANAT / TRAVAUX MANUELS .....	09	FOOTBALL .....	29
ARTS PLASTIQUES .....	09	GYMNASTIQUE .....	29
BIBLIOTHÈQUE / MÉDIATHÈQUE .....	09	HAND-BALL .....	30
BRIDGE .....	11	HOCKEY SUR GLACE .....	30
CHANT / CHORALE .....	11	JUDO .....	30
CINÉMA .....	11	KARATÉ .....	30
COUTURE - TRICOT .....	12	MARCHE TRANQUILLE .....	30
CUISINE .....	12	MOTO TRIAL .....	31
DEVELOPPEMENT PERSONNEL (coaching, accompagnement, mieux-être) .....	12	ORIENTATION .....	31
ÉVEIL MUSICAL .....	12	PARAPENTE .....	31
INFORMATIQUE .....	13	PILATES .....	31
INTERNATIONAL .....	13	QI GONG / MEDITATION .....	31
JEUX .....	13	RANDONNÉE AVEC DES ÂNES .....	31
SCRABBLE .....	13	RANDONNÉE EN MONTAGNE OUVERTE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP .....	31
LANGUES ÉTRANGÈRES .....	13	RANDONNÉE PÉDESTRE .....	32
MÉDITATION .....	13	ROLLER-HOCKEY .....	32
MUSIQUE .....	13	SKI ALPIN .....	32
PASTORALISME .....	14	SKI NORDIQUE .....	33
PATCHWORK .....	14	SNOWBOARD .....	33
PATRIMOINE / ÉCOMUSÉES .....	14	TAEKWONDO .....	33
PHOTOGRAPHIE / VIDÉO .....	15	TAÏ CHI CHUAN / GYM DOUCE .....	34
PROGRAMMATION CULTURELLE .....	16	TENNIS .....	34
SCRABBLE .....	16	TIR A L'ARC / SARBACANE .....	34
SCULPTURE/ BOIS .....	16	VTT / VÉLO .....	34
SOPHROLOGIE/RELAXATION .....	16	YOGA .....	34
THÉÂTRE / ARTS DU SPECTACLE & DU CIRQUE / MARIONNETTES .....	16	ZUMBA .....	35
VANNERIE .....	17		
<b>INFOS PRATIQUES-SOCIAL</b> .....	<b>23</b>		
ACCOMPAGNEMENT DES ASSOCIATIONS .....	23		
ACCUEIL & INFORMATION JEUNESSE .....	23		
ACCUEIL MIGRANTS / RÉFUGIÉS .....	23		
ADDICTOLOGIE / SANTÉ .....	23		
AIDE À DOMICILE .....	24		
ALTERNATIVE A L'UTILISATION INDIVIDUELLE DE LA VOITURE .....	24		
AMAP (association pour le maintien d'une agriculture paysanne) .....	24		
DROITS DES FEMMES ET DES FAMILLES .....	25		
FORMATION .....	25		
PARENTS D'ÉLÈVES .....	26		
SOLIDARITÉ .....	26		

**FRANCE SERVICES**

Champsaur-Valgaudemar  
Page 21

**Recette**  
Page 19

## *Animation socioculturelle*

### ACCOMPAGNEMENT SCOLAIRE

#### **Centre social Planète ChampsaurValgo**

**Mail** : contact@planetechampsaur.fr

**Téléphone fixe** : 04 92 49 98 69

**Adresse** : 1 avenue Prémongil - 05500 St-Bonnet

**Site web** : planetechampsaur.fr

**Activité** : Accompagnement à la scolarité pour les collégiens. Ateliers pédagogiques de façon ludique, méthodologie, organisation, motivation, orientation. Travail avec les familles et le collège

**Public** : Collégiens

**Lieu** : Centre social Planète ChampsaurValgo

### ACCUEILS COLLECTIFS DE MINEURS

(accueil de loisirs extrascolaire et périscolaire)

#### **Amicale Laïque des Écoles et Amis d'Orcières**

**Mail** : amicalelaïque.orcieres@gmail.com

**Adresse** : Les Audiberts - 05170 Orcières

**Activité** : Accueil de Loisirs Sans Hébergement

**Public** : 4-12 ans

**Lieu** : Orcières-Merlette

#### **ASCR St-Jean-St-Nicolas**

(Association Sportive Culturelle Rurale)

**Mail** : ascr05260@gmail.com

**Téléphone fixe** : 04 92 55 93 41

**Adresse** : Mille Club Pont du Fossé -

05260 St-Jean St-Nicolas

**Site web** : ascr05.wordpress.com

**Activité** : Accueil de Loisirs Sans Hébergement

**Public** : 3-12 ans

**Lieu** : Maison Pour Tous de Pont du Fossé

#### **Les Tross d'Ancele**

**Mail** : alsh.lestross@gmail.com

**Téléphone fixe** : 04 92 21 99 56

**Adresse** : Les Taillas - 05260 Ancele

**Activité** : Accueil de Loisirs Sans Hébergement

**Public** : 3-11 ans

**Lieu** : Ancele

#### **Lou Menas**

**Mail** : lou.menas@wanadoo.fr

**Téléphone fixe** : 04 92 50 51 57

**Adresse** : Crèche Lou Menas, Place Waldems -

05500 St-Bonnet

**Activité** : Accueil de Loisirs Sans Hébergement " Les petits dragons"

**Public** : 4-12 ans

**Lieu** : St-Bonnet, Maison blanche

#### **Centre social Planète ChampsaurValgo**

**Mail** : contact@planetechampsaur.fr

**Téléphone fixe** : 04 92 49 98 69

**Adresse** : 1 avenue Prémongil - 05500 St-

Bonnet **Site web** : planetechampsaur.fr

**Activité** : Accueil de Loisirs Sans Hébergement

**Public** : 11-17 ans

**Lieu** : Centre social Planète ChampsaurValgo

**Activité** : Accueil de Loisirs Sans Hébergement

**Public** : 3-11 ans

**Lieu** : St-Firmin

**Activité** : Programme tes vacances !

**Public** : 11-17 ans

**Lieu** : Centre social Planète ChampsaurValgo

### AÎNÉS

#### **Club Connétable de Lesdiguières**

**Mail** : club.connetable@gmail.com

**Téléphone portable** : 06 24 24 43 40

**Contact secondaire** :

anne.desbordes@laposte.net

**Adresse** : Mairie - 05500 St-Bonnet

**Activité** : Jeux de société (belote, scrabble...) et pétanque

**Public** : 60 ans et plus

**Lieu** : salle de Lesdiguières, St-Bonnet, place Waldems

#### **Club Frustelle (St-Jean-St-Nicolas / Champoléon)**

**Mail** : clubfrustelle@gmail.com

**Téléphone portable** : 04 92 43 62 24

**Téléphone fixe** : 04 92 43 62 24

**Adresse** : Mairie - 05260 St Jean Saint Nicolas

**Activité** : Jeux de société (cartes, scrabble) et goûter. sorties, voyage, repas de Noël, gâteau des rois, repas de la chèvre, pique-nique

**Public** : 60 ans et plus

**Lieu** : Salle de réunion Maison de la Vallée de Pont du Fossé

#### **Club L'Age d'Or**

**Téléphone portable** : 04 92 50 81 02

**Téléphone fixe** : 04 92 50 81 02

**Activité** : Sorties au restaurant / Repas au club, Divers jeux de société, etc

**Public** : 60 ans et plus

**Lieu** : En face de la mairie d'Ancele

#### **Club Les Aînés de la Séveraisse**

**Téléphone portable** : 04 92 55 20 70

**Téléphone fixe** : 04 92 55 20 70

**Activité** : Jeux de cartes

**Public** : 60 ans et plus

**Lieu** : St-Firmin, salle des associations

### **Club Orsatus "les Aînés d'Orcières Merlette"**

**Mail :** michele.baile@sfr.fr

**Téléphone portable :** 06 61 32 46 30

**Adresse :** Queyrelet 1 Ent.C2 Montée du Roc Blanc - 05170 Orcières-Merlette

**Site web :** orcieries-mairie.fr/club-orsatus-aines-orcieries-merlette

**Activité :** Divers jeux de société, marathon de belote... Sorties et voyages. Période : tout au long de l'année, à la journée ou pendant deux jours avec les clubs Frustelle et celui de St-Laurent-du-Cros. Repas et goûter. Noël, gâteau des rois, repas chèvre...

**Public :** 60 ans et plus

**Lieu :** Village d'Orcières, maison de l'Auch

### **L.A.C du Noyer**

**Mail :** associationlac.lenoyer@gmail.com

**Téléphone portable :** 06 77 37 32 58

**Site web :** associationlac.wordpress.com

**Activité :** Divers jeux de société, etc

**Public :** 60 ans et plus

**Lieu :** Le Noyer, salle du Marthouret

## **ANIMATION JEUNESSE**

### **Centre social Planète ChampsaurValgo**

**Mail :** contact@planetechampsaur.fr

**Téléphone fixe :** 04 92 49 98 69

**Adresse :** 1 avenue Prémongil - 05500 St-Bonnet

**Site web :** planetechampsaur.fr

**Activité :** Accueil de jeunes avec des activités proposées par les animateurs ou choisies par les jeunes. Accompagnement des projets de jeunes Haut-Alpins. Accueil de loisirs durant chaque période de vacances autour de semaines à thématiques

**Public :** 11-25 ans

**Lieu :** Centre social Planète ChampsaurValgo à St-Bonnet

## **ASSISTANTES MATERNELLES**

### **Maison d'Assistantes Maternelles**

**(MAM) La Maison des Cro-mignons**

**Mail :** maison.cromignons@gmail.com

**Téléphone portable :** 06 64 48 94 27

**Contact secondaire :** 06 85 44 29 30

**Adresse :** 2 rue de l'école - 05500 La-Motte-en-Champsaur

**Activité :** Accueil du jeune enfant

**Public :** 2 mois - 6 ans

**Lieu :** La-Motte-en-Champsaur

### **Relais Petite Enfance (RPE) - "Lou Menas"**

**Mail :** ram-saintbonnet@orange.fr

**Téléphone portable :** 06 52 75 32 77

**Adresse :** Association "Lou Menas" Place Waldems - 05500 St Bonnet

**Activité :** Accueil des familles qui recherchent un mode de garde, accueil des assistantes maternelles agréées et garde à domicile

**Public :** 2 mois - 4 ans

**Lieu :** St-Bonnet, Maison blanche

## **ÉDUCATION À L'ENVIRONNEMENT**

### **L'Ouort de Benevènt**

**Mail :** ouort.benevent05@gmail.com

**Téléphone fixe :** 04 92 50 49 70

**Adresse :** Mairie - 05500 St-Bonnet

**Site web :** Facebook L'Ouort de Bénévent

**Activité :** Lieu de détente, de rencontres et d'activités autour d'un jardin intergénérationnel

**Public :** Tout public

**Lieu :** Les Gentillons à Bénévent, entre l'église et l'ancienne mairie et les gîtes communaux

### **Les croqueurs de pommes des Alpes latines**

**Mail :** bohnd05@wanadoo.fr

**Téléphone portable :** 06 61 66 82 42

**Adresse :** 1 rue Moutet - 05500 St-Bonnet

**Public :** Travail d'inventaire, de sauvegarde et de valorisation du patrimoine fruitier

**Lieu :** Champsaur-Valgaudemar

### **Chemins de Traverse**

**Mail :** chemins\_de\_traverse@yahoo.fr

**Contact secondaire :** claudine.dusserre@orange.fr

**Adresse :** Mairie - 05260 St-Jean-St-Nicolas

**Activité :** Culture en agrobiologie notamment pour les enfants de l'école de Pont du Fossé.

Conservation de semences de terroir. Veille et alerte sur des projets susceptibles de nuire à l'environnement. Organisation de débats et conférences sur les problématiques liées aux relations santé-environnement

**Public :** Tout public

**Lieu :** Rue de la tournée à St-Jean-St-Nicolas

### **Jardins partagés de St-Bonnet**

**Mail :** jardinspartagesstbo@gmail.com

**Adresse :** Mairie - 05500 St-Bonnet

**Activité :** jardins partagés, jardins familiaux, jardin pédagogique en utilisant les principes de la permaculture

**Public :** Tout public

**Lieu :** Sous le château Grimaud à St-Bonnet

### **Valgod'ass**

**Mail** : d.bellino@orange.fr

**Téléphone portable** : 06 86 75 78 82

**Activité** : Entretien de sentier

**Public** : Tout public

## **LIEU D'ACCUEIL PARENTS ENFANTS**

### **Centre social Planète ChampsaurValgo**

**Mail** : contact@planetechampsaur.fr

**Téléphone fixe** : 04 92 49 98 69

**Adresse** : 1 avenue Prémongil - 05500 St-Bonnet

**Site web** : planetechampsaur.fr

**Activité** : Lieu pour les parents et leurs enfants, un temps à partager ! Jeux pour les bébés et les jeunes enfants, accueil convivial des parents pour échanger, partager, trouver de l'information

**Public** : 0-6 ans et leurs parents

**Lieu** : St-Bonnet, salle multi-accueil de la Maison blanche, en face de l'enclos, près de l'école. St-Jean-St-Nicolas, salle d'Activité de la Médiathèque

## **MULTI ACCUEIL (Crèche / Halte-Garderie)**

### **Les Tross d'Anelle**

**Mail** : tross.ancelle@orange.fr

**Téléphone fixe** : 04 92 21 99 56

**Adresse** : Les Taillas - 05260 Anelle

**Activité** : Crèche, Halte-Garderie. Accueil régulier, occasionnel ou vacancier

**Public** : 3 mois - 6 ans

**Lieu** : Les Taillas Ancelles

### **Lou Menas**

**Mail** : lou.menas@wanadoo.fr

**Téléphone fixe** : 04 92 50 51 57

**Adresse** : Crèche Lou Menas, Place Waldems - 05500 St-Bonnet

**Activité** : Crèche, Halte-Garderie. Accueil régulier, occasionnel ou vacancier

**Public** : 3 mois - 6 ans

**Lieu** : St-Bonnet, Maison blanche

### **Micro-crèche Les Marmottes du Valgo**

**Mail** : lesmarmottesduvalgo@hotmail.fr

**Téléphone fixe** : 04 92 50 13 58

**Adresse** : Le village, Chauffayer - 05800 Aubessagne

**Activité** : Crèche, Halte-Garderie. Accueil régulier, occasionnel ou vacancier

**Public** : 3 mois - 6 ans

**Lieu** : Chauffayer

### **Polichinelle (Orcières)**

**Mail** : polichinelle.orcieres@gmail.com

**Téléphone fixe** : 09 82 34 33 85

**Adresse** : Le Village - 05170 Orcières

**Site web** : crechepolichinelle.wordpress.com

**Activité** : Crèche, Halte-Garderie. Accueil régulier, occasionnel ou vacancier

**Public** : 3 mois - 6 ans

**Lieu** : Orcières

### **Polichinelle (St-Léger-les-Mélèzes)**

**Mail** : polichinelle.stleger@gmail.com

**Téléphone fixe** : 04 92 50 40 60

**Adresse** : Le Village - 05260 St-Léger-les-Mélèzes

**Site web** : crechepolichinelle.wordpress.com

**Activité** : Crèche, Halte-Garderie. Accueil régulier, occasionnel ou vacancier

**Public** : 3 mois - 6 ans

**Lieu** : St-Léger-les-Mélèzes

**direct+**  
optic

5A rue du 11 novembre  
05500 ST BONNET-EN-CHAMPSAUR  
04.92.56.28.72  
St.bonnet.f850@direct-optic.fr



**Des difficultés à bien voir ?**



Directopticbonnet

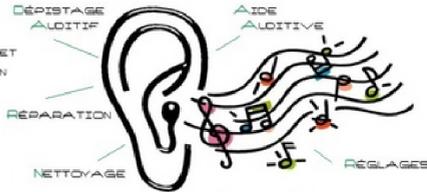


@DirectOpticDeStbonnet

Retrouvez votre opticienne, Anne  
Lundi, mardi, mercredi et vendredi  
De 8h45 à 12h30 et de 14h à 19h

**direct+**  
audition

5A rue du 11 novembre  
05500 ST BONNET-EN-CHAMPSAUR  
04.92.56.28.72  
04.92.50.53.53



**Des difficultés à bien entendre ?**

**NOUVEAU**

Un audioprothésiste près de chez vous !

**ADCO**  
*Publicité*

Studio graphique Panneau  
Flyers Logo Signalétique  
Illustration Marquage textile  
Étiquettes Broderie Enseigne  
Catalogue Objets pub Adhésifs  
Impression grand format  
Création charte graphique  
Marquage véhicule Drapeau  
Décoration vitrine Roll'Up  
Découpe jet d'eau Laser  
et bien plus encore...

**04 92 50 79 79**  
05260 Chabottes

**biocoop**

| La Juncha

Du mardi  
au samedi

9h-13h / 14h30-19h

et le lundi pendant  
les vacances  
d'été et d'hiver

Lieu dit la Garenne,  
05260 St-Jean-St-Nicolas  
04 92 23 25 06  
contact@biocoop-lajuncha.fr  
www.biocoop-lajuncha.fr

## Art & Culture

### ARTISANAT / TRAVAUX MANUELS

#### Digitale

**Mail :** s.disdier@yahoo.com

**Téléphone portable :** 06 74 72 00 40

**Adresse :** Mairie - 05260 Ancelle

**Activité :** Activités créatives (meubles en carton, poterie, mosaïque, couture, déco de Noël, etc...)

**Public :** Adultes

**Lieu :** St-Hilaire, Ancelle

#### Les amis de Confluence

**Mail :** f.roustang@gmail.com

**Téléphone fixe :** 04 92 50 44 30

**Adresse :** Le Fayore Chaillol 1600 - 05260 Saint-Michel-de-Chaillol

**Activité :** Lieu d'échanges et de créations artistiques favorisant la simplicité de l'expression artistique, avec des expositions et des ateliers pour découvrir et expérimenter différentes techniques

**Public :** Tout public

**Lieu :** Le Fayore

#### Les Petites Mains du Champsaur Valgaudemar

**Mail :** barneoudnoelle@orange.fr

**Téléphone portable :** 06 73 99 56 31

**Adresse :** Mairie - 05500 La-Fare-en-Champsaur

**Activité :** Bricolage - Couture - Tricot - Travaux manuels

**Public :** Adultes

**Lieu :** La-Fare-en-Champsaur

### ARTS PLASTIQUES

#### Association Dominique Villars

**Mail :** remi.krisanaz@gmail.com

**Téléphone portable :** 06 71 27 40 80

**Adresse :** Mairie, La Ville - 05500 le Noyer

**Activité :** Exposition Printemps des Artistes

**Public :** Tout public

**Lieu :** Le Noyer

#### Art-Val

**Mail :** art.val05@yahoo.fr

**Téléphone portable :** 06 48 07 18 35

**Adresse :** 59 Rte de Combardeq, Chauffayer - 05800 Aubessagne

**Site web :** Facebook Art-Val

**Activité :** Cours d'Arts plastiques, Dessin, Peinture, Histoire de l'art. Stages aquarelle à la demande juillet août

**Public :** 5 ans et plus

**Lieu :** Chauffayer

#### La Roulotte Bleu

**Mail :** martingaltieryoma@gmail.com

**Téléphone portable :** 06 98 42 55 51

**Téléphone fixe :** 04 13 38 77 82

**Adresse :** Mairie - 05260 St-Jean-St-Nicolas

**Activité :** Stages Arts plastiques - Histoire de l'art XXème siècle - Théâtre d'objets

**Public :** 6 ans et plus

**Lieu :** Champsaur / Écomusées / Musée Museum départemental de Gap

### BIBLIOTHÈQUE / MÉDIATHÈQUE

#### Maison du Berger - Centre d'interprétation des cultures pastorales alpines

**Mail :** f.ferraro@champsaur-valgaudemar.fr

**Téléphone fixe :** 04 92 49 61 85

**Adresse :** Les Borels - 05260 Champoléon

**Site web :** champsaur-valgaudemar.fr et maisonduberger.fr

**Activité :** Consultations d'ouvrages (techniques, littératures, botaniques, soins vétérinaires, ...), accompagnement de recherches, expositions, rencontres publiques, préparation de projets pédagogiques, point internet

**Public :** Tout public

**Lieu :** Maison du Berger à Champoléon

#### Ancelle médiathèque

**Mail :** bibliotheque@mairieancelle.fr

**Téléphone fixe :** 04 92 50 89 89

**Adresse :** 2 place de la mairie - 05260 Ancelle

**Site web :** mairieancelle.fr/mediatheque-ancelle/

**Activité :** Lieu de partage, de découverte et de culture

**Public :** Tout public

**Lieu :** 2ème étage de la mairie d'Ancelle

#### Aubessagne bibliothèque

**Téléphone fixe :** 04 92 55 22 50

**Adresse :** La Poste, Le Village - 05800 Aubessagne

**Activité :** Prêt de livres et DVD

**Public :** Tout public

**Lieu :** La Poste Aubessagne

### **Chabottes médiathèque le chabotté**

**Mail** : bibliothequechabottes@gmail.com

**Téléphone fixe** : 04 92 50 49 19

**Adresse** : 80 Route des Ecrins - 05260 Chabottes

**Site web** : chabottes.fr/la-mediatheque

**Activité** : Ciné-goûter, contes et lectures, ateliers créatifs, espace ludothèque, projections, expositions, animations jeux vidéo sur tablette, spectacles... Prêt de documents, DVD, revues mensuelles adultes et enfants, liseuses, CD audio

**Public** : Tout public

**Lieu** : Médiathèque à côté de la mairie de Chabottes

### **Champoléon bibliothèque**

**Téléphone fixe** : 04 92 55 90 32

**Adresse** : Les Borels, Mairie - 05260 Champoléon

**Activité** : Prêt de livres et DVD

**Public** : Tout public

**Lieu** : Maison du Berger à Champoléon

### **La Chapelle bibliothèque**

**Téléphone fixe** : 04 92 55 26 07

**Adresse** : Le village, Mairie - 05800 La Chapelle

**Activité** : Prêt de livres et DVD

**Public** : Tout public

**Lieu** : La Chapelle

### **Laye bibliothèque**

**Téléphone portable** : 06 33 39 26 35

**Téléphone fixe** : 04 92 50 56 95

**Adresse** : La Station - 05000 Laye

**Activité** : Bibliothèque, animations

**Public** : Tout public

**Lieu** : La Station de Laye

### **Le Glaizil bibliothèque**

**Mail** : bibliotheque@le-glaizil.fr

**Téléphone portable** : 06 88 51 39 73

**Téléphone fixe** : 04 92 55 22 87

**Adresse** : Mairie, le village - 05800 Le Glaizil

**Activité** : Prêt de livres et DVD

**Public** : Tout public

**Lieu** : Le Glaizil

### **Orcières bibliothèque**

**Téléphone fixe** : 04 92 55 89 89

**Adresse** : 1 Rue des Ecrins, 05170 Orcières

**Activité** : Prêt de livres et DVD

**Public** : Tout public

**Lieu** : Rue des Ecrins à Orcières

### **St-Bonnet médiathèque**

**Mail** : mediatheque@mairie-saint-bonnet.net

**Téléphone portable** : 07 64 61 81 82

**Adresse** : Place Waldems - 05500 St-Bonnet

**Site web** : Facebook Médiathèque de Saint-Bonnet

**Activité** : Médiathèque, vidéothèque, ateliers, contes...

**Public** : Tout public

**Lieu** : Médiathèque, vidéothèque, ateliers contes...

### **St-Firmin médiathèque la pensée sauvage**

**Mail** : bibliotheque.stfirmin05@outlook.fr

**Téléphone portable** : 07 77 23 99 03

**Adresse** : 205 route du moulin - 05800 St-Firmin

**Activité** : Prêt de livres, DVD, animations autour du livre. activités ponctuelles : « Lignes de crêtes » / « Nuit de la lecture », expositions ponctuelles

**Public** : Tout public

**Lieu** : Sous la mairie à côté de la salle des associations

### **St-Jean St-Nicolas médiathèque**

**Mail** : mediatheque@st-jean-st-nicolas.fr

**Téléphone fixe** : 04 92 55 99 26

**Adresse** : 2, place de la Mairie, Pont du Fossé - 05260 St-Jean-St-Nicolas

**Site web** : st-jean-st-nicolas.fr/mediatheque

**Activité** : Espace bébés lecteurs, ludothèque, vidéothèque, espace numérique avec PC, tablettes tactiles, jeux vidéo, WiFi

**Animations** : Contes, lectures, spectacles, ateliers créatifs, ludiques, numériques, expositions, visioconférences de l'Université du Temps Libre, ateliers informatiques, Lieu d'Accueil Parent enfant animé par Planète ChampsaurValgo, accueil du Réseau des Assistantes Maternelles

**Public** : Tout public

**Lieu** : Pont du Fossé, St-Jean-St-Nicolas

### **St-Léger bibliothèque et bureau d'accueil loisirs**

**Mail** : animation.stleger05@gmail.com

**Téléphone fixe** : 04 92 50 43 77

**Adresse** : Bureau du tourisme - 05260 St-Léger-les-Mélèzes

**Activité** : Prêt de livres et DVD

**Public** : Tout public

**Lieu** : Bureau du tourisme de St-Léger-les-Mélèzes

### **St-Michel-de-Chaillol bibliothèque**

**Mail** : bibli.chaillol@gmail.com

**Téléphone fixe** : 04 92 50 48 57

**Adresse** : Mairie, le village - 05260 St-Michel-de-Chaillol

**Activité** : Prêt de livres et DVD

**Public** : Tout public

**Lieu** : St-Michel-de-Chaillol

### **Le Noyer bibliothèque**

**Mail :** bm.noyer05@gmail.com

**Adresse :** 1 Place de la mairie, la Ville -  
05500 Le Noyer

**Site web :** mabib.fr/lenoyer05

**Activité :** Bibliothèque ludothèque

**Public :** Tout public

**Lieu :** Bibliothèque municipale du Noyer

### **BRIDGE**

#### **Club Connétable de Lesdiguières**

**Mail :** club.connetable@gmail.com

**Téléphone portable :** 06 60 32 65 16

**Adresse :** Mairie - 05500 St-Bonnet

**Activité :** Tournoi hebdomadaire et école de bridge

**Public :** 60 ans et plus

**Lieu :** Salle Lesdiguières, mairie de St-Bonnet  
(place Waldems)

### **CHANT / CHORALE**

#### **Chorale Champsaur Valgaudemar**

**Mail :** choralechampsaurvalgaudemar@orange.fr

**Téléphone portable :** 06 64 53 33 38

**Adresse :** Mairie - 05260 Saint-Jean-Saint-Nicolas

**Site web :** chorale-champsaur-valgaudemar.fr

**Activité :** Chant Choral, chant du monde français et religieux.

**Public :** Adultes

**Lieu :** Salle de la mairie de St-Bonnet

#### **Groupe folklorique Leï Mantenaires Chansouris**

**Mail :** leimantenaireschansouris@gmail.com

**Téléphone portable :** 06 87 85 52 60

**Téléphone fixe :** 04 92 50 44 23

**Contact secondaire :** 06 72 74 52 91 /

solene.amar@gmail.com

**Adresse :** Communauté de Communes Champsaur  
Valgaudemar, 5 Rue des Lagerons -  
05500 St-Bonnet

**Activité :** Chant

**Public :** 12 ans et plus

**Lieu :** Mille Club St-Laurent-du-Cros

### **L'Écho du Champ d'Or**

**Mail :** echoduchampdor@gmail.com

**Téléphone portable :** 06 81 20 24 36

**Téléphone fixe :** 04 92 50 54 15

**Adresse :** 11 Rue des Lagerons -

05500 St-Bonnet-en-Champsaur

**Activité :** Cours de chant, soliste ou collectif,  
gestion des techniques respiratoires, participation  
aux auditions avec l'école de musique  
intercommunale, interventions avec diverses  
formations musicales professionnelles

**Public :** 7 ans et plus

**Lieu :** École de musique à St-Bonnet

#### **Les arts en chœur**

**Mail :** lesartsenchoeur@gmail.com

**Téléphone portable :** 06 33 71 46 45

**Site web :** Facebook Les Arts en Choeur 05

**Activité :** Apprentissage du chant soliste, travail de  
la respiration, répertoire de styles variés et  
découverte de la scène

**Public :** 6 ans et plus

**Lieu :** Champsaur-Valgaudemar

**Activité :** Découvrir et apprendre le chant choral.

Formation musicale adaptée, mini stages et projets  
de concerts avec d'autres apprentis musiciens

**Public :** 7-12 ans

**Lieu :** Champsaur-Valgaudemar

#### **Chorale Champs' Song**

**Mail :** choralechampsong@sfr.fr

**Téléphone portable :** 06 14 07 71 42

**Adresse :** 71 rue St Roch, L'Aulagnier -  
05500 St-Bonnet

**Activité :** Chant chorale

**Public :** 12 ans et plus

**Lieu :** Salle Lesdiguières, mairie de St-Bonnet  
(place Waldems)

### **CINÉMA**

#### **Ciné Vadrouille**

**Mail :** cinevadrouille@aol.com

**Site web :** cinevadrouille.fr

**Activité :** Projection de films récents. Tous les  
mois dans la Communauté de Commune du  
Champsaur Valgaudemar projection de films  
récents par des bénévoles de chaque commune

**Public :** Tout public

**Lieu :** Ancelle, Chaillol, Champoléon, Forest/Manse,  
La Chapelle, Laye, St-Firmin, St-Julien, St-Maurice,  
Poligny

## Loisirs Arts en Champsaur (L.A.C.)

Cinéma "Le Central"

**Téléphone portable** : 04 92 50 15 17

**Téléphone fixe** : 04 92 50 56 11

**Activité** : Projection de films. Projecteur numérique 3D

**Public** : Tout public

**Lieu** : Cinéma Le Central, St-Bonnet

## COUTURE - TRICOT

### Les Petites Mains du Champsaur Valgaudemar

**Mail** : barneoudnoelle@orange.fr

**Téléphone portable** : 06 73 99 56 31

**Adresse** : Mairie - 05500 La-Fare-en-Champsaur

**Activité** : Couture et travaux manuels

**Public** : Adultes

**Lieu** : Salle du Club, La-Fare-en-Champsaur

## CUISINE

### Centre social Planète ChampsaurValgo

**Mail** : contact@planetechampsaur.fr

**Téléphone fixe** : 04 92 49 98 69

**Adresse** : 1 avenue Prémongil - 05500 St-Bonnet

**Site web** : planetechampsaur.fr

**Activité** : Échanges de savoirs autour de la cuisine, ateliers animés par les habitants

**Public** : Tout public

**Lieu** : Salle des fêtes de Manse à Forest-St-Julien

## DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

(coaching, accompagnement, mieux-être)

### Ino-impulsion

**Mail** : mopor32@free.fr

**Public** : Tout public

**Lieu** : Champsaur-Valgaudemar

**Activité** : Bien-être, développement personnel, réalisation de soi, relaxation, savoir être, Savoir-faire, sophrologie, tarologie

### ME3C (méthode éducative Calme- Concentration-Contrôle)

**Mail** : caroline.durantonme3c@gmail.com

**Téléphone portable** : 06 85 51 29 66

**Activité** : Pratique psychocorporelle pour tous, une boîte à outils pour le bien-être des enfants et adolescents ainsi que des relations apaisées envers soi-même et les autres. Un programme d'épanouissement et d'évolution personnelles pour les adultes. coaching parental

**Public** : 3 ans et plus

**Lieu** : Champsaur-Valgaudemar

## ÉDUCATION À L'ENVIRONNEMENT

### Etoile Sportive

**Mail** : sabrinasemerddjian@hotmail.fr

**Téléphone portable** : 06 63 33 05 08

**Adresse** : Etoile sportive - 05500 St-Laurent-du-Cros

**Activité** : Événements autour des jardins de la commune, Arts plastiques

**Public** : Tout public

**Lieu** : Mille Club St Laurent du Cros

### Association Dominique Villars

**Mail** : remi.krisanaz@gmail.com

**Téléphone portable** : 06 71 27 40 80

**Adresse** : Mairie, La Ville - 05500 Le Noyer

**Activité** : Animations au sein et autour de l'écomusée, de son jardin et du sentier botanique

**Public** : Tout public

**Lieu** : Le Noyer

## ÉVEIL MUSICAL

### ASCR St-Jean-St-Nicolas

(Association Sportive Culturelle Rurale)

**Mail** : ascr05260@gmail.com

**Téléphone fixe** : 04 92 55 93 41

**Adresse** : Mille Club Pont du Fossé -

05260 St-Jean St-Nicolas

**Site web** : ascr05.wordpress.com

**Activité** : Eveil musical

**Public** : 3-14 ans

**Lieu** : Mille Club de Pont du Fossé

### Les arts en chœur

**Mail** : dodiese@gmail.com

**Téléphone portable** : 06 20 78 11 71

**Site web** : Facebook Les Arts en Chœur 05

**Activité** : Découverte du monde musical et du monde à travers la musique, adaptée aux plus jeunes, pour ouvrir leur curiosité et encourager leurs premiers pas dans la musique. Par petits groupes. Présentation de travaux en fin d'année

**Public** : 3-6 ans

**Lieu** : Champsaur-Valgaudemar

## INFORMATIQUE

### Centre social Planète ChampsaurValgo

**Mail :** contact@planetechampsaur.fr

**Téléphone fixe :** 04 92 49 98 69

**Adresse :** 1 avenue Prémongil - 05500 St-Bonnet

**Site web :** planetechampsaur.fr

**Activité :** Informatique sous forme d'ateliers collectifs ou permanence informatique

**Public :** Tout public

**Lieu :** Saint-Bonnet, St-Jean-St-Nicolas, St-Firmin, Autres dans le Champsaur et valgaudemar en fonction des groupes et des projets

## INTERNATIONAL

### ASPAL - Association de Solidarité avec les Peuples d'Amérique Latine

**Mail :** coge.skar@orange.fr

**Téléphone portable :** 06 82 38 06 41

**Téléphone fixe :** 04 92 50 02 59

**Contact secondaire :** mrius@hotmail.fr

**Adresse :** A.S.P.A.L place Grenette - 05500 St-Bonnet

**Activité :** Commerce équitable d'artisanat sud-américain et artisans du monde tenue par des bénévoles pendant les vacances de printemps, tous le mois de juillet, d'août et de décembre.

**Public :** Tout public

**Lieu :** Place Grenette, St-Bonnet

### Champsaur Sénégal

**Mail :** titrop@hotmail.fr

**Activité :** Actions de solidarité et de partenariat avec les pays du sud

**Public :** Tout public

### Comité de Jumelage Champsaur Waldems

**Mail :** jumelagecw@gmail.com

**Téléphone portable :** 06 86 97 68 34

**Contact secondaire :** 06 84 97 11 62

**Activité :** Échanges intergénérationnels entre les communes jumelées et Waldems : voyages, échanges amicaux, sportifs, et culturels.

Animations dans les villages : Soirée d'été en juillet, repas animé en avril...

**Public :** Tout public

## JEUX

### L.A.C du Noyer

**Mail :** associationlac.lenoyer@gmail.com

**Téléphone portable :** 06 77 37 32 58

**Activité :** Jeux de société et de cartes

**Public :** 18 ans et plus

**Lieu :** Salle de la bibliothèque du Noyer

## LANGUES ÉTRANGÈRES

### Centre social Planète ChampsaurValgo

**Mail :** contact@planetechampsaur.fr

**Téléphone fixe :** 04 92 49 98 69

**Adresse :** 1 avenue Prémongil - 05500 St-Bonnet

**Site web :** planetechampsaur.fr

**Activité :** Pratiquer l'anglais à l'oral ateliers collectifs intermédiaires et confirmés

**Public :** 14 ans et plus

**Lieu :** Centre social Planète ChampsaurValgo

**Activité :** Italien (recherche de prestataire)

**Lieu :** Centre social Planète ChampsaurValgo

**Activité :** Anglais kid

**Public :** 6-11 ans

### Langue équitable

**Téléphone fixe :** 04 92 50 03 07

## MÉDITATION

### Calme mental et énergie physique

**Mail :** mail@pascalfaure.com

**Téléphone portable :** 06 07 60 08 96

**Adresse :** 9 imp de la chapelle, Pisançon - 05500 St-Bonnet

**Site web :** champsaur-meditation.blogspot.com

**Activité :** Maîtrise de la Respiration Méditation de pleine conscience

**Public :** Adultes

## MUSIQUE

### ASCR St-Jean-St-Nicolas (Association Sportive Culturelle Rurale)

**Mail :** ascr05260@gmail.com

**Téléphone fixe :** 04 92 55 93 41

**Adresse :** Mille Club Pont du Fossé - 05260 St-Jean St-Nicolas

**Site web :** ascr05.wordpress.com

**Activité :** Piano individuel d'1/2 heure

**Public :** 7 ans et plus

**Lieu :** Mille Club Pont du Fossé

**Activité :** Guitare collective de 45 mn ou individuel d'1/2 heure

**Public :** 7 ans et plus

**Lieu :** Mille Club Pont du Fossé

## L'Écho du Champ d'Or

**Mail :** echoduchampdor@gmail.com

**Téléphone fixe :** 04 92 50 54 15

**Adresse :** 11 Rue des Lagerons -

05500 Saint-Bonnet-en-Champsaur

**Activité :** Découvrir la musique à travers les sons grâce aux dizaines d'instruments d'enfants et inciter leur curiosité par la participation à de petits ensembles musicaux. Formation adaptée aux jeunes enfants

**Public :** 3-6 ans

**Lieu :** École de musique

## Les arts en chœur

**Mail :** lesartsenchoeur@gmail.com

**Téléphone portable :** 06 20 78 11 71

**Site web :** Facebook Les Arts en Choeur 05

**Activité :** Découvrir, apprendre et pratiquer la musique à travers des cours individuels et collectifs, des ateliers mêlant les instruments et/ou les voix. Piano, clarinette, violon, violoncelle, flûte traversière, guitare, chant, orchestre à vent...

Auditions et projets tout au long de l'année dans tout le Champsaur Valgaudemar..

**Public :** 4 ans et plus

**Lieu :** Champsaur-Valgaudemar

## PASTORALISME

### Maison du Berger - Centre d'interprétation des cultures pastorales alpines

**Mail :** f.ferraro@champsaur-valgaudemar.fr

**Téléphone fixe :** 492496185

**Adresse :** Les Borels - 05260 Champoléon

**Site web :** champsaur-valgaudemar.fr et maisonduberger.fr

**Activité :** Expositions autour du métier de berger. Animations pédagogiques et culturelles. Un voyage inattendu dans les cultures pastorales des Alpes, à la découverte des métiers de berger et d'éleveur d'aujourd'hui et Centre de ressources pastoralisme et cultures montagnardes

**Public :** Tout public

**Lieu :** Maison du Berger à Champoléon

## PATCHWORK

### Au Fil du Patch

**Mail :** nouguier.mary@gmail.com

**Téléphone portable :** 06 70 24 14 96

**Téléphone fixe :** 04 92 50 52 47

**Adresse :** Mairie - 05500 St-Bonnet

**Activité :** Patchwork

**Public :** Tout public

**Lieu :** Salle Lesdigières, mairie de St-Bonnet (place Waldems)

## PATRIMOINE / ÉCOMUSÉES

### Association Le pont blanc

**Mail :** alainfilhol@orange.fr

**Activité :** Préservation et mise en valeur du patrimoine champsaurois

**Public :** Tout public

**Lieu :** Forest-St-Julien

### ASPP (Association Sauvegarde Patrimoine Poligny)

**Mail :** aspdepoligny@gmail.com

**Téléphone portable :** 06 67 28 48 32

**Adresse :** 15 route du noyer - 05500 Poligny

**Site web :** poligny-en-champsaur.fr

**Activité :** Sauvegarde, restauration et protection du patrimoine de Poligny

**Public :** Tout public

**Lieu :** Poligny

### RECIT Réseau d'Expression Contemporaine d'Interprétation du Territoire

**Mail :** f.ferraro@champsaur-valgaudemar.fr

**Téléphone fixe :** 04 92 55 95 72

**Adresse :** Communauté de Communes Champsaur Valgaudemar, Chemin de l'aigle 05260 St-Jean-St-Nicolas

**Site web :** champsaur-valgaudemar.fr

**Activité :** 8 sites pour découvrir le patrimoine du Champsaur Valgaudemar :

- "Le Musée du Moulin" à Pont-du-Fossé. Association Musée et école d'autrefois, 04 92 55 91 19
  - "L'école d'autrefois" à St-Jean (commune St-Jean-St-Nicolas). Association Musée et école d'autrefois. Réservations, 04 92 55 95 71.
  - "Le refuge des animaux" à St-Léger-les-Mélèzes, 04 92 21 47 78
  - "Espace Confluences à Chaillol 1600, expositions et ateliers : 04 92 50 48 19. Association Les Amis de Confluences, 06 84 50 05 26
  - "La Maison de la Photographie - Vivian Maier" à Pisançon, 04 92 44 09 61. Association Vivian Maier et le Champsaur. 06 88 79 32 29 (l'après-midi uniquement)
  - "La Maison de la Botanique au Noyer" : 04 92 23 28 02. Association Dominique Villars, Rémy KRISANAZ 06 71 27 40 80
  - "Le Moulin de Villar-Loubière" dans le Valgaudemar : 04 92 55 23 21
  - "La Maison du Berger à Champoléon (les Borels) : 04 92 49 61 85
- Public :** Tout public
- Lieu :** Communauté de Communes Champsaur Valgaudemar à St-Jean-St-Nicolas

### Château de Lesdiguières

**Mail :** a.connetable05@gmail.com

**Téléphone portable :** 06 08 55 61 31

**Adresse :** Hameau de Lesdiguières - 05800 Le Glaizil

**Site web :** facebook.com/lechateaudelesdiguieres/

**Activité :** Sauvegarde culturelle, historique et architecturale du château de Lesdiguières.

**Public :** Tout public

**Lieu :** Le Glaizil - Hameau de Lesdiguières

**Activité :** Exposition permanente gratuite

**Public :** Tout public

**Lieu :** Le four banal du hameau, à coté du château

### Malcros 28 18

**Mail :** president@canaldemalcros.com

**Téléphone portable :** 681061876

**Adresse :** 68 place de la mairie - 05260 St-Michel-de-Chaillol

**Site web :** canaldemalcros.com

**Activité :** Entretien et restauration. Gestion des ouvrages sur le tracé du canal de Malcros. tracé depuis le lac de Malcros à 2810 m d'altitude jusqu'à St-Bonnet en champsaur 1380m.

Sauvegarde du patrimoine champsaurin, entretien et restauration

**Public :** Tout public

**Lieu :** Cabane des parisiens, bassins de répartition, galerie, murs, aqueducs

### Patrimoine des deux Autanes

**Mail :** asso.patrimoine.stleger@gmail.com

**Activité :** Restauration et préservation du patrimoine de St-Léger, diverses animations

**Public :** Tout public

**Lieu :** St-Léger-les-Mélèzes

### Terre de liens

**Mail :** mercier.ectar@yahoo.fr

**Téléphone portable :** 672708916

**Téléphone fixe :** 492514898

**Site web :** terredeliens.org

**Activité :** Education populaire aux enjeux de l'agriculture, de l'environnement et de la préservation des terres agricoles. Appui à la transmission et à l'installation en agriculture biologique. Information et formation du public, des élus, accueil des cédants (propriétaires fonciers et agriculteurs) et des porteurs de projet

**Public :** Tout public

## PHOTOGRAPHIE / VIDÉO

### 1071

**Mail :** contact@1071.fr

**Adresse :** 229 avenue de la Libération Lieu-Dit le Cros - 05500 St-Laurent-du-Cros

**Site web :** 1071.fr

**Activité :** Tiers-Lieu artistique et culturel dans le Champsaur-Valgaudemar, offrant des résidences, des tournages, des shootings, des activités pédagogiques et des événements culturels.

**Public :** Tout public

**Lieu :** St-Laurent-du-Cros

### Regards Alpins

**Mail :** contact@regards-alpins.eu

**Téléphone fixe :** 04 92 49 07 66

**Adresse :** 54 route du moulin - 05500 Le Noyer

**Site web :** regards-alpins.eu

**Activité :** Promotion de la photographie d'auteur au sein de l'arc alpin. Organisation de diverses expositions photographiques (expositions, conférences, animations)

**Public :** Tout public

**Lieu :** Salle des fêtes Forest-St-Julien

### ASCR St-Jean-St-Nicolas

**(Association Sportive Culturelle Rurale)**

**Mail :** ascr05260@gmail.com

**Téléphone fixe :** 04 92 55 93 41

**Adresse :** Mille Club Pont du Fossé - 05260 St-Jean St-Nicolas

**Site web :** ascr05.wordpress.com

**Activité :** Photo numérique et argentique

**Public :** Adultes

**Lieu :** Mairie de St-Jean-St-Nicolas

### Centre social Planète ChampsaurValgo

**Mail :** contact@planetechampsaur.fr

**Téléphone fixe :** 04 92 49 98 69

**Adresse :** 1 avenue Prémongil - 05500 St-Bonnet

**Site web :** planetechampsaur.fr

**Activité :** Ateliers PhotoLab (sorties, critiques et retouches photo) et VidéoLab (Ecriture tournage et montage d'une vidéo) collectifs

**Public :** Tout public

**Lieu :** Centre social Planète ChampsaurValgo à St-Bonnet

## **Vivian MAIER et le Champsaur**

**Mail :** marie.hugues2@wanadoo.fr

**Téléphone portable :** 06 88 79 32 29

**Adresse :** 2 Place Vivian MAIER, Le village -  
05500 St-Julien

**Site web :**

association-vivian-maier-et-le-champsaur.fr

**Activité :** Valorisation des photos françaises de  
Vivian MAIER et l'émigration des champsaurins

**Public :** Tout public

**Lieu :** Salle des fêtes de St-Julien et Maison de  
la photographie Vivian Maier à Pisançon

## **PROGRAMMATION CULTURELLE**

### **CLAC Champsaur Valgaudemar (Collectif Local d'Actions Culturelles)**

**Mail :** clac.champsaur.05@gmail.com

**Adresse :** Mairie - 05500 St-Bonnet

**Site web :** clacchampsaur05.wixsite.com

**Activité :** Ateliers cirque, Yoga, CNV, théâtre  
d'improvisation, Zéro déchet, tricot, plantes.  
Échanges, livres, actualité, espagnol, anglais.

Musique scène ouverte, concerts

**Public :** Tout public

**Lieu :** Patchanka à Buissard

### **Espace Culturel de Chaillol - Festival de Chaillol**

**Mail :** contact@festivaldechaillol.com

**Téléphone portable :** 09 82 20 10 39

**Adresse :** Office de tourisme -

05260 St-Michel-de-Chaillol

**Site web :** festivaldechaillol.com

**Activité :** Organisation d'artistes en présence.

Festival de Chaillol. Itinérance musicale en  
territoire rural de montagne. Musiques  
d'aujourd'hui, contemporaines et traditionnelles,  
d'ici ou d'ailleurs

**Public :** Tout public

**Lieu :** St-Michel-de-Chaillol et divers lieux

### **Les Intérieurs**

**Mail :** lesinterieurs@gmail.com

**Téléphone portable :** 06 58 91 60 65

**Contact secondaire :** 06 65 75 93 39

**Adresse :** 50 rue de l'ancienne école - Pisançon  
05500 St-Bonnet

**Site web :** Facebook Les interieurs Asso

**Activité :** Création, développement culturel et  
artistique

**Public :** Tout public

**Lieu :** Pisançon

## **SCRABBLE**

### **Club Gapençais de Scrabble**

**(antenne de St-Bonnet)**

**Mail :** coge.skar@orange.fr

**Téléphone portable :** 06 82 38 06 41

**Téléphone fixe :** 049 25 00 247

**Activité :** Scrabble

**Public :** 14 ans et plus

**Lieu :** St-Bonnet, salle Lesdiguières  
(place Waldems)

## **SCULPTURE/ BOIS**

### **L.A.C du Noyer**

**Mail :** associationlac.lenoyer@gmail.com

**Téléphone portable :** 06 77 37 32 58

**Site web :** associationlac.wordpress.com

**Activité :** Stage de sculpture bois et sculpture  
pierre **Public :** 14 ans et plus

**Lieu :** Le Noyer

## **SOPHROLOGIE**

### **ASCR St-Jean-St-Nicolas**

**(Association Sportive Culturelle**

**Rurale) Mail :** ascr05260@gmail.com

**Téléphone fixe :** 04 92 55 93 41

**Adresse :** Mille Club Pont du Fossé -  
05260 St-Jean St-Nicolas

**Site web :** ascr05.wordpress.com

**Activité :** Sophrologie, relaxation

**Public :** 14 ans et plus

**Lieu :** Mille Club Pont du Fossé

## **THÉÂTRE / ARTS DU SPECTACLE & DU CIRQUE / MARIONNETTES**

### **Alpes en scène**

**Mail :** alpesenscene@gmail.com

**Téléphone portable :** 06 72 15 69 77

**Site web :** sites.google.com/view/alpesenscene

**Activité :** Ateliers théâtre et spectacles jeune  
public. Stages. Christèle ASTIER, diplômée du  
conservatoire d'art dramatique

**Public :** 5 ans et plus

**Lieu :** St-Bonnet, St Michel de Chaillol

### **Centre social Planète ChampsaurValgo**

**Mail :** contact@planetechampsaur.fr

**Téléphone fixe :** 04 92 49 98 69

**Adresse :** 1 avenue Prémongil - 05500 St-Bonnet

**Site web :** planetechampsaur.fr

**Activité :** Cirque

**Public :** 5 ans et plus

**Lieu :** Salle polyvalente d'Aubessagne

## Groupe folklorique Leï Mantenaïres Chansouris

Mail : leimantenaïreschansouris@gmail.com

Téléphone portable : 06 87 85 52 60

Téléphone fixe : 04 92 50 44 23

Contact secondaire : 06 72 74 52 91 /  
solene.amar@gmail.com

Adresse : Communauté de Communes  
Champsaur Valgaudemar, 5 Rue des Lagerons -  
05500

St-Bonnet

Activité : Théâtre (en patois et français)

Public : 3 ans et plus

Lieu : Mille Club St-Laurent-du-Cros

## Les amis du château fort

Mail : ennirocvalgo@gmail.com

Téléphone portable : 07 49 40 57 67

Téléphone fixe : 04 92 55 30 92

Adresse : 24 Rue Auguste Pellissier, Copropriété  
Blache, le Bourg - 05800 St-Firmin

Site web : Facebook Ennirocvalgo

Activité : Théâtre d'improvisation, ateliers ludiques  
pour s'amuser et lâcher prise

Public : Adultes

Lieu : Saint-Firmin

## VANNERIE

### Digitale

Mail : s.disdier@yahoo.com

Téléphone portable : 06 74 72 00 40

Contact secondaire : 06 84 16 30 37

Adresse : Mairie - 05260 Ancelle

Activité : Vannerie

Public : Adultes

Lieu : St-Hilaire, Ancelle

### Vannerie du Valgo

Mail : vanneriechampsaurvalgo@gmail.com

Téléphone portable : 06 43 64 25 94

Téléphone fixe : 04 92 54 30 14

Contact secondaire : 04 92 50 74 82

Activité : Apprentissage et exercice de la vannerie

Public : 6 ans et plus

Lieu : Salle des fêtes de Chabottes, salle des  
fêtes de St-Firmin



# KARATE

TT Localisation TT  
Dojo de Saint Bonnet en Champsaur  
Gymnase Communal St Bonnet  
Avenue De L'Enclos, 05500 Saint-bonnet-en-Champsaur

Disciplines

- Karaté découverte
- Karaté perfectionnement (cours enfants, adolescents, adultes)
- Karaté santé
- Baby Karaté (sous réserve)
- Body karaté (sous réserve)

Cours (Saint Bonnet en Champsaur)		
<b>Lundi</b> 19h45-20h45 (Adultes)	<b>Mercredi</b> 17h-18h (Enfants) 18h-19h (Enfants/Adolescents) 19h-20h30 (Adolescents/Adultes)	<b>Samedi</b> 18h-19h (Adolescents/Adultes) 19h-20h30 (Adolescents/Adultes)

DEBUT  
DES COURS  
LE 7 SEPTEMBRE

NOUVEAUTES

Ouverture de 3 sections sur le territoire  
Ancelle  
Chabottes  
Saint-Firmin  
(sous réserve des autorisations)

Avec  
Baby Karaté  
Body Karaté  
Karaté découverte

CONTACT

Pour tout renseignement à propos de l'activité :  
Jean Pierre EYRAUD (Professeur de karaté 6ème dan)  
06.17.95.23.83

Armelle LELIMOUZIN  
06.82.00.99.53





Les  
**Arts**  
en  
**Choeur**  
Réseau d'enseignements artistiques

Contact : [dodieise@gmail.com](mailto:dodieise@gmail.com)

Wu Xing Tao



Champsaur

Ecole de Qi Gong

**Qi Gong**  
& **Méditation**

à Poligny, Chauffayer,  
Chabottes, Saint-Bonnet ...

**Cours, Ateliers, Stages ...**

animés par **Guy Fumey du Moulin**  
Professeur diplômé de l'IEQG

**06 32 12 17 50**



**Le Petit Randonneur**

Bar à glaces et jus de fruits  
fabriqués dans nos ateliers

Venez déguster ou acheter sur place nos produits faits maison  
(glaces, jus, biscuits, pâte à tartiner, confitures...)

Le tout dans une ambiance chaleureuse à l'esprit de brocante

Lieu dit "Les Estèves" - 1205, route d'Orcières - 05260 Chabottes

[www.le-petit-randonneur.fr](http://www.le-petit-randonneur.fr)

*Alizée Hurst*



Ostéopathie énergétique  
(Ostéofluidique)

Enfants - Adultes - Animaux

**06 21 32 56 73**

[www.alizechuret.com](http://www.alizechuret.com) 05500 St Bonnet



**Accompagnateurs  
en Montagne du Champsaur**

*Partez avec un accompagnateur à la découverte des  
plus belles montagnes de nos vallées.  
Venez re-découvrir la montagne.  
Bonne humeur et convivialité seront au rendez-vous.*

Bureau des Accompagnateurs en Montagne du Champsaur  
04 92 55 80 20  
[infos@accompagnateurs-champsaur.com](mailto:infos@accompagnateurs-champsaur.com)  
<http://www.accompagnateurs-champsaur.com>

# Recette de l'atelier cuisine

## Farinata aux petits légumes

PRÉPARATION : 10 MIN - REPOS : 4H - CUISSON : 15 MIN

### Ingredients

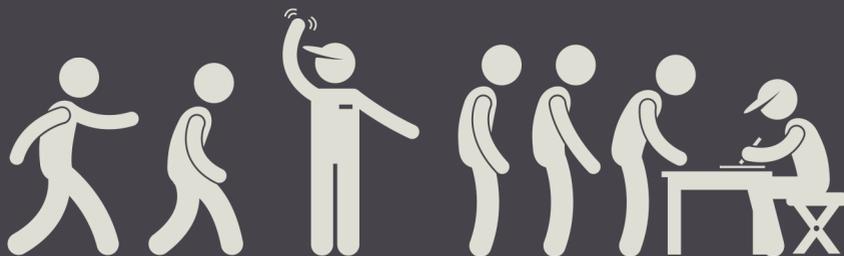
- 250 g de farine de pois chiche
- 1 l d'eau
- 100 g d'huile d'olive
- Parmesan (facultatif)
- 10 g de sel
- Poivre du moulin
- Légumes nouveaux (petits pois frais, asperges, oignons rouges, tomates cerises...)



### Instructions

- Dans un saladier, mélanger la farine et l'eau progressivement pour éviter les grumeaux.
- Laisser reposer la pâte pendant environ 4 heures.
- Écumer la mousse à la surface et ajouter l'huile et le sel. Bien mélanger.
- Préchauffer le four à 250°C.
- Préparer les petits légumes.
- Verser la pâte dans un moule huilé et décorer avec les légumes et le parmesan.
- Cuire au four pendant 15 minutes, ou plus si nécessaire, jusqu'à ce que la croûte soit dorée.
- Poivrer à la sortie du four.
- La recette peut être dégustée chaude, tiède ou froide lors d'un pique-nique.

Pour votre santé, évitez de manger trop gras, trop sucré, trop salé



## Une Planète dont on peut faire le tour en... Bénévolant !

### **Vous avez du temps libre ?**

Et vous souhaitez rester actifs...

Partager un savoir, un savoir-faire...

### **Avec Planète ChampsaurValgo**

#### **Il y en a pour tous vos goûts !**

Selon vos compétences à transmettre...

Sport, art, science, technique, bricolage, jardinage, relationnel, patrimoine, aide aux personnes âgées, photo, vidéo, etc.

### **Scolarité des jeunes**

Aider des Collégiens dans leurs études

### **Nouvelles Technologies et Solidarité**

Aider des habitants à utiliser un ordinateur

Réparer des ordinateurs ou de l'électroménager... avec et pour les habitants.

### **Petite Enfance et Parentalité**

Aider l'animatrice de notre Lieu d'Accueil Enfants-Parents (LAEP)

Et si vous souhaitez une vallée plus solidaire...

Vous investir dans le Conseil d'Administration  
de Planète ChampsaurValgo.

**Passez nous rendre visite dans nos deux lieux !!**

**Mail : [contact@planetechampsaur.fr](mailto:contact@planetechampsaur.fr)**

## Franc Service & Permanencier

2 agents vous accueillent pour vous aider, conseiller, orienter et vous accompagner dans vos démarches Santé, Famille, Retraite, Droit, Logement, Impôt, Emploi, Mobilité... auprès d'organismes publics.



- Un accompagnement personnalisé confidentiel gratuit
- Une aide à la constitution de vos dossiers
- Des permanences avec les organismes partenaires
- Un équipement numérique en accès libre
- Un accompagnement pour vos démarches en ligne
- Des postes informatiques en accès libre
- Un espace de travail équipé
- Un espace de visio rendez-vous

**Christine RICOU** : msap@champsaur-valgaudemar.fr

**Valérie BERNARD** : v.bernard@champsaur-valgaudemar.fr

**St-Bonnet** : 04 92 50 78 90

**St-Firmin** : 04 92 56 08 89

**St-Jean St-Nicolas** : 04 92 55 97 51

### France service Champsaur-Valgaudemar

**Mail** : msap2@champsaur-valgaudemar.fr

**Téléphone portable** : 06 99 77 93 01

**Site** : www.champsaur-valgaudemar.com

**Activité** : accompagnement individuel et devenir autonome dans vos démarches et accès aux droits via le numérique.

### vous trouverez également divers services :

#### **ADIE 05**

**Mail** : mschmitt@adie.org

**Téléphone portable** : 07 56 30 25 95

**Contact sec** : tgaypara@adie.org / 07 75 10 54 49

**Adresse** : 16 rue Carnot - 05000 Gap

**Site web** : Facebook Adie Provence Alpes Côte d'Azur

**Activité** : Financer des porteurs de projet ou des entrepreneurs pour leur activité.

#### **ADIL 05**

**Mail** : juriste@adil05.org

**Site internet** : adil04-05.org

**Activité** : Informer le public en matière de logement et d'habitat. Conseil juridique en rénovation

#### **Cap emploi 05**

**Mail** : paweena.k@capemploi05.org

**Site internet** : adil04-05.org

**Activité** : Accompagner ou maintenir dans l'emploi les personnes porteuses d'handicap et leurs employeurs.

#### **CAUE 05**

**Mail** : contact@caue05.com

**Téléphone fixe** : 04.92.43.60.31

**Site internet** : caue05.com

**Activité** : Promouvoir l'architecture, l'urbanisme et l'environnement rural ou urbain

#### **CIDFF 05**

**Mail** : cidff05@orange.fr

**Téléphone fixe** : 04 92 55 33 98

**Site internet** : cidff05.fr

**Activité** : Oriente et accompagne le public, en priorité des femmes, dans les domaines de l'accès au droit.

#### **Conciliatrice en justice**

**Mail** : gisele.collomb@conciliateurdejustice.fr

**Téléphone portable** : 06 86 92 50 05

**Activité** : trouver une solution amiable à un différend;

#### **HAER**

**Mail** : constance.levaudel@haer.fr

**Téléphone fixe** : 04 92 52 68 68

**Site internet** : haer.fr

**Activité** : Accompagnement social et professionnel

#### **Initiative Alpes Provence 05**

**Mail** : b.pellissier@initiative-sud05.fr

**Téléphone fixe** : 04 92 43 21 68

**Téléphone portable** : 06 23 26 46 33

**Site internet** : initiative-sud05.fr

**Activité** : réseau de financement des créateurs

#### **MEDICOM - Centre de Gestion des Hautes Alpes**

**Mail** : secreteriat.medicom@cdg05.fr

**Téléphone fixe** : 04 92 50 29 10

**Activité** : surveillance médicale et actions sur le milieu professionnel

#### **MGEN des Hautes-Alpes**

**Mail** : SD005@mgen.fr

#### **Mission Locale Jeunes des Hautes-Alpes**

**Mail** : benoit.davin@mlj05.org

**Téléphone fixe** : 04 92 53 00 00

**Site web** : mj05.fr

**Activité** : Accompagner les jeunes dans leur insertion professionnelle et sociale.

#### **Pôle emploi 05**

**Mail** : sylvie.servel@pole-emploi.fr

**Téléphone fixe** : 04 92 43 71 97

#### **SPIP 05**

**Mail** : eleonore.de-luca@justice.fr

**Téléphone fixe** : 04 92 24 26 20

**Téléphone portable** : 06 27 82 14 48

**Site internet** : justice.gouv.fr

**Activité** : Contrôle et le suivi des personnes placées

#### **Udaf 05**

**Mail** : pcb05@udaf.05.unaf.fr

**Téléphone fixe** : 04 92 21 21 13

**Téléphone portable** : 06 31 60 58 82

**mail** : pcb05@udaf05.unaf.fr

**Site internet** : udaf05.fr

**Activité** : Soutien dès les 1ères difficultés financières



# UN CADRE HORS DU COMMUN POUR DES FORMATIONS D'AVENIR !

4° REMOBILISATION  
3° PRÉPA MÉTIERS

FILIÈRE  
DU BÂTIMENT

FILIÈRE  
BOIS

FILIÈRE  
NUMÉRIQUE

FILIÈRE  
ÉNERGÉTIQUE



Pratiques Sportives "outdoor" : ski, option VTT



CAP

BAC PRO

TITRES PRO

MENTION COMPLÉMENTAIRE

- Métiers du Bâtiment (*Maintenance Technique*)
- Métiers de la Menuiserie
- Métiers de l'Électronique et du Numérique (*Cybersécurité, Informatique et Réseaux, Électronique et audiovisuel*)
- Métiers de l'Énergétique (*Plomberie, Chauffage, Climatisation, Énergies Renouvelables*)

L'APPRENTISSAGE

de 9h à 13h



PORTES  
Ouvertes  
au Lycée Poutrain

c'est  
dès 16 ans

dans TOUTES  
nos filières

- Samedi 25 Novembre 2023
- Samedi 17 Février 2024
- Samedi 20 Janvier 2024
- Samedi 06 Avril 2024

POSSIBILITÉ DE PRENDRE RENDEZ-VOUS AU 04 92 55 92 28  
LPP POUTRAIN - 1 rue de l'Église - 05260 Saint-Jean-Saint-Nicolas  
secretariat@lyceepoutrain.fr - www.lyceepoutrain.fr

## Infos pratiques - Social

### ACCOMPAGNEMENT DES ASSOCIATIONS

#### Centre social Planète ChampsaurValgo

**Mail** : contact@planetechampsaur.fr

**Téléphone fixe** : 04 92 49 98 69

**Adresse** : 1 avenue Prémongil - 05500 St-Bonnet

**Site web** : planetechampsaur.fr

**Activité** : Accompagnement à la création d'associations. Diffusion des événements dans l'agenda associatif de notre site et dans la newsletter hebdomadaire « L'actu de notre vallée ». Prêt de salle et de matériels informatiques et multimédia, location de minibus

**Public** : Les associations du Champsaur Valgaudemar

**Lieu** : Centre social Planète ChampsaurValgo à St-Bonnet

### ACCUEIL & INFORMATION JEUNESSE

#### Mission Locale Jeunes des Hautes-Alpes

**Mail** : benoit.davin@mlj05.org

**Téléphone fixe** : 04 92 53 00 00

**Adresse** : 1 cours du Vieux Moulin CS 60004 - 05010 Gap Cedex

**Site web** : mj05.fr

**Activité** : Accueil, orientation et information. Accompagner les jeunes dans leur insertion professionnelle et sociale. La Mission Jeunes 05 intervient sur l'accès à l'emploi, l'orientation, la formation, le logement... la vie quotidienne

**Public** : 16-25 ans

**Lieu** : Permanence : Maison de Services au Public Champsaur-Valgaudemar Communauté de Communes du Champsaur à St-Bonnet

#### Centre social Planète ChampsaurValgo

**Mail** : contact@planetechampsaur.fr

**Téléphone fixe** : 04 92 49 98 69

**Adresse** : 1 avenue Prémongil - 05500 St-Bonnet

**Site web** : planetechampsaur.fr

**Activité** : Infos sur l'emploi, la formation, les loisirs, la santé, les voyages et les études à l'étranger, les programmes Européens, le BAFA...

**Public** : 12-25 ans

**Lieu** : Centre social Planète ChampsaurValgo à St-Bonnet

#### Maison des adolescents des Hautes-Alpes

**Téléphone portable** : 06 08 81 19 51

**Téléphone fixe** : 04 92 49 98 69

**Adresse** : 1 avenue Prémongil - 05500 St-Bonnet

**Site web** : planetechampsaur.fr / mda05.fr

**Activité** : Accueil gratuit, sans rendez-vous, anonyme pour les jeunes, de 12 à 25 ans, seuls ou accompagnés de leurs parents, ou d'un autre adulte (personne de confiance, professionnel etc.). Confidentialité respectée. Pour les parents qui rencontrent des difficultés avec leur(s) adolescent(s), dans les mêmes conditions de gratuité et d'anonymat

**Public** : 12-25 ans

**Lieu** : Centre social Planète ChampsaurValgo à St-Bonnet

### ACCUEIL MIGRANTS / RÉFUGIÉS

#### Collectif de familles accueillant de jeunes

**migrants Mail** : huet.chris05@gmail.com

**Téléphone fixe** : 04 92 49 09 65

**Activité** : Animations et cours (français, maths... selon les besoins)

**Public** : Migrants mineurs isolés

**Lieu** : Champsaur Valgaudemar

#### Solidarité Ukraine Champsaur Valgaudemar

**Mail** : ukrainechampsaurvalgo@gmail.com

**Téléphone portable** : 06 18 65 56 37

**Adresse** : 275 chemin du Serre - 05500 Buissard

**Activité** : Accueil, hébergement, transport, démarches administratives, accès aux soins, nourriture, éducation, loisirs, matériel, vêtements... selon les besoins

**Public** : Réfugiés Ukrainiens

**Lieu** : Champsaur Valgaudemar

### ADDICTOLOGIE / SANTÉ

#### CSAPA 05 (Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie)

**Mail** : paca05@addictions-france.org

**Téléphone fixe** : 04 92 53 87 66

**Adresse** : CSAPA, rue Carnot - 05000 Gap

**Activité** : Consultations en addictologie, toute addiction avec ou sans produit (alcool, tabac, cannabis, jeux, cyber, etc.)

**Public** : Tout public et l'entourage

## **L'Amicale des Donneurs de Sang Bénévoles du Champsaur Valgaudemar (ADSBCV)**

**Mail :** adsbcv05@gmail.com

**Adresse :** 24 rue des écurieuls l'Aullagnier - 05500 St-Bonnet

**Activité :** Proche du terrain et de ses membres, elle est le lien entre les donateurs de sang bénévoles et l'Établissement Français du Sang (EFS) et les collectivités. Elle organise les collectes de sang avec l'EFS et les collectivités territoriales.

Elle assure l'accueil, le confort des donateurs et améliore la collation après le don.

Elle informe le grand public sur l'utilité du don de sang et ses valeurs éthiques.

Elle promeut le don de sang en participant à des manifestations locales.

Elle mobilise les donateurs de sang lors des situations d'urgence.

**Public :** De 18 à 65 ans révolus.

**Lieu :** Champsaur-valgaudemar

## **Pôle de Santé Champsaur Valgaudemar**

**Mail :** contact.pscv@gmail.com

**Téléphone fixe :** 04 13 38 73 61

**Adresse :** 4 Avenue du 11 novembre - 05500 St-Bonnet

**Site web :** pscv.fr

**Activité :** Bilan de la condition physique, conseils et orientation vers l'offre locale (sur ordonnance)

Programme sport sur ordonnance : session de 3 mois pour une reprise d'activité pour les personnes souffrant de maladie chronique (toute l'année sur différents lieux de la vallée)

Cours gym santé sur ordonnance (adultes et séniors / Aubessagne/Saint-Bonnet/Chabottes)  
Cours équilibre et prévention des chutes (séniors / St Bonnet)

**Activité :** Éducation thérapeutique du patient diabétique de type 2 : bilan individuel et séances collectives pour mieux vivre avec la maladie chronique

**Activité :** Actions de prévention grand public : informations vaccination, sevrage tabagique, dépistage organisés des cancers, addictions, santé environnementale, ateliers nutrition/mémoire/sommeil/équilibre/1ers secours pédiatriques...

**Activité :** Médiation en santé : accompagnement des personnes isolées pour faciliter leur accès à la prévention et aux soins, aide à la déclaration médecin traitant, orientation vers les services ou professionnels compétents

**Public :** Tout public, avec certaines actions spécifiquement dédiées aux séniors

**Lieu :** Activités proposées dans différents lieux répartis sur la vallée au plus proche des habitants

## **AIDES ET SOINS À DOMICILE**

### **ADMR Champsaur Valgaudemar**

**Mail :** asso.champsaur@admr05.org

**Téléphone fixe :** 04 92 50 56 72

**Adresse :** 8 avenue de la Libération - 05500 St-Bonnet

**Site web :** admr.org

**Activité :** Aide au ménage, repassage, aide à la personne, aide aux courses, transport accompagné, accompagnement, aide à la toilette, aide au coucher, garde d'enfant. portage de repas, téléassistance, service mandataire, service animations, service bricolage et jardinage

**Public :** Tout public

**Lieu :** Interventions à domicile sur le territoire du Champsaur Valgaudemar

### **Bien chez soi - SSIAD Champsaur Valgaudemar (Service de Soins Infirmiers À Domicile)**

**Mail :** contact@bienchezsoi05.fr

**Téléphone fixe :** 492505154

**Adresse :** 5 Rte de Grenoble, Les Barraques - 05500 La-Fare-en-Champsaur

**Activité :** Service de soins infirmiers à domicile

**Public :** 60 ans et plus

**Lieu :** Champsaur Valgaudemar

## **ALTERNATIVE À L'UTILISATION INDIVIDUELLE DE LA VOITURE**

### **Mobil'idées**

**Mail :** contact@mobilidees.org

**Téléphone portable :** 07 81 96 04 30

**Adresse :** 5 place Jules Ferry 05000 Gap

**Site web :** mobilidees.org

**Activité :** Pôle de ressources sur l'écomobilité. Ateliers participatifs de réparation de vélos.

Acheter un vélo d'occasion. Conseils pour l'achat d'un vélo. Location de vélos. Accompagnement de projets liés à la mobilité. Formation mécanique et réemploi de vélos (pour groupes de 6 personnes minimum) **Public :** Tout public

**Lieu :** Champsaur-valgaudemar sur demande en fonction des groupes et des projets

### **AMAP (association pour le maintien d'une agriculture paysanne)**

#### **AMAP du Champsaur**

**Mail :** lamapduchampsaur@gmail.com

**Activité :** Distribution de paniers de légumes, oeufs, volaille, pain, fromages, yaourts de brebis, pommes, poires...

**Public :** Tout public

**Lieu :** La Garenne St-Jean-St-Nicolas

### **Porte - Graines**

**Mail :** [contact@porte-graines.fr](mailto:contact@porte-graines.fr)

**Téléphone portable :** 07 83 12 27 14

**Adresse :** 400 Route de Montorcier- 05260 St-Jean St-Nicolas

**Site web :** [porte-graines.fr](http://porte-graines.fr)

**Activité :** Faire connaître et partager les initiatives des réseaux de producteurs en circuits courts

**Public :** Tout public

**Lieu :** St-Julien, Orcières et Champoleon

### **Champvalgo**

**Mail :** [champvalgo05@gmail.com](mailto:champvalgo05@gmail.com)

**Téléphone portable :** 06 95 30 82 67

**Adresse :** -3 rue de Canard- 05500 Laye

**Site web :** [porte-graines.fr](http://porte-graines.fr)

**Activité :** Commandes groupées d'agrumes venant de Sicile

**Public :** Tout public

**Lieu :** St-Julien, Orcières et Champoleon

## **DROITS DES FEMMES ET DES FAMILLES**

### **Association Enfant En Danger**

**Mail :** [enfant.endanger@free.fr](mailto:enfant.endanger@free.fr)

**Téléphone fixe :** 04 92 51 55 00

**Adresse :** 12 Rue Pasteur - 05000 Gap

**Site web :** [enfantendanger.fr](http://enfantendanger.fr)

**Activité :** Association d'écoute, d'accompagnement et de soutien de l'enfant victime de maltraitance ou en risque de danger et de sa famille

**Public :** Tout public

**Lieu :** Hautes-Alpes

### **Centre d'informations sur les droits des femmes et des familles des Hautes-Alpes**

**Téléphone portable :** 04 92 55 33 98

**Téléphone fixe :** 04 92 55 33 98

**Adresse :** Le Florian B, 24 avenue Jean Jaurès - 05000 Gap

**Activité :** Accueil de jour et accompagnement des personnes victimes de violences, information juridique, accès au droit des femmes et des familles, accompagnement vers l'emploi....

Accueil téléphonique ou physique

## **FAMILLE / PARENTALITÉ - REAAP (Réseau d'Écoute d'Appui et d'Accompagnement des Parents)**

### **Centre social Planète ChampsaurValgo**

**Mail :** [contact@planetechampsaur.fr](mailto:contact@planetechampsaur.fr)

**Téléphone fixe :** 04 92 49 98 69

**Adresse :** 1 avenue Prémongil - 05500 St-Bonnet

**Site web :** [planetechampsaur.fr](http://planetechampsaur.fr)

**Activité :** Information famille. Infos et orientation vers nos partenaires institutionnels ou associatifs concernant vos questions ou vos difficultés : emploi, formation, loisirs, santé, démarches administratives, aides en cas de difficultés et, d'une manière générale, tout ce qui peut intéresser les familles, etc.

Selon la demande des parents. stages, ateliers, rencontres avec des spécialistes (nutrition, psychologie de l'enfant, communication, pédagogie, parentalité numérique etc.). Le but ? Prendre des infos, trouver des réponses, échanger des idées, des techniques et des connaissances sur l'art d'être parent !

**Public :** Adultes

**Lieu :** Champsaur-valgaudemar en fonction des groupes et des projets

## **FORMATION**

### **CIBC Alpes Provence**

**Mail :** [info@cibc-alpes-provence.fr](mailto:info@cibc-alpes-provence.fr)

**Téléphone fixe :** 04 92 53 52 92

**Adresse :** 4 place du Revelly - 05000 Gap

**Site web :** [cibc-alpes-provence.fr](http://cibc-alpes-provence.fr)

**Activité :** Accompagnement aux évolutions et aux transitions professionnelles pour adultes. mission de développer et de mettre en œuvre tout type de méthodologie en matière d'orientation, d'accompagnement et de formation professionnelle tout au long de la vie, ainsi que de reconnaissance et de validation des acquis. Nos prestations : Bilans de compétences, VAE, Pro'Fil entrepreneur, Conseil en évolution professionnelle, Inclu'Pro, CléA et Orientation jeune

### **CPE-CFA**

**Téléphone portable :** 04 92 53 61 19

**Téléphone fixe :** 04 92 53 61 19

**Activité :** Centre de formation pour adultes

**Public :** Adultes

### **Maison du Berger - Centre d'interprétation des cultures pastorales alpines**

**Mail :** f.ferraro@champsaur-valgaudemar.fr

**Téléphone fixe :** 04 92 49 61 85

**Adresse :** Les Borels - 05260 Champoléon

**Site web :** champsaur-valgaudemar.fr et maisonduberger.fr

**Activité :** Bourse d'emploi pour les bergers et les éleveurs

**Public :** Tout public

**Lieu :** Maison du Berger à Champoléon

### **Prégentil Montorcier - LEP Poutrain**

**Mail :** direction@lyceepoutrain.fr

**Téléphone fixe :** 04 92 55 92 28

**Adresse :** 1 rue de l'église - 05260 St-Jean-St Nicolas

**Site web :** lyceepoutrain.fr

**Activité :** Promouvoir un enseignement professionnel adapté pour les jeunes gens du Champsaur et des vallées voisines

**Public :** 13 ans et plus

**Lieu :** LEP poutrain, St-Jean-St-Nicolas

## **PARENTS D'ÉLÈVES**

### **Parents d'élèves de St-Bonnet**

**Mail :** ape.saintbonnet05@gmail.com

**Téléphone portable :** 660699490

**Activité :** Association de parents d'élèves de l'école de St-Bonnet

**Public :** Parents d'élèves

**Lieu :** St-Bonnet

Parents d'élèves de l'école d'Aubessagne

**Mail :** dpe.aubessagne@gmail.com

**Activité :** Association de parents d'élèves de l'école d'Aubessagne

**Public :** Parents d'élèves

**Lieu :** Aubessagne

### **Parents d'élèves de l'école d'Ancele**

**Mail :** apeea05@gmail.com

**Téléphone portable :** 675748197

**Activité :** Association de parents d'élèves de l'école d'Ancele

**Public :** Parents d'élèves

**Lieu :** Ancele

### **Parents d'élèves de St-Firmin**

**Mail :** ce.00501041@ac-aix-marseille.fr

**Activité :** Association de parents d'élèves de l'école de Saint-Firmin

**Public :** Parents d'élèves

**Lieu :** Saint-Firmin

## **SOLIDARITÉ**

### **Les Restos du coeur**

**Mail :** ad05.gap@restosducoeur.org

**Téléphone portable :** 06 68 60 67 93

**Téléphone fixe :** 04 92 52 30 89

**Contact secondaire :** 06 16 43 80 22

**Adresse :** 4 rue de la Madeleine - 05000 GAP

**Site web :** restosducoeur.org

**Activité :** Distribution de colis alimentaires

**Public :** Tout public

**Lieu :** La Fare en Champsaur

### **Maison des solidarités**

**Téléphone portable :** 06 08 72 30 35

**Téléphone fixe :** 04 92 50 56 96

**Adresse :** 1 Rue Giroulet - 05500 St-Bonnet

**Activité :** - Mission : Accueil, orientation, accompagnement.

- Missions : Insertion (accompagnement des bénéficiaires du RSA) et logement (Fonds de solidarité logement), PMI, Aide sociale à l'enfance, évaluations de l'Allocation Personnalisée à l'Autonomie (APA) et de la Prestation de Compensation du Handicap (PCH).

- Mission : Prévention et protection de l'enfance, actions éducatives à domicile auprès des familles, PMI.

- Mission : Protection des majeurs vulnérables. Aide aux personnes handicapées, prestation de Compensation du Handicap (Maison Départementale des personnes handicapées).

- Mission : Évaluation des demandes d'APA à Domicile et de PCH.

- Mission : Protection Enfance Famille. Assistante Sociale de prévention.

- Mission : Protection Maternelle et Infantile Puéricultrice.

assistante sociale secteur Champsaur Valgaudemar

**Public :** Tout public

**Lieu :** Champsaur-Valgaudemar

### **Secours catholique**

**Téléphone portable :** 06 08 81 19 51

**Téléphone fixe :** 04 92 70 96 50

**Adresse :** 16 rue Lesdiguières - 05500 St-Bonnet

**Site web :** secours-catholique.org

**Activité :** Accueil, écoute, aides diverses.

Accompagnement au départ en vacances, service fauteuil-ski pour les personnes à mobilité réduite.

Voyage de l'espérance

Voyage sénior pour personnes seules (faibles ressources)

**Public :** Tout public

**Lieu :** Champsaur-Valgaudemar

## ACTIVITÉS AQUATIQUES

### Apnée

**Mail :** alpneeclub@gmail.com

**Téléphone portable :** 06 64 22 98 04

**Adresse :** 139 chemin du four - 05260 Chabottes

**Site web :** alpnee.fr

**Activité :** Découverte et entraînements à la pratique de l'Apnée statique et dynamique

**Public :** 16 ans et plus (dérogation possible, sur demande)

**Lieu :** Centre Aquatique Intercommunal du Champsaur Valgaudemar

### Aqualoisirs Champsaur

**Mail :** aqualoisirs.champsaur@gmail.com

**Téléphone portable :** 06 74 14 60 93

**Adresse :** 34 route de Grenoble - 05500 La Fare en Champsaur

**Site web :** aqualoisirschampsaur.com

**Activité :** Natation, aquagym adultes, aqua training, aquabike

**Public :** 6 ans et plus

**Lieu :** Centre Aquatique Intercommunal du Champsaur Valgaudemar

### Club Connétable de Lesdiguières

**Mail :** club.connetable@gmail.com

**Téléphone portable :** 06 24 24 43 40

**Contact secondaire :** 06 60 32 65 16

**Adresse :** Mairie - 05500 St-Bonnet

**Activité :** Aquagym

**Public :** Adultes

**Lieu :** Centre Aquatique Intercommunal du Champsaur Valgaudemar

### Club Frustelle (St-Jean-St-Nicolas / Champoléon)

**Mail :** clubfrustelle@gmail.com

**Téléphone fixe :** 04 92 43 62 24

**Adresse :** Mairie - 05260 St-Jean-St-Nicolas

**Activité :** Aquagym

**Public :** 60 ans et plus

**Lieu :** Centre Aquatique Intercommunal du Champsaur Valgaudemar

## AIKIDO

### Aikido Wanomichi Champsaur 05

**Mail :** philippe.brun.laye@orange.fr

**Téléphone portable :** 06 22 77 02 63

**Adresse :** 51 rue Plein vert 05500 Laye

**Site web :** Facebook Aïki Wanomichi Takemusu Champsaur 05

**Activité :** Découvrez l'aïkido : un art martial non compétitif, basé sur la défense efficace, la souplesse, la confiance en soi, l'énergie positive et la gestion du stress, reconnu par une fédération nationale.

**Public :** Tout public

**Lieu :** St-Bonnet dojo au petit gymnase

## BADMINTON

### Champsaur Badminton

**Mail :** eyraud.marc@free.fr

**Téléphone portable :** 06 83 84 82 74

**Activité :** Badminton

**Public :** 10 et plus

**Lieu :** Gymnase Intercommunal du Roure

## BASKET-BALL

### Basket-Ball Club Champsaur Valgaudemar (BBCV)

**Mail :** bbcv.basket@gmail.com

**Téléphone portable :** 06 81 06 39 03

**Adresse :** Chez Guillaume MARTINAUD, Plein soleil - 05260 St-Jean-St-Nicolas

**Site web :** Facebook BBCV

**Activité :** Basket Ball (loisir et compétition)

**Public :** 6 ans et plus

**Lieu :** Gymnase Intercommunal du Roure

## BOULES : SPORT BOULES / PÉTANQUE

### Centre de Formation Bouliste du Champsaur Valgaudemar

**Mail :** cfbcv@gmail.com

**Téléphone portable :** 06 82 40 88 22

**Adresse :** Le Champania - 05500 St-Bonnet

**Activité :** Boule Lyonnaise

**Public :** 7-18 ans

**Lieu :** Bouldrome couvert du Gymnase Intercommunal du Roure ou Bouldrome rue de l'Enclos par beau temps

### L'AmicaleBoulesdeSt-Firmin

**Téléphone portable :** 06 08 73 92 58

**Activité :** Boule Lyonnaise

**Public :** Adultes

**Lieu :** Ronde hivernale

### **La boule Champsaurine**

**Mail** : millon.charles@bbox.fr

**Téléphone fixe** : 04 92 50 10 14

**Site web** : Facebook Boule Champsaurine - Club Spor tif

**Activité** : Sport-boules (longue).

**Public** : Adultes

**Lieu** : Boulodrome couvert du Gymnase Intercommunal du Roure ou Boulodrome rue de l'Enclos par beau temps

### **La petite boule des 3 vallées**

**Mail** : cornille.claude@yahoo.fr

**Téléphone portable** : 06 74 08 78 64

**Adresse** : 34 allées des frênes - 05800 St-Firmin

**Activité** : Pétanque et jeu provençal

**Public** : 6 ans et plus

**Lieu** : Boulodrome couvert de St-Firmin

## **BOXE**

### **Boxing Club Champsaurin**

**Téléphone portable** : 674087864

**Adresse** : 5 Rue St-Jacques - 05500 St-Bonnet

**Activité** : Boxe pied poing

**Public** : 14 ans et plus

**Lieu** : Gymnase Communal de St-Bonnet

## **CANOË-KAYAK**

### **Club Champsaur Canoë-Kayak**

**Mail** : chantal@3ck.fr

**Téléphone portable** : 06 60 32 65 16

**Téléphone fixe** : 04 92 50 08 86

**Adresse** : ComCom du Champsaur Valgaudemar, 5 Rue des Lagerons - 05500 St-Bonnet

**Site web** : 3ck.fr

**Activité** : Ecole de pagaie : Initiation, perfectionnement, loisir et compétition

**Public** : 8 ans et plus (savoir nager)

**Lieu** : Plan d'eau du champsaur, lacs, rivières et mer

## **COURSE À PIED**

### **Team Champsaur Nature**

**Mail** : roland.reynaud0@orange.fr

**Téléphone portable** : 06 43 62 08 94

**Adresse** : Mairie - 05500 St-Bonnet

**Site web** : Facebook Team Champsaur Nature

**Activité** : Course à pied

**Public** : Adultes

**Lieu** : La superbe nature du Champsaur-valgaudemar

## **DANSE**

### **ASCR St-Jean-St-Nicolas (Association Sportive Culturelle Rurale)**

**Mail** : ascr05260@gmail.com

**Téléphone fixe** : 04 92 55 93 41

**Adresse** : Mille Club Pont du Fossé - 05260 St-Jean St-Nicolas

**Site web** : ascr05.wordpress.com

**Activité** : Modern Jazz

**Public** : 3 ans et plus

**Lieu** : Salle des fêtes de St-Léger

### **Danse Plaisir en Champsaur**

**Mail** : babet05@sfr.fr

**Téléphone portable** : 04 92 21 24 47

**Téléphone fixe** : 06 07 38 19 94

**Site web** : Facebook Danse Plaisir en Champsaur

**Activité** : Cours de danse en couple

**Public** : 14 ans et plus

**Lieu** : Salle des fêtes de Chabottes

### **Groupe folklorique Leï Mantenaires Chansouris**

**Mail** : leimantenaireschansouris@gmail.com

**Téléphone portable** : 06 87 85 52 60

**Téléphone fixe** : 04 92 50 44 23

**Contact secondaire** : 06 72 74 52 91 /

solene.amar@gmail.com

**Adresse** : Communauté de Communes Champsaur Valgaudemar, 5 Rue des Lagerons - 05500 St-Bonnet

**Activité** : Danses traditionnelles

**Public** : 3 ans et plus

**Lieu** : Mille clubs de St-Laurent-du-Cros

### **Ricochet Danse**

**Mail** : templier.alain@sfr.fr

**Téléphone portable** : 06 33 82 48 31

**Téléphone fixe** : 04 92 55 32 97

**Adresse** : Résidence les Lilas 3 - Rue des silos - 05000 Gap

**Site web** : ricochet-danse.over-blog.com

**Activité** : Line Dance & Country

**Public** : 7 ans et plus

**Lieu** : Salle polyvalente de St-Firmin

### **SAFCA (Structure Associative Formation Création Artistique)**

**Mail** : rsidoine@yahoo.es

**Téléphone portable** : 07 68 49 45 98

**Activité** : Tango et Danses latines (Salsa, Cha cha cha, Meringue, Cumbias, Bachatas...)

**Public** : 14 ans et plus

**Lieu** : Salle des fêtes de Chabottes

## ÉQUITATION

### Champsaur Équitation

**Mail :** champsaur-equitation@orange.fr

**Téléphone portable :** 06 84 37 50 54

**Adresse :** 270 chemin de l'adroit -  
05260 St-Léger-les-Mélèzes

**Activité :** Toutes activités équestres : Calèche, club et particuliers, balade, rando baignade, ski joering, poney-luge

**Public :** 3 ans et plus

**Lieu :** St-Léger-les-Mélèzes

### Ferme équestre "Le Rocher"

**Mail :** lerocher05500@gmail.com

**Téléphone fixe :** 04 92 49 05 48

**Adresse :** Les Payas - 05500 St-Bonnet

**Site web :** equitation-lerocher.pagesperso-orange.fr

**Activité :** Équitation poney et cheval, stages (galop, nature, dressage, obstacles...), balades, sorties en concours

**Public :** 3 ans et plus

**Lieu :** Les Payas St-Bonnet (manège couvert)

## FOOTBALL

### Alliance Football Champsaur Valgaudemar

**Mail :** afcv05club@gmail.com

**Téléphone portable :** 06 08 90 83 26

**Adresse :** Base de Loisirs - 05260 Chabottes

**Site web :** Facebook Alliance Football  
Champsaur Valgaudemar

**Activité :** Football

**Public :** 5 ans et plus

**Lieu :** Stades de Chabottes et de St-Bonnet

## GYMNASTIQUE

### ASCR St-Jean-St-Nicolas (Association Sportive Culturelle Rurale)

**Mail :** ascr05260@gmail.com

**Téléphone fixe :** 04 92 55 93 41

**Adresse :** Mille Club Pont du Fossé - 05260 St-Jean  
St-Nicolas

**Site web :** ascr05.wordpress.com

**Activité :** Gymnastique enfant

**Public :** 3-14 ans

**Lieu :** Salle des fêtes de St-léger

**Activité (SSBE) :** Gymnastique douce adaptée

**Public :** Adultes

**Lieu :** Mille club de Pont du Fossé

**Activité :** Body sculpt

**Public :** Adultes

**Lieu :** Mille club de Pont du Fossé

**Activité :** Renforcement musculaire

**Public :** Adultes

**Lieu :** Mille club de Pont du Fossé

**Activité :** Bouger autrement

**Public :** Adultes

**Lieu :** Mille club de Pont du Fossé

### Association Gymnastique du Champsaur

**Mail :** gymchampsaur@gmail.com

**Téléphone portable :** 07 67 18 19 67 (SMS)

**Adresse :** Mairie - 05500 St-Bonnet

**Site web :** Facebook Gym du Champsaur

**Activité :** Fitness

**Public :** Adultes

**Lieu :** Gymnase Communal de St-Bonnet

**Activité (SSBE) :** Sport santé, le sport en douceur  
reprise, maladie ou senior

**Public :** Adultes

**Lieu :** Gymnase Communal de St-Bonnet

**Activité :** Gym acrobatique (Hip-Hop)

**Public :** 3-8 ans

**Lieu :** Gymnase Communal de St-Bonnet

### Club Connétable de Lesdiguières

**Mail :** club.connetable@gmail.com

**Téléphone portable :** 06 24 24 43 40

**Contact sec :** anne.desbordes@laposte.net

**Adresse :** Mairie - 05500 St-Bonnet

**Activité :** Gymnastique adaptée aux séniors

**Public :** 60 ans et plus

**Lieu :** Salle Lesdiguières, mairie de St-Bonnet  
(place Waldems)

## Etoile Sportive

**Mail** : sabrinasermdjian@hotmail.fr

**Téléphone portable** : 06 63 33 05 08

**Adresse** : Etoile sportive - 05500 St-Laurent-du-Cros  
**Activité** : Renforcement musculaire, cardio, gym douce

**Public** : Tout public

**Lieu** : Mille Club St Laurent du cros

**Activité** : Step, Low-Impact Aerobics (aérobic à faible impact), Street Jazz

**Public** : Adultes

**Lieu** : Mille Club St Laurent du cros

## HAND-BALL

### Hand-Ball Club Champsaur Valgaudemar

**(HBCCV) Mail** : hbccv05@gmail.com

**Téléphone portable** : 06 22 01 85 17

**Contact secondaire** : 07 88 62 57 14

**Adresse** : 24 chemin Pra Foura - 05500 St-Bonnet

**Site web** : hbccv.over-blog.com

**Activité** : Handball - Entraînements - Stages en fonction des tranches d'âges

**Public** : 4 ans et plus

**Lieu** : Gymnase Intercommunal du Roure

## HOCKEY SUR GLACE

### Hockey Club "Les Griffes de L'Ours" Orcières

**1850 Mail** : lesgriffesdelours05@gmail.com

**Téléphone portable** : 06 23 74 91 29

**Adresse** : 2 Place de la mairie - 05260 St-Jean-St-Nicolas

**Activité** : Hockey loisirs

**Public** : 5 ans et plus (Débutants à Confirmés)

**Lieu** : Orcières Merlette ou Pont du Fossé

## JUDO

### Champsaur Judo Club

**Mail** : champsaurjudoclub@gmail.com

**Téléphone fixe** : 04 92 50 50 88

**Adresse** : Chez Lagier Jannick, Route du Bresset - 05500 St-Julien

**Activité** : Judo loisirs et compétition

**Public** : 5 ans et plus

**Lieu** : Gymnase Communal de St-Bonnet

## KARATÉ

### Shotokan Karaté Club Champsaurin

**Mail** : lelimouzin.armelle@orange.fr

**Téléphone portable** : 06 82 00 99 53

**Contact secondaire** : 06 76 44 87 23

**Adresse** : Coste Joffre, l'Aulagnier - 05500 St-Bonnet

**Site web** :

sites.google.com/site/karatechampsaur

**Activité** : Karaté

**Public** : 5 ans et plus

**Lieu** : Gymnase Communal de St-Bonnet

## MARCHE TRANQUILLE

### Club Connétable de Lesdiguières

**Mail** : club.connetable@gmail.com

**Téléphone portable** : 06 60 32 65 16

jean-bernard.bougeot@wanadoo.fr

**Adresse** : Mairie - 05500 St-Bonnet

**Activité** : Marche tranquille

**Public** : Adultes

**Lieu** : Champsaur-Valgaudemar

## MOTO TRIAL

### Moto Club d'Ancelle

**Téléphone portable** : 06 84 60 87 09

**Adresse** : Place du village - 05260 Ancelle

**Activité** : Trial, examens et compétition

**Public** : 6 ans et plus

**Lieu** : Ancelle

## ORIENTATION

### Hautes Alpes Orientation (HAO)

**Mail** : haorientation@gmail.com

**Téléphone portable** : 06 62 95 85 21

**Contact sec** : dr.manopoulos@gmail.com

**Site web** : sudraid.com

**Activité** : Course d'orientation, VTT, course, ski de fond

**Public** : 8 ans et plus

**Lieu** : Champsaur et environs

## PARAPENTE

### Les Ayasse

**Mail** : contact@lesayasses.fr

**Téléphone portable** : 07 83 12 27 14

**Adresse** : 400 Route de Montorcier- 05260 St-Jean St-Nicolas

**Site web** : lesayasses.fr

**Activité** : Développement et pratique du parapente

**Public** : Tout âge

**Lieu** : Champsaur

### Trapan' ailes

**Mail :** pellissier.laurent@orange.fr

**Téléphone portable :** 06 80 02 54 39

**Adresse :** Laurent PELLISSIER, 42 av. Jean Jaurès  
- 05000 Gap

**Activité :** Baptême biplace, journée découverte,  
stage

**Public :** Tout âge

**Lieu :** Champsaur

### PILATES

#### ASCR St-Jean-St-Nicolas (Association Sportive Culturelle Rurale)

**Mail :** ascr05260@gmail.com

**Téléphone fixe :** 04 92 55 93 41

**Adresse :** Mille Club Pont du Fossé - 05260 St-Jean St-Nicolas

**Site web :** ascr05.wordpress.com

**Activité :** Pilates

**Public :** Adultes

**Lieu :** Salle J-P Reynier à Pont-du-Fossé

#### Pilates et Yoga Champsaur

**Mail :** devidal.aurelie@gmail.com

**Téléphone portable :** 07 89 56 75 11

**Site web :** Pilates O Champsaur

**Activité :** Pilates

**Public :** Adultes

**Lieu :** Gymnase Communal de St-Bonnet

#### SAFCA (Structure Associative Formation Création Artistique)

**Mail :** rsidoine@yahoo.es

**Téléphone portable :** 07 68 49 45 98

**Activité :** Pilates, relaxation, respiration,  
concentration

**Public :** 14 ans et plus

**Lieu :** Salle des fêtes de Chabottes

### QI GONG / MÉDITATION

#### Association nouvelle lune 05

**Mail :** gilles.bougere@yahoo.fr

**Téléphone portable :** 06 33 89 18 86

**Contact sec :** asso\_nouvellemune05@yahoo.com

**Adresse :** La Villette -  
05260 St-Michel-de-Chaillo

**Activité :** Qi Gong (art énergétique chinois)

**Public :** 14 ans et plus

**Lieu :** St-Firmin

### Wu Xing Tao Champsaur

**Mail :** wuxingtao@free.fr

**Téléphone portable :** 06 32 12 17 50

**Adresse :** Lieu-dit Lacou - 05500 Le Noyer

**Site web :** wuxingtao.blogspot.com

**Activité :** Enseignement et pratique du Qi Gong  
(Tchi Kong)

**Public :** Tout public

**Lieu :** salle des fêtes de Poligny, Chauffayer,  
Chabottes et dans la salle d'activités de la  
Maison Blanche à Saint-Bonnet

### RANDONNÉE AVEC DES ÂNES

#### La belle ânerie

**Mail :** labelleanerie@lilo.org

**Téléphone portable :** 06 09 93 32 65

**Adresse :** Pauline Chevillot, Route de la Martégale -  
05260 Ancelle

**Site web :** labelleanerie.fr

**Activité :** Balades et randonnées avec des ânes de  
bât. Compagnons et porteurs de matériel. Circuits  
de 1 à 5 jours ou plus, familles, groupes scolaires,  
autres groupes, en autonomie sur itinéraire défini  
adapté au public, ou accompagné par un  
accompagnateur montagne diplômé...

**Public :** accessible et adapté à tout public, les  
enfants peuvent monter ponctuellement sur le dos  
de l'âne sous la responsabilité des parents, à partir  
d'une assise droite autonome et jusqu'à 35kg

**Lieu :** Ancelle et secteur, départs sur plusieurs  
jours possibles depuis Champoléon

### RANDONNÉE EN MONTAGNE OUVERTE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

#### HR Champsaur

**Mail :** esquembrethierry@gmail.com

**Téléphone portable :** 06 46 58 01 19

**Site web :** hrchampsaur.com

**Activité :** Randonnée en montagne en véhicule  
électrique tout terrain pilotage au volant (SWINCAR)  
**Public :** à partir de 15 ans avec BSR pour le pilotage  
et à partir de 5 ans en passager (capacité de 4  
personnes par véhicule)

**Lieu :** Le château d'Ancelle à Ancelle

## RANDONNÉE PÉDESTRE

### Bureau des Accompagnateurs en Montagne du Champsaur

**Mail** : [infos@accompagnateurs-champsaur.com](mailto:infos@accompagnateurs-champsaur.com)

**Téléphone portable** : 06 63 64 05 97

**Contact secondaire** : 06 07 16 96 41

**Adresse** : 3 lotissement Champ cartier, Route du villard - 05260 Chabottes

**Site web** : [accompagnateurs-champsaur.com](http://accompagnateurs-champsaur.com)

**Activité** : Balades et randonnées à pied ou en raquettes à neige, encadrées par des accompagnateurs diplômés et passionnés. Balades découvertesurlesthèmesdelafaune,laflore,le

patrimoine, les contes et légendes, l'astronomie,... ½ journée, journée, soirée ou sur plusieurs jours, pour familles, groupes scolaires, groupes constitués

**Public** : Accessible et adapté à tout public

**Lieu** : Balades et randonnées dans le Champsaur et ailleurs sur demande

### Club Connétable de Lesdiguières

**Mail** : [club.connetable@gmail.com](mailto:club.connetable@gmail.com)

**Téléphone portable** : 06 86 86 05 62 / 06 85 19 60 83 / 06 80 96 48 23

**Contact secondaire** : [jjdevoluy@orange.fr](mailto:jjdevoluy@orange.fr) / [martou05@live.fr](mailto:martou05@live.fr) / [ogier.chantal@gmail.com](mailto:ogier.chantal@gmail.com)

**Adresse** : Mairie - 05500 St-Bonnet

**Activité** : Randonnée, marche

**Public** : Adultes

**Lieu** : Champsaur-Valgaudemar

### Les Randonneurs du Champsaur Valgaudemar (R.C.V.)

**Mail** : [randocv05@gmail.com](mailto:randocv05@gmail.com)

**Téléphone portable** : 06 19 11 69 56

**Téléphone fixe** : 04 92 50 75 73

**Adresse** : Les Peloux - 05500 St-Bonnet

**Site web** : [ranchampsaurvalgo.com](http://ranchampsaurvalgo.com)

**Activité** : Randonnée pédestre, randonnée en raquettes à neige, marche nordique

**Public** : Adultes

**Lieu** : Massifs montagneux des Alpes

### LRPO (Les Randonneurs Pédestre d'Orcières)

**Mail** : [orcières.randos@gmail.com](mailto:orcières.randos@gmail.com)

**Téléphone portable** : 06 70 72 92 88

**Site web** : [lrpo-05.weebly.com](http://lrpo-05.weebly.com)

**Activité** : organisation et la pratique d'activités physiques, sportives ou de loisirs en général - L'amélioration et le développement du réseau des sentiers pédestres et du patrimoine culturel, pastoral et rural sur la commune d'Orcières

**Public** : Adultes et enfants sous la responsabilité de leurs parents

**Lieu** : Champsaur, Hautes-Alpes et au-delà

## ROLLER-HOCKEY

### Roller Hockey Champsaur Valgaudemar

(RHCV) **Mail** : [lestigres.rhcv@gmail.com](mailto:lestigres.rhcv@gmail.com)

**Téléphone portable** : 06 88 31 70 25

**Adresse** : 19 rue du Drac - 05500 St-Bonnet

**Site web** : [rhcv.fr](http://rhcv.fr)

**Activité** : Roller Hockey

**Public** : 6 ans et plus

**Lieu** : Gymnase Intercommunal du Roure

**Activité** : Roller

**Public** : Enfants et ados

**Lieu** : Salle polyvalente de Chauffayer

## SKI ALPIN

### Club des Sports d'Orcières Merlette

**Mail** : [entraînerurs.scom@gmail.com](mailto:entraînerurs.scom@gmail.com)

**Téléphone portable** : 06 83 61 20 86

**Adresse** : 3 place du Queyrelet, Merlette - 05170 Orcières

**Site web** : [skicluborcières1850.wixsite.com](http://skicluborcières1850.wixsite.com)

**Activité** : Entraînement et compétition ski alpin

**Public** : 5 ans et plus

**Lieu** : Station de Orcières Merlette

### Ski Club d'Ancelle

**Mail** : [ancelle.skiclub.05@gmail.com](mailto:ancelle.skiclub.05@gmail.com)

**Téléphone portable** : 06 81 26 66 76

**Activité** : Entraînement et compétition ski alpin

**Public** : 8 ans et plus

**Lieu** : Station d'Ancelle

### Ski Club de Chaillol

**Mail** : [erikachenevay@hotmail.fr](mailto:erikachenevay@hotmail.fr)

**Téléphone portable** : 06 37 64 82 01

**Adresse** : Place Bagatelle - 05260 St-Michel-de-Chaillol

**Site web** : [skiclubchaillol.wordpress.com](http://skiclubchaillol.wordpress.com)

**Activité** : Apprentissage et entraînement au ski alpin loisirs et compétition

**Public** : 5 ans et plus

**Lieu** : Station Chaillol 1600

### Ski Club de Laye

**Mail** : [asclaye05@gmail.com](mailto:asclaye05@gmail.com)

**Adresse** : Mairie, Brutinel - 05500 Laye

**Site web** : [asc-laye.fr](http://asc-laye.fr)

Facebook Association Ski Club de Laye

**Activité** : Ski alpin loisirs

**Public** : 3 ans et plus

**Lieu** : Station de Laye (ou St-Léger-les-Mélèzes selon enneigement)

### **Ski Club St-Léger-les-Mélèzes**

**Mail** : skiclubstleger@laposte.net

**Téléphone portable** : 06 50 61 98 69

**Adresse** : Mairie - 05260 St-Léger-les-Mélèzes

**Site web** : ski-club-saint-leger.fr

**Activité** : Entraînement et compétition de ski alpin **Public** : 8 ans et plus

**Lieu** : Station de St-Léger-les-Mélèzes

## **SKI NORDIQUE**

### **Neige et Montagne**

**Mail** : info@champoleonecrins.com

**Téléphone portable** : 06 59 33 21 47

**Adresse** : Les Borels - 05260 Champoléon

**Site web** : champoleonecrins.com

**Activité** : Foyer de ski de fond, location de matériel (skating, alternatif, randonnée nordique, raquettes, luges). Cours de ski de fond. Animations et événements autour des activités nordiques (ateliers partage, course de ski...)

**Public** : Tout public

**Lieu** : Village des Borels à Champoléon

### **Ski Club Champsaur Valgaudemar**

**Mail** : contact@club-skidefond-champsaur.fr

**Téléphone portable** : 06 88 68 23 03

**Contact secondaire** : 07 88 88 70 65

**Adresse** : Biocoop la Juncha, Lieu-dit la Garenne - 05260 St-Jean-St-Nicolas

**Site web** : club-skidefond-champsaur.fr

**Activité** : Ski de fond loisir : ski à écailles pour les mini-fondeurs, skating et ski classique pour les plus grands (éventuellement possibilité de se tester en compétition)

**Public** : 4 ans et plus

**Lieu** : Domaines skiabiles du Champsaur Valgaudemar

**Activité** : A l'intersaison, initiations aux multi-Activités (VTT, escalade, Kayak, Ski roues, Biathlon, Course d'orientation toujours en loisirs)

**Public** : 4 ans et plus

**Lieu** : Domaines skiabiles du Champsaur Valgaudemar

### **Ski-Club Gap-Bayard**

**Mail** : daniel.chabre@free.fr

**Téléphone portable** : 06 61 19 70 51

**Contact secondaire** : daniel.chabre@club-internet.fr

**Site web** : scgb.org

**Activité** : Ski, ski-roue. VTT. Course Athlé Pleine Nature. Randonnées Loisirs. Stages et programmes spéciaux (licenciés du club)

**Public** : 4 ans et plus

**Lieu** : Domaines skiabiles de Gap-Bayard

## **SNOWBOARD**

### **Les Reptils**

**Mail** : association.reptil@gmail.com

**Téléphone portable** : 06 69 10 19 31

**Contact secondaire** : 06 09 35 89 80

**Adresse** : Chalet des sources - 05170 Orcières

**Site web** : assoreptil.wordpress.com

**Activité** : Snowboard

**Public** : 4 ans et plus

**Lieu** : Domaines skiabiles du Champsaur Valgaudemar

## **TAEKWONDO**

### **Alpes Taekwondo Sports**

**Mail** : giltornambe@gmail.com

**Téléphone portable** : 06 82 68 93 65

**Adresse** : Le village, Lieu dit Fontaine de Redon - 05260 St-Jean-St-Nicolas

**Site web** : alpestaekwondosports.fr

**Activité** : Taekwondo

**Public** : 4 ans et plus

**Lieu** : Gymnase Communal de St-Bonnet

### **ASCR St-Jean-St-Nicolas (Association Sportive Culturelle Rurale)**

**Mail** : ascr05260@gmail.com

**Téléphone fixe** : 04 92 55 93 41

**Adresse** : Mille Club Pont du Fossé - 05260 St-Jean St-Nicolas

**Site web** : ascr05.wordpress.com

**Activité** : Taekwondo enfants ou adultes

**Public** : 4 ans et plus

**Lieu** : Salle des fêtes de St-Léger

**Activité** : Body Taekwondo (en musique, sous forme de Fitness)

**Public** : Adultes

**Lieu** : Salle des fêtes de St-Léger

**Activité** : Taekwondo « circuit training », atelier renforcement musculaire- cardio, enchaînements coups de pied-poings

**Public** : Ado, Adultes

**Lieu** : Salle des fêtes de St-Léger

## TAÏ CHI CHUAN / GYM DOUCE

### École l'Art du Taï Chi Chuan

**Mail :** art-du-taijiquan@orange.fr

**Téléphone portable :** 06 37 57 72 52

**Adresse :** 222 les Pons - 05500 La Freissinouse

**Site web :** art-du-taijiquan.fr

**Activité :** Taï Chi Chuan loisirs

**Public :** Adultes

**Lieu :** Salle polyvalente de La-Fare-en-Champsaur

**Activité :** Taï Chi Chuan - Sport sur ordonnance

(ALD- pathologies chroniques) en lien avec le Pôle de Santé Champsaur Valgaudemar (CPTS)

**Public :** Adultes

**Lieu :** Salle communale de St-Bonnet

## TENNIS

### Tennis Club de St-Bonnet

**Mail :** jeancharles.azzopardi@orange.fr

**Téléphone portable :** 06 61 71 95 70

**Téléphone fixe :** 04 92 50 19 34

**Contact secondaire :** 06 30 41 99 64

**Adresse :** 3 rue du Pranon - 05500 St-Bonnet

**Activité :** École de tennis - Entraînements et compétitions

**Public :** 5 ans et plus

**Lieu :** Terrain de Tennis de St-Bonnet

## TENNIS DE TABLE / PING-PONG

### Etoile Sportive

**Mail :** sabrinasermerdjian@hotmail.fr

**Téléphone portable :** 0663330508

**Adresse :** Etoile sportive - 05500 St-Laurent-du-Cros

**Activité :** Tennis de table en détente loisirs

**Public :** Tout public

**Lieu :** Mille Club St Laurent du cros

## VTT / VÉLO

### Alti Bike

**Mail :** alti-bike@live.fr

**Téléphone portable :** 06 10 25 38 90

**Contact secondaire :** 06 10 03 51 56

**Adresse :** CC Champsaur-Valgaudemar - 05260 St-Jean St-Nicolas

**Site web :** altibike.skyrock.com

**Activité :** Cours de VTT

**Public :** 4-17 ans

**Lieu :** Champsaur-Valgaudemar

## YOGA

### ASCR St-Jean-St-Nicolas (Association Sportive Culturelle Rurale)

**Mail :** ascr05260@gmail.com

**Téléphone fixe :** 04 92 55 93 41

**Adresse :** Mille Club Pont du Fossé - 05260 St-Jean St-Nicolas

**Site web :** ascr05.wordpress.com

**Activité :** Yoga

**Public :** Adultes

**Lieu :** Mairie de St-Jean-St-Nicolas

### Association Gymnastique du Champsaur

**Mail :** gymchampsaur@gmail.com

**Téléphone portable :** 07 67 18 19 67 (SMS)

**Adresse :** Mairie - 05500 St-Bonnet

**Site web :** Facebook Gym du Champsaur

**Activité :** Yoga dynamique enfants

**Public :** 9-11 ans

**Lieu :** Gymnase Communal de St-Bonnet

### Chemins de yoga

**Mail :** claudine.dusserre@orange.fr

**Téléphone portable :** 06 40 57 30 94

**Téléphone fixe :** 492507411

**Activité :** Yoga

**Public :** 14 ans et plus

**Lieu :** Salle de réunion de la médiathèque de Chabottes

### Pilates et Yoga Champsaur

**Mail :** paula.reynaudp@gmail.com

**Téléphone portable :** 06 16 28 13 37

**Adresse :** Les Astiers - 05500 St-Bonnet

**Activité :** Yoga

**Public :** Tout public en bonne condition physique

**Lieu :** St-Bonnet, St-léger-les-Mélèzes, Chabottes

### Shanti Shanti

**Mail :** asso.shantishanti@gmail.com

**Téléphone portable :** 06 44 97 05 74

**Téléphone fixe :** 04 92 44 30 06

**Adresse :** 2 rue faudon - 05500 St-Bonnet

**Activité :** Hatha yoga

**Public :** Tout public

**Lieu :** St-Julien maison pour tous, St-Bonnet dojo au petit gymnase

## Viniyoga Hautes-Alpes

**Mail :** viniyogahautesalpes@gmail.com

**Téléphone portable :** 06 84 99 86 93

**Adresse :** 44 chemin des Bannettes -

0800 Chauffayer

**Site web :** viniyogahautesalpes.wordpress.com

**Activité :** Yoga

**Public :** Adultes

**Lieu :** salle polyvalente de St-Firmin, Corps salle de la mairie, Poligny salle polyvalente

## ZUMBA

### ASCR St-Jean-St-Nicolas (Association Sportive Culturelle Rurale)

**Mail :** ascr05260@gmail.com

**Téléphone fixe :** 04 92 55 93 41

**Adresse :** Mille Club Pont du Fossé - 05260 St-Jean St-Nicolas

**Site web :** ascr05.wordpress.com

**Activité :** Zumba, zumba kids, zumba gold

**Public :** 3 ans et plus

**Lieu :** Mille club de Pont du Fossé

### Association Gymnastique du Champsaur

**Mail :** gymchampsaur@gmail.com

**Téléphone portable :** 07 67 18 19 67 (SMS)

**Adresse :** Mairie - 05500 St-Bonnet

**Site web :** Facebook Gym du Champsaur

**Activité :** Zumba, zumba kids, zumba gold (Activité Sport Santé)

**Public :** 3 ans et plus

**Lieu :** Gymnase Communal de St-Bonnet



Vente Location Réparation

**MAGASIN DE SPORT**  
Ouvert toute l'année



Impasse du Moulin - 05500 St Bonnet  
04 92 54 75 76 / 06 11 11 14 96  
spass.sport.shop@gmail.com  
www.facebook.com/spasssport

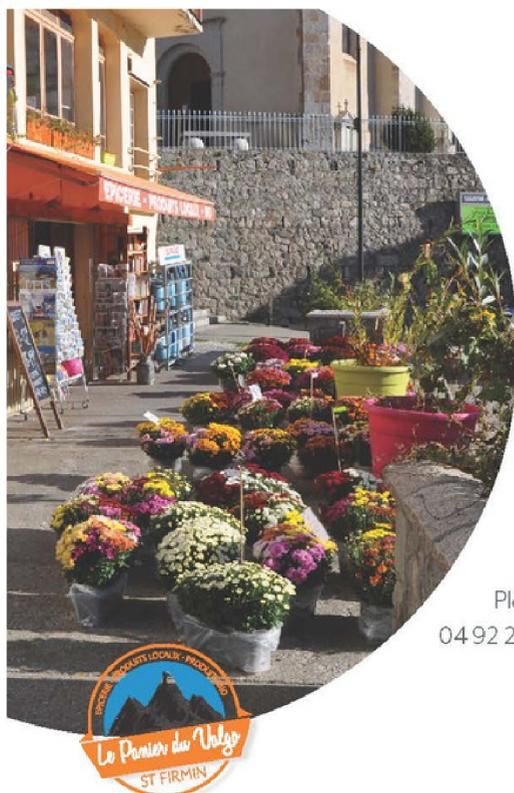
**Orcières MERLETTE 1850**

**BONS PLANS SKI**

**EXCLU WEB**

**VOTRE SESSION SKI  
AU MEILLEUR PRIX !**

**PASS.ORCIERES.COM**



## LE PANIER DU VALGO

Epicerie — Produits Locaux —  
Produits bio — Presse — Souvenirs  
— Jeux — Petit électroménager —  
Plantes, graines et fleurs — Gaz et  
Campingaz

OUVERT TOUS LES JOURS DE SEPTEMBRE À  
JUN DE 9h À 12h ET DE 16h À 19h. FERMÉ  
LE DIMANCHE APRÈS-MIDI.

OUVERT DE 8h À 20h EN JUILLET & AOÛT

Place René Mourena, 05800 Saint-Firmin  
04 92 24 50 43 — [lepanierduvalgo@gmail.com](mailto:lepanierduvalgo@gmail.com)



## CAMPING LA VILLETTE

Entièrement enherbé et arboré  
avec de nombreux emplacements  
ombragés.

OUVERT DU 1ER AVRIL AU 31 OCTOBRE  
06 37 10 32 42  
[campinglavillette.fr](http://campinglavillette.fr)



## Deuxième année d'aventure au sein du réseau Planète !

Nous sommes ravis d'annoncer que notre partenariat avec les commerçants et prestataires du Champsaur Valgaudemar continue de prospérer ! Grâce à votre fidélité, nous sommes parvenus à renforcer nos liens avec nos partenaires locaux, et ils sont plus motivés que jamais à vous offrir des offres exceptionnelles.

Pour découvrir la liste complète de nos partenaires et les avantages qui vous attendent, il vous suffit de vous rendre sur notre site internet dans l'onglet "Réseau Planète". Vous y trouverez toutes les informations nécessaires pour profiter de ces offres exclusives.

***Si vous êtes un peu plus techno-friendly, scannez simplement le QR CODE situé sur cette page pour accéder directement à la liste des partenaires.***

*Pour ceux qui souhaitent être accompagnés dans cette démarche, nous organisons des permanences informatiques où nous serons ravis de vous aider à utiliser cette technologie moderne. Consultez la page 13 pour plus de détails.*



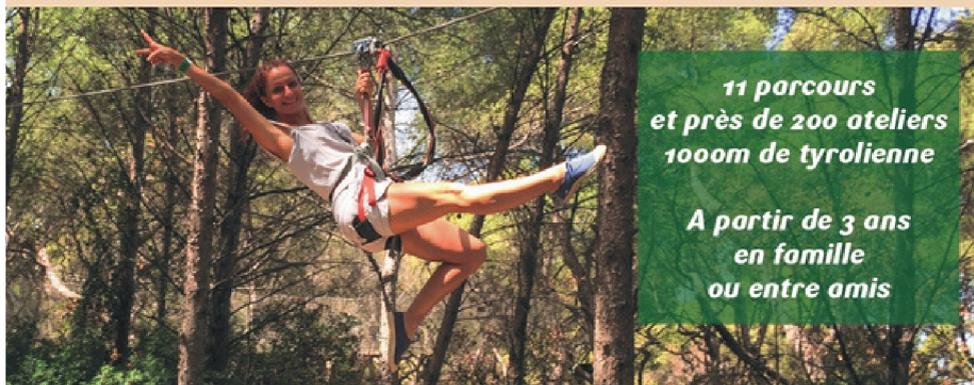
N'oubliez pas que votre adhésion au réseau Planète est votre sésame pour accéder à ces offres privilégiées. Alors, n'attendez plus et profitez pleinement de cette belle aventure de consommation locale avec nous !

**Merci de votre confiance et de votre soutien continu.**



# Arbraventure

Parc d'activités en pleine nature



**A l'entrée de la vallée de Champoléon - pont de Corbières  
Direction ORCIERES - Les Garnauds 05260 Chamoléon  
[www.arbraventure.fr](http://www.arbraventure.fr)  Arbraventure**



THIERRY  
SIAT  
COMPAGNON  
CHOCOLATIER  
PÂTISSIER  
GLACIER

*Chocolats raffinés et tablettes d'exception  
Confiserie - Nougat  
Tartes et confitures maison  
Pâtisserie sur commande*

La Trinité - 05800 SAINT-FIRMIN - Tél. 04 92 55 44 26

Horaires d'ouverture de la boutique :  
Tous les jours de 9h à 12h et de 15h15 à 18h30 - Fermé dimanche après-midi et lundi.

[www.thierrysiat.fr](http://www.thierrysiat.fr)



Marie-Jossé MANGIN  
MédiaLab (page 13)

# 1/2 DE PAGES

INTÉRIEURES 120€  
COUVERTURE 200€

## Tarif des espaces publicitaires

(le guide est en format 15cm X 21 cm, soit du A 5)

Format	Emplacement	
	Pages intérieures (en quadrichromie)	Dernière de couverture (en quadrichromie)
<b>1/8 de page</b> 6 largeur * 4,5 hauteur	50 €	
<b>1/4 de page</b> 6 largeur * 9 hauteur	80 €	
<b>1/2 page</b> 12 largeur * 9 hauteur	120 €	200 €
<b>Page entière</b> 12 largeur * 18 hauteur	150 €	



**1 PAGE**  
INTÉRIEURES  
**150€**

