

le magazine des avignonnois

avignon(s)

LA VILLE À L'HEURE
DU CONFINEMENT

N° 37 avril 2020

avignon.fr



INSTANTANÉ(S)

4



Covid-19, les recommandations

PERSPECTIVE(S)

8



La Cour des Doms

FOCALE(S)

10



Sur les murs d'Avignon

REGARD(S)

12



Une Passerelle de solidarité



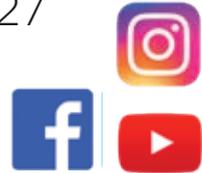
BULLE(S)

26



INTER@CTIF(S)

27



Vos photos du balcon

TENDANCE(S)

28



Filière, maison de la charcuterie

LUMIÈRE(S)

30



Les Jeunes Pousses et l'agriculture urbaine

AGENDA(S)

32



Sport & Culture

EXPOSER

36



Cœur à cœur

UNE ŒUVRE...

37



Musée Lapidaire

En raison du contexte de la crise sanitaire du Covid-19 et du confinement imposé dès le 17 mars par le gouvernement, le magazine avignon(s) #37 d'avril 2020 est publié uniquement en version numérique, téléchargeable sur le site avignon.fr.

le magazine des avignonnais

avignon(s)

Service Communication - Ville d'Avignon
communication@mairie-avignon.com
Tél. 04 90 80 80 55

Directrice de la publication:
Cécile Helle

Directrice de la communication:
Nathalie Bonsignori
Rédactrice en chef:
Delphine Michelangeli

Rédaction:
Sarah Mendel - Delphine Michelangeli
Conception graphique et mise en page:
Frank Buschardt
Photographes:
Christophe Aubry - Grégory Quittard
Dépôt légal:
Mars 2020

Chère Avignonnaise, Cher Avignonnais,
Chère Montfavétaine, Cher Montfavétain,

Voici maintenant plus de deux semaines que le Président de la République a annoncé des mesures exceptionnelles de confinement pour tenter de faire face à la crise sanitaire liée à la diffusion du virus covid-19. Il s'agit pour nous toutes et tous d'une situation totalement inédite qui a évidemment profondément modifié nos habitudes de vie.

Je souhaitais par ce message vous assurer de ma totale mobilisation en tant que Maire, comme je l'ai fait depuis toujours, avec mon équipe d'élus ainsi que l'ensemble des services municipaux, afin de gérer aux mieux cette crise sanitaire et répondre à vos besoins et préoccupations. Il s'agit pour moi, et malgré ce contexte de confinement, de maintenir le lien fort qui nous unit depuis toujours et d'agir en donnant tout son sens à Avignon, la solidaire à laquelle je nous sais, toutes et tous, très attachés. En assurant aussi la continuité du service public municipal qui bien que profondément remanié et réorganisé est toujours là, présent pour répondre en réactivité et efficacité à vos besoins, grâce à l'engagement quotidien des agents municipaux dont plus de 300 demeurent sur le terrain.

Solidaires nous le sommes d'abord avec celles et ceux qui sont aujourd'hui touchés de près ou de loin par cette terrible épidémie. Je tenais à leur transmettre en votre nom, tous mes vœux de courage et de rétablissement dans ces situations particulièrement insécurisantes.

Solidaires nous le sommes avec nos personnels soignants, en particulier ceux de l'hôpital d'Avignon, qui sont en première ligne pour accompagner au mieux les malades et leurs familles. Je pense aussi aux médecins généralistes, aux infirmières et infirmiers, à tous les professionnels de santé qui accompagnent nos aînés dans les EHPAD, les foyers autonomie ou à leur domicile. Dans cette crise, ces femmes et ces hommes font preuve d'un courage et d'un engagement sans faille, forçant notre admiration. Comme vous le savez sûrement, nous avons pu leur distribuer près de 40 000 masques de protection quand les dotations de l'État se révélaient défailtantes. Une partie de ces dons ayant été possibles grâce à la générosité de notre ville jumelle chinoise de Bao'An Shenzhen.

Solidaires nous le sommes aussi avec nos seniors, notamment ceux qui sont les plus isolés, les plus fragiles, les plus précaires. Nous avons ainsi mis en place, en partenariat avec le CCAS, une cellule municipale "Solidaires avec nos seniors" qui leur est dédiée. Elle permet de les contacter et de les accompagner au mieux dans cette période, de leur montrer qu'ils ne sont pas seuls, que nous sommes là à leur côté pour les aider ; en un mot il s'agit de maintenir le lien avec eux. Ce lien, cela peut être juste une discussion quotidienne avec l'un de nos agents municipaux, ou bien encore un portage de repas confectionnés par notre cuisine centrale, des livraisons à domicile d'attestations de déplacements, de médicaments, et bientôt je l'espère, de paniers alimentaires leur permettant de conserver leur autonomie en se préparant de bons petits plats !

Solidaires, nous le sommes également avec nos enfants. Comme vous le savez, ces derniers doivent continuer leurs apprentissages grâce aux dispositifs numériques déployés par l'Éducation nationale, grâce aussi aux enseignants mobilisés pour assurer la continuité pédagogique de leurs élèves.

Ce sont d'ailleurs certains d'entre eux ainsi que les équipes du Programme de Réussite Éducative qui nous ont rapidement alertés sur la situation des familles non équipées et dont les enfants risquaient d'être touchés par des difficultés scolaires grandissantes. Cette inégalité nous est bien sûr apparue comme inacceptable ; c'est la raison pour laquelle nous avons décidé de distribuer 130 tablettes à ces familles afin d'assurer à tous les enfants d'Avignon les mêmes chances de réussite. C'est pour nous depuis toujours une priorité d'action et cela le restera !

Solidaires nous le sommes enfin avec les acteurs économiques, je pense en particulier aux commerçants des Halles et de nos quartiers, ainsi qu'aux agriculteurs de notre territoire. Ensemble, nous avons imaginé d'autres modes de fonctionnement afin de respecter au mieux les règles de confinement qui invitent à limiter au strict minimum les déplacements. Depuis quelques jours, un système de livraison permet ainsi aux Halles d'Avignon de venir jusqu'à chez vous. La Ville a par ailleurs réalisé un site Internet spécifique pour vous permettre de repérer à côté de chez vous, les commerces ouverts. En la matière, notre seul mode d'ordre a été d'accompagner au mieux les commerçants avignonnais dans cette période que nous savons particulièrement délicate pour eux, tout en cherchant à vous faciliter la vie.



Dans notre ville, depuis le 17 mars, la solidarité a pris bien d'autres formes, notamment grâce à un partenariat étroit tissé avec le Préfet de Vaucluse et les services de l'État, mais également avec l'ensemble des associations qui œuvrent de longue date dans le champ social et caritatif. Nous avons ainsi ouvert un centre d'hébergement de 50 places pour les personnes sans-abris dans le gymnase Aubanel fonctionnant grâce aux bénévoles de la Croix-Rouge 7 jours sur 7 et 24 h sur 24. De même, la réserve civique et des agents municipaux volontaires ont permis que ces associations maintiennent leurs distributions alimentaires auprès des plus démunis et continuent d'assurer des accueils de jour et des

maraudes pour les sans-abris.

Vous le voyez, je suis là, présente plus que jamais, à vos côtés, dans l'action, pour que nous puissions traverser cette période si particulière que nous vivons depuis le 17 mars.

J'ai confiance en nous, en notre capacité de résistance, de combat et de résilience. Toutes les initiatives citoyennes qui se font jour dans tous les quartiers, animées par la simple volonté de rendre service, d'aider, de tendre la main à celle ou celui qui habite près de chez nous, me confortent dans cette conviction.

Tous ensemble, nous sommes en train de retrouver le sens plein et entier de l'entraide et de la fraternité en incarnant et cultivant chaque jour Avignon, la solidaire.

Je voulais juste vous dire que j'en suis particulièrement fière. Fière de vous, fière de nous, fière d'Avignon !

Soyez prudents, prenez soin de vous et restez chez vous.

Cécile HELLE
Maire d'Avignon

SAUVEZ DES VIES : #RESTEZCHEZVOUS

Chacun de nous peut agir contre la diffusion du Covid-19, pour juguler cette crise sanitaire, il est nécessaire de respecter strictement les gestes barrières et les règles de confinement décidées par le gouvernement. Retrouvez en infographie les gestes simples et efficaces qui permettent de réduire la transmission du virus.

COVID-19

CORONAVIRUS, POUR SE PROTÉGER ET PROTÉGER LES AUTRES

-  **Se laver très régulièrement les mains**
-  **Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir**
-  **Utiliser un mouchoir à usage unique et le jeter**
-  **Saluer sans se serrer la main, éviter les embrassades**

Vous avez des questions sur le coronavirus ?
[GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS](https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus) **0 800 130 000** (appel gratuit)

ON A BESOIN DE VOTRE SANG !

Les collectes de sang se poursuivent et les citoyens sont autorisés à se déplacer pour aller offrir leur sang sur les sites de collecte de l'EFS (sauf si vous présentez des signes du Covid-19 ou de la grippe). La Maison du Don d'Avignon, au 285 rue Raoul Follereau à l'entrée de l'hôpital, est ouverte les lundis, mardis, mercredis, vendredis de 8 h 30 à 15 h 30, les jeudis de

11 h à 18 h et les samedis de 8 h 30 à 14 h. La collecte se fait uniquement sur rendez-vous au 04 90 81 14 27. Avant de vous déplacer, veillez à remplir l'attestation de déplacement officielle ou à rédiger une déclaration sur l'honneur indiquant que vous allez donner votre sang au motif de l'assistance aux personnes vulnérables.
Sur rendez-vous : 04 90 81 14 27

COVID-19

ALERTE CORONAVIRUS POUR VOUS PROTÉGER ET PROTÉGER LES AUTRES, RESTEZ CHEZ VOUS.

Tout déplacement est interdit sauf muni d'une attestation pour :

-  Aller travailler, si le télétravail est impossible
-  Faire des courses de première nécessité
-  Faire garder ses enfants ou aider des personnes vulnérables
-  Aller chez un professionnel de santé si vous n'avez pas de signe de la maladie

L'attestation est téléchargeable sur le site du gouvernement. Elle peut être imprimée ou recopiée à la main.

Vous avez des questions sur le coronavirus ?
[GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS](https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus) **0 800 130 000** (appel gratuit)

COVID-19

ALERTE CORONAVIRUS QUE FAIRE FACE AUX PREMIERS SIGNES ?

Les premiers signes de la maladie sont :

-  Toux
-  Fièvre

En général, la maladie guérit avec du repos. Si vous ressentez ces premiers signes :

-  Restez chez vous et limitez les contacts avec d'autres personnes
-  N'allez pas directement chez votre médecin, appelez-le avant ou contactez le numéro de la permanence de soins de votre région

Vous avez des questions sur le coronavirus ?
[GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS](https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus)

COVID-19

ALERTE CORONAVIRUS QUE FAIRE SI LA MALADIE S'AGGRAVE ?

En général, la maladie guérit en quelques jours et les signes disparaissent avec du repos.

-  Toux
-  Fièvre

MAIS APRÈS QUELQUES JOURS

-  Si vous avez du mal à respirer et êtes essouffé
-  Appelez le **15** ou le **114** (pour les sourds et les malentendants)

Vous avez des questions sur le coronavirus ?
[GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS](https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus)

Gérer le stress durant COVID-19



-  C'est normal de se sentir triste, stressé, désorienté, en colère ou effrayé lors d'une crise. Parler à quelqu'un en qui vous avez confiance peut vous aider. Contactez vos amis et votre famille.
-  Vérifiez ce dont vous entendez parler sur le Coronavirus. Tenez-vous informés et à jour : utilisez des sources de confiance comme les autorités sanitaires, l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS), ou la Croix-Rouge.
-  Pas d'inquiétude ni d'agitation inutiles ! Réduisez le temps que vous et votre famille passez à lire ou à regarder des informations que vous trouvez pénibles.
-  Utilisez les techniques qui ont déjà marché pour vous lors d'événements passés. Utilisez ces compétences pour vous aider à gérer vos émotions durant cette épidémie.
-  Si vous devez rester à la maison, maintenez un mode de vie sain. Des repas équilibrés, un bon sommeil, de l'exercice et un contact social avec votre famille et vos amis à la maison et à distance.
-  Gérez sainement toutes vos émotions. Si vous vous sentez submergé, parlez-en à un professionnel de santé. Il vous orientera vers un soutien psychologique ou médical en fonction de vos besoins.

LA COUR DES DOMS

LA PRISON À CIEL OUVERT

T Delphine Michelangeli

P Gregory Quittard & François 1^{er} Rénovation

Sur un site mondialement connu, le projet de rénovation de l'ancienne prison Sainte-Anne a pris son envol... Proche de l'emblématique Palais des Papes, situé au pied du rocher des Doms à quelques mètres des Remparts, avec vue sur les Berges du Rhône et, au loin, le Géant de Provence, la Cour des Doms est un programme ouvert sur le quartier Banasterie mêlant logements, commerces, services et espaces culturels qui devrait être livré d'ici le 4^e trimestre 2021* ! Visite guidée...

1 Dans le bâtiment Nord, commercialisés par la société François 1^{er} Rénovation et réalisés par l'entreprise avignonnaise Girard, les travaux concernent la réhabilitation de trois étages et la création d'un étage supplémentaire : distribués sur 4 niveaux, il s'agira de 68 appartements locatifs en loi Malraux, du T1 au T5 duplex, dont 70 % du programme est déjà commercialisé. Une vingtaine d'appartement seront destinés à des colocations intergénérationnelles, gérées par l'association La Logitude.

2 Un parking privé de 79 places sera créé au sous-sol et un jardin central mis à la disposition des locataires (20 appartements en rez-de-chaussée disposeront de jardins privés).

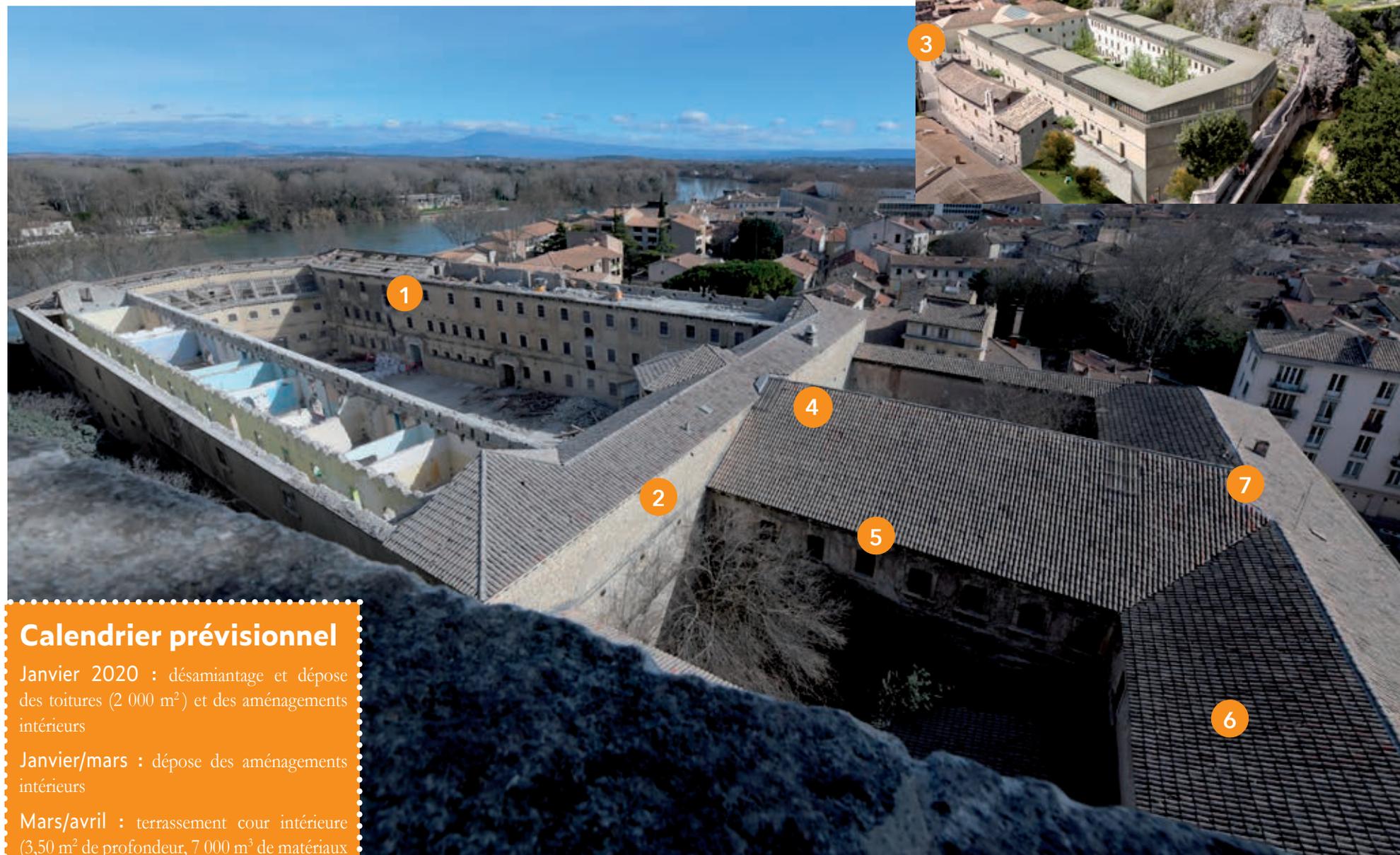
3 Avec une vocation de services de proximité et lieux culturels ouverts sur la ville, la partie Sud du bâtiment de 5 000 m², dont le maître d'ouvrage est la compagnie immobilière d'investissement LC2I sera réalisée là aussi par l'entreprise Girard (démarrage des travaux prévu d'ici l'été).

4 Sur le principe d'un concept hôtelier urbain et familial *Yooma*, l'auberge de jeunesse nouvelle génération de 2 100 m² sera composée de 66 chambres de 4 lits en moyenne, soit 250 lits, répartis au rez-de-chaussée, 1^{er} et 2^e étage. Elle accueillera également un espace de bureaux partagés de 245 m².

5 La Friche artistique de 680 m², rétrocédée par LC2I à la Ville d'Avignon, accueillera les artistes et des ateliers d'art (au rez-de-chaussée), avec également des espaces d'exposition et un bar associatif.

6 Un cabinet médical (176 m²) et un restaurant (350 m²) compléteront l'offre.

7 Au 1^{er} étage, la crèche comptera 29 berceaux pour une surface globale de 340 m² avec espaces extérieurs



Calendrier prévisionnel

Janvier 2020 : désamiantage et dépose des toitures (2 000 m²) et des aménagements intérieurs

Janvier/mars : dépose des aménagements intérieurs

Mars/avril : terrassement cour intérieure (3,50 m² de profondeur, 7 000 m³ de matériaux évacués) pour parking résidents

Mars/août : gros œuvre du bâtiment intérieur, réaménagement des futurs logements

Septembre 2020/4^e trimestre 2021 : travaux intérieurs tous corps d'états et aménagement extérieurs

11 000, c'est le nombre de m² du programme de rénovation

2,65 Md'€, c'est le prix de vente de l'ancienne prison à LC2I dont

1 Md'€ est réinvesti par la Ville pour la requalification du quartier Banasterie et

1,5 Md'€ pour l'acquisition des Bains Pommer

* sous réserve de faisabilité suivant l'actualité



Avenue des Sources



Route de Marseille



RÉCLAMES EN FRICHE



Rue St. Agricool



Rue Carreterie



Place Nicolas Saboly



Rue Carreterie



Rue Guillaume Puy



Rue Trial

Grégory Quittard & Christophe Aubry

Avignon a de la mémoire : ces murs, que nous croisons régulièrement peut-être sans les voir, ont gardé des traces des publicités peintes au siècle dernier directement sur les façades.

LA SOLIDARITÉ ET L'HUMANISME POUR ADN

T & P Delphine Michelangeli

Le 27 février dernier, à l'occasion d'un don de véhicule utilitaire par Enedis destiné à développer l'une de ses activités, *Passerelle* a ouvert ses portes pour présenter ses quatre services d'aide à l'autonomie. Quarante ans que la structure associative tend la main, lève les freins à l'emploi et donne les clés de la mobilité aux personnes en situation de précarité...



Des premiers chantiers d'insertion créés en 1994 pour quelques personnes éloignées de l'emploi aux 83 employés actuels, l'évolution de l'association *Passerelle* est notable et admirable, à différents égards. Née en 1980 de la nécessité vitale de mettre à l'abri des personnes sans logement dans un presbytère inoccupé (lire ci-contre), elle a toujours trouvé le moyen de se réinventer pour répondre aux besoins des plus fragilisés sans pour autant jamais les assister. En réduisant la fracture sociale et l'isolement liés notamment aux difficultés de la mobilité et en créant de l'emploi, indéniablement cette entreprise d'économie solidaire poursuit une mission d'utilité publique. Enfin, située extra-muros, 59 avenue de la Synagogue exactement, *Passerelle* réintroduit de l'activité économique dans les faubourgs de la ville... et porte bien son nom !

« On vise toujours l'autonomie. »

Aujourd'hui, ses quatre services concernent : l'hébergement (près de 70 personnes accompagnées dans 40 logements, quartier Saint-Jean/Grange d'Orel), les chantiers d'insertion (50 salariés en CDDI, encadrés par des professionnels des espaces verts, du bâtiment, de la décoration/embellissement), le Centre d'Accueil de Demandeurs d'Asile (une centaine de demandeurs hébergés à Saint-Chamand le temps d'instruire leur dossier) et, facteur d'insertion et d'accès à l'emploi, le service d'aide à la mobilité *Mobil'ins*. Ce dernier-né en 1997 met à disposition, moyennant une faible participation financière, des véhicules (15 scooters, 20 voitures) aux demandeurs d'emploi ou personnes vulnérables. Intégré également, le Garage solidaire (unique en Vaucluse) combine une double utilité sociale : il propose des réparations à moindre coût aux faibles ressources (plus de 100 bénéficiaires depuis 2013) et crée trois emplois en insertion. Enfin, depuis 2019, le service *Seniors Mobiles* (sur réservation au 06 02 21 65 30) joue un rôle de taxi

83 salariés (33 permanents, 50 en insertion)

12 bénévoles

60 000 h de travail

3,5 M d'€ de budget annuel

+ d'infos : 04 90 14 11 47
et passerelle-avignon.fr

social en accompagnant les seniors (de plus de 60 ans et à faibles ressources) dans leurs déplacements, ou jusqu'aux foyers-restaurants municipaux, en partenariat avec le CCAS d'Avignon.

Un lavage éco-solidaire

« Pour qu'une ville se développe, c'est l'affaire d'une œuvre collective » affirme le Maire d'Avignon, qui a autorisé la mise à disposition d'un espace à l'association supplémentaire (150 m²) sur le parking des Italiens pour le service de lavage automobile éco-solidaire. Ce nouveau projet proposera dès l'été 2020, notamment aux usagers du parking (1 500 par jour), une prestation de lavage haut de gamme, à la vapeur, économe en eau (2 à 3 l/véhicule au lieu de 200 l au rouleau) et écologique (produits respectueux de l'environnement). Deux emplois seront là encore créés.

Christian Bezol, le Père fondateur

« On était un collectif de laïcs et de prêtres et on se disait que le presbytère en ruine, et libre, sur l'île de la Barthelasse pourrait accueillir des prisonniers à leur sortie. On s'est installés et on a accueilli aussi des gens à la rue et des jeunes saisonniers dans le besoin. Puis les choses se sont structurées, il y a eu la mise en place de l'association avec une incroyable chaîne humaine de bénévoles. Je suis « scotché » par ce que c'est devenu et très heureux que les choses aient pu s'organiser comme cela. »



Gaël Lajoie

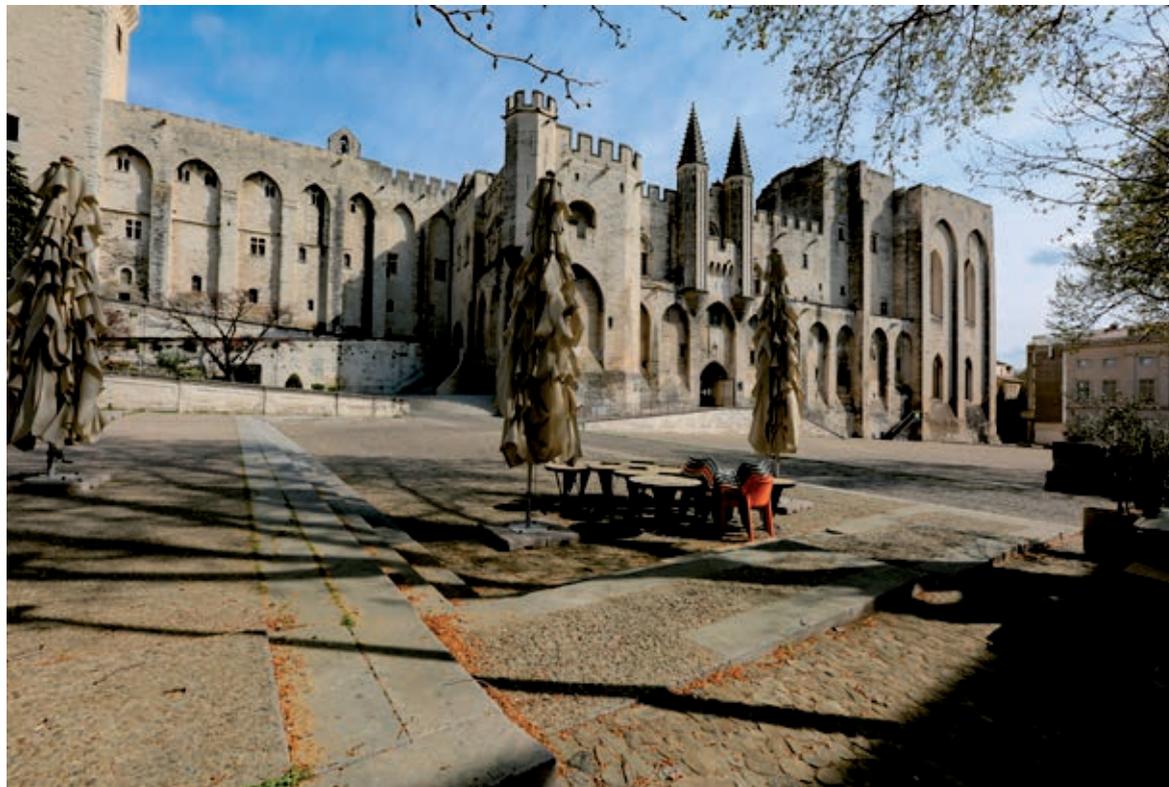
« Je suis commerçant non sédentaire, au RSA, et un mois après avoir lancé mon activité fin 2019, mon embrayage et ma boîte à vitesses m'ont lâché sur l'autoroute : ça aurait stoppé net mon développement ! *Passerelle* m'a permis d'échelonner les règlements des réparations qui m'ont coûté trois fois moins cher ! »

#restezchezvous

T Sarah Mendel et Delphine Michelangeli P Christophe Aubry et Grégory Quittard

COVID-19 : Avignon à l'heure du confinement

Afin de rester au contact des Avignonnais durant la crise du Coronavirus et les consignes de confinement imposées par le Gouvernement pour freiner la propagation de l'épidémie et la contamination des personnes, la Ville d'Avignon s'est mobilisée et organisée pour répondre aux fonctions essentielles des services publics et assurer leur continuité. Chaque jour, des informations aux habitants sont mises à jour et relayées sur les réseaux sociaux et des newsletters récapitulant toutes les mesures prises par la Ville sont publiées sur le site Internet. Inscrivez-vous sur avignon.fr pour rester informés et retrouvez les principaux dispositifs (à l'heure où nous bouclons ce numéro) dans ce dossier spécial, ainsi que les conseils des professionnels et initiatives citoyennes pour vivre cette épreuve exceptionnelle. Continuons à respecter les recommandations pour lutter contre la propagation du Covid-19 (lire pages 4 à 7). Avignon est confiné, mais ses habitants restent reliés !



Depuis le 17 mars midi, le confinement a été instauré dans tout le pays pour endiguer l'épidémie, les déplacements sont interdits sauf exceptions : un formulaire d'attestation de déplacement limitant les sorties à 1 km du domicile et pendant 1 h maximum est obligatoire sous peine d'amende en cas de non présentation (retrouvez page 5 l'attestation à retranscrire sur papier libre ou à imprimer). Plus que jamais, le service public reste actif : retrouvez ci-après les principaux dispositifs mis en place (jusqu'à nouvel ordre et sous réserve de changement).



État civil

Suite aux consignes du Tribunal judiciaire d'Avignon, l'Hôtel de Ville et les mairies de quartier sont fermés depuis le 18 mars. L'état civil continue d'enregistrer les actes de naissance, décès (par téléphone) et reconnaissance (les mardis et jeudis à l'hôtel de ville 8 h/16 h 30 et à la mairie de Montfavet 8 h 30/12 h et 13 h 30/17 h). Le bureau des mariages et PACS est fermé jusqu'à nouvel ordre.

Démarches en ligne et infos sur avignon.fr (mes démarches) - 04 90 80 80 00

Sécurité publique

Les bureaux de la Police municipale sont fermés à l'accueil du public mais l'activité se poursuit. Un accueil téléphonique est maintenu au 04 90 85 13 13 pour ce qui relève de la gestion des stationnements gênants, des

questions de fourrière automobile, d'objets trouvés et d'animaux errants.

Entretien et propreté urbaine

Les équipes de propreté urbaine continuent d'assurer le nettoyage de la ville, des agents sont mobilisés pour assurer la gestion des installations du centre horticole municipal et l'entretien du végétal.

Collecte déchets

L'agglomération maintient la collecte des ordures ménagères et sélectives, et rappelle de ne pas jeter les déchets de jardins et encombrants (les déchèteries sont fermées depuis le 16 mars jusqu'à nouvel ordre). Afin de protéger les agents de collecte, il est rappelé de jeter dans des sachets plastiques hermétiquement fermés les masques de protection et les mouchoirs en papier usagés. Pensez également au compostage et la réduction des emballages.

+ d'infos : Direct Grand Avignon 0800 71 84 84 et sidomra.fr

Culture

Les réseaux Avignon Musées, Avignon Bibliothèques et Archives municipales ont travaillé à des propositions numériques : un blog éphémère « Avignon la Culturelle » permet de les découvrir (à retrouver en pages 34 et 35). Bon à savoir, Avignon Bibliothèques a modifié du fait de la crise du Coronavirus les dates de retours des documents empruntés : vous avez jusqu'au 12 mai pour les rapporter.

+ d'infos : bibliotheques.avignon.fr

Stationnement

En raison du contexte, la ville a désactivé les horodateurs : le stationnement de surface a été rendu gratuit jusqu'à nouvel ordre. Tout stationnement gênant est verbalisé.

Espaces verts et fontaines

Depuis le 17 mars, parcs et jardins sont fermés, à l'exception de Chico Mendes, Colette et de la Plaine des sports qui restent ouverts pour permettre la détente physique (regroupement interdit). Les gardiens continuent d'assurer la tranquillité. Les fontaines ont été remises en route et les sanitaires publics sont fonctionnels.

Équipements municipaux

Jusqu'à nouvel ordre, les équipements municipaux sont fermés dont : les Centres de Vacances et de Loisirs (Barthelasse sauf pour accueil des enfants des soignants et personnels empêchés, La Souvine et Châteauneuf de Gadagne), les cinq piscines (Stade Nautique, Stuart Mill, Pierre Reyne, Jean Clément et Chevalier de Folard), les gymnases, les parcs et jardins (à l'exception de Chico Mendes, Colette et Plaine des Sports, sans regroupement autorisé) et les foyers restaurants du Château de la Barrière et la Livrée de Viviers.

Cimetières

Depuis le mercredi 25 mars, sur recommandation du ministère de la Cohésion des territoires, les cimetières de la Ville sont fermés au public en dehors des obsèques qui doivent se dérouler en comité restreint.

Soutien aux entreprises

Le Gouvernement a mis en place des mesures de soutien immédiates pour accompagner les entreprises (délais de paiement d'échéances sociales et/ou fiscales, remises d'impôts directs, rééchelonnement des crédits bancaires, maintien de l'emploi dans les entreprises par le dispositif de chômage partiel simplifié et renforcé...).

+ d'infos : vaucluse.cci.fr/coronavirus-2020, cmar-paca.fr et service-public.fr

Commerces

Malgré le confinement, les commerces essentiels restent ouverts, dont les commerces alimentaires : boulangeries, boucheries, fruitiers ainsi que les supermarchés... Les marchés couverts (Halles Gourmandes d'Avignon) et de plein air sont en revanche fermés. Néanmoins, la Ville d'Avignon et le Grand Avignon se sont fortement mobilisés, et les commerçants des Halles organisés pour maintenir leur service gratuit de livraison à domicile. Il suffit d'appeler chacun de vos commerçants la veille pour le lendemain. Les commandes passées auprès des différents commerçants sont ensuite regroupées afin d'être livrées en une seule fois.

+ d'infos : avignon-leshalles.com

22 agriculteurs de la région regroupés au sein de l'association Bienvenue à la Ferme continuent également de vous approvisionner dans les distributeurs drive-fermiers d'agroparc et du parking des Italiens. Ils proposent également de vous livrer gratuitement leurs produits frais à domicile.

+ d'infos : drive-fermier.fr/avignon

À noter également que depuis le 23 mars, le personnel soignant bénéficie d'un accès prioritaire dans les enseignes adhérentes à la Fédération du Commerce et de la Distribution : Carrefour, Auchan, Casino, Lidl, Picard, Aldi, Spar, Monoprix... (sur présentation d'un justificatif professionnel).

Un répertoire est désormais relayé sur avignon.fr, recensant la liste des commerces alimentaires ouverts et/ou proposant la livraison à domicile ainsi que les fermes proposant la vente directe.

commerces.avignon.fr

Solidarité

Cellule Seniors : une cellule seniors a été mise en place par le CCAS. Ouverte du lundi au vendredi de 9 h à 17 h, sans interruption, sa mission est d'appeler les aînés inscrits sur le registre des personnes vulnérables (près de 130 recensés), pour connaître leurs besoins, les tenir informés et s'assurer qu'ils ne manquent de rien mais aussi pour répondre à leurs appels. La ville a sollicité l'ordre des pharmaciens pour effectuer des livraisons à domicile de médicaments. Neuf aides à domicile, protégées selon les consignes de distanciation, et munies d'une carte professionnelle, continuent d'être en fonction pour assurer leurs missions d'accompagnement et de lien social. À noter : les agents sont tous munis d'une attestation signée de la Ville d'Avignon.

Portage des repas : depuis l'arrêt de l'accueil aux foyers restaurant, le service de portage des repas a été maintenu et renforcé, notamment grâce à l'aide d'agents municipaux volontaires sous l'égide du CCAS. Près de 100 repas sont livrés quotidiennement aux domiciles des personnes âgées les plus isolées. Les consignes utiles et gestes barrières sont délivrés à chaque personne convive lors des visites.

Cuisine centrale : la cuisine municipale continue d'assurer la production des repas pour les enfants des personnels soignants et les seniors.

Urgence sociale : le CCAS a affecté deux travailleurs sociaux pour répondre aux demandes de renseignements par téléphone, rassurer et prendre en compte les besoins les plus urgents signalés.

Cellule Seniors : 04 13 60 51 45 / 04 13 60 51 46

Urgences sociales 04 32 74 31 04

Accueil CCAS : 04 32 74 31 00



Écoles et crèche

Dès le 19 mars, un service minimum d'accueil des enfants des personnels indispensables à la gestion de la crise sanitaire, notamment les personnels soignants, a été mis en place à Avignon, en lien étroit avec la Préfecture de Vaucluse et l'Éducation nationale (lire entretiens page 18 et 19). Deux écoles (Jean-Henri Fabre A et Massillargues) et une crèche (Croix des Oiseaux) accueillent les enfants suivant les besoins quotidiens. Quinze agents des écoles et quinze agents du département Jeunesse (animateurs, directeurs...) sont mobilisés pour permettre une ouverture du lundi au dimanche des écoles et de la base de loisirs la Barthelasse (uniquement le week-end). Les consignes d'hygiène sont respectées.

Infos écoles : 04 90 16 32 72

(8h30/12 h et 13h30/17h30)

Infos crèche CCAS : 04 32 74 31 00

En moyenne, durant les 15 premiers jours de confinement, chaque jour 25 enfants de soignants et personnels indispensables ont été accueillis dans les 2 écoles de la Ville et 4 dans la crèche du CCAS

Inscriptions scolaires rentrée 2020/21

La date limite de retour des dossiers d'inscription scolaire est repoussée au 31 mai 2020.

En attendant, les parents peuvent télécharger le dossier d'inscription sur avignon.portail-familles.com et l'envoyer à contacteducation@mairie-avignon.com

FAQ ENSEIGNEMENT

DISPOSITIF CORONAVIRUS

Retrouvez les principales réponses relatives à l'accueil des enfants des personnels soignants dans les écoles d'Avignon (FAQ évolutive, réalisée par la Direction de l'Enseignement, à télécharger en intégralité sur avignon.fr).

Qui est concerné par la possibilité d'emmener ses enfants dans les écoles ?

Tout personnel travaillant en établissements de santé publics/privés et médico-sociaux, les professionnels de santé et médico-sociaux, les personnels chargés de la gestion de l'épidémie des agences régionales de santé (ARS), des préfectures et ceux affectés à l'équipe nationale de gestion de la crise.

Si mon enfant n'est pas scolarisé à Avignon ?

Vous pouvez tout de même le faire garder dans une école prévue à cet effet à condition que vous travailliez à Avignon ou que votre commune n'offre pas de garde d'enfants pour le personnel soignant.

Dois-je apporter une preuve que mon/ma conjoint.e ne peut pas garder l'enfant ?

Non il suffit de prouver que vous êtes concernée et que vous êtes personnel soignant et/ou indispensable à la gestion de la crise sanitaire.

Faut-il que les deux parents soient personnel soignant ou indispensable ?

Non il suffit qu'un seul parent le soit. Pour des questions sanitaires, il est préférable que les enfants ne soient pas mis en contact les uns avec les autres : il est recommandé dans la mesure du possible de garder l'enfant à la maison.

Le repas de midi est-il prévu ?

Oui pour les enfants, le corps enseignant et le personnel municipal présents (fourni par la cuisine centrale).

Combien coûtera la cantine ?

Elle sera gratuite. Mais il faut s'inscrire au préalable.

Quels dispositifs de sécurité et d'hygiène sont prévus ?

Les mêmes que dans le temps scolaire, les groupes d'enfants ne dépassent pas 10. Des activités sont mises en place mais aucune sortie ne sera prévue. Le personnel est muni d'un masque, de gants, et de gel hydro alcoolique...

POUR SUIVRE L'ÉCOLE MALGRÉ LE CONFINEMENT

Garantir à chaque élève le maintien d'un lien pédagogique pendant toute la durée de fermeture des écoles, collèges et lycées et lui permettre d'entretenir ses connaissances et d'en acquérir de nouvelles, c'est l'objectif de la continuité pédagogique mise en place par le Ministère de l'Éducation nationale durant la durée du confinement.

« Pas plus de 3 ou 4 heures de travail scolaire par jour ! »

Entretien (téléphonique) avec le Directeur Académique des Services de l'Éducation Nationale du Vaucluse Christian Patoz concernant les dispositifs mis en place les quinze premiers jours de confinement pour les quelque 26 000 élèves des 1^{er} et 2nd degrés scolarisés sur Avignon.

Comment se poursuit la politique éducative dans ce contexte inédit ?

Nous sommes dans une organisation très précise du point de vue de la continuité pédagogique pour que les élèves soient en situation de poursuivre leur travail scolaire. Tous les enseignants des écoles, collèges et lycées doivent transmettre du travail à leurs élèves et les appeler au moins une fois par semaine. Le principe est que le travail scolaire se poursuit dans une logique de renforcement des acquis. Les contacts doivent être réguliers, les professeurs doivent s'appuyer sur les différents outils, variés, comme « ma classe à la maison » gérée par le CNED, l'ENT pour les lycées et différentes plateformes utilisées par les enseignants.

Quels sont vos conseils pour que le travail à la maison soit efficace ?

L'élève est tout seul, dans un état de concentration plus intense qu'en cours, placé face à son ordinateur et ses documents : on considère que 3 ou 4 heures de travail personnel par jour suffisent.

Les premiers retours sont-ils bons ?

Les professeurs avaient pour mission de mettre à disposition des choses faciles d'accès, très claires. Et d'essayer d'aider les élèves les plus en difficultés ou démunis avec des tutoriels. Au bout de quelques jours, on peut déjà dire que ça fonctionne.

Et pour les familles qui n'ont pas d'outil numérique ?

On a un procédé initié par le directeur de l'école Henri Fabre qui consiste à photographier les documents et les envoyer sur le smartphone des familles. Ou elles sont autorisées à venir une fois par semaine sur rendez-vous à leur établissement pour récupérer les documents ((lire ci-contre). Une seule personne doit venir, adulte de préférence, avec l'autorisation spécifique.

Quid du bac et du diplôme national du brevet des collèges ?

Pour l'instant, le message officiel est qu'ils sont maintenus ! Le ministère élabore sa stratégie et les hypothèses possibles (ndlr, à l'heure où nous bouclons ce numéro, les dispositions n'étaient pas encore communiquées) : soit les examens se tiendront aux dates habituelles soit on déplacera les dates à fin août début septembre. Il peut y avoir aussi le contrôle continu.

Et de la mobilisation des enseignants ?

Ils travaillent tous d'arrache-pied, à domicile ou, notamment à Avignon, dans les deux écoles dédiées (Massilargues et Fabre) et au collège (Mistral) qui accueillent les enfants des parents soignants. C'est tout à fait remarquable, il faut leur rendre hommage, leur engagement est très fort !

Un message pour les jeunes ?

Même si cela est particulièrement difficile pour eux, il est essentiel qu'ils restent confinés pour éviter la propagation. C'est un gros effort qu'on leur demande mais plus les règles du confinement seront respectées, plus courte sera la durée. Il faut qu'ils sachent que l'Éducation nationale et les adultes en général ne les laissent pas tomber, loin de là !

Afin d'aider les élèves non dotés de matériel informatique à suivre les cours dispensés en ligne, des tablettes numériques sont mises à disposition de 130 familles par la Ville d'Avignon.

645 professeurs des écoles

328 professeurs de collège

604 professeurs de lycée engagés dans la continuité pédagogique sur Avignon

26 038 élèves à Avignon

10 975 élèves dans le 1^{er} degré (maternelles et élémentaires)

15 603 élèves pour le 2nd degré (collèges + lycées)

ÉCOLE JEAN-HENRI FABRE
« La coordination s'est vraiment très bien passée ! »

Chaque jour, de 7 h 30 à 18 h, enseignants et personnel de la mairie, tous volontaires, accueillent à l'école Jean-Henri Fabre A, les enfants des soignants. « Nous avons 50 inscrits, mais recevons chaque jour 10-15 enfants de maternelle et autant de primaire » explique Grégoire Callot, directeur de l'école. Afin de respecter les distances de sécurité et éviter la propagation du virus, chaque enseignant s'occupe de 5 élèves seulement. « On a mis à notre disposition masques et gants et la Ville assure



chaque jour le repas de midi ainsi que le périscolaire les lundis et mercredis après-midi. La coordination s'est vraiment très bien passée ! » Mais l'école Jean-Henri Fabre, classée en REP + doit aussi assurer les cours pour tous ses élèves habituels obligés de rester chez eux durant le confinement. Pour cela, chaque enseignant a créé un site pour sa classe accessible depuis le portail web de l'école. Mais Grégoire Callot a aussi pensé aux familles n'ayant pas d'accès aux outils numériques. Celles-ci bénéficient d'une autorisation spéciale de la Direction Académique pour se rendre à l'école où tout le travail scolaire leur est remis sur feuille et peuvent contacter les enseignants par téléphone fin d'avoir des explications sur ce qu'il faut faire. Dès le premier jour sans école, tout était prêt. « On a tous travaillé tout le week-end et je suis vraiment admiratif des enseignants qui ont su créer rapidement des outils utiles et créatifs ! »

MOTIVER, STRUCTURER, RÉGULER

3 CONSEILS DE PROF

Amandine de Breij, enseignante dans un lycée d'Avignon explique qu'avec des ados, le plus important c'est de maintenir la motivation.

« L'enseignement virtuel a ses limites, cela rend les notions plus difficiles à intégrer. Les parents ont un rôle prépondérant à jouer car ils connaissent leur enfant et doivent tout faire pour le valoriser et le motiver. » Deuxième étape, offrir un cadre structurant. « Il faut des plages horaires connectées mais également d'autres hors connexion afin que l'élève puisse se concentrer. Il faut aussi déterminer avec l'enfant un planning à suivre avec des horaires cours mais aussi des pauses à respecter. » Car le risque c'est aussi de vouloir en faire trop par peur de ne pas en faire assez ! « C'est le 3^e point à respecter en effet. Comme les élèves n'ont pas de retour direct de leur enseignant certains peuvent penser qu'ils n'en font pas assez ou se perdre dans des consignes qu'ils ne comprennent pas bien. Pour cela, les parents peuvent se référer au programme scolaire de leurs enfants par matière afin de les aider à gérer les priorités. »

SUR LE PONT... DE LA SANTÉ

Depuis le début de l'épidémie, les équipes du Centre Hospitalier d'Avignon sont sur le pont. Entretien avec Jean-Noël Jacques, directeur de l'établissement.

Quelle est à ce jour la situation à l'Hôpital d'Avignon ?

Actuellement, le Centre Hospitalier se prépare en augmentant de façon très notable ses capacités de soins critiques et plus particulièrement de réanimation, dont le nombre de lits a été doublé. Par ailleurs, des services de médecine sont réservés désormais à la prise en charge de patients infectés Covid-19. Le nombre de lits sera ajusté au fur et à mesure des besoins. Les services d'urgences se sont réorganisés pour installer en amont du service une zone afin d'orienter les patients selon qu'ils relèvent ou non de la prise en charge spécifique Covid-19. L'activité de consultations a été largement réduite au seul bénéfice des consultations non reportables, et un système de téléconsultation est mis en place. Un travail est mené avec les établissements privés et publics du département pour utiliser leur potentiel et maintenir les prises en charge notamment chirurgicales, particulièrement dans le cadre de l'urgence.

Depuis quelques jours, l'hôpital est en mesure de réaliser les tests de dépistage in situ, qu'est-ce que cela change ?

Le Centre Hospitalier d'Avignon est actuellement en mesure de réaliser les tests avec deux techniques à disposition de ses laboratoires. Néanmoins, ceux-ci demeurent limités compte tenu des difficultés d'approvisionnement en réactifs pour ces analyses. Les analyses réalisées sur le site permettent à l'établissement de disposer de résultats dans des délais rapides de l'ordre de trois heures alors que les délais sont très nettement supérieurs lorsque les prélèvements sont adressés à l'extérieur.

Comment les Avignonnais peuvent-ils aider les équipes de l'hôpital ?

Le Centre Hospitalier s'est organisé avec ses équipes et a réaffecté un certain nombre de ses personnels en fonction de ses prises en charge. Toutefois, dans la durée, il y aura nécessairement besoin de renforts en personnels soignants et logistiques et c'est pourquoi nous recensons toutes les compétences et bonnes volontés pour le cas échéant et le moment voulu faire appel à elles.

Pour en savoir plus : ch-avignon.fr ou par mail à solidarite.covid19@ch-avignon.fr

L'ANGOISSE DU CONFINEMENT ?

Peur d'être contaminé, malade, angoisse de ne pas pouvoir sortir de chez soi. Alors que nous vivons un moment délicat sans précédent, « c'est normal et légitime d'être inquiet, de ressentir des angoisses physiques sans parfois faire le lien avec ce qui nous arrive actuellement » analyse Florence, psychologue au Centre Hospitalier de Montfavet. Les manifestations peuvent être variées, prise de poids, insomnies ou hypersomnies, conflits liés à la promiscuité familiale, troubles obsessionnels compulsifs comme se laver les mains 50 fois d'affilée au gel hydro-alcoolique... « Il est primordial de prendre en compte la réalité de la situation sans être en déni. Avec les enfants, avoir un vrai dialogue est indispensable. S'ils ne veulent pas parler, leur rappeler simplement qu'on est là, à leur disposition. » Le plus important ? Ne pas rester avec des questions sans réponse. Cette parenthèse dans nos vies peut aussi être propice à partager davantage de moments de complicité en famille.

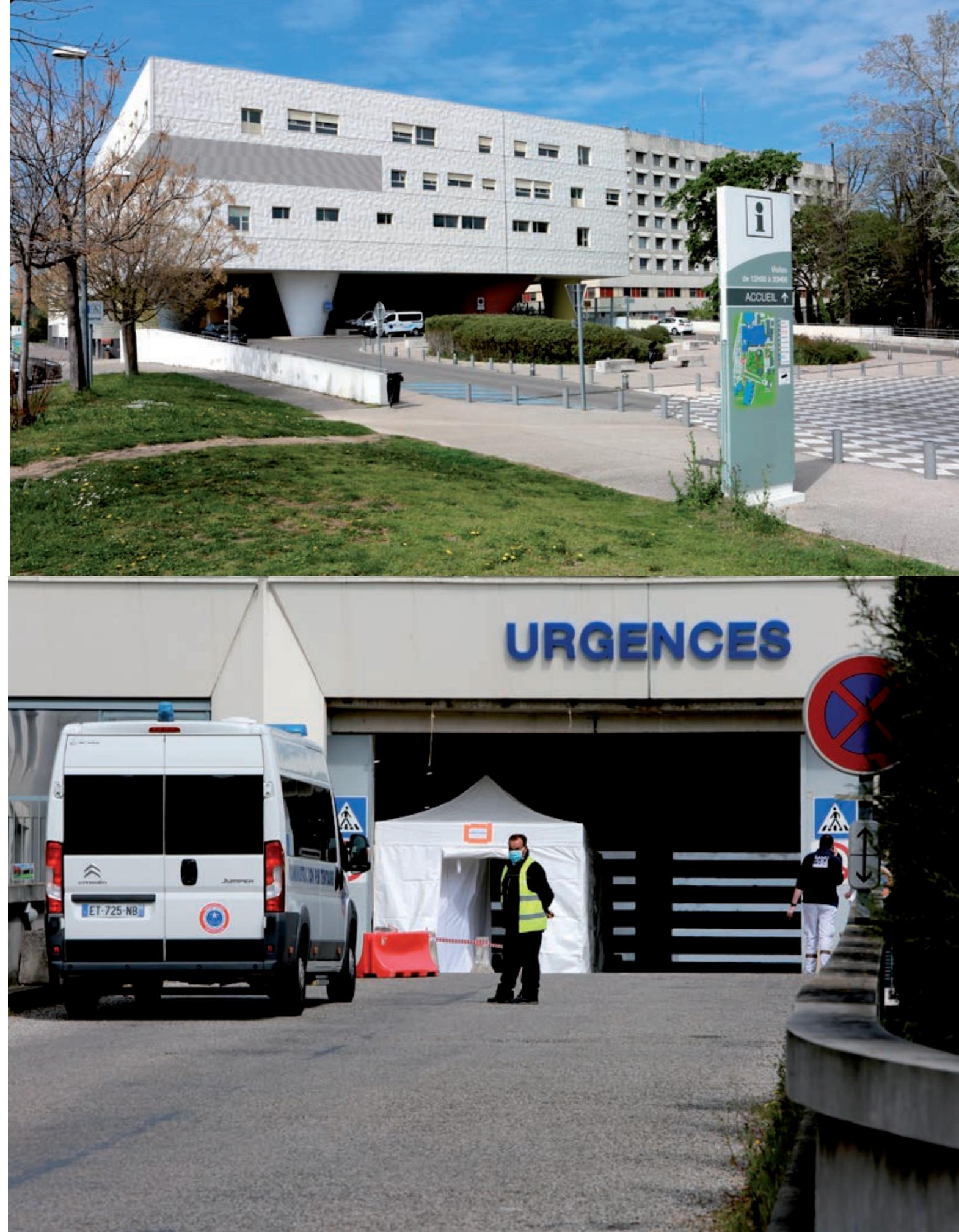
N° urgence psychiatrique : 0800 130 000
Cellule de soutien psychologique soignants : 04 90 03 95 74

ACCUEIL DES PERSONNES SDF

Le Secours Catholique accueille les personnes sans domicile fixe au 6 boulevard Saint-Michel, tous les matins de 8 h à 12 h, avec le soutien de quatre agents municipaux volontaires en rotation 7j/7, équipés en masque par la Ville. Depuis le 30 mars, le préfet de Vaucluse et le Maire d'Avignon ont conjointement décidé d'ouvrir un centre d'hébergement exceptionnel de 50 places dans le gymnase du lycée Aubanel : ouvert 24h/24 et 7j/7, il est aménagé pour un accueil individualisé permettant l'isolement et les conditions liées aux mesures barrières et l'hygiène.

Numéro urgence social : 115

En soirée, la Croix Rouge utilise la salle municipale Mérindol depuis le 27 mars, pour soulager les maraudeurs et organiser la distribution de nourriture et de kits d'hygiène (de 20h à 22h30).



LES AVIGNONNAIS SOLIDAIRES

Face au Covid-19, Ville d'Avignon, associations et habitants se sont rapidement mobilisés, faisant preuve d'initiatives pratiques, citoyennes, solidaires et participatives. Pour que tous les citoyens, aînés, personnes vulnérables et plus jeunes, traversent ensemble cette épreuve exceptionnelle.

Mobilisation citoyenne et solidaire

Un appel à mobilisation volontaire des agents de la ville a été lancé pour créer une réserve solidaire communale, afin de répondre aux besoins des associations caritatives (Secours Catholique, Restaurants du Cœur, Croix Rouge, Habitat Alternatif Social) : 25 agents municipaux se portaient volontaires dès le 25 mars ! Des citoyens engagés solidaires proposent aussi leur aide aux plus démunis.

+ d'infos : covid19.reserve-civique.gouv.fr.

Entre voisins, on s'entraide !

Un annuaire pour répertorier les numéros de téléphone de tous les habitants de l'immeuble, un tableau pour inscrire les besoins de chacun, des idées conseils... et le tour est joué !

+ d'infos : voisinssolidaires.fr.

La Ville soutient les soignants

Depuis le début de la pandémie, la Ville d'Avignon soutient les soignants en faisant don de masques de protection, dans la mesure de ses moyens : 8 000 masques et 88 litres de gel hydroalcoolique aux généralistes, 1 000 masques chacun au SDIS et au CHS de Montfavet, 30 000 masques et 1 000 tests que la ville chinoise Bao'an Shenzhen, dont elle est jumelée, lui a fait parvenir, redistribués aux établissements de santé (liste sur avignon.fr). 500 exemplaires ont également été fournis à La Maison Paisible puis à la résidence Seniors Montana, et 3 000 aux agents des collectes du Grand Avignon.

Le Planning Familial informe

Suite aux recommandations de l'Agence Régionale de Santé, les conseillères et personnel médical du Planning Familial 84 répondent par téléphone au 04 90 87 43 69 (lundi au vendredi 9 h/12 h, 14 h/17 h), et restent mobilisées (planfamilial84@aol.com). Une permanence gynécologique d'urgence est ouverte (mercredi 14 h/16 h sur rdv et par téléphone du lundi au vendredi 14 h/17 h). À noter le n° Vert IVG, Sexualités, Contraception : 0800 08 11 11 et l'autorisation par décret de renouvellement contraceptif (avec une ancienne ordonnance) et de traitement VIH durant le confinement. Sur demande de l'Etat, les pharmaciens peuvent se faire

le relais des personnes victimes de violence conjugales ne pouvant aller au commissariat. Celles-ci peuvent également appeler le 3919.

+ d'infos : [FB@PlanningFamilial84](https://fb.com/PlanningFamilial84)

Le CIDFF 84 à l'écoute

L'équipe du Centre d'Information sur le Droit des Femmes et des Familles d'Avignon reste aussi extrêmement mobilisée : accueil téléphonique (9 h/12 h 30 et 13 h 30/17 h) au 04 90 86 41 00 pour répondre aux questions liées à l'accès aux droits et maintenir une permanence d'écoute active, notamment pour les victimes de violences intrafamiliales. Les personnes peuvent laisser un message, elles seront rappelées (en numéro masqué), ou écrire à accueil@cidff84.org.

+ d'infos : [FB @cidffvaucluse](https://fb.com/cidffvaucluse)

SOS Amitié recherche des bénévoles

Pour continuer de reconforter, rassurer, apaiser, et faire face aux très nombreux appels, l'association SOS Amitié Avignon manque d'écouterants. Si vous souhaitez obtenir des informations et devenir bénévole : 07 81 37 85 72.

Besoin d'écoute : 09 72 39 40 50 et 04 90 89 18 18

Initiatives citoyennes

Sur les réseaux sociaux, à l'heure du confinement, les habitants s'organisent pour activer la solidarité. Et s'occuper. Dans chaque quartier, les Avignonnais font également preuve de fraternité. Pour exemple, l'association du quartier des Teinturiers qui engage ses adhérents « à prendre des nouvelles de personnes isolées, leur donner un peu de contact social, par un appel ou à travers une porte si c'est dans le voisinage ». Ou encore extra muros, ces banderoles que les habitants n'hésitent pas à afficher sur leur façade pour soutenir les aidants.

#20heures

De l'intra à l'extra muros, tous les soirs à 20 heures, les Avignonnais applaudissent les personnels soignants et les aidants depuis leurs fenêtres. Un rendez-vous viral et fédérateur qui fait résonner la solidarité très loin également dans la Cité des Papes !

TÉMOIGNAGES

L'association Unis-cité Vaucluse, en coopération avec les Petits Frères des Pauvres et le CCAS, missionne des jeunes en service civique pour visiter habituellement les seniors. Face à cette période qui rompt les contacts directs, l'équipe nous a contactés pour diffuser des messages adressés à leurs bénéficiaires. Extraits.



« On ne vous lâche pas !

Ne nous oubliez pas, car nous avons vécu, aimé et ri. Quand rien ne va plus, que les rues sont vides et que chacun doit rester prostré chez soi, on décide de vous montrer qu'on est toujours là.

Mme C. : à vos manuels d'Histoire ! Qui a assassiné Henri VI ? Childéric, Martinelli ou Ravallac ?

M. MD : on ira faire de longues balades à notre retour, en attendant, on travaille les cuissots.

Mme M : je ne veux rien savoir, entraînez-vous au memory, commencez avec seulement quelques cartes si c'est trop dur !

Mme B : profitez de tout ce temps pour nous préparer un petit concert, on vous laisse le choix des titres.

Mme L : n'oubliez pas de relire quelques classiques et d'en découvrir de nouveaux.

Mme C : on stoppe la télé, on bouquine, on dessine, on se motive !

À tous nos chanteurs de la villa Bethanie : on attend avec impatience de retrouver vos chants mélodieux.

À tous nos bénéficiaires des jardins d'Avénie : on revient avec plus de quiz de culture générale.

À tous ceux qu'on n'a pas cités : prenez soin de vous. On ne vous oublie pas ! »

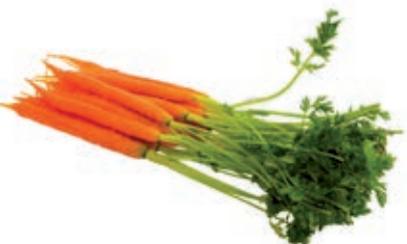


Les enfants des personnels soignants ou indispensables accueillis à l'école Jean-Henri Fabre ont confectionné une banderole pour encourager les soignants

LE PLACARD (IDÉAL) DU CONFINÉ

Nous voilà donc coincés à la maison pour une durée encore indéterminée. Pas la peine de se ruer dans les supermarchés, les sorties destinées aux courses alimentaires restent autorisées (on n'y va pas en famille et on respecte les distances de sécurité entre les autres clients), tous les magasins d'alimentation sont ouverts et leur approvisionnement est assuré. Pour autant, afin de se nourrir sainement tout en évitant de sortir trop fréquemment, il est intéressant de rappeler quelques ingrédients indispensables à toujours avoir dans ses placards afin d'éviter de stresser. On fait le point.

La première chose à rappeler c'est sans doute que confinement rime avec temps. Plus d'excuse donc pour ne pas préparer de bons petits plats maison ! On oublie les plats tout prêts et on se lance dans la cuisine. Julie Ruth, nutritionniste à Avignon au sein du cabinet Medikinos nous le rappelle : « Pour une alimentation saine au quotidien et en particulier durant cette période de confinement, c'est l'occasion de rappeler qu'il faut toujours privilégier les produits non transformés. »



Féculents, farines et légumes secs

Essentiels pour faire le plein d'énergie, les féculents font partie des aliments à toujours avoir sous la main. Riz, pâtes, semoule, petit épeautre, on les privilégie complets pour plus d'intérêt nutritionnel. Autre indispensable à toujours avoir au fond de son placard, la farine, qu'on préfère là aussi complète. Elle permet en effet de réaliser des pâtes à tartes, des crêpes, des gâteaux voire du pain. C'est un indispensable d'autant que la farine est l'un des aliments se conservant le mieux.

Alternative intéressante aux protéines animales, les légumes secs ont l'avantage d'être non périssables et peu chers. Haricots, pois chiches, lentilles, fèves... sont en outre riches en fibres et en fer, ne font pas grossir et évitent les ballonnements.

Les conserves

Si les végétaux sont indispensables à notre alimentation, on peut les acheter frais voire en conserve ou surgelés afin de les conserver davantage. « Mais toujours bruts car ils contribuent ainsi à renforcer notre immunité. » On mise aussi sur la préparation légumes lacto-fermentés (voir recette). Riches en omegas 3, les conserves de poissons tels que maquereaux, sardines, foie de morue sont parfaites.

Épices, ail et oléagineux

Huiles, sel, poivre permettent d'assaisonner délicatement nos plats, et pour booster notre santé, on mise sur les polyphénols tels que gingembre, curcuma, cannelle. « On n'oublie pas l'ail non plus qui est un allié de taille pour lutter contre de très nombreuses maladies infectieuses et se conserve très longtemps ! »

Des aliments plaisir...

Ce n'est pas parce qu'on doit limiter nos sorties qu'on ne doit pas s'octroyer de petits plaisirs gustatifs... « On rythme la journée avec des pauses thé vert, tisanes », et pour préparer de délicieuses douceurs on prévoit chocolat noir et matières grasses (beurre, huile de coco).



Recette : la salade trois semaines

Idéale en période de confinement, la nutritionniste Julie Ruth nous dévoile les secrets d'une salade de légumes frais qui se conserve... trois semaines. Peu coûteuse et simple à réaliser, cette recette reprend une méthode très ancienne de conservation des légumes, la lacto-fermentation qui permet aux légumes de garder toutes leurs qualités nutritionnelles et même d'en développer de nouvelles !

Pour 10 portions

1/2 chou blanc
500 g de carottes
1 poireau
1 poivron rouge
1 poivron vert

150 ml de vinaigre de cidre
50 ml d'huile de colza
50 ml d'huile d'olive
1 c à s d'épices à salades
1 c à s de sel
1 c à s de miel ou de sucre

Préparation

Laver et ébouillanter les bocal, laisser sécher
Laver, éplucher si besoin et couper finement tous les légumes. Remplir les bocaux, tasser.
Ajouter tous les ingrédients de la vinaigrette dans une casserole et porter à ébullition.
Verser la vinaigrette chaude sur les légumes et mélanger le tout.
Refermer les bocaux et laisser refroidir à température ambiante quelques heures avant de servir.
La salade se conserve 2 à 3 semaines au réfrigérateur.



© Julie Ruth

CONSEILS DIÉTÉTIQUES

À l'heure du confinement, il est indispensable de revoir son équilibre alimentaire : moins de dépenses caloriques... donc moins d'apports caloriques, c'est là la base si l'on souhaite maintenir un poids stable ! Alors on y va pour ces quelques conseils en n'oubliant pas, toutefois, de s'octroyer quelques menus plaisirs !

Premier principe : on évite les grignotages ! Trois repas par jour et, éventuellement une collation à l'heure du goûter... mais rien de plus.

On s'hydrate régulièrement... avec de l'eau essentiellement.

Deuxième principe : on chasse le plus possible le sucre ! Ennemi majeur de la silhouette, et de la santé : le sucre utile à l'organisme est naturellement présent dans les féculents, les fruits, les légumes ! Inutile d'en rajouter.

Troisième principe : on bannit l'alimentation industrielle... et là plus de fausse raison : du temps on en a, donc à nos épluches légumes, nos mixer, nos râpes

et autres blender : on cuisine maison, c'est moins cher, c'est meilleur, c'est plus diététique et c'est participatif : tout le monde peut s'y mettre, et c'est là une occupation à partager sans modération !

Quatrième principe : on élabore son déjeuner en respectant l'équilibre suivant : un tiers de légumes, un tiers de produits céréaliers et un tiers de viandes ou poissons ou substituts, un laitage et un fruit.

Le soir, dîner plus léger : légumes à volonté (sous forme de soupe, c'est la bonne idée), un laitage et un fruit.

Gardons le meilleur pour la fin : au terme du déjeuner un carré de chocolat avec le café, c'est permis et c'est bon pour le moral ! Bon appétit à tous !





Merci à l'artiste plasticienne, sculptrice et illustratrice avignonnaise Violaine Kruch qui signe avec délicatesse et talent cette bulle de poésie et de fraîcheur pour ce mois d'avril printanier, bien que confiné !



© José Jiménez

VOS PHOTOS D'EXCEPTION... DEPUIS LE BALCON



Vous nous avez envoyé vos photos d'Avignon prises depuis votre fenêtre ou votre balcon pendant le confinement.

Merci pour votre participation !

Retrouvez tous les clichés sur l'Instagram de la Ville.



© Lóvétéi Orsolya



© Lóvétéi Orsolya



© Colin Loiseau



© Sébastien Riou



© Séverine Lompret



© Alexandre Demange



© Valérie Béolet

FILIÈRE... UNE MAISON DU GOÛT

Il y en a eu du chemin parcouru depuis 1895, date de la création de la charcuterie Filière dans la Cité des Papes ! C'est aujourd'hui la 5^e génération qui est aux commandes de la Maison de Salaisons et si l'entreprise a mis aux dernières normes ses *process* de fabrication et au goût du jour ses recettes traditionnelles, elle a su néanmoins conserver son caractère familial et son authenticité pour des produits dont la qualité est reconnue.

T Sarah Mendel P DR pour les noir & blanc et Marc Barthélémy



Sur la façade du 32 rue des Infirmières, les traces d'une ancienne enseigne et le carrelage blanc de la devanture sont les seuls vestiges visibles par les passants. C'est ici qu'en 1895, Jules Filière inaugura sa première charcuterie, suivie quelques années plus tard par un point de vente au sein des Halles d'Avignon. Dès le début, la qualité des produits séduit une clientèle toujours plus nombreuse et pour répondre à la demande croissante l'entreprise s'installe en 1966 dans la zone de Fontcouverte, où elle est toujours aujourd'hui. Des travaux récemment terminés ont permis de moderniser l'atelier qui s'étend sur près de 10 000 m². « Bien sûr nous avons grandi mais nous sommes restés à taille humaine, nous avons conservé des recettes simples avec une façon de faire plus moderne. Je nous qualifie de « gros artisan » car lorsqu'on élabore nos produits, ce qu'on recherche c'est la qualité et le goût. Le produit doit être top, c'est tout ce qui compte ! » explique Jules Filière, 5^e génération de Filière à travailler dans l'entreprise avec sa sœur et quatre autres membres de la famille.

Une qualité récompensée

Une andouillette AAAAA, décernée par l'Association Amicale des Amateurs d'Andouillette Authentique, un jambon sec reconnu comme l'un des meilleurs de France, ou, plus récemment, lors de l'édition 2020 du Salon de l'Agriculture, deux médailles d'or au Concours Général Agricole pour la « Coiffe du charcutier à l'ancienne » et le fromage de tête tradition. La réputation de cette charcuterie a largement dépassé les frontières de la Provence !



Quelques chiffres

130 : c'est le nombre de salariés de l'entreprise

23 M d'€ : c'est le chiffre d'affaire annuel

4 000 tonnes : c'est le volume de production annuel

Covid-19 :

Filière assure la continuité de sa production

Sa mission étant de nourrir la population, le secteur de l'agroalimentaire a été reconnu par le gouvernement comme prioritaire. Les entreprises sont tenues de poursuivre leur activité malgré les règles de confinement qui en découlent. C'est le cas de la Maison Filière qui s'est adaptée aux mesures et consignes de sécurité afin de poursuivre sa production dans les meilleures conditions. Ici, quelle que soit la situation, les règles d'hygiène sont très strictes. Et Serge Filière de préciser : « On insiste encore plus sur le lavage des mains, on fait très attention au respect des distances de sécurité entre chacun de nos employés de la chaîne de production. Quant aux administratifs, ils sont en télétravail. Dans l'ensemble, même si nous avons quelques salariés qui ne peuvent pas travailler car ils doivent garder leurs enfants, nous sommes presque au complet. » Y-a-t-il des risques de pénurie ? Serge Filière rassure : « Nous travaillons essentiellement localement, nos produits sont vendus dans un rayon de 80 km autour d'Avignon en magasins traditionnels (bouchers-charcutiers) et GMS. Quant à notre matière première, nos porcs viennent du Ventoux ou d'une coopérative bretonne. Tant que les transporteurs fonctionnent, on pourra produire. »

Filière chez vous

Les commerçants des Halles ont décidé de s'associer afin de proposer à leurs clients un service de livraisons à domicile.

Plus d'infos : leshalles-avignon.com



FESTIVAL DES JARDINS URBAINS

T Sarah Mendel P Christophe Aubry

Initialement prévu les 25 et 26 avril, l'événement national des 48 heures de l'Agriculture Urbaine devrait être reporté aux 20 et 21 juin, sous réserve de l'actualité. Portée localement par l'association *Les Jeunes Pousses* avec à sa tête Ines Revuelta et Paul-Arthur Klein, c'est une belle fête du jardinage urbain qui nous attendra pour la deuxième année consécutive à Avignon. Pour patienter, on vous en dit plus...

Des animations éphémères pour une végétalisation urbaine durable, c'est l'objectif de ces 48 heures de l'Agriculture Urbaine. Ainsi, à l'occasion d'un week-end particulièrement festif et placé sous le signe de la convivialité et de la bonne humeur, chaque Avignonnaise et Avignonnais sera invité à participer à ce festival de la végétalisation englobant également les thématiques de l'environnement. Pour cela, il vous sera donné rendez-vous au square Agricole Perdiguier (la date de report sera confirmée dans les semaines à venir) pour un grand pique-nique électronique. DJ et artistes locaux viendront mixer tandis que des Food Trucks et marchés de producteurs et artisans viendront nous régaler.

Des plantes mises à disposition par la Ville

« Ce pique-nique, c'est une porte d'entrée car notre intention c'est de toucher des personnes qui ne sont pas converties aux enjeux de la végétalisation urbaine » confie Paul-Arthur Klein. À l'occasion de cette manifestation, le service des espaces verts de la Ville mettra à disposition des végétaux que chacun pourra planter au sein du square dans les espaces prévus et sous les conseils de professionnels. « Une bonne façon pour les habitants de s'approprier cet espace vert. » La journée se poursuivra avec des ateliers de végétalisation des rues piétonnes du centre-ville. « Au-delà de l'aspect esthétique, nous voulons aussi expliquer le rôle tellement important de la nature en ville ! »

Les animations seront également présentes en dehors des Remparts. Ainsi, la ferme Semailles (en Ceinture Verte) accueillera les visiteurs pour faire découvrir ses activités. À la Souvine, c'est une conférence animée par Enercoop, fournisseur d'électricité 100 % renouvelable, qui sera

proposée sur le lien entre énergies renouvelables et agriculture ; tandis qu'au Parc Colette, les jardins partagés de l'association Yapuca ouvriront également leurs portes. Des visites de plusieurs fermes sont prévues (Ferme aux Gus, Ferme la Reboule) sur la Barthelasse, Ferme de la Durette ainsi que les Jardins de Favet (jardin participatif du centre social l'Espelido) à Montfavet. ●

Suivre sur Facebook : [Les 48 heures de l'Agriculture Urbaine à Avignon](#)

LE TIPI, UNE MICRO FERME URBAINNE À AVIGNON

Rencontrés lors de leurs études, Paul et Inès ont très vite su qu'ils voulaient créer ensemble un projet qui contribuerait à ramener la nature en ville, à créer du lien social, à promouvoir une alimentation saine et de ce fait à améliorer le bien-être des habitants. Et faire germer les envies, tutorer les initiatives, ou cultiver le vivre ensemble, c'est la raison d'être de l'association *Les Jeunes Pousses* qu'ils ont créée et dont la micro-ferme urbaine ouvrira ses portes à Avignon en juin prochain. « Originaire d'Avignon, j'ai très vite senti qu'il existait ici une réelle volonté politique d'accompagner notre projet » confie le jeune homme. Véritable lieu dédié à la transition écologique pour le territoire d'Avignon, Le TIPI, c'est le nom de cette micro-ferme, verra le jour sur une friche jouxtant la FabricA, dans le quartier Ouest, sur un hectare entièrement végétalisé. « Il s'agira d'un lieu unique rassemblant des espaces de cultures, mais également un atelier de céramique, des événements culturels tels que concerts, théâtre, des ateliers participatifs, une cantine, un marché... » Plébiscité par les habitants, ce projet a reçu les votes du public dans le cadre du budget participatif 2019 et sera donc accompagné par la Ville à hauteur de 150 000 €.

CONFINÉS MAIS EN FORME !

En raison de l'épidémie de Covid-19, toutes les manifestations sportives prévues au mois d'avril ont dû être annulées ou reportées à des dates ultérieures.

En ces temps de confinement, salles de sports, piscines, stades sont fermés... Mais ce n'est pas parce qu'on est coincés chez soi qu'on ne peut pas faire d'exercice physique ! C'est au contraire fortement conseillé voire indispensable à notre équilibre... Nous vous proposons quelques initiatives avignonnaises qui nous aident à pratiquer facilement une activité physique.

Prenez soin de vous et surtout #RestezChezVous !



PRATIQUE À LA MAISON YOGA ET RELAXATION

Activité physique complète pour le corps et l'esprit, le Yoga est un art de vivre dont les bénéfices reconnus sont encore plus indispensables durant cette période. Combinant postures, exercices respiratoires, relaxation et méditation, le Yoga ne nécessite pas d'équipement particulier et est relativement simple à pratiquer chez soi, il suffit pour cela d'être bien guidé.



Pour nous accompagner et nous soutenir, plusieurs studios de la Cité des Papes ont mis en ligne vidéos et conseils afin de débiter ou poursuivre la pratique. On se rend par exemple sur les réseaux sociaux de Urb Yoga afin de découvrir en vidéo divers Asanas et postures, tel que Sukhasan « pour mettre du plaisir dans l'espace du corps ». Chez Inspire Yoga, Camille Roux a également concocté vidéos et nombreux conseils. Pour les découvrir, il suffit de s'inscrire gratuitement à la newsletter depuis la page Facebook Inspire Yoga Avignon. Namasté !

+ d'infos : [FB@urbyoga](#) et [FB@inspireyogaavignon](#)

SPORT EN LIVE TOUS CHEZ SOI, TOUS ENSEMBLE, TOUS EN FORME

Chaque matin à 8 h 30, Youri et Albane vous donnent rendez-vous depuis leur salon pour des séances de sport en live depuis leur page Facebook ou leur compte Instagram. Entièrement gratuites, accessibles à tous, elles ne nécessitent aucun matériel spécifique... et sont un concentré de bonne humeur. On les pratique seul, en famille, dans son salon ou sa chambre, en direct avec les autres participants ou en replay, c'est au choix et ça fait un bien fou !

+ d'infos : [FB@Coach Sportif Avignon](#) et [Insta@coachsportifavignon](#)



VIDÉO QUOTIDIENNE YAKHA SPORT

La salle de sport du Stade Nautique d'Avignon est bien entendu fermée jusqu'à nouvel ordre, mais pas question pour Younès Khattabi et ses équipes de mettre la pratique sportive entre parenthèse. Pour garder le lien avec ses abonnés mais aussi avec tous ceux qui le souhaitent, « chaque jour nous proposons une vidéo réalisée par un de nos coachs » explique le directeur de la salle. La vidéo, gratuite, est accessible depuis la page Facebook du club. Pierre, Yazid, Fabien, Louis, Laura ou Kael, tous donnent rendez-vous en direct de chez eux pour des séances d'abdo, de cardio, de circuit training ou circuit boxing. Younès et ses équipes proposent également de nombreuses vidéos accessibles gratuitement (sur inscription) sur [video.masalledesport.com](#).

+ d'infos : [FB@yakhasportavignon](#)



RENCONTRE AVEC...

Jean-Michel Gruget « *On peut pratiquer partout, même dans un petit appartement* »

Directeur technique adjoint au Cercle des Nageurs d'Avignon, Jean-Michel Gruget, a dû lui aussi entièrement revoir sa vie quotidienne en cette période de confinement. Pas question pour autant de laisser tomber ses nageurs qui doivent continuer à s'entraîner malgré la fermeture des piscines...

Pourquoi est-il si important de continuer à pratiquer une activité physique ?

Déjà parce que le sport permet de libérer des endorphines qui améliore le bien-être. Si on est mieux soi-même, ce sera aussi positif pour notre entourage ! Et ça, c'est valable pour tout le monde, quel que soit notre âge ou notre pratique. Et puis il y a aussi une chose très importante, c'est que ça passe le temps !

Quels conseils pouvez-vous donner à ceux qui nous lisent et qui sont confinés chez eux, parfois dans un petit appartement sans extérieur ?

Il est possible de faire du sport partout, sans avoir besoin d'un équipement particulier. On a aussi de nombreux outils numériques à notre disposition. On rentre son âge, son poids, sa pratique et des exercices adaptés nous sont proposés. Moi ce que je conseille c'est de fractionner en faisant des séances d'une vingtaine de minutes. On commence une à deux fois par semaine et on augmente progressivement jusqu'à tous les jours, voire deux fois par jour.

Comment font vos nageurs en ce moment ?

On a créé un groupe WhatsApp avec les nageurs, les kinés, les préparateurs physique et on propose à chacun deux entraînements par jour en fonction de chacun, du lieu où il se trouve et du matériel dont il dispose. Une demie heure de PPG, le tour du pâté de maison en courant, du home traineur... L'objectif c'est les championnats de France mais tous les nageurs sont dans le même cas que les nôtres... Et puis avec le report des JO de Tokyo en 2021, qui sait ? Cela nous donne un peu plus de temps pour s'y préparer... L'important c'est de toujours positiver.

Quelle sera la première chose que vous ferez à la fin du confinement ?

Aller à la piscine et retrouver tous mes nageurs. Je suis sûr que c'est aussi la première chose qu'ils auront envie de faire !

Retrouvez gratuitement des fiches d'exercices proposées par le CNA : [Instagram](#) et [FB@CNAVIGNON](#) et [cnavignon.fr](#)

À noter, le Ministère des Sports a mis en ligne sur son site Internet les initiatives proposées par les différentes Fédérations sportives pour continuer à faire du sport à la maison !

+ d'infos sur [sports.gouv.fr](#)

Une pratique minimale d'activités physiques dynamiques

1 h/jour pour les enfants et les adolescents

30 mn/jour pour les adultes

Réaliser plusieurs fois par semaine des activités variées qui renforcent les muscles et améliorent la souplesse et l'équilibre

Une pratique minimale d'activités physiques dynamiques

Réduire son temps passé en position assise ou allongée et rompre ces périodes prolongées par de la marche ou des étirements idéalement toutes les heures

Pour maintenir une pratique régulière, de nombreux exercices ne nécessitent pas de machine ou autres équipements sportifs

Se lever régulièrement

Marcher ou s'étirer toutes les 2 heures

Lorsque vous téléphonez, marchez !

Utiliser le mobilier pour le renforcement musculaire ou les étirements

Pour maintenir une pratique régulière, de nombreux exercices ne nécessitent pas de machine ou autres équipements sportifs

Les tâches ménagères (nettoyer, balayer...) sont des activités physiques !

Faire des activités que vous avez l'habitude de reporter (bricolage, jardinage...)

Pour maintenir une pratique régulière, de nombreux exercices ne nécessitent pas de machine ou autres équipements sportifs

Faire quelques activités qui favorise l'équilibre dynamique ou bien les exercices de posture (sur une jambe, sur la pointe des pieds...)

Si vous en avez un, profitez de votre jardin en vous activant





ARCHIVES MUNICIPALES À VOS COLLECTES

Les Archives municipales lancent deux collectes auprès des Avignonnais : « Traces de nos vies confinées » pour enrichir les fonds d'archives qui pourront être étudiés par les historiens de demain (journal de bord, œuvres inspirées de cette mise en retrait du monde, photos, sons, récits...). « Photographies d'intérieurs avignonnais » afin d'enrichir l'actuel projet d'exposition des Archives (photos numérisées depuis vos albums de famille ou photos d'aujourd'hui). Contactez les archives. municipales@mairie-avignon.com si vous souhaitez participer. Enfin, n'oubliez pas que la rubrique Photographie du site Internet des Archives vous permet de déambuler par le regard dans les photographies anciennes de vos rues. Rendez-vous sur archives.avignon.fr !

+ d'infos : archives.avignon.fr et archives.municipales@mairie-avignon.com

#CULTURECHEZNOUS... AVEC LES ARTISTES

Si plusieurs lieux de spectacle, dont le théâtre des Halles ou AF&C, invitent les spectateurs à faire preuve de solidarité en ne demandant pas le remboursement de leurs places de spectacles annulés pendant le confinement, les artistes avignonnais rivalisent d'imagination et de générosité pour partager au quotidien avec les internautes leur pratique artistique ! Par exemple et sans exhaustivité, Thomas Bolh a ouvert sur FB un journal photographique de confinement, Emma Daumas offre un mini-concert à la maison, Vincent Fuchs donne rendez-vous tous les soirs à 19 h pour chanter, Manuel Hannoteaux partage les souvenirs de ses soirées goguette karaoké, ou encore Pablito Zago publie un délicieux et délicat carnet de croquis (voir photo) tenu à quatre mains avec sa fille (@pablitozago). À suivre également : les souvenirs d'expos de la collection Lambert, des idées d'activités par les Ateliers Libres de l'École d'Art ou les talents photographiques des abonnés d'Avignon Tourisme...



© Pablito Zago

#CULTURECHEZNOUS

Pour vous accompagner durant le confinement, le ministère de la Culture a lancé l'opération @CultureChezNous pour découvrir à distance l'offre culturelle numérique de nombreux opérateurs. Avignon ne manque pas à l'appel : continuons de profiter de la vie culturelle dans la période difficile que nous traversons et soutenons nos artistes. Vidéos, visites virtuelles, collections numérisées, ateliers ludiques, conseils de lecture... les propositions ne manquent pas !

AVIGNON LA CULTURELLE LE BLOG CULTURE DE LA VILLE

Pendant cette période particulière de confinement, le Département culture de la Ville d'Avignon propose, en partenariat avec la Fondation Calvet, une plateforme numérique ouverte sur les espaces culturels de la Ville, animée par l'équipe scientifique des établissements, conservateurs, chercheurs, documentalistes qui travaillent au partage des connaissances. Parce que la Culture est bien commun à partager, et peut nous aider, chacun, à traverser au mieux ce moment difficile, retrouvez en

diverses rubriques alimentées régulièrement, un blog répertoriant les œuvres d'Avignon la Culturelle. Collections des musées à (re)découvrir, parcours ou thématiques à explorer, propositions pour le jeune public, retours sur les Archives de la ville...

+ d'infos : avignonlaculturelle.hubsid.fr

#CULTURECHEZNOUS... AU QUOTIDIEN

Chaque jour découvrez sur avignon.fr le rendez-vous Culture concocté par la Ville d'Avignon : le son, le poème, l'image, la vidéo, la musique, et la devinette du jour. Retrouvez par exemple les poèmes contemporains partagés par l'association l'Antre lieux (lantreliex.fr), une sélection de films courts réalisés par la compagnie Anamorphose, des extraits de captations de spectacles joués au théâtre Benoît XII, des parcours patrimoniaux extra muros (Saint-Ruf ou Canal Puy), des vidéos sur l'exposition *Ecce Homo* d'Ernest Pignon-Ernest et un teaser de ses *Mystiques* qui devaient initialement être présentées depuis la fin mars... Du côté du réseau Avignon Bibliothèques, suivez les rendez-vous quotidiens sur le portail bibliothèques.avignon.fr : livres numérique, chaînes vidéo, articles et idées lectures pour les enfants... Une mine d'or !

+ d'infos : avignon.fr



FESTIVAL D'AVIGNON UNE ACTIVITÉ PAR JOUR

Depuis 2016, le jeune public s'immerge dans le Festival d'Avignon (le In) grâce à un Guide du jeune spectateur (très bien) fait sur-mesure. Pour rester connectées, les équipes du Festival publient chaque jour depuis le confinement, sur les réseaux sociaux, une activité ludique ou créative

MOTS CROISÉS

- VERTICAL**
- inventé par les Frères Lumière
 - divisé en scènes
 - premier auteur joué dans la Cour d'honneur
 - le souffleur est là pour le rappeler
 - pour les enfants c'est un amusement
 - les comédiens s'y changent
 - célèbre événement d'Avignon au mois de juillet
 - abrégi de Théâtre National Populaire
 - là où jouent les comédiens
 - synonyme de spectateur
- HORIZONTAL**
- les comédiens jouent dessus
 - manifestation créée en 1966
 - petite pause à la moitié du spectacle
 - les comédiens le font à la fin du spectacle
 - artistes de théâtre ou de cinéma
 - habit pour le théâtre
 - il joue la comédie



Ces activités sont issues des guides du jeune spectateur réalisés par le Festival d'Avignon. Retrouvez-les réponses dans les guides téléchargeables sur festival-avignon.com



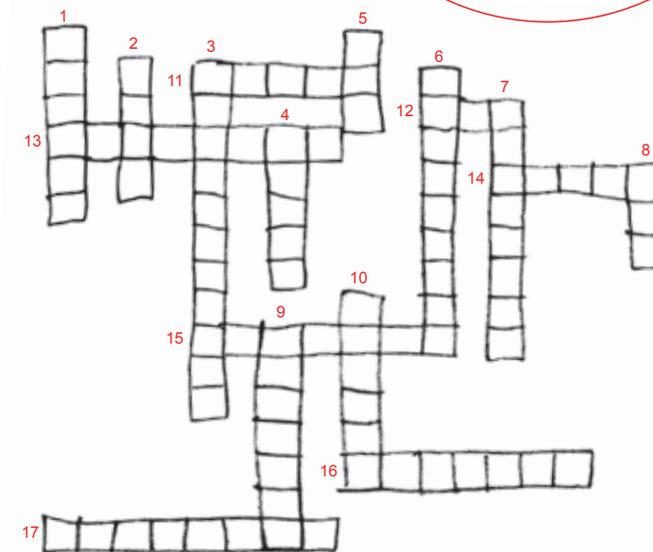
LES SUPERSTITIONS AU THÉÂTRE

Le théâtre est un univers qui regorge d'anecdotes et de légendes !

Les fantômes du théâtre :

Avez-vous remarqué que les théâtres sont fermés une fois par semaine ? Pourquoi ? Pour que les fantômes puissent jouer ! Cela permet aux troupes de prendre un jour de relâche par semaine : un jour réservé aux fantômes.

Peux-tu illustrer cette superstition ?



issue de l'un des précédents guides. Retrouvez par exemple ces mots croisés spécial théâtre, inventés par la classe de CM2 de l'école Frédéric Mistral en 2016... et creusez-vous la tête pour trouver quel a été le premier auteur à avoir été joué dans la Cour d'honneur du Palais des Papes... Les adultes peuvent aussi réviser leurs classiques !

À noter qu'Olivier Py dévoilera le 8 avril en vidéo et en direct sur les réseaux sociaux du Festival, relayée par la Ville d'Avignon, la programmation de la 74^e édition du Festival d'Avignon qui devrait se tenir du 3 au 23 juillet.

+ d'infos : FB @festival.avignon et festival-avignon.com

PROJETS CULTURELS DÉLAI SUPPLÉMENTAIRE

Pour rappel, les appels à projets (spectacle vivant, arts visuels et écriture, culture provençale) destinés aux associations culturelles non conventionnées permettent d'impulser, sélectionner et valoriser chaque année une série de projets et d'initiatives témoignant de la diversité des cultures et des modes d'expression. En raison de la crise sanitaire et de la difficulté de certaines structures à finaliser leur dossier de candidature, la Ville d'Avignon a prolongé de deux semaines le délai de dépôt des candidatures pour la saison 2020/2021 ; les associations peuvent faire parvenir leur dossier jusqu'au 15 avril 2020.

+ d'infos : avignon.fr/fr/ma-ville/culture-et-tourisme/une-ambition-culturelle-pour-avignon/

AU THÉÂTRE CE SOIR LE CHÊNE NOIR EN LIVE

La Putain respectueuse de Jean-Paul Sartre, mise en scène par Gérard Gélas en 2017 sera partagée en vidéo le 3 avril à 20 h sur FB@chenenoir.

ON SE CULTIVE INFO FÉMINISTE

Le Planning Familial Avignon relaye une prescription féministe par jour sur les réseaux sociaux : instructif !

+ d'infos : FB@PlanningFamilial84

FÊTE DE LA MUSIQUE CANDIDATEZ EN LIGNE

Parce que les beaux jours et l'été finiront par arriver, n'oubliez pas que le 21 juin 2020 sera aussi la Fête de la musique. Comme chaque année, un appel à candidature bénévole est lancé auprès des musiciens, seuls ou en groupe, pour se produire sur les espaces mis à disposition dans la ville. Fiche de renseignement à télécharger sur avignon.fr et à renvoyer à culture@mairie-avignon.com. La Ville se réserve le droit d'annuler la manifestation en fonction de l'évolution de la situation sanitaire.

Inscriptions sur avignon.fr jusqu'au 15 mai



PASS CULTURE

Alors que le Pass Culture Avignon fête ses trois ans, sa page Facebook relaye pendant le confinement des spectacles et concerts à (re)découvrir en ligne gratuitement : sur France TV, Ils n'avaient pas prévu qu'on allait gagner (festival Off 2019, théâtre des Halles) ou Phèdre (Festival d'Avignon 2019), sur Arte.tv Lewis versus Alice...

À suivre : @pass.culture.avignon

Mots croisés inventés par la classe de CM2 de l'école Frédéric Mistral, professeure Françoise Buscaïl (2016)

DU CŒUR À L'OUVRAGE

Lire un livre à son bébé prématuré... cela peut sembler intimidant, compliqué, voire inapproprié, physiquement et moralement. Pourtant Estelle Guibert, puéricultrice en néonatalogie à l'Hôpital Henri Duffaut, avec son ouvrage *Cœur à Cœur*, a trouvé l'outil adapté pour que la relation parent/enfant existe malgré les difficultés d'une naissance inattendue. La musique des mots pour se rencontrer et grandir...

T P Delphine Michelangeli

Depuis Dolto, la reconnaissance du bébé en tant que personne et l'importance de la parole dans l'éducation sont légitimes et reconnues. Les mots ont du sens et la verbalisation est essentielle, d'autant plus pour un



bébé en couveuse et ses parents souvent démunis face à sa fragilité. « *Si on veut éveiller l'enfant, il faut absolument lui parler* » : il y a un an, Estelle Guibert lançait un financement participatif pour éditer un ouvrage destiné aux familles confrontées à la prématurité. « *Les parents qui arrivent en néonatalogie* ont souvent du mal à entrer en relation avec leur bébé. Cette naissance dans l'urgence n'est pas ce qu'ils avaient imaginé. Et puis les mamans se retrouvent à la maternité, au 4^e étage, et leur bébé est au 1^{er} (pour des séjours moyens d'un à deux mois) : mes deux filles m'ont fait prendre conscience de la chance d'avoir eu des bébés en bonne santé, dans l'intimité d'une chambre !* » D'où l'idée pour cette soignante altruiste (pléonasme) d'offrir aux parents ce livre tendrement illustré, pour donner un petit coup de pouce au dialogue avec leur bébé : « *Avec l'expérience, on sait que la majorité des bébés rentreront en bonne santé à la maison. Mais les parents ne le savent pas, la perspective d'avenir leur semble compliquée. En arrivant leur bébé fait parfois la taille du doudou et un jour, il le dépasse. Une victoire !* »

Amener de la normalité

« *Un jour j'ai vu une maman lire Le petit chaperon rouge en espagnol à son fils, ça a été le déclic ! Ça amène de la normalité de lire des histoires.* » *Cœur à Cœur* est ainsi né : avec un mot et une émotion autour de la néonatalogie « *et des phrases positives qui riment, calment et apaisent, sans jamais le mot petit* », cet abécédaire poétique aide à construire la relation, le temps de l'hospitalisation. Tiré à 1 000 exemplaires, l'ouvrage a été déjà offert dans une cinquantaine de services de néonatalogie et est en vente sur le site lecturecoeuracoer.fr (une partie des bénéfices est reversée à l'association Le Marathon des prématurés). Il est bien sûr mis à disposition au service de l'Hôpital d'Avignon qui, malgré la baisse de lits récente (18 en néonatalogie dont 6 lits de soins intensifs) dispose d'une équipe de 40 soignants très soudée qui accueille près de 800 prématurés par an. Une fois rentrée dans ses frais, Estelle Guibert couve d'autres idées d'ouvrages... encore en gestation mais assurément bienveillants !

*ndlr : le service de néonatalogie du centre hospitalier d'Avignon est la seule unité du Vaucluse à être habilitée niveau 2B pour recevoir en soins intensifs les bébés de

Dans *La Chanson du Potier*, le musée Lapidaire expose une trentaine d'aquarelles de Marie Corso évoquant la fabrication des vases grecs. Peu considérée à l'Antiquité, la poterie nécessitait différentes étapes dont celle de la cuisson, fondamentale, exigeant une haute technicité. Intégrée à l'exposition, entrez dans la danse d'une exceptionnelle statuette grecque en terre cuite, prêtée par le musée Saint-Raymond de Toulouse qui représente le dieu de l'amour Eros jouant de la cithare...

En résonance, c'est aussi l'occasion de (re)découvrir la collection de vases grecs issus des collections archéologiques du Musée, acquis par la Fondation Calvet et la Ville d'Avignon. Ils utilisent trois techniques : le vernis noir, la figure noire et la figure rouge. Acheté par la Ville en 1998 et dans un état de conservation impeccable, ce vase italote (photo) en terre cuite est un Cratère à volutes à figures rouges, attribué au peintre de Ganymède vers 320 av. J.-C. Il représente un jeune cavalier, mort sans doute au combat, avec ses parents. Sur le col, la déesse Aphrodite, protectrice des morts, est assise sur un cygne, symbole aquatique très présent dans la mythologie.

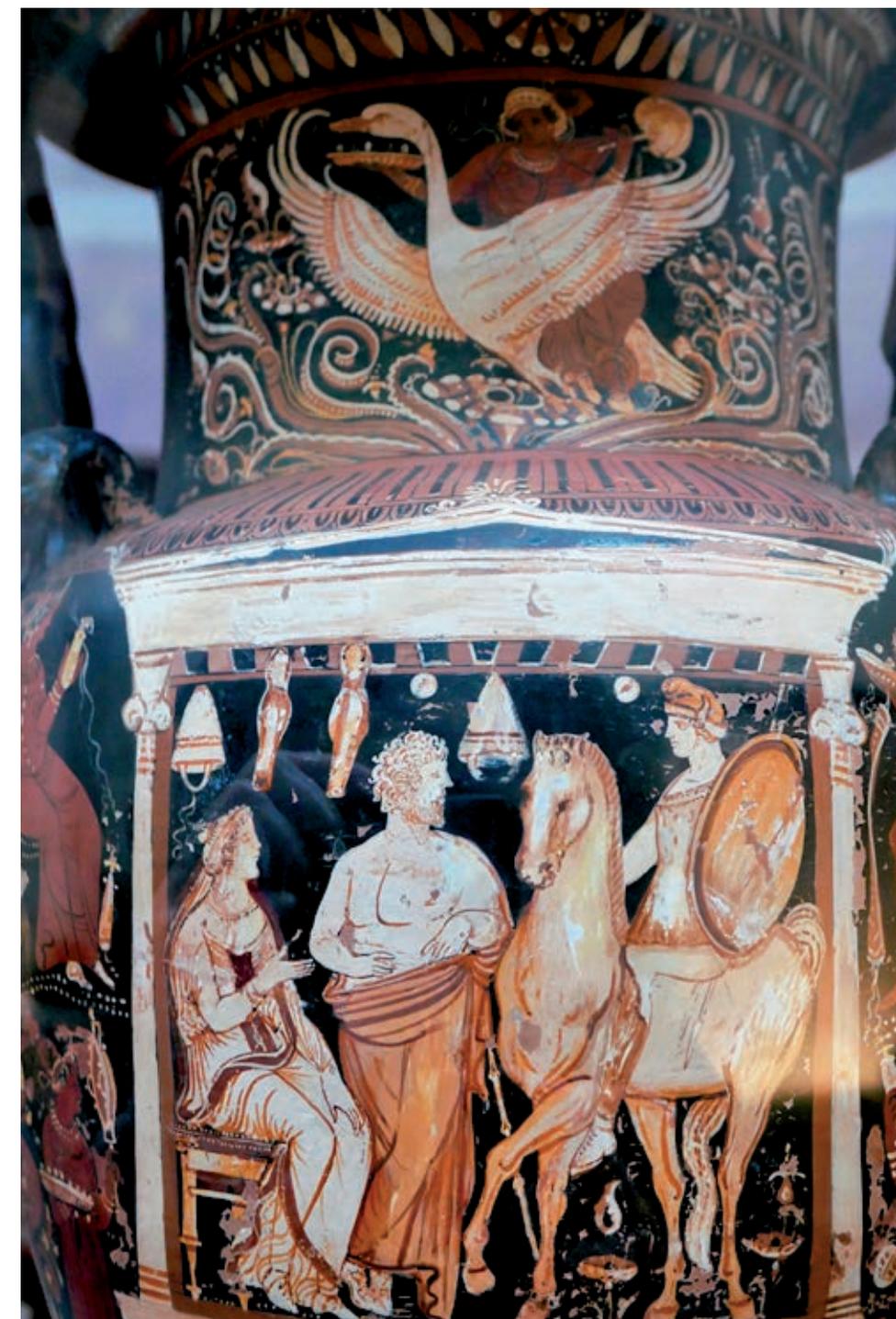
À découvrir au Musée Lapidaire prochainement

entrée libre
27 rue de la République
04 90 85 75 38
Du mardi au dimanche
(10 h/13 h et 14 h/18 h)

Avec la collaboration d'Odile Cavalier, conservatrice du Musée Lapidaire



GRECS ET BIEN CUIITS



LIVRAISONS A DOMICILE

VILLE ET COMMERÇANTS S'ORGANISENT

Faire ses courses, c'est simple... comme un coup de fil !



La livraison à domicile *



LA LIVRAISON À DOMICILE, COMMENT ÇA MARCHE ? Un coup de fil aux commerçants de votre choix (consulter le site les Halles d'Avignon), les différentes commandes auprès de chacun des commerçants sont rassemblées et vous sont livrées dès le lendemain à partir de 9 h du mardi au samedi matin

QUAND PASSER MA COMMANDE ? Tous les jours de la semaine de 9 h à 15 h. Attention ! Toujours la veille pour une livraison le lendemain !

AUPRÈS DE QUI DOIS-JE PASSER COMMANDE ? De chaque commerçant. Bien sûr, vous serez livrés en une seule fois de l'ensemble de vos courses !

COMMENT ? Par téléphone **UNIQUEMENT** (consulter le site les Halles d'Avignon). Bientôt chacun mettra à votre disposition un portable et vous pourrez passer commande par SMS

ET POUR LE RÈGLEMENT ? Chèque ou espèces **UNIQUEMENT**. Attention ! Vous réglez à la livraison et vous devez régler chaque commerçant ! Assurez-vous donc que vous êtes en possession de suffisamment d'argent liquide ou de chèques

QUAND SERAI-JE LIVRÉ ? Le lendemain du jour de la prise de commande, du mardi au samedi matin à partir de 9 h

Soyez rassurés ! Gants, masques... pendant la préparation des commandes et pendant la livraison, toutes les mesures sanitaires sont prises.

Et n'oubliez pas ! Un point presse figure parmi les commerçants des Halles !

*
Pour toute information nous vous invitons à vous rendre sur le site des Halles :

www.avignon-leshalles.com/2020/03/19/les-halles-vous-livrent/

ATTENTION : AUCUNE COMMANDE NE POURRA ETRE PASSÉE SUR PLACE AUX HALLES