Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

Vacances d’hiver : le carnaval mène la danse à Mazan

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026



Animations festives, stages équestres et découverte du monde animal : les vacances de février

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

s’annoncent riches et conviviales à Mazan. Point d’orgue du programme, un grand carnaval gratuit, ouvert à tous, viendra rythmer l’après-midi du samedi 14 février, entre défis ludiques et esprit de fête. Rendez-vous chez Lucky Horse.

Alors que les vacances scolaires offrent une respiration bienvenue, Lucky Horse propose un programme éclectique, pensé pour rassembler petits et grands autour d’activités accessibles, joyeuses et pédagogiques. Le carnaval, temps fort de la quinzaine de ce mois de février, invite le public à se costumer et à participer à un tournoi ludique composé de trois challenges, à relever en binôme, en famille ou entre amis. Rires, esprit d’équipe et bonne humeur sont annoncés, dans une ambiance volontairement légère et festive.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026



Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

Copyright Lucky Horse

Des animations équestres pour tous les âges

Les vacances seront ainsi ponctuées de stages et ateliers autour du cheval et du poney. Les plus jeunes pourront s'initier en douceur avec des séances de baby-poney mêlant jeux, musique et premières sensations à cheval. Pour les enfants et les adolescents, des stages thématiques seront proposés chaque jour : voltige, maniabilité, monte à cru ou à selle, calèche, liberté, décoration de poney ou encore préparation aux galops de pleine nature. Une approche progressive qui combine pratique sportive, découverte du vivant et confiance en soi. Les adultes et les cavaliers les plus aguerris pourront s'adonner à des balades à cheval et des randonnées permettant de profiter du cadre naturel environnant, loin du rythme quotidien.



Copyright Lucky Horse

Le vivant au cœur du projet

Autre volet du programme : la vente d'animaux de ferme à petit prix. Chèvres, moutons, boucs et béliers, de tous âges, sont proposés à des particuliers, fermes familiales, éco-lieux ou projets pédagogiques. Manipulés, sociables et habitués au contact humain, ces animaux sont élevés avec soin et peuvent cohabiter facilement avec d'autres espèces. Une démarche qui s'inscrit dans une logique de transmission,

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

de respect du vivant et de valorisation de pratiques agricoles à taille humaine.



Copyright Lucky Horse

Les infos pratiques
Carnaval chez Isofaculté. Animations des vacances de février. Samedi 14 février**.** De 16h à 18h30. Gratuit avec inscription obligatoire. **Stages et activités :** Baby-poney : à partir de 25€ ; **Stages enfants**

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

& ados : à partir de 35€; **Balade à cheval** : 35€ **; Randonnée** : 70€. Lucky Horse. 1775 Chemin d'Aubignan à Mazan. Réservation auprès du 07 62 59 61 78 et secretariat.info@isologie.com
Mireille Hurlin

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

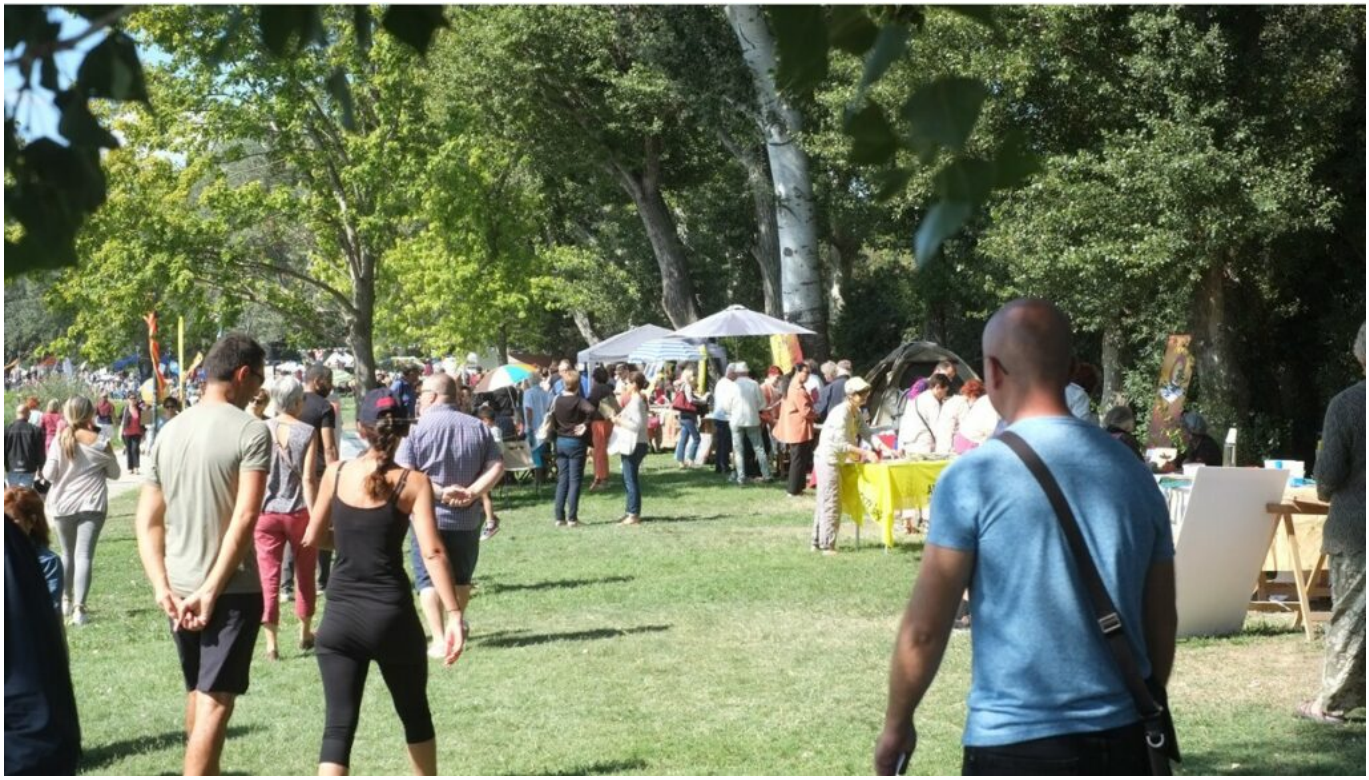
Ecrit par le 21 novembre 2026



Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

Avignon, le Forum des associations aura lieu dimanche 7 septembre



Le Forum des association d'Avignon, aura lieu dimanche 7 septembre, sur l'île de la Barthelasse, allée Antoine Pinay et au Centre de loisirs de la Barthelasse, de 10h30 à 18h.

«Avec la rentrée, sonne l'heure de la reprise des activités avec, parfois, de nouveaux désirs : s'engager pour les autres, pratiquer une activité sportive, découvrir de nouveaux horizons, se confronter à sa créativité… commente Cécile Helle, maire d'Avignon. Pour aller plus loin dans ses envies, le Forum des associations de la Ville d'Avignon rassemble en un seul espace, à l'ombre des platanes quelque 300 associations. Village de la culture et du développement durable, animations sportives, ateliers créatifs et participatifs, démonstrations sportives…une fois rencontré les bénévoles des associations, le Forum vous invite à une journée de détente et de loisirs en famille ou entre amis.

Les infos pratiques

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

Forum des associations d'Avignon. Dimanche 7 septembre. Ile de la Barthelasse, Allée Antoine Pinay et aussi Chemin de Halage. Avignon. Gratuit. De 10h30 à 18h. Le programme de la journée, les animations, les associations inscrites, les infos pratiques, le plan du site et les transports ici.

Forum des associations à Sorgues ce samedi 6 septembre



En septembre, c'est la rentrée et la traditionnelle Journée des associations qui se déroulera

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

samedi 6 septembre de 10h à 17h, au Parc municipal de Sorgues où plus de 70 associations sorguaises sportives, culturelles, patriotiques, scolaires présenteront leurs activités.

Le discours de Thierry Lagneau, Maire de Sorgues, à 11h30, sera suivi de la remise des médailles d'honneur aux bénévoles méritants sorguais, du trophée Paul Pons et du prix des Ambassadeurs du sport sorguais. Trois distinctions qui mettent à l'honneur des personnalités du monde associatif et des projets innovants développés par des associations investies. Puis, Cap Sorgues, association de commerçants remettra les prix de son grand jeu de l'été. La journée sera également rythmée par plusieurs démonstrations d'associations.

Les infos pratiques
Samedi 6 septembre de10h à 17h. Parc municipal. 46, rue Saint-Hubert à Sorgues. Entrée libre. Buvette et petite restauration sur place. Renseignements auprès du 04 90 39 71 00 et www.sorgues.fr

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026



Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

Lire sur la Sorgue, plus de 50 auteurs et artistes pour 3 jours de fête



La 5e édition du Festival littéraire Lire-sur-la-Sorgue aura lieu de mercredi 28 au samedi 31 mai proposant de rencontrer plus de 50 auteurs et artistes. Au programme, des conférences, des rencontres, des films, de multiples animations et des dédicaces. Plus de mille visiteurs sont attendus de 3 à 100 ans et plus, aimant lire ou non. Il y en aura pour tous les goûts.

Dans le cadre de sa programmation en partenariat avec l'association Partage des arts, Lire sur la Sorgue propose de découvrir le livre en trois dimensions artistiques avec les livres Pop-Up de la collection personnelle de Bernard Autin, des livres-objets de l'artiste plasticienne Françoise Ducret et une sélection d'œuvres des élèves de l'école élémentaire Mourna B, réalisée lors d'ateliers encadrés par l'artiste peintre et plasticienne Nanou Autin lors du vernissage ce samedi 24 mai à 18h30, au Grenier public, 2, place de la Liberté à l'Isle sur la Sorgue.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

Pour s’y retrouver
Les rencontres et animations sont si denses et créatives qu’elles sont finement répertoriées dans l’agenda ici.

Grand Avignon, ‘Faites echo’ choie l’environnement les 15, 16 et 17 mai



La 3e édition de la grande fête de l’environnement ‘Faites écho’, initiée par le Grand Avignon,

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

aura lieu les jeudi 15, vendredi 16 et samedi 17 juin, au centre de loisirs de la Barthelasse, allée Antoine Pinay. Une invitation lancée aux habitants pour identifier les enjeux et solutions pratiques en s'exerçant à des activités créatives et ludiques. Plus de 3 500 visiteurs sont attendus.

L'alimentation durable, les ressources du territoire en eau, la biodiversité et les énergies renouvelables seront au cœur de ces trois jours de rencontres en lien avec des associations, entreprises, collectivités et artistes présents sur des stands, lors d'ateliers et de conférences.

Les nouveautés

Les nouveautés de cette 3e édition : Un village textile pour tout savoir sur le ré-emploi, la réparation et le recyclage des textiles ; le Village mobilité : tout savoir sur les déplacements durables dans le Grand Avignon et le Village des risques pour prévenir et échanger sur les risques majeurs du territoire : inondations, risques sismiques, incendies…

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026



Deux pointures-stars

Il sera question de découvertes au gré d'un parcours informatif, récréatif et associatif avec, notamment

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

deux personnalités ultra connues et reconnues comme le youtubeur et désormais expérimentateur d'une forêt comestible qu'il est en train de planter, Nicolas Meyrieux, humoriste, vidéaste et militant et le très sérieux et accessible François Gemenne, co-auteur du 6e rapport du GIEC (Groupement d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat et conférencier.

Quand les rencontrer ?

Nicolas Meyrieux donnera son spectacle : 'On ne sait pas !' **jeudi 15 mai de 17h à 20h.** L'humoriste et vidéaste militant engagé en écologie et agriculture est connu pour son ton décalé, son humour acéré, son talent à aborder des sujets de société complexes restitués avec pédagogie et légèreté, permettant de sensibiliser son public aux enjeux environnementaux. **François Gemènne**, co-auteur du 6e rapport du Giec, spécialiste des questions de migration environnementales et climatiques interviendra en une conférence intelligent et intelligible en partenariat avec le magazine Sans transition ! **Samedi 17 mai à 13h30.** Son intervention sera suivie d'une table ronde sur l'éco-anxiété.

Plus de 50 animations

Plus de 50 animations seront proposées aux petits comme aux grands comme des démonstrations, des balades pédestres, en vélo et même en canoé, des jeux, des contes, des ateliers cuisine, couture, de spectacles, des animations musicales, des courses d'orientation, des expositions... En 2024, 3 500 visiteurs avaient été séduits par ce rendez-vous dont 1 500 scolaires.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026



Copyright Delestrade studio

2 874 élèves attendus

Cette année, près de2 874 élèves –issus de classes primaires du Grand Avignon et des lycées d'Avignon- seront accompagnés de 300 encadrants. Ils se familiariseront à la biodiversité, à l'énergie, à l'eau, au climat, à la mobilité et à l'enjeu de la consommation du textile. Grands et petits élèves découvriront également, via des expositions, le monde de la biodiversité, les fonds marins, les Sorgues et les chauves-souris. Au programme également, des quizz géants et interactifs, l'observation de l'écopâturage avec des chèvres et des brebis, du sport, de la grimpe, des jeux de tri sur les déchets, un escape game sur la thématique des arbres, un spectacle…

Les autres temps forts

La gratiferia

La gratiferia textile -qui veut dire marché gratuit- propose d'apporter -ou non- des vêtements et de repartir avec ce qui nous plaît, sans troc ni monnaie. Pas d'argent en jeu mais un geste écolo et un esprit communautaire retrouvé. Durant toute la durée de Faites écho.

A quoi rêve-t-on ?

A quoi rêve-t-on où comment l'art et la culture nous aident à imaginer de nouveaux récits. Il s'agit là

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

d'imaginer collectivement le futur à travers la culture et l'engagement en tant qu'acteur de ce changement à travers des témoignages d'acteurs locaux, des projections d'interviews d'artistes engagés, de courts métrages et de spectacles vivants mettant en lumière de nouveaux récits et visions de l'avenir. **Vendredi 16 mai à partir de 17h.**



Copyright Delestrade Studio

Samedi 17 mai
A 11h et 14h30 challenges de draisiennes avec l'Espélido –Centre social et culturel de Montfavet-. **De 11h à 12h** Café débat sur 'La biodiversité en ville à vous de jouer' proposé par l'Aurav –Agence d'urbanisme Rhône Avignon Vaucluse- de la mise en œuvre de la sobriété foncière à l'échelle du grand territoire en passant par l'aménagement des espaces publics jusqu'à la conception et l'entretien de son jardin. **De 12h à 13h** Café débat proposé par l'Arbe Région Sud –Agence régionale de la biodiversité et de l'environnement- : Savoir concilier aménagement, biodiversité et urbanisme tout en s'adaptant au changement climatique. **A 12h15 et 15h30**, défilé de mode entre réemploi et recyclage. **16h45** Conférence sur la gestion des cours d'eau et de la vie aquatique avec le dispositif Gemapi et l'Inrae l'Institut national de la recherche pour l'agriculture, l'alimentation et l'environnement. **17h** Spectacle 'Pestos, pirate des campagnes par la Compagnie Pécable. Pestos le pirate des campagnes dépouille, arnaque, et vole sans scrupules toutes les personnes qu'il rencontre. Une seule d'entre-elle ose l'affronter : Miss Ecolo aidée de son acolyte Coxinette. Ensemble elles veulent lui faire cesser ses

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

arnaques et récupérer le parchemin qu'il leur a dérobé. Elles croiseront Marga l'abeille, Camille la chenille et demanderont même de l'aide à l'esprit des insectes.' **De 19h à 22h30,** ambiance musicale pour clôturer la fête avec les élèves musiciens du Conservatoire à rayonnement régional du Grand Avignon et le concert du groupe Ninetiz.

Avignon Agroparc, Hypnos, le masque et l'appli intelligents qui viennent en aide à déjà plus de 150 000 utilisateurs



Saviez-vous qu'à Avignon, Kévin Kastenik et Guillaume Gautier ont mis au point des masques et des applis intelligentes d'un autre monde… Du monde de l'état de conscience modifié. Objectif ? Se comprendre soi-même, pacifier ses émotions et mieux appréhender le monde. La promesse ? Vaincre le stress et l'anxiété pour renouer avec le sommeil, l'épanouissement et,

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

même, la performance. Bienvenue chez Dreaminzzz.

L'histoire débute en 2015, lorsqu'à Montfavet, deux voisins de palier : Kévin Kastenik et Guillaume Gautier se font cambrioler. Et comme Kévin Kastenik ne peut plus entrer dans son propre appartement parce que la porte ne s'ouvre plus, Guillaume Gautier l'invite à entrer dans le sien pour y déjeuner ensemble.

Lors du repas, tous deux évoquent le stress du cambriolage
pour l'un, l'immense potentiel du cerveau et pour l'autre les nouvelles technologies. Et cela tombe bien puisque Guillaume Gautier est praticien en hypnose ericksonnienne et formateur de thérapeutes dans cette discipline, tandis que Kévin Kastenik est un ingénieur en génie industriel et parrain de l'école Nextech. L'idée ? Allier cerveau et nouvelles technologies pour le bien-être des petits et des grands. C'est ainsi qu'ensemble, ils vont créer Hypnos by Dreaminzzz (dormir et rêver en même temps).



Masque et appli Hypnos Copyright Dreaminzzz

Aujourd'hui
Masques et applis sur smart phone pour les grands et masques et éventuellement tablettes pour les petits –de 3 à 12 ans- ont été pensés en 2015, finalisés puis commercialisés en 2018. Aujourd'hui ? Dreaminzzz

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

emploie 8 salariés –qui travaillent principalement en télétravail- en plus des deux fondateurs pour un chiffre d'affaires de moins de 5M€. Le dispositif est en train d'être traduit en anglais, le sera bientôt en espagnol et les produits sont actuellement commercialisés dans les pays francophones. La production se fait au siège de leur entreprise, 60, allée de Fontanille à Agroparc, à Avignon à partir d'éléments, tous Made in France.

Le dispositif

Il s'agit de masques souples, en tissu, agrémentés de leds de couleurs et d'éléments permettant de légères vibrations synchronisées à un récit audio qui plonge l'utilisateur dans un univers immersif connecté ou non –le masque est lui-même intelligent- à un smartphone, ou à une tablette spécifiquement créée pour des enfants, afin qu'ils n'utilisent pas le smartphone de leurs parents.

Ça sert à quoi ?

Les sessions ou fonctions –il y en a plus de 300, dont certaines peuvent être programmées depuis le masque-, sont choisies en fonction des objectifs de l'utilisateur pour, par exemple, Améliorer son sommeil ; Apaiser les douleurs ; Bien vivre la naissance ; Contes pour enfants, Gérer mes addictions ; Gérer mes émotions ; Me connaître ; Me relaxer ; Perdre du poids ; Potentiel. Par ses sessions l'on apprend aussi à faire une sieste de qualité pour récupérer ; On y apprend à respirer ; On y expérimente la cohérence cardiaque avec une respiration guidée… «L'idée ? Elle est de sublimer le récit, revendique Guillaume Gautier, ouvrir une porte sur une sensation, aider l'imaginaire à être de plus en plus fertile.»



Guillaume Gautier, hypnothérapeute Copyright Dreaminzzz

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

Guillaume Gautier, l'interview
«Au cours de ce repas, Kévin Kastenic évoquait les nouvelles technologies tandis que je démystifiais l'hypnose pour dire à quel point elle est plus accessible qu'on ne le pense. Très rapidement nous avons imaginé à un objet qui pourrait profiter au plus grand nombre, donc en auto-hypnose.»

En cas de décompensation ?
«C'était d'ailleurs la question principale au départ du projet. Comment se prémunir d'un traumatisme qui pourrait resurgir à la faveur de l'auto-hypnose ? En fait des ouvrages et des CD étaient déjà, depuis longtemps, en vente sur le marché. Alors nous avons convenu de ne pas employer d'hypnose trop profonde. Pour cela nous mettons en place des fusibles sous forme de phrases : 'A tout moment vous entendez ma voix' ; 'A tout moment, en cas de situation désagréable ou d'émotion négative, vous pouvez tout stopper'. Ces petites phrases permettent de garder le contrôle, de conserver toute la sécurité lors d'une séance.»

«Une séance, d'ailleurs que l'on programme dès le départ
en signifiant que l'on ne veux pas dépasser 20 minutes, une demi-heure à l'agent conversationnel (Intelligence artificielle), parce que, très vite, une séance peut s'étendre sans que l'on ne s'en rende compte. De fait, nous n'avons eu aucun cas de décompensation.»

«Un accès aussi à l'EMDR
L'utilisateur peut accéder à ce dialogue IA (Intelligence artificielle), comme, par exemple, lors d'une séance d'EMDR (Eye movement desensitization and reprocessing : Désensibilisation et retraitement par les mouvements oculaires). Nous retraitons l'information traumatique par les mouvements oculaires. En fait, dans tous les protocoles que l'on peut retrouver sur l'EMDR, l'on demande à la personne d'indiquer son niveau de sensation négative, son stress ou mal-être sur une échelle de10. A partir de 7 sur 10, la réponse sera d'arrêter la séance et de conseiller de rencontrer un professionnel en cabinet.»

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026



Copyright Dreaminzzz

Une question de feed back

«A partir du moment où l'on a pu récupérer le feedback permanent dans la séance, 'Ma séance d'EMDR', de façon totalement anonyme, celles-ci pouvaient être proposées et prendre tout leur sens. Les résultats ont été au rendez-vous et mesurables dans le sens où les personnes commençaient leur séance à un indice de mal-être de 6 ou 7/10 pour finir à 2/10 ce qui évoquait une baisse sensible du niveau d'émotion. J'étais rassuré parce que je pouvais obtenir ces mêmes résultats en cabinet. Mais je préviens toujours : si vous devez travailler un traumatisme cela ne peut se faire qu'auprès d'un professionnel en présentiel. En auto-hypnose, j'aimerais dire en auto-suffisance, nous pouvons travailler les peurs et les phobies.»

N'entrez-vous pas en concurrence avec vos collègues thérapeutes ?

«C'est même plutôt le contraire car nous comptons parmi nos utilisateurs des personnes qui se sont autorisées à aller consulter un thérapeute après justement avoir intégré le masque Dreaminzzz dans leur vie. Ce sont la plupart du temps les femmes qui viennent consulter les thérapeutes. Or, ce dispositif d'auto-hypnose ouvre plus largement le champ de la réflexion à une clientèle plus variée, permettant aux personnes de franchir plus largement le pas à une consultation en cabinet.»

Comment l'on travaille

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

«L'intelligence conversationnelle existe dans toutes les applis et permet, notamment, en fonction de l'utilisateur, de le guider vers telle ou telle technique. Je pratiquais ces mêmes protocoles en cabinet. Là encore, nous sommes en capacité de mesurer les résultats. Ce sont les mêmes protocoles que je pratique en cabinet.»

La saisonnalité des mal être

«Oui, il y a une saisonnalité du mal-être : Comme la perte de poids en fin d'année corrélée aux bonnes résolutions de janvier, les addictions… Mais de manière globale on retrouve, toute l'année, la problématique du sommeil. Lorsque quelqu'un vient pour une dépression, on évite d'agir tout de suite dessus pour travailler, en premier, sur le sommeil. Une personne qui dort mieux a plus d'énergie, alors on peut revenir sur la problématique de la dépression. Cela marche puisque nous comptons 150 000 utilisateurs en France et à l'international.»

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026



Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

Le masque et l'appli Copyright Dreaminzzz

Objectifs atteints ?
«Nous obtenons de très bons résultats. Notre graal ? Ce sont les messages positifs de personnes qui, par exemple, nous disent avoir cessé de prendre des antidépresseurs ou des somnifères, une autre personne nous disant que nous l'avions beaucoup aidée en plein confinement alors qu'elle habitait un 17m2 dans Paris, d'autres encore, pour avoir perdu 15 kilos. Les problèmes que l'on ressent sont multifactoriels, alors nous rappelons les éléments fondamentaux, évoquons la théorie et invitons les personnes à se prêter aux exercices proposés pour, effectivement, compléter les séances d'autohypnose pure où l'on se dédie, enfin, du temps pour soi.»

Ce que je trouve intéressant ?
«Le profiling intelligent. L'objectif ? Recréer dans l'application ce que l'on est capable de faire au cabinet. C'est répondre, en tout, à 100 questions pour établir son profil. Ces questions sont posées 5 par 5 par-ci et par-là. Puis l'on dit à la personne : 'j'ai l'impression que vous fonctionnez comme-çi, comme çà'. 'Que vous pouvez rencontrer telle ou telle situation ?' 'Avez-vous telle qualité, tel défaut ?' 'Etes-vous d'accord avec cela ?' Et là, la personne note cette possibilité en notant sur 5 ou 10 le degré de pertinence ou 'pas du tout d'accord', en répondant à l'intelligence conversationnelle. Puis, là, nous lui proposons des réponses. Les contenus sont associés à ce profilage qui permettent à la personne de mieux se connaître, et lui indique comment ses problèmes se sont créés. On dit souvent : 'Les clés sont à l'intérieur de soi'. Ça veut tout et ne rien dire mais cela interroge sur la mécanique de soi et pourquoi ses problèmes sont récurrents. Cette mécanique va aussi servir la solution. Donc, l'on transpose la problématique dans la solution, ce qui change notre façon d'être et nous permet de vivre de façon plus agréable.»

Des tests réalisés en clinique sur des patients
«Nous avons commencé à tester notre dispositif dans une clinique d'urologie à Nantes où lors des fibroscopies intra-urinaires, les patients ne pouvaient pas bénéficier d'une anesthésie à l'exception d'un gel légèrement anesthésiant. L'équipe soignante a proposé aux patients d'utiliser les masques, ce qui nous a permis d'en connaître les fragilités et d'en améliorer les contenus. Puis, un jour 'Nature et Découverte' a frappé à notre porte et a fait une importante commande, nous permettant de bénéficier de plus de trésorerie pour fabriquer plus massivement.»

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026



Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

Masque Hypnos bleu copyright Dreaminzzz

Les plus grand défis de Dreaminzzz ?
«Notre plus grande réussite ? C'est d'être arrivé là où nous en sommes aujourd'hui, au bout de presque 9 ans d'existence –l'idée a germé en 2015-, de toujours exister, en ayant traversé le Covid et de continuer à fabriquer, en France, parce que c'était important pour nous.»

La plus importante bataille ?
«Notre plus grande bataille ? C'est d'y rester, parce que ça nous tient à cœur depuis le début, même si l'on voit des concurrents français fabriquer en Chine, en Malaisie, bref en Asie. Pourtant nous avons les mêmes impositions qu'eux, les mêmes aides, c'est-à-dire très peu. Et en fait, nous sommes logés à la même enseigne, que l'on fabrique du 'Made in France' ou pas. Donc, nous sommes perdants, quoi qu'il en soit, à part que nous sommes en accord avec nos valeurs. Le public, lui, est content s'il a du 'Made in France' dans les mains, mais cela n'est pas ce qui va déclencher l'achat, car entre deux produits, le consommateur prendra le moins cher. Très peu de personnes se fondent sur cette démarche ou sont éveillées à cela. Voici notre bataille quotidienne.»

Combien ça coûte ?
Pour les adultes : Le masque Hypnos avec ses leds et vibration est de 129€. Le pass Hypnos relaxation est gratuit et donne accès uniquement aux séances liées à cet objectif. Le pass Hypnos max est de 40€ et donne accès à tous les objectifs, toues les séances et nouveautés à vie. Plus de 300 séances y sont accessibles. Tous les prix ici.
Bon à savoir
Le masque s'utilise avec l'application Hypnos pour l'accès à ses séances. L'achat du masque inclut les séances pour un objectif donné ou le pass max pour l'accès à toutes les séances à vie, et cela à vie. Dreaminzzz propose une bibliothèque de séances audio connectées au masque pour des séances audio immersives régulièrement mises à jour à télécharger sur Google play ou l'app Store. Le masque connecté à l'appli mobile propose de plonger dans un imaginaire et plusieurs univers. Les lumières et vibrations se synchronisent sur chaque récit.
Pour les enfants : Le masque Hypnos kids et Hypnos Rise est de 120€ avec 3 applications et tous leurs contenus et nouveauté à vie. Tous les prix ici.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026



Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

Le masque et la tablette spécialement étudiés pour les enfants Copyright Dreaminzzz

En savoir plus sur l'hypnose

«L'hypnose s'apparente plutôt à une modification de l'état de conscience permettant de se connecter à son inconscient et à se détacher de l'environnement dans lequel nous nous trouvons. Chez les dentistes, l'hypnose est de plus en plus utilisée pour soulager ou encore détourner l'attention de la douleur ; renforcer une anesthésie locale, ou la remplacer pour les personnes sujettes à des allergies aux anesthésiants… »

Les infos pratiques

Dreaminzzz. 1589, avenue des Vertes rives à Montfavet. www.dreaminzzz.com

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

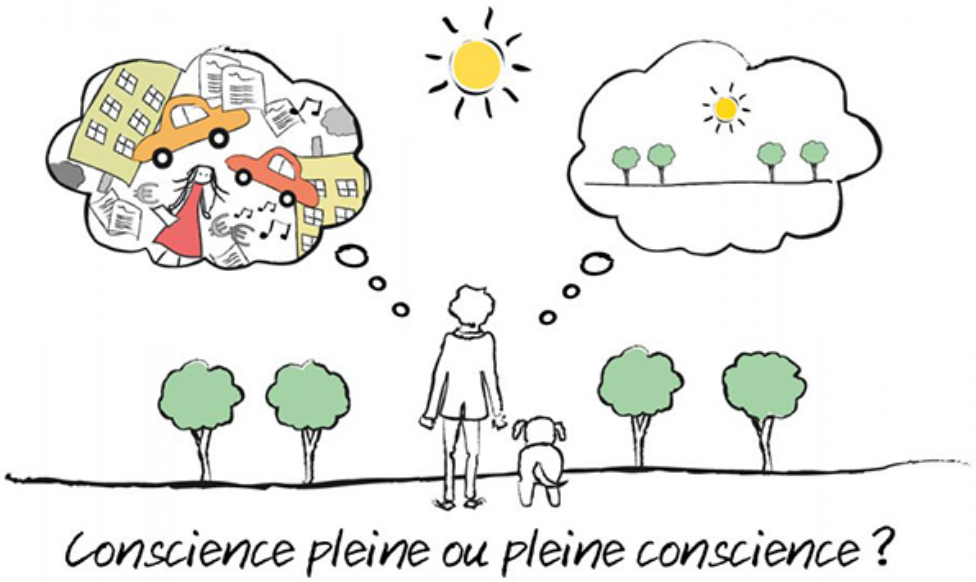


Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

Copyright Dreaminzzz

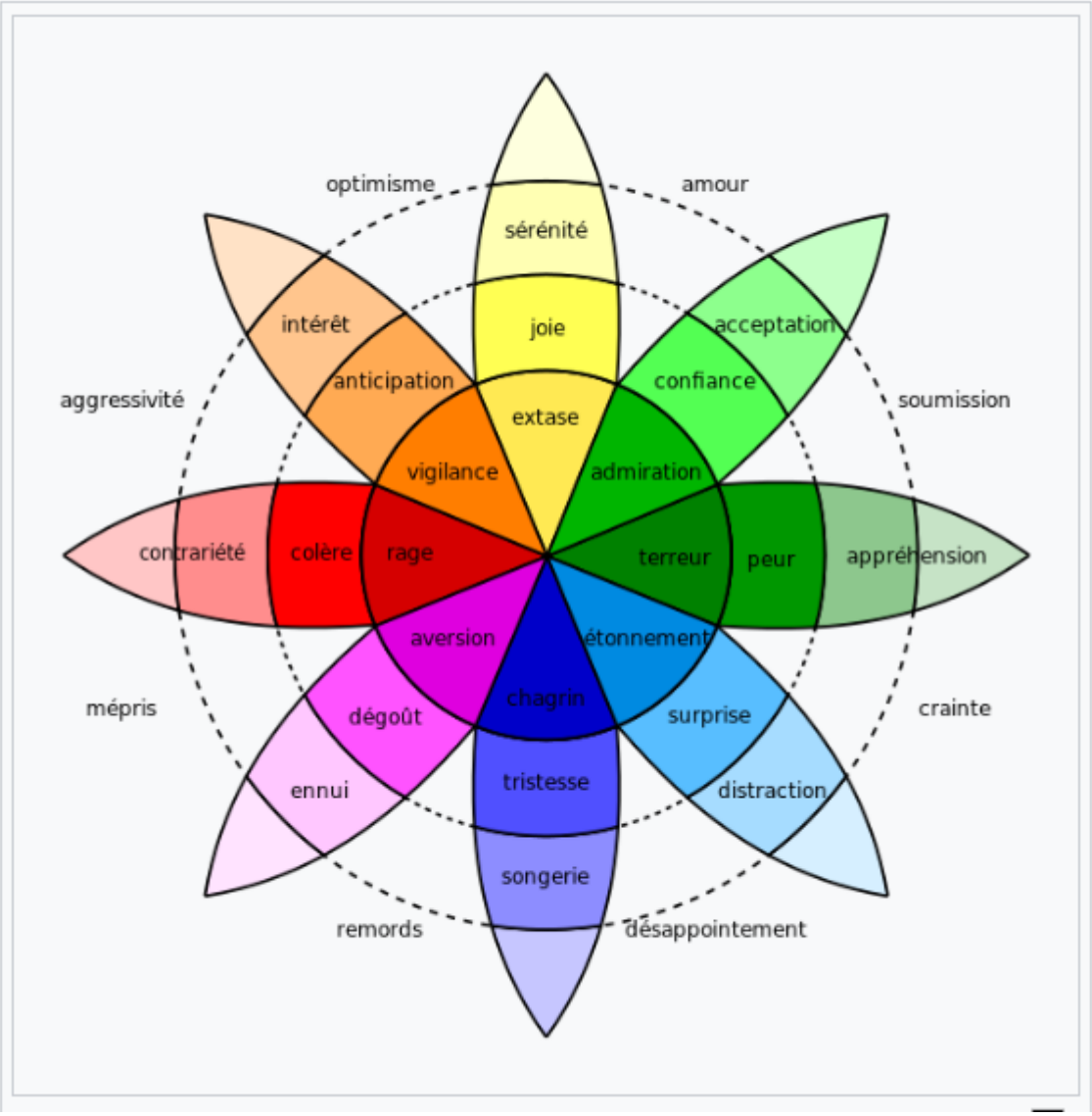
Rapport à l’émotion, et si on s’occupait de soi ?



Savez-vous qu’une émotion est un message important que notre corps nous envoie ? Interroge Marion Nussbaumer, consultante en relation d’aide et de management. Certaines personnes essaient de les repousser, d’autres essaient de les transformer grâce à la « pensée positive », d’autres encore cherchent à rester « zen »… Toutes ces stratégies les mettent en échec, et le constat est toujours le même : l’émotion finit par revenir, souvent avec plus d’intensité. Pourquoi ? Parce ces stratégies coupent la personne de l’information que l’émotion essaie de lui transmettre.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026



Et vous : quel est votre rapport avec vos émotions ?
Derrière chaque émotion se trouve un besoin auquel nous devons répondre. Si nous ne prenons pas le temps d'écouter l'émotion, de comprendre le besoin qu'elle traduit, nous allons adopter des comportements mal adaptés (agressivité, repli sur soi, addiction, « crise » de colère…).

Le prisme de lecture ?
«Qu'est-ce que je ressens, et qu'est-ce que cela dit de moi ? Pour développer une autre forme d'intelligence : émotionnelle. On part faire connaissance avec ses émotions, comme l'on ferait connaissance avec quelqu'un que l'on rencontre : on se met à l'écoute, on observe, on pose des questions. En pleine conscience.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

Si ce sujet vous intéresse,
Marion Nussbaumer vous invite à découvrir la 2e édition de l'atelier Feel good du mois de mai, qui sera dédiée à la JOIE, l'émotion qui nous guide vers le partage et apporte détente et bonheur.



Tapas y plumas – Ecriture & Détente
Le 7 mai 2024 à la Maison Bronzini, à Villeneuve-lès-Avignon. Faites une pause en vous amusant au travers de jeux d'écriture. Quels que soient vos talents d'écrivain avérés ou cachés, rejoignez notre petite communauté de joyeux scribes pour des moments créatifs et de partage, toujours plus surprenants à chaque date ! Toutes les informations ici.

Feel good, Cultivons la joie
Le 9 mai 2024 à la péniche Althéa. Pour cette 2e édition, Marion Nussbaumer propose d'explorer l'émotion de la joie ! Saviez-vous que nous avons la capacité de générer plus de joie dans notre quotidien, pour notre plus grand bien-être ? Apprenez à le faire en participant à cet atelier. Toutes les informations ici.

Plus d'information sur Gérer sa sensibilité ici. Et celles de nos enfants ici. Ou encore la pratique de la pleine conscience ici.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026



Cyber Harcèlement, Comment couper court à cette délictueuse pratique

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026



Le harcèlement via internet (mails, réseaux sociaux…) est appelé cyberharcèlement. Il s'agit d' un délit: Acte interdit par la loi et puni d'une amende et/ou d'une peine d'emprisonnement inférieure à 10 ans. Si vous êtes victime de ce type de harcèlement, vous pouvez demander le retrait des publications à leur auteur ou au responsable du support électronique. Vous pouvez aussi faire un signalement en ligne à la police ou à la gendarmerie ou porter plainte. Ce délit est sanctionné par des peines d'amendes et/ou de prison. Les sanctions sont plus graves si la victime a moins de 15 ans.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026



De quoi s'agit-il ?

Le harcèlement est le fait de tenir des propos ou d'avoir des comportements répétés ayant pour but ou effet une dégradation des conditions de vie de la victime. Cela se traduit par une dégradation de la santé physique ou mentale de la personne harcelée (anxiété, maux de ventre….) C'est la fréquence des propos et leur teneur insultante, obscène ou menaçante qui constitue le harcèlement. Les propos en cause

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

peuvent être des commentaires d'internautes, des vidéos, des montages d'images, des messages sur des forums… Le harcèlement en ligne est puni que les échanges soient publics (sur un forum par exemple) ou privés (entre amis sur un réseau social). À savoir, le harcèlement scolaire fait l'objet d'une répression spécifique.

Qui est responsable ?

Les premiers responsables en cas de harcèlement en ligne sont les auteurs des propos en cause. La responsabilité des intermédiaires relèvent de règles spécifiques. Ces intermédiaires techniques peuvent être les hébergeurs qui stockent des contenus rédigés et réalisés par des tiers (hébergeurs d'un réseau social, d'un forum, d'un jeu en ligne, d'un blog) ou les fournisseurs d'accès offrant une simple connexion au réseau internet.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026



Un intermédiaire ne sera responsable que :
s'il a eu connaissance des messages publiés, et s'il n'a pas agi rapidement pour faire retirer ces messages dès qu'il en a eu connaissance.

Demander le retrait des contenus

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

La victime peut agir directement auprès des intermédiaires en cas de cyberharcèlement. Cette démarche n'est pas une plainte officielle. Par exemple, auprès des responsables d'un forum ou d'un réseau social.



Les réseaux sociaux ou les hébergeurs de vidéos
permettent également de demander le retrait de tel ou tel contenu au nom du respect des personnes.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

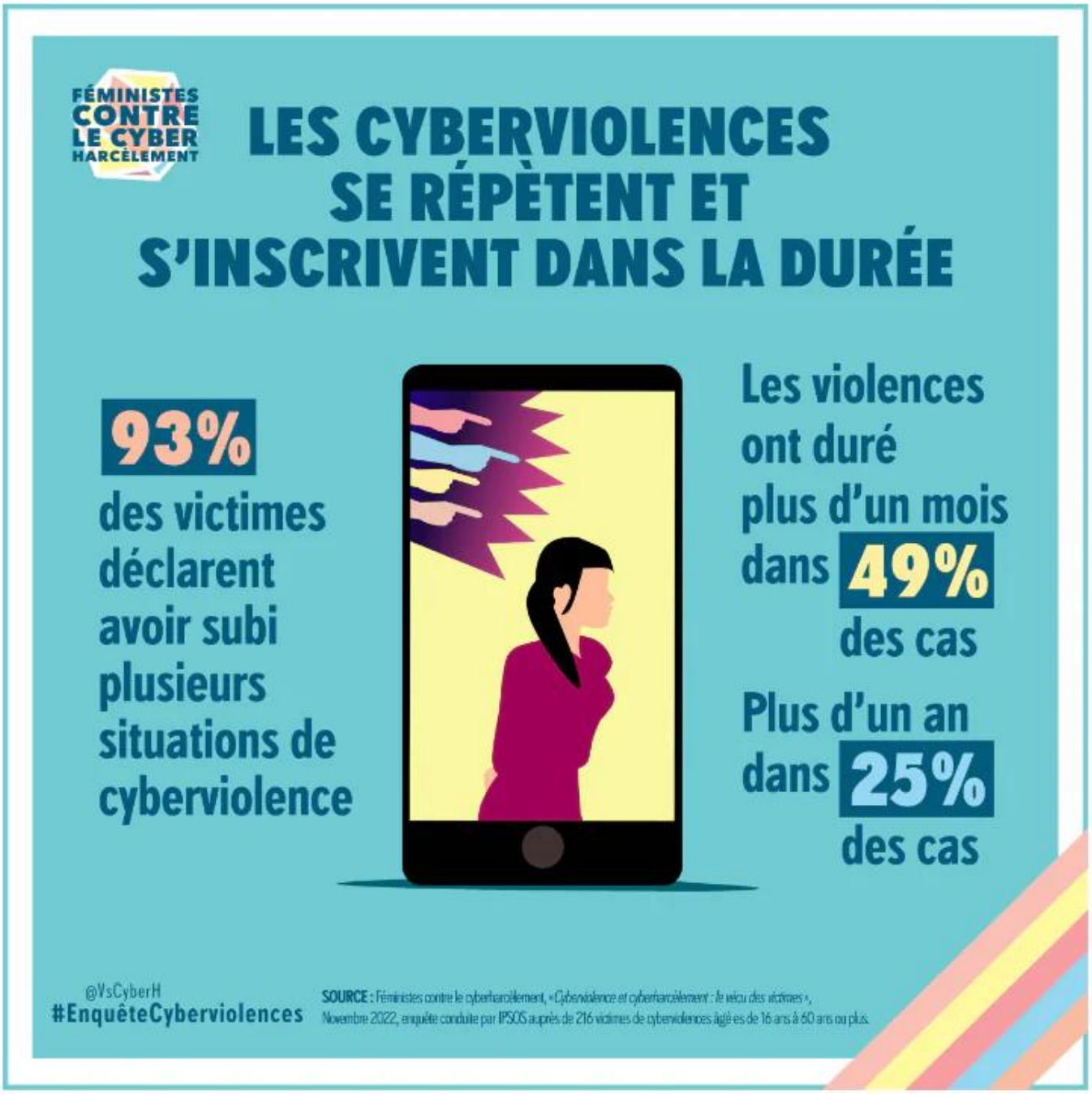
Ecrit par le 21 novembre 2026

Cependant, leurs conditions de retrait dépendent de leurs propres critères et non des lois françaises. Sur les forums, les messages jugés obscènes ou menaçants peuvent être signalés aux responsables. Les réseaux sociaux permettent également de bloquer une personne, c'est-à-dire d'empêcher toute mise en contact.

Vous pouvez alerter les directement les responsables des réseaux sociaux :
Signaler un comportement inapproprié sur Twitter**,** un comportement abusif sur Facebook,également sur Instagram**,** un abus ou un problème de sécurité sur Snapchat**,** un comportement abusif sur TikTok.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026



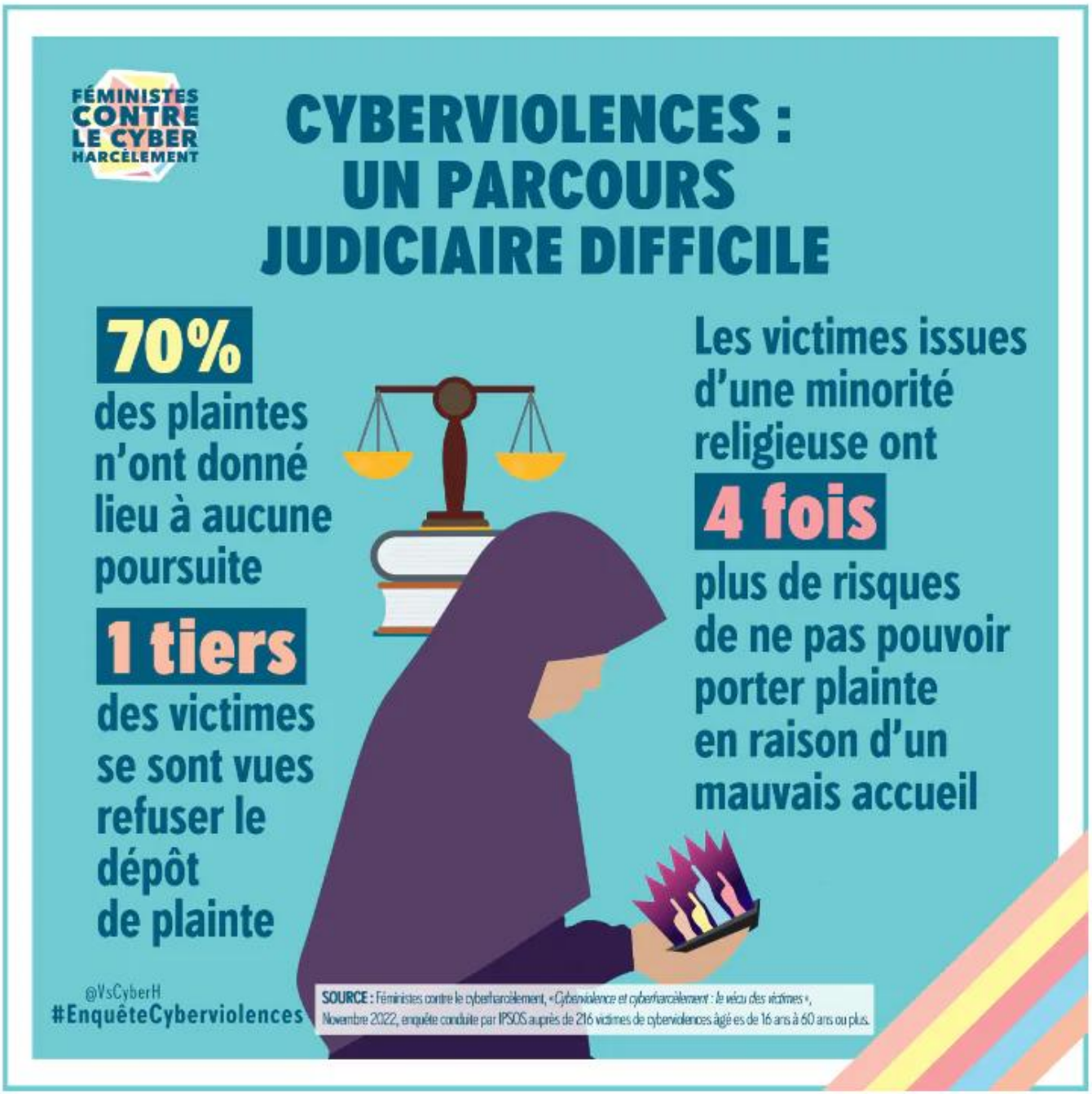
Que faire en cas d'urgence ?
Si vous êtes victime de cyberharcèlement et que votre situation nécessite une intervention urgente des forces de l'ordre, vous pouvez alerter la police ou la gendarmerie.

Signaler les contenus à la police ou à la gendarmerie

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

Le site PHAROS: PHAROS : Plateforme d'Harmonisation, d'Analyse, de Recoupement et d'Orientation des Signalements, géré par des policiers et gendarmes spécialisés, permet de signaler les contenus illicites se trouvant sur internet. Vous pouvez faire un signalement même si vous êtes mineur.



Les réseaux sociaux ont souvent leurs propres dispositifs de signalement.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

Ils évoluent en fonction des conditions générales de vente de la société-mère et non en fonction des lois françaises. Vous pouvez néanmoins demander le retrait des contenus illégaux à leur auteur ou à l'hébergeur du site. Contacter la police ou gendarmerie par messagerie instantanée

Si vous êtes victime ou témoin d'une situation de cyber harcèlement,
vous pouvez contacter la police ou gendarmerie par messagerie instantanée. Une messagerie instantanée (chat) vous permet de dialoguer avec un fonctionnaire de police ou un militaire de la gendarmerie. À tout moment, l'historique de discussion pourra être effacé de votre ordinateur, téléphone portable ou tablette.
Signaler un cyber harcèlement (harcèlement sur internet)

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026



Sans attendre l'enquête de police ou de gendarmerie,
la victime peut collecter elle-même les preuves de son harcèlement notamment par le biais de captures d'écran. Il est possible de faire appel à un commissaire de justice (anciennement huissier de justice et commissaire-priseur judiciaire) pour réaliser ces captures. Ces pièces pourront être utilisées lors du procès.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

Où s'adresser ?

Commissaire de justice (anciennement huissier de justice et commissaire-priseur judiciaire). La victime peut porter plainte contre le ou les auteurs du harcèlement. Un mineur peut se rendre seul au commissariat ou à la gendarmerie et signaler les faits. Mais il ne peut pas se constituer partie civile lui-même en vue de demander des dommages et intérêts, ses parents doivent le faire en son nom. Si la victime ne connaît pas les véritables identités du ou des auteurs, elle peut porter plainte contre X. Les intermédiaires techniques doivent permettre à la justice d'identifier le ou les auteurs des contenus en cause.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026



À savoir

La plainte électronique pour harcèlement moral et sexuel à caractère discriminatoire sur internet doit être déposée devant le tribunal judiciaire de Paris, lorsque les faits ont été commis sur l'ensemble du territoire.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

Les peines encourues

Si la victime a plus de 15 ans, 2 ans de prison et 30 000€ d'amende. Si la victime a moins de 15 ans, la peine maximale est porté à 3 ans de prison et 45 000€ d'amende. Textes de loi et références ici. Sources InfoDroits.



Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

(Vidéo) Portes ouvertes, l'Afpa propose de réfléchir à son avenir professionnel ce jeudi 16 septembre



L'Afpa (Agence nationale pour la formation professionnelle des adultes) propose des portes ouvertes jeudi 16 septembre sur le thème : 'Réfléchir à votre projet professionnel'

Quels sont les secteurs qui recrutent ? Quels sont les métiers de demain ? Peut-on réussir sans diplôme ? Comment rebondir après un échec scolaire ? Comment suivre une formation ? Quels sont les financements possibles ? Comment utiliser son CPF (Compte Personnel de Formation) ? Vous vous interrogez sur votre avenir professionnel ? Vous avez besoin de conseils ? Vous voudriez échanger sur vos

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 21 novembre 2026

envies et aspirations ? Vous venez d'obtenir votre premier diplôme, de suivre une formation en alternance ; vous voulez entrer rapidement dans la vie active, (re)trouver un emploi, Changer de métier, Gagner en compétences, Evoluer professionnellement, ou faire valider votre expérience ?

Ce qui se passera

Ce sera l'occasion de trouver en un même lieu des informations fiables sur la formation professionnelle ; de bénéficier d'un accompagnement personnalisé ; de découvrir nos plateaux de formation ; d'échanger avec nos formateurs et stagiaires et d'assister à des ateliers ou des conférences.

Et aussi

Formation qualifiante, professionnalisante, en alternance, certificat de qualification professionnelle … avec les parcours diplômants ce sont plus de 400 formations proposées du niveau 3 (CAP/BEP) au niveau 6 (bac + 3 / +4) dans les secteurs du bâtiment, de l'hôtellerie-restauration, du commerce, des services à la personne. Et aussi dans les nouveaux métiers du numérique, de l'industrie du futur, de l'intelligence artificielle, de la transition énergétique et écologique, du tourisme et du territoire…

Journée Portes ouvertes. Centre Afpa d'Avignon. Inscription ici. Réception de 9h à 12h. 56, avenue Emile Zola, 84 130 Le Pontet 09 72 72 39 36

MH