Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026

La Maison de Fogasses propose le Noël de Baba Gaya du 21 au 24 décembre et sa réouverture permanente dès 2025



Le très bel hôtel particulier de la Maison de Fogasses, du 16e siècle, situé 37 rue des Fourbisseurs en intramuros d'Avignon rouvre ses portes pour Noël et l'année 2025. Outre sa proposition de restauration et de salon de thé gourmand, parents, enfants, et amis s'y retrouveront pour papoter et même participer à des ateliers, très sérieusement accompagnés par un artiste ou un artisan renommé. Quant à la boutique ? On y trouvera des idées cadeaux du meilleur goût.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026



Ecrit par le 18 novembre 2026

Corinne Guyon Copyright Morgan Palun Photographe

Fabriquer sa couronne de Noël
On pourra, par exemple, fabriquer sa couronne de Noël avec Maxine Christensen de samedi 21 décembre à mardi 24 décembre à 10h, 11h30 et 13h pour 45€ matériel, astuces de pro et ‘coup de main’ compris.

Dessiner son calligramme
ce sera possible avec Yoyo Ich. Qu’est-ce qu’un calligramme ? Des vers disposés de façon à former un dessin en rapport avec le poème. Le tout premier à les exécuter ? Guillaume Appolinaire qui mit au point ses poésies graphiques comme un exutoire aux tranchées de la 1re guerre mondiale, en 1918. L’atelier aura lieu du 21 au 24 décembre à 10h, 11h30 et 13h. 30€.

Ecrire sa guirlande poétique
Ca se fera avec Julien Delmaire, auteur renommé édité chez Grasset qui prendra en charge l’atelier ‘Ecrire une guirlande poétique’ à 11h et 15h sauf le 23 décembre. 50€.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026



Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026

Le salon de thé Copyright Morgan Palun Photographe

Créer une œuvre d'art
ce sera possible grâce et avec Marie Jeanselme, la fée des petites doses de poésie qui enchantent notre quotidien à 13h30, 15h et16h30. 40€.

Les mendiants de Noël
Gérard Robert, chef pâtissier de la Chocolaterie Castelain propose de réaliser ses propres mendiants de Noël. De quoi épater ses propres convives une fois chez soi. à 14h30, 15h45 et 17h. 45€.

Cuisiner son cake gourmand
Avec Célia Conil pour enchanter son Tea time à la maison, entouré de tous les personnes que l'on aime à 10h, 11h30 et 13h. 35€.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026



Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026

Les ateliers cuisine Copyright Morgan Palun Photographe

Participer à l'arbre de Noël
La Maison de Fogasses propose de participer à un arbre de Noël pas comme les autres lundi 23 décembre. Après ? on s'assied à une somptueuse petite table avec un bon chocolat chaud, une part de gâteau par personne et, bien sûr le cadeau du sapin pour l'enfant et son accompagnant. 15€ par personne.

Que se passe-t-il à la Maison de Fogasses ?
De vendredi 20 à mardi 24 décembre la Maison de Fogasses propose un salon de thé et les pâtisseries d'Augusta Pains & Merveilles accompagnées d'une boisson chaude de 14h à 18h. 12€.

Un déjeuner et des apéritifs dînatoires slave
avec une belle assiette de zakouskis –hors d'œuvres russes et plus généralement d'Europe de l'Est servies chaudes ou froides, à base de charcuterie, de poissons fumés, d'œufs de poissons, ou de légumes marinés- le tout accompagné d'un verre de vin ou d'un soft de 12h à 14h et de 19h à 21h. 25€ pour le déjeuner et 30€ pour le dîner, sur réservation.

Enfin, une boutique éphémère
ouvre ses grilles ouvragées avec les belles entreprises du patrimoine vivant telles que Brun de Vian Tiran, la Ciergerie des Prémontrés et diverses découvertes Fogassiennes de 12h à 19h. L'ambiance musicale est une création de DJ Spock, spécialiste des ambiances sonores et festives.

Grâce à eux
Corinne Guyon est la propriétaire de la Maison de Fogasses et en assure la direction artistique. La scénographie et la décoration événementielle est de Serge Pieters. La direction de projet et les relations presse sont de Noun avec aux manettes Nathalie Rooney et Inès Bonzi. Les réseaux sociaux sont administrés par Dividere avec Romain Pascal. Les photographies sont de Morgan Palun-Ré. Les pâtisseries raffinées de la Maison Augusta avec Florence et Matthieu Gromelle. Les poupées du monde entier –Une jolie collection de la maitresse des lieux- viendront faire la ronde sur le sapin grâce au talent des 'Têtues des aiguilles'.

Important
La Maison Fogasses est désormais ouverte tout au long de l'année 'pour célébrer des évènements qui nous rassemblent'. Prochains rendez-vous du 8 au 12 janvier pour célébrer l'épiphanie. Ateliers culinaires, ateliers manuels, brunch, bal des rois & reines enchanteront alors les lieux.

Les infos pratiques
Maison de Fogasses 37, rue des Fourbisseurs. Intramuros d'Avignon.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026



Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026

Atelier avec Marie Jeanselme Copyright Morgan Palun Photographe

L'interview de Corinne Guyon

Corinne Guyon est un électron libre pétrie de bienveillance. Un état naturel pour cette artiste qui ne vit que pour partager. Cette collectionneuse passionnée et excellente décoratrice d'intérieur est un mélange de feu et de glace. Le feu par ses racines méditerranéennes et de glace par la culture Polonaise qui coule dans ses veines.

Après une maîtrise en droit des affaires, un passage par l'école d'attachée de presse, un poste de cadre chez les tissus Boussac et la création de son propre cabinet d'assurance, cette boulimique de travail –même si elle se dit contemplative- s'est posée dans cet hôtel particulier du 16e siècle auquel, depuis 20 ans, elle insuffle sa poétique fantaisie.

Ma rencontre avec l'Hôtel particulier de Fogasses ?
«Tout a commencé lorsqu'un ami parisien m'a demandé de trouver une maison selon son goût et son budget, relate Corinne Guyon, la propriétaire de ce navire amiral. Alors agent d'assurance chez Allianz je m'adressais à un ami agent immobilier qui me répondit «Ça tombe bien j'ai justement une belle demeure à la vente, répondant à ses critères. Je me rends à l'adresse indiquée. Je visite les lieux avec une petite dame qui ne se présente pas et dont j'apprendrai plus tard qu'elle en est la propriétaire. En entrant, c'est le coup de cœur. Mes yeux pétillent et en moins d'une minute je sais que je suis en train de visiter Ma maison. Non… Je crois qu'en vérité c'est la maison qui m'a choisie. Nous sommes en 2004 et ma vie va en être totalement bouleversée.»

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026



Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026

Entre amis Copyright Morgan Palun Photographe

Au début
«Très vite, je loue les étages. Et comme dans cette maison tout le monde se croise, l'ambiance s'apparente très vite à l'esprit 'pension de famille'. Un microcosme où tout le monde se sent bien. Puis un jour je me suis dit qu'il fallait ouvrir cette maison et son magnifique jardin aux avignonnais parce que cela faisait partie de leur patrimoine. Alors, j'ai cessé de louer et créé l'un des premiers concepts store. Le problème ? Si je sais flairer les tendances, il est difficile voire suicidaire d'initier ce qui n'existe pas ou peu, avant tout le monde. Pourquoi ? Parce qu'il est difficile d'appréhender la nouveauté.»

Résidence d'artistes
«Au départ, je voulais même créer une résidence d'artistes. Mais c'est incroyablement compliqué, notamment pour lever des fonds. C'est d'ailleurs l'une de mes batailles. Pourquoi les lieux culturels seraient uniquement du domaine du public lorsqu'on souhaiterait qu'ils fussent aussi du domaine privé ? J'ai bien essayé mais c'est d'une complexité sans nom ! Du coup j'ai voulu proposer un lieu qui soit à la fois une boutique, un espace de restauration, où l'on papote, où l'on achète des choses pour soi, pour les autres, où l'on s'exerce à la créativité, durant des ateliers…»

Le thème de cette année : Baba Gaya !
Mais qui est Baba Gaya ? C'est une grand-mère, une fée, un esprit de la nature bienveillant qui règne sur la forêt et les bêtes sauvages. Elle habite une petite Isba –une hutte en bois construite sur des pattes de poule qui peut tourner sur elle-même. Elle commande aux phénomènes célestes, au jour et à la nuit. Elle est le contraire de Baba Yaga, une vieille sorcière dotée d'une unique jambe –comme une femme serpent qui vit sous terre- qui œuvre au passage entre deux mondes : celui des vivants et des morts. Elle est effrayante et change le destin de celui ou celle qui la rencontre. Pour autant, elle les aide aussi à accomplir leur quête de transformation.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026



Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026

Copyright Morgan Palun Photographe

L’esprit des contes pour enchanter Noël

«Toute petite j’ai dévoré les contes et légendes du monde entier. Il faut dire que ma mère était professeure de français et que mes frères et moi baignions dans les ouvrages. C’est sans doute ce qui m’a inspirée pour créer Baba Gaya comme, il y a quelques années, Léon, le frère du père Noël qui était descendu à Avignon pour distribuer des cadeaux. Il était aussi rock’n roll que le premier était traditionnel. Si traditionnellement, en Russie, Baba Yaga mange les enfants, Baba Gaya, elle, les accueille avec beaucoup d’amour et de tendresse. Nous ouvrirons ainsi les portes de la Maison de Fogasses aux parents, enfants et amis d’amis dans une ambiance gourmande de Noël où l’on peut tout faire : prendre un thé gourmand, se restaurer, boire un verre, acquérir ses cadeaux de Noël, participer à des ateliers créatifs… Dans une maison joyeuse et pleine d’âmes.»

Une maison pleine d’âmes

«En parlant d’âmes, il s’y passe de mystérieuses choses ? Oui ! Alors que l’on faisait des essais de jus à l’italienne sur les murs d’un des appartements du haut, la Marquise est apparue. Elle est sortie du mur et au fur et à mesure que l’on apposait les couleurs. Au début, j’étais la seule à en discerner la silhouette jusqu’avec les ans elle apparaisse de plus en plus clairement à tous, les années passant. C’est une habitante d’ici. Alors je lui parle et lui demande de m’aider à faire vivre ce grand vaisseau amiral et à en partager la richesse avec les Avignonnais et leurs amis.»

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839
Pour toujours en savoir plus, lisez **www.echodumardi.com**, le seul média économique 100% Vaucluse habilité à publier les annonces légales, les appels d'offres et les ventes aux enchères !

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026



Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026

Copyright Morgan Palun Photographe

Quand la musique classique part à l’assaut des quartiers



Si vous avez le sentiment qu’aujourd’hui notre monde ne joue plus vraiment la bonne partition sachez qu’il existe encore des initiatives, des projets qui donnent encore de bonnes raisons d’espérer. Le programme Démos (acronyme de Dispositif d’éducation musicale et orchestrale à vocation sociale) en fait partie. Lancé en 2010 par la Cité de la musique – Philharmonique de Paris, ce programme vise à encourager la pratique musicale auprès d’enfants de milieux plutôt défavorisés. Depuis plusieurs années, le département de Vaucluse est concerné par cette belle initiative.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026

Le 30 novembre, salle polyvalente de Montfavet l'instant était solennel. 90 enfants de 6 écoles d'Avignon recevaient les instruments qui pendant 3 ans vont les accompagner dans la découverte et l'apprentissage de la musique classique. Un pari fou lancé auprès d'enfants de 7 à 12 ans que rien ne destinaient à jouer du violoncelle ou du basson. Ces instruments, qu'ils emportent chez eux, constituent en fait une clé d'accès à l'univers de la musique classique. Un cheval de Troie en quelque sorte. C'est sans doute là l'idée de génie de ce programme. Et cela marche.

> **Sur la précédente promotion de 90 jeunes musiciens, 20 sont entrés au conservatoire**

La Cité musicale annonce que plus de 11 000 enfants ont suivi ce programme depuis son lancement et que la moitié ont poursuivi la pratique de leur instrument au-delà des 3 ans que dure l'apprentissage. Et en ce qui concerne le Vaucluse, sur la précédente promotion de 90 jeunes musiciens, 20 sont entrés au conservatoire. Sans ce programme il est évident que presque aucun n'en aurait franchi les portes. Dans le Vaucluse, c'est la cheffe de l'Orchestre Avignon – Provence, Debora Waldma, qui suivra cet apprentissage à raison de 3h30 d'ateliers et de répétitions par semaine. Avec à la clé des concerts.

On l'aura compris cette initiative va plus loin que le simple apprentissage d'un instrument et du travail que cela requiert. Les spécialistes estiment qu'une telle expérience développe la confiance et l'estime de soi. Elle ouvre aussi le champs des possibles pour ces enfants issus de quartiers relevant de la politique de la ville (QPV), ou dans des zones de revitalisation rurale (ZRR). Ce programme nous rappelle une fois de plus le rôle que peuvent jouer l'éducation et la culture auprès de ceux qui seront les futurs citoyens du XXI^{ème} siècle.

> Projet 'Démos' : cent enfants avignonnais sur scène avec l'Orchestre national Avignon-Provence

Autres liens :
demos.philharmoniedeparis.fr
www.orchestre-avignon.com/demos-avignon-provence/

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026

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, 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

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026

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 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

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026

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

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

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026

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 18 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
«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 18 novembre 2026



Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 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 18 novembre 2026



Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 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 18 novembre 2026



Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 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 18 novembre 2026



Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026

Copyright Dreaminzzz

Avignon : deux collectes de jouets pour les enfants des familles les plus précaires de Vaucluse



Juste après ses portes ouvertes pour célébrer 40 ans d'engagement contre la précarité, la Banque alimentaire de Vaucluse a décidé de s'allier au Club 4A, association avignonnaise

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026

d'automobiles anciennes, pour organiser deux collectes de jouets les dimanches 20 octobre et 10 novembre pour les enfants vauclusiens.

Les deux collectes auront lieu sur le parking des Allées de l'Oulle, à l'occasion des deux prochains rassemblements mensuels de voitures anciennes et voitures de prestige organisés par le Club 4A. L'occasion de réunir les amateurs de belles voitures anciennes, mais aussi de s'engager pour action caritative du département.

Non seulement les Vauclusiens pourront venir admirer les voitures des adhérents du Club 4A, mais ils pourront également faire une bonne action juste avant Noël, en donnant des jouets pour les enfants des familles les plus précaires de Vaucluse. Un camion et des bénévoles de la Banque Alimentaire de Vaucluse seront présents et identifiés sur le parking à l'occasion de ces deux rassemblements pour collecter les dons.

Dimanches 20 octobre et 10 novembre. De 9h à 12h. Parking des Allées de l'Oulle. Avignon.

Comment les petits Français vont-ils être occupés pendant les longs trajets des vacances de cet été ?

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026



Opinionway a réalisé une étude pour tonies® en mai dernier concernant les occupations que peuvent trouver les parents pour leurs enfants âgés de 3 à 10 ans pendant les longs trajets des vacances d'été.

85% des parents reconnaissent perdre patience sur la route à cause des enfants et 28% pour des raisons en lien avec les écrans. Près de 60% concèdent manquer d'idées pour occuper leurs enfants lors des longs trajets, tandis que 76% reconnaissent que leurs enfants passent au moins une partie du trajet sur des écrans durant de longs trajets. 84% des enfants seront exposés cet été aux écrans à au moins une occasion, pourtant 81% des parents plébiscitent d'autres alternatives.

Alors que la commission d'experts sur l'impact de l'exposition des jeunes aux écrans lancée par Emmanuel Macron en mai 2024, coprésidée par Servane Mouton, neurologue et Amine Benyamina, psychiatre addictologue, a statué dans son rapport : pas d'écran avant 3 ans, un accès « fortement limité », « occasionnel », « avec des contenus de qualité éducative et accompagné par un adulte » avant 6 ans, ainsi que l'interdiction des jouets connectés destinés aux moins de 6 ans à l'exclusion des boîtes à histoires connectés.

4 parents sur 10 trouvent difficile d'occuper leurs enfants lors de long trajets (39%)

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

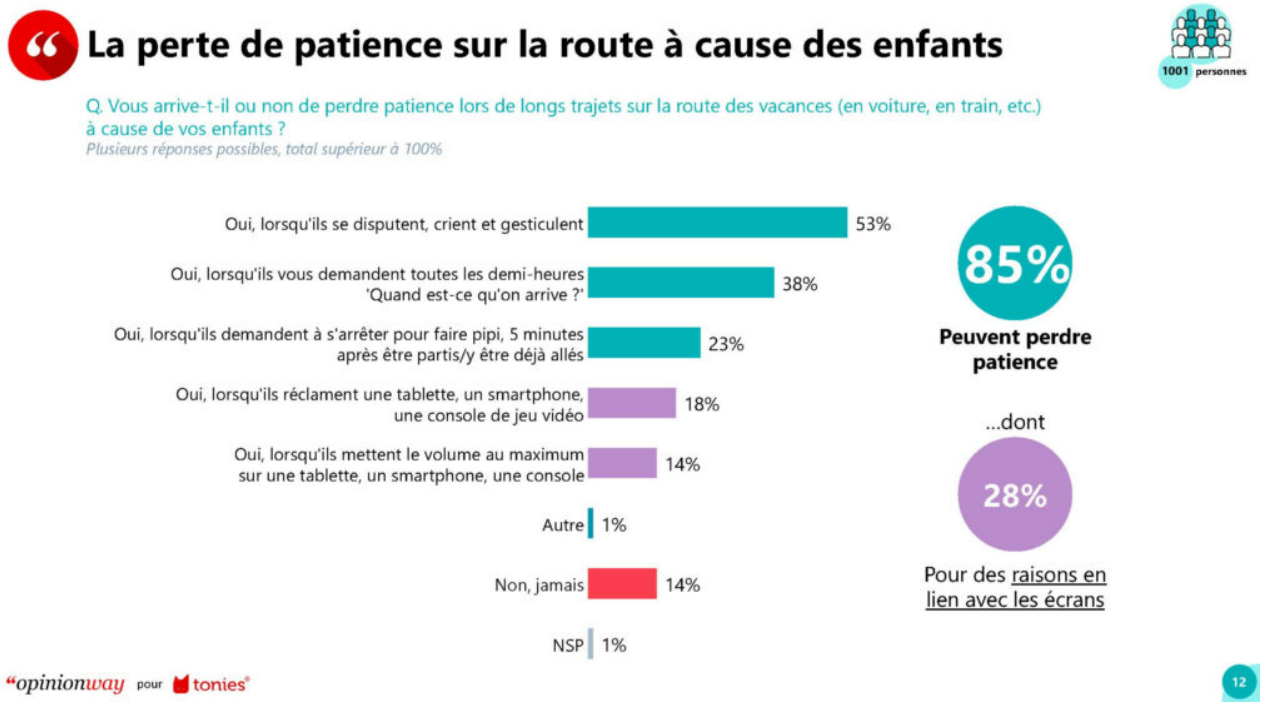
Ecrit par le 18 novembre 2026

Les vacances d'été sont là, la route des vacances s'organise et tous Français ayant des enfants commencent à appréhender ce moment fatidique où, après un énième « quand est-ce qu'on arrive ? » (38%), les sempiternelles envies impérieuses d'aller aux toilettes (23%), ou encore les cris et chamailleries entre frères et sœurs (53%), ils perdront patience (85%). Car s'assurer que ses enfants resteront calmes pendant l'intégralité d'un trajet en voiture, train ou autre moyen de transport n'est pas une mince affaire, et les premiers concernés le confirment : quatre parents sur dix trouvent difficile d'occuper leurs enfants lors des longs trajets pour partir en vacances (39%).

85% des parents reconnaissent perdre patience sur la route à cause des enfants et 28% pour des raisons en lien avec les écrans

Le plus souvent, les parents recourent aux solutions les plus basiques, celles à portée de main : discuter avec ses enfants (49%) ou leur faire écouter de la musique (47%). 38% optent même pour les ressources naturelles à disposition et les incitent à s'émerveiller du paysage. Un parent sur quatre tente de ruser, en voyageant de nuit pour qu'ils dorment pendant toute la durée du trajet (26%). Certains se montrent confiants dans la capacité d'autonomie de leurs enfants et leur donnent des jouets (37%) ou des livres/BD (37%), pour qu'ils se divertissent seuls. Les jeux (35%) ou chansons (22%) en famille constituent une option privilégiée par une partie des parents.

Mais ces solutions collectives, ludiques ou naturelles, ne convainquent d'évidence pas toujours leur progéniture. 76% des parents reconnaissent accorder à leurs enfants des écrans pendant au moins une partie du trajet. Un parent sur deux nous dit même que ses enfants ont les yeux rivés sur un smartphone ou une tablette pendant la moitié de la route ou plus (48%).

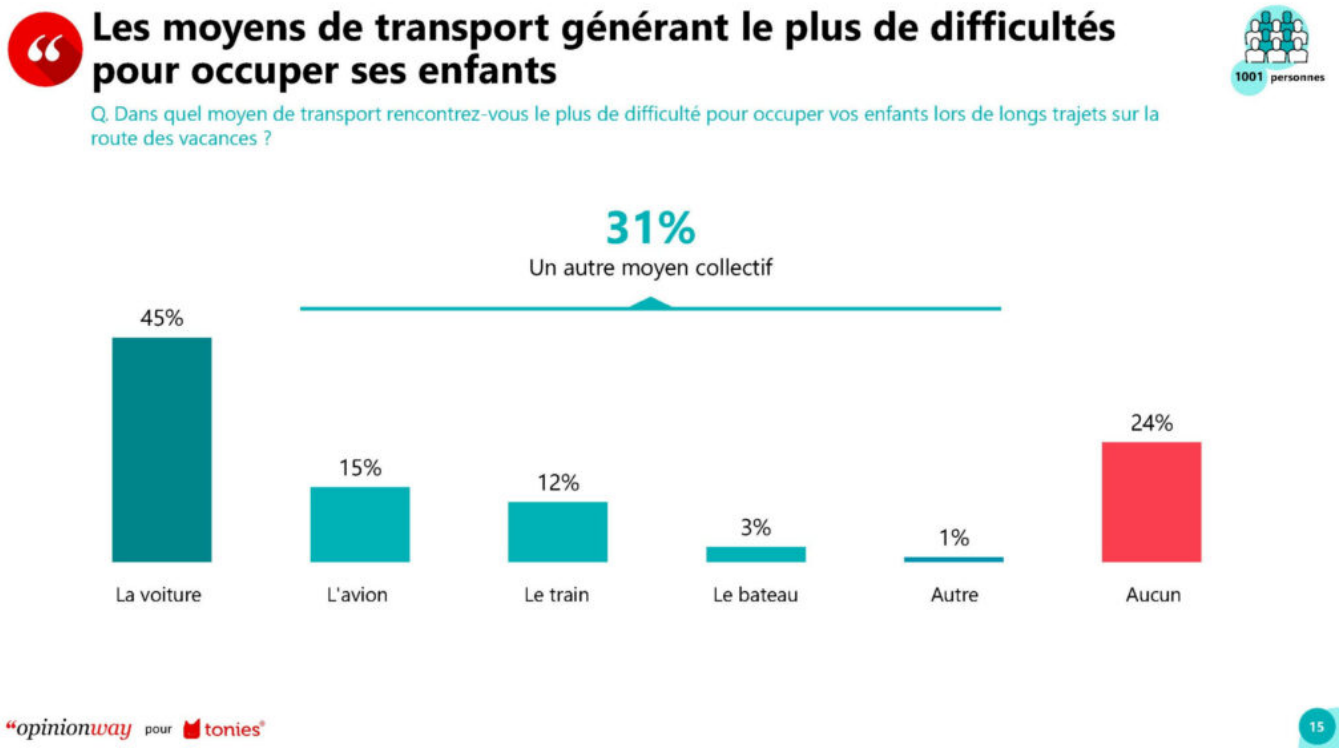


Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026

Le moyen de transport sur de longs trajets créant le plus de difficultés aux parents pour occuper leurs enfants est la voiture pour 45% d'entre eux

Les automobilistes, bien qu'aussi réticents que les autres parents aux écrans (83% préfèreraient que leurs enfants s'abstiennent d'en regarder pendant ces longs trajets), s'avouent tout aussi concernés : les trois-quarts d'entre eux déclarent laisser leurs enfants consommer des écrans au moins une partie du trajet (76%) … Et ce, alors même qu'ils voient le risque que cela représente : 53% jugent dangereux que leurs enfants regardent des écrans en voiture.



45% des parents occupent leurs enfants avec des écrans durant les trajets

Les parents sont d'ailleurs près de la moitié (45%) à dire que, lors de longs trajets pour partir en vacances, les écrans constituent l'une des principales solutions pour occuper leurs enfants, qu'il s'agisse de mettre entre leurs mains un smartphone (22%), une tablette (21%) ou encore une console de jeux vidéo (19%).

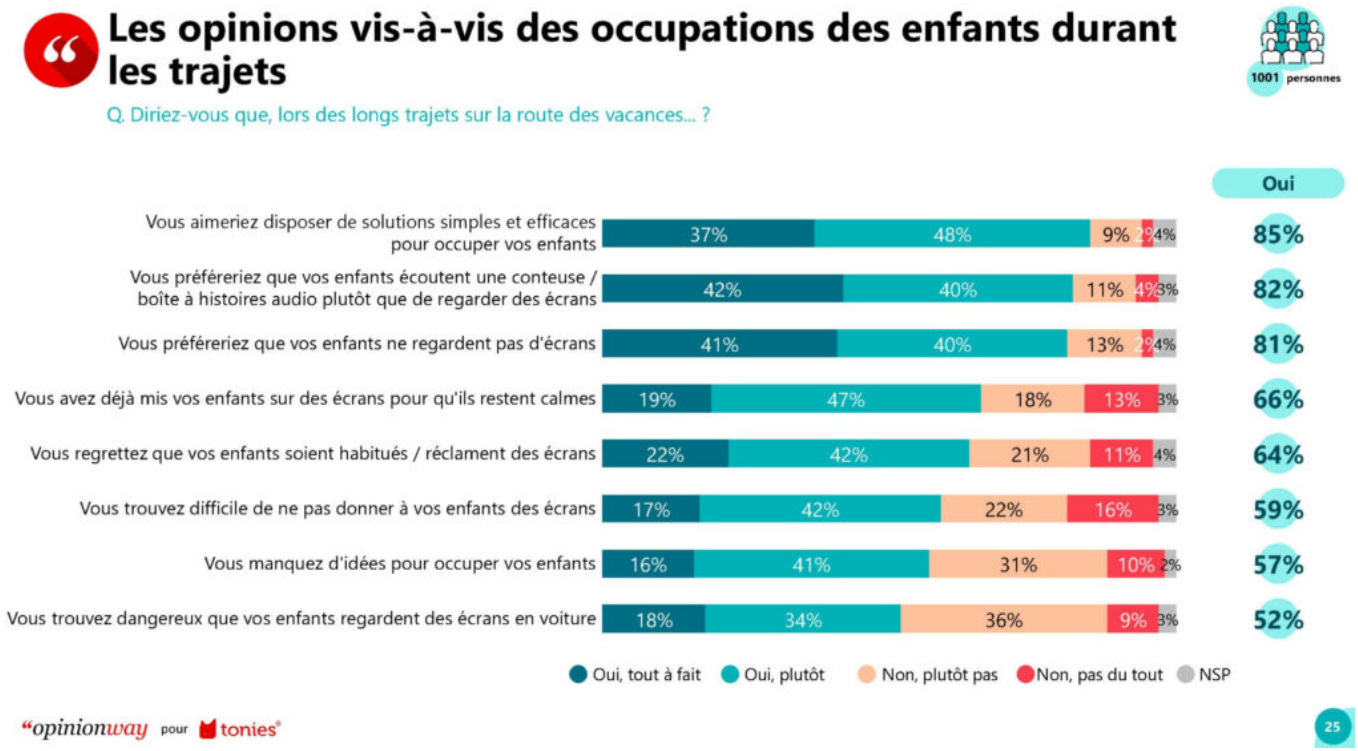
85% des parents aimeraient disposer de solutions simples et efficaces pour éloigner leurs enfants des écrans

C'est un fait, donner des écrans à leurs enfants sur la route des vacances n'est pas une solution qui plaît aux parents. Au-delà des risques qu'ils représentent pour le développement cognitif de leur progéniture, les écrans sont sources de tension.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026

Avec des enfants désormais habitués voire dépendants dès le plus jeune âge aux écrans, les parents se voient dans l'impossibilité de les en priver et se retrouvent dans des situations difficiles : 28% avouent qu'il leur arrive de craquer parce qu'en voiture ou dans le train, leurs enfants piquent des crises pour pouvoir utiliser un smartphone ou une tablette ou encore à cause du volume sonore des vidéos et autres jeux consommés sur ces écrans. Les parents se montrent demandeurs d'alternatives : 85% aimeraient disposer de solutions simples et efficaces pour occuper leurs enfants à cette occasion.



84% des parents déclarent que leurs enfants seront exposés cet été aux écrans à au moins une occasion

Deux types de situations expliquent ce phénomène :

- L'absence de vacances des parents : 52% des sondés nous disent que leurs enfants seront amenés à visionner des écrans en journée, parce qu'eux-mêmes travailleront et qu'ils ne pourront pas s'en occuper.
- L'envie des parents de profiter de leurs propres vacances : 49% conviennent qu'ils laisseront leurs enfants regarder la télévision ou jouer avec leurs téléphones parce qu'il s'agira pour eux du seul moyen de pouvoir profiter, eux aussi, de leurs vacances. Dès lors, un parent sur quatre autorisera son enfant à regarder des dessins animés ou jouer à la console à la plage (25%).

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026

81% des parents plébiscitent pourtant d'autres alternatives

Pourtant, tous s'accordent à dire que des alternatives de qualité existent. Les livres, bien sûr, approuvés par 90% des parents interrogés, mais également les conteuses que plébiscitent 81% des interviewés.

- 87% des parents de 3-5 ans estiment que les boites à histoires constituent une bonne solution pour remplacer les écrans pendant les vacances, mais ils sont aussi 79% parmi les parents de 6-10 ans.

- Les possesseurs de conteuses sont unanimement en faveur de cette solution : 96% trouvent qu'il s'agit d'une bonne alternative aux écrans pendant l'été. Ils déclarent même que leurs enfants sont demandeurs : 74% affirment qu'ils apprécient écouter les histoires de leur conteuse.

La Ville de Sorgues met les chorales à l'honneur

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026



Toute l'année, les élèves sorguais du CP au CM2 travaillent avec l'aide de leurs professeurs et des intervenants de l'École municipale de Musique et de Danse (EMMD) pour présenter les spectacles 'Écoles en Chœur' qui met le chant et les chorales à l'honneur.

Les enfants de l'école Sévigné vous donnent donc rendez-vous les lundi 13 et mardi 14 mai à 19h, et ceux des écoles Maillaude, Jean Jaurès, Frédéric Mistral, Elsa Triolet, Marie Rivier et Becassières se succèderont lors de huit soirées du mardi 21 au vendredi 31 mai à 19h. Lors de ces spectacles, les classes de 6e, 4e et 3e CHAM ainsi que des ensembles de l'école de musique accompagneront les chants des enfants.

Lundi 13 et mardi 14 mai. 19h. Gratuit sur réservation au 04 86 19 90 90. Pôle culturel Camille Claudel. 285 Avenue d'Avignon. Sorgues.
Du mardi 21 au vendredi 31 mai. 19h. Entrée libre. Salle des fêtes. 231 Avenue Pablo Picasso. Sorgues.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026

Carpentras : le spectacle pour enfants ‘Quelle histoire’ ce vendredi 26 avril au Cabaret



Le spectacle « Quelle histoire » se produira ce vendredi 26 avril à la salle de spectacle le Cabaret, à Carpentras, à 20h30. Une mise en scène qui relate le récit d’un groupe d’enfants qui se déguise et joue à inventer une histoire qui prend vie.

Dans cette histoire si particulière, les protagonistes croisent leurs princesses et super héros préférés. Un imaginaire dans lequel les interprètes inventent des personnages comme le commandant « C.U.S.H » (commandant de l’union des super héros), la pétillante « Mangachette », un mélange de personnage manga et de fée Clochette ou encore la princesse « Sibella » à la voix angélique qui devront se méfier du méchant « Tigror. »

Des chansons, de la danse, de la comédie, les personnages préférés des enfants. Voilà tout le programme de cette pièce qui a été conçue pour le public le plus jeune et leurs parents. Les tarifs vont de 7€ à 12€.

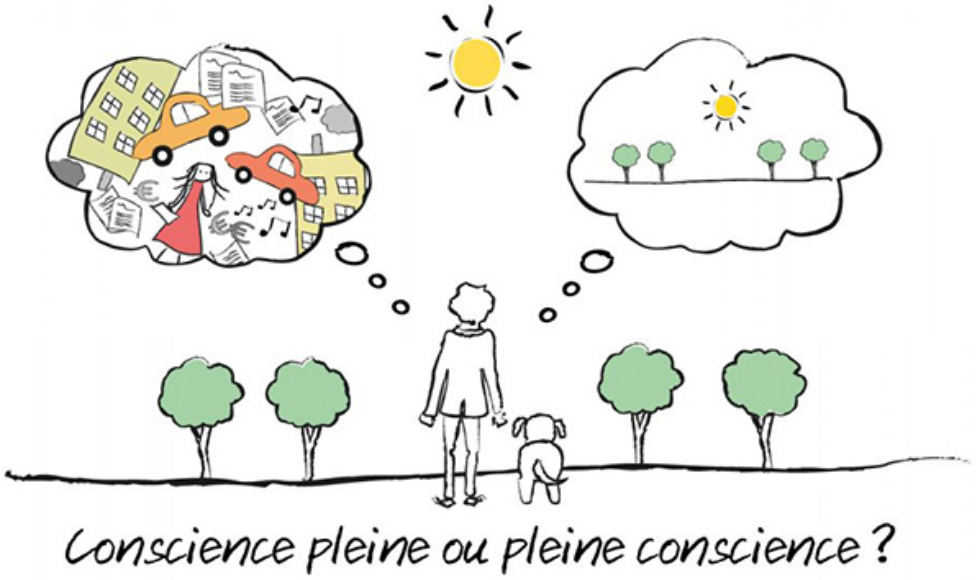
Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839
Pour toujours en savoir plus, lisez **www.echodumardi.com**, le seul média économique 100% Vaucluse habilité à publier les annonces légales, les appels d'offres et les ventes aux enchères !

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026

Infos pratiques : « Quelle Histoire ». Vendredi 26 avril, 18h30. Salle Le Cabaret, Parking Saint-Labre, Carpentras. Billetterie en ligne. Tel : 04.90.60.84.00

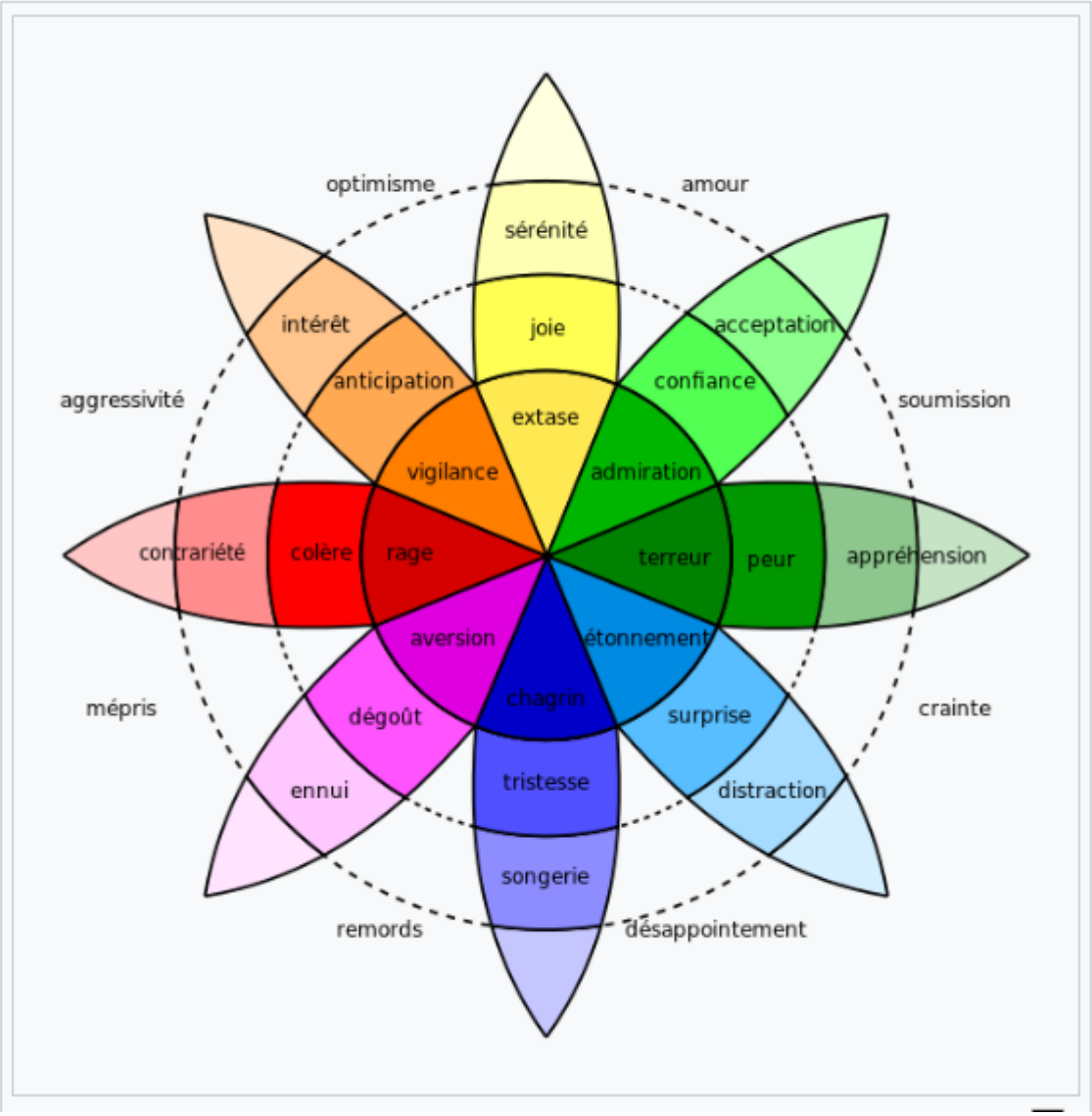
Rapport à l'émotion, et si on s'occupait de soi ?



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 18 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 18 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 18 novembre 2026



Cavaillon : mise en place des selfs dans toutes les écoles élémentaires de la ville

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026



La Ville de Cavaillon qui avait pris l'initiative d'installer des selfs en 2022 dans trois écoles élémentaires de la commune a décidé d'élargir l'expérience sur toutes ses écoles élémentaires à partir du lundi 18 mars. Un moyen efficace de lutter contre le gaspillage alimentaire et qui devrait permettre de favoriser l'autonomie des enfants.

La Ville de Cavaillon continue de s'engager pour l'innovation et la jeunesse. En 2022, trois écoles élémentaires de la commune avaient été choisies pour la mise en place de selfs à titre expérimental dans les cantines des établissements. Des équipements spécifiques qui permettent aux enfants de devenir « acteurs » de leurs repas en choisissant entre deux entrées et deux desserts proposés dans un espace prédéfini (salad'bar).

Un concept conçu pour donner le choix aux élèves, les impliquer et leur donner une meilleure autonomie en tout point. Ces nouveaux selfs donnent la possibilité aux enfants de participer au débarrassage de leur plateaux et d'avoir un premier contact avec le tri sélectif. L'idée est de les inciter à prendre l'habitude de trier leurs déchets en mettant en place des tables de tri qui séparent les biodéchets et les transforment en compost.

Des selfs dans toutes les écoles dès ce mois de mars

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 novembre 2026

Il s'avère que cette idée a eu du succès puisque la Ville de Cavaillon a pris la décision d'étendre les selfs aux huit écoles élémentaires de la commune à partir du 18 mars. Un aménagement global qui a couté 145 676 euros et qui entre dans la volonté de la ville de développer les équipements dans les établissements scolaires.

Le mardi 19 mars, à l'heure du repas, a eu lieu l'inauguration de ces nouveaux espaces avec un déjeuner à la cantine de l'école élémentaire Charles de Gaulle, qui vient de bénéficier de ce nouveau agencement.



©Ville de Cavaillon