

Ecrit par le 18 mai 2026

Un Carmen intime en tournée dans le Grand Avignon



Le metteur en scène Frédéric Roels s’empare de Carmen dans une adaptation intime à quatre voix et un violoncelle.

Carmen est un opéra complexe. « On y lit un drame passionnel fort, qui a bouleversé des générations d’auditeurs et de spectateurs, avec une musique d’une puissance irrationnelle et irréductible à toute analyse modérée. Un soldat aime une jeune femme à la réputation douteuse, une bohémienne, une hors-classe, hors-la-loi, séductrice de grand chemin. Il est jalouxé par un torero, un homme d’apparat, de prestige, sans commune mesure avec son statut de brigadier, d’une part ; et d’autre part, tirillé par l’amour sincère d’une jeune fille sans histoire, sa presque sœur, qui ne se voit pas continuer sa vie avec un autre homme que lui. Quatuor ambigu, constitué de personnages dont la rencontre, a priori, est peu plausible. Et pour corser le tout, il y a des soldats, des enfants, du folklore espagnol, du peuple, de la danse, de la corrida... Une série d’éléments qui étoffent l’histoire et lui donnent son panache, peut-être au risque de l’étouffer. » Ainsi résume malicieusement le metteur en scène Frédéric Roels qui préfère

Écrit par le 18 mai 2026

privilégier un Carmen plus intime.

Carmen, une histoire de fragilités cumulées

« Je ressens le besoin de me concentrer auparavant sur cette notion de fragilité au travers des quatre personnages principaux, d'évacuer pour un moment tout le contexte hispanisant et populaire, de rechercher l'essence de l'œuvre en la réduisant au strict minimum... le tout sur une péniche et accessible à un public dès 11ans », ajoute Frédéric Roels qui signe aussi les décors, les costumes et la lumière.

Distribution

Carmen : Axelle Saint-Cirel

Micaëla : Lyriel Benameur

Don José : Etienne de Bénazé

Escamillo : Aimery Lefèvre

Violoncelle : Florent Audibert

Samedi 3 février. 20h. 6 à 12€. Dimanche 4 février. 16h. L'autre Scène. Avenue Pierre de Coubertin. Vedène. 04 90 14 26 40.

Mardi 6 février. 20h. 6 à 12€. Salle Roger Orlando. Caumont-sur-Durance.

Mercredi 7 février. 20h30. 6 à 12€. Salle Jean Galia. Rochefort-du-Gard.

Jeudi 8 février. 20h30. 6 à 12€. Pôle Culturel Jean Ferrat. 157 rue des écoles et du stade. Sauveterre. 04 66 33 20 12.

Vendredi 9 février. 20h. 6 à 12€. La Pastourelle. Saint-Saturnin-lès-Avignon.

www.operagrandavignon.fr

Grande journée Halloween au Pôle Culturel de Sauveterre

Ecrit par le 18 mai 2026



La compagnie Deraïdenz se met à l'heure d'Halloween

La Compagnie avignonnaise Deraïdenz, bien connue désormais depuis son installation sur l'île de la Barthelasse en 2017, n'en finit pas de tisser des partenariats et des productions afin de nous faire découvrir l'univers merveilleux de ses marionnettes. Pour ce spectacle Jeune Public, elle défie les enfants courageux et leur propose de venir à la rencontre de Byba Youv, la plus scriboudeleuze des sorcières Zélémentiques de l'Histoire ! Magie, marionnettes et chants seront au rendez-vous.

Mercredi 25 octobre. 14h30. 8€. Pôle Culturel Jean Ferrat. 157 rue des écoles et du stade. Sauveterre. Réservation indispensable contact@polecultureljeanferrat.com 04 66 33 20 12 .

En amont du spectacle, deux ateliers de création

La compagnie Deraïdenz aura le plaisir de donner un atelier pour les 7/12 ans, en amont du spectacle pendant lequel les enfants pourront créer leur propre Marionnettesur le thème Halloween (et d'autres surprises...) ! **Mercredi 25 octobre. 10h à 12h30. 10€. Réservation indispensable contact@polecultureljeanferrat.com 04 66 33 20 12 .**

L'équipe du Pôle Culturel propose aux enfants de 3/7 ans et à leurs parents des ateliers Halloween en continu : maquillage, décorations, ateliers créatifs. Mercredi 25 octobre. 10h à 12h30. 10€. Réservation indispensable contact@polecultureljeanferrat.com 04 66 33 20 12 .

(Vidéo) Via Rhône : à la découverte de la

Ecrit par le 18 mai 2026

nouvelle passerelle sur le Rhône

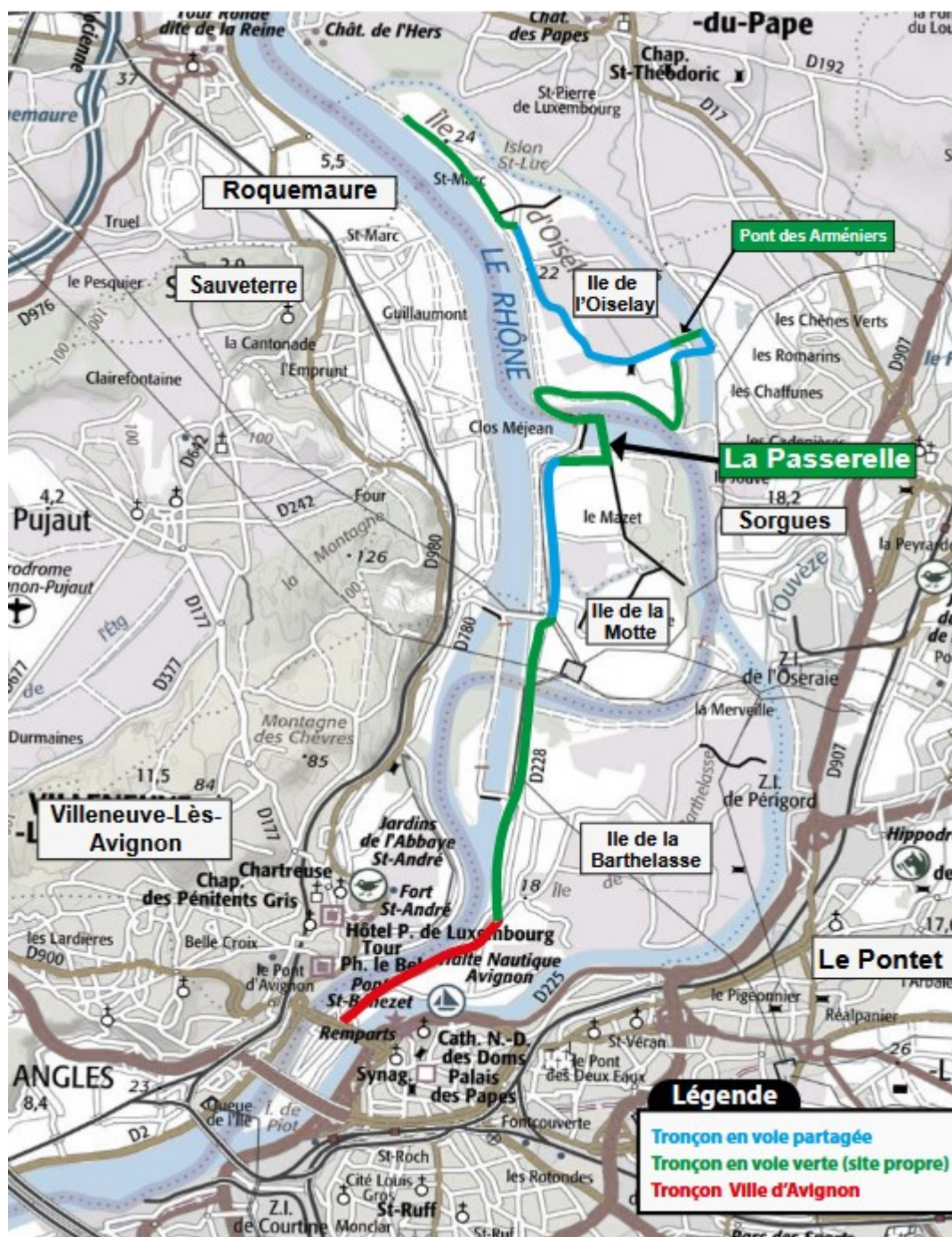


Le Conseil départemental de Vaucluse vient d'inaugurer la passerelle de l'Oiselay-Sauveterre. Cet ouvrage suspendu de 200 mètres de long pour 3 mètres de largeur permet de franchir le Rhône, au Nord de la Barthelasse, entre Sorgues et Avignon via le territoire de la commune de Sauveterre (voir vidéo en fin d'article).

L'une des plus grande voie cyclable d'Europe

Ce pont métallique spectaculaire avec ses mâts de 22 mètres hauteur est destiné aux cyclistes, aux piétons et à l'ensemble des modes doux. Il permet le franchissement du fleuve-roi pour assurer la continuité de la véloroute [Via Rhône](#) qui parcourt le Vaucluse, entre Lapalud et Avignon. Long de 815km, cet itinéraire cyclable relie le lac Léman, en Suisse, à la mer Méditerranée en suivant le Rhône. Désigné véloroute depuis 2016, elle est l'une plus grande voie cyclable d'Europe. L'an dernier, elle a accueilli plus de 2,8 millions de cyclistes. Un chiffre multiplié par 2,5 entre 2017 et 2022.

Ecrit par le 18 mai 2026



Dans ce secteur, la nouvelle passerelle permet donc l'achèvement de la dernière section de 11km de la Via Rhôna entre Sorgues et Avignon (voir carte ci-dessus).

Une portion dont l'aménagement a représenté un investissement de 8,11M€ HT (dont de 4,17M€ HT pour la seule passerelle) financés par l'Union Européenne (1,1M€), l'Etat (1,31M€), la région Sud Provence-

Ecrit par le 18 mai 2026

Alpes-Côte d'Azur (1,08M€), la région Occitanie (675 000€), le département du Gard (1,11M€), le département de Vaucluse (995 448€), le Grand Avignon (545 000€), la ville de Sorgues (200 000€) et la CNR (Compagnie nationale du Rhône) à hauteur de 1,09M€.

Pour sa part, bien que la passerelle se situe en territoire gardois, entre les îles de la Motte à Sauveterre et celles de l'Oiselay à Sorgues, c'est le Département de Vaucluse qui a assuré la maîtrise d'ouvrage de ce chantier débuté en avril 2022. Le Conseil départemental du Gard va reprendre, quant à lui, la gestion et l'entretien de la passerelle.

Prochaine étape : la restauration du Pont des Arméniers à partir de 2024

Ultime étape du projet global sur la Via Rhôna en Vaucluse : [la restauration du Pont des Arméniers à Sorgues](#). Un ouvrage inscrit au titre des Monuments Historiques, qui va prochainement débiter suite aux études préalables réalisées cette année. Le démarrage des travaux est envisagé en 2024, pour une durée prévisionnelle de 24 mois.

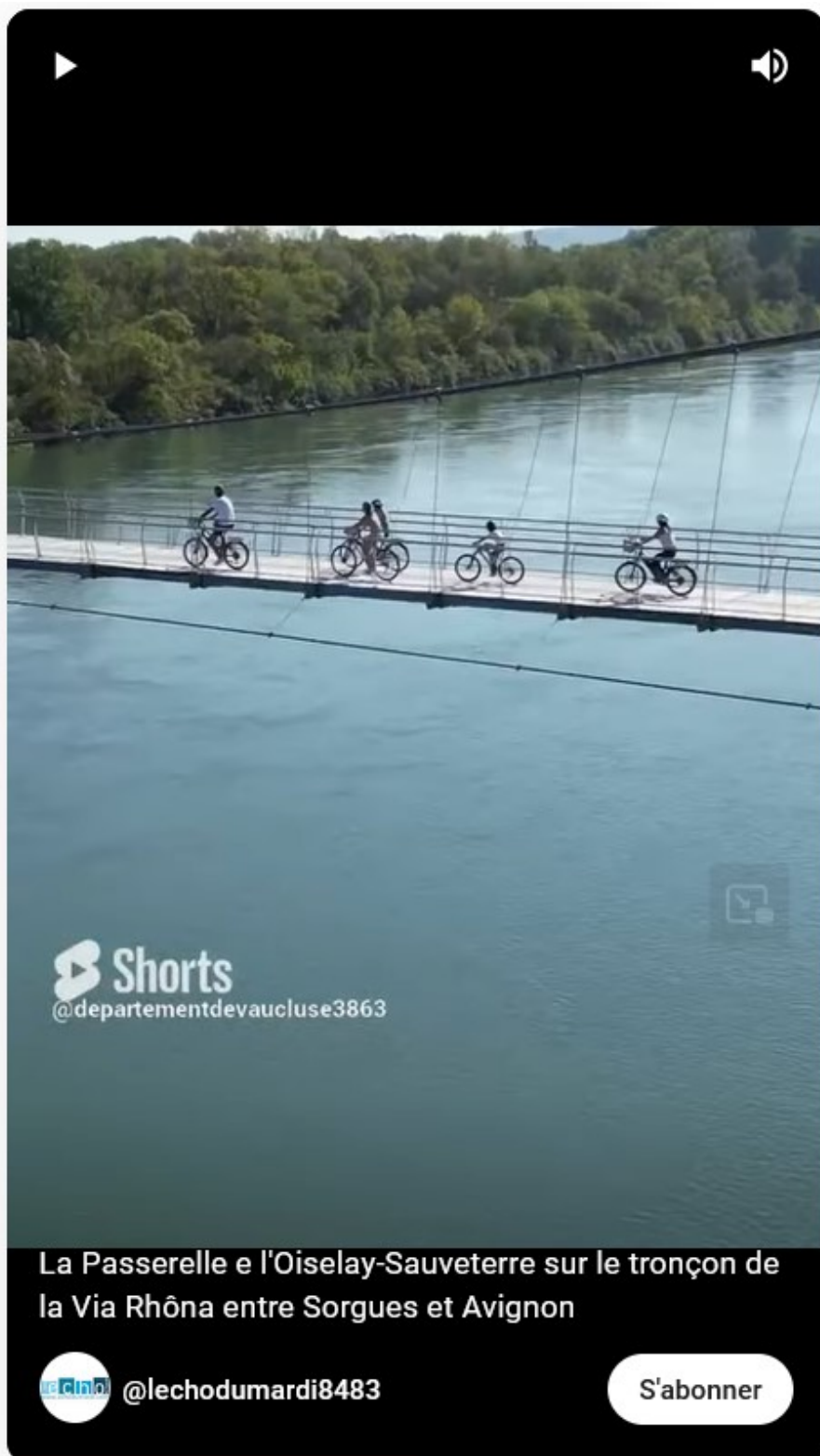


Le chantier de réaménagement et de restauration du pont des Arméniers devrait débiter l'année prochaine.

Enfin, pour parfaire l'aménagement, une étude est menée concernant la voie verte le long de la RD 228 sur la Barthelasse, entre le giratoire de l'Islo (Chemin des Vignes) et le Pont du Royaume situé entre Avignon et Villeneuve-lès-Avignon.

Objectif ? Offrir des conditions optimales pour les cyclistes et permettre de raccorder les parkings situés sur l'île Piot à Avignon. Le Département a porté les études sur une grande partie du linéaire, excepté en extrémité Sud (un tronçon de 400 mètres) à l'amont immédiat du Pont du Royaume, sous maîtrise d'ouvrage du Grand Avignon.


Ecrit par le 18 mai 2026



▶ 🔊

Shorts
@departementdevaucluse3863

La Passerelle e l'Oiselay-Sauveterre sur le tronçon de la Via Rhôna entre Sorgues et Avignon

 @lechodumardi8483 **S'abonner**

J

F

Écrit par le 18 mai 2026

Cliquer sur l'image pour lancer la vidéo.

(Vidéo) Entretien avec Jérémie Pichon, le pape du zéro déchet



Jérémie Pichon, le pape du Zéro déchet et le papa de 'Famille presque zéro déchet', propose deux conférences, une ce vendredi 24 février à 19h, à la salle Polyvalente de Montfavet-Avignon et le lendemain, samedi 25 février à 18h au Pôle Culturel Jean Ferrat à Sauveterre. Les places gratuites sont à réserver [ici](#). Les ouvrages 'Famille zéro déchet', 'Les zenfants zéro déchet', 'Ze guide 2 La famille en transition écologique' ... pourront être dédiés.

Transition écologique

« Je ne parle pas de décroissance mais de transition écologique, pour dire que nous devons passer à un

Ecrit par le 18 mai 2026

autre système. Pourquoi ? Parce que lorsqu'on parle de déchets, on s'attaque aux symptômes de notre société industrielle dont l'objet est d'extraire, de transformer et de consommer via beaucoup d'énergie et d'eau ce qui nous amène à créer de la pollution et donc des déchets. »

Tricoter un système vertueux

«En s'exerçant au zéro déchet, on détricote le système pour en re-tricoter un beaucoup plus vertueux. Quelle incidence par rapport au changement climatique ? Notre poubelle est constituée de 3 tiers : le compost qui est la matière organique ; l'emballage agro-alimentaire souvent issu des grandes surfaces et tous les objets que l'on consomme : vêtements, jeux pour les enfants, stylos qui arrivent en fin de vie.»

Un changement radical

«Les 2 tiers de cette poubelle proviennent de l'alimentation. Lorsque vous allez en grande surface, la moitié de votre caddie est constitué d'emballages et de produits achetés très loin -c'est la globalisation- votre ketchup, par exemple, vient de Turquie, votre vinaigre de Tchéquie... En faisant sa transition alimentaire, on achète en circuit court chez ses commerçants et producteurs locaux, avec ses propres contenants. En faisant cela, on sort du système globalisé ce qui va réduire les 2 tiers notre poubelle, on sort ainsi de l'emballage alimentaire et l'on fait de considérables économies.»

Réduction des émissions de gaz à effet de serre

«En s'attaquant aux déchets, on change notre alimentation. En faisant nos courses en circuit court on divise par 4 -et par an- nos émissions de carbone, ce qui nous amène au changement climatique. Car ce qui coûte de l'énergie c'est la transformation de nos aliments, les infrastructures et beaucoup de transports pour acheminer les produits. La plus grande catastrophe écologique dans notre alimentation ? La pizza surgelée !»

Ecrit par le 18 mai 2026



DR

Le 3^e tiers de notre poubelle ?

«Ce sont les objets en fin de vie. Quand on fait du zéro déchet, on entre dans la démarche des 4 R : réduire (moins consommer), ré-utiliser (marché de l'occasion), réparer et recycler. Sortir de la pollution c'est sortir de la société de production. Réduire à la source nos déchets, c'est changer le système de production, de consommation et c'est la seule solution, aujourd'hui, puisque nous sommes 8 milliards à vivre sur la Terre, si l'on veut sortir de la destruction permanente de notre habitat commun, la planète.»

Quel retour des conférences ?

«Sur le moment tout le monde est archi-emballé. Ce qui intéresse ? C'est quand les gens disent : On a compris. Je fais toujours le lien entre le global (organisé depuis la seconde guerre mondiale) et le local. Les gens sont ainsi informés et motivés pour se dire : Moi aussi je peux le faire. En devenant un colibri ([Le mouvement Colibris](#)). Ils deviennent un élément de la chaîne. Maintenant, en mesurer les conséquences à plusieurs mois après la conférence ? Je n'en n'ai aucune idée.»

Une société qui va à l'inverse de ce qu'elle devrait faire

«La société ultra-numérisée, les Apple, les Google, [Gafam](#), Amazon, tout ce qui se passe depuis 10/12 ans nous précipite à l'inverse de ce que l'on devrait faire, dans la destruction de l'écosystème, de la société et de l'homme. Je ne suis pas optimiste, mais je continue à faire passer mon message parce que j'ai raison. J'en suis convaincu et c'est sans doute pour cela que je suis convainquant.»

Ecrit par le 18 mai 2026

Ce sont surtout les agglos et les villes qui me font venir

«Ce sont les établissements publics qui me font venir pour les 2 tiers de mes conférences. Ils ont la mission de réduction des déchets et s'inscrivent dans une logique de prévention. Au départ tout le monde disait : on va faire le tri. Pourtant faire du tri et du recyclage s'est avéré archi-limité et polluant, ça n'est donc pas la solution. Donc nous sommes maintenant dans la réduction des déchets à la source.»



Jérémie Pichon DR

Le mirage et le mensonge du recyclage

«Le tri a surtout consisté à envoyer nos déchets en Afrique et en Asie. Cependant, depuis 3 ans, la Chine et d'autres pays du Sud-Est asiatique on dit : 'stop, on arrête de prendre vos déchets'. L'envoi de ces déchets était mis au crédit de la valorisation parce que ces pays étaient censés le faire. Mais ils ont dit stop avec tout ça sur les bras. Alors, aujourd'hui que se passe-t-il ?»

Le tri part à l'incinérateur

«Aujourd'hui ? On est dans l'extension du phénomène de tri qui est stocké dans les centres avec une promesse de recyclage qui est juste fausse puisqu'en France nous disposons de deux usines de recyclage en Bourgogne et en Ile-de-France qui traitent à peu près 50 000 tonnes de plastiques alors que la France en produit 5 millions. Et ce phénomène va augmenter avec les consignes de tri. Or, en France, on traite environ 1% de nos plastiques de recyclage.»

Ecrit par le 18 mai 2026

La plupart des plastiques n'est pas recyclable

«Parce qu'il s'agit de polystyrène ou de films plastiques qui ne sont pas recyclables. Nous ne disposons ni de process ni des filières économiques pour le faire. Et lorsque le plastique est recyclable, il ne l'est qu'une seule fois, à condition d'y ajouter du plastique vierge sinon il ne 'tient' pas, parce que la chaîne polymère est trop faible. En fin de vie, il finit à l'incinérateur ou en centre d'enfouissement. Le mensonge c'est de dire qu'en tant que citoyen, lorsque vous faites le tri, vous avez fait votre boulot de citoyen. Le plastique est une catastrophe pour l'environnement. Il faut en sortir et aller vers du durable, notamment pour l'agroalimentaire, en utilisant de l'inox, du verre, du bois, de la laine, des tissus... les alternatives sont nombreuses pour nous permettre de sortir du plastique.»



le plastique n'est pas recyclable et pollue la planète durablement DR

Qui organise la consigne de tri et toute cette communication mensongère ?

«C'est [Citéo](#) (ex-Eco-Emballage), éco-organisme français en charge du développement du recyclage, avec, au sein de son conseil d'administration Coca, Danone, Nestlé. On a confié aux industries industrielles productrices de déchets et plastiques le soin de les réduire ! C'est une blague ! On a fait la même chose pour l'industrie de la pharmacie avec [Cyclamed](#). C'est comme confier le soin à [Bayer-Monsanto](#) de réduire la production et l'utilisation des OGM (Organismes génétiquement modifiés). Nous sommes sur un mensonge financé par l'Etat pour continuer dans ce système globalisé qui génère des profits. Pourquoi ? Parce que la clef du système globalisé sont l'emballage et le plastique parce que tout est produit loin du lieu de consommation.»

Les infos pratiques

Ecrit par le 18 mai 2026

La première conférence en compagnie de l'auteur a lieu **le 24 février à 19h en salle polyvalente de Montfavet** à Agroparc à Avignon. La seconde se tient **le lendemain à 18h, au Pôle culturel Jean Ferrat de Sauveterre**. Pour vous inscrire, il vous suffit simplement de **cliquer sur le lien correspondant** à la conférence à laquelle vous souhaitez assister et de remplir les champs requis : [Conférence Avignon du 24 février à 19h](#). [Conférence Sauveterre du 25 février à 18h](#). Un QR code à présenter le soir de votre venue vous sera fourni après avoir complété le formulaire.



La seconde main, le top de l'élégance ?

Ses ouvrages [ici](#).

Ecrit par le 18 mai 2026

(Vidéo) Quand le papa de Famille 'presque' zéro déchet vient jouer à domicile



En 2022 la Ville de [Sauveterre](#) a organisé, avec l'accompagnement en intelligence collective de [Pazapa](#), un défi des familles zéro déchet. Ce sont 7 familles qui ont relevé le défi de réduire de 50% la taille de leurs poubelles ! Pour le lancement du 2e défi, la ville de Sauveterre, soutenue par le Grand Avignon a convié Jérémie Pichon à venir animer une conférence samedi 25 février à 18 heures au Pôle Culturel Jean Ferrat. Il donnera une deuxième conférence vendredi 24 février, à 19 heures, à la salle polyvalente de Montfavet par le Grand Avignon, à Avignon. Les places gratuites sont à réserver [ici](#).

Qui est [Jérémie Pichon](#) ?

Durant 18 années passées au service d'ONG (organisations non gouvernementales) socioculturelles,

Ecrit par le 18 mai 2026

environnementales et humanitaires, Jérémie Pichon fait le triste constat d'un système basé sur la surconsommation, dévastateur pour l'Homme et son milieu.



De la théorie à la pratique

En 2014, ils décident de se lancer, en famille, dans un défi Zéro déchet. En trois ans, de 390 kg de déchets, ils passent à 1 kg, soit un bocal par an, et découvrent surtout un nouveau mode de vie. Ils en tirent un livre, Famille 'presque' Zéro Déchet 'Ze Guide', illustré par sa femme Bénédicte Moret. Déjà vendu à ce jour à 300 000 exemplaires, il sort en livre de poche en ce mois de février 2023.

Une aventure qui remet tout en cause

Lors de ses interventions en conférence ou en entreprise, Jérémie Pichon raconte avec humour comment ils ont mené leur aventure. Il décrit surtout les bénéfices énormes et insoupçonnés, qu'ils ont tirés d'un tel changement, car en éliminant leur poubelle, ils s'attaquent finalement au système et dessinent un mode de vie soutenable, sobre et heureux.

Ecrit par le 18 mai 2026



Un constat ?

«Les déchets circulent au fil de l'eau relate Jérémie Pichon qui habite avec sa famille dans les Landes. Plus précisément, 200 kg de déchets, liés à notre mode de vie, arrivent, chaque seconde, dans l'océan. Des déchets qui polluent la chaîne alimentaire à tel point qu'on estime qu'en 2050, il y aura plus de plastique que de poissons dans l'océan.»

Ecrit par le 18 mai 2026

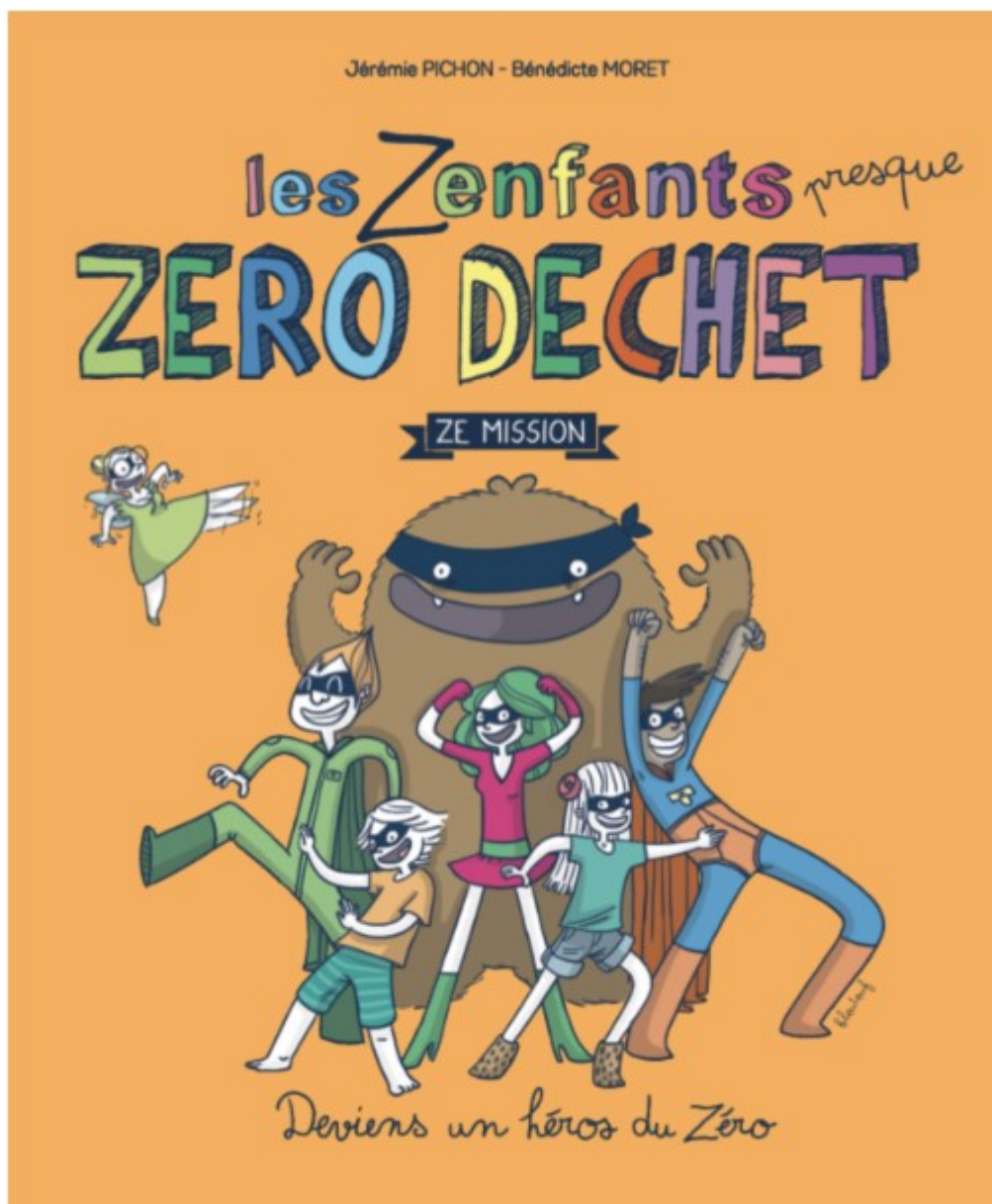
Pourquoi ?

«Parce que notre système économique est basé sur l'hyper-consommation linéaire qui pèse 390kg de déchets par personne et par an, en réalité 590kg si l'on ajoute nos allers-retours à la déchèterie. Mais en réalité nos déchets pèsent bien plus lourd si l'on prend en compte les process de fabrication qui sont l'extraction de la matière, l'énergie utilisée pour la transformation de l'objet, son conditionnement et son transport. A titre d'exemple : le BTP, l'industrie, l'agriculture, en France, produisent 14 tonnes de déchets cachés rattachés individuellement à notre mode de vie. Chaque européen consomme 50 tonnes de ressources ce qui amène à l'émission de CO2 qui induit le changement climatique. Aujourd'hui, on consomme en 7 mois ce qu'on devrait consommer en 12. De même, la moitié des masses d'eau sont en sur-exploitation et deux tiers de l'eau douce est au-delà de sa capacité d'assimilation des pollutions.»

Au début

«Au début on s'est dit peut-on manger, jouer, avoir une vie sociale sans emballages ? La 1^{re} année on est passé à une poubelle tous les 3-4 jours, ce qui est la moyenne, à une poubelle par mois. La 2^e année à une poubelle tous les 6 mois. La 3^e année, on est passé à un bocal d'1 litre en 1 an, avec à côté, beaucoup de recyclable et un énorme compost car nous achetons beaucoup de produits frais.»

Ecrit par le 18 mai 2026



La solution ?

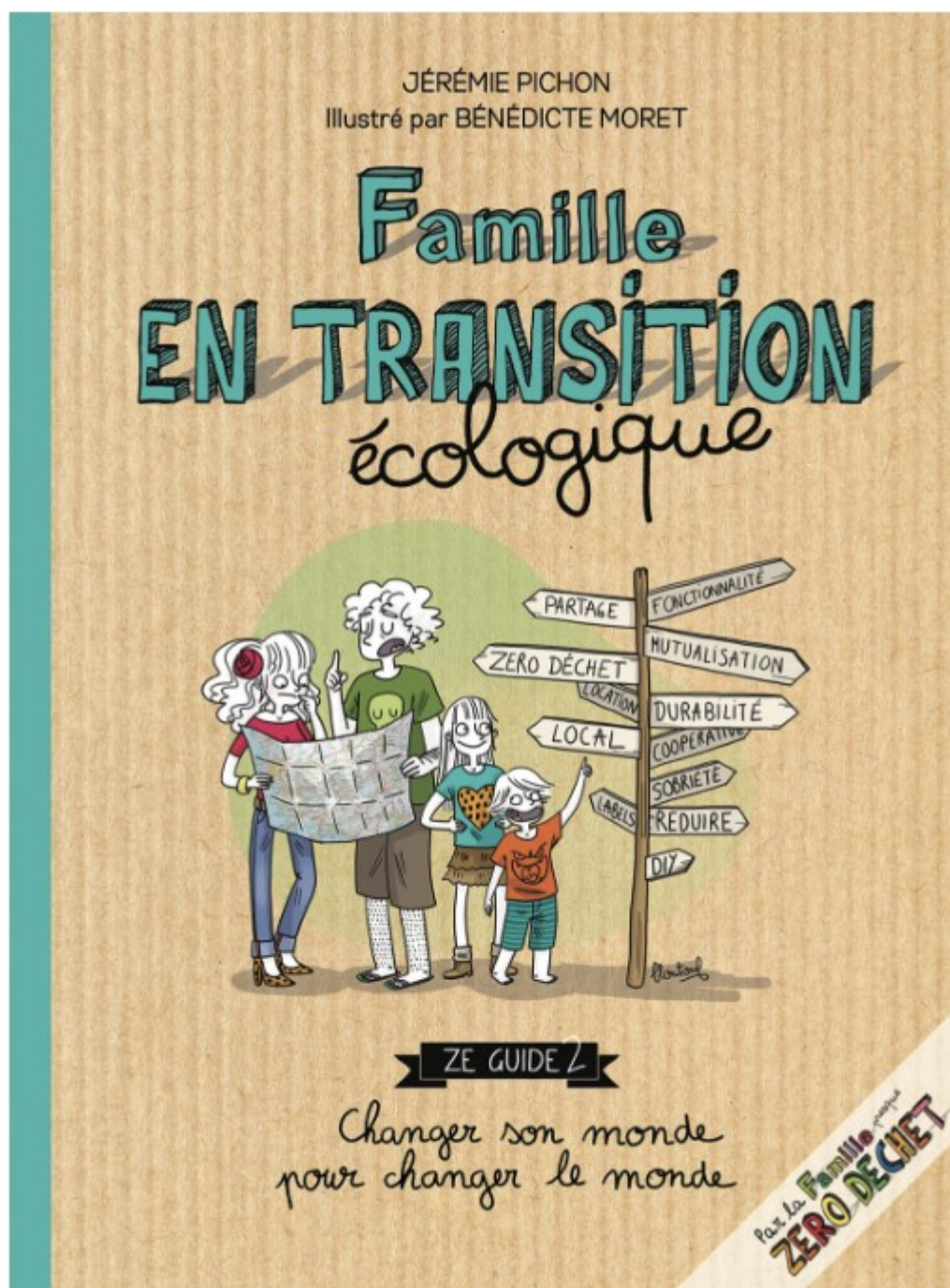
«Si vous ne voulez pas de déchets dans votre poubelle, n'en n'achetez pas ! La solution ? Posséder moins et s'interroger : Ai-je vraiment besoin de cet objet ? Puis on s'est mis dans une démarche de désencombrement et de minimalisme. On a fait des vides-greniers, tout vendu en vides-greniers pendant deux ans et demi pour ne garder que l'essentiel.»

Que faire face à l'obsolescence ?

«Quand nous avons arrêté de consommer, nous nous sommes posé la question de la durabilité. Les 3 piliers de la consommation ? La publicité, le crédit et l'obsolescence. Un produit que l'on conserve 20 ans

Ecrit par le 18 mai 2026

est amorti en terme écologique. Nous avons alors choisi des produits durables, réparables et recyclables pour allonger leur durée de vie. Nous avons appliqué cela à tous les pans de notre vie quotidienne. Les solutions que l'on n'a pas trouvées ? L'ordinateur, le téléphone et la voiture dont nous sommes très dépendants.»



Ecrit par le 18 mai 2026

Ô miracle ! La sobriété volontaire

«Lorsque l'on consomme local, on passe sous la barre des 175kg équivalent carbone par personne et par an. Avec le zéro déchet, nous nous insérons dans la démarche de transition écologique, limitant notre empreinte. Nous sommes passé au bio, de saison et local et avons économisé 30% de notre budget annuel familial. Nous avons totalement détoxifié notre alimentation, nos produits d'hygiène et cosmétiques. Enfin, nous sommes sortis de l'économie mondialisée -dont nous subissons tous les conséquences- pour une relocalisation de nos achats. Nous n'avons pas perdu en confort, mais gagné en qualité de vie, en pratiquant la sobriété volontaire et ça nous rend heureux.»

Ecrit par le 18 mai 2026



Les infos pratiques

La première conférence en compagnie de l'auteur a lieu **le 24 février à 19h en salle polyvalente de Montfavet** à Agroparc à Avignon. La seconde se tient **le lendemain à 18h, au Pôle culturel Jean**

Ecrit par le 18 mai 2026

Ferrat de Sauveterre. Pour vous inscrire, il vous suffit simplement de **cliquer sur le lien correspondant** à la conférence à laquelle vous souhaitez assister et de remplir les champs requis : [Conférence Avignon du 24 février à 19h.](#) [Conférence Sauveterre du 25 février à 18h.](#) Un QR code à présenter le soir de votre venue vous sera fourni après avoir complété le formulaire.

'JS Comme Bach' : le concert de l'Épiphanie à Sauveterre



Ce dimanche 8 janvier, l'[Ensemble Arianna](#), un groupe de professionnels de musique baroque, présentera, en cette période d'Épiphanie, un concert de Noël au pôle culturel Jean Ferrat à Sauveterre. Accompagné d'Ars Vocalis, le pôle vocal de l'Ensemble Arianna, ce dernier proposera un programme entièrement dédié à 3 motets de Bach.

Les voix et les instruments se mêleront afin de plonger les spectateurs dans l'émotion et dans la joie de Noël, sous la direction de Marie-Paule Nounou. Le billet pour assister au concert est au prix de 12€, et 8€

Écrit par le 18 mai 2026

au tarif réduit.

Dimanche 8 janvier. 17h. Pôle Culturel Jean Ferrat. 157 rue des Ecoles et du Stade. Sauveterre.

V.A.

Grand Avignon & Sauveterre, 1er défi des familles zéro déchet



Pendant 6 mois, de juillet à décembre, le Village de Sauveterre a accompagné 10 foyers dans le dispositif 'Ensemble, réduisons nos poubelles de 50% à Sauveterre'. Ça a commencé par un bilan, en juillet et août, de la poubelle actuelle des 10 familles avec un relevé témoin prenant en compte le poids et la segmentation des déchets. Durant ce temps il a été demandé aux familles de ne rien changer à leur mode de vie.

4 mois après

Après un relevé des analyses 4 mois plus tard, les poubelles avaient réduit de 26%. En réalité l'effort

Ecrit par le 18 mai 2026

était déjà conséquent puisque les familles totalisaient 130 kg par personnes et par an alors que les chiffres nationaux font, en moyenne, état de 220kg par personne et par an. Ce qui induit que les 10 familles étaient déjà engagées dans la réduction des déchets notamment via la pratique du compostage qui représente un tiers du poids de la poubelle.

Un autre mode d'achat

L'autre explication de la réduction des déchets réside dans la transformation du mode de consommation des familles qui ont augmenté leurs achats en vrac. Mais ça n'est pas tout. Ces temps de changement ont aussi été guidés par des accompagnants et des réunions ont ponctué ce changement de vie.



Familles ambassadrices

Désormais les 10 familles sont devenues les meilleures ambassadrices pour accompagner les Sauveterrois au changement. Leur plus grand atout ? Le partage d'expérience et tous les trucs et astuces pour se rendre la vie plus belle et moins encombrante notamment en s'adonnant au Furoshiki qui est l'emballage du cadeau en tissu ; la fabrique de Liniment qui sert de produit démaquillant et produit de nettoyage bébé ; faire sa lessive au lierre. C'est aussi vrai au chapitre de la cuisine en fabricant soi-même son pain, son fromage frais, sa pâte à tartiner, ses yaourts et mousses au chocolat, ses cookies.

Appliquer les 5R

Les cinq R ? Ce sont les 5 règles d'or. Refuser ce dont on peut se passer ; Réduire ce dont on a besoin (et

Ecrit par le 18 mai 2026

que l'on ne peut pas refuser) ; Réutiliser ce que l'on consomme (et que l'on ne peut ni refuser, ni réduire) ; Recycler ce que l'on ne peut pas réutiliser ; Retourner à la terre ce qu'elle a donné (composter).

Dans le détail

Règle n°1 : Refuser

Elle est la première règle de la démarche vers le zéro déchet. Attention, il ne s'agit pas ici de refuser le confort moderne, mais d'apprendre à reconnaître le superflu du nécessaire. Dire « non », c'est laisser moins d'éléments entrer dans notre quotidien, donc autant de produits dont nous n'aurons pas à nous débarrasser. Exemple d'action : Un autocollant « stop pub » sur la boîte aux lettres pour éviter 30kg de papier par an !

Règle n°2 : Réduire

Comme le dit l'adage, « le meilleur déchet est celui qu'on ne produit pas ». Et pour lutter efficacement contre la production des déchets, la meilleure solution est encore de ne pas en créer. Pour changer durablement notre mode de vie vers cette réduction, il convient de réaliser un geste, pour s'interroger sur le positif qu'elle apporte, et ainsi l'intégrer dans ses nouvelles routines quotidiennes de consommation. Exemple d'action : Achetez 1kg d'abricots en vrac plutôt que dans une barquette en plastique, elle-même emballée dans un sachet en plastique !



Règle n°3 : Réutiliser

Cette règle nous apprend que pour chaque produit jetable il existe une alternative durable. En consommant moins mais mieux, nous allons nous rendre compte de l'importance des objets. Cela va se

Ecrit par le 18 mai 2026

traduire par réparer lorsque c'est possible, de repenser sa fonction première en lui trouvant une nouvelle utilité ou fonction, rapporter si des solutions se présentent. Exemple d'action : Refuser le gobelet jetable au travail pour lui préférer une tasse personnelle.

Règle n°4 : Recycler

Cette étape explique qu'il s'agit de se débarrasser de ce qui est entré chez nous et que l'on ne pouvait éviter. Chaque consommateur constitue le premier maillon de la chaîne de recyclage, car sans tri de notre part, le recyclage ne serait pas possible. Et si vous ne voyez pas clair dans les consignes de tri de votre ville ou de votre région, n'hésitez pas à consulter les outils mis gratuitement à votre disposition. Exemple d'action : Être acteur de demain en triant à la source et en respectant les consignes de tri (à la maison ou en bacs de collecte, comme en déchèterie).

Règle n°5 : Rendre à la terre

Cette partie concerne tous les déchets organiques et biodégradables. Alors que nous sommes nombreux à déposer nos épluchures, restes de repas ou encore nos fruits et légumes abîmés dans la poubelle, plusieurs alternatives existent afin de restituer à la terre ce qu'elle nous a donné. Trier ses biodéchets, c'est alléger le poids de sa poubelle de plus de 30%, c'est permettre de réduire les tonnages de stockage ou d'incinération, c'est éliminer un risque de pollution ...

LES 5R, CES GESTES SIMPLES POUR UNE DÉMARCHE ZÉRO DÉCHET



À LA MAISON, ON ADOPTE UN MODE DE VIE PLUS COHÉRENT AVEC LE MONDE QUI NOUS ENTOURE :



REFUSER

- Produits à usage unique
- Prospectus / publicités
- Tickets de caisse
- Plastiques et emballages
- ...

COMMENT ?

- Produits réutilisables
- Autocollant « Stop pub »
- Dire « non merci »
- Sacs vrac en tissu



RÉDUIRE

- Gaspillage alimentaire
- Consommation de biens
- Acheter moins mais mieux
- Emballages jetables
- ...

COMMENT ?

- Acheter autrement
- Être soigneux
- Acheter d'occasion, troquer, prêter
- Sacs réutilisables



RÉUTILISER

- Les vieux meubles
- Les pots en verre
- Draps et serviettes
- ...

COMMENT ?

- Home staging
- Bocaux en cuisine
- DIY (lingettes, cotons lavables, sacs ...)



RECYCLER

Dernier recours : ce qui ne peut être refusé, réduits et/ou réutilisé

COMMENT ?

Le tri de chaque habitant :
Verre
Papier/Carton
Métaux
D3E
...



COMPOSTER

(ROT EN ANGLAIS)

Concerne les déchets organiques (de cuisine et de jardin)

COMMENT ?

- Séparer les biodéchets du reste des ultimes
- ↓
- Amendement naturel et économique

Continuer l'aventure

Ecrit par le 18 mai 2026

En partant du principe que 'Le meilleur déchet est celui que l'on ne produit pas' très rapidement d'autres familles vont emprunter les pas des premiers ambassadeurs anti-gaspi. Ils seront accompagnés en cela par des facilitateurs.

Grâce à eux

Cette belle initiative a été mise en place par les conseillères municipales et organisatrices du défi Karel Arnau et Sylvie Burgio Lips ; Véronique Arfi responsable mission transition écologique au Grand Avignon Le ; Marjorie Maugeais-Cousyn formatrice Pazapa. Une initiative Sauveterre et Grand Avignon.

Ca a commencé comme cela

Au départ la Mairie de Sauveterre et le Grand Avignon ont organisé, en juin, une journée festive destinée à sensibiliser les habitants à l'environnement. C'est ce jour-là qu'a été lancé le défi 'Zéro déchet' sous forme de challenge pour réduire les déchets durant 6 mois. Premier objectif ? Réduire les déchets de 50% pour à terme frôler et même atteindre la disparition des poubelles. Une initiative du maire de Sauveterre, Jacques Demanse également vice-président délégué à la transition énergétique au Grand Avignon.



Les familles zéro déchets

Sauveterre : apprendre en famille à réduire ses déchets quotidiens



De juin à décembre, la commune de [Sauveterre](#) et le [Grand Avignon](#) ont organisé plusieurs ateliers 'Ensemble, réduisons nos poubelles de 50% à Sauveterre', dans le cadre du Premier Défi des familles zéro déchet de la commune.

« La ville de Sauveterre est soucieuse de faciliter l'engagement au quotidien de ses habitants en faveur de la transition écologique », explique [Jacques Demanse](#), maire de Sauveterre et vice-président du Grand Avignon délégué à la transition énergétique et à la valorisation des déchets.

Pendant six mois, une dizaine de foyers ont bénéficié d'ateliers afin d'apprendre à réduire la quantité de leurs déchets quotidiens, sous l'œil avisé de [Karel Arnau](#) et Sylvie Burgio Lips, conseillères municipales

Ecrit par le 18 mai 2026

organisatrices du Défi.

Objectif : 50% de réduction de déchets

Accompagnées par Marjorie Maugeais-Cousyn, formatrice facilitatrice de Pazapa, les familles ont dans un premier temps discuté de leurs habitudes, ont pu poser leurs questions, et ont ensuite passé en revue les 5R à suivre pour réduire leurs déchets.

Les 5R, ce sont les règles d'or du zéro déchet :

- **R**efuser ce dont on peut se passer
- **R**éduire ce dont on a besoin (et que l'on ne peut pas refuser)
- **R**éutiliser ce que l'on consomme (et que l'on ne peut ni refuser, ni réduire)
- **R**ecycler ce que l'on ne peut pas réutiliser
- **R**etourner à la terre ce qu'elle a donné (composter)

Après avoir répondu présentes à ces rendez-vous, les familles ont elle-mêmes pu animer des ateliers 'presque zéro déchet' pour les Sauveterrois à l'approche des fêtes de fin d'année. Les adultes comme les enfants ont partagé leurs recettes et astuces. Ainsi, Les familles deviennent ambassadrices du Défi des familles de Sauveterre. Une seconde édition sera programmée au cours de l'année 2023.

Des premiers résultats encourageants

Seulement quatre mois après le premier atelier qui a eu lieu en juin dernier, les organisatrices ont pu constater une réduction moyenne de 26% des déchets au sein des familles. Avant même de débiter le Défi, le poids initial des poubelles des familles du Défi était de 130kg par personne et par an, ce qui est déjà moins que les chiffres locaux et nationaux qui s'élèvent à 220kg par personne et par an en moyenne.

« Les familles étaient déjà très engagées avant même le début du défi et pratiquent toutes le compostage, ce qui représente un tiers du poids de la poubelle », développe Karel Arnau.

V.A.

Que proposent les villes du Grand Avignon pour Noël ?

Ecrit par le 18 mai 2026



Les villes du Grand Avignon vous proposent un programme festif et magique autour des animations de Noël. Ateliers, parades, spectacles... il y en a pour tous les goûts.

Mercredi 14 décembre

Caumont-sur-Durance : ateliers créatifs de Noël

A quelques jours de Noël, la bibliothèque Pierre Vouland vous invite à participer à un atelier créatif animé par Nancy Saura. Découpage, collage, créativité sont les maîtres mots pour entrer sereinement dans la magie de Noël. A partir de 6 ans.

10h-12h30 et 15h-17h30. Bibliothèque Pierre Vouland, place du 8 mai 1945. Gratuit sur inscription au 04 90 25 21 07.

Rochefort-du-Gard : ateliers créatifs

Fabrication de décorations de Noël. A partir de 7 ans.

9h15-12h. Bibliothèque municipale, rue du Lavoir. Réservation au 04 90 26 13 75.

Sauveterre

Grande journée de Noël

Programme de la journée : animations par Totout'Arts, animations Kapla avec Kasajeux (5€), petit marché, vin chaud devant le parvis du Pôle, concert du Noël à partir de 17h30.

A partir de 10h. Pôle Culturel Jean Ferrat. Réservation conseillée au 04 66 33 20 12.

Atelier créatif : masque magie des contes

Confection de masques pour les fêtes. De 3 à 10 ans.

9h30 pour les 3-6 ans et 10h30 pour les 6-10 ans. Pôle Culturel Jean Ferrat. Tarif unique 3€. Réservation

Ecrit par le 18 mai 2026

au 04 66 33 20 12.

Vedène : visite du Père Noël

Visite du père Noël et de sa mascotte en déambulation dans le centre-ville. Rendez-vous à 16h30 à l'espace du Lavoir ou place du Petit Pont.

Dès 14h30. Centre-ville.

Vendredi 16 décembre

Rochefort-du-Gard : esprit de Noël

Festivités autour de Noël. Manège gratuit, chalets et buvette assurée par le comité des fêtes.

Du 16 au 18 décembre. Place de la République & Castellas.

Samedi 17 décembre

Roquemaure : création de bougie de Noël

Venez participer à cet atelier DIY de 30 minutes pour vous initier à la fabrication d'une bougie parfumée pour Noël. A partir de 6 ans.

10h-10h30. Bureau de Roquemaure, 2 rue de la Liberté.

Villeneuve-lez-Avignon

Ateliers créatifs

Deux ateliers sont proposés : « un bonhomme de neige » pour les 5-11 ans et « Rodolphe le renne au nez rouge » pour les 6-12 ans.

10h30-17h. Salles des conférences.

Atelier poterie et végétation

En attendant l'arrivée du père Noël, laissez place à votre imagination pour réaliser votre propre décoration en argile. A partir de 5 ans.

10h et 14h. 4 place Victor Basch. Tarif unique 15€. Inscription au 09 83 96 14 37.

Dimanche 18 décembre

Les Angles : chantez Noël

Concert proposé par la chorale Les Voix La. Chef de chœur : Aline Vrignaud, accompagnée au piano par Francis Squire.

16h30. Eglise. Tarif unique 8€.

Pujaut : le fabuleux Noël de petit Paul

La mairie du Pujaut vous propose ce spectacle pour jeune public.

16h. Salle Polyvalente. Adulte 10€, enfant 8€, gratuit pour les moins de 12 ans. Réservation au 04 90 26 40 20.

Mardi 20 décembre

Rochefort-du-Gard : atelier philo de Noël

Atelier philo de Noël, avec Isabelle Rondeau. Atelier enfant à partir de 7 ans.

10h-11h30. Bibliothèque municipale. Réservation au 04 90 26 13 75.

Ecrit par le 18 mai 2026

Villeneuve-lez-Avignon : atelier fabrication de couronne végétale

Envie de réaliser votre propre décoration de Noël ? les petites Zécolos vous proposent de fabriquer votre propre couronne végétale pour décorer la maison.

10h et 15h. 4 place Victor Basch. Tarif unique 10€. Inscription au 09 83 96 14 37.

Mercredi 21 décembre

Roquemaure : création d'une bougie de Noël

Venez participer à cet atelier DIY de 30 minutes pour vous initier à la fabrication d'une bougie parfumée pour Noël. A partir de 6 ans.

14h30-15h. Bureau de Roquemaure, 2 rue de la Liberté.

Vedène : visite du père Noël

Visite du père Noël et de sa mascotte en déambulation dans le centre-ville. Rendez-vous à 16h30 à l'espace du Lavoir ou place du Petit Pont.

Dès 14h30. Centre-ville.

Villeneuve-lez-Avignon

Parade des lutins et lâché de lutins

Venez danser et déambuler sur les plus beaux et entraînants airs de Noël interprétés par le Quality Street Band, accompagné par 2 lutins géants.

17h. Centre-ville.

Grande chasse au trésor « Quentin le lutin »

Animation qui mêle spectacle et course au trésor dans le centre historique. Dès 6 ans.

15h et 17h. Centre-ville, départ parking Chartreuse.

Jeudi 22 décembre

Villeneuve-lez-Avignon : atelier création de cartes vœux

En attendant l'arrivée du père Noël, venez créer trois cartes de vœux à l'aquarelle. A partir de 5 ans.

10h-12h et 14h-16h. 4 place Victor Basch. Tarif unique 15€. Inscription au 09 83 96 14 37.

Vedène : visite de la crèche

Durant les fêtes, venez découvrir la crèche de Noël à l'église St Thomas ainsi que les décorations réalisées par les enfants des écoles de la ville. A découvrir Impasse Camille Claudel.

Du 22 décembre 2022 au 1^{er} janvier 2023. Eglise Saint-Thomas. Entrée libre.