

LOISIRS Soirée antillaise.

L'association Inner Wheel-Rotary organise une soirée antillaise le samedi 30 avril de 19h30 à 2h30, à la salle des fêtes, en faveur d'œuvres caritatives.

→ Renseignements et inscriptions au 06 77 05 77 40.

VENTES Vide-greniers.

La maison de retraite Orpea "Les jardins de la Crau" organise un vide-greniers réservés aux particuliers, samedi 30 avril, de 7h à 17h30, sur le parking de la résidence, 1, rue de l'Europe.

Buvette et petite restauration sur place. Les fonds récoltés par la maison de retraite seront redistribués à une association.

→ Emplacement : 5 €. Renseignements et inscriptions obligatoires au 04 90 17 48 90.

CONCERT A l'électrode.

Ce samedi 30 avril à l'Electrode, soirée « Du doux au fort » avec Humen un trio mélodieux avec des ambiances en douceur en soul music et hip hop très très zen... et Mixemetry des jeunes gars élégants et nerveux avec des guitares aux sons clairs et tranchants, des titres en anglais et en français plutôt rock que chanson ou alors très musclés la chanson.

VENTE MUGUET

Réglementation. La vente de muguet est réservée aux fleuristes. Toutefois, elle est tolérée pour la seule journée du 1er mai pour les associations dont le siège social est enregistré à Miramas et ne devra pas s'exercer à moins de 50 mètres des fleuristes.

NETTOIEMENT Collecte des déchets et déchetteries.

En raison du dimanche 1er mai, jour férié chômé, la collecte ne sera pas assurée sur l'ensemble du territoire de Grans, Cornillon-Confoux, Miramas, Istres, Fos-sur-Mer et Port-Saint-Louis-du-Rhône. Les déchetteries seront également fermées.

Le fonctionnement de la collecte et des déchetteries reprendra aux horaires habituels dès le lundi 2 mai.

"Les vélos de l'étang" les grave contre le vol



Outre ce gravage qui, selon les modèles des vélos, prend quelques fois près de trente minutes, les bénévoles donnent aux élèves divers conseils.

Ca roule pour "les Vélos de l'étang". Le but de ce groupe de passionnés est de promouvoir la pratique du vélo à l'Ouest de l'étang de Berre soit dans les villes de Martigues, Istres, Miramas, Fos-sur-Mer, Port-de-Bouc, Grans, Port-Saint-Louis du Rhône, Saint-Mitre-les-Remparts...

Depuis la création de l'association en janvier 2013, ils multiplient les actions comme proposer des balades urbaines, des initiations à la pratique du vélo, des stages de maîtrise de la bicyclette, des ateliers réparation de vélos...

Sur leur site, ils publient des topos de ballades, des projets, des témoignages... Ils participent aussi à diverses réunions ou leur connaissance de la pratique du vélo est demandée.

Ils ont aussi comme action le gravage gratuit des vélos dans les collèges et lycées, et payant (5 € d'adhésion et 5 € de gravage) pour les particuliers.

Dernièrement après avoir gravé une douzaine de vélos au collège la Carraie à Miramas, les bénévoles ont proposé leur services au collège Savary à Istres.

Un passeport et un mot de passe internet

Installé sous le préau, ils sont gravé une poignée de vélos qui désormais ne seront plus anonymes. "Le gravage Bicycode limite le vol de vélos et augmente les chances de les retrouver en cas de vol, explique Jean-Luc Hanrad coprésident. Le principe est de graver, seulement les vélos au cadre en métal, un code d'une base qui dépend de la Fédération des usagers de la bicyclette (Fub). Il est mis à la disposition des services de police et de gendarmerie. Ainsi, si votre vélo est retrouvé, il peut vous être rendu".

Le code est donné avec un passeport et un mot de passe internet pour renseigner ou modifier les données du propriétaire

(déménagement, vente...). L'opération est gratuite pour les élèves, et est proposée à tous les chefs d'établissements des villes à l'Ouest de l'étang de Berre.

"Nous allons certainement proposer nos services aux élèves du lycée Rimbaud à Istres, poursuit Jean-Luc Hanrad, et nous tiendrons un stand à Nature en fêtes à Miramas pour les particuliers le 22 mai".

Outre ce gravage qui, selon les modèles des vélos, prend quelques fois près de trente minutes, les bénévoles donnent aux élèves divers conseils concernant l'entretien des vélos, ou encore la pose d'un anti-vol.

Ils offrent même une étude comparative des divers antivols sur le marché français.

Pour plus de renseignements, contacter Jean-Luc Hanrad au 06 82 67 96 64 jhanrad@free.fr / lesvelosdeletang.wordpress.com

Une soirée musicale après le match d'impro

Même si ils étaient peu nombreux dans la salle, les spectateurs, qui sont venus assister à la soirée "impro", qui opposait les clichés de la MJC de Miramas aux guignols de l'impro de Marseille, ont passé un excellent moment et n'ont pu qu'applaudir chaudement les deux troupes d'acteurs.

"Le théâtre d'impro est, sans doute, la plus interactive des formes théâtrales, mais aussi l'une des plus difficiles. Il n'y a, en effet, ni texte pré-écrit, ni répétition. C'est une discipline récente, qui nous arrive droit du Québec et que nous apprécions tout particulièrement à la MJC et c'est pour cette raison, que l'on vous donne tous rendez-vous l'année prochaine pour découvrir nos ateliers d'impro pour

adultes et adolescents ainsi que pour assister à de nouvelles soirées d'improvisation", conclut Catherine Lafont, la directrice de la MJC/MPT de Miramas.

Ce samedi 30 avril, la MJC propose cette fois-ci une soirée musicale pour découvrir, redécouvrir et rencontrer des Miramasséens amateurs et artistes en devenir avec No Name, Surrelle, The Heart Company, Coralie, le "Club Musique" du lycée Jean-Cocteau et l'atelier guitare de la MJC.

Soirée "Plein Feux" ce samedi 30 avril. Dès 19h30. Snack et buvette sur place. Entrée : gratuit pour les adhérents MJC (2 euros pour les non-adhérents). Renseignements auprès de la MJC/MPT de Miramas : 11, bis bd Aristide-Brizard tél : 0490500518



Une soirée "impro" opposait les clichés de la MJC de Miramas aux guignols de l'impro de Marseille.

L'équipe de Taussane a remporté le tournoi interquartiers.

Pour clôturer les vacances, les responsables du centre Jean-Giono ont organisé un tournoi de football interquartiers. Sur les pelouses du complexe du couvent, huit équipes venues des quatre coins de la ville se sont affrontées, dans la joie et la bonne humeur. Si l'équipe de Taussane a remporté le tournoi, les sept autres formations n'ont pas démerité. Lors de la remise des prix, les responsables ont tenu à remercier "l'ensemble des bénévoles qui ont permis que se déroule dans de bonnes conditions, ainsi que le repas de midi, et tous particulièrement, Teddy Althieri ainsi que Christophe Luccioni et le gardien de Couvent. Ils ont permis que le tournoi, prévu initialement, au stade de la Maille 3, puisse quand même avoir lieu dans ce complexe".

**La gym volontaire dans les calanques avec le mistral.**

Le club de gym volontaire (GV) présidé par Simone Charton avait prévu une journée de randonnée dans les calanques marseillaises. Une journée familiale pour renforcer les liens entre les adhérents.

Le vent est venu contrarier le projet et au départ ils étaient moins nombreux que les 80 inscrits. "Qui pouvait faire" reculer les plus déterminés ? Certainement pas ce mistral" s'exclame Simone. Pour Isabelle qui enseigne le Pilate, stretching, relaxation, zumba stylée et zumba gym au sein du GV, "le mistral dans les calanques n'est pas un partenaire sympa, nous avons modifié le programme de la journée".

Une trentaine de randonneurs a parcouru le début du parcours, conduit par Zhara responsable du renforcement musculaire, cardio et marche active, après avoir découvert divers quartiers de Marseille que beaucoup ne connaissaient pas. La bonne humeur était quand même présente avec l'enthousiasme des accompagnantes, Christine qui s'occupe du cardio, chorégraphie et renforcement musculaire et Marine qui anime des cours de zumba et zumba step. Contact 06 16 46 50 46 et gvmiramas.com



La Provence

Pour passer vos annonces

IMMO • AUTO

EMPLOI

LÉGALES

CARNET (Avis de décès, remerciements, messes, in memoriam)

APPELER LE :

04 42 38 53 53

Fax : 04 42 38 90 81

DESTOCKAGE MASSIF

Jusqu'à **-50%*** sur

SALONS - SALLES A MANGER LITERIES

CONCESSIONNAIRE **himala**

MEUBLES **oregon** CRÉATEUR

TAPISSIER

RN 7 ORGON - 04 90 59 21 35

www.meubles-oregon.com - 9h-12h / 14h-19h

654505

*Voir conditions en magasin

Idées SORTIES

La Cuisine RESTAURANT

Menu carte

Location de salle mariage baptême anniversaire ouvert du lundi au samedi midi et soir

2 Rue Marie Curie ZI du Bois de Leuze 13310 Saint Martin de Crau 04 90 91 43 92

Au Coeur de la Provence THÉ DANSANT AVEC ORCHESTRE

Tous les mercredis et dimanches de 14h30 à 19h - thé dansant

- Samedi 30 avril

Repas dansant avec l'orchestre de Robert PIANA

24 Traverse des Galilées ZI Tubé Derrière le garage Citroën - 13800 Istres Renseignement et réservation au 06 21 06 69 41 ou 04 42 56 90 41