

La Provence

FESTIVITÉS de la Côte Bleue

Carry-le-Rouet

DÉCEMBRE

◆ DU 30 NOV. AU 6 • EXPOSITION A LA BERGERIE

Sylvie MILLEREAU - 06 63 88 67 43.

◆ 5 • COMMÉMORATION DE LA FIN DE LA GUERRE D'ALGÉRIE

11h - Monument aux Morts
Infos Anciens Combattants René Akelli : 04 42 13 25 28.

◆ DU 5 AU 13 JAN. • CRÈCHE PROVENÇALE

Office de Tourisme
Exposition de la crèche provençale. Infos : 04 42 13 20 36
tourisme@otcarryrouet.fr

◆ 5 ET 6 • DISTRIBUTION DES COLIS DE NOËL

9h-11h30 - 14h-16h - Salle Calanques
Réservé aux Carryens de + de 65 ans. Infos CCAS : 04 42 13 25 27.

◆ 6 • GOÛTER LECTURE DE NOËL

16h - 17h - Bibliothèque
16h30 Contes improvisés humoristiques avec Oesma et Madeline. De 4 à 8 ans. Gratuit, sur inscription : 04 42 13 25 37
bibliotheque-carryrouet@orange.fr

◆ DU 7 AU 13 • EXPOSITION A LA BERGERIE

Anne-Mary PELLIER - Sylvie LARRIBERE - Annie ESU-Claire GUILLAUME - 06 76 97 18 58.

◆ 7 • GOÛTER DE NOËL

14h-17h - Salle du Grand Bleu
Réservé aux Carryens de + de 65 ans. Sur inscription. Infos CCAS : 04 42 13 25 27.

◆ 8 ET 9 • TÉLÉTHON

Vendredi 17h30 - Place Roger Grange : Retraite au flambeau (départ du Bouldrome). Concerts, danse, animations, restauration.
Samedi 9 à partir de 9h Complexe sportif, et sur le port : Promenade en Harley Davidson. Diverses manifestations culturelles et sportives (tournois de tennis...), tombola Géante.
Infos : Carry Espoirs www.carryespoirs.fr 06 61 91 42 73

◆ 13 • REPAS DE NOËL

12h - Salle du Grand Bleu
Réservé aux carryens de + de 65 ans. Sur inscription Infos CCAS : 04 42 13 25 27.

◆ 15 • ENERGIE SOLIDAIRE 13

Sortie à Venelles au programme : la magie du muséo-hall Déjeuner au cabaret « Francky Folies ». Sur réservation, tarif 44€. Infos Josy : 06 67 67 64 73

◆ 8 • LANCEMENT DES ILLUMINATIONS DE NOËL ET INAUGURATION DU MARCHÉ

18h - Place Roger Grange
Lancement des illuminations, ouverture du marché de Noël et des manèges pour enfants

◆ DU 8 AU 24 • MARCHÉ DE NOËL

Tous les jours 14h-19h - Place Jean Jaurès
Le Week-end et vacances scolaires 10h-20h
L'UNIVERS DES ENFANTS - MANÈGE A THÈME
Place Roger Grange

◆ TABLE DES 13 DESSERTS

10h-12h - 14h-17h - A l'Office de Tourisme
Infos : tourisme@otcarryrouet.fr - 04 42 13 20 36

◆ 9/10 ET 16/17 • FESTIVITÉS DE NOËL

10h-13h - 14h-19h - Parking Roger Grange
L'univers des enfants - Manèges sur le thème de Noël 3€ le tour et 2€ par carnet de 10.

◆ MASCOLES

10h-13h - 14h-17h - Début du Parking Roger Grange
Balades à poney
Gratuit

◆ DÉMONSTRATION, DÉGUSTATION ET ANIMATION AUTOUR DES PRODUITS DE LA BOULANGERIE DE L'OFFICE DE TOURISME.

10h-12h - 14h-17h - Sur la Place Roger Grange
La photo du Père Noël 1 photo offerte

◆ LE PETIT TRAIN

Départ toutes les 30mn. Balade en petit train dans la ville. Gratuit.

◆ Samedis 9 et 10 - 14h-17h - Centre-ville - Groupe Macadam

Samedi 9 - 15h - Place Roger Grange - Spectacle de Noël - Le Fabuleux Anniversaire du Père Noël -

◆ Dimanche 17 - 10h-12h - 14h-17h - Office de Tourisme

Dédicace et vente de livres jeunesse par Fanny Le Rouet
Départ 15h

Visite commentée au départ de l'OT sur les traditions de Noël, crêches, 13 desserts, Farnandel, marché de Noël et vin chaud. Tarif 8€. Infos et réservation : 04 42 13 20 36
tourisme@otcarryrouet.fr

◆ 16 • FEU D'ARTIFICE

18h - Place Roger Grange

◆ 18 • RENDEZ-VOUS DES AIDANTS

14h30-16h30 - Salle du Grand Bleu
Un moment convivial d'informations et d'échanges avec d'autres aidants. Infos CCAS : 04 42 13 25 27

◆ EXPOSITION PERMANENTE

Du mardi au vendredi de 15h à 19h
Samedi de 10h à 12h et de 15h à 19h
Pavillon des Arts
Exposition d'artistes peintres et sculpteurs de renommée internationale. Entrée gratuite. Infos Association Pro Arts Lacydon : 04 42 45 61 31 - www.pavillondesarts.fr

◆ SORTIE RANDONNÉE PALMÉE ET PLONGÉE SOUS-MARINE

De 30€ à 90€ demi-journée et journée.
Infos : info@plongee-passion-carry.com - 06 08 51 78 02

◆ INITIATION AU BRIDGE

Tous les mercredis - 18h - Théâtre de Verdure
Cours d'initiation/découverte gratuits
Infos : bridgeclub.carry@gmail.com

◆ 4, 11 ET 18 • LOTO AGE D'OR

14h30 - Salle Canepa
Infos : Tony 06 95 05 87 69

◆ ENERGIE SOLIDAIRE 13

11h-12h - Tous les vendredis - Permanence salle Canepa
Sans rendez-vous. Infos Josy : 06 67 67 64 73

◆ LOTO 6513

A partir de 13h30 - Tous les vendredis - Salle Canepa
Infos Josy : 06 67 67 64 73

JANVIER

◆ 9 • ENERGIE SOLIDAIRE 13

Journée à l'Eclair des Aubes
Sur réservation. Tarif : 42€. Infos Josy : 06 67 67 64 73.

◆ 10 • ATELIER CROCHET

16h-17h30
A partir de 6 ans. Gratuit, sur inscription. Infos : 04 42 13 25 37
bibliotheque-carryrouet@orange.fr

◆ 11 • AVENTURE LITTÉRAIRE

14h-16h45 - Théâtre de Verdure, salle 1
Échanges entre lecteurs autour d'ouvrages divers. Ouvert à tous sur inscription. Infos : 04 42 13 25 37
bibliotheque-carryrouet@orange.fr

◆ 13 • YCEUX A LA POPULATION

10h - Complexe sportif
Infos Cabinet du Maire : 04 42 13 25 51

◆ 15 • RENDEZ-VOUS DES AIDANTS

14h30-16h30 - Salle du Grand Bleu
Un moment convivial d'informations et d'échanges avec d'autres aidants. Infos CCAS : 04 42 13 25 27.

◆ 17 • GOÛTER LECTURE

16h à 16h30 - Bibliothèque
« Bien au chaud à la maison » avec Joëlle, conteuse de l'association la Main qui Ecoute. Sur réservation. Infos Bibliothèque : bibliotheque-carryrouet@orange.fr
04 42 13 25 37.

◆ 19 • GALA DES CHAMPIONS

A partir de 18h30 - Salle du Grand Bleu
Infos Office de tourisme : 04 42 13 20 36

◆ 25 • ATELIER D'ÉCRITURE

14h-16h45 - Théâtre de Verdure salle 1
Avec Jacques. Réservé aux adultes. Gratuit, sur inscription
Infos : bibliotheque-carryrouet@orange.fr
04 42 13 25 37

◆ 31 • ATELIER CROCHET

16h-17h30
A partir de 6 ans. Gratuit, sur inscription. Infos : bibliotheque-carryrouet@orange.fr - 04 42 13 25 37.

◆ EXPOSITION PERMANENTE

Du mardi au vendredi de 15h à 19h
Samedi de 10h à 12h et de 15h à 19h
Pavillon des Arts
Exposition d'artistes peintres et sculpteurs de renommée internationale. Entrée gratuite. Infos Association Pro Arts Lacydon : 04 42 45 61 31 - www.pavillondesarts.fr

◆ SORTIE RANDONNÉE PALMÉE ET PLONGÉE SOUS-MARINE

De 30 € à 90 € demi-journée et journée.
Infos : info@plongee-passion-carry.com - 06 08 51 78 02

◆ INITIATION AU BRIDGE

Tous les mercredis - 18h - Théâtre de Verdure
Cours d'initiation/découverte gratuits
Infos : bridgeclub.carry@gmail.com

Loisir
Les Festivités



La Provence

Carry-le-Rouet

Un souffle d'espoir à Carry le Rouet



Presque 200 coureurs ont donné leur souffle à l'occasion du Relais de l'Espoir le samedi 7 octobre dernier à Carry le Rouet où Carry Espoirs a organisé sa 2ème édition de ce relais familial et solidaire. Les coureurs, leur famille et une quarantaine de bénévoles se sont réunis autour d'un même but : vaincre la mucoviscidose. L'intégralité des bénéfices soit 2500 € a été reversé à l'association course à la Délégation Provence Alpes de Vaincre la mucoviscidose dans le cadre des Virades de l'Espoir. Ces dernières ont lieu dans 230 sites partout en France, chaque année, et

collectent 4,5 Millions d'euros grâce à l'engagement de leurs 10 000 bénévoles !

Le Relais était composé de 4 coureurs, chacun devant faire une boucle d'1,5 km autour de la plage du Rouet. De nombreuses animations ont rythmé l'après-midi : tatouages éphémères, structures de ballon, ateliers créatifs et éco-responsable, buvette, tombola, concert du groupe Les Françaises. «L'objectif du Relais de l'espoir était d'apprendre la combattivité et le courage à travers l'effort physique. Via nos événements, nous sensibilisons les familles carryennes aux enfants

malades et à leur combat. C'est aussi une belle occasion de fédérer les familles de Carry autour de valeurs fortes : courage, solidarité, effort, générosité» explique



Sarah de Carry Espoirs.

«Joy a décidé d'y fêter son anniversaire avec ses amis de la «Team Joy». Courir pour une cause si essentielle a résonné dans le cœur de chaque enfant qui a couru !» assure Audrey, maman de Joy, âgée de 7 ans, relayée par Claire «C'était magnifique de voir toutes ces familles courir ensemble pour une même cause. C'est important que nos jeunes vivent ces moments et se sensibilisent à ce que peuvent vivre leurs camarades du même âge». Des propos corroborés par Gabriel, 12 ans «Mon copain a la muco, c'était super pour moi de lui montrer mon amitié en courant avec lui ! Et en plus on s'est vraiment bien amusés !»

Ce bel évènement a pu

avoir lieu grâce à l'aide et le soutien de la Mairie de Carry le Rouet, la Police municipale, le Département des Bouches du Rhône, Axa Etienne Sibiodon, Kangourou Kids, la Boucherie Huteau, le Casino Barrière, les associations Génération Desensciel, la Ludothèque, Carry 5, Carry en transition, Vaincre la Mucoviscidose et Espoir contre la mucoviscidose.

Carry espoirs est une jeune association dynamique qui accompagne, soutient et intègre les familles de Carry et de la Côte Bleue dont les enfants sont touchés par des maladies rares ou graves. Elle sensibilise et lève des fonds grâce à de

nombreux événements tels que Téléthon (rdv les 8 et 9 décembre), concerts, expos, manifestations sportives...

Suivez, adhérez, aidez, participez : www.carryespoirs.fr et Facebook @carryespoirs



Course Carry Espoirs
Un Souffle d'espoir



La Provence

Carry-le-Rouet

Soyez éclatante pour les fêtes avec Naturae ! communiqué



Quoi de mieux qu'un teint reposé et une mine éclatante pour les fêtes ! Chez Naturae, découvrez parmi les nombreuses prestations proposées les nouveautés spécialement créées pour Noël par Marie Laure et toute son équipe, au sein de laquelle Lana, jeune Châteauneuvaise, vient d'arriver.

En premier lieu, et parce que la beauté ne s'adresse pas qu'aux femmes, découvrez «L'Homme idéal», un nouveau soin du visage d'une heure purifiant et hydratant. Un résultat obtenu grâce au nettoyage en profondeur avec l'Hydracare, associé à un massage des trapèzes, de la nuque et du cuir chevelu et à la pose de masque et

crème adaptées. La recette pour une peau plus souple, plus tonique, visiblement détendue et mieux protégée pour affronter les agressions de la vie moderne, combinée avec un soin nourrissant pour la barbe.

Proposé seul à 85€, ce soin peut également être proposé avec un coffret rasage

comportant un assortiment de produits pour homme au montant de 125€.

Vous pouvez également choisir parmi les 2 bons cadeaux à 155€ composés pour le premier d'une heure et trente minutes de massage assorti d'un coffret de produits pour le corps, et pour l'autre d'un

soin visage Hydracare nettoyant associé à un coffret de produits visage. Chaque coffret contient également un bon d'achat de 20 € valable pour tous les produits et prestations de l'institut.

Et bien entendu, n'oubliez pas tous les autres coffrets cadeaux disponibles à

l'institut, les bons cadeaux à retirer sur place ou en ligne, ainsi que toute la gamme des prestations beauté (maquillage, ongles, épilations...) et soins qui feront de vous les reines de la fête. Ne tardez pas à effectuer vos réservations. Demain, il sera peut-être déjà trop tard !



Naturae – 26 Avenue Draio de la Mar – 13620 Carry le Rouet
Tél. 07 78 86 15 28 – www.institut-naturae.fr

Ouvert sur rdv le lundi de 14h à 19h, du mardi au samedi de 10h à 19h
Parking privé réservé à la clientèle

La magie de Noël flotte sur L'Incontournable communiqué



Passée maîtresse dans l'art décoratif, on a pu le constater pour Halloween, Eve Fomassero a mis les petits plats dans les grands pour faire entrer l'esprit de Noël à L'Incontournable.

Mariant parfaitement sa formation initiale d'art floral avec les gourmandises de l'établissement, elle a concocté spécialement pour les fêtes de fin d'année des créations uniques et exclusives pour décorer, déguster ou pourquoi pas offrir.

A découvrir entre autres les Couronnes de Noël, les centres de table gourmands, garnis soit des Treize Desserts, soit d'autres douceurs à picorer et préparés sur mesure dans de jolis plats en faïence chinés comme il se doit au gré de ses trouvailles.

Côté purement gustatif, tout ce que chacun d'entre nous rêve de mettre sur une table de fêtes se trouve à l'Incontournable. Panetones faits

maison, calissons, nougat, fruits secs, Saint Nicolas en pain d'épices, madeleines, papillotes, bûches, marrons glacés... Faire l'inventaire de toutes ces douceurs serait bien trop fastidieux, tant la liste est longue. Nous ne saurions trop vous re-

commander que de venir directement les découvrir, et pourquoi pas les déguster sur place. Accompagné d'un Carryen, le fameux chocolat chaud fait maison, quoi de mieux qu'un bon goûter revigorant pour lutter contre les frimas de l'hiver !



L'Incontournable – 2 Bd Philippe Jourde (à côté du Casino Barrière)
13620 Carry-le-Rouet - Ouvert 7j/7 de 7h à minuit

Magasins
Naturae et l'incontournable

La Provence

Carry Voile a fêté ses 10 ans !



sible de voiliers, et ce dans les meilleures conditions, s'améliore régulièrement chaque année.

Carry Voile propose deux sorties hebdomadaires tout au long de l'année. L'association aujourd'hui présidée par Jean-Jacques Meslière anime aussi des réunions à thème où les participants s'initient aux secrets du matelotage, de la météo marine, du réglage des voiles, des manœuvres de port au moteur, de la sécurité en

mer, de l'environnement marin, et tous sujets jugés nécessaires aux plaisirs de la navigation.

C'est autour d'une maxi paëlla que la presque totalité des membres s'est retrouvée pour un long et savoureux moment de convivialité, fidèles au slogan de Carry Voile «Les Copains à Bord».

<https://www.carryvoile.fr>



Samedi 30 septembre, l'association Carry Voile fêtait ses 10 ans d'existence. En effet, c'est en 2013 que quelques amis passionnés de navigation à voile, rassemblés autour de Roger Pellegrino, premier président de Carry Voile, décidaient de fonder cette structure dans le but de réaliser la symbiose entre les propriétaires de voiliers habitables en recherche d'équipiers et les équipiers en recherche d'embarque-

ments, au départ des ports de la Côte Bleue, de Carry le Rouet et Sausset les Pins.

L'alchimie a fonctionné, et dix ans plus tard Carry Voile compte près de 80 adhérents, adultes uniquement, et dispose d'une dizaine de bateaux. Le nombre d'adhérents est en légère augmentation chaque année, preuve du dynamisme de l'association et de l'engouement suscité. L'objectif initial de faire sortir le plus pos-



Carry voile
Fête ses 10 ans

La Provence

Carry-le-Rouet

Psychogénéalogie

Analyse Transgénérationnelle - Thérapie de l'Enfant Intérieur

Valérie Jourdan
Psychopraticienne

Revisiter votre histoire familiale
Soigner les blessures de votre enfance



www.theragenea.fr



26 Avenue Dralo de la Mar
13620 Carry-le-Rouet
Tel. 06 40 99 46 33

Caves de Régusse : la rareté fait l'exception !



Dénicher des pépites en exclusivité, tel est le crédo de Marie, toujours aussi passionnée au bout de 10 ans, avec de belles surprises qui vous attendent pour les fêtes. Grande nouveauté originale, découvrez en exclusivité les tonnelets de Château Puech Haut « La Barrique », des Bib'Art colorés de 3 litres disponibles dans les trois couleurs et

réutilisables à votre guise, soit en rachetant une poche de vin, soit comme objet de décoration.

La toute dernière bouteille en France de Rhum Eldorado 25 ans d'âge !

Autre objet d'exception, le Cognac Hennessy XO dans son drapé or imaginé par Kim Jones, directeur artistique des maisons Dior et Fendi, une bouteille en édition limitée. Enfin, côté spiritueux et toujours en exclusivité, à découvrir la gamme des whiskies Michel Couvreur ainsi que les rhums Eldorado, dont le célèbre 25 ans d'âge avec la toute dernière bouteille existant en France.

Côté champagnes, bois-

son festive par excellence, pas moins de 30 cuvées différentes vous attendent, parmi lesquelles la star des stars, la cuvée « Belle Époque » de Perrier Jouet, toute en finesse dans son élégante livrée ornée de fleurs d'amandier du Japon. Citons également la cuvée Grand Siècle de Laurent Perrier, le Dom Pérignon, le Jacquesson, le Ruinart, ainsi que l'incontournable maison Hostomme, véritable coup de cœur de Marie, avec une petite surprise à découvrir.

Côté vins, vous apprécierez une sélection très pointue de blancs à coquillages et fruits de mer, ainsi que quelques grands châteaux bordelais ou encore le St Joseph de la maison Coursodon, pour ne citer qu'eux. Enfin, vous

terminerez sur une note ambrée avec la nouvelle gamme de rhums arrangés « Nektar », un bel équilibre aromatique selon Marie. N'hésitez pas à pousser la porte pour rencontrer une passionnée qui saura trouver le juste équilibre afin de sublimer vos repas de fêtes.



Les Caves de Régusse - 5 Av. Aristide Briand - 13620 Carry-le-Rouet
Tel. 04 42 30 54 27 - Ouvert du mardi au samedi de 9h à 12h30 et de 16h à 19h, le dimanche de 9h30 à 12h30 - Tous les jours en fin d'année.

l'abus d'alcool est dangereux pour la santé. A consommer avec modération.

Une nouvelle réglementation pour la pêche à l'oursin



Lors d'une opération de comptage

L'oursin violet, appelé aussi châtaigne de mer ou Paracentrotus lividus, est celui que l'on mange lors des traditionnelles oursinades. Il peut effectivement être violet mais aussi brun ou verdâtre. Cet animal herbivore, qui peut vivre jusqu'à 50 ans, se nourrit principalement d'algues et de Posidonie. On le trouve près de la surface et jusqu'à 80 mètres de profondeur, dans l'herbier de Posidonie ou sur les rochers. Il est présent en Méditerranée mais aussi sur les côtes atlantiques. Les pêcheurs professionnels et les scientifiques du

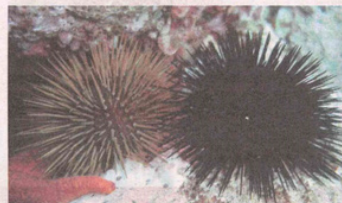
Parc Marin de la Côte Bleue constatent une diminution des stocks d'oursins comestibles depuis 2007. En l'espace de 16 ans, les densités sont passées de 4 oursins/m² en moyenne à moins d'1 oursin/m², comme le soulignent les derniers comptages du Parc Marin datant d'avril 2023.

Plusieurs explications sont envisagées par le Conseil Scientifique du Parc Marin pour expliquer cette diminution : pression de pêche trop importante, modification de la qualité et la quantité du plancton, problème de recrutement

des larves et d'alimentation... «Ce qui est préoccupant, c'est que la baisse des populations touche également les plus petits spécimens» précise Marie Bravo Monin, Directrice de la structure. Face à l'urgence de protéger cette espèce marine emblématique, les autorités ont pris de fortes mesures pour enrayer ce processus.

Les nouvelles règles

Dorénavant, dans notre département et quel que soit le mode de capture, la pêche des oursins est interdite du 1er mars au 14 décembre inclus



pour les 3 prochaines années, autant pour les pêcheurs de loisir que professionnels. Par ailleurs, de nouveaux quotas de prélèvement sont définis pour la pêche de loisir : en pêche sous-marine ou à pied, 2 douzaines par pêcheur et par jour, et en pêche au moyen d'un navire de plaisance, 2 douzaines par pêcheur et par jour avec un maximum de 5 douzaines par navire et par jour au-delà de deux personnes embarquées (arrêté du 29 septembre 2023). La taille minimale de capture reste de 5 cm sans les piquants. ©Photos Parc Marin

VRAI OU FAUX

«Durant l'été, on peut ramasser quelques oursins et les manger directement sur les rochers»

FAUX : la récolte est autorisée seulement du 15 décembre au 29 février, quelle que soit la quantité ramassée.

«Les parties comestibles de l'oursin sont les organes reproducteurs»

VRAI : ce que l'on mange chez l'oursin correspond à l'appareil reproducteur appelé également gonades ou corail.

«La période d'interdiction de récolte des oursins a été mise en place pour laisser le temps aux oursins de se reproduire»

VRAI : cette interdiction a été mise en place de manière à ne pas épuiser la ressource pendant la période de reproduction.

«Les oursins de couleur noire sont des oursins mâles et les oursins violets sont des femelles»

FAUX : les oursins noirs surnommés à tort oursins mâles appartiennent à une autre espèce, *Arbacia lixula*, bien moins appréciée d'un point de vue gustatif que son cousin l'oursin violet du fait d'un pigment amer présent dans les gonades.

«La couleur des gonades peut nous indiquer si c'est un mâle ou une femelle»

VRAI : la couleur va d'orange vif à rouge sombre chez la femelle et orange clair chez le mâle.

«Il faut au moins 7 à 9 ans pour que l'oursin arrive à sa taille de pêche et de consommation»

VRAI : la croissance est lente, et il faut respecter la taille minimale si on veut pêcher encore longtemps cette espèce devant nos côtes.

Terroir
Cave de Régusse et
Réglementation de la pêche

La Provence



AFFICHE

Affiche de Noël

La Provence

Carry-le-Rouet

Office de Tourisme : la boutique vous attend



mettre en valeur leurs créations. On y trouve entre autres des cosmétiques, du textile, de la gastronomie, de la bijouterie avec notamment les oursins et les cigales spécifiques à Carry, de la céramique, des illustrateurs et des écrivains. L'objectif premier est de mettre en avant les créateurs et artisans en lien avec la destination, avec la mise en place d'une charte énumérant ceux-ci ainsi que les caractéristiques de la boutique. Le second objectif est d'assurer la promotion de Carry et la Côte Bleue auprès des touristes ainsi que des locaux pour leurs cadeaux de Noël ou de famille.

«A ce sujet, nous avons décliné toute une gamme de produits dérivés avec une charte graphique spécifique à Carry, que l'on trouve nulle part ailleurs : logo, Skyline, pictos, mugs, porte-clés... Pour Noël, nous avons également créé des paniers cadeaux que les gens peuvent composer à leur guise. Il y en a pour tous les budgets. Nous avons également mis à gagner sous forme de tombola (3 € le billet) un gros panier d'une valeur de 93 €» rajoute Franck pour terminer.

La boutique est ouverte aux heures de l'Office de Tourisme, du mardi au samedi de 10h à 12h et de 14h à 17h.



A quelques exceptions près, les personnes présentes à la boutique n'ont pas d'autre point de vente. C'est le seul endroit pour

Maya Aprahamian : la thérapie par l'écriture



Découvrez 51 Nuances de Cancer, un recueil poétique émouvant qui explore l'univers contrasté du cancer, un sujet souvent tabou, mais indéniablement présent dans notre monde moderne. Son objectif est de plonger dans l'univers émotionnel complexe lié au cancer et, qui sait, d'encourager d'autres personnes touchées par cette réalité à partager leur propre expérience. À travers les yeux des patients et de tous les acteurs impliqués, l'ouvrage jongle entre introspection, humour et résilience, offrant ainsi une perspective complète sur cette réalité complexe. Sur chaque exemplaire vendu, 1 euro sera reversé à l'une de ces deux associations : Vivre avec une NMP (www.vivreavecunenmp.com), qui soutient les personnes touchées par des néoplasies myéloprolifératives et promeut la recherche, ou CerHom (www.cerhom.fr), qui établit des liens solides entre les patients atteints d'un cancer masculin et leurs proches.

Livre actuellement disponible sur le site de l'éditeur et bientôt sur les plateformes habituelles. <https://www.librinova.com/librairie/maya-aprahamian/51-nuances-de-cancer>

Lorsque l'on est atteint d'un cancer, la maladie ne se contente pas de cibler un organe ou une partie spécifique du corps. Dès l'annonce du diagnostic, l'individu touché se retrouve plongé dans un tout nouvel univers, où la lutte contre la maladie et les soins quotidiens prennent une importance capitale. Maya Aprahamian, 53 ans, Franco-Allemande, conjugue la résilience d'une patiente-expert et l'énergie d'une entrepreneure.

Touchée par la thrombocyémie essentielle, une néoplasie myéloproliférative, et liée à la lutte d'un proche contre le cancer de la prostate, elle insuffle sa passion pour la vie dans chaque aspect de son parcours. Sa plume vive reflète son approche créative et son impatience à embrasser chaque instant. Ce recueil est le reflet de cette expérience particulière. Les vers de Maya questionnent les facteurs déclencheurs, évoquent le parcours de soins et le rôle de l'entourage, mais surtout, soulignent la tempête émotionnelle que représente cette épreuve. Face à l'adversité, l'espoir est-il toujours possible ?



Ventes

La boutique de l'office de
tourisme

La Provence

CARRY LE-ROUET



DU 8 AU 24 DÉCEMBRE MARCHÉ DE NOËL

Tous les jours 14h-19h
Place Jean Jaurès
Le Week-end et vacances
scolaires 10h-20h



16 DÉCEMBRE FEU D'ARTIFICE

18h - Place Roger Grange

Célébration
Programmation de Noël