



# 04

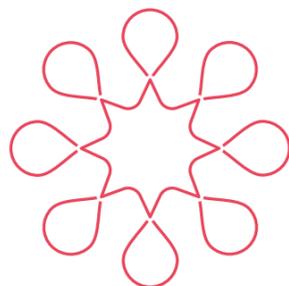
## LE GRAND AVIGNON SUR LE PONT FACE À LA CRISE



PAS CONFINÉE,  
LA SOLIDARITÉ !

2020

32  
TOUS



CONCERNÉS !



JEUX & ACTIVITÉS  
SPÉCIAL CONFINEMENT

48

Grand Avignon Mag - Trimestriel d'information de la Communauté d'agglomération du Grand Avignon Numéro 41 - HORS-SÉRIE

Direction de la publication : Ludovic Morel  
Rédaction : service communication  
Conception de la maquette et mise en page : sur le pont ! communication  
Crédit photo : Anne Van der Stegen, Grand Avignon, Eau Grand Avignon, Jérémie Le Maoût, Frédéric Dahm  
Empreintes d'Ailleurs, Orizo, Facebook

Grand Avignon  
320, chemin des Meinajariès - BP 1259 Agroparc - 84911 Avignon Cedex 9  
Tél. 04 90 84 47 00 / Fax 04 90 84 47 01  
contact@grandavignon.fr - www.grandavignon.fr

Ouvert du lundi au vendredi, de 8h à 17h30 et de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h30 pendant les vacances scolaires

# ÉDITO

Patrick Vacaris

Président du Grand Avignon  
Conseiller municipal de Rochefort-du-Gard



En cette période de crise sanitaire inédite, le Grand Avignon, comme toutes les institutions, a dû réorganiser son activité pour garantir la continuité de ses missions, tout en préservant la santé de son personnel. Si les différents sites sont fermés au public, à l'exception des déchèteries, **élus et agents restent mobilisés** pour assurer la quasi-totalité des compétences de l'agglomération : collecte des déchets, distribution de l'eau, transports, soutien aux entreprises...

Dès le début du confinement, le Grand Avignon a mis en place son **plan de continuité d'activité**, complété par des réunions de crise régulières pour l'organisation de ses services.

Il nous a fallu sans cesse nous adapter, comme pour les transports par exemple, avec une offre et des lignes qui ont évolué pour répondre à vos besoins et aux règles sanitaires fixées par le Gouvernement.

Malgré l'inquiétude que représentent les sorties sur la voie publique, la promiscuité dans les camions et la manipulation de matières potentiellement contagieuses, la **collecte des déchets ménagers et recyclables s'est poursuivie**, grâce à la mobilisation des agents, dans toutes les communes de l'agglomération, jusqu'à la réouverture complète des déchèteries, le lundi 4 mai.

L'Opéra Grand Avignon a malheureusement dû fermer ses portes au public et annuler tous les spectacles programmés jusqu'à la fin de la saison artistique. L'arrêt du chantier aura, par ailleurs, des conséquences sur la date de réinstallation de l'Opéra dans ses locaux historiques restaurés en centre-ville. Nos services sont en train de programmer la réouverture progressive de ce chantier complexe, qui mobilise de nombreux corps de métiers dans un espace fermé.

Cette crise sanitaire se double d'une crise économique dont nous ne connaissons pas encore l'ampleur. C'est la raison pour laquelle **le Grand Avignon se mobilise**, depuis l'annonce du confinement, **pour accompagner les entreprises**. En complément de sa participation aux fonds lancés par les Régions Sud et Occitanie, le Grand Avignon est en train d'élaborer un **plan de soutien à l'économie locale** pour préserver les entreprises et les emplois, en mobilisant les moyens de l'ensemble des acteurs du développement territorial qui se sont réunis en visioconférence le 15 avril dernier. Ce plan sera activé à l'issue du confinement. La situation inédite que nous connaissons, appelle des réponses inédites que nous devons construire ensemble, avec audace et vigueur.

Dans cette crise sans précédent, il est primordial de souligner la **très grande solidarité qui s'est mise en place** au sein de notre société. Qu'il s'agisse des personnels soignants, des entreprises de vente de produits alimentaires et de nos agriculteurs, des nombreux bénévoles, et de toutes les personnes qui ont su se mobiliser pour satisfaire les besoins de première nécessité, c'est toute une population qui s'est rassemblée pour faire face à cette crise en créant de nouveaux liens de solidarité. Je veux croire que nous en tirerons tous des enseignements pour l'avenir.

# LE GRAND AVIGNON SUR LE PONT FACE À LA CRISE



# 01

## Le Grand Avignon dans l'action

Pour répondre aux besoins liés à cette crise sanitaire, un plan permet aux principaux services de l'agglomération de continuer à fonctionner.

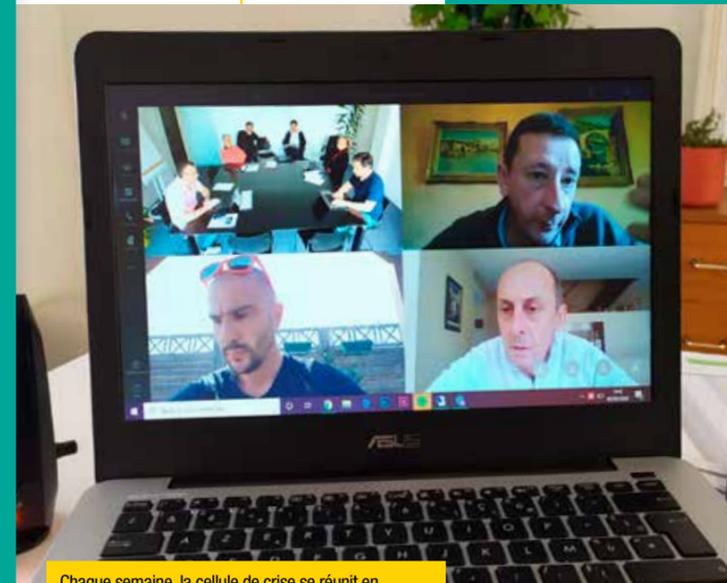
La situation est inédite. Même si un plan de continuité d'activité des services avait déjà été établi lors de l'épisode de grippe H1N1, en 2009, la période de confinement actuelle, liée à la crise du coronavirus, est exceptionnelle. Et si l'organisation des services y a été bouleversée, un seul mot d'ordre à l'agglomération : **assurer un fonctionnement des services**

**en continu pour les usagers.** « *Tous les services dits essentiels, comme la collecte des déchets, les transports, mais aussi le service des finances ont été maintenus* », indique **Nicolas Renner**, préventeur au Grand Avignon.

Si les portes du siège, situé à Agroparc, ont, bien entendu, fermé le 17 mars dernier, le standard téléphonique fonctionne toujours aux horaires habituels pour répondre aux nombreuses questions des habitants du territoire.

Les agents du Grand Avignon travaillent, eux, depuis leur domicile. « *Ce sont ainsi 130 personnes qui poursuivent leurs missions à distance et une centaine d'agents qui restent mobilisés sur le terrain, la majorité pour le service de collecte des déchets* », souligne Nicolas Renner. Le Grand

Avignon reste ainsi, plus que jamais, mobilisé pour assurer la **continuité des services publics**, tout en protégeant son personnel et les habitants. Des services qui peuvent, d'ailleurs, être amenés à évoluer en fonction de la situation : chaque semaine, une **cellule de crise** réunissant les directeurs des services essentiels, est organisée en visioconférence ou au siège de la Communauté d'agglomération, afin de gérer les urgences et les possibilités d'améliorer encore les réponses aux sollicitations. Depuis le début de la crise par exemple, les transports en commun et la collecte des déchets évoluent en permanence pour s'adapter à la situation.



Chaque semaine, la cellule de crise se réunit en téléconférence pour faire le point sur l'organisation des services durant le confinement

# Préparer le déconfinement : l'agglomération s'associe aux communes pour l'achat de masques



La Ville d'Avignon et l'Agglomération ont passé un marché de commandes groupées de

**360 000 masques,** pour les besoins des populations d'Avignon et des communes de l'ensemble de l'agglomération.



Le Grand Avignon assure l'avance des 118 000 masques commandés par les autres communes de l'agglomération (hors Avignon) et fournit une aide en financement à toutes les communes de 50 % du montant de l'acquisition d'un masque,

**50 fois réutilisable** pour les 193 000 habitants du Grand Avignon. Chaque commune ayant eu, bien entendu, la liberté d'en commander le nombre qu'elle souhaite.

Par précaution, dans cette période très tendue sur les marchés des masques, la Ville d'Avignon et le Grand Avignon se sont entendus sur l'intérêt de prendre 2 fournisseurs distincts français, dont un local, afin de limiter les risques sur le bon déroulement du marché et de l'approvisionnement dans les délais, avec l'horizon du 11 mai.

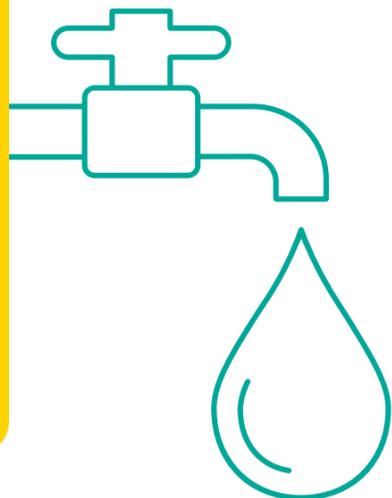
Les modalités de distribution seront fixées par chacune des communes. Chaque commune de l'agglomération a initié, en parallèle, des initiatives locales en mobilisant des couturières pour confectionner des masques en tissu.

# Pas de risque de coupure au robinet

La société Eau Grand Avignon a recentré son activité sur la distribution et les interventions urgentes. La relève des compteurs est suspendue.

Cela fait partie des gestes barrière essentiels dans la lutte contre le coronavirus : se laver les mains. Alors, même à effectif réduit, les équipes d'**Eau Grand Avignon** sont à pied d'œuvre pour assurer la continuité du service de l'eau potable. « *Aucun risque de coupure* », assure **Julien Nialon**, Directeur général d'Eau Grand Avignon et Directeur de l'agence Vaucluse de Suez. Les activités sont resserrées autour des interventions prioritaires liées à la distribution de l'eau : captages, forages et usines de traitement fonctionnent comme à l'accoutumée. Les interventions urgentes, telle une casse de canalisation, une fuite avant compteur ou les demandes d'abonnement pour un emménagement où l'utilisateur est sans eau, sont également traitées. Avec les mesures nécessaires pour garantir la sécurité de tous : « *Les agents utilisent des véhicules séparés lorsqu'une intervention ne peut être effectuée par un collaborateur seul. Ils doivent également respecter une distance de sécurité entre eux et avec les usagers lors d'une opération sur la voie publique ou chez un particulier* », poursuit Eau Grand Avignon.





Si vous voulez signaler une fuite ou tout autre problème, des téléconseillers du centre de relations clients du Pontet restent joignables. Mais sachez que les opérations non urgentes, comme les relève de compteurs, sont suspendues. Pour autant, vous pouvez garder le contact avec le service clients via votre compte en ligne. Vous pourrez ainsi suivre votre consommation, télécharger et régler votre facture ou encore accéder à toutes les informations sur l'eau dans votre commune (prix, qualité, travaux en cours...). « *Actuellement, les relevés manuels de compteurs sont suspendus, les factures sont donc estimées sur la base de la consommation moyenne journalière de l'utilisateur et seront régularisées au prochain relevé. Mais grâce au compte en ligne, l'utilisateur peut aussi lui-même relever l'index de son compteur et le faire parvenir à nos services pour qu'il soit pris en compte pour sa facturation* », explique Eau Grand Avignon.

Comme chez Suez, qui intervient également sur certaines autres communes vauclusiennes de l'agglomération, le groupe **Saur**, qui gère la partie gardoise, a mis en œuvre un même plan de continuité d'activité (PCA), avec 50 % de ses effectifs en moins. « *Nous nous concentrons sur la distribution de l'eau et la gestion des urgences uniquement. Les lieux de réception du public ont été fermés, mais l'accueil clientèle par téléphone est disponible aux mêmes jours et aux mêmes horaires.* », indique **Thomas Montagnier**, chef de l'agence rhodanienne.

En matière d'assainissement (traitement des eaux usées), la société **Grand Avignon Assainissement**, a été amenée à prioriser ses actions pour se concentrer sur les opérations essentielles. « *Notre service limite les interventions à domicile aux seuls cas d'urgence, essentiellement liés à des obstructions du branchement au réseau d'assainissement* », précise **Diana Le Meur Meunier**, directrice de la communication Région Méditerranée.

Suez et Saur, compétents dans les autres communes, assurent, quant à eux, le service de collecte et le traitement des eaux usées, avec une activité resserrée autour des priorités (exploitation courante des infrastructures de traitement) et des urgences (essentiellement des débouchages du réseau d'assainissement ou de l'entrée des stations d'épuration).

### LOCCASION D'OUBLIER LES BOUTEILLES EN PLASTIQUE

**Vous pouvez consommer l'eau du robinet en toute confiance.** Non seulement, c'est l'un des aliments les plus contrôlés (54 paramètres fixés par la loi), mais, comme l'a rappelé l'Organisation mondiale de la santé (OMS), le Coronavirus ne résiste pas aux traitements habituels de l'eau potable. En plus, c'est une bonne alternative à l'achat de packs d'eau minérale, plus lourds à transporter, plus chers, et plus risqués puisqu'ils nécessitent de sortir. Livrée à domicile sans manipulation humaine susceptible de transmettre le virus, l'eau du robinet vous offre des raisons supplémentaires pour rester chez vous !



### REPORT, ÉCHELONNEMENT ET SUSPENSION DE PAIEMENTS

Eau Grand Avignon accompagne les professionnels pendant cette période de crise. Conformément aux annonces gouvernementales, les Très petites entreprises (TPE), les professions libérales, indépendants et les micro-entrepreneurs qui rencontrent des difficultés pour régler leurs factures, peuvent, sous certains critères, bénéficier de report des échéances ou d'échelonnement de paiement des factures sans pénalité. Les usagers particuliers vont recevoir leurs factures normalement, le service étant toujours assuré. Cependant, « *pendant cette période exceptionnelle, nous comprenons que l'utilisateur ne dispose pas de tous les moyens habituels pour recevoir et payer sa facture. C'est pourquoi, nous avons pris la décision de suspendre les processus de relances, de recouvrements et les pénalités consécutives au non-paiement des factures pour toute la durée du confinement* », indique Eau Grand Avignon.

Pour les usagers en difficulté, le Grand Avignon a décidé de mettre en place un dispositif d'aide, par le biais de « **Chèques eau** », d'un montant annuel de 107 893 € alloué au CCAS de la Ville d'Avignon en 2019 et 2020. À compter de 2021, ce seront 151 534 € d'aides qui seront dédiées à ce dispositif pour l'ensemble des CCAS des communes.

L'instruction des dossiers et l'attribution de ces aides sont effectuées par les CCAS des communes du territoire.

Le dispositif existant sur les autres services gérés par le Grand Avignon, est maintenu par la distribution de chèques eau d'un montant de 1 700 € pour les communes de Pujaut et Sauveterre, et 10 000 € pour Morières-lès-Avignon, Jonquerettes, Villeneuve lez Avignon et Les Angles.



Pour tout renseignement ou pour signaler un problème en urgence :

**Eau Grand Avignon** : [www.eaugrandavignon.fr](http://www.eaugrandavignon.fr) ou numéro de téléphone figurant sur votre facture.

**SUEZ Vaucluse** (eau et assainissement) : [www.toutsurmoneau.fr](http://www.toutsurmoneau.fr) ou numéro de téléphone figurant sur votre facture.

**Veolia** : [www.eau.veolia.fr](http://www.eau.veolia.fr) ou 0 969 329 328.

**Saur** : [www.saur.com](http://www.saur.com) ou le numéro de téléphone figurant sur votre facture.

## Les services techniques toujours sur le terrain



Les Services techniques du Grand Avignon arbitrent régulièrement les demandes de reprise d'activité des entreprises sur les chantiers du Grand Avignon.

Chaque demande est conditionnée à un descriptif des mesures de sécurité prises sur le chantier et pour le voisinage. Ces éléments sont à analyser avec chaque maître d'œuvre et coordinateur SPS, et l'information est ensuite transmise à la préfecture et à la commune.

Ainsi, l'entreprise 4M Provence Route devrait intervenir prochainement sur un chantier de réseau d'assainissement à Morières-lès-Avignon, Chemin du Vieux Moulin. De plus, les Services techniques du Grand Avignon supervisent actuellement plusieurs chantiers sur le territoire de l'agglomération, qui ont repris ou vont démarrer très bientôt : à Vedène (Groseillère) ; Entraigues (avenue de la République) ; Saint-Saturnin (Galoubet) ; Rochefort-du-Gard (quartier La Bégude) ; Avignon (avenue Moulin de Notre Dame)...



## Quatre lignes de bus et un service à la demande

Face à la fonte exceptionnelle de sa fréquentation, le réseau Orizo a adapté son offre et modifié les conditions d'accès à ses véhicules.



Dans une agglomération dont les rues se sont vidées avec le confinement sanitaire de la population, l'offre des transports en commun du Grand Avignon a dû s'adapter pour continuer de fonctionner sans risquer de mettre en danger ses usagers et ses salariés, ni mettre en péril sa survie économique.

Ainsi, depuis le vendredi 27 mars, et jusqu'à nouvel ordre, le **réseau Orizo a profondément modifié l'organisation de ses lignes de bus**. Seules trois d'entre elles ont été conservées, les C2, C3 et 9, auxquelles s'ajoute le « Plan B », dénomination de la ligne de substitution à celle du tramway (T1), dont le service a été temporairement mis à l'arrêt. « Ses lignes représentent 55 % de la fréquentation habituelle. Notre souci prioritaire était que les salariés et les soignants puissent se rendre sur leur lieu de travail », justifie **Brigitte Nef**, responsable marketing et communication chez Orizo. De fait, le Centre hospitalier d'Avignon et la zone d'Agroparc sont desservies par les deux lignes Chron'hop, tandis que la 9 permet de rallier la Cité des Papes à partir du Pontet.

Si l'amplitude horaire a été réduite de 7h à 19h (de 8h à 18h le dimanche), et la fréquence également ralentie (entre 17 et 30 minutes entre deux passages selon les lignes), un réseau à la demande est proposé pour compenser. Il nécessite de réserver son trajet au moins deux heures à l'avance. « Ce service baptisé **Allobus** marche bien. Surtout, il montre la réactivité d'Orizo pour la mise en place de ce nouveau service. Un pôle téléphonique est actif 7 jours sur 7 pour prendre les rendez-vous, de 6h à 21h. Les chauffeurs prennent les gens à l'arrêt le plus proche de chez eux. Cent personnes en moyenne nous sollicitent chaque jour, huit minibus sont dédiés, deux personnes maximum sont embarquées pour le trajet. », assure-t-elle.



Pour favoriser la « distanciation sociale » entre les usagers, l'emploi des bus articulés, plus longs que les véhicules ordinaires, est privilégié. Quant à l'achat des titres de transport, il n'est plus possible auprès des chauffeurs (qui sont encore 70, contre 250 en temps normal) : après avoir acheté son ticket sur le quai des stations de tram ou dans un des nombreux tabac-presse partenaires, on monte par l'arrière, et l'accès aux valideurs n'est plus possible. « Tous les soirs, le poste de conduite, le sol et les points de contacts des bus sont désinfectés », précise encore Brigitte Nef.

Depuis le début du confinement, 11 500 voyageurs sont enregistrés chaque semaine sur le réseau Orizo, contre 40 000 par jour avant la crise sanitaire.

### UN GESTE ENVERS LES ABONNÉS

En complément des aménagements déployés à destination de tous les usagers, le Grand Avignon a pris deux mesures essentielles envers les abonnés du réseau Orizo, qui ne peuvent plus bénéficier de l'ensemble des services classiques. Ainsi, les **prélèvements bancaires sont suspendus pour les abonnés annuels pendant les mois d'avril et mai, et un prolongement de 2 mois de la validité sera proposé aux autres abonnés annuels**. Pour ces abonnés qui ont réglé comptant, le prolongement sera possible et effectif dès la sortie du confinement (en se rendant à l'agence commerciale Orizo, et il est possible de se manifester déjà par mail depuis le site [orizo.fr](http://orizo.fr) ou par téléphone au 04 32 74 18 32). À partir du 11 mai, le réseau reprendra progressivement à la normale, avec les deux tiers des services réguliers et les services scolaires. Il sera possible d'acheter son « ticket Unité » directement sur son téléphone, soit par SMS soit par une application dédiée.

➔ d'info sur [www.orizo.fr](http://www.orizo.fr)

## Un soutien sans faille à l'économie



En complément du plan d'urgence initié par la Région, l'agglo a imaginé des démarches pour aider les entreprises du territoire et préparer l'après-confinement

L'impact économique de la crise liée au Coronavirus sera considérable. Le Grand Avignon, comme l'ensemble de ses partenaires institutionnels, en est bien conscient. Au service Développement économique, même à l'heure du confinement, l'équipe reste donc plus que jamais mobilisée. Pour répondre aux besoins les plus urgents des entreprises locales (lire encadré), mais surtout pour préparer « l'après ».

« Le confinement obérant à ce jour toute reprise d'activité, il ne sert à rien de se précipiter : nous en profitons pour déterminer une stratégie adaptée à notre échelle d'intervention, tant géographique qu'économique, et construire un plan d'actions de relance. Ainsi, dès la fin du confinement, ce positionnement actif et clair du Grand Avignon sera le plus en cohérence possible avec les remontées de notre territoire, et s'articulera de façon adéquate avec les dispositifs régionaux », annonce **Laëticia Vinuesa**, la directrice du Service Développement économique et tourisme.

Notamment avec le **Plan d'urgence et de solidarité** initié par la Région Sud, auquel la Communauté d'agglomération va participer à hauteur de 308 000 €. Les entreprises de moins de 20 salariés en difficulté, pourront bénéficier d'un prêt à taux zéro et sans garantie personnelle allant de 3 000 € à 10 000 €. « Nous travaillons actuellement en étroite collaboration avec Initiative Terres de Vaucluse qui gèrera les dossiers », poursuit Laëticia Vinuesa. En parallèle, l'agglomération apportera également son soutien au fonds lancé par la Région Occitanie, pour les entreprises situées dans la partie gardoise du Grand Avignon.

Mais l'appui du Grand Avignon ne s'arrêtera pas là. L'agglo a déjà débloqué une enveloppe de 500 000 €, pour soutenir notamment les partenaires locaux qui accompagnent les entreprises, mais aussi les associations, telles que les chantiers d'insertion. « Ce fond per-

mettra aussi d'accompagner les professionnels du tourisme, via les équipes de l'Office de Tourisme du Grand Avignon », explique-t-elle encore, en précisant : « Les grandes orientations de notre plan d'actions sont ciblées. Elles restent évidemment à affiner. Mais dès la reprise d'activités, le Grand Avignon sera présent aux côtés des entreprises du territoire ». À travers un plan de soutien à l'économie locale que nous sommes en train d'élaborer en mobilisant les moyens des deux Régions et de l'ensemble des acteurs du développement territorial, qui se sont réunis en visioconférence le 15 avril dernier. La situation inédite que nous connaissons, appelle des réponses inédites, que nous devons construire ensemble, avec audace et vigueur.

Si votre entreprise rencontre d'ores et déjà des problèmes ou si vous avez besoin de renseignements, l'équipe du service Développement économique du Grand Avignon est toujours joignable par mail et par téléphone. Elle met également à jour, chaque semaine sur le site internet du Grand Avignon, les aides aux entreprises proposées par les différentes structures économiques locales ou gouvernementales.



**Margot Techec**, chargée de mission développement économique au Grand Avignon, reste à la disposition des entreprises pendant le confinement.

Renseignements auprès de Margot Techec au 06 26 36 18 66 ou [margot.techec@grandavignon.fr](mailto:margot.techec@grandavignon.fr) et sur le site [www.grandavignon.fr](http://www.grandavignon.fr)

## L'art à distance



Les enseignants du Conservatoire Grand Avignon dispensent leurs cours de musique, de danse et de théâtre via internet et le recours à la vidéo.



« L'utilité de l'art dans cette période où l'on se retrouve privé d'une forme de liberté, trouve toute sa pertinence. Il permet de s'évader et de s'épanouir », estime **Jérôme Chrétien**, directeur du Conservatoire à rayonnement régional du Grand Avignon. Il était donc inenvisageable pour lui et son équipe enseignante, que les élèves laissent de côté partitions, grands classiques de la littérature ou chaussons de danse pendant le confinement. « Les professeurs se sont organisés pour proposer des cours en ligne, soit en direct, soit avec l'envoi d'enregistrements, de vidéos ou de devoirs écrits », explique Jérôme Chrétien.

Les élèves de danse ont ainsi rendez-vous tous les matins, du lundi au samedi, pour des exercices à réaliser à la barre. Une heure où **toute la classe se retrouve de façon virtuelle** pour travailler ses pointes. En musique, les professeurs usent également des nouvelles technologies pour conseiller leurs élèves. « Parfois, la qualité de l'enregistrement n'est pas la meilleure et il est difficile de les corriger à distance sur une posture, mais l'essentiel, c'est de maintenir la motivation pour jouer de son instrument, remarque **Thuy-Anh Vuong**, professeur de piano. On fait avec les moyens du bord : certaines familles doivent se partager l'ordinateur, alors je donne mes cours en soirée, quand les parents ont terminé leur télétravail. Tout le monde s'adapte et ça crée une dynamique très positive ».

**Cyril Cotinaut**, professeur de théâtre, a même vu certains de ses élèves développer une créativité insoupçonnée : « Deux d'entre elles se sont filmées via Skype pendant 5 heures, chacune depuis leur appartement qu'elles ont aménagé de la même manière. Au final, on a vraiment l'impression qu'elles sont dans la même pièce ! ». Si les professeurs du Conservatoire sont motivés (l'enseignement à distance se fait sur la base du volontariat et tous ont répondu présent), il en est de même pour leurs élèves. Près de 700 familles du Grand Avignon participent à ces cours très particuliers.

# Témoignages

“



**Thuy-Anh Vuong,**  
professeur de piano

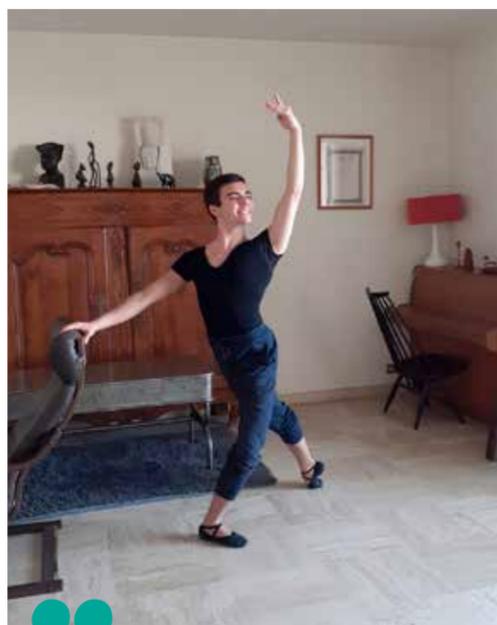
« Il était évidemment important de poursuivre l'enseignement qui aurait été dispensé en temps normal. Mais je profite aussi de mes cours à distance pour prendre des nouvelles de mes élèves. Mettre l'humain au cœur de ces échanges est important pour moi. Avec mes plus jeunes élèves, j'implique aussi les parents (pour qu'ils tiennent le téléphone ou même qu'ils jouent quelques notes), de manière à ce que toute la famille vive mes cours comme une coupure bienvenue ».

”

“

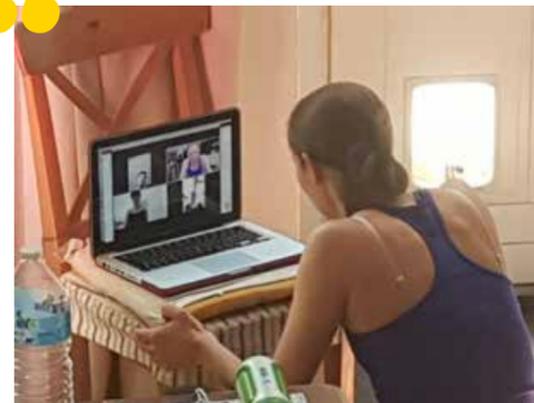
**Matthias Andreuglück, élève**  
en cycle de perfectionnement  
de danse classique

« Les cours des enseignants me permettent de garder autant la forme physique que le moral. Tous les matins, à 10h30, je peux voir en ligne mes camarades pour une heure d'exercices à la barre. C'est un peu le système D, certains sont sur leur balcon, dans le jardin. Moi, je réquisitionne le salon et je me sers d'une chaise comme appui ! C'est un rendez-vous quotidien important pour rester positif dans cette période ».



”

“



**Diane Soubeyre,**  
professeur de danse contemporaine

« Je suis une quarantaine de mes élèves. Depuis le début du confinement, j'essaie de varier au maximum mes propositions d'exercices. Ils peuvent prendre la forme de quiz, j'envoie des liens de chorégraphie et les élèves doivent décrire certains passages sur papier et ensuite se filmer... J'essaie de les corriger à distance sur leur posture. Cela n'est évidemment pas simple, mais je connais leurs points forts et leurs points faibles, donc je sais comment les aiguiller ».

“

**Léa Pastorelli,**  
élève au département musique

« J'ai organisé mes journées en fonction des cours à distance : les matins sont consacrés aux devoirs de mes enseignants et l'après-midi, je joue de mes instruments : la flûte et le piano. Les professeurs me donnent des partitions à apprendre dans la semaine et, le samedi matin, je réalise des enregistrements avec ma mère et je les envoie pour correction. Ces cours à distance me permettent de continuer à progresser et c'est essentiel pour moi ».



”

“



**Cyril Cotinaut, professeur de théâtre**

« J'ai organisé mes cours avec une partie théorique, où mes élèves doivent lire des œuvres et me faire parvenir un résumé, et une partie pratique où ils doivent travailler un texte avec les nouvelles technologies. Deux élèves m'ont envoyé un échange entre Antigone et sa sœur via Skype, deux autres lors d'un échange téléphonique d'un passage de « Horace » de Corneille. Ils sont obligés de faire avec les moyens du bord et ça accroît d'autant plus leur créativité et leur imagination ! ».

”



## Dehors, on respire mieux (mais)...

**AtmoSud** continue de façon la plus responsable, d'évaluer la qualité de l'air. On observe, bien sûr, une amélioration liée à la diminution de la circulation automobile. Mais le bilan est plus mitigé concernant les particules...

Juste avant le confinement, les conditions météo sur notre territoire étaient favorables, avec du vent et des précipitations. Le mistral a faibli au début du confinement, mais la baisse du trafic routier a permis d'observer une baisse des concentrations en NOx (oxydes d'azote). On observe ainsi une différence de - 34 % au niveau du quartier Pierre Sénard à Avignon, par rapport au mois de mars 2019, pour une baisse du trafic estimée à environ 70 % sur plusieurs points de comptage de l'agglomération. Une diminution conforme à la tendance nationale, mais un peu plus sensible pour les stations de fond (plus éloignées des axes routiers).

En revanche, les niveaux de particules fines PM2.5 sont élevés, liées notamment aux conditions météo mais aussi à la combustion de bois à domicile. À noter également dans les stations de fond, des mesures élevées de nitrate dues aux pratiques agricoles...

# On n'abandonne pas l'ambition urbaine !

Notre avenir ensemble

L'AMBITION  
URBAINE



École Louis Gros à Avignon

Elle a été signée le 20 mars, au début de la période de confinement. La **convention nationale de renouvellement urbain**, signée avec le directeur général de l'Agence Nationale pour le Renouvellement Urbain (ANRU), est l'aboutissement de près de quatre ans de travail conduit par l'agglomération avec ses partenaires : la Ville et l'État, mais aussi les bailleurs sociaux (Mistral Habitat, Grand Delta Habitat et Erilia), les financeurs (ANRU, Action Logement Services, Banque des Territoires, Europe, Agence Nationale pour l'Amélioration de l'Habitat, Agence Nationale pour la Cohésion des Territoires, Département de Vaucluse, Unicil), et les représentants d'habitants. Un paraphe qui valide définitivement le grand projet dont vont bénéficier les quartiers Sud d'Avignon et Saint-Chamand, pour un montant global d'investissement de près de 300 M€. Le renouvellement urbain est déjà à l'œuvre de manière opérationnelle depuis quelques mois, et les changements commencent à être palpables du côté de la plaine des sports à Saint-Chamand, l'école Louis Gros à Monclar...



Les travaux d'aménagement de la voie verte sur la contre-allée nord de la Rocade reprendront prochainement

Certains chantiers ont dû être suspendus, comme l'aménagement de la voie verte sur la contre-allée nord de la Rocade, qui pourrait reprendre à la fin du mois.

En revanche, les études préalables aux autres opérations se poursuivent, comme la réhabilitation des résidences Mistral et Trillade ou encore la médiathèque Jean-Louis Barrault.

La crise sanitaire impacte également le relogement, tel qu'il était mis en œuvre. Cependant, tous les acteurs continuent à se mobiliser pour que les ménages puissent être relogés dès que la situation le permettra. Quelque 150 familles des résidences Trillade, Mistral, Ventoureso et Alizé, sont inscrites dans le processus et en lien téléphonique étroit avec la structure en charge du relogement (MOUS). À la levée du confinement, certaines pourront enfin visiter leur nouveau logement...

Laurence Bourger et Hanane Assemi,  
les deux facilitatrices des clause d'insertion



« **L'ambition urbaine** », ce sont aussi des centaines d'heures de travail : travaux publics bien sûr, mais aussi nettoyage, tâches administratives... Afin de promouvoir l'insertion professionnelle, 5 % seront réservées à des personnes éloignées de l'emploi, comme le demande l'ANRU. Dès que la situation le permettra, des réunions collectives d'information seront organisées dans les locaux de Pôle emploi et de la Mission locale. Les facilitatrices de la clause d'insertion vérifieront les critères d'éligibilité des candidats.

Cette démarche est encadrée par une charte locale d'insertion à laquelle ont contribué de nombreux partenaires : Le Grand Avignon, l'État, la Ville d'Avignon, Mistral Habitat, Grand Delta Habitat, Erilia, le Département de Vaucluse, la Région Sud, le Pôle Emploi, la Mission Locale, la Fédération Départementale du Bâtiment et des Travaux Publics, et le Groupement d'Employeurs pour l'Insertion et la Qualification du Bâtiment et des Travaux Publics (GEIQ BTP).

Cette charte a été adoptée lors du conseil de communauté du 24 février 2020 et sera signée dans les prochaines semaines.

+ d'informations : [info-clause@missionlocale-avignon.asso.fr](mailto:info-clause@missionlocale-avignon.asso.fr)

## Actualités du droit des sols

On le sait, dans de nombreux cas, si la collectivité ne répond pas dans les temps impartis à une demande de délivrance de permis de construire ou d'aménager, l'autorisation est considérée comme ayant été délivrée. Sauf qu'avec le confinement, les services instructeurs, malgré le télétravail, sont en difficulté pour mener à bien leur mission. C'est pourquoi, dans le cadre de l'état d'urgence sanitaire, un décret a suspendu tous les délais d'instruction des demandes d'urbanisme pendant une période comprise entre le 12 mars et jusqu'au 24 juin

Le Gouvernement, faisant suite à des demandes des acteurs du BTP, a souhaité raccourcir le délai de suspension de l'instruction des autorisations d'urbanisme, tout en permettant aux collectivités de s'organiser. Les délais d'instruction reprendront donc à compter de la fin de l'état d'urgence sanitaire, soit le 24 mai, et non plus un mois après comme prévu initialement. Indépendamment de cette suspension, le Grand Avignon a pris l'initiative de reprendre progressivement l'instruction dès le 27 avril, sur la base d'un effectif réduit, compte tenu du contexte. L'instruction ne pouvant être à ce jour totalement dématérialisée, l'organisation mise en place repose sur la présence de la moitié des instructeurs environ, dans les bureaux par demi-journées, complétée par du télétravail.

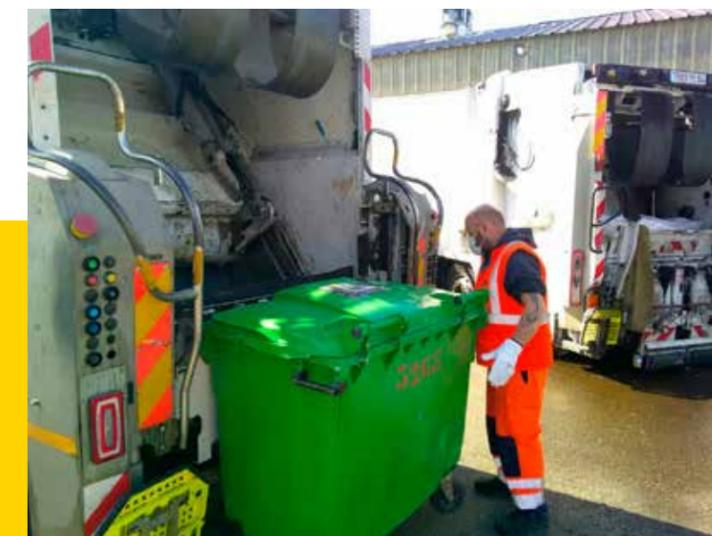


# Les déchets au rang des priorités

**La collecte des ordures ménagères et des articles recyclables se poursuit normalement, en dépit du confinement d'un certain nombre d'agents et du risque que constitue le fait de sortir durant cette période. Les déchèteries ont été rouvertes progressivement.**

Amputé de plus d'un quart de son effectif depuis le début de la crise, le **service de la collecte des déchets du Grand Avignon a recentré ses missions sur l'essentiel** : « La priorité est aux ordures ménagères résiduelles et au recyclable », précise **Angélique Rivoire**, responsable du pôle pré-collecte au service Environnement déchets. Deux collectes qui sont assurées normalement dans les communes de l'agglomération. En ce qui concerne les ordures ménagères, un ordre de priorité a été établi concernant les secteurs d'intervention des ripeurs : d'abord les centres-villes, puis l'habitat vertical, et enfin les zones pavillonnaires et les campagnes.

Est-ce un effet du confinement ? Toujours est-il que le volume des ordures ménagères collecté a sensiblement augmenté entre mars 2019 et mars 2020 : 100 tonnes supplémentaires, soit 4 566 tonnes au total. « Les quantités ramassées dans les zones d'habitat sont plus importantes que d'ordinaire, mais cette hausse est compensée par l'absence des entreprises et commerces dans les cœurs de ville et les zones d'activités, qui ne produisent plus de déchets du fait de la cessation de bon nombre d'activités professionnelles », nuance Angélique Rivoire, qui doit « chaque jour réadapter l'organisation de collecte des déchets en fonction des effectifs ».



Malgré les circonstances exceptionnelles, le tri continue de fonctionner. Et plutôt bien, d'ailleurs, puisque **62 tonnes en plus d'emballages recyclables et de papier ont été traitées en mars dernier** par le centre de tri Novalie, à Vedène. Une tendance similaire a été observée pour la collecte du verre qui est recyclé à Vergèze (Gard) : + 15 tonnes.

Seul changement notable pour les usagers en cette période donc : si les déchèteries de l'agglomération (Courtine et Montfavet à Avignon, Velleron, Entraigues-sur-la-Sorgue, Vedène et Le Thor pour les habitants de Caumont) ont été fermées plus d'un mois, conformément aux directives nationales sur les lieux accueillant du public, les deux premières ont toutefois été rouvertes, le matin, uniquement aux professionnels munis d'une carte d'accès.

« *En cette période de confinement, beaucoup de gens jardinent, bricolent ou font le grand ménage de printemps. Malheureusement, nous constatons trop de déchets inappropriés dans et aux abords des conteneurs à ordures. Ces déchets en vrac au sol génèrent de l'insalubrité publique. C'est surtout un surcroît de travail pour les agents de collecte déjà en effectif réduit* », indique Angélique Rivoire. Le message est clair : il est impératif de conserver dans les propriétés privés déchets verts et autres déchets issus de travaux.

Dès le 4 mai, les déchèteries du Grand Avignon situées en Vaucluse, accueillent de nouveau les usagers pour le dépôt des déchets verts, les encombrants, les gravats, du bois, les cartons, la ferraille, les déchets électroniques et les déchets toxiques, dans la limite des conditions d'accès classiques soit 2m<sup>3</sup> par déchet et par jour.

Seul le mobilier (meubles et matelas) ne peut pas être accepté en l'absence de solution de traitement. Nous sommes contraints de demander aux usagers de les conserver au domicile jusqu'à nouvel ordre. Cette mesure exceptionnelle doit nécessairement s'accompagner des mesures préventives, afin de lutter contre la propagation du virus. Les gestes barrières sont appliqués de manière très stricte : une distance d'un mètre minimum doit être respectée et aucun contact ne doit avoir lieu entre les individus, visiteurs et agents de déchèterie.

De nombreux usagers veulent évacuer les déchets verts stockés. Aussi, pour fluidifier la grande fréquentation et éviter les files d'attente interminables, avant de se présenter en déchèterie, **il est impératif de prendre rendez-vous** sur la plateforme internet [www.rdv-decheterie.fr](http://www.rdv-decheterie.fr). Cette plateforme est un service gratuit, qui permet de **programmer son apport en déchèterie** et ainsi gagner du temps lors de son déplacement sur les sites vauclusiens du Grand Avignon. Un accès sur rendez-vous est proposé au plus tôt pour le lendemain, en fonction des disponibilités dans la déchèterie que vous souhaitez fréquenter.

Mais dans ce contexte exceptionnel, Angélique Rivoire préfère se montrer optimiste pour l'avenir : « *La crise que nous sommes en train de vivre peut constituer le point de départ, ou un accélérateur pour les plus initiés, de comportements plus sobres et respectueux de l'environnement* ».



**Direct**  
grand  
avignon  
0 800 71 84 84

**Les filières de traitement étant de nouveau opérationnelles, les déchèteries vont rouvrir pour l'ensemble des flux (à l'exception des meubles et matelas) le 4 mai prochain.**

## Les bons gestes à adopter

1

**Les masques de protections, les gants, les mouchoirs en papier usagés doivent être jetés dans des sachets plastiques fermés hermétiquement, conditionnés 24h puis évacués dans les ordures ménagères.** Pas dans les bacs et sacs de tri sélectif. Une mesure importante pour protéger les agents amenés à manipuler ces déchets et éviter la propagation du virus.



2

**Ne jetez pas vos déchets verts avec vos ordures ménagères !** Vous pouvez les stocker au fond du jardin le temps du confinement ou en faire du compost. Quand vous tondez votre pelouse, adoptez le « mulching » : enlevez le panier de la tondeuse et laissez la tonte épanchée dans le jardin. L'herbe hachée se comporte comme un paillis protecteur contre la sécheresse et c'est un excellent engrais naturel.

3

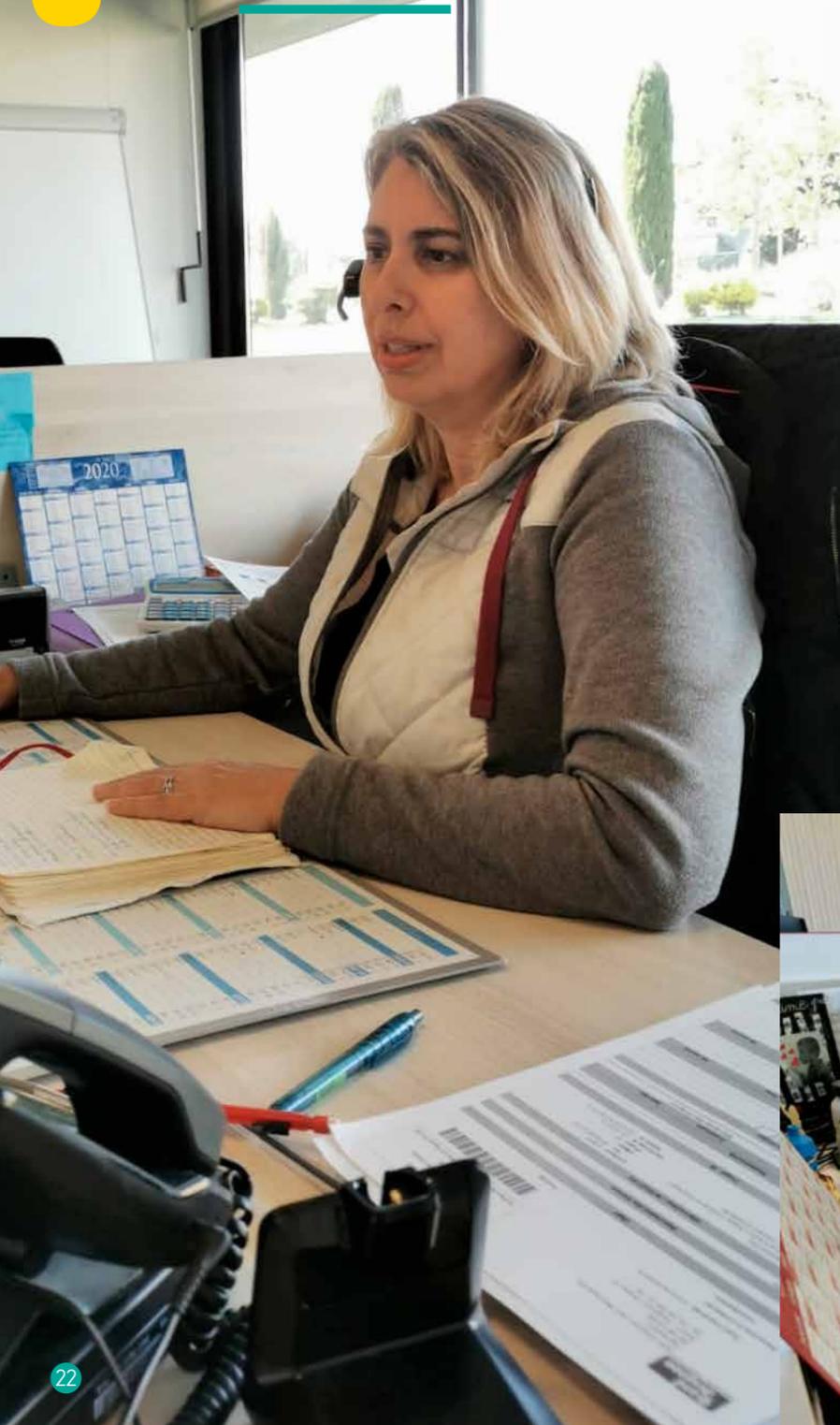
**Les objets encombrants doivent être soit stockés, en attendant la réouverture des déchèteries, soit être collectés par le service des encombrants après avoir obtenu un rendez-vous d'enlèvement au 08 00 71 84 84.** Les textiles usagés doivent être stockés, en attendant de les amener aux bornes d'apport volontaire à la fin du confinement.

## Du soutien et des remerciements

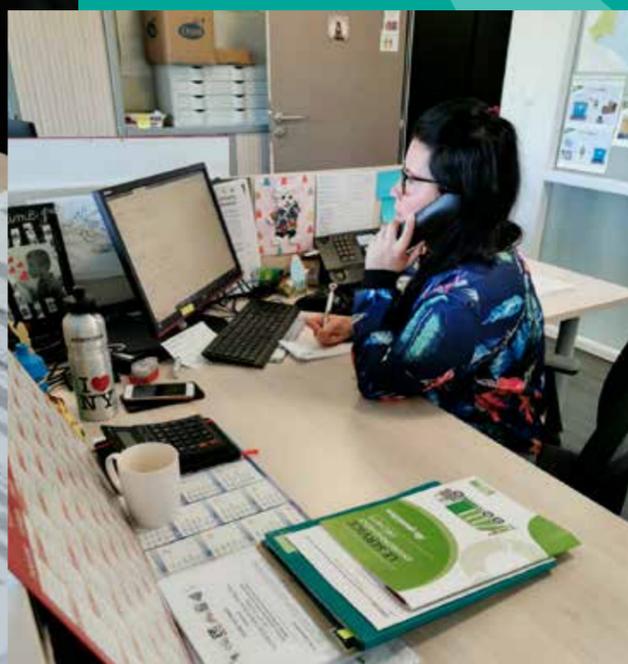
C'est désormais une habitude nationale : à 20h, on applaudit les soignants. Mais le rôle des rieurs est de plus en plus reconnu au fil du confinement. La preuve, avec ces nombreux témoignages de soutien qu'ils trouvent scotchés à même les bacs et les sacs. Des dessins d'enfants, des « merci » en majuscule qui encouragent les rieurs pendant leurs tournées. Merci pour eux !



# Le maintien d'un lien humain



L'une est responsable administrative au service Environnement déchets, l'autre chargée de développement et de suivi de la redevance des déchets pour les professionnels. Mais quand il a fallu se porter volontaire pour assurer le **standard téléphonique Direct Grand Avignon, Hélène Touraine et Cindy Chante** n'ont pas hésité. « *Nous assurons à la fois le standard du siège, des Services techniques et de la collecte des déchets. Pendant cette période difficile, les habitants ne tombent pas directement sur un répondeur qui leur demande d'appuyer sur 1 ou 2, c'est important pour nous de maintenir un lien humain entre les usagers et nos services* », indique Hélène Touraine.



Des interlocutrices privilégiées, présentes du lundi au vendredi pour répondre aux nombreuses questions des habitants de l'agglo. « *Nous recevons près de 70 appels par jour* », poursuit Hélène Touraine. La plupart concernent la gestion des déchets verts, le signalement de dépôts sauvages, les rendez-vous pour la prise d'encombrants mais certains s'inquiètent aussi de leur permis de construire en cours d'instruction ou veulent faire leur demande de subvention pour l'achat d'un vélo électrique. « *Nous sommes là pour donner un maximum de renseignements, mais parfois aussi pour rassurer. Une personne âgée n'osait plus sortir de chez elle pour aller porter ses poubelles dans une colonne enterrée. Nous lui avons expliqué qu'elle pouvait le faire en respectant les gestes barrière* », raconte Hélène Touraine qui, comme sa collègue, met beaucoup de cœur à l'ouvrage.



**Du lundi au vendredi, de 8h30 à 12h30 et de 14h à 17h.**

**Direct**  
grand  
avignon  
0 800 71 84 84

# L'Opéra prépare l'avenir en coulisses

OPÉRA  
GRAND AVIGNON

**Le directeur actuel de l'établissement, Pierre Guiral, et son successeur qui prendra ses fonctions le 1<sup>er</sup> septembre, Frédéric Roels, travaillent déjà sur le lancement de la saison prochaine, qui sera marquée par le retour dans le théâtre historique à une date encore inconnue, en raison du retard pris par la fermeture du chantier pendant le confinement.**

**Grand Avignon mag : Au regard des dernières annonces d'Emmanuel Macron, la saison de l'Opéra est-elle terminée ?**

**Pierre Guiral :** Conformément aux annonces du Président de la République du lundi 13 avril et aux directives du Gouvernement, l'Opéra Grand Avignon est effectivement contraint d'annuler l'ensemble des représentations et des rendez-vous publics de cette fin de saison « Fraternité 2019-2020 ». Toutes les équipes de l'Opéra sont extrêmement tristes de devoir ainsi baisser le rideau... Mais nos prochaines retrouvailles n'en seront que plus belles !

**G. A. M. : De quelle manière gardez-vous le contact avec vos publics ? Et êtes-vous déjà en train de préparer la saison prochaine, qui doit marquer le retour dans l'édifice de la place de l'Horloge ?**

**P.G. :** Comme vous l'imaginez, l'activité du personnel de l'Opéra (techniciens, artistes du chœur et de la danse...) est fortement perturbée. Il est difficile, dans ces métiers, de respecter les gestes barrière. Cependant, nous préparons effectivement la prochaine saison, qui sera celle du retour dans le bâtiment historique. Le chantier de rénovation étant officiellement à l'arrêt depuis près d'un mois, il est évident que cela aura un impact sur la date de réouverture. Mais même si la situation actuelle est extrêmement compliquée, nous serons au rendez-vous ! La réouverture de l'Opéra est un événement important pour toutes et tous, et pour le territoire du Grand Avignon.

Aussi, nous sommes mobilisés afin de communiquer les informations nécessaires et utiles aux publics de l'Opéra. En effet, il est très important de garder contact avec nos spectateurs et notre communauté sur internet, notamment via la page Facebook de l'Opéra (qui compte plus de 11 300 followers). Entre autres, on peut y retrouver des interviews avec quelques artistes accueillis sur notre scène cette saison.

**G. A. M. : Quelles sont les modalités de remboursement des places achetées pour les spectacles annulés ?**

**P.G. :** Tout d'abord, je tiens à rassurer tous les spectateurs qui subissent, comme nous tous, les annulations de spectacles depuis le 13 mars dernier. Compte tenu de la situation exceptionnelle, nous procédons aux remboursements des places dans les meilleurs délais. Concernant les modalités de remboursement des places de spectacles, elles sont disponibles sur notre site internet [www.operagrandavignon.fr](http://www.operagrandavignon.fr).

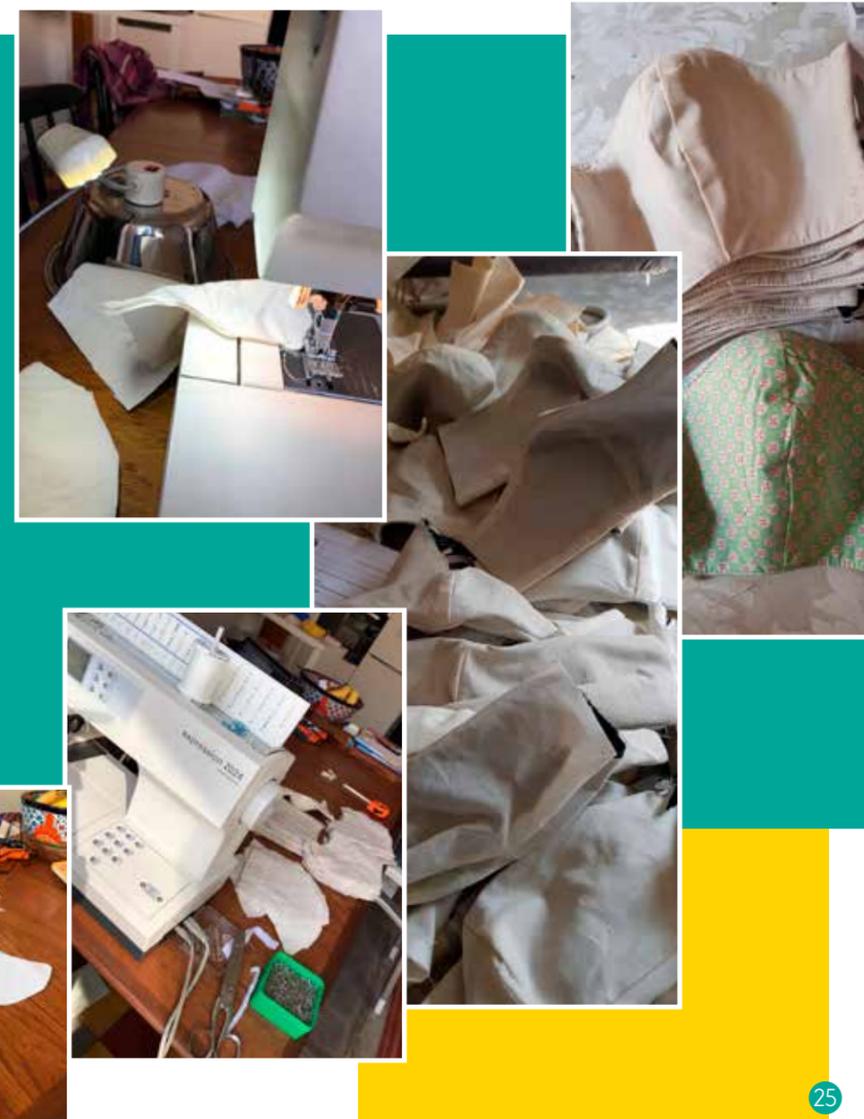
Il faut préciser également que l'équipe de la billetterie de l'Opéra Grand Avignon est joignable, uniquement par mail, à l'adresse [billetterie.opera@grandavignon.fr](mailto:billetterie.opera@grandavignon.fr)

Dès le 27 avril, elles se sont remises au travail pour préparer le déconfinement et de nouveau équiper les agents. Un bel exemple de solidarité entre les services du Grand Avignon !

## DES COUTURIÈRES SOLIDAIRES

Elles ont troqué les patrons de costumes de ballet pour celui d'un masque de protection. La dizaine de couturières de l'Opéra et du Conservatoire s'est mobilisée pour confectionner en un temps record - un week-end - 300 masques. Des protections qui ont été distribuées aux agents de la collecte des déchets, afin de les prémunir de tout risque de contamination au début de la pandémie, quand ces équipements étaient encore une denrée très rare.

Depuis le 27 avril, elles se sont remises au travail pour confectionner près de 1 200 masques, afin d'équiper les agents de l'agglo. Un bel exemple de solidarité entre les services du Grand Avignon !



# PAS CONFINÉE, LA SOLIDARITÉ !

On a vu, dès le début, un élan de gratitude envers les soignants, entre applaudissements et livraisons de repas par des restaurants au chômage forcé. Mais le confinement a aussi permis de revaloriser des métiers tout aussi essentiels, comme les ripeurs, les caissiers... qui contribuent à faire tourner la société. Des citoyens témoignent leur reconnaissance comme ils le peuvent, à coups de petits mots et de messages sur les réseaux sociaux.

Faire société, c'est aussi faire preuve de solidarité, et ce, notamment sur des actions toutes simples rendues parfois compliquées par le contexte : faire ses courses, promener le chien, imprimer des attestations ou les devoirs des enfants... « *On voit surgir le pire, mais surtout le meilleur* », nous confiait une citoyenne interviewée pour ce dossier. Des témoignages de ceux qui font tout simplement leur métier avec cœur, et ceux qui, à côté de leur activité, donnent du temps et de l'énergie pour rendre concrète cette envie d'entraide.

# 02



## Dans le Gard rhodanien, la solidarité 2.0

Sébastien Bourget a créé, dès le 13 mars, un groupe sur Facebook, et une cagnotte qui a permis de porter de délicates attentions à ceux qui sont au front.

Cela fait quatre ans que ce policier, fraîchement revenu dans la région, administre le groupe « **J'habite Pujaut, Villeneuve ou Les Angles** », où plus de 6 500 personnes partagent leurs infos et bons plans. Le 13 mars, juste après l'annonce de la fermeture des écoles, il lance un nouveau groupe, « **Entraide contre le Covid Villeneuve, Pujaut, Les Angles** » pour éviter la saturation. Les initiatives affluent, et il lance une cagnotte Leetchi qui permet en quinze jours de récolter pas moins de 2 200 €. « *Les équipes de l'Hôpital d'Avignon m'ont dit qu'elles étaient déjà très gâtées* » ; il pense alors à tous ceux qui sont en première ligne dans la lutte contre la pandémie. « *L'idée est aussi de soutenir un peu les commerçants, violemment touchés économiquement par le confinement* ». Ce sera donc, en même temps que ses sorties dérogatoires et dans le plus grand respect des gestes barrière, toute une série de petites attentions : viennoiseries pour les personnels des maisons de retraite, bouquets de fleurs pour les caissières et caissiers des supermarchés, bons d'achat à la pizzeria de Pujaut pour les policiers municipaux et barquettes de fraises pour les pompiers... La plateforme ne lui a pas encore viré l'argent, il a pour l'instant avancé la moitié : « *C'est maintenant qu'ils en ont besoin* ».

f « J'habite Pujaut, Villeneuve ou Les Angles »



## « Cela fait du bien de se rendre utile »

**Manon Dumas-Duprat** a créé un groupe Facebook pour mettre en relation offre et demande d'aide, chacun selon ses talents.

Elle entendait ses amies infirmières et jeunes mamans « galérer pour faire leurs courses ou déposer leurs enfants », un problème devenu encore plus épineux avec le confinement. Cette jeune habitante de Montfavet a donc créé ce groupe, dès le 15 mars. « Et très vite, on s'est aperçu qu'il y avait beaucoup plus de personnes isolées qui avaient besoin d'aide ». Le groupe s'élargit donc à la faveur de relais dans la presse et couvre également le Pays d'Arles, « ce qui nous a permis de toucher des gens qui n'avaient pas forcément accès aux réseaux sociaux », comme cette grand-mère de Montfavet signalée depuis l'outre-mer. Soit près de 900 membres qui se dépannent « chacun selon ses compétences », de la couture de masques aux séances vidéo de danse, en passant par une livraison de denrées dans le respect des gestes barrière. « En fait, on est plus à proposer de l'aide qu'à en avoir besoin, ça fait du bien et ça rassure quant au monde de demain ».



f Entraide Paca et alentours

## « Ne pas hésiter à s'adapter »

À la résidence seniors Montana à Avignon, de nombreuses activités sont proposées pour que confinement ne rime pas avec isolement.



« Prendre soin » ce n'est pas qu'une formule, c'est son métier : **Marie Termondjian** est responsable bien-être à Montana, résidences avec services pour seniors à Avignon. « Mon poste n'a jamais aussi bien porté son nom » s'amuse-t-elle. Dans cet établissement qui applique strictement les gestes barrière depuis fin février, toute l'équipe redouble de créativité et d'ingéniosité pour que les résidents vivent au mieux ce confinement. Ce sont notamment des séances collectives de gym, « moi dans les jardins et eux au balcon » afin d'éviter les rassemblements, de la relaxation dans les couloirs, chacun dans l'entrebâillement de sa porte, à plus d'un mètre de distance forcément, ou encore des moments partagés autour d'une douceur « en veillant au maintien des distances mais en leur laissant de l'intimité. Ils doivent pouvoir dire du mal de nous s'ils en ont besoin ! », sourit la jeune femme. Elle les aide également à garder un lien avec l'extérieur, à coups de visioconférences avec leur famille. « Il faut s'adapter ! »

Ce qui l'aura le plus touchée, ce sont les dessins d'enfants de l'école Massillargues, et les fiches de jeux reçues suite à un appel sur les réseaux sociaux, dont l'audience a grandi, et les voisins qui chantent avec eux depuis leur balcon. « Il se passe de jolies choses, qui montrent que nos seniors ne sont pas seuls ».



« Cela revalorise notre travail »



Fred est l'un des soixante agents du Service Environnement-déchets qui continuent à assurer la collecte des déchets depuis le début du confinement, avec une implication sans faille.

**Grand Avignon magazine :** Vous êtes-vous posé des questions quant à l'organisation du travail en cette période de crise sanitaire ?

**Fred :** Aucune. Je ne fais pas partie de ceux qui sont obligés de rester à la maison, et toutes les précautions sont prises pour notre sécurité : départs décalés pour éviter que l'on soit trop nombreux à se croiser, les bennes sont désinfectées, on nous fournit des gants, des masques, il y a du gel hydroalcoolique à disposition... Je me sens en sécurité, même si je reste humble et que je fais attention.

**G. A. M. :** Quelles difficultés rencontrez-vous et à l'inverse quelles sont les bonnes surprises ?

**F. :** Les incivilités prennent en cette période, la forme de mouchoirs ou masques jetés hors des sacs ou même à côté des poubelles. Ce n'est normalement pas notre rôle, mais nous sommes tous responsables, cela pose des problèmes d'hygiène et de sécurité.

Sur mon secteur, le Pont des Deux Eaux à Avignon, je fais beaucoup de porte à porte, je n'y suis pas le plus confronté. J'ai même droit, chaque jour, à des petits mots de soutien, des dessins d'enfants, et même des applaudissements ! Notre travail est plus reconnu, cela lui donne du sens, c'est très motivant.

**G. A. M. :** Quelles seront selon vous les leçons à tirer de cette période exceptionnelle ?

**F. :** J'espère, sans trop me faire d'illusions, qu'il en restera quelque chose. Au niveau de cette considération, mais aussi de l'hygiène, et surtout, de la réflexion que l'on peut avoir quant aux déchets que l'on produit. Parce que demain se prépare aujourd'hui.

FOCUS



De leurs balcons ou fenêtres, les citoyens du Grand Avignon se retrouvent à 20h précise, pour remercier et encourager le personnel soignant, ainsi que tous les travailleurs qui ne peuvent pas rester chez eux pour assurer leur mission.



## Souvenirs, souvenirs...

Le confinement peut-être aussi l'occasion de se rappeler des souvenirs, des moments partagés inoubliables qui nous marqueront à jamais.

En attendant la réouverture de l'Opéra Grand Avignon, fleuron de la culture de notre territoire, les internautes ont partagé leurs meilleurs souvenirs de représentations, leurs expériences...



**Fuchs Vincent** Centre ville ou Confluences?  
J'aime · Répondre · 3 sem

**Opéra Grand Avignon** Fuchs Vincent comme vous voulez ! Ça peut-être les deux 😊  
J'aime · Répondre · Message · 3 sem

**Adeline Pepin** La véritable histoire de casse noisette, opéra pour enfants, genialissime ! Très bon souvenir  
J'aime · Répondre · 3 sem

**Samuel Oddos** Manon de Massenet, mise en scène de Nicolas Joël, ma première expérience sur les planches de l'Opéra Théâtre d' Avignon avec un magnifique plateau de chanteurs, avec tant d autres souvenirs, à très vite...place de l' Horloge.  
J'aime · Répondre · 3 sem · Modifié

**Anne Bredat** Opéra Grand Avignon Le jour où je suis tombé en amour de Eric Belaud ! C'était en 2007 ou 2008 ou... ? Quand on aime, on ne compte pas ! En septembre, à l'occasion des journées du patrimoine. Avec ma fille Sixtine, en pleine révision d'exams, et pour... Voir plus  
J'aime · Répondre · 1 sem · Modifié

**Claude Sakalli** J'ai tout aimé ce que j'ai vu et entendu!!mais mes préférences vont à Goran Bregovic, trois lettres de Sarajevo, avec l'orchestre d'Avignon, envoûtant, émouvant, festif, formidable ,et quelle ambiance, étonnant,,bravo,,,,puis viva Espana, séduite par cette sinfonia Flamenca,,,superbe,,,,,la fille du régiment, une Marie époustouflante, etc,etc,,,une magnifique programmation,,,,bravo,,,je suis en manque,,,,  
J'aime · Répondre · 3 sem

**Gerald Kintzinger** Les Saltimbanques, en avril 2019. Une mise en scène époustouflante, une distribution fabuleuse, les grands moyens mis au service d'une opérette qui, ce soir l'a, avait tout d'un art majeur !  
J'aime · Répondre · 3 sem

# TOUS CONCERNÉS !

## Des initiatives pour favoriser les circuits courts

Dans le contexte actuel de crise sanitaire, l'accès aux ressources alimentaires est, plus que jamais, un enjeu primordial. Sur ce plan, le Grand Avignon peut s'appuyer sur des atouts de choix, mais aussi sur des initiatives concrètes. Quand consommer local prend tout son sens.

# 03

## Des atouts de choix

Reconnu comme l'aire urbaine disposant de la plus grande autonomie alimentaire de France, notre territoire recense pas moins de 460 agriculteurs, avec une part importante réservée à l'agriculture biologique : 18,8 % de surface en bio, contre 6 % au niveau national. L'agglomération compte également sur son territoire l'INRA, ou encore le pôle de compétitivité Terralia, qui font autorité dans le domaine.



Ce dernier, mis en place début 2020, se donne quatre grands objectifs :

- renforcer les productions agricoles respectueuses de l'environnement,
- valoriser une alimentation saine accessible à tous,
- développer l'économie sociale et solidaire,
- et rendre exemplaire l'approvisionnement de la restauration collective territoriale.

Le Programme alimentaire territorial (PAT) du Grand Avignon vise à construire une vision et une stratégie partagées pour l'alimentation de l'agglomération, avec l'ensemble des acteurs de la chaîne - de la production à la consommation et à la gestion des déchets - pour maintenir une agriculture forte et durable, et garantir une alimentation saine, équitable et locale à tous les habitants.



C'est dans ce cadre que le Grand Avignon, avec le concours technique et le soutien financier de la DRAAF (Direction Régionale de l'Alimentation, de l'Agriculture et de la Forêt), de l'ADEME (Agence de l'Environnement et de la Maîtrise de l'Énergie) et de la Région Sud, a lancé une stratégie ambitieuse autour de l'alimentation, portée par son **Programme Alimentaire Territorial (PAT)**.



# Une nécessaire réadaptation



La crise que nous traversons met en exergue le **caractère essentiel du secteur agricole et alimentaire sur notre territoire**. Elle souligne aussi les limites de notre système actuel : la fermeture des frontières a montré que notre système productif tout entier, dépendait des échanges avec l'extérieur. Il a fallu trouver en urgence de la main d'œuvre pour remplacer les saisonniers étrangers, et réadapter nos circuits logistiques et commerciaux, pour, à la fois, écouler la production des agriculteurs, et alimenter les supermarchés.

Dans ce contexte délicat, les **systèmes de vente directe** et de « **paniers paysans** » ont le vent en poupe : certaines structures sont même débordées par les commandes et de nouvelles initiatives de mise en lien des consommateurs aux producteurs ne cessent de voir le jour.

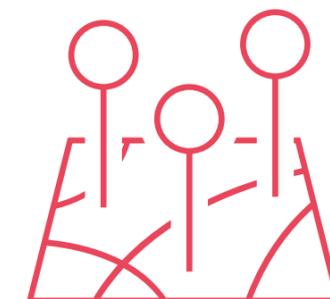
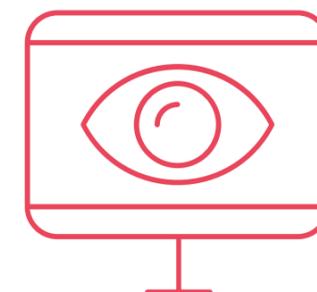


Les producteurs ouvrent leurs portes avec des consignes de sécurité renforcées (La Reboule, Avignon)

## Plus de visibilité pour les circuits courts

En soutien à celles et ceux qui ont dû redoubler d'efforts pour s'adapter au contexte de la crise, tout en continuant à nous fournir une alimentation de qualité, le Grand Avignon a recensé et mis à disposition sur son site internet, les **outils proposés par nos partenaires** (cartes interactives, sites internet, listes de producteurs...), afin de donner plus de visibilité aux producteurs et aux commerçants proposant leurs produits.

À n'en point douter, la crise actuelle met en avant la nécessité de dispositifs comme le Plan Alimentaire Territorial, qui défend l'idée d'une « **re-territorialisation** » de l'alimentation. Il s'agit d'inscrire les acteurs de l'agriculture dans le territoire, ainsi que les possibilités d'échanges entre ces acteurs et leurs clients. À nous de tirer des leçons de la crise que nous vivons, pour renforcer cette dynamique vers des systèmes alimentaires plus résilients et plus durables. Sans viser l'autosuffisance alimentaire, il s'agira de travailler à une plus grande autonomie de notre système alimentaire.



# Les initiatives se multiplient pour favoriser les circuits courts



De nombreuses initiatives de commerçants, de particuliers, de restaurateurs, de producteurs, de maraîchers, émergent pour livrer fruits et légumes, repas ou encore paniers fermiers à domicile ou en points-retraits. Retour sur quelques initiatives qui facilitent le quotidien, en période de confinement.

## LES RÉSEAUX SOCIAUX JOUENT LA CARTE DE L'ENTRAIDE

Depuis l'annonce du confinement, les groupes d'entraide destinés à trouver des solutions d'approvisionnement ont explosé. Un exemple parmi d'autres : le **groupe Facebook « Trouve ton producteur dans le Vaucluse »**, qui, 3 jours après sa création, comptait déjà plus de 2 500 inscrits (5 500 inscrits début avril). Les particuliers y échangent leurs bonnes adresses, les producteurs et commerçants locaux y postent des informations sur leurs produits, leurs horaires d'ouverture, les modalités de livraison... 100 % pratique !



## TROUVER UN POINT DE VENTE EN UN CLIC

Les **Chambres de Commerce et d'Industrie du Vaucluse et du Gard** ont lancé, chacune sur son territoire, un nouvel outil en ligne, en partenariat avec la **Chambre d'Agriculture**. Il s'agit d'une **carte de géolocalisation des points de vente** qui poursuivent leur activité, sur site ou en livraison. Elle recense les établissements qui le souhaitent, commerces, entreprises, mais également producteurs agricoles.



<https://tools.ccimp.com/covid-carte-commerces-84/>

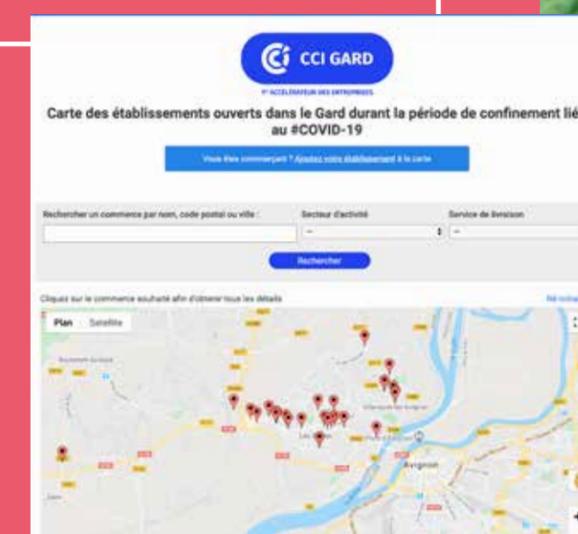
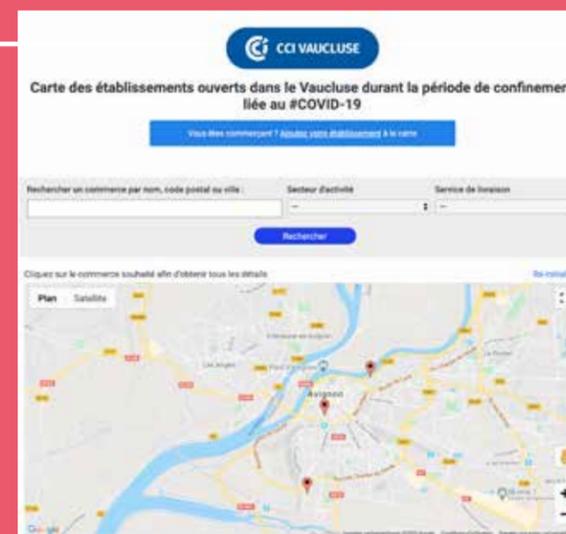
<https://tools.ccimp.com/covid-carte-commerces-30/>

## LES DRIVE FERMERS

Les producteurs du réseau **Bienvenue à la Ferme** se mobilisent pour permettre au plus grand nombre de s'approvisionner en produits locaux. Deux possibilités : soit passer commande par téléphone et retirer vos produits sur rendez-vous, directement à la ferme ; soit récupérer vos courses dans un des « **drive fermiers** » mis en place sur le territoire, par exemple sur le Parking des Italiens à Avignon ou à Agroparc.

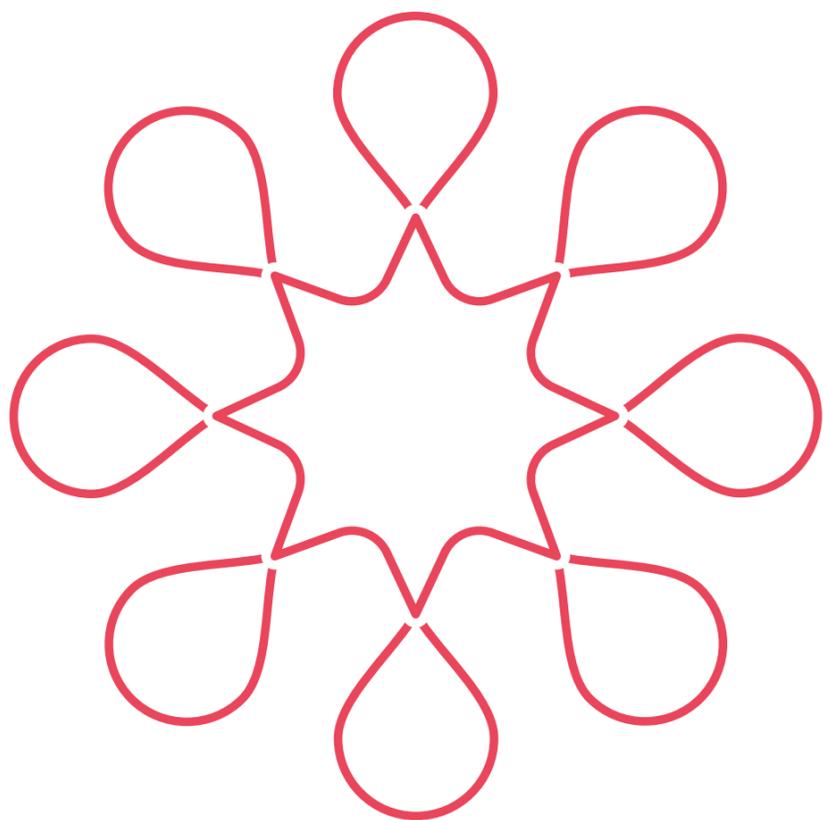


Tous les détails sur [www.bienvenue-a-la-ferme.com](http://www.bienvenue-a-la-ferme.com)



## Tous concernés, tous solidaires

Parce que nous vivons une situation sans précédent, et que chacun de nous est concerné, les communes du Grand Avignon ont su se mobiliser dès le début du confinement, afin d'être présentes aux côtés de leurs habitants. De nombreuses initiatives citoyennes sont également venues appuyer les dispositifs mis en place au niveau communal. Retour sur ces belles énergies à l'œuvre sur notre territoire.



## Maintien des services publics prioritaires

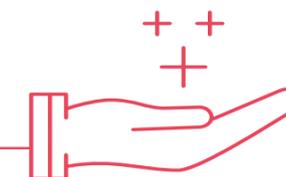
En cette période de confinement liée au Covid-19, chaque commune a dû s'organiser et mobiliser, dans l'urgence, toutes les ressources humaines et matérielles disponibles. Afin de passer au mieux cette crise exceptionnelle, ont été mis en place des plans garantissant la continuité des services publics prioritaires, tout en s'assurant du maintien à domicile d'une majorité des agents municipaux.

Si les services municipaux restent fermés physiquement au public, afin de respecter les consignes de sécurité, une permanence téléphonique a rapidement été mise en place pour permettre notamment les démarches urgentes liées à l'état civil ou à l'urbanisme.

Le portage des repas à domicile pour les personnes âgées, isolées ou handicapées, a été maintenu sous l'égide des CCAS, et même très souvent augmenté à sa capacité maximale, comme aux Angles ou à Avignon. En complément, des agents municipaux appellent régulièrement les habitants repérés comme « fragiles », afin de rompre leur isolement et d'identifier d'éventuels besoins. Pour beaucoup, il s'agit d'un moment d'échange, de lien social essentiel dans cette période de confinement où les contacts se font plus rares.

**Pour beaucoup, il s'agit d'un moment d'échange, de lien social essentiel dans cette période de confinement où les contacts se font plus rares.**

Les agents des services techniques veillent, quant à eux, à la propreté des voiries et à la collecte des ordures ménagères, avec une attention toute particulière portée à la désinfection des bâtiments communaux encore utilisés. Certaines communes, dont Roquemaure, Entraigues-sur-la-Sorgue et Villeneuve lez Avignon, ont également pris la décision de désinfecter les voies publiques, afin de limiter les risques de contagion. Enfin, pour la sécurité de tous pendant cette période si particulière, les agents de la police municipale continuent à assurer la sécurité et à veiller au respect des règles de confinement, et ce, sur l'ensemble des communes.



# Des mesures exceptionnelles



À situation exceptionnelle, mesures exceptionnelles !

En complément du portage des repas à domicile, un service de commande et de livraison de produits de première nécessité ou de médicaments a été mis en place par certaines communes. C'est le cas de Saint-Saturnin-lès-Avignon ou encore Morières-les-Avignon, qui a même souhaité aller plus loin : aidée par le CCAS et l'association Solidarité Morières, la ville a invité les personnes qui le souhaitent à faire don de produits non périssables, que les agents municipaux viennent récupérer et distribuer aux personnes identifiées comme vulnérables.

Céline Favre, agent de la commune de Morières-lès-Avignon livre une personne inscrite sur le registre des personnes vulnérables



Livraison de denrées alimentaires aux personnes âgées isolées par un agent de Saint-Saturnin-lès-Avignon



Un service de garde des enfants des personnels indispensables à la gestion de la crise sanitaire (professionnels de santé, gendarmes, policiers, pompiers professionnels...) a rapidement été mis en place dans chaque ville. Certaines ont également permis aux centres de loisirs de continuer à fonctionner les mercredis pour ces mêmes enfants – c'est le cas du Pontet par exemple – ou bien ont organisé un service de garderie gratuite pendant les vacances scolaires, comme aux Angles.



Un effort tout particulier a été fait pour qu'aucun enfant ne soit laissé de côté, dans le cadre du dispositif d'école à la maison : Avignon met ainsi en place un service de prêt de plus de 400 tablettes, afin que les enfants en situation de précarité numérique puissent suivre les cours en ligne durant la période de confinement. Dans cette même optique, nombreuses sont les communes qui proposent d'imprimer gratuitement les cours et exercices donnés par les professeurs.

Afin de maintenir le lien social qui fait cruellement défaut à nos aînés en cette période de confinement, de belles initiatives ont vu le jour, à destination des résidents des maisons de retraite : une fois les leçons terminées, les enfants sont invités à adresser leurs dessins par mail à la mairie, qui se charge de les transmettre aux EHPAD.

Enfin, au vu de l'impact spectaculaire du confinement sur l'environnement, certaines municipalités – dont celle de Pujaut – ont pris des arrêtés en faveur d'une coupure de l'éclairage public à partir de 23h, afin d'initier une prise de conscience collective.

Le centre de loisirs du Pontet accueille les enfants des personnels mobilisés.



# Des initiatives citoyennes solidaires



Face au risque épidémique et au nécessaire confinement, la solidarité entre habitants se révèle plus que jamais indispensable. Parmi des dizaines d'initiatives solidaires, retenons par exemple celle d'Arthur, à Entraigues-sur-la-Sorgue, ou de Marie, à Rochefort-du-Gard, qui utilisent leur imprimante 3D afin de fabriquer des visières de protection, destinées au personnel soignant ou aux commerçants.



Marie Jacquart infirmière libérale et ostéopathe se mobilise avec son mari, afin de fournir des visières de protection aux professionnels de santé, mais aussi aux commerçants ou à l'hôpital de Bagnols-sur-Cèze



Arthur fabrique des visières avec son imprimante 3D, à Entraigues-sur-la-Sorgue, à destination des commerçants et des personnels soignants

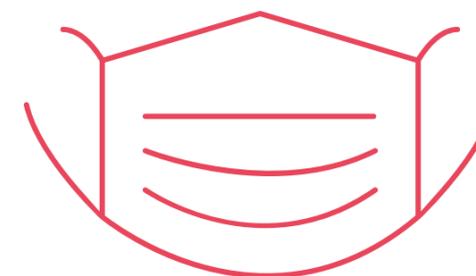


Un groupe de volontaires Rochefortais s'est, quant à lui, donné pour mission d'imprimer des adaptateurs pour les masques de plongée Décathlon, afin qu'ils puissent être utilisés par les soignants des unités Covid-19.

Confection de masques par Corinne Harisson et l'association Cousons des masques pour équiper l'ensemble des agents mobilisés de Villeneuve lez Avignon



Parce que les petits ruisseaux font les grandes rivières, et que chacun peut agir à son niveau, les beaux exemples de solidarité se multiplient à l'échelle locale. À Vedène, le lycée professionnel offre combinaisons, lunettes et visières de protection aux pharmacies. À Saint-Saturnin-lès-Avignon, Velleron, Villeneuve lez Avignon, Caumont-sur-Durance... ce sont des couturières qui confectionnent bénévolement des masques.





À Rochefort-du-Gard, Martine utilise aussi son talent de couturière au profit d'une belle cause, en fabriquant des masques qu'elle remet aux infirmières libérales de la commune, chargées à leur tour de les distribuer à leurs patients âgés ou fragiles. Tout comme Anne-Marie, qui a déjà confectionné une vingtaine de masques, qu'elle a remis au CCAS.

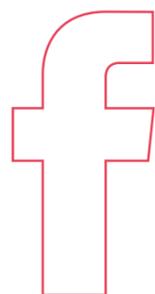
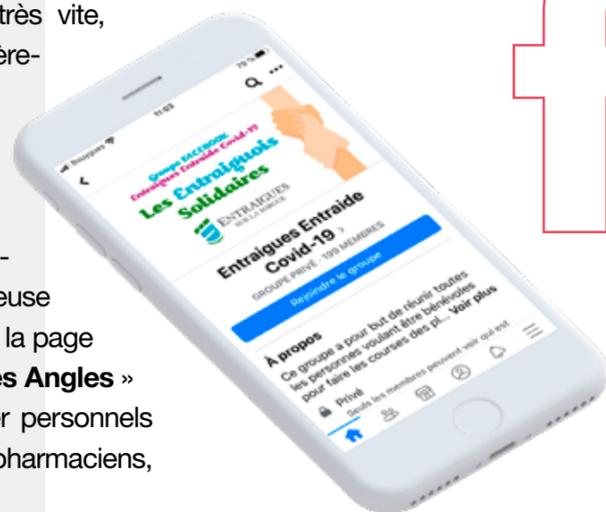
Masques réalisés par Martine Angel-Bonnin, remis aux infirmières libérales qui les distribuent aux personnes les plus fragiles ou les plus âgées

## Un joli exemple de chaîne de solidarité !



Anne-Marie Batier Deschamps (Simple mais Couture) a confectionné des masques en tissu pour le CCAS

En ces temps de crise où l'information va très vite, les réseaux sociaux se montrent particulièrement utiles : les créations de pages ou de groupes Facebook dédiés à l'entraide se multiplient. Ainsi, le groupe Facebook « **Entraigues Entraides Covid-19** » présente offres de service, de dépannage et promos des commerçants : chaque initiative porteuse de vie solidaire est bienvenue. Très dynamique, la page Facebook « **J'habite Pujaut, Villeneuve ou Les Angles** » a organisé une grande collecte pour remercier personnels soignants, services d'urgence, commerçants, pharmaciens, éboueurs, policiers...



Partout sur notre territoire, les commerçants sont, eux aussi, sur le pont, pour continuer à approvisionner chacun en denrées alimentaires de première nécessité, mais aussi en produits « plaisir », comme les plats cuisinés ou les chocolats, comme ce fut le cas à Pâques.

À Sauveterre, Saze, Caumont-sur-Durance, Saint-Saturnin-lès-Avignon, Jonquerettes, Velleron... les commerçants et producteurs locaux ont mis en place des systèmes de commandes, livraisons ou plats à emporter. Les commerçants des Halles d'Avignon se sont, eux aussi, rapidement adaptés à la situation et ont mis en place un service de livraison à domicile, permettant des commandes regroupées, avec une livraison dès le lendemain. À Pujaut notamment, les commerçants et un chef étoilé ont su faire preuve d'une grande générosité à l'égard du personnel soignant en leur livrant pizzas et plateaux-repas.



## De quoi garder le moral en ces temps de confinement !

# ZOOM SUR

Créé par une équipe de soignants du canton de Villeneuve lez Avignon, le « Réseau Ville Santé vs Covid-19 » met en commun, sur sa page Facebook, les bonnes idées, les difficultés et les interrogations face à la situation sanitaire exceptionnelle que nous traversons.

Les membres du réseau ont également mis en place une plateforme citoyenne, afin d'aider et soulager les professionnels de santé. À l'initiative de trois infirmiers et trois médecins, parmi lesquels le Dr Marjorie Meyer, anesthésiste à la Clinique du Grand Avignon, cette plateforme compte aujourd'hui plus d'une vingtaine de bénévoles.

# Le “Réseau ville santé Vs COVID-19”



« L'objectif, explique le Dr Meyer, est d'apporter une aide concrète aux médecins généralistes de notre territoire. Nous leur proposons d'assurer le suivi de 5 de leurs patients diagnostiqués positifs ou pouvant l'être. Nous les appelons deux fois par jour. Nous les conseillons, les rassurons et leur apportons une présence ».



Soutenu par les mairies des Angles et de Villeneuve, le « Réseau Ville Santé vs Covid-19 » n'a pas vocation à se substituer aux services de soins classiques (Centre 15, médecins de ville), mais entend leur prêter main-forte et éviter l'engorgement des services de santé. à ce jour, 80 personnes bénéficient du soutien de cette plateforme.

JEUX & ACTIVITÉS SPÉCIAL CONFINEMENT

MOTS-MÉLÉS

Les personnalités du Tram du Grand Avignon

La règle des mots-mêlés :

Durant vos déplacements, vous avez découvert le portrait de personnalités qui font le Tramway du Grand Avignon. Que diriez-vous de retrouver le nom et le prénom des 14 personnalités dans la grille ci-contre ? À vous de jouer !

P R R M B Q K Z O C G M J O W Ç B H G A  
 S B Y A F N I C O L A S J J Q T O O T N  
 N S R T C D N P S A E S U E K R S Z Z X  
 Z J W H A W M D Q U A Q Y A F M C G D I  
 F I Q I S V I P I D C P T N E C O A I G  
 G C P E A L G W C E T E J Q J A M R R R  
 S Q U U R T N Ç L L N R C Z X I I A X X  
 V R D K E G A M V K N D J Y M X D K T A  
 W L U V S X R I B X G I A U T E U I L J  
 Y Y W G D W D R V G E G T L M C E N R E  
 P H I L I P E E F Q R U B O U L L E V A  
 P E M D M A R I A N A I Y E M R Ç T I N  
 I A G A O R D L M W R E T H E Z H S L N  
 E G I N D E F L A N D R E Y S Y U O A E  
 R B R I O N E E G R P T C Q S H E N R I  
 R R A E Y E D R R E O L I V I E R A K Y  
 E X R L P C A M I L L E D S A I K Ç R X  
 D L D P F N T A C S J A G X E Z N Q N M  
 Z S U D M R T Z O A G G S X N Ç J J C I  
 O X B F L Ç S C L E Ç T R I O L E T Z N

Les personnalités à retrouver :



Henri Bosco



Gérard Philipe



Maria Casarès



Olivier Messiaen



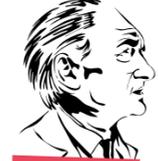
Nicolas Mignard



Camille Claudel



Mireille Mathieu



Jean Vilar



Elsa Triolet



Agricol Perdiguier



Daniel Auteuil



Jeanne de Flandreysy



René Girard



Pierre Boule

SUDOKU

Après une partie de Sudoku, les chiffres de 1 à 9 n'auront plus de secrets pour vous !

		6	9		4	2		
	2	3			5		6	
5					3			8
8						3	1	9
								2
6	3	2						7
3			5	9				4
	7		3					8
		1	8		2	9		

N	Z	T	L	O	E	Ô	E	T	Ô	S	O	T	F	B	X	O
I	O	I	Ô	X	S	Ô	V	Z	T	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô
W	N	D	N	Z	X	Ô	V	I	N	J	P	I	N	J	P	I
X	Ô	K	I	K	I	K	I	K	I	K	I	K	I	K	I	K
Y	Ô	K	I	K	I	K	I	K	I	K	I	K	I	K	I	K
A	Y	Ô	K	I	K	I	K	I	K	I	K	I	K	I	K	I
O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
S	H	Z	H	T	M	M	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô
T	R	G	T	Y	E	N	W	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô
N	R	N	R	N	R	N	R	N	R	N	R	N	R	N	R	N
A	V	X	B	X	B	X	B	X	B	X	B	X	B	X	B	X
X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
R	R	R	R	R	R	R	R	R	R	R	R	R	R	R	R	R
I	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô
Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô
X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N
H	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô	Ô

4	5	1	8	6	2	9	7	3
2	7	9	3	4	1	5	8	6
3	6	8	5	9	7	1	2	4
6	3	2	1	5	9	8	4	7
1	9	7	4	3	8	6	5	2
8	4	5	2	7	6	3	1	9
5	1	4	6	2	3	7	9	8
9	2	3	7	8	5	4	6	1
7	8	6	9	1	4	2	3	5

Les solutions :

VOUS ÊTES CONFINÉS MAIS PAS FATIGUÉS !

Pour maintenir le rythme et faire le plein d'énergie au quotidien, que diriez-vous de découvrir des idées et astuces pour s'exercer depuis la maison? En 10 minutes par jour seulement, dessinez votre silhouette !

les bras



Développez vos triceps. Asseyez-vous sur une chaise, le dos bien droit, la main gauche posée sur votre cuisse. Prenez une bouteille dans votre main droite. Tendez ce bras au-dessus de votre tête, en le collant à votre oreille. Fléchissez votre bras pour faire basculer la bouteille derrière votre tête. Puis, retendez votre bras.  
Série à réaliser 10 fois de chaque côté.

abdos / poitrine



Appuyez-vous sur les paumes de vos mains, bras tendus, ainsi que vos orteils, tout en maintenant votre corps bien droit. Ne vous cambrez pas et serrez le ventre. Décollez une jambe du sol et élevez-la vers le ciel, faites de même avec votre bras opposé. Réalisez 15 séries puis changez de côté.

la taille



Cet exercice fait travailler les muscles latéraux et ceux du bas du ventre. Un genou doit toucher le coude opposé et le corps doit légèrement s'incliner sur le côté. Asseyez-vous sur une chaise, gardez le dos droit, sans s'appuyer sur le dossier. Placez les mains derrière la tête. Lèvez le genou droit vers le torse. En même temps, baissez le coude gauche vers ce genou, afin qu'ils se touchent. Retournez à la position initiale. Réalisez 15 séries par côté. Vous pouvez réaliser au total 4 séries de cet exercice.

les hanches



Appuyez-vous sur les paumes de vos mains et vos orteils, tout en maintenant votre corps bien droit. Ne vous cambrez pas et serrez le ventre. Puis décollez votre bassin et élevez votre bras vers le plafond. Tenez 30 secondes puis changez de côté.

le ventre



Cet exercice aide à brûler la graisse présente sur la taille et les hanches. Posez les pieds par terre. Tendez les bras sur les côtés à la hauteur des épaules. Tournez la partie supérieure du corps vers la droite, inclinez-vous vers l'avant en touchant le pied gauche avec les doigts de la main droite. Gardez cette position. Redressez-vous et répétez le mouvement, en touchant votre pied droit avec les doigts de la main gauche. Recommencez entre 10 et 20 fois en alternant les côtés.

les abdos de fond



Appuyez-vous sur les paumes de vos mains ou avant-bras et vos orteils, tout en maintenant votre corps bien droit. Ne vous cambrez pas et serrez le ventre. Commencez par tenir 30 secondes et augmentez le temps au fur et à mesure de vos séances.

À vos tabliers, prêts, cuisinez !

La Focaccia

POUR 4 PERSONNES

Recette à partager en famille

Ingrédients

- 250 gr de farine
- 12 gr de levure de boulanger fraîche
- 1 pincée de sel
- 5 cl d'huile d'olive
- 15 cl d'eau

1

Émiettez la levure fraîche dans un peu d'eau tiède à prendre sur les 15 cl et laissez reposer 10 minutes. Ajoutez le reste d'eau et 4 cl d'huile d'olive.

2

Dans la cuve d'un robot pétrisseur, versez le mélange et couvrez avec la farine et le sel fin. Pétrissez 15 minutes, faites reposer 5 minutes, pétrissez à nouveau 15 minutes. Couvrez la boule de pâte obtenue d'un film et glissez au réfrigérateur pour 3h minimum. Cette étape peut également se réaliser sans robot, avec vos mains et toute votre bonne énergie !

3

Après le repos de votre pâte, sortez-la du frigo et dégazez-la. Pour cela, appuyez dessus pour faire sortir l'air. Puis aplatissez-la au rouleau à pâtisserie, de façon à obtenir un rectangle de 2 cm d'épaisseur.

4

Faites quelques trous sur la pâte avec vos doigts puis disposez la garniture que vous avez trouvée dans vos placards. Ajoutez un filet d'huile d'olive et laissez-la se lever 1h à l'abri des courants d'air.

5

Préchauffez le four à 180°C et enfournez votre focaccia pour 20 minutes environ.

6

À déguster tiède ou froide... À vos papilles!

## DESSINE-MOI TON DEMAIN

Et toi, demain tu iras où ? Nous te proposons d'imaginer le premier lieu où tu voudrais aller après le confinement et de le dessiner.

### La règle :

À vos feutres, crayons de couleurs et tubes de peinture. Rêvez, imaginez et dessinez le lieu qui vous manque le plus pendant le confinement. Coloriez le lieu que vous avez hâte de retrouver ! Le Grand Avignon s'occupe de collecter vos dessins, il vous suffit de nous les envoyer en message privé sur la page Facebook du Grand Avignon ou par mail à [communication@grandavignon.fr](mailto:communication@grandavignon.fr), et nous les publierons !

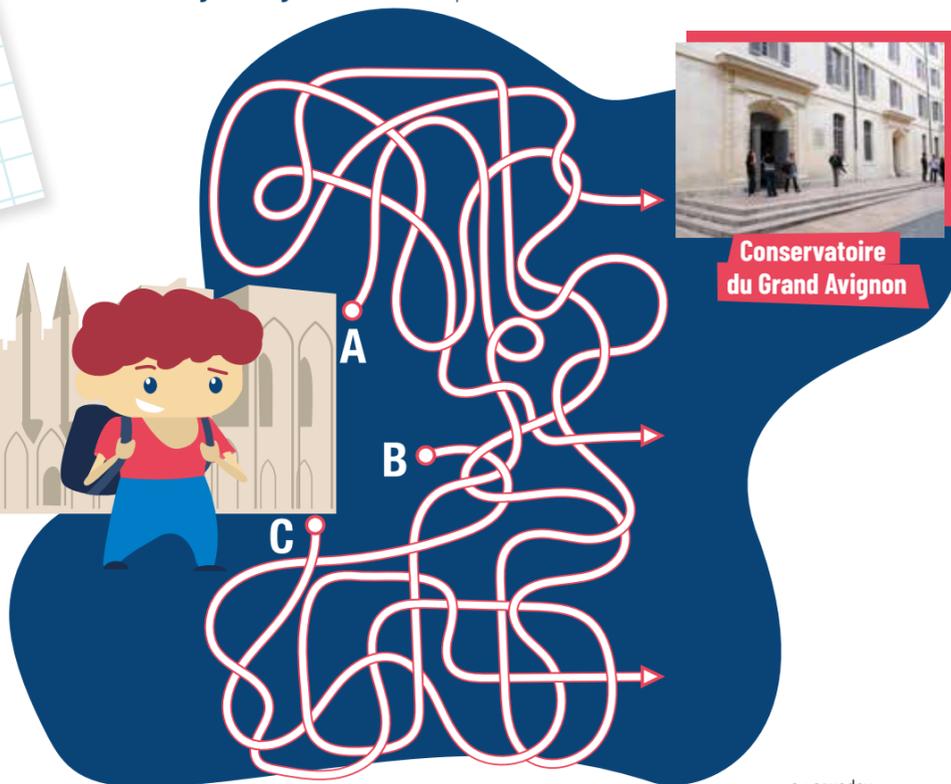


## LE CHEMIN DU CONSERVATOIRE

Elliott le pilote a besoin de toi ! Il souhaite retrouver le chemin pour se rendre au Conservatoire. Peux-tu l'aider ?

### La règle :

Elliott est devant le Palais des Papes, pour se rendre au Conservatoire, 3 chemins lui sont proposés. À toi de surligner celui qui permettra d'arriver à destination.



Conservatoire du Grand Avignon

Réponses :

## EN CETTE PÉRIODE PLUS QUE JAMAIS, LES RIPEURS SONT NOS HÉROS DU QUOTIDIEN.

Grâce à eux, le Grand Avignon maintient ses services d'entretien. Peux-tu aider Elliott le ripeur à retrouver son équipement obligatoire ?

**La règle :** À toi de jouer et d'entourer l'équipement obligatoire pour que Elliott assure son rôle de héros du quotidien !



Réponses : Bants de manutention / anti-coupure. Combinaison orange, la tenue qui offre une haute visibilité à nos ripeurs. Les chaussures de sécurité, un accessoire INDISPENSABLE.

DO YOUR COOKIES, et si l'on vous dévoilait un classique des goûters à personnaliser selon vos envies ? Des cookies à customiser - À vos fourneaux, le goûter se prépare !

À vos tabliers, prêts, cuisinez !

## Les Cookies d'Elliott

POUR 15 COOKIES ENVIRON  
Recette à partager en famille

### Ingrédients

- 1 œuf.
- 130 gr de beurre.
- 150 gr de farine.
- 130 gr de sucre.
- 1/2 sachet de levure chimique.
- 1 c à café d'extrait de vanille ou 1 sachet de sucre vanillé.
- 2 gr de fleur de sel.



1 Préchauffez votre four à 180°C (thermostat 6).



2 Dans un saladier, mélangez le beurre, le sucre, l'œuf entier et la vanille.



3 Ajoutez en plusieurs fois la farine mélangée à la levure et 2 gr de fleur de sel.



4 DO IT YOUR cookies - ajoutez l'ingrédient que vous souhaitez pour personnaliser vos cookies. Bien mélanger le tout.



5 Sur une plaque allant au four, déposez du papier de cuisson, formez les cookies sur la plaque (2 cuillères à soupe par cookie) et déposez-les. Attention, veillez à bien espacer les cookies car ils vont grandir à la cuisson !



6 Répartissez la fleur de sel restante sur vos cookies et enfournez pour 12 min de cuisson.



À l'heure du goûter... il est l'heure de déguster !

DO YOUR COOKIES avec : des pépites de chocolat (ou les restes des œufs de Pâques), des noisettes, des noix de macadamia, des cacahuètes, des M&M's, des smarties, des Oreo, des fruits rouges, des fruits secs...

## À CHAQUE JOUR SON ÉNIGME

Au petit déjeuner, pendant une pause ou à l'heure de l'apéro... il y a toujours un moment pour faire une bonne blague ! Le Grand Avignon te propose de partager des devinettes en famille :

Qu'est ce qui est jaune et qui court très vite ?  
Le **LUNDI**

Je porte une robe par dessus une robe, sans point, ni couture... Qui suis je ?  
Le **MARDI**

Qu'est ce qui a deux branches mais n'est pas un arbre ?  
Le **MERCREDI**

Il suffit d'un mot pour qu'elles se séparent... Qui sont elles ?  
Le **JEUDI**

Qu'est ce qui n'a ni pattes, ni ailes, ni yeux, ni mains, qui ne rampe pas, qui ne nage pas mais qui s'enfuit dès qu'on le touche ?  
Le **VENREDI**

Que font les abeilles une fois mariées ?  
Le **SAMEDI**

Le **DIMANCHE**

La maison bleue est à la mer, la maison jaune est à la campagne et la maison verte est à la montagne. Où est la maison blanche ?

Une paire de lunettes.

Elles partent en lune de miel.

À Washington.

Nouveau site



# GRAND AVIGNON.fr



ENSEMBLE

CONNECTÉS

Toute l'actualité du territoire

Tous les services en ligne

