

///CINEMA

Fermeture estivale du cinéma
Réouverture jeudi 7 septembre

///EXPOSITIONS

> Amandine Maria
De retour du monde...
Exploration méditerranéenne
jusqu'au 12 juillet - Galerie G

///MEDIATHEQUE

PARTIR EN LIVRE :
du 19 au 29 juillet

> **Les histoires (en)chantées** dès 4 ans
le 19/07 de 10h à 12h
espace jeunesse
réservation 04 94 08 99 62

> La bibliothèque mobile

> le 21 de 9h30 à 11h30
à la ludothèque
> les 21 et 25 de 15h30 à 17h30
à la piscine municipale
> le 26 de 9h30 à 11h30
plage Anse Magaud
> le 28 de 9h30 à 10h30
au jardin Allende

> Le Café à histoires

dès 3 ans
le 22/07 de 10h à 11h
parvis de la médiathèque

> Papiers flottés

dès 6 ans
Les livres deviennent des poissons, des coquillages, des bateaux !
le 29/07 de 10h à 12h
réservation dès le 12/07 - 04 94 08 99 62

///CONCERT

> Les Nuits du Mas

"La modernité Russe"
Weinberg, Igudesman - violon, piano
mardi 11 juillet à 21h - gratuit
Mas de Ste Marguerite
programme complet www.ville-lagarde.fr

> Tournée Var-Matin

présentée par les 2 humoristes
Marco Paolo et Eric Collado
> **Le Chœur du Sud** accompagné par
Kristaa Williams et Chimène Badi
> **Concours de chant** : inscriptions sur
place, dès 18h
mercredi 12 juillet à 21h
parking de La Poste

///COMMÉMORATION

> **Fête nationale du 14 juillet**
10h50 : rassemblement à l'Hôtel de Ville
11h : discours, dépôt de gerbe au
Monument aux Morts
12h : vin d'honneur sur l'esplanade
Gérard Philippe
21h : bal populaire place de la
République
22h30 : feu d'artifice tiré du Rocher

///EVENEMENTS

> **Marché nocturne**
nombreux stands : créations artistiques,
artisanat, bijoux...
jeudi 20 juillet dès 19h centre-ville

> Les Agoras d'été

Le dualisme de Descartes, ou l'impossible union de l'âme et du corps
par Philippe Granarolo
vendredi 21 juillet à 20h
esplanade G. Philippe

> La culture vous transporte

Carmen
par la Cie Nationale de danse d'Espagne
vendredi 21 juillet - départ du bus
parking la poste 20h30
Tarif 16€ - 04 94 08 99 34



L'Hebdo

#villelagarde @lagarde83130 • www.ville-lagarde.fr

///Hebdo n°1427 > 10 au 16 juillet 2017

#Villelagarde



Jean-Louis Masson entouré des rédactrices du service communication, de Sophie Ourdouillie, conseillère municipale déléguée aux nouvelles technologies et Ninon, sa fille.

La Garde continue son développement numérique et vient de lancer ses comptes Twitter et Instagram.

Application mobile, site internet, ville 5@... La Garde est plus que jamais une ville connectée et dynamique. Déjà présente sur les réseaux sociaux avec une page Facebook suivie par plus de 2200 abonnés, elle vient de créer, pour compléter son offre et être au plus près de ses citoyens, ses comptes Twitter et Instagram. Pour M. le Maire, "Les objectifs de ces nouveautés sont de vous donner à voir une autre image de la commune, de valoriser les paysages et les actions de la ville et de prolonger les supports déjà présents comme l'Hebdo et le Vivre à La Garde."

> Instagram

Instagram est une application qui permet de publier des photos et vidéos, de suivre différents utilisateurs et d'interagir avec eux en aimant et commentant leurs publications. Cela permet ainsi aux abonnés de découvrir le patrimoine culturel et humain de la commune sous un autre angle, plus artistique et esthétique. Le hashtag #villelagarde a spécialement été créé pour l'occasion. En ajoutant celui-ci à vos publications, vous nous permettrez, ainsi qu'aux autres utilisateurs, de retrouver vos photos et d'apprécier les mille et une facettes de la ville et de ses animations.

> Twitter

La Garde est également présente sur ce réseau social qui permet de publier des messages de 140

caractères maximum. Complémentaire, il permet de communiquer instantanément et rapidement. Des informations sur la commune, plus globale, seront publiées de même que des informations. Les messages peuvent être lus et "retweetés" (republiés) par tout le monde.

>> Comment nous suivre ?

Si vous avez déjà des comptes Instagram et Twitter, il vous suffit simplement de nous chercher : @lagarde83130 et de vous abonner ! Pour les autres, vous pouvez créer facilement des comptes via votre ordinateur ou tablette ou bien téléchargez gratuitement les applications Instagram et Twitter, sur votre smartphone. Ainsi, plus aucun événement et information ne vous échappera !





Loisirs nautiques et baignade en toute sécurité

Si le littoral est apprécié de tous, il est bon de rappeler les dangers qu'il revêt. Professionnels et bénévoles veillent : sur les plages les sapeurs-pompiers du Var assurent la sécurité, le CROSS MED lui coordonne les secours en mer quant aux 7000 bénévoles de la SNSM qui réalisent la moitié des sauvetages en mer, ils tissent un maillage essentiel pour l'intervention d'urgence.

Lors de la journée nationale des sauveteurs en mer le 29 juin, la préfecture maritime, le CROSS Med et la SNSM ont organisé un exercice de secours en mer grandeur nature afin de rappeler l'importance des mesures à prendre pour éviter les accidents. A la pointe de Sainte Marguerite, un plaisancier tombé à l'eau demandait de l'aide. Immédiatement de gros moyens ont été déployés : l'Abeille Flandre, remorqueur de haute mer spécialisé dans le sauvetage de navires en détresse, mais également une vedette de la SNSM St Mandrier et un hélicoptère de la Marine nationale. L'opération s'est déroulée sous le regard attentif des autorités : **le préfet maritime de la Méditerranée, le vice-amiral d'escadre, Charles-Henri Du Ché, le président de la SNSM, Xavier de la Gorce et l'Administrateur en chef des affaires maritimes et Directeur du CROSS Méditerranée situé à La Garde, Antoine Ferri.**

> Pour prévenir ou éviter les accidents :

➤ Vérifier son embarcation, son matériel et les équipements de sécurité ; en connaître l'emploi et/ou le mode d'emploi.

➤ Porter un gilet de sauvetage ou de flottabilité, même aux bords du rivage sur un kayak ou un paddle. Cela sauve chaque année des vies.

➤ Vérifier la météo et connaître l'environnement ; en Méditerranée, la « Grande bleue » calme du matin, devient vite très agitée l'après-midi avec les vents thermiques.

➤ Ne pas surestimer ses capacités physiques, comme ses connaissances théoriques ou pratiques.

➤ Choisir une navigation ou une activité, adaptée aux conditions météo et à ses capacités.

> Pour être acteur de son sauvetage : les 3 A

➤ Etre en mesure d'**Alerter** les secours : VHF (canal 16) ou téléphone (196 : numéro d'urgence direct et gratuit vers le CROSS).

➤ Avoir informé ses proches de l'heure prévue de retour, ne pas partir seul et disposer d'un équipier pour donner l'alerte (ne pas attendre la nuit).

➤ Pouvoir **Attendre** les secours : porter

un gilet de sauvetage ou un VFI.

➤ être **Aperçu** : porter des vêtements de couleur vive, équipés de matériels de signalement pour la nuit (lampe flash...).



> Plage Magaud surveillée



Les sapeurs-pompiers du Var surveillent les plages de Toulon et de Magaud à La Garde tous les jours **jusqu'au 31 août de 10h à 19h.**

Permanences de Monsieur le Maire

Pas de permanence en juillet et août.
Reprise en septembre.

Fête de Sainte Marguerite les 22 et 23 juillet

Le 22/07 soirée pælla. Inscription bureau du Comité des Fêtes Gardéen en Mairie, du lundi au vendredi de 9h à 11h30.

Arrêtés d'ouverture et clôture de la chasse 2017- 2018

Les restrictions et dates de clôtures consultables sur www.ville-lagarde.fr ainsi qu'au Service population.
Info 04 94 08 98 00.

Feux d'artifice du 14 juillet

Les 13 et 14/07 tous les riverains de la rue de la Chapelle, du Jeu de Paume, du Four, de l'Horloge, du chemin de la Chapelle, des Ferrages sont priés de rentrer tout leur bien, fermer les volets et stationner leur véhicule en dehors du périmètre de tir. Stationnement interdit de 22h30 à 23h30, parking de la suie, rue Jean Aicard, parking Jean Aicard, place Adrien Barthélemy, chemin du noyer, rue Estienne d'Orves, rue Doumet. En cas de report de tir ces restrictions seront applicables à une autre date.

Plan canicule

Inscription des personnes isolées, les plus vulnérables (personnes âgées, adultes handicapés) au registre communal des personnes fragiles isolées afin de recevoir conseils et assistance. Infos et inscriptions au CCAS / 04 94 08 98 34 / ville-lagarde.fr

Recrutement accueil de loisirs Semaines à thèmes

Recherche directeurs et animateurs pour encadrement séjour et stage thématique du 10/07 au 11/08 ; permis obligatoire, BAFA, BAFD ou BPJEPS UC direction. Infos BIJ, service jeunesse au 04 94 21 60 64.

Lutte contre le moustique tigre

Quelques précautions à prendre pour éviter sa propagation comme vider, ranger, jeter, couvrir pour éviter les eaux stagnantes. Comment le reconnaître ? Quel est son cycle de développement ? Plus d'infos ville-lagarde.fr

CCAS

Appel à bénévoles pour des visites de convivialité auprès de seniors en vue de rompre le sentiment d'isolement.
Infos 04 94 08 98 24 ou ccas.romprelasolitude@ville-lagarde.fr

Solidarité 3^e âge

> Inscriptions aquagym retraités 23,50€ par mois : 2 séances/semaines 11h/12h. Places limitées. Certificat médical, photo et justificatif de domicile.

> Atelier de stimulation cognitive adressé aux Gardéens de 60 ans et plus dès le mois de juin, le jeudi 10h/12h, toutes les 4 semaines.

Infos, inscriptions, invitations, service solidarité 3^e âge, Hôtel de Ville, bureau 15, 04 94 08 98 83.

Les mois du logement

Face aux difficultés rencontrées par les jeunes pour se loger, le Bureau Information Jeunesse permet aux étudiants de trouver un logement sur La Garde et les alentours. Propriétaires : dépôt d'offres de logement au BIJ, 18 allée Toulouse Lautrec 83130 La Garde ou par mail bij_lagarde@yahoo.fr. Etudiants : offres affichées de juillet à octobre au BIJ. Info 04 94 21 60 64.

Enquête INSEE jusqu'au 24/07/2017

Emploi, chômage et inactivité. Des ménages seront sollicités. Merci de votre accueil.

Plage Magaud

Surveillance par les sapeurs-pompiers du Var jusqu'au 31 août de 10h à 19h.

Recensement militaire des jeunes nés en juillet 2001

Vous devez vous présenter en mairie pour vous faire recenser entre la date de votre anniversaire et la fin du 3^e mois suivant soit avant le 31/10/2017. Les personnes devenant françaises entre 16 et 25 ans doivent se faire recenser au cours du mois où est intervenue la décision ou la notification et la fin du mois suivant.
04 94 08 98 18.



Le 21 juin, le Conseil de Ville des Enfants a présenté le bilan d'une année riche en rencontres et en découvertes. Pour leur dernière séance avant les vacances, leurs familles, l'équipe municipale et M. le Maire, qui ne voulait surtout pas manquer ce rendez-vous, étaient présents.



"Nous avons fait le portrait-robot du maire idéal : c'est tout simplement quelqu'un qui aime sa ville". Le ton est donné : les jeunes élus ont voulu prendre part à la vie locale avec enthousiasme, sincérité et surtout avec cœur ! Développement durable et agriculture bio, aménagement du futur Parc Elluin, formation aux premiers secours, dangers d'Internet, institutions de la République, réflexions philosophiques sur le civisme... "Vous avez eu un programme très riche. Vous avez fait preuve d'une grande intelligence. Vous avez appris et grandit énormément", s'est félicitée la conseillère municipale, Mme Huguette Jonet, fière du travail accompli. Les enfants ont donné libre court à leur parole et ont fait plusieurs propositions, ce qui a fait l'admiration de Jean-Louis Masson : "Vous vous êtes emparés du fonctionnement de la démocratie. J'apprécie votre sérieux, votre maturité et nul doute que vos idées seront entendues".



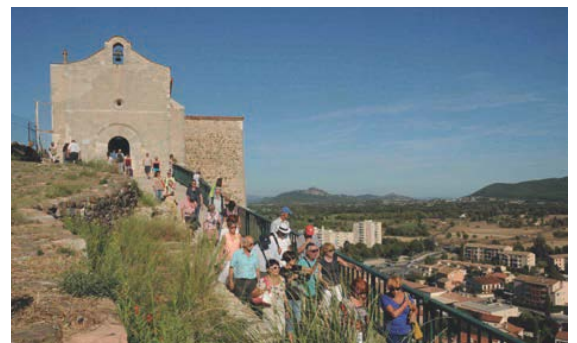
Cap sur la bonne humeur !

La tournée de Var-Matin fait escale à La Garde le 12 juillet. Les humoristes Marco Paolo et Eric Collado vous embarquent pour trois heures de bonne humeur et de musique. Au programme : **Les coureurs de la Tournée**, un concours de chant ouvert à tous (inscriptions sur place dès 18h) et **Le Chœur du Sud**, la plus grande chorale de France menée par Frank Castellano. Egalement à bord de ce show exceptionnel, deux grandes voix qui vous feront voyager entre gospel et jazz : **Kristaa Williams** et **Chimène Badi**.

Mercredi 12 juillet à 21h - Parking de la Poste - Spectacle gratuit

La chapelle romane, emblème de La Garde

Surplombant la ville de son Rocher, la chapelle romane est un témoignage de l'histoire gardéenne. L'édifice fut construit à la fin du XII^e s et agrandi au XV^e s. Préservée grâce à l'intervention de Jean Aicard qui la fit classer monument historique en 1916, la chapelle a été restaurée de 1986 à 1989. Découvrez son architecture grâce à l'association *Les amis de la Vieille Garde* qui vous propose de la visiter, le samedi de 16h à 19h, jusqu'au 24 septembre.



Infos : Maison du Tourisme - 04 94 08 99 78

Informations associatives

Les Amis de la Vieille Garde

Ouverture de la Chapelle Romane les samedis de 16h à 19h jusqu'au 24/09.

Médaillés militaires

Fin des permanences, reprise mardi 5/09.

Anciens Combattants ACPG - CATM

Visites des Ocre du Roussillon et de Gordes le 9/09. Base 40 participants, adhérents 74€, non adhérents 76€. Inscription Maison du Combattant mardis et vendredis de 10h à 11h. Mme Berthou 06 82 18 82 11.

Les amis de P. et M. Curie

Lotos les 25/07 et 22/08 à 15h, Marie Curie.

CNL La Planquette

> Monaco le 9/09. Tarif 70€/pers. Jardin exotique, repas au restaurant et musée océanographique - paiement en 2 fois.

> Andorre du 23 au 26/11. Tarif 290€, cabaret "La Figonette", soirée dansante, La Caldea, 3h de remise en forme accès libre et gratuit. 07 83 62 13 80.

Montagne Détente Loisirs

Séjour en Espagne avec excursion guidée du 29/09 au 2/10 à Tossa De Mar. Prix : 210€ tout inclus. Inscriptions : 04 94 75 09 83

Aide à domicile Varoise

L'association qui a fêté ses 25 ans propose un accompagnement des familles et/ou les personnes fragilisées : aide à la personne, tâches ménagères, petits travaux de jardinage et de bricolage. Possibilité gardes de jour et/ou de nuits 7j/7, 24h/24, les week-ends et jours fériés. Info Mail de La Planquette 04 94 41 90 29 et/ou par mail : adv-83@wanadoo.fr

SOS multiservices

Services d'aide à domicile, ménage, bricolage, jardinage, assistance informatique, secrétariat... Déduction fiscale ou crédit d'impôt - 50%. Info 06 80 98 81 82 / 07 77 90 12 90.

ISC pour tous

Ateliers multimédia informatique seniors collectifs tous niveaux. Info 115 av. Stalingrad lundi au vendredi 9h-12h/14h-18h30. 04 94 23 65 54 ou 06 80 98 81 82.

Soutien scolaire Le Rocher

Remise à niveau français, anglais, primaire, collège, lycée, concours. 09 86 45 17 79 ou 06 22 87 74 79.

Les Tréteaux Gardéens

Recherche pour les Médiévales des figurants. 06 72 01 48 93.

Au fil du Tao

Cours qui alternent d'une semaine à l'autre Tao et Qi Gong, mercredis 12h30/14h salle Ressource et 18h30/20h MIS de La Beaussière. Séance de découverte pour tous. Infos 06 62 40 46 78 / www.aufildutao.com

Victimes d'Accidents et d'Aggressions

Permanences les 2^e et 4^e mardis du mois de 9h à 12h - salle 113 MC G. Philippe. 04 94 35 60 45 ou 06 20 46 61 06 / www.aava.fr

Association Gardéenne de Yoga

Cours pour les 7/12 ans les mercredis de 17h à 18h. Ecole de Yoga Shakti. 105 B avenue Abel Gance. Info et tarifs, shakti-agy@orange.fr / 06 20 71 33 74.

Aide à domicile Varoise

Pour tous particuliers, seniors et personnes fragilisées, garde et éducation des enfants. Les lundis de 9h/13h - 14h/17h, du mardi au vendredi 8h/13h - 14h/17h. Info tarifs 04 94 41 90 29.

Voyage au centre de la mer

Tout l'été, rendez-vous sur la plage de l'anse Magaud avec l'association Naturoscope pour découvrir toute la diversité et la richesse de notre patrimoine aquatique.

> Visite guidée du sentier sous-marin

Plongez à la découverte des merveilles de la Méditerranée : girelles, étoiles de mer, dorades, anémones, serrans, poulpes... Une randonnée palmée de 2 heures (de la préparation du matériel au compte-rendu sur la plage), dont 40 minutes sous l'eau, encadrée par un moniteur diplômé et accessible dès 8 ans. Pour le matériel, aucun souci : on vous prête palmes, masque, tuba, combinaison ou shorty.

Jusqu'au 31 août, du mardi au samedi, 3 départs par jour. Tarif : 2€.

Aussi, pour les accompagnants qui préfèrent se familiariser à la biodiversité marine sans aller à l'eau, l'association propose des activités ludiques sur la plage et l'observation de la laisse de mer, cette bande formée au grès du mouvement des vagues où s'accumulent des éléments vivants. De quoi partager au retour ses nouvelles connaissances en famille !

Les mercredis 12, 19 juillet, 9 et 16 août à 10h, 13h et 15h.

Tarif : participation de 5€ demandée

aux non-adhérents pour soutenir l'association.

> Science participative avec BioLit

Lors de promenades en bord de mer, prenez des photos de la faune et de la flore qui vous entourent et partagez-les pour alimenter des bases de données utiles aux scientifiques. Le Naturoscope organise deux

matinées d'initiation à ce programme, baptisé *BioLit*, avec pour cadre l'anse Magaud. Pour participer à ce projet de recherche collaboratif, créez dès à présent votre compte sur le site www.biolit.fr

Vendredi 21 juillet et mercredi 23 août.

Tarif : participation de 5€ demandée aux non-adhérents pour soutenir l'association.



Renseignements et réservation (dans la mesure des places disponibles) : 07 69 78 33 49

Mangez équilibré ! > 10 au 14/07

restaurants scolaires - centres de loisirs



Menu	Composition	Calories	Autres
lundi	Salade iceberg / Raviolis sauce tomate et gruyère / Kiri / Compote	P 23 g L 25 g G 96 g AE 701 kcal Ca 150 mg	Rôti de veau au four, carottes, pommes de terre / Fromage blanc aux fraises
	mardi	Pizza bio / Rôti de dinde / Petits pois carotte / Coulommiers / Fruit	P 29 g L 26 g G 84 g AE 686 kcal Ca 230 mg
mercredi		Salade de tomates / Poisson bouillabaisse / Pommes de terre / Cantal / Fruit	P 28 g L 24 g G 90 g AE 688 kcal Ca 150 mg
	jeudi	Melon / Steak haché / Ratatouille / Emmental / Moelleux au chocolat	P 27 g L 34 g G 88 g AE 766 kcal Ca 150 mg
vendredi		Férié	

Informations données pour un enfant de primaire qui mange la totalité du repas avec portion de pain et sans se resservir. P : protides / L : lipides / G : glucides / AE : apport énergétique / Ca : calcium

N° Utiles

Plateforme des pharmacies de garde : 3237

0,34€ TTC/min - accessible 24h/24h

Infirmier de garde : 04 94 08 09 98

Corinne Ricard, du 15 au 21 juillet
42 avenue Sadi Carnot

Mairie : 04 94 08 98 00
Mairie annexe Ste Marguerite : 04 94 48 85 76
Maison du Tourisme : 04 94 08 99 78
Allo Mairie : 0800 50 59 92
Encombrants : 0800 21 31 41 (n° vert)
Déchetterie : 04 94 14 04 92

Numéros d'urgence :

SAMU : 15 / Pompiers : 18 / Police : 17
SOS médecins : 04 94 14 33 33
Urgence en mer : 196
Urgence dentaire : 08 92 56 67 66
Police nationale : 04 94 75 88 88
Police municipale : 04 94 08 98 20
GDF dépannage sécurité : 04 94 41 41 00
EDF dépannage sécurité : 08 10 333 083
Urgence eau assainissement : appeler la mairie au 04 94 08 98 00