

Vivre à

La Garde

///Avril 2012 > n°260



///ACTU > La fête de printemps
///DOSSIER > La Garde verte !
///MAG > Les réseaux sociaux



Sommaire



Page 6 >
Fête de
Printemps



Page 8 > La Garde verte !



Page 13
> Les bienfaits
et les méfaits
des réseaux
sociaux

///ACTUALITES p4 à p7

EN BREF > p4/5
Ludothèque - Grand Prix D. Jacobs
Etudiants - Festival de la mode

ACTU DU MOIS > p6/7
Au jardin des délices

///DOSSIER p8 à p11

L'écologie : un acte citoyen quotidien

///MAGAZINE p12 à p21

TOUS CITOYENS > p12/13
La paroles aux enfants !

TOUS SOLIDAIRES > p14
Nouvelle énergie à la Beaussière !

TOUTES LES CULTURES > p15
Médée - Talking Heads

TOUS LES SPORTS > p16
Tous en short !

TOUT POUR L'ENVIRONNEMENT > p17
Conseils de jardinier - La plante du mois
Inscription au concours des espaces fleuris

TOUS EN FORME AVEC LE CLIPS > p18/19
Réseaux sociaux : quels impacts sur
les internautes ?

TOUS LES DEVELOPPEMENTS > p20/21
Maîtriser l'énergie de demain
Van'Hees Immobilier - Progeo Electricité
générale - Auberge Sainte Marguerite

///TRIBUNE p22

///SOUS LE ROCHER p23

///Vivre à La Garde n°260 avril 2012

Directeur de la publication : M. le maire

Rédaction, dessins, photographies, mise en page : Service Communication

tél. 04 94 08 98 00 - fax 04 94 08 99 60

contact-mairie@ville-lagarde.fr - www.ville-lagarde.fr

Impression : Imprimerie Trulli - En couverture : Sérèna dans le Thouars



///LES PERMANENCES DU MAIRE

Les vendredis 6 et 20 avril, de 9h30 à 12h, sans rendez-vous à la Maison des Associations, rue Marc Delage.

///LES TEMPS FORTS DU MAIRE

// dimanche 1^{er} avril - 11h > Foire aux plants - inauguration devant l'office de tourisme.

// lundi 9 avril - 11h > Pique-nique du Thouars - vin d'honneur sous le chapiteau.

// mardi 3 avril - 18h30 > Vernissage du 62^e Salon Académique du Var.

// mardi 17 avril - 18h30 > Vernissage du 24^e Grand prix Dieudonné Jacobs.

///Fêtons le printemps

Tout comme la nature, nous avons préparé tout l'hiver l'arrivée des couleurs du printemps. Du 1^{er} au 9 avril, de la foire aux plants au grand pique-nique du Thouars sur les hauteurs de notre ville, La Garde honore son statut de ville verte. La fête de printemps compte parmi les temps fort de la vie de la commune. Elle est l'occasion de partager le goût des Gardéens pour l'environnement et la solidarité. Je vous invite à participer nombreux au grand rassemblement convivial du déjeuner sur l'herbe au Thouars au cours duquel, en famille, vous pourrez participer à des animations, découvrir un parcours botanique, les travaux réalisés par un chantier d'insertion pour mettre en valeur le



Jean-Louis Masson

site, admirer une vue imprenable sur la ville et le Plan autre poumon vert de notre commune auquel nous sommes tous très attachés. Venez avec votre petit panier, votre bonne humeur, votre envie de partage, la ville s'occupe du reste... naturellement !

Jean-Louis Masson
Maire de La Garde
Vice-président du Conseil Général du Var
Vice-président de TPM
Chevalier de la Légion d'Honneur
Officier dans l'Ordre National du Mérite

édito

//ENFANCE

La Ludothèque joue les prolongations

Exceptionnellement, la Ludothèque ouvre plus tard le vendredi 20 avril ! De 16h à 20h, les parents pourront accompagner leurs enfants et découvrir cet univers où le jeu est roi. Pour Véronique Dizier, ludothécaire : "avec cet accueil en soirée, nous souhaitons promouvoir le jeu en famille, faire jouer les grands dans un lieu prévu d'habitude pour les petits. L'enfant vit un moment privilégié autour du jeu sur un créneau horaire où chacun peut être disponible".

Nocturne à la Ludothèque pour les adhérents uniquement vendredi 20 avril de 16h à 20h
avenue Jean Bartolini / 04 98 01 15 97



//LA DATE DU MOIS

samedi
28 avril

Avix aux fans survoltés des cultures rock, métal et hard core. Les Rois du Rock débarquent à 20h30 salle Mussou le temps d'une soirée forcément électrique ! Sur scène : EON, HUNGRY JOHNNY, OL'DIRTY ou encore ALCOOTEST. PAF : 5€
Info : 06 03 60 33 44

//MOBILITÉ

Besoin d'aide pour votre permis de conduire ?

Vous êtes à la recherche d'un emploi qui nécessite le permis de conduire ? TPM vous aide à le financer ! La demande doit se faire par le biais d'un prescripteur identifié : missions locales, pôle emploi, bureaux municipaux de l'emploi. Une fois le permis en poche, vous recevrez un kit *bon conducteur* comprenant gilet, triangle et des conseils en éco-mobilité.



Pour tous les jeunes Gardéens de 16 à 25 ans

La Ville a mis en place le *pass point citoyen* afin de soutenir financièrement les jeunes Gardéens dans leur formation : BAFA, permis de conduire... En contrepartie d'une mission de 40h ou 60h dans un service municipal, vous recevrez une subvention de 300€ maximum.

Inscription au BIJ : 04 94 21 60 64
amoutet@ville-lagarde.fr
Avec TPM : 04 94 93 68 25
www.tpm-agglo.fr



//CULTURE

L'art au-delà des frontières

Du 18 au 26 avril, les passionnés de peinture sont invités à se laisser transporter par le talent des peintres figuratifs sélectionnés pour participer à la 24^e édition du Grand Prix Dieudonné Jacobs. Organisé par l'association des Amis du peintre et la Ville de La Garde, ce prix perpétue la mémoire de Dieudonné Jacobs tout en permettant l'ouverture, le rapprochement, la confrontation, l'affirmation et l'échange des cultures au-delà des frontières. Les gagnants seront révélés lors du vernissage mardi 17 avril à 18h30. A la clé pour le gagnant du Grand Prix : un chèque de 1000 € et une exposition en août dans la ville de Spa en Belgique.

24^e Grand Prix Dieudonné Jacobs > 18 au 26 avril
Hall D. Jacobs - Complexe Gérard Philippe
Rue Charles Sandro - vernissage le 17 avril 18h30
Renseignements : service culturel 04 94 08 99 19

//L'éco-geste du mois > Je suis écomobile...

Choisir le mode de déplacement le moins polluant, c'est ça être écomobile ! 40 % des trajets n'excèdent pas 2 km. Alors pour les petits allers/retours quotidiens, préférez les transports en commun, le vélo ou la marche. De 300 m à 6 km, le vélo est le moyen le plus rapide en ville, en plus d'être économique et non polluant. Les beaux jours sont là, évitez donc de prendre votre véhicule pour aller à la boulangerie du coin.



UNIVERSITÉ
D SUD TOULON
VAR

>> Villa Noailles : tout un festival !

C'est le rendez-vous des fashionistas : le festival international de la mode et de la photographie aura lieu comme chaque année dans le cadre somptueux de la Villa Noailles. A sa tête, Jean-Pierre Blanc, créateur et directeur, tient à promouvoir et récompenser les jeunes espoirs de la mode et de la photo venus des quatre coins du monde. La 27^e édition débutera vendredi 27 avril à 18h et s'achèvera le lundi 30. A noter : les expositions seront visibles jusqu'au 27 mai. Cette année, c'est le célèbre couturier Yohji Yamamoto qui présidera le jury mode. Qui seront les talents de demain ? Réponse le 29 avril vers 17h. Villa Noailles - Hyères les Palmiers
www.villanoailles-hyeres.com
Entrée libre aux expositions, défilés sur réservation.

TOULON
PROVENCE
MÉDITERRANÉE
COMMUNAUTÉ D'AGGLOMÉRATION

Daniel Harlin France-Collection Homme © René Habermeyer, 2012



Brea Saunders - French Postcard - 2010

//ÉTUDIANTS > E=MC2

Les journées scientifiques de l'Université Sud-Toulon Var sont une invitation à l'échange, au partage de la connaissance et de l'expérience. Deux jours pour dresser un panorama de la recherche pluridisciplinaire de ses laboratoires et faire se rencontrer les chercheurs, les étudiants et les acteurs socio-économiques. Sciences de l'Homme et des Humanités, de la Terre et de l'Univers, de la Vie et de la Santé, Economiques et de Gestion ou encore Physique et Sciences pour l'Ingénieur-Chimie : voici les domaines qui seront abordés au cours de ces journées scientifiques ouvertes à tous les 17 et 18 avril au Palais Neptune à Toulon, entrée libre. Programme détaillé sur <http://neptune2012.univ-tln.fr>

//CHIFFRE DU MOIS



218

C'est le nombre de peintures, dessins, sculptures, gravures, photographies et tapisseries présentés par les membres de l'Académie du Var et leurs invités à l'occasion du Salon d'Art. Cette année, deux invités de marque : Xavier Etienne, peintre figuratif et ancien chef décorateur de l'Opéra de Toulon et Fernando Galvez, peintre abstrait et professeur à l'école supérieure d'art. Des hommages seront rendus à Marie Astoin, doyenne des artistes de l'Académie, disparue en 2011 et à Louis Ferec, l'un des fondateurs de la Palette Toulonnaise.

62^e Salon d'Art de l'Académie du Var
> 4 au 11 avril - 10h à 19h / vernissage 3 avril 18h30
Salle Gérard Philippe - entrée libre
Renseignements : 04 94 92 62 67
www.academieduvar.org

Au jardin des délices

Le printemps propice à l'évasion vous invite à flâner au jardin... La Fête du Printemps propose deux rendez-vous bucoliques dimanche 1^{er} et lundi 9 avril.



"Les vergers, les parcs, les jardins, de mon savoir et de mes mains, tiennent leurs grâces non pareilles" La Fontaine

La foire aux plants met vos sens en éveil

Des stands colorés et odorants garnis de fleurs, d'arbustes et de belles plantes recouvriront la place de la République dimanche 1^{er} avril de 9h à 18h. Des animations autour de la nature et des animaux sont prévues pour toute la famille tout au long de la journée. Swing, bossa, zouk, buttucada : les musiciens vous donneront le sourire avec des rythmes ensoleillés du monde entier.

Des légumes rigolos
C'est par le conte que les

enfants vont découvrir les différents légumes et les techniques pour fabriquer des petits personnages croquants. Les petits cuisstots mettront la main à la pâte et réaliseront leur propre bonhomme en carottes, choux, radis, tomates ou pommes de terre... Un hymne aux légumes pour faire découvrir les bienfaits du potager tout en s'amusant. L'expérience culinaire continue avec un atelier de confection de sujets en pâte d'amande.

Une ferme enchantée

Dans cette ferme pédagogique à vocation éco-citoyenne, les enfants rencontrent les animaux : chèvres,

agneaux, cochons, oies, canards, lapins, poules... se laissent approcher. Fabriquez du beurre, essayez-vous à la traite des chèvres ou encore donnez le biberon aux chevreaux lors des ateliers pédagogiques.

Et aussi : des stands d'informations avec les jardiniers municipaux, les ambassadeurs du tri sélectif, un marché bio, des horticulteurs et artisans, un vide-grenier, manège et pêche aux canards, un défilé de mode avec les apprentis fleuristes du lycée Paul Langevin.

>> Inauguration à 11h place de la République, suivie d'un vin d'honneur salle du conseil municipal en mairie.

Détente et jeux au pique-nique du Thouars

La forêt de Thouars est une ode à la nature. Un petit paradis de 12 hectares avec des restanques aménagées en pierre de taille, une vue panoramique sur le littoral, un sentier botanique accessible aux portes de la ville. Voici le cadre verdoyant du pique-nique du Thouars qui se tient comme chaque année, le lundi de Pâques. C'est sur les airs de musique slave avec l'association *Folk's Art d'ici et d'ailleurs* que les Gardéens petits et grands sont invités à

rejoindre les hauteurs du site où de nombreuses activités les attendent lundi 9 avril de 10h30 à 17h.

Humour ou chasse à l'œuf ?

Après le repas partagé à l'ombre des oliviers et amandiers, le top départ de la chasse sera donné à 14h30 pour les enfants accompagnés jusqu'à 7 ans. Soyez le plus rapide à trouver les chocolats cachés aux quatre coins du site. Pour ceux qui souhaitent faire fonctionner leurs zygomatiques, Jean Fernand s'occupe de tout ! Artiste 100% made in Provence, il distille ses *bêtises* qui rendent hommage à Don

Camillo, Fernandel ou encore Raimu. Quinze stands de jeux aux allures de fête foraine distrairont les enfants.

**>> Prévoyez votre panier repas !
>> Des navettes gratuites sont à votre disposition de 10h30 à 11h30 au parking de La Poste, retour de 14h30 à 17h.**



Programme complet de la Fête du Printemps dans les points d'accueil municipaux et sur www.ville-lagarde.fr
Renseignements >
Maison du Tourisme
04 94 08 99 78



De nombreuses animations attendent les enfants au pique-nique du Thouars



La mini-ferme pédagogique attire petits et grands...

L'écologie : un acte citoyen quotidien

Pour l'équipe municipale, l'écologie n'est pas qu'une idéologie, c'est une réalité depuis 11 ans. Dans les nouvelles constructions, dans les parcs et jardins, dans les rues : la protection de l'environnement et la bonne gestion des ressources naturelles sont des préoccupations quotidiennes.



L'

utilisation des énergies renouvelables comme la géothermie, le photovoltaïque ou l'éolien donnent un nouveau visage à la cité du Rocher.

Ces innovations respectueuses de l'environnement sont utilisées dans les nouvelles réalisations. En 2008, le *Mas Jouve* est le premier bâtiment à utiliser les énergies vertes. Suivront la *tribune de football Audevard*, et une série de travaux dans plusieurs bâtiments communaux suite à un diagnostic énergétique : l'école maternelle Elsa Triolet, la crèche Anne Frank, la maison de la petite enfance, la salle de judo...

/// Pour les générations futures

Il y a quelques mois a été inauguré le pôle éducatif Santoni qui allie développement durable et pédagogie. Les enfants qui évoluent dans cette nouvelle école maternelle et ce jardin d'enfants sont en contact immédiat avec cette notion de respect de l'environnement. Des panneaux solaires habillent la toiture, l'eau est recyclée, un tableau de bord énergétique indique les dépenses d'énergie, l'isolation est en thermopierres. Dans tous ses aménagements, la Ville prend en compte le facteur écologique et s'emploie à réduire sa consommation énergétique en

ayant recours aux énergies renouvelables. Cette détermination permet d'instaurer un environnement respectueux de la santé et d'offrir à tous un cadre de vie de qualité.



Résultat de cette ligne directrice : depuis 2004, La

Garde compte 3 fleurs au label *Villes fleuries* et *Villages fleuris* et en 2007, la Ville obtient le trophée *Eco-Actions*. Ces distinctions nationales récompensent les actions menées par la municipalité et les efforts des citoyens.

/// Le saviez-vous ? Mon imprimerie roule au vert

Depuis 2008, l'imprimerie municipale arbore le label *Imprim'vert* : une distinction remise par la chambre des métiers et de l'artisanat du Var. L'imprimerie de La Garde a été l'une des premières du département récompensée pour avoir tout mis en œuvre pour réduire l'impact environnemental de son activité (*papier issu de la gestion durable des forêts, recyclage des produits : cartouches d'encre, papier, néons...*).



L'imprimerie municipale suit une démarche environnementale et citoyenne. Les agents municipaux s'appliquent chaque jour à suivre cette chartre et contribuent ainsi à la protection de l'environnement.

/// La nature en ville

- > la forêt du Thouars
- > le golf de Valgarde
- > le jardin Veyret
- > le jardin Allende
- > les jardins familiaux
- > le jardin des tout-petits
- > la place Louise Michel
- > le parc des Savels
- > en 2014... création du parc nature

/// Des bâtiments écolos

- > le pôle éducatif Santoni
- > la résidence pour jeunes Le Florès
- > le pôle Jean-Baptiste Clément
- > le multi-accueil Les Elfes
- > la crèche familiale Les Lutins
- > la tribune de football Audevard
- > le Mas Jouve



//Au jardin

>> Les espaces verts publics comme le parc des Savels mettent en valeur les espèces méditerranéennes. Les pelouses sont remplacées par de la prairie ou des plantes couvre-sols entourées de paillage minéral. L'arrosage des jardins publics est géré par un système automatique qui s'adapte aux conditions climatiques et aux besoins des plantes. L'eau non traitée provient intégralement du forage communal. De plus, l'équipe du service espaces verts privilégie la lutte biologique intégrée pour entretenir le patrimoine végétal gardéen. Les habitants peuvent demander un composteur gratuit auprès du Centre Technique Municipal.



//Dans mon école

>> Les jardins pédagogiques sont des coins de nature que les écoliers entretiennent. Des sorties scolaires sont organisées tout au long de l'année avec le concours des partenaires institutionnels comme Toulon Provence Méditerranée et des associations. Après l'opération "la rade m'a dit", les petits Gardéens vont découvrir au printemps, les trésors cachés des espaces boisés du territoire.

//A la maison

>> Chaque habitation dispose de deux bacs pour trier ses déchets en plus des nombreux points d'apport volontaire et de la déchetterie municipale. L'eau du robinet provient du forage communal de Fonqueballe et du Canal de Provence. La régie municipale des eaux assure le service public de distribution aux Gardéens : ce mode de gestion permet de maintenir un prix raisonnable de l'eau et offre une écoute et une proximité aux usagers. Les eaux usées sont traitées par la station d'épuration nouvelle génération Amphora située au Pouverel, inaugurée en 2006.



//A la plage

>> Sur ses 3 km de littoral, La Garde compte deux sites préservés : l'anse Magaud et le village de pêcheurs de San Peyre. Un sentier sous-marin a été créé en 2007 pour faire connaître la diversité de la faune et de la flore marines. Afin d'améliorer la qualité de l'eau du littoral et d'atteindre une pollution zéro, la Ville a réalisé, dans le cadre du Contrat de Baie, une station de relevage des eaux usées. Objectif : offrir à l'ensemble des habitants de l'anse San Peyre et de ses environs, un service d'assainissement collectif efficace et durable. La Garde s'est engagée en 2002 à respecter le Contrat de Baie dont les objectifs sont de restaurer et préserver la qualité des milieux aquatiques.

//Emploi, Solidarité et

Environnement > Grâce aux ouvriers des chantiers d'insertion, des sites comme la forêt du Thouars, le square Lluou ou encore le site classé de la chapelle romane, retrouvent leur splendeur et leur caractère original est respecté.



//Dans ma rue

>> Un éclairage public avec des lanternes basse consommation, des poubelles enterrées en tri sélectif et ordures ménagères, des canisettes et des employés municipaux qui effectuent le ramassage des ordures et le nettoyage des rues 365 jours par an. Une ville propre, c'est l'affaire de tous !

//Dans mon assiette

>> 3200 repas par jour sont réalisés par le SIRC (Syndicat Intercommunal de Restauration Collective) et servis dans les écoles, chez les personnes âgées, dans les centres de loisirs. Comme le souligne le directeur M. Pastor, les produits de saison et de proximité sont privilégiés : "nous collaborons depuis 3 ans avec les agriculteurs locaux comme M. Cuissard basé entre La Garde et La Crau. Nous avons choisi les semis ensemble pour pouvoir proposer plusieurs variétés de tomates ou de melons." Le bio est aussi dans les assiettes : "Dès que nous le pouvons nous optons pour des produits bio comme les pommes ou les œufs".



//Sur la route

>> La Ville favorise les modes de déplacements doux. Les pistes cyclables se multiplient à travers la cité. La route se partage entre automobilistes, cyclistes et piétons, en toute sécurité. Derniers aménagements : le chemin de Sainte Musse, la RD 86 reliant La Garde au Pradet, l'installation d'une nouvelle passerelle donnant sur la piste cyclable de Ste Marguerite. Autre grand chantier en cours, le parking multimodal de 600 places en cœur de ville qui ouvrira ses portes dans moins d'un an. Cet aménagement facilitera l'usage de modes de transport doux, non polluants (BHNS, vélo...) à travers la communauté d'agglomération Toulon Provence Méditerranée.



//Des manifestations grand public

> La Fête du Printemps réunit des milliers de personnes lors de la Foire aux Plantes et du Pique-nique du Thouars. Deux grands rendez-vous qui mettent la nature à l'honneur.

Numéros utiles

Centre Technique Municipal
04 98 01 15 00

Déchetterie / Encombrants
08 000 21 31 41 (n° vert)

Allô Mairie
0 800 50 59 92 (n° vert)



La parole aux enfants !

A mi-parcours de leur mandat, les 35 jeunes élus du Conseil de Ville des Enfants font un point sur leurs projets et leur rôle de conseillers.

Objectifs pédagogiques du CVE

- > Apprendre aux enfants ce qu'est la démocratie.
- > Les aider à trouver leur place de citoyens.
- > Servir d'intermédiaire entre le conseil municipal des adultes et les enfants de leur âge.
- > Découvrir et comprendre le fonctionnement de la ville de La Garde.
- > Rendre les enfants acteurs dans leur ville à travers des projets utiles dans des domaines variés.



//LE MANDAT 2011/2012

Depuis novembre 2011, 23 nouveaux conseillers ont rejoint la troupe du Conseil de Ville des Enfants aux côtés des 12 élus de 2010 qui entament leur 2^e mandat. Répartis en commissions, ils s'attèlent désormais à élaborer ou poursuivre les projets retenus en assemblée plénière : des idées utiles à tous, à l'école, aux quartiers et à la ville. Tous se sont engagés pour un mandat de 2 ans et se réunissent chaque mois le mercredi pour travailler en commissions. Lieu de réflexion, de discussion et d'action, le Conseil de Ville des Enfants reflète la volonté de notre municipalité de permettre l'expression de la démocratie locale.

Mme Jonet, conseillère municipale déléguée au CVE : "Nous essayons de travailler en équipe avec les élus sur des sujets qui intéressent directement la municipalité. L'un des objectifs est de leur faire prendre conscience des réalités dans des domaines variés comme l'humainitaire, la culture, la sécurité ou l'environnement."

Alexandra Blasco, coordinatrice et animatrice : "Le CVE est un apprentissage de la citoyenneté pour les enfants. Cela implique à la fois une familiarisation avec les processus démocratiques et une gestion autonome des projets. Nous nous réunissons une fois par an en assemblée plénière en présence de M. le maire afin de présenter les idées puis faire le bilan."

//LES PROJETS

>> Elus 1^{er} mandat

> **La commission jumelage Montesarchio** vise à favoriser les échanges par correspondance entre les écoliers de La Garde et de Montesarchio. **Valentine :** "Avec l'aide de Mme Mulas, présidente de l'association La Garde Jumelage, on se fait des copains en Italie et on s'écrit pour se raconter ce qu'on fait !"

> Parce que le sport est bon pour la santé, les conseillers de **la commission sport-humanitaire** ont décidé de mettre en place une Rolling Town à La Garde ! **Léa :** "Tous les fonds récoltés pendant la randonnée à rollers seront reversés pour aider des enfants à lutter contre la mucoviscidose."



Ci-dessus : Séance plénière pour les conseillers du CVE.
Ci-dessous : Quentin, Anaé, Yassin, Alexia, Andréa, Valentine et Théo, élus à la commission sécurité citoyenneté.

> En partenariat avec le Mas des Senes, **la commission culturelle intergénérationnelle** a choisi de venir à la rencontre des résidents pour créer un lien entre hier et aujourd'hui. Elle poursuit également sa mission de jury au Festival des Poésies Vivantes de Jean Aicard.

>> Elus 2^e mandat

> L'idée d'un Parc du Futur émise par **la commission environnement** est toujours en pourparler. Les élus souhaitent l'aménagement d'un parc destiné aux tout-petits, conçu autour d'équipements ludiques adaptés.

> De son côté, **la commission culture et patrimoine** a entrepris la conception d'une bande-dessinée

retraçant l'histoire de la cité du Rocher, avec l'aide de M. Murena adjoint à la Culture et M. Loulé, dessinateur.

> Le projet d'une semaine de lutte contre les violences dans les écoles primaires de **la commission sécurité citoyenneté** prend forme. Face aux agressions physiques ou verbales subies par de nombreux enfants, les jeunes conseillers ont imaginé un questionnaire et l'ont soumis aux conseillers des commissions du CVE. **Nicolas :** "Cela va nous permettre de cibler les problèmes auxquels nos copains sont confrontés. On assiste aussi à des journées de sensibilisation, ensuite on se fera aider pour rendre le projet réalisable".

Et eux, ils en pensent quoi ?

Points de vue, projets, responsabilités... Interview express des jeunes élus du CVE !

> C'est quoi être élu ?

Andréa : "C'est exprimer son point de vue, comparer ses opinions, faire connaître ses idées et participer à la vie de sa commune !"

Valentine : "Être élu, cela sert à améliorer notre ville en trouvant des idées qui plaisent à tout le monde."

> Quelles sont les qualités pour être un bon conseiller ?

Théo : "Avoir de l'imagination et de la volonté ! Parfois c'est difficile mais moi ça me passionne !"

Yassin : "Il faut savoir être à l'écoute. Pendant le 1^{er} atelier on a établi des règles : quand on discute tous ensemble, on doit écouter les autres, ne pas se couper la parole et avoir des arguments pour nos idées."

> Quelles sont les actions menées qui vous ont marquées ?

Quentin : "On est allé sur le terrain avec des policiers municipaux qui nous ont montré comment fonctionnent les jumelles-radars. C'était impressionnant parce qu'ils ont arrêté des chauffards qui roulaient trop vite, devant nous !"

Joris : "C'était génial d'aller voir les personnes âgées à l'EHPAD, elles ont plein d'histoires à raconter. C'est rigolo de se dire qu'elles aussi elles ont eu le même âge que nous !"

Nouvelle énergie à la Beaussière !

Équipement intergénérationnel, fonctionnel et spacieux, le Mas de la Beaussière relance avec dynamisme les projets d'accueil, d'aide à la personne et d'animations dans le quartier de Romain Rolland.



Laurent, Véronique et Yann : une nouvelle équipe 100% motivée

Depuis près de 30 ans, la Beaussière fait ses preuves en matière de cohésion sociale. Après une brève fermeture, le Mas accueille aujourd'hui une nouvelle équipe déterminée à vous proposer davantage de services. Cette dernière, composée d'agents municipaux, est animée par la volonté de redonner tout son rayonnement à ce véritable pôle de vie du quartier. La polyvalence du Mas fait sa force : accueil de loisirs pour les 11/13 ans, Maison d'Accueil Socio-Educative pour les 14/25 ans, lieu d'écoute pour les adultes... Inscrite au cœur du projet urbain, cette structure de proximité vise à améliorer le cadre de vie des habitants en proposant des bureaux, de la documentation et plusieurs salles pour les cours donnés par les associations*.

Yann coordonnateur de projets

> Mon rôle consiste à faire le relais entre les habitants du quartier, les associations et la mairie. Notre objectif est de pouvoir toucher un maximum de personnes, de tout âge et de tous horizons. Travailler en collaboration avec divers services municipaux permet de mutualiser les moyens tout en mettant en place des actions de développement culturel, éducatif et sportif.

Véronique conseillère sociale d'orientation

> La Beaussière est un foyer d'initiatives ! Ici, nous valorisons la démarche de projets, personnels ou collectifs : les gens peuvent venir nous exposer leurs idées, leurs envies et ensemble nous essayons de les faire éclore. De nombreuses associations sont déjà présentes et propo-

sent toute une palette d'activités : ateliers culinaires sur les conseils d'un nutritionniste et d'un cuisinier, cours de danse, de peinture... Je suis là pour vous orienter !

Laurent animateur familles

> En tant qu'animateur, j'impulse une dynamique au sein du quartier. Etre proche des familles me permet de mieux cibler leurs besoins. Le concept du Café du Mas* est un excellent exemple de l'esprit de solidarité et de convivialité que nous véhiculons ! Les habitants se retrouvent autour d'un café ou d'un thé, échangent des idées tout en participant à des activités culturelles ou de loisirs : le lien social, c'est ce qui fait vivre un quartier.

*renseignements sur place

LE MAS DE LA BEAUSSIÈRE

> permanence accueil information 04 94 42 59 40
du lundi au vendredi : 8h30-12h, mercredi :
8h30-12h, 13h30-17h

> Ludothèque itinérante : rdv les jeudis 12 et 26 avril,
10 et 24 mai, 14 et 28 juin, de 9h à 10h45.

> Permanences juridiques : sur rdv au 04 94 08 98 34.

Programme complet des activités disponible sur place.



© Jean-Paul Bourgeois

//Flamboyante Médée

D'abord créée pour le festival Théâtre In Situ il y a deux ans, Médée revisitée par la compagnie Uppercut, envoûtera la scène du Rocher le 11 avril à 20h30.

> 3 questions à... Laurent Ziveri, metteur en scène



Pourquoi avoir voulu monter cette tragédie de Jean Anouilh ?

J'aime avant tout cet auteur ! J'ai voulu le mettre en lumière. Le choix de Médée s'est imposé à moi. La Médée de Jean Anouilh offre une

grande clarté dès sa lecture. Le texte est beau, efficace, évident. Cette femme est toujours dans l'air du temps. Médée est une amoureuse, une battante. Elle est dangereuse et tellement belle.

La mythologie grecque résonne encore aujourd'hui ?

Les thèmes sont universels et intemporels. On parle ici de pouvoir, d'amour, de folie, de passion, de mort. Femme révoltée, Médée trahit son père, tue son frère pour l'amour de Jason et la conquête de la Toison d'or. Mais Jason se déprend de Médée et s'apprête à épouser la fille de Créon, roi de Corinthe. Elle se montre nue, à vif, blessée et orgueilleuse.

Qui avez-vous choisi pour interpréter cette femme qui sème le feu ?

Emilie Blon Metzinger est divine, gracieuse, forte. Elle se donne entièrement dans l'interprétation de Médée, elle a su lui donner un côté farouche et passionné. C'est un rôle physique, qu'elle interprète à merveille.

//Médée de Jean Anouilh par la Cie Uppercut
Mercredi 11 avril 20h30 - Théâtre du Rocher

//Deux monologues déjantés Talking Heads



"Entre le rire des petits faits vrais qu'on se risque à raconter et les larmes des tragédies qu'on parvient à peine à couvrir..., on apprend vite ici que la vie, c'est généralement quelque chose qui se passe ailleurs."

Alan Bennett

> Alan Bennett, auteur britannique de romans et de nouvelles, écrit aussi pour la radio et la

télévision. En 1988, la BBC diffuse les six monologues de Talking Heads qui sont accueillis triomphalement. Aujourd'hui, la compagnie de l'Unijambiste donne vie à deux de ces six monologues. Deux femmes, deux destins : tout d'abord, Leslie, jeune comédienne un peu naïve mais très appliquée, espère décrocher le rôle de sa vie et se retrouve dans des productions minables. Et Doris, veuve éplorée qui préfère se laisser mourir que d'aller à l'hospice. Un humour anglais acerbe, méchant, assez saignant mais qui ne manque pas pour autant de tendresse.

//Talking Heads d'Alan Bennett
par la Cie de l'Unijambiste
Mardi 17 avril 20h30 - Théâtre du Rocher

Réservation : 04 94 08 99 34 / resalerocher@ville-lagarde.fr

Des objets artistiques éphémères > L'arrière boutique 3

Tentative d'un soir ou étape sur le chemin de la création, les compagnies artistiques varoises vous invitent à prendre part à leur travail. Une soirée d'immersion au cours de laquelle, les arts du spectacle : danse, théâtre, lecture, musique, court métrage... se révèlent à vous. La 3^e édition de l'arrière boutique se veut avant tout conviviale et ouverte à tous les curieux ! //Le Cabinet de Curiosités et leurs invités vous donnent rendez-vous dimanche 20 mai, 18h à 23h Théâtre du Rocher, entrée : 5€.



>> Tous en short !

La Garde va vivre un mois de mai sous le signe de l'effort. Comme à son habitude le Mai Sportif invite petits et grands à ce grand rassemblement populaire.

Le Mai Sportif s'ouvre avec les 10 km pédestres organisés par l'AJS Athlétisme. Les 500 coureurs attendus s'élanceront le 29 avril ! "Le sport nous fait ressentir des sensations uniques. Le principe du Mai sportif est de permettre à tous de pratiquer une activité, agréablement et quel que soit le niveau." Jean-Louis Masson, maire.

> Départ à 9h du stade Accusano pour cette épreuve classante et qualificative aux championnats de France des 10 km. Celle-ci s'adresse à tous les licenciés des Fédérations d'Athlétisme et de Triathlon. Les non licenciés munis d'un certificat médical de non-contre indication à la pratique de la course à pied pourront également prendre le départ. Tous les amoureux de la discipline ainsi que les meilleurs régionaux et spécialistes de la distance seront donc présents pour cet événement chronométrique euphorisant pour

les coureurs à la recherche d'un chrono !

> Arrivée dès 9h30 place de la République : tous à la fête ! Une centaine de bénévoles sera réunie pour veiller au bon déroulement de cette course populaire et festive. Animations diverses et anchoïade vous attendent à l'arrivée pour clôturer la matinée dans la bonne humeur !

Inscriptions au 04 98 04 04 24

Samedi 12 mai > "La santé par le sport"

Venez vous essayer à la marche nordique le matin...

Très en vogue dans les pays scandinaves, la marche nordique est une marche active qui fait de nombreux adeptes en France. Accessible à tous, cette activité physique tonifie les muscles et renforce les chaînes musculaires et articulaires. Des prises de

pouls et tension régulières seront proposées afin de tester votre capacité physique et dresser un bilan santé une fois les activités terminées.

Initiation aux bienfaits du sport : complexe Guy Môquet 2 - 9h/12h renseignements : 06 18 94 29 17 www.ajsathletisme.fr

...et participer au meeting l'après-midi

Organisé par la section de l'athlétisme ce Meeting inter-régional couplé aux championnats du Var encourage 400 coureurs à aller au bout d'eux-mêmes.

Complexe Guy Môquet 1 - 13h/21h renseignements : 06 18 94 29 17 www.ajsathletisme.fr



Les bons résultats Gardéens

///Tennis Club de La Garde
Un tonnerre d'applaudissements aux catégories championnes du Var !
Contact : 06 14 20 10 27 / tclagarde.fr

> Les 13-14 ans / filles Marie-Amélie Dardaine 5/6 et Kelly George 15, le 10 décembre 2011, également championnes de Ligue.

> Les 10 ans / garçons avec le duo composé de Léon Varidel et Hugo Porreti 30/1, le 28 janvier 2012.

> Les vétérans + 45 ans / hommes le 13 novembre 2011.

> Chez les seniors femmes l'équipe 4 est vice championne du Var en départementale 2 depuis le 5 février 2012, de même que l'équipe 5 en départementale 3 depuis le 12 février 2012.

///Basket Club La Garde
3 équipes se démarquent
Contact : 06 81 32 33 86 / basketclublagarde.fr

> Les minimes filles excellence départementale ont terminé 2^e de la saison régulière. Elles ont intégré la poule haute regroupant les meilleures équipes où elles sont actuellement à la 1^{ère} place.

> Parcours similaire pour les cadets masculins excellence départementale qui après avoir finis 1^{ère} de la phase régulière, sont également à la 1^{ère} place de la poule haute.

> Les séniors masculins champions pré excellence la saison passée, évoluent désormais en excellence où ils se situent actuellement à une honorable 4^e place. A noter que le club a connu cette année une hausse de licenciés de 20% par rapport aux années précédentes.

///Conseils de jardinier

- > Taillez dès leur floraison terminée tous les arbustes à floraison printanière tels que les forsythias, spirées, lauriers-tins...
- > Poursuivez la plantation des vivaces (espaced les plantations en tenant compte du développement de la plante).
- > Diviser les vivaces les ravivera ! Ne pas hésiter pour les plantes qui vieillissent mal ainsi que pour les vivaces d'automne.
- > Taillez les haies de feuillus et de conifères.
- > Terminez la taille des oliviers.
- > Poursuivez le nettoyage des massifs déjà installés : griffez la terre, désherbez soigneusement.

Sur les gazons >

Préparez le sol destiné au semis d'une nouvelle pelouse ou placage pour un effet immédiat. Regarnissez les endroits endommagés par les fortes fréquentations ou par l'absence de lumière. Supprimez les mauvaises herbes : pâquerettes, pissenlits et plantains.

Plante du mois



La Ciste pourpre

Cistus x purpureus

Nom commun : Ciste pourpre
Origine : Bassin méditerranéen
Famille : Cistacées

Arbuste arrondi au feuillage persistant de 1 m de hauteur et au moins autant de large, formant une boule plus ou moins compacte. Il produit des cymes terminales de trois fleurs chiffonnées, rose foncé, avec des taches brun pourpré à la base. Les cistes sont des arbustes de garrigues du pourtour méditerranéen : Cistus x purpureus est un hybride. La floraison débute fin avril début mai et se poursuit jusqu'en juin : c'est alors une multitude de fleurs qui s'épanouissent chaque jour (une légère taille après floraison permet de garder une belle forme en boule). Une très bonne résistance à la sécheresse et à la chaleur sont des atouts supplémentaires. Il supporte les sols calcaires (attention aux excès d'eau et aux sols très argileux : dans ce cas mieux vaut planter en butte).

Feuilles : vert foncé, lancéolées, étroites, à bords ondulés. Les feuilles mortes qui tombent au pied et sous la plante ont des propriétés anti-germinatives. Elles sont légèrement collantes et agréablement odorantes par temps chaud. **Floraison :** avril mai juin, des fleurs rose à macules pourpres de 8 cm. Les fleurs se renouvellent tous les jours. **Sol :** accepte très bien un sol sec et pauvre mais exige qu'il soit très bien drainé. Supporte le calcaire. **Rusticité :** -15°C. **Exposition :** plein soleil.

Ville de La Garde > Jean-Louis Masson et le conseil municipal présentent le

Concours des espaces fleuris

Bulletin d'inscription du 1^{er} au 27 avril 2012

Nom :
Prénom :
Téléphone :

N° : Rue :
Immeuble : Etage :

Complément d'adresse :

CATÉGORIE

- Maison avec jardin très visible de la rue
- Décor floral installé sur la voie publique
- Balcon ou terrasse sans jardin visible de la rue
- Fenêtre
- Façade ou mur
- Immeuble collectif, lotissement, copropriété
- Hôtel, restaurant, café, commerce avec ou sans jardin
- Ecole

Maison du Tourisme > 04 94 08 99 78 / www.ville-lagarde.fr
Place de la République - 83130 La Garde

Filet de lieu à l'indienne

500 g de filet de lieu - 2 oignons rouges - 1 càs d'huile - 1 càc de curry - 1 pincée de spigol ou safran - 1 jaune d'œuf - 1 bouillon de cube - persil haché (2 càs) - sel/poivre

Porter à ébullition 1/4 de litre d'eau avec le bouillon cube. Pocher pendant 5 min les filets de lieu. Peler et émincer les oignons. Les faire dorer avec l'huile. Mouiller avec une tasse de court bouillon. Laisser réduire 2 min. Ajouter le jaune d'œuf délayé dans un peu de liquide. Laisser épaissir doucement. Assaisonner. Ajouter le curry et le safran. Dresser les filets de lieu. Napper de sauce et saupoudrer de persil : servir avec des carottes et du riz basmati.

Carottes au lait de coco

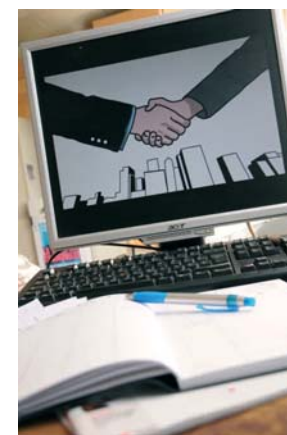
1 kg de carottes - 100 ml de lait de coco - 1 oignon jaune - sel/poivre - graines de sésame grillées - 1 càs d'huile

Dans une poêle anti adhésive faire revenir l'oignon émincé avec l'huile. Eplucher les carottes et les couper en rondelles. Laisser cuire 20 mn à l'étouffée. Puis ajouter le lait de coco et faire mijoter 15 min. Assaisonner et saupoudrer de graines de sésames avant de servir.

Fondant au chocolat

250 g de chocolat noir et des œufs de Pâques - 150 g de beurre - 150 g de sucre - 80 g de farine - 4 œufs

Préchauffer le four à 200°. Faire fondre au bain-marie le chocolat avec le beurre. Fouetter les œufs avec le sucre. Ajouter le chocolat fondu. Tamiser la farine et la verser tout en remuant. Mettre dans un plat graissé. Mettre au four 10 min. Démouler et décorer avec des œufs de Pâques.



des paramètres de confidentialité que vous aurez fixés. A vous également de choisir votre degré de visibilité : il ne sera pas forcément le même sur un réseau professionnel que sur un réseau de loisirs. Enfin, ne communiquez pas votre mot de passe au risque de voir votre compte piraté !

@ Les dérives

Que ce soit sous forme d'insultes, de menaces ou de commentaires haineux, de plus en plus de jeunes sont victimes d'intimidations via des courriels. La cyber-intimidation est difficilement contrôlable, la personne ciblée ne sait pas qui elle doit craindre puisque l'intimidateur est caché derrière un écran. Si l'intimidation est faite sur un réseau, quitter le site en se désinscrivant est la meilleure réponse à cette attaque mais

vous pouvez aussi réagir en contactant des sites spécialisés dans la lutte contre les comportements nuisibles. Les dangers sont bien réels et peuvent s'avérer particulièrement graves : vol d'identité numérique, abus sexuels... soyez vigilants. Limitez autant que possible vos "amis" aux personnes que vous connaissez réellement : pour préserver son intimité, le monde doit rester petit.

Bien gérer son écran

- > Limitez votre temps d'activité virtuelle à 1h par jour.
- > Surveillez l'utilisation d'internet faite par vos enfants.
- > Renseignez-vous sur les logiciels de contrôle parental.

Réseaux sociaux

quels impacts sur les internautes ?

Facebook, Twitter, MySpace, Viadeo, LinkedIn... Ce mois-ci, le CLIPS s'intéresse à ces véritables phénomènes de société. Les réseaux sociaux représentent de nouveaux modes de sociabilisation particulièrement puissants mais tout aussi intrusifs.

> www.internet-signalement.gouv.fr / Retrouvez de nombreux conseils pour mieux gérer votre vie virtuelle sur www.internetsanscrainte.fr

@ Créateur de liens sociaux

Discuter avec un ami au bout du monde, s'informer sur un sujet d'actualité, intégrer un groupe qui partage vos passions... rien n'est impossible. Sur la toile, les réseaux fourmillent et sont accessibles sur tous les moteurs de recherche. Le mode d'emploi est le même pour tous :

on crée son profil avec ses données personnelles et on invite ses amis à rejoindre notre page afin d'échanger des informations, des photos ou vidéos et discuter. **Pour de nombreuses personnes, surfer sur le web pour accéder à ces réseaux est un moyen de sortir de la solitude.** Isolées, âgées, à mobilité réduite, nombre d'entre elles tissent ou entretiennent des liens sociaux grâce à ce système. Echanger, découvrir, rechercher des informations est aussi un excellent moyen d'entretenir sa curiosité et maintenir en éveil ses capacités intellectuelles. Cependant, cette communication virtuelle ne doit pas se substituer aux contacts réels !

Révolution culturelle depuis bientôt 10 ans, les réseaux sociaux ne cessent d'évoluer. Avec 1 milliard d'inscrits d'ici septembre 2012, Facebook recense bientôt plus d'1/7 de la population mondiale ! Ces réseaux sociaux sont le résultat d'un regroupement de personnes reliées entre elles par les échanges sociaux qu'elles entretiennent. Avec internet, ces échanges sont multipliés et les internautes sont mis en relation sur des sites communautaires autour d'intérêts communs : des sites dédiés à la connaissance, à la construction d'un réseau professionnel ou destinés à faire de nouvelles rencontres.

@ Des sites spécialisés

Les réseaux sociaux professionnels et les réseaux de santé ont le vent en poupe. Côté pro, ils permettent de se construire un réseau de relations dense et précis. Faire circuler son CV devient un jeu d'enfant tandis que les entreprises ciblent en quelques clics les profils qu'elles recherchent. Les réseaux santé spécialisés sont tout autant appréciés : recherches d'informations, échanges, partage de situations vécues... ils doivent pouvoir fournir des informations objectives et fiables. Les forums sont aussi un soutien dans la vie quotidienne des malades (www.parlonssanté.com).

☹ **Attention aux risques d'atteintes à la vie privée**

L'intérêt des réseaux sociaux est bien de partager un peu de votre vie privée avec une sphère d'amis. Le risque est de voir cette intimité dévoilée au-delà de la sphère choisie sans pour autant l'avoir voulu. Tout ce que vous mettez en ligne constitue votre identité numérique. Une fois les informations rendues publiques, il devient très difficile d'en maîtriser la diffusion : tout est indexé et archivé.

@ Gérer son identité numérique

Chaque compte possède des paramètres de confidentialité qu'il est possible de gérer afin de déterminer comment vos informations peuvent être utilisées par le réseau. Dès votre inscription, le site a le droit d'utiliser toutes les données (textes, photos, vidéos) que vous publiez dans la limite



Sus aux moustiques !

Le retour des beaux jours signe le retour des moustiques, friands de nos épidermes. Les répulsifs sous formes de sticks, crèmes ou vaporisateurs, assez efficaces, peuvent aussi être nocifs pour la santé. Évitez les produits à base de DEET qui pénètrent dans l'organisme et peuvent provoquer une sensation de malaise. Les moustiquaires seront vos meilleures alliées. Les moustiques se reproduisent en eau stagnante : chez vous, limitez autant que possible tous les endroits où l'eau est susceptible de s'accumuler (gouttières, pot de fleurs...).

Journée mondiale de lutte contre le paludisme > 25 avril

Maladie parasitaire potentiellement mortelle transmise par des moustiques, le paludisme touche chaque année 300 millions de personnes et tue un enfant africain toutes les 30 secondes. L'UNICEF et ses partenaires œuvrent pour développer la production de médicaments antipaludiques de grande qualité. Des programmes de lutte contre le paludisme sont en place dans une trentaine de pays d'Afrique. Si les secteurs publics et privés collaborent efficacement, d'énormes progrès pourront être faits pour faire reculer la maladie.

Recycler ses médicaments

Inutilisés ou périmés, pensez à rapporter vos médicaments à la pharmacie. Les risques d'ingestion accidentelle, notamment chez les enfants, peuvent être dangereux pour la santé. De plus, les substances contenues dans les médicaments représentent un risque pour l'environnement et polluent l'eau, ne les jetez pas à la poubelle. Récupérés, avec ou sans leur conditionnement, ils pourront être détruits et recyclés en énergie.

Maîtriser l'énergie de demain



Présent sur de nombreux chantiers de la ville, le bureau Altergis Ingénierie se distingue en apportant au maître d'ouvrage des solutions en haute performance énergétique et environnementale. Il prône les énergies renouvelables et une consommation juste.

Altergis Ingénierie > Espace Mana 290 avenue Robespierre 83130 La Garde / 04 94 14 49 60

Implanté sur notre commune depuis 2000, Altergis Ingénierie s'est placé comme maître d'œuvre et assistant technique à maître d'ouvrage sur de nombreux chantiers en PACA, notamment pour la Ville de La Garde. Altergis Ingénierie représente l'un des trois pôles du groupe Altergis : Ingénierie / Construction / Maintenance. Il assure une offre globale de services avec une chaîne de métiers variés. Divisé en deux branches : thermique et électrique, Altergis Ingénierie intervient pour tous les fluides dans tous les bâtiments. "Depuis plus de 20 ans, Altergis Ingénierie est engagé dans une

démarche de mise en œuvre des énergies et des fluides. Jusqu'en 2008, le siège social est resté positionné à La Garde avant de s'installer sur Marseille. Aujourd'hui, les 11 collaborateurs de l'entreprise gardéenne ont à cœur le service au client en apportant compétence, proximité et réactivité. Notre logique va de plus en plus vers une recherche d'innovations et de solutions alternatives qui combinent technologie, économie et respect environnemental. Notre savoir-faire consiste à innover et traduire nos solutions en contrats de performance valables sur du long terme" confie **Michel Lecler chef d'agence de La Garde, Altergis Ingénierie.**

///Archives municipales

Remplacement et optimisation de la production de chaleur et de froid par la mise en place d'une installation à débit de réfrigérant variable au gaz naturel.

Réponses d'Altergis Ingénierie :

- > Réduction d'environ 50% des consommations d'énergie primaire et des émissions de CO2.
- > Investissement limité pour le maître d'ouvrage.

///Espace Jean-Baptiste Clément

Crèches Les Elfes et Les Lutins et bureaux de la Sagem

Construction d'un bâtiment tertiaire avec certification Haute Qualité Environnementale et labellisation Très Haute Performance Énergétique et Énergie Renouvelable (THPE ENR)

Rôle d'Altergis Ingénierie :

- > Référent HQE de l'opération.
- > Établissement des cahiers des clauses techniques particulières, plans des lots techniques.
- > Production eau chaude sani-

taire et solaire.

> Raccordement au réseau de chauffage biomasse commun aux deux immeubles de logements.

///Espace Jean-Baptiste Clément Immeubles Le Botticelli et Le Michel Ange

Construction d'un complexe immobilier de 120 logements conformes à la RT 2005.

Réponses d'Altergis Ingénierie :

- > Mise en œuvre d'un chauffage collectif au bois.
- > Mise en œuvre d'une ventilation mécanique contrôlée simple flux hygroréglable à basse consommation.

///Audit énergétique de l'ensemble des bâtiments communaux de la ville

Définir une démarche énergétique orientée vers le développement durable et conseiller la Ville pour rationaliser les consommations et les dépenses en énergie de l'ensemble des bâtiments communaux.

Réponses d'Altergis Ingénierie :

- > Planification sur 5 ans des investissements et des travaux d'économie d'énergie.
- > Travaux d'amélioration des performances énergétiques sur plusieurs bâtiments : installation de production d'eau chaude sanitaire solaire et mise en place d'éclairage à haut rendement

énergétique, (médiathèque et salle Gérard Philippe, Hôtel de Ville, école maternelle et primaire Maurice Delplace).

///Tribunes et vestiaires stade Guy Môquet

Construction des tribunes de football et de vestiaires au sein du complexe sportif Guy Môquet.

Réponses d'Altergis Ingénierie :

- > Chauffage par chaudière basse température et plancher chauffant.
- > Ventilation mécanique double flux à récupération d'énergie.
- > Maîtrise d'optimisation de l'éclairage des terrains.
- > Préchauffage solaire de l'eau chaude sanitaire.



Van'Hees Immobilier



>>> En activité depuis octobre dernier, cette agence immobilière indépendante a vu le jour au cœur de notre ville. Le responsable, Guillaume, est un Gardéen privilégiant la relationnel local. Il travaille ainsi essentiellement sur notre commune en plus des villes environnantes (*Le Pradet, La Valette du Var, La Crau, Carqueiranne, Toulon, Hyères...*). Vous serez reçu par le responsable ou l'une de ses deux employées pour toutes transactions : ventes, locations, gestion de locations et locations saisonnières. **Retrouvez tous les biens sur www.vanhees-immobilier.fr.**

> Ouverture lundi au vendredi 9h à 12h et 14h30 à 18h30, samedi 9h à 12h
42 avenue Marx Dormoy / 04 94 31 34 84

Progeo Electricité générale

>>> Geoffroy, artisan électricien, souhaite mettre à votre service ses 10 années d'expériences professionnelles. Ayant commencé en apprentissage, il a ensuite parfait ses connaissances au sein d'entreprises spécialisées en électricité, également lors de chantiers importants. Mise en conformité (*importante lors d'installations vétustes*), éclairage de sécurité, dépannage en urgence, installation de climatisation, automatisme, interphonie, pose de détecteur d'incendie (*gratuite dans le cadre de rénovation*), éclairage design... sont autant de prestations qu'il réalise. "Je tiens beaucoup à être réactif et dynamique. Je travaille aussi avec beaucoup de syndicats. De ce fait, ils savent qu'ils peuvent compter sur ma rapidité d'intervention en cas de problème". Notez que Geoffroy est en relation avec d'autres corps de métiers, si vous ne savez pas à qui vous adresser. Un devis gratuit vous sera fourni sur simple demande.

> 06 75 17 60 96 / contact@progeo-elec.fr / www.progeo-lagarde.fr



Auberge Sainte Marguerite

>>> Reprise du restaurant au pied de la Chapelle de Sainte Marguerite. C'est au sein d'une ambiance chaleureuse et conviviale que Nicolas et son équipe vous proposent de déguster des plats gastronomiques. Ces derniers, réalisés par un disciple d'Escoffier, sont préparés avec des produits frais et de saison. Ainsi, la carte change tous les quinze du mois et comprend des menus à 22€, 29€ et 49€. Du mardi au vendredi midi, le menu *Retour du marché* à 15€ vient compléter la carte. Les vins régionaux sont également mis à l'honneur. Un salon privé peut être aménagé pour tout besoin en séminaire et dès le mois de mai, un patio de 200m² verra le jour pour accueillir baptêmes, mariages et repas à l'ombre d'une pergola. En plus de la restauration, quatre chambres d'hôtes devraient bientôt compléter les prestations de cette auberge fort sympathique.

> 04 94 23 90 97 / 8 place la Chapelle, av. du Cdt Houot
www.aubergestemarguerite.com / contact@aubergestemarguerite.com



Nos écoles, suite...

Nous venons d'apprendre que la classe qui devait fermer à l'école Zunino 2 va être maintenue. C'est une belle victoire :

Les enfants de La Garde n'ont pas à subir la politique néfaste du gouvernement.

C'est une victoire aussi pour tous les adultes qui se sont indignés et opposés : les parents, les enseignants. Que d'énergie nécessaire : manifestations, affichage, alerte de la presse, de la télé. Mais ça a payé. Sans cette mobilisation, les dés étaient jetés, le choix avait été fait et annoncé : toucher une des écoles les plus fragiles de notre ville.

Reste encore l'inquiétude par rapport aux enseignants (RASED) qui aident nos enfants les plus en difficulté et qui restent malheureusement la cible d'une politique UMP qui consiste à supprimer l'aide aux plus défavorisés.

En revanche, une bonne nouvelle à l'école Maurice Delplace avec l'annonce d'une ouverture de classe.

Cependant, ceux qui assistent aux réunions où se prennent ces décisions, savent que dans la triste logique comptable de la politique que nous subissons, si des classes sont ouvertes ici, d'autres ont dû être fermées ailleurs, dans des endroits où la mobilisation et la médiatisation ont été moins fortes mais où les besoins sont tout aussi importants.

Nous sommes des élus à vos côtés pour vous défendre, pour défendre notre ville.

Joël CANAPA, Conseiller Régional
Frédéric FETIS - Sophie CARRAL REYNAUD
Patrick GRUAU - Monique THOMAS
Bernard GULLO - Hélène MONNIE - Manuel FALASCHI

Un succès de tous pour les enfants !

Réjouissons-nous des décisions prises dans l'intérêt des enfants de notre ville. Une classe maintenue à Zunino 2, une classe ouverte à Maurice Delplace !

A propos de la première, le Maire s'est entretenu avec l'Inspecteur d'Académie pour clarifier la situation. De ce fait, le projet de fermeture n'était pas inscrit à l'ordre du jour du Comité Départemental de l'Education Nationale.

Dès lors, les manifestations de l'opposition n'étaient que des gesticulations destinées, une fois de plus à accréditer l'idée qu'elle faisait quelque chose. En revanche, les associations de parents d'élèves, de bonne foi, ont toujours été en contact avec l'adjointe aux écoles et rendues destinataires de toutes les démarches faites par Jean-Louis MASSON.

Au sujet de la seconde, il faut rappeler au passage qu'il s'agit là du fruit des efforts de la commune pour permettre l'accession au logement des jeunes actifs. Ils fondent leur famille dans de bonnes conditions près d'installations éducatives de qualité.

Que l'opposition fasse l'impasse sur les interventions de la majorité ne peut pas nous étonner. Ne pas saluer le travail des fonctionnaires municipaux est plus regrettable.

Les mêmes acteurs restent bien évidemment mobilisés, tous ensemble, concernant les postes RASED. Peu importe que l'opposition veuille tirer la couverture à elle. Une issue positive serait encore et uniquement une victoire collective.

Par ailleurs, depuis quelques temps, nos opposants colorent volontiers leur rubrique d'une dimension nationale. Se paierait-elle un petit bout de campagne présidentielle et législative avec les deniers publics gardéens ? Nous sommes las de lui rappeler les règles du code électoral et le règlement du conseil municipal à chaque élection. Cela étant, nous respectons la liberté d'expression et refusons de jouer le rôle tant de tuteur que de censeur !

LA MAJORITÉ MUNICIPALE



Rubrique provençale par Jaume Couloubrié

LOU DIMENCHE DEI RAMPÈU

Qui s'es jamais coungousta d'uno bouano salado de cèse, que li dien tambèn de pese pounchu, emé de finé lescò de cebo vo encaro de cebeto, un bouan òli d'òulivo, un pessu de sau e de pèbre. En prouvenço la coustumo vòu que lou dimenche dei Rampau, si n'en manjo un bouan platos. Si dis que de faire acò, vous engardara d'aganta de flei-roun tout de long de l'annado. Veraï vo noun sàbi pas se quaucun poudrié afourti quaucarèn sus acò. Mai fau saché qu'aquesto tradicien vèn de fouaço luen. En milo tres cènt dès-e-nòu, Prouvenço souffrié d'uno famino qu'es pas de dire. Lei gènt patissien de la fam e fouaço n'èn mourien. Aquèli que soubravon avien manco plus la fouaço d'en-terra lei mouart.

Lei gènt de San Rafèu n'èn èro à manja d'agland, qu'aïlas èro de mai en mai maleisa de n'en trouba. Lou dimenche dei Rampèu, lei Rafalen que pou- dien encaro marcha, s'èron tirassa enjusqu'à la glèiso, e pregavon pèr que si fague un miracle. Tout à-n-un còup, uno voues creidè dóu defouaro : "Douas velo à l'ourizoun !"

D'èfèt benlèu doui batèu vengueron s'amarra dins lou pichoun port de pesco. "Bràveï gènt, di- guèron lei marin, sian manda à vouasto secours pèr lou Rèi de Sicilo !"

Lei calo dei batèu èron cla- fido de cèse, e es ensin qu'èn remembranço d'aqueu miracle, lei gènt de San Rafèu, puei lei Prouvençau pren- gèron l'abitudò de manja de cèse pèr Rampèu. D'ùnei, mai que soun pas Varès, dien qu'aqueu miracle si serié ca- pita noun pas à San Rafèu, mai à Marsiho, mai si saup bèn que lei Marsihés voualon sèmpre faire parla d'èlei, que ?

De tout biais, que lou miracle sièche capita à Marsiho vo à San Rafèu, lei cèse an empacha lei Prouvençau de mourir de fam, e pèr acò li poudèn rendre gràci.

Alor subre tout, oublidèssias pas de vous coun- gousta pèr Rampèu !

D'un autre caire lei estajant de San Meissemin si servien cèl cèse d'un biais estrange. Quand avien de berrugo, pèr si n'en gari jìtavon uno poungado de pese pounchu dins un pous e s'èn aluenchavon lou mai vite poussible. S'entendien pas toumba lei cèse dins l'aigo, à ce que parèis lei berrugo despa- reissien. Mai falié que lou pous sièche assai preffound, e subretout èro besoun de courre lèu- lèu ! Sàbi pas s'acò marchavo bèn !!

Vive les mariés !

Nous avons le plaisir de vous annoncer le mariage de :

Martine Tixidor et Roberto Ferraro le 10 janvier

Bonjour les bébés

Nous avons le plaisir de vous annoncer la naissance de :

En février : Celia Bounaoui le 9
Adama Diallo le 11 - Salya El Amraoui le 13
Pauline Turcheschi le 15 - Samuel Dumartin le 17 - Chloé Lorenz le 20 - Elyes Chibani le 20
Léo Lecocq le 21 - Diego Bover le 22
Louane Hofman le 23 - Nina de Robert le 24
Elina Thomas le 25

En mars : Nina Poirier Pouliquen le 2
Jean-Joseph Garcia le 3 - Alice Cosentino le 4
Louisa Escobar le 4 - Mahée Farrugia le 5
Raphaël Billon Romani le 7 - Sana Jonet le 8
Nunzio Tirtaine le 9 - Sophie de Bruyn Coulon le 11

Un livre dans le berceau
La médiathèque est heureuse d'offrir aux nouveau-nés leur premier livre (présentez-vous munis du livret de famille).

Ils nous ont quittés

Nous présentons nos condoléances aux familles et amis de :

En février : Josette Motroni le 3
Jean Merlo le 11
Simone Wrisez née Grauvogel le 11
Françoise Bardon née Travers le 12
Henriette Laboureaux née Jourdan le 16
Miloud Yahyaoui le 16
Colette Baron née Jaillot le 18
Urban Gargano le 18
Marguerite Grossi née Richard le 18
Monique Bruneau née Pische le 19
Gabrielle Paschel née Riou le 20
Pierre Abert le 21
Alain Liebault le 21
Maria Pierini née Grosso le 22
Antoinette Garcia née Tari le 24
Christiane Affilé née Gergaud le 26
Jacqueline Capelier née Doaille le 27
Marc Keller le 27
Simona Martini née Stella le 27
Marguerite Abbattucci née Lang le 28
Françoise Maillot née Payet le 28
Madeleine Colas née Ettel le 29
Pierre Louineau le 29

En mars : Lucien Daumas le 4
John Chambers le 4
Martial Ronzet le 7
Denise Pons née Cáno le 10
Mohamed Guerhouche le 10
Marie-Noëlle Bonneau née Cambus le 11



LE DIMANCHE DES RAMEAUX

Qui ne s'est jamais régala d'une bonne salade de pois chiches, que l'on appelle aussi des pois pointus, avec de fines tranches d'oignons ou encore de cébettes, une bonne huile d'olive, et une pincée de sel et de poivre.

En Provence la coutume veut que le dimanche des Rameaux, on en mange un bon plat. On dit que cela vous empêchera d'attraper des furoncles pour toute l'année. Je ne sais pas si cela est vrai. Mais il faut savoir que cette tradition vient de loin. En 1319, la Provence souffrait d'une famine terrible, nombreux étaient ceux qui en mouraient. Les survivants n'avaient même plus la force d'enterrer les morts.

Les habitants de Saint Raphaël en étaient à se nourrir de glands, qui hélas se faisaient de plus en plus rares.

Le dimanche des Rameaux, les Raphaëlois qui pouvaient encore marcher, s'étaient entraînés jusqu'à l'église, et priaient pour qu'arrive un miracle. Soudain, une voix venue de l'extérieur cria : "Deux voiles à l'horizon !"

En effet bientôt deux bateaux vinrent s'amarrer dans le petit port de pêche. "Braves gens, dirent les marins, nous sommes envoyés à votre secours par le Roi de Sicile !"

Les cales des bateaux étaient pleines à ras bord de pois chiches, et c'est ainsi qu'en souvenir de ce miracle, les habitants de Saint Raphaël, puis les

Provençaux prirent l'habitude de manger des pois chiches pour les Rameaux.

Certains, qui ne sont pas Varois, disent que ce miracle se serait produit non pas à Saint Raphaël, mais à Marseille, mais l'on sait bien que les Marseillais veulent toujours faire parler d'eux, n'est ce pas ?

Quoi qu'il en soit, que le miracle se soit produit ici ou là, les pois chiches ont empêché les Provençaux de mourir de faim, et pour cela nous pouvons leur rendre grâci.

Alors surtout, n'oubliez pas de vous régaler de pois pointus pour les Rameaux !

D'autre part les habitants de Saint Maximin utilisaient les pois chiches d'une étrange façon. Quand ils avaient des verrues, pour s'en débarrasser ils jetaient une poignée de pois chiches dans un puits et s'en éloignaient le plus vite possible. S'ils ne les entendaient pas tomber dans l'eau, il paraît que les verrues disparaissaient. Mais il fallait que le puits soit assez profond, et surtout il fallait courir vite ! Je ne sais pas si cela était efficace !!

La Garde

/// Expression des groupes d'élus du conseil municipal



CINEMA LE ROCHER

5€
plein tarif



EXTREMEMENT FORT ET INCROYABLEMENT PRES

Stephen Daldry / USA / 2012 / 2h08 / VO

Avec Tom Hanks, Sandra Bullock, Thomas Horn, Max von Sydow...

Du 5 au 8 avril

Jeudi 5 à 21h

Samedi 7 à 18h et 21h

Dimanche 8 à 15h et 18h



CLOCLO

Florent Emilio Siri / France / 2012 / 2h08

Avec Jérémie Renier, Benoît Magimel, Robert Knepper...

Du 19 au 22 avril

Jeudi 19 à 21h

Vendredi 20 à 15h et 18h30

Samedi 21 à 21h

Dimanche 22 à 16h



L'HOMME QUI N'A PAS D'ETOILE

King Vidor / USA / 1955 / 1h29 / VO

Avec Kirk Douglas, Jeanne Crain, Claire Trevor, William Campbell...

Du 12 au 15 avril

Jeudi 12 à 18h30 + débat 7^e soirée "7^e art"

Samedi 14 à 18h30

Dimanche 15 à 16h



LES ADIEUX A LA REINE

Benoît Jacquot / France-Espagne / 2011 / 1h40

Avec Léa Seydoux, Diane Kruger, Virginie Ledoyen...

Du 26 au 29 avril

Jeudi 26 à 18h15 et 21h

Samedi 28 à 15h, 18h15 et 21h

Dimanche 29 à 16h et 18h45



LA DAME DE FER

Phyllida Lloyd / France-GB / 2012 / 1h44 / VO

Avec Meryl Streep, Jim Broadbent, Susan Brown...

Du 13 au 15 avril

Vendredi 13 à 18h30 et 21h

Samedi 14 à 16h et 21h

Dimanche 15 à 18h



LA TERRE OUTRAGEE

Michale Boganim / France-Allemagne / 2011 / 1h48 / VO / Prix du Public Premiers Plans d'Angers

Avec Olga Kurylenko, Andrzej Chyra, Serguei Strelnikov...

Du 3 au 6 mai

Jeudi 3 à 18h15 et 21h

Vendredi 4 à 18h15 et 21h

Samedi 5 à 21h

Dimanche 6 à 18h



38 TEMOINS

Lucas Belvaux / France / 2011 / 1h44

Avec Yvan Attal, Sophie Quinton, Nicole Garcia...

Du 19 au 22 avril

Jeudi 19 à 18h30

Vendredi 20 à 21h

Samedi 21 à 15h et 18h30

Dimanche 22 à 18h30



LES PIRATES ! BONS A RIEN MAUVAIS A TOUT

sous réserve de la disponibilité d'une copie

Peter Lord / USA / 2012 / 1h29 / dès 6 ans

Du 3 au 6 mai

Jeudi 3 à 14h30

Vendredi 4 à 14h et 16h30

Samedi 5 à 16h et 18h30

Dimanche 6 à 16h

Plein tarif : 5€ - Tarif réduit : 4€ (étudiants, groupes...)

Carte cinéma non nominative : 40€ les 10 séances (1 spectacle saison du rocher offert)

CINÉMA LE ROCHER

Avenue Marx Dormoy - 83130 La Garde
Service culturel : 04 94 08 99 34 - www.ville-lagarde.fr