



Vivre à La Garde

Mensuel n° 230
JUILLET/AOÛT 2009

Sur le chemin des vacances

Actualités



La fête de
Ste Marguerite

Dossier



Festivités de l'été

Magazine



Sentier du littoral

Sommaire

Pages 4 à 8 **ACTUALITÉS**

ENVIRONNEMENT

Un cours d'eau s'entretient

Une eau saine

MÉDIATHÈQUE

Les belles pages de la jeunesse...

JEUNESSE

Un nouveau parc dans ma ville

VIE DE QUARTIER

Un été à Sainte Marguerite

Pages 9 à 13 **DOSSIER**

LES FESTIVITÉS D'ÉTÉ

Pages 14 à 21 **MAGAZINE**

SPORT

Trouver la voie...

SANTÉ

Vive les vacances !

IDÉES DE BALADES

Ressourcez-vous

LA GARDE EN PERSONNE

Reflets azurs

ARRÊT SUR IMAGE

Jeux aquatiques

Fête de la musique

PAGE D'EXPRESSION DES ÉLUS

Page 23

SOUS LE ROCHER

Vivre à La Garde
n° 230 - JUILLET/AOÛT 2009

Directeur de la publication :
M. Le Maire

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

tél. 04 94 08 98 00
fax 04 94 08 99 60
www.ville-lagarde.fr
contact-mairie@ville-lagarde.fr

Impression :
Espace Numérique - La Garde

Photo de une :
Sentier du littoral (ville du Pradet)





Savourez... c'est l'été !

Le 21 juin dernier, la Fête de la musique a donné le coup d'envoi des festivités. Après un début d'année sur fond de crise économique, la saison estivale a décidé de jouer les résistantes. Retrouvez les animations phares des étés gardéens – Nocturnes médiévales, Nuits du Mas, fête de la Libération, F.A.O.B – et une déferlante de nouveautés pour partager, entre amis ou en famille, des moments uniques : concert de Sheila, soirée celte, nocturnes provençales... Un programme concocté par les services municipaux pour illuminer vos soirées et vous faire aborder la rentrée plein d'énergie et dopé à la bonne humeur.

Voici venu le temps des beaux jours... et de la vigilance : vis-à-vis de nos aînés et des plus jeunes face aux vagues de chaleur ; à la maison (barbecue, piscine...) ; au bord de l'eau où nous aborderons nos tenues de choc : chapeau, lunettes et crème solaire.

L'été sera beau. Sans doute chaud. Solidaire, sûrement. Réussi, assurément !

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 de l'Ordre National du Mérite

Un cours d'eau s'entretient



Vous êtes l'heureux propriétaire d'un terrain où serpente un cours d'eau ? Vous êtes alors dans l'obligation de l'entretenir. Suivez le fil...

“Les cours d'eau constituent une véritable richesse patrimoniale : ils sont le lieu de vie de la faune et de la flore aquatiques, un élément primordial de nos paysages et représentent un intérêt stratégique en matière de ressource en eau. C'est pourquoi leur entretien est essentiel, il permet de veiller ainsi à la pérennisation de ce milieu vivant et complexe...” C'est par ces mots que Catherine Durand, présidente du Syndicat Intercommunal d'Aménagement Hydraulique de l'Eygoutier (SIAHE) a débuté sa lettre adressée aux nombreux particuliers Gardéens pour leur rappeler l'importance de la préservation de notre environnement commun.

Entretenir un cours d'eau c'est :

- enlever les dépôts de sédiments ou d'encombrants divers qui s'y sont accumulés,
- conserver au lit ses dimensions naturelles, sans l'élargir ni l'approfondir,
- ne pas arracher les arbres (ou toutes végétations) présents sur la berge, mais enlever ceux qui sont morts ou tombés dans l'eau.

Le 15 juin dernier, une visite des installations de l'Eygoutier s'est déroulée en présence des élus et habitants des neuf communes concernées par le bassin versant de l'Eygoutier siégeant au sein du SIAHE (Hyères, Sollies-Ville, La Farlède, La Valette, Le Pradet, Carqueiranne, Toulon, La Crau et La Garde), des conseillers techniques et des représentants des associations AIRE et du Plan de La Garde.

Ne pas respecter ces règles peut entraîner :

- une accélération de l'érosion des berges,
- un ensablement du lit à l'aval des travaux,
- une érosion du fond du lit à l'amont des travaux,
- des débordements intempestifs en période de crues.

Ce qu'il ne faut pas faire

Le désherbage chimique des berges du cours d'eau est nocif car une partie des produits est entraînée directement dans l'eau. Outre une pollution des eaux, l'effet peut être contraire au but recherché car les berges nues s'effondrent facilement.

La rivière des Amoureux

L'Eygoutier est un petit fleuve côtier de 15 km qui prend sa source à l'Estagnol et qui se jette dans la rade de Toulon. Il draine, avec ses sept affluents, tout l'est de l'agglomération. Son bassin versant de 70 km² couvrant neuf communes a une forme de cuvette encerclée par des reliefs qui culminent à 700 mètres.





Une eau saine

La ville mène des travaux de renouvellement des branchements plomb. A travers la cité du Rocher, ces nouvelles installations visent à éliminer les traces de plomb dans l'eau que nous consommons.

Le décret en date du 20 décembre 2001 fixe la concentration maximale admissible en plomb dans l'eau potable à 10 µg/l, au 25 décembre 2013, avec une étape transitoire à 25µg/l, au 25 décembre 2003.

Le plomb est un métal naturellement présent dans l'environnement. Il peut être rencontré :

- dans certaines eaux naturelles, selon les formations géologiques traversées,
- dans les aliments,
- dans l'air des zones à forte concentration urbaine (gaz d'échappements, fumées industrielles...),
- dans les locaux anciens (peintures au plomb).

A faibles doses, le plomb n'est toxique pour l'homme que lorsqu'il est ingéré de façon répétitive, sur une longue période (ses effets étant cumulatifs).

C'est au cours de son transport, au contact des matériaux des réseaux de distribution, que l'eau peut se charger en plomb. Les canalisations en plomb en constituent donc la source principale et se situent :

- au niveau des branchements, entre le réseau public et le réseau intérieur de distribution,
- dans les installations privées de distribution d'eau.

A ce jour, le nombre de branchements publics plomb

situés sur la commune de La Garde est estimé à 1100 (environ 18 % du nombre de branchement total).

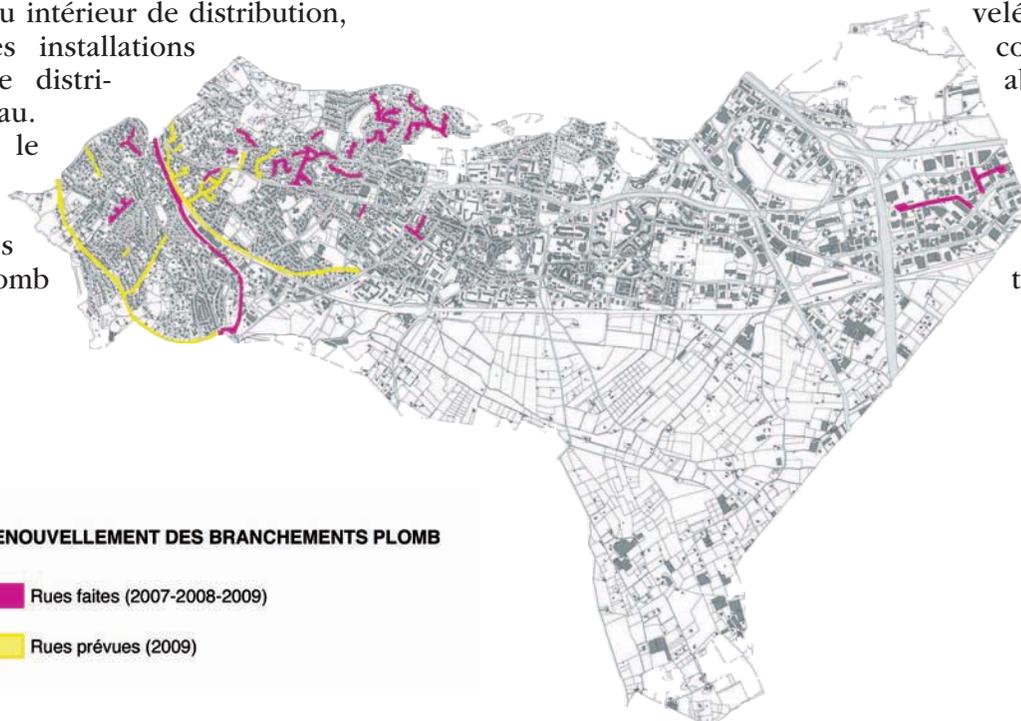
Avant 2007, la commune changeait ces branchements lors d'opérations de rénovation de réseaux et/ou voirie. Afin d'accélérer le rythme, la Mairie a lancé, un marché public d'une durée de quatre ans pour leur renouvellement sur diverses rues.

A ce jour, 340 branchements ont été mis aux normes pour un coût de 375 000€ TTC à la charge de la commune de La Garde et 85 000€ HT au titre de l'agence de l'eau Rhône Méditerranée Corse. Un programme de 155 branchements est actuellement en cours pour l'année 2009.

Une eau pure...

Bien que les analyses de l'eau distribuée sur la commune de La Garde présentent systématiquement des teneurs en plomb inférieures à 5 µg/l, d'ici 2013, la totalité des branchements en plomb situés dans le

domaine public sera renouvelée. Par ailleurs, il convient que chaque abonné concerné vérifie ses installations intérieures et effectue, si nécessaire, les travaux de mise en conformité, après compteur.



RENOUVELLEMENT DES BRANCHEMENTS PLOMB

 Rues faites (2007-2008-2009)

 Rues prévues (2009)

Les belles pages de la jeunesse...



Depuis 1992, la Ville de La Garde récompense chaque année un ouvrage à l'occasion du prix littéraire jeunesse*. Cette année, *Le secret de grand-oncle Arthur* de Véronique Delamarre, a été consacré par les élèves de CM2



L'ensemble des classes de CM2 des écoles gardéennes s'est prêté au plaisir des belles histoires, grâce au concours de l'espace jeunesse de la Médiathèque. Après une année scolaire rythmée par la lecture des sept romans sélectionnés par la Médiathèque, les petits lecteurs ont noté chacun d'entre eux. Grand vainqueur, le 2^e roman de V. Delamarre "pour son suspense", "ses devinettes" et "son humour". Les 18 et 19 juin, notre jeune jury a rencontré la lauréate à l'auditorium. L'occasion pour eux de poser mille et une questions et d'en apprendre un peu plus sur le métier d'écrivain. Chaque enfant est reparti des souvenirs plein la tête, avec un ouvrage dédicacé des mains de l'auteur.

Critiques littéraires en herbe

Pour avoir l'avis de nos chers petits lecteurs, direction le blog de l'école Zunino 1. Vous y trouverez des critiques mordantes qui donnent raison à une réflexion de la lauréate 2009 "avec les enfants, il n'y a pas de compromis en littérature : ils aiment ou ils n'aiment pas. On n'est pas dans le "oui, mais..." si cher aux adultes..."

<http://pagesperso-orange.fr/zunino1lagarde/prixlitt2009.htm>

Des mots pour rire, voyager, rêver

Mère d'un garçon et de deux filles - comme ses personnages du Secret de grand-oncle Arthur - Véronique Delamarre arrête de travailler suite à la mutation de son mari en Asie. L'occasion de passer davantage de temps avec ses petits et de s'adonner à sa passion qu'elle avoue cultiver depuis le CP : l'écriture. Près d'une quinzaine de manuscrits pour enfants plus tard, elle décide de sauter le pas et de présenter ses meilleurs aux maisons d'édition. Elle publie ainsi en 2007 chez Oskar Jeunesse *Lise, ma chérie*. Suivront en 2008 *Le secret...* et *Le mystère de la princesse russe*. Prévus pour fin 2009, *Louis et le jardin des secrets* ainsi que *Vent d'aventures*, en 2010.

*Un chèque des 1500€ est remis par la Ville au lauréat.



Le secret de grand-oncle Arthur

De Véronique Delamarre – Oskar Jeunesse
Grand-oncle Arthur est décédé. A ses trois arrières-petits-cousins, il lègue son chien Balou et un étrange secret, avec la complicité de son notaire. Car pour avoir la clé du mystère, les enfants devront résoudre pas à pas de nombreuses devinettes...



- ✓ **Noé**
De Claire Clément – Bayard jeunesse
- ✓ **Un cow-boy dans les étoiles**
De Claire Mazard – Seuil jeunesse
- ✓ **Les bizarres**
De Valérie Sigward – Syros
- ✓ **Caroline Cornélia**
De Nathalie Kuperman – Ecole des loisirs
- ✓ **Chère Madame ma grand-mère**
D'Elisabeth Brami – Nathan
- ✓ **Le journal de Zoé Pilou à Cuba**
De Christelle Guenot – Mango

Un nouveau parc



dans ma ville



“Dans le cadre de notre action au sein du Conseil de Ville des Enfants, nous avons choisi de faire un reportage sur le parc urbain du Pouverel. Un parc pour tout le monde où la nature est reine.”

Lou, Charline, Lilas et Esther.

Mercredi 20 mai, nous avons visité le futur parc urbain du Pouverel. Nous y avons rencontré les différents responsables de cet aménagement d'un hectare et demi, au cours d'une réunion de chantier. Mme Chabot-Delplace, adjointe à l'environnement et Patrice Racca, responsable des espaces verts, nous parlent de cette création tournée vers l'environnement.

Lou : Pourquoi avez-vous voulu faire ce parc ?

Mme Chabot-Delplace, adjointe à l'environnement : *"La nature doit être omniprésente. Nous souhaitons que petits et grands profitent d'un espace de détente et de verdure à proximité de chez eux."*

Charline : Quelles espèces allez-vous planter ?

"La Ville s'engage quotidiennement pour le développement durable et la préservation de l'environnement, c'est pourquoi, des espèces méditerranéennes seront plantées : 12 oliviers bicentenaires, de grands caroubiers, des vignes, des amandiers... embaumeront bientôt ce beau jardin. Toutes ces plantes consomment peu d'eau, nous avons d'ailleurs choisi un système d'arrosage avec une eau non traitée."

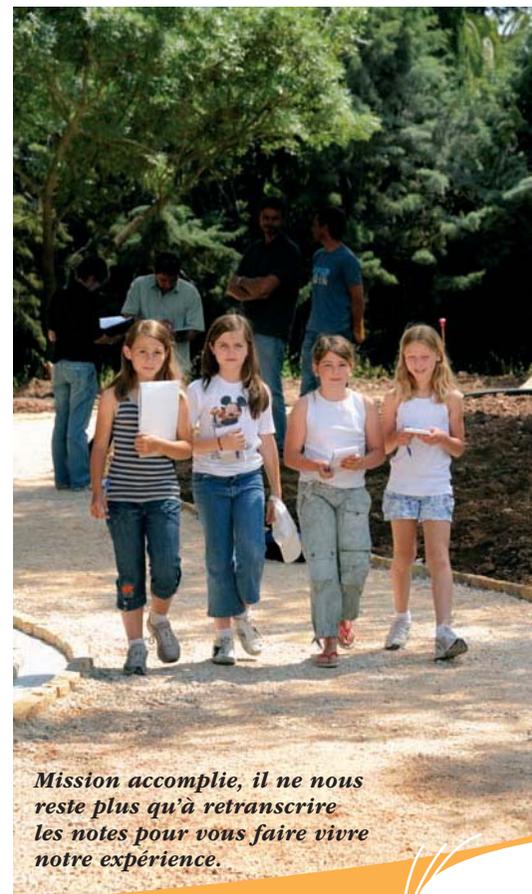
Lilas : Quand pourrons-nous nous y promener ?

"Les intempéries du printemps dernier ont retardé quelque peu les travaux, mais le parc sera terminé à la fin du mois de juillet."

Esther : Qu'avez-vous prévu pour les enfants ?

"Il y aura des jeux originaux, un kiosque et de grands espaces pour s'amuser."

Nous sommes contentes que cet endroit qui n'était pas exploité, devienne un joli parc aménagé pour petits et grands. Il est situé près de la maison médicalisée, ce sera comme une fenêtre sur le monde pour les personnes âgées du Mas de Senes. Nous avons hâte de découvrir le parc une fois terminé.



Mission accomplie, il ne nous reste plus qu'à retranscrire les notes pour vous faire vivre notre expérience.

Un été à Sainte Marguerite

Entre soirées de musique classique et grandes tablées populaires, en juillet, le quartier du littoral révèle tout son charme.

A la belle étoile...

La Ville de La Garde, dans sa volonté de rendre accessible la culture à tous, s'associe avec "Accord en Scène" à l'occasion des Nuits du Mas pour deux concerts en plein air, pour le plus grand bonheur des amateurs. Les 16 et 24 juillet, le Mas de Sainte Marguerite est l'écrin de somptueuses soirées de musique classique. Prenez place sous les pins parasol et laissez-vous porter... Le jeudi 16 juillet, dès la tombée de la nuit, les grillons se mêleront aux sonates de violon et piano de Mozart pour vous offrir une soirée idyllique. Vendredi 24 juillet, le trio pour deux violons et alto d'Anton Dvorak, Zoltan Kodaly et François Rosse, vous émerveillera pour cette dernière nuit. Deux nuitées à savourer sous un ciel étoilé, seul ou accompagné.

Les Nuits du Mas, les 16 et 24 juillet à 21h au Mas de Sainte Marguerite, avenue Pierre Loti. Entrée libre et gratuite.

Renseignements : Service Culturel : 04 94 08 99 34



A la bonne franquette !

La fête de Sainte Marguerite est devenue en 30 ans, un rendez-vous incontournable. Saint-Margueritains et Gardéens se retrouvent au début de l'été, pour 3 jours de convivialité et de bonne humeur. "L'objectif est de resserrer les liens entre les Gardéens. C'est chaque année une réussite puisque 300 personnes se joignent aux réjouissances chaque jour" nous confie M. Delafosse, président du Comité Officiel des Fêtes. Au programme de cette grande fête de quartier, paëlla géante, bals, concours de boules, de belote ou encore de bridge et concert de l'Harmonie Mussou se dérouleront dans le vieux Mas et son parc du 17 au 19 juillet. La retraite aux flambeaux est un moment à ne pas rater, le cortège de lampions tenus par les enfants illuminera la nuit, depuis la chapelle jusqu'au Mas. Le temps suspend alors son vol et le quartier de Saint Marguerite dévoile toute sa splendeur. L'info en plus : c'est en 1795 que Sainte Marguerite est rattachée à la commune de La Garde.

Réservation jusqu'au 10 juillet pour la soirée paëlla auprès M. Delafosse du COF : 06 33 17 36 67 ou de l'association Renaissance du Vieux Mas : 04 94 36 29 48. Programme disponible.



Retrouvez
les grands moments
de votre été.
Des festivités à partager
sans modération...

En juillet, je fais ce qui me plait



Lundi 13 juillet à 21h15 **Soirée Celte**

8 musiciens et danseurs de
Celtic Legends,
place de la République

Les jeunes artistes de Galway,
Dublin et Belfast conjuguent
durant deux heures
le tempo impétueux des claquettes,
la grâce de la danse, la rythmique
frénétique de la musique et la mélodie
bucolique des ballades
irlandaises.

Mardi 14 juillet

Fête nationale

Bal à 19h, place de la République et spectacle pyromélodique
"La révolution française et le siècle des lumières" à 22h30.

Les 16 et 24 juillet à 21h

Les Nuits du Mas, concerts de musique classique au Mas de
Sainte Marguerite (voir détail page 8)

Du 17 au 19 juillet

Fête de Sainte-Marguerite

Le 17, soirée paëlla à 21h, suivi d'un bal jusqu'à 1h.

Le 18, soirée grillades à 20h30, retraite aux flambeaux avec fanfare
à 21h.

Le 19, dépôt de gerbes à 9h30, messe à 10h30, concert Harmonie
Mussou à 11h30, apéritif offert par la municipalité à 12h30.



Nocturnes provençales

Samedi 18 juillet à partir de 18h

Nocturnes provençales

Un marché à la belle étoile, ça vous tente ? Samedi 18 juillet et mercredi 26 août, La Garde accueille pour la première fois les Nocturnes provençales. Une vingtaine d'exposants vous propose des produits du terroir et des pièces artisanales. De quoi rapporter des souvenirs de vacances pour toute la famille !



Dimanche 19 juillet à 21h30

Rencontres Folkloriques Internationales et Couleurs du Monde

présentent danses et musiques folkloriques du Pérou et folklore provençal avec "La Farigouleto", sur la place de la République

Dimanche 19 juillet de 9h à 19h

Contest skate board

au skate parc



**Mercredi
22 juillet
à 21h**

Sheila en concert

Place de la République

L'idole de toute une génération est à La Garde ! Plus que toute autre chanteuse, Sheila a su toucher le cœur des français. Elle fête cette année, 45 ans de carrière avec des centaines de tubes et de refrains qui nous ont marqués. Un rendez-vous d'amour et d'amitié à ne pas manquer !

Retrouvez prochainement dans La Garde Hebdo, une interview exclusive de Sheila.

Vendredi 24 juillet de 21h à 1h

Soirée DJ

Parking Guy Môquet 2

... et en août ? Ça



Un petit bonbon ?

Acidulé, sucré, fondant, pétillant... Le Kality Street rouvre sa boîte à bonheur pour les fans de musique de dub, de cuivres et même d'accordéon ! Une 9^e édition haute en couleurs et à travers La Garde.

Le 31 juillet

Kabbalah, LA découverte du Printemps de Bourges, vous fera vibrer aux sons yiddish, rock, orientaux et afro-américains.

La voix de **Djazia Satour** vous entraînera dans un long voyage à la rencontre du blues et des sonorités arabisantes.

Meï Teï Shô : un concert rythmé d'une basse et d'une batterie. Vibrations éclectiques jusqu'au bout de la nuit !

Le 1^{er} août

BATpointG, l'Homme accordéon
Accordéoniste, auteur-compositeur au sein du projet Grosses Papilles, Baptiste a ainsi réalisé, avec ses acolytes, 4 albums et près de 500 concerts en France et en Europe.

Les fils de Teuphu

Ils reviennent cette année avec leur nouvel album "Camping Sauvage". toujours la même formule : trom-

pette/trombone, sax baryton, banjo, batterie, et pour la basse : une pou-belle ! Le tout donnant des chansons simples, ironiques ou absurdes sur un ton volontairement léger !

Beat Torrent

Aux commandes de cette fin de soirée, avec un nouveau show incluant de la vidéo, pour enflammer le dance floor !

Big drum

Cette installation pluridisciplinaire, présente les deux jours, se mettra en action entre chaque changement de plateau... Un mix entre ?uvre d'art collective signée par 6 plasticiens, à base de matériau de récup', et une véritable moissonneuse batteuse !

Expo photo par Coline Vauchelle Hall de la Médiathèque

Venez découvrir les émotions d'un festival à travers le regard d'une photographe qui a saisi des moments magiques sur le Kality...

Billetterie

Exposition : Entrée libre
Projections : 2,5€ - Offert avec l'achat d'un pass week-end.
Soirée : 13€ en prévente - 15€ sur place
Pass Week-end : 20€ en prévente - 22€ sur place
Les billets sont en vente dans tous les points de location habituels.

Horaires

19h30 - Fermeture du site à 2h30 chaque soir.
Dès votre arrivée, allez échanger vos euros contre des Tagada, LA monnaie du Kality !

Les concerts se tiennent sur l'esplanade Guy Môquet II

Le 8 août

Concert sur le parking Guy Môquet II de 21h30 à 1h du matin avec le service jeunesse.

Le 15 août

Grand bal de l'Assomption à 21h, sur la place de la République.

Le 21 août

Soirée DJ, parking Guy Môquet II, de 21 à 1h du matin.

continue !

musique du monde, de hip-hop, de jazz, de jazz, de jazz... Mmmmm ça va être délicieux !

Oyé ! Oyé !

Il y a des moments dans l'année, que l'on attend avec impatience... Des moments que toute une ville partage : du 5 au 9 août, les Nocturnes Médiévales vous emportent au cœur de l'Histoire, de 20h à minuit.

L'inauguration aura lieu le 5 août à 19h45, avec le départ du défilé depuis la place Adrien Barthélémy. S'en suivront cinq soirées de rêve et de féerie ! Le Camp sarrasin tenu par l'association "Les Sables d'Or" : musique, restauration et danses ... Tous les soirs, sur le parking G. Philippe dès 20h30, laissez-vous emporter par "les Tournoiments du Clos des Charmes", avec des chevaliers du XIII^e siècle, des archers, des tisserands, des jeux en bois et l'exposition d'une maquette au 1/72^e reconstituant un château médiéval.

Le 26 août

Nocturnes provençales, de 18h à minuit, place de la République.

(voir détail page 11)



Le 30 août

FAOB !

4 lettres qui résonnent comme une invitation à éveiller nos papilles. Ail, Oignon et Boudin

seront à la Fête en cette fin de saison estivale. David Martin, LE chroniqueur gastronomique, sera présent en terre gardéenne...

De 9h à 18h, notre centre-ville étalera mille saveurs rien que pour nos palais ! Produits du terroir et découverte des autres régions, la FAOB réglera les gourmands. A noter également, le marché aux puces qui se tiendra toute la journée, avenues Sadi Carnot et Marx Dormoy.



Le marché commercial et médiéval, avenues G. Péri et B. Autran : peintures chinoises et japonaises ; confections de bijoux ; peinture, modelage et porcelaine avec les "Artistes Gardéens" ; broderies artisanales et boutis provençaux avec "Mouliné, Perles et Cie." et beaucoup d'autres artisans et producteurs.

A travers la ville...

Nombreuses seront les associations à participer aux Médiévales. Certaines proposeront des jeux, d'autres des ateliers artistiques ou encore des pièces de théâtre... Des artistes seront présents également pour distiller leur savoir-faire dans les rues de la Vieille Garde. Cinq soirées pour remonter le temps et découvrir votre cité à la lumière des feux de camps et aux sons des musiques d'antan.

Renseignements et programme complet à la Maison du Tourisme, 04 94 08 99 78 et sur le www.ville-lagarde.fr



Retour vers le passé...



Rencontre avec Marie Vérada qui fut le régisseur général, pendant quatre ans, des spectacles nocturnes des Médiévales. Cet été, elle va mettre en scène ces nocturnes : rien que pour vos yeux ! *“Je connais tous les artistes, c'est un véritable atout pour moi. Lorsque l'on m'a proposé de mettre en scène, pour la première fois, ces nocturnes, j'ai vu dans cette offre un formidable cadeau ! Monter ce spectacle doit être fait dans un état d'esprit spécifique : chacun a son talent, sa compétence et sa particularité. Mais tous ont envie de se surpasser ! J'ai écrit un scénario en me basant sur ma formation première : la traduction littéraire ancienne. J'ai donc voulu apporter ma touche personnelle en distillant des mots en vieux français, pour plonger le spectateur au cœur de cette époque magique. Sur scène cavaliers, écuyers, acteurs à pied, musiciens, professionnels du feu, sans oublier les loups vous feront remonter le temps...”*

Parking Gérard Philippe, tous les soirs, du 5 au 9 août :
Spectacle " les Tournoiments du Clos des Charmes " de 20h30 à 22h
Spectacle musical de 22h15 à 22h20
Spectacle "les Tournoiments du Clos des Charmes"
de 22h20 à 23h50

Final musical de 23h50 à minuit
Camp des chevaliers du 13^e Siècle de 20h à 24h :
archerie, facteur d'arcs et vente d'arcs, tisserand, jeux en bois et calligraphie,
exposition d'une maquette au 1/72^e reconstituant un château médiéval.

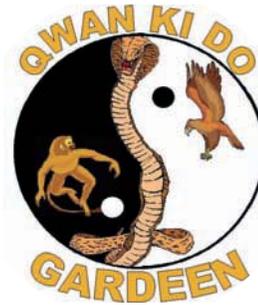
Féeries vénitiennes, féeries médiévales !

Février 2009, comme chaque année, depuis 19 ans, Mme Ingrassia se rend en famille au Carnaval de Venise. Pour cette costumière qui participe aux Nocturnes Médiévales et tient l'enseigne "la malle aux costumes" : *"Venise est une ville merveilleuse, connue dans le monde entier et pourtant la cité lagune jouit d'un petit côté village, tout le monde se connaît et nous aimons retrouver les vénitiens pour 10 jours de fête"*. Cette année aura pourtant été différente des autres pour la famille Ingrassia. En arborant fièrement des costumes fait uniquement de pièces chinées ou recyclées, Catherine, son mari et son fils, ont choisi de parader dans les rues revêtus de haillons, avec pour fer de lance la protection de notre planète. Sensible au thème de la préservation de l'environnement, la Ville de Venise, a remis le 3^e prix du plus beau costume, aux Gardéens écolos.

Pendant les Nocturnes Médiévales, venez danser avec la troupe Morescarole (représentation à 20h, 21h et 22h) place de la République



Trouver la voie...



Le club de Qwan Ki Do Gardéen a clôturé sa saison 2008/2009 de la plus flamboyante des façons. Coupe du meilleur club technique, nombreuses récompenses individuelles dans différents tournois... Partez à la rencontre de cet art martial ancestral.

Un brin d'histoire...

Le Qwan Ki Do, la voie de l'énergie vitale, est un art martial sino-vietnamien. Il trouve son origine dans d'anciennes techniques d'arts martiaux dont les racines plongent jusqu'en 2500 avant notre ère. Le Qwan Ki Do provient, en partie, de quatre grandes écoles dont la plus célèbre, celle des moines Shaolin.

En terre gardéenne...

Une trentaine de licenciés a rejoint le club qui a ouvert ses portes en 2000.

A sa tête, Antoine Carrasco : *"la réussite formidable de notre club tient tout simplement à la compétence et au sérieux de l'enseignement dispensé"*. Cet ancien

chef d'orchestre accompagne, dirige et enthousiasme ses élèves. En 1982, il rencontre Phan Xuan Tong. *"Il est le Maître du Qwan Ki Do, 8^e Dan d'Etat. Cet homme vibre pour son art, ce fut un grand honneur de recevoir de ses mains mon diplôme de Maître Enseignant. Notre discipline est la synthèse des arts martiaux vietnamiens alliant l'efficacité et la tradition, avec les techniques de combats et d'autodéfense les plus efficaces. C'est aussi un ensemble très riche de techniques de déplacement, de frappe, de projection, de balayage, de saut ainsi que le travail des armes traditionnelles. Cet art est profondément influencé par la philosophie chinoise du Dao et tente d'unir la force physique pure à l'énergie."*

Antoine Carrasco est secondé par Magali Libouban, elle aussi élève du Maître, et par Geoffrey Marguerite, *"il est la relève du Qwan Ki Do, un athlète à suivre..."*

Meilleur club technique 2007/2008/2009

Cette coupe consacre trois années de travail. Une réussite pour le club tout entier qui s'est illustré en Coupe de Ligue PACA, en Coupe Zone Sud et en Coupe de France ! Les qualités de l'élève ? *"Persévérance, confiance en soi, ni vanité, ni orgueil et se sentir prêt à forger son corps et son esprit dans le respect de l'Autre ..."* Dès 7 ans, les plus jeunes peuvent s'initier à cet art ancestral et y trouver la voie...

Qwan Ki Do Gardéen 06 50 26 47 21 ou 06 19 33 02 78
Entraînements à Guy Môquet I et II



Vive les vacances !



Le soleil, la mer, la montagne, la campagne ou simplement chez soi en famille dans son jardin... L'été se passe ainsi pour bon nombre d'entre nous. Quid d'un été serein, avec le CLIPS !



Au bord de l'eau ou au sommet d'une montagne, les effets du soleil sur la peau sont bénéfiques à court terme, mais peuvent être négatifs à long terme. Un coup de soleil est une action toxique des rayons ultraviolets de type B sur les cellules de l'épiderme. Pour les éviter, vous devez vous exposer de manière progressive et utiliser des filtres et écrans solaires. Rappelez-vous que, pour être vraiment efficaces, ils doivent être appliqués toutes les deux heures et n'oubliez pas de renouveler l'application après un bain. Crème solaire, chapeau, pensez également à vous protéger les yeux ! L'eau réfléchit 5 à 10 % des UV, le sable 20 %... Il faut donc filtrer les UV en choisissant correctement vos lunettes. Les verres doivent s'opposer au passage des UV, respecter les couleurs le plus fidèlement possible (notamment pour la conduite automobile), protéger les yeux des chocs et avoir une bonne qualité optique. Assurez-vous que vos lunettes portent le marquage CE et la catégorie de protection de 0 à 4.

Pensez également à vous hydrater. L'eau est indispensable à notre organisme, un litre et demi d'eau chaque jour, c'est bien... Il faudra boire plus encore en cas de forte chaleur. Enfin, si vous partez en vacances dans les zones tropicales, il est conseillé de désinfecter l'eau avec des pastilles d'un dérivé chloré vendu en pharmacie ou de boire de l'eau minérale. Vous pouvez opter également pour les tisanes ou infusions en stérilisant l'eau par ébullition.

Sur la plage...

Direction l'anse Magaud ou les criques de San Peyre, le littoral gardéen vous accueille pour une baignade sportive, des jeux en famille ou entre amis. Après avoir vu l'importance de votre protection face au soleil, sachez que, dans l'eau, 9 accidents sur 10 ont pour origine des imprudences, des paris stupides ou un manque de préparation.

- Respectez les panneaux ou drapeaux de signalisation, les zones et horaires de baignade.
- N'allez jamais seul à l'eau et toujours progressivement.

- Ne surestimez pas vos capacités (surtout pour impressionner !).
- Renoncez à vous baigner après un repas copieux et arrosé.

Sous l'eau...

La plongée sous-marine attire chaque année de plus en plus d'adeptes. Le Var regroupe près d'une centaine de clubs de plongée ce qui en fait le 1^{er} département français avec pas moins de 400 000 plongées par an.

Un point sur la sécurité :

- Ne jamais plonger quand vous êtes fatigué et surtout pas seul,
- Effectuez des visites médicales régulières,
- Vérifiez votre matériel,
- Respectez scrupuleusement les paliers,
- En cas de problème, prévenez les secours : Cross en mer, pompiers ensuite, n'attendez jamais que "cela passe",
- Faites attention aux autres plongeurs et aux navires.



Sur la route

Qui veut voyager loin...

Avant de partir, avez-vous bien pensé à vérifier votre véhicule et votre itinéraire ?

Pensez à ceux qui sont sensibles à la chaleur (bébés, enfants, animaux domestiques...).

Enfin, prenez votre temps en faisant des pauses régulières.

FLASH INFO... FLASH INFO... FLASH INFO... FLASH INFO... FLASH INFO...

La saison des méduses, en cas de piqûre, utilisez du sable sec, du sel, du sucre afin de tamponner la plaie délicatement. Généralement la douleur disparaît rapidement. Terminez en nettoyant délicatement avec de l'eau de mer après une attente d'environ 10 à 15 minutes. N'utilisez pas d'eau douce et ne frottez pas car cela pourrait produire une diffusion supplémentaire du venin.

Invités surprises : **les moustiques**. En cas de piqûre, il suffit d'appliquer un peu d'eau vinaigrée ou une pommade calmante. A défaut, un peu de salive suffit. Si vous y êtes allergique, la prise de médicaments antihistaminiques et l'application de crème aux corticoïdes est indispensable. Mais attention, uniquement sur prescription médicale ! Vous devez absolument vous protéger dès la tombée de la nuit avec des

vêtements couvrants, des moustiquaires et des produits répulsifs.

Les points de fraîcheur gardéens ? De nombreux lieux climatisés se trouvent dans toute la ville et sont à votre disposition. Supermarchés, cinémas, musées, la salle Gérard Philipe, la Médiathèque, le foyer des anciens, le foyer logement Marie Curie, la salle de danse de La Planquette, la salle du Conseil municipal ainsi que l'EHPAD... Vous pouvez également profiter des fontaines et points d'eau disséminés à travers La Garde : centre ville, Vieille Garde, Planquette, Ste Marguerite...

Info canicule

CCAS : 04 94 08 98 34

**Et le numéro d'appel gratuit :
0800 06 66 66**

Ressourcez-vous

Profitez du beau temps pour arpenter les sentiers bucoliques... Chapeau, baskets et bouteille d'eau seront vos meilleurs alliés pour découvrir le littoral varois.

Suivez le Sentier du littoral

De Six-Fours à Hyères en passant par les Iles d'or, le sentier du littoral s'étend sur près de 84 km offrant un paysage d'une richesse rare et la mer à perte de vue. Pour vous orienter, le guide "Sentier du littoral", réalisé par la Communauté d'agglomération TPM, est disponible dans tous les offices de tourisme. Près d'une vingtaine de randonnées thématiques s'offre à vous !

Plus d'infos : www.tpm-agglo.fr

La Garde sur Mer

L'Anse Magaud est l'endroit idéal pour passer une journée en famille ou entre amis en toute sécurité. Les pompiers occupent le poste de secours durant toute la saison estivale tous les jours de 10h à 19h, jusqu'au 6 septembre. Un sentier sous-marin vous permettra de découvrir toute la beauté du monde du silence. Après votre exploration dans les eaux turquoises, vous pourrez faire une escale chez Bernard pour déguster sa fameuse bouillabaisse...

Pour s'y rendre : prendre le rond-point Magaud entre les avenues de la Résistance (Cap Brun-Toulon) et du Commandant Houot, un petit sentier vous mènera jusqu'à la plage.

Poste de secours : 04 94 48 82 24

Plus sauvage, l'Anse San Peyre abrite un petit village de pêcheurs où la sérénité et la joie de vivre sont les maîtres mots. Ce petit îlot de tranquillité abrite la grotte des amoureux à découvrir en kayak... ou simplement à la nage.

Pour s'y rendre : empruntez le petit chemin face à la chapelle Sainte Marguerite.



Musée de la Mine de Cap Garonne et son nouveau sentier

Au sein d'un massif forestier unique surplombant la Méditerranée, le Musée de la Mine a ouvert son nouveau sentier de 1,2 km. L'histoire et la nature s'entremêlent dans cet endroit magique pour offrir un paysage époustouflant : vous y découvrirez la Pradetensis, une petite fleur uniquement présente sur les hauteurs de la Colle Noire.

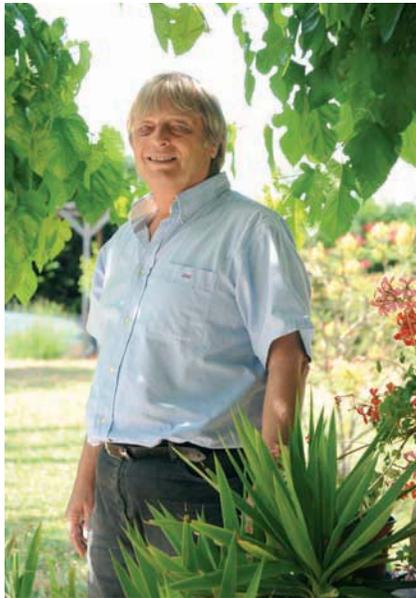
Plus d'infos sur : www.mine-capgaronne.fr

Maison du Tourisme
Place de la République 04 94 08 99 78
www.ville-lagarde.fr

Reflets azurs

Un antiquaire féru de céramiques publie un premier ouvrage qui s'impose déjà comme une référence. C'est à l'ombre des mûriers que le Gardéen Jean-Claude Martin, nous conte l'âge d'or de la céramique.

Côte d'Azur, années 1950. Un paysage idyllique où s'installent de nombreux artistes : dans les rues, on croise Cocteau, Picasso, Le Corbusier, Chagall, Aragon, Prévert, Matisse... Beaucoup d'entre eux sont descendus chercher de nouvelles inspirations, ils s'éprennent de la céramique et feront de cette technique artisanale, un art majeur où se reflètent les paysages méditerranéens.



L'arrivée de Picasso en 1948, fut à l'origine d'une formidable synergie : bientôt Chagall vint lui aussi à Vallauris, Léger à Biot, Mirò à Saint Paul et Matisse à Vence... La Côte d'Azur est l'endroit où la création artistique prend tout son sens et les années 50 consacrent l'âge d'or de la faïence. C'est à cette céramique ornementale que s'est intéressé Jean-Claude Martin. Il relate dans un précieux ouvrage "*Les marques et signatures de la céramique d'art de la Côte d'Azur*" et rend hommage à tous ceux qui travaillent la terre depuis le XVI^e s : potiers, décorateurs, céramistes...

"Ce livre est le fruit de 6 années de travail, on y trouve plus de 1400 références agrémentées de photos, de cartes postales anciennes et des étiquettes d'époque. Mes recherches m'ont amené à partager la vie de ces familles de céramistes, de Bandol à Monaco. Grâce à leur soutien, cet ouvrage a pu voir le jour. Je reçois de nombreux témoignages d'amitié pour avoir mis ainsi en lumière, le talent de ces artisans-artistes."

"Marques et signatures de la céramique d'art de la Côte d'Azur" Jean-Claude Martin, aux éditions Sudarènes (disponible à La Médiathèque).



Clément Massier sublime l'Art nouveau

La famille Massier est incontournable lorsque l'on évoque la céramique à Vallauris. A l'origine de la faïence émaillée et de la technique du lustre métallique, Clément Massier (1845-1917) possède d'importantes manufactures de faïences dans les années 1900. Le musée Jean Aicard/Paulin Bertrand à La Garde dispose d'une collection permanente de pièces exceptionnelles de l'artiste, ami de Jean Aicard et du peintre Paulin Bertrand. Une exposition lui est consacrée jusqu'au 28 novembre, en collaboration avec le Musée de Vallauris.

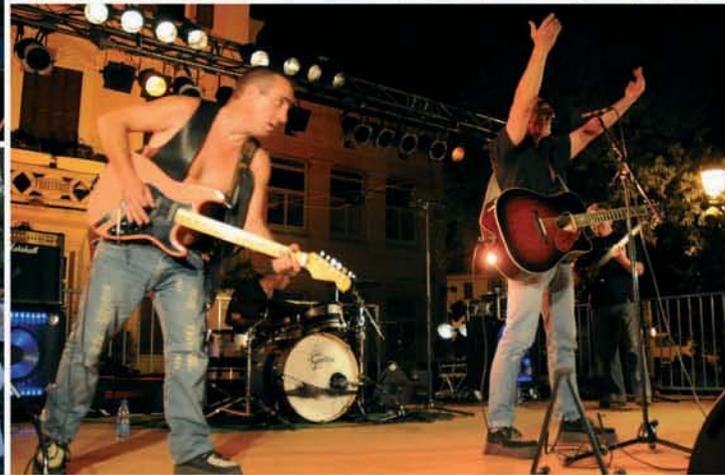
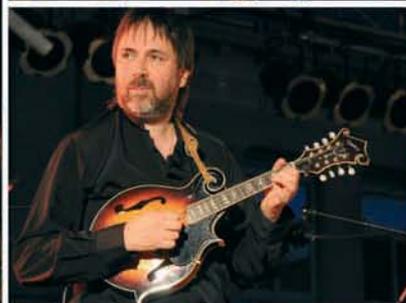
***Exposition Clément Massier,
jusqu'au 28 novembre
au Musée Jean Aicard/Paulin Bertrand
Villa les lauriers roses, quartier du Pouverel
705 avenue du 8 mai 45 - La Garde
Tel : 04 94 14 33 78***





Jeux aquatiques

Fête de la musique



GROUPE ENERGIES ET COMPÉTENCES

Pour La Garde, il faut tenir bon !

“Nos représentants ne nous entendent pas”, un refrain récurrent, qui s'avère bien souvent et malheureusement exact.

Et pour preuve à la Garde : pas de concertation pour supprimer un trottoir et y faire des places de parking chemin de Rabasson ; pas de concertation préalable non plus à la fermeture de l'accès au lavoir de la Vieille Garde ; des quartiers sont laissés à l'abandon par une majorité municipale sourde aux appels de ses habitants ; les mobilisations citoyennes ne trouvent aucun écho chez cette même majorité...

Voilà une situation bien réelle, sous le Rocher. Nous, élus de la République, ne pouvons fermer les yeux, ni rester sourds à l'inquiétude des Gardéens.

Nous devons rester vigilants et avancer tous ensemble pour notre commune.

- Rendons les colonnes d'affichage libre aux associations gardéennes, pour leur redonner la parole et par là même enrayer l'affichage sauvage.
- Mettons les grands projets d'intérêt commun en débat, tels que la Ligne à Grande Vitesse et le tramway, au lieu d'en faire des sujets tabous.
- Réunissons le Conseil municipal régulièrement pour une gestion efficace et démocratique de la commune, et non une fois tous les 4 ou 5 mois.
- Ouvrons les Nouvelles Technologies aux associations : contactez vos élus d'Energies et Compétences, notre site est à Votre service. Peut-être celui de la ville le sera également.
- Rendons la parole à tous les Gardéens, y compris ceux qui ne partagent l'avis de la majorité en place : pourquoi ne pas laisser, comme la législation l'impose, une pleine page d'expression libre à l'opposition ?

De quoi M. le Maire de la Garde a-t-il tant peur pour faire de la liberté d'expression et d'opinion un souvenir lointain ?

Ensemble, tournons cette page avec Energies et Compétences.

*Joël CANAPA , Vice-président du Conseil régional
Frédéric FETIS – Sophie REYNAUD - Patrick GRUAU
Monique THOMAS - Bernard GULLO – Hélène MONNIE
Manuel FALASCHI*

LE GROUPE DES ÉLUS DE LA MAJORITÉ MUNICIPALE

Petite démagogie estivale...

Au fil de la lecture mensuelle de la page du groupe minoritaire, on acquiert rapidement la conviction que ses membres n'habitent pas La Garde. Après tout, c'était le cas de certains de leurs colistiers... A en croire la page de ce mois-ci, il ferait meilleur de vivre en Corée du Nord sous la férule de leurs camarades communistes plutôt que dans notre commune...

Depuis 2001, l'opposition s'exprime librement dans la presse municipale, des commissions extra-municipales ont été créées, un conseil municipal des jeunes également, des concertations sont organisées sur tous les projets structurants (pour les reconstructions des écoles, par exemple les équipes pédagogiques, les parents d'élèves ont toujours été associés aux projets), des points internet gratuits en libre accès ont été installés, les associations ont une Maison et des services qui leur sont entièrement dédiés, elles perçoivent plus de 2 millions d'euros de subvention par an, etc. Voilà ce que peuvent observer en toute objectivité, et quelles que soient leurs sensibilités, les personnes qui habitent et qui vivent réellement à La Garde.

Bien entendu, nous ne nous attendons pas à ce que l'opposition souligne la maîtrise de gestion de la commune. La Garde dégage des excédents années après années, maintient ses taux d'imposition quand ils sont partout en hausse, investit avec constance plus de 10 millions d'euros par an, renforce la part des services publics dédiés à l'aide à la personne, offre des équipements de qualité.

Loin de se contenter de ses résultats, la majorité exploite toutes les sources de progrès, poussant toujours plus loin son chemin consacré au développement durable. Par 2 fois, Jean-Louis Masson a été élu sur une Charte de Développement Durable. Dès 2001 déjà, l'écologie urbaine teintait le programme électoral en accordant une place centrale aux enfants, aux femmes, aux hommes dans leur environnement citadin. Voilà, des débats cruciaux sur lesquels nous devrions échanger avec l'opposition. Mais fautes d'idées, elle souhaite placer l'échange sur le terrain de la démagogie plutôt que sur celui de la démocratie.

Bon été à chacun d'entre vous...

LA LÈBRE GIGANTO DÓU MOUNT FAROUN

Èro un còup uno lèbre giganto qui menavo uno vido uroua sus lei pendo abouscasido e óudouranto de Faroun. La bèsti èro tant bello que si n'en parlavo fin qu'à vint luego alentour. De bèu de n'auvi dire sa bèuta e sa grando taio, mant que d'un pantaiovon de l'apercebre au bescountour d'uno draio, vo d'un valat ensouleia.

Es ensin qu'un jounenome de l'encountrado, que de còup que l'a, avié pas crenuto de bracouneja, si boutè dins la tèsto que la lebrasso dóu pèu rous abelirié bèn soun pou-tàgi de cade jour.

Adounc anè sus la coualo dei cènt perfum de garrigo, perfin d'espíncha, escoundu darrié un roucas, sa predo estraourdinàri.

A l'ouro de la machoto, auvissè un brut estrange. Aurias di quaucun que gouivo. Destriè alor au rai de la luno, la siloueto dóu gigant quadripède. Mai, espanta si rendè comte que la pauro bèsti avié de pato despariero. Lei douas pato de gauchò èron rou-sigado e bèn mai courteto qu'aquélei de drecho, acò s'aprenié de segur que la lèbre devié courre toujours dóu mume coustat de la coualo.

Si boutè alor à perpensa : "coumo faire pèr agata lou fabulous animau gouiou ?"

Tout à-n-un còup aguè 'n' idèio estraourdinàri !

Quatecant anè trouba un pescadou, e li demandè de li presta un fielat. Estouna 'quéu d'aqui vouguè saché ce que n'en voulié faire. D'en proumié leis esplico dóu cassaie espantèron toutei lei papet que si caufavon au soulèu sus lou port, mai puei toutei s'estrassèron dóu rire.

"Pecaire ! Cassa 'no lèbre giganto emé de ret, acò s'es jamai vist, diguèron, de segur a panca fini de barrula !"

Pamens nouaste tracaïre, èro segur de realisa soun pantai. Ailas, li agué ges de casso fabuloua. Quouro la lèbre toumbè dins la leco tesado, soun gigantisme e soun pes estrassèron lei maio dóu fielat e la bèsti s'escapè en gouiant à la grando deçaupudo dóu cassaie. !

Es pèr acò que despuei si dis de quaucun que courre à l'après d'un pantai, "Aquéu espèro d'aganta la lèbre de Faroun".

LE LIÈVRE GÉANT DU MONT FARON

Il était une fois un lièvre géant qui menait une vie heureuse sur les pentes boisées et odorantes du Faron. La bête était si belle que l'on en parlait jusqu'à vingt lieues à la ronde. A force d'entendre parler de sa beauté et de sa grande taille, plus d'un rêvaient de l'apercevoir au détour d'un sentier, ou d'un fossé ensoleillé.

C'est ainsi qu'un jeune homme des environs, qui quelquefois n'hésitait pas à braconner, se mit en tête que ce grand lièvre agrémenterait bien son potage quotidien.

Donc il alla sur la colline aux cent parfums de garrigue, afin d'épier, caché derrière un gros rocher, sa proie extraordinaire.

A l'heure de la chouette, il entendit un bruit étrange. On aurait dit que quelqu'un marchait en boitant. Il distingua alors au clair de lune, la silhouette du gigantesque quadripède. Mais très étonné, il se rendit compte que la pauvre bête avait des pattes de longueurs différentes. Les deux pattes de gauche était rongées et bien plus courtes que celles de droite, cela venait sûrement du fait que le lièvre devait courir toujours du même côté de la colline.

Il se mit alors à réfléchir : "comment faire pour attraper le fabuleux animal boiteux ?"

Tout à coup il eut une idée extraordinaire !

Sur le champ il alla trouver un pêcheur, et lui demanda de lui prêter un filet. Etonné celui-ci voulut savoir ce qu'il voulait en faire. Au premier abord les explications du chasseur surprirent tous les papets qui se chauffaient au soleil sur le port, mais après tous s'esclaffèrent.

"Pecaire ! Chasser un lièvre géant avec des filets, cela ne s'est jamais vu, dirent-ils, il n'a pas encore fini de courir !"

Pourtant notre traqueur, était sûr de réaliser son rêve. Hélas, il n'y eut pas de chasse fabuleuse. Quand le lièvre tomba dans le piège tendu, son gigantisme et son poids déchirèrent les mailles du filet et la bête s'échappa en boitant à la grande déception du chasseur !

C'est pour cela que depuis, on dit de quelqu'un qui court après un rêve irréalisable, "celui là espère attraper le lièvre du Faron".

Jaume Couloubrié

Bonjour les bébés

Nous avons le plaisir de vous annoncer la naissance de :

Ambre Ammar le 24/03 – Amélia Leclerc--Bergerat le 09/05 – Bastien Sicot le 11/05 – Ilana Mandic le 12/05 – Loukian Morello le 14/05 – Makram Zellou le 16/05 – Emilie Girard le 16/05 – Max Letouzè le 22/05 – Emma Silva le 22/05 – Florian Lombard le 27/05 – Roméo Allibert le 28/05 – Quentin Hauvuy le 29/05 – Alban Audureau le 30/05 – Titouan Robin le 01/06 – Lucas Robin le 01/06 – Samuel Ronchard le 01/06 – Thomas Feneuille le 01/06 – Léo Max le 02/06 – Joshua Barry le 05/06 – Arnaud Carrara le 05/06 – Sohan Bayeurte le 06/06 – Clara Devillers le 07/06

Un livre dans le berceau

La bibliothèque est heureuse d'offrir aux nouveau-nés, leur premier livre (présentez-vous munis du livret de famille).



Ils s'aiment

Nous avons le plaisir de vous annoncer le mariage de :

Le 16/05 : Fairouze Lamarti et Abdelatif Gaïdi – Souade Kajjouä et Damien Harter – Gwenola L'Hôte et Sébastien Tani

Le 22/05 : Sylvie Eynaud de Faÿ et Christophe Chanonier

Le 30/05 : Virginie Sans et Anthony Frulio

Le 06/06 : Agnès Bruno et Olivier Lachaize

Le 09/06 : Marie-Annick Kergil et Jean-Jacques Grandmanche

Le 10/06 : Lucienne Sollaris et Dominique Bousseau

Le 13/06 : Delphine Poisson et Ludovic Corseau – Flore Maudric et David Dufourcq – Sandrine Brun et Erradi Ftouha – Catherine Berbegal et Joseph Licia – Aurélie Febvre et Sébastien Pielawski

Ils nous ont quittés

Nous présentons nos condoléances aux familles et amis de :

Michel Albenga le 25/04 – Mimoun El Mastoli le 17/05 – Danielle Muzj le 18/05 – André Rodriguez le 20/05 – Danielle Butteri le 20/05 – Henri Clérici le 27/05 – Emile Suire le 27/05 – Madeleine Scarpati née Trinquier le 28/05 – André Laravine le 28/05 – Roger Couderc le 31/05 – Henriette Le Gastellois née Cadoret le 05/06 – Marguerite Bonet née Santacruz le 06/06 - Lucienne Samier née Delpit le 09/06 – Louis Chastang le 10/06 – Marc Gani le 12/06 – Christiane Gomar née Melenotte le 14/06

Savourer l'été à La Garde

Fête de la musique

21 juin

Starmouv'

26 juin

Les Nuits du Mas

27 juin . 16 et 24 juillet

Dans'trad

2 au 4 juillet

Soirée celtique

13 juillet

Nocturnes provençales

18 juillet . 26 août

Sheila en concert

22 juillet

Kality Street

31 juillet . 1^{er} août

Nocturnes médiévales

5 au 9 août

Foire à l'ail, à l'oignon
et au boudin

30 août



04 94 08 99 78

Maison du Tourisme

www.ville-lagarde.fr

