



Les Hivernales

SOMMAIRE

Page 2



- Champions !
- Informations municipales

Page 3



- Merveilleuses Hivernales
- Sport et Loisirs

Page 4



- Le plein d'énergie !
- Informations nutritionnelles
- Sortir

Favoriser la lecture

La Ville de La Garde dans sa volonté d'encourager les jeunes à s'épanouir à travers la lecture, a offert aux 260 élèves de CE2 un chèque-lire lors d'un goûter festif.

A l'initiative de monsieur le maire, les élus et les services municipaux (dont la Médiathèque et le service éducation) se sont mobilisés pour offrir aux enfants un chèque-lire d'une valeur de 10€. Le "Goûter des Mots" qui s'est tenu le 1^{er} décembre dernier a été l'occasion pour les enfants d'imaginer ce qu'ils allaient pouvoir acheter en librairie.

Clara et Léa, 8 ans, classe de Mme Aimar à l'école Maurice Delplace : "c'est super d'avoir un cadeau avant Noël, on va choisir un roman d'aventure chacune et on pourra se le prêter après." Les jeunes du centre de loisirs Henri Wallon et leurs animateurs avaient même réalisé pour l'occasion une affiche géante aux couleurs du "Goûter des Mots". Cette action plébiscitée par les enseignants et M. Cardon, inspecteur de l'Éducation nationale, s'inscrit dans une politique globale d'accessibilité à la culture pour le plus grand nombre et en premier lieu, les enfants.



La Garde, "Ville lecture"

Forte du label "Ville lecture", décerné par la DRAC en 1992, la Ville de La Garde a initié de nombreux projets comme le **Prix littéraire Jeunesse** avec le concours de la Médiathèque municipale. Chaque année, six ouvrages choisis par les bibliothécaires sont soumis au vote des élèves de CM2. L'auteur lauréat est alors invité à rencontrer ses lecteurs lors d'une journée d'échange et de partage en juin.

Médiathèque

Ouverture : mardi 10h-12h et 14h-19h, mercredi 10h-18h, vendredi 10h-12h et 14h-19h, samedi 10h-16h sauf les 24 et 31 décembre ouvert uniquement de 10h à 12h - 04 94 08 99 86
www.ville-lagarde.fr

Éducation et culture au menu du goûtez des mots !

25 nov. > 1^{er} janv.



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

Numéros d'urgence

SAMU : 15 - Pompiers : 18 - Police : 17
Police nationale : 04 94 75 88 88
Police municipale : 04 94 08 98 20
Enfance maltraitée n° vert national : 119
GDF dépannage sécurité : 04 94 41 41 00
EDF dépannage sécurité : 08 10 333 083
Urgence eau assainissement : appeler la mairie au 04 94 08 98 00

S.O.S médecins : 04 94 14 33 33

Plateforme des pharmacies de garde : 3237*
Accessible 24h/24h
*0.34€ TTC/min

Infirmier de garde : 04 94 21 68 11
M. Sola - Du 17 au 23 décembre
100, allées d'Aiguines

Numéros utiles

La Poste : 04 94 14 71 80
N° vert départemental : 0800 10 10 83
Mairie : 04 94 08 98 00
Mairie annexe Ste Marguerite : 04 94 48 85 76
Allo Mairie : 0800 50 59 92
Maison du Tourisme : 04 94 08 99 78
Resto du cœur : 04 94 08 30 42
Déchetterie : 04 94 14 04 92
Encombrants n° vert : 0800 21 31 41
Portage repas domicile : 04 94 08 98 83
Clic du Coudon : 0 825 30 14 14

INFORMATIONS MUNICIPALES

Réveillon St Sylvestre

Le C.O.F. de La Garde vous propose pour fêter le nouvel an un repas gastronomique dansant à 80€ : kir, assiette de foie gras, paupiette de saumon farcie, queues d'écrevisses, pavé de bœuf aux cèpes, fromage, entremet, café gourmand, champagne... dans une ambiance conviviale, Salle Mussou. Places limitées. Inscriptions jusqu'au 27/12, bureau du COF en mairie de 9h à 12h (mardi, vendredi et samedi). Info 06 65 78 92 82.

Inscriptions sur les listes électorales

Les personnes qui ne sont pas inscrites sur les listes électorales doivent demander leur inscription **avant le 31/12**. Les jeunes qui atteindront l'âge de 18 ans entre le 1^{er}/01/2012 et le 29/02/2012 peuvent demander leur inscription avant le 31/12/2011. Les personnes qui ont déménagé doivent se présenter pour la prise en compte de leur nouvelle adresse, le changement ne pouvant pas être opéré automatiquement. Pièces justificatives à fournir dans tous les cas : documents justifiant de l'identité, de la nationalité française (carte d'identité, passeport, décret de naturalisation, ...etc.) ou de celle de l'un des pays de l'union européenne. Documents justifiant d'une attache avec la commune, soit au titre du domicile, de la résidence, ou comme contribuable. Se présenter au Service Population 04 94 08 98 18.

Réseau Mistral

TPM point info mardi 3/01 devant l'Hôtel de ville pour des renseignements sur les horaires, itinéraires, la vente des titres magnétiques, recharge des cartes "Mistral" et possibilité de déposer des demandes de renouvellement ou la création de contrat profil.

Semaines à thèmes

Inscriptions dès le 16/12 de 19h à 21h lors de la soirée famille, salle Mussou et jusqu'au 10/02, du lundi au vendredi à la Maison de la Jeunesse, 18 allée Toulouse Lautrec 04 94 75 91 87 ou 04 94 21 60 64.

Enquête INSEE

• jusqu'au 23/12 : Enquête information et vie quotidienne afin de recueillir des données précises sur l'usage de l'information dans la vie quotidienne.

• jusqu'au 17/01 : Enquête Emploi par sondage au 4^e trimestre 2011. Permet de déterminer les personnes qui ont un emploi, sont au chômage, ne travaillent pas ou sont retraitées. L'évolution des conditions de travail, des parcours professionnels et la formation des personnes de 15 ans ou plus. Quelques ménages seront sollicités. Merci de votre accueil.

Fermeture BME

Plateforme et Mission Locale

Fermeture du 26/12 au 02/01/12 inclus Réouverture le mardi 3/01 à 8h30.

Recensement dialysés

Dans le cadre de travaux de réfection du réseau d'eau, des coupures d'eau imprévisibles peuvent avoir lieu 7j/7 et 24h/24. De ce fait, les personnes sensibles tels que les dialysés doivent se faire recenser auprès du standard du Centre Technique Municipal au 04 98 01 15 00 ou par courrier adressé au Service des eaux de la Mairie.

Fermeture déchetterie

Fermeture les 25/12, 1^{er} et 2/01 et pas de collecte les 25/12 et 1/01. Info au 0 800 21 31 41 (N° vert).

Conseil municipal

Le 12/12/2011 dès 14h, salle du Conseil, Hôtel de Ville.

Champions !

185 athlètes des clubs gardéens se sont illustrés cette année par leurs performances nationales voire mondiales. L'Office des Sports a tenu à les féliciter lors d'une cérémonie conviviale le 29 novembre.



Félicitations aux filles de l'AJS gymnastique rythmique junior et cadette championnes de Ligue.

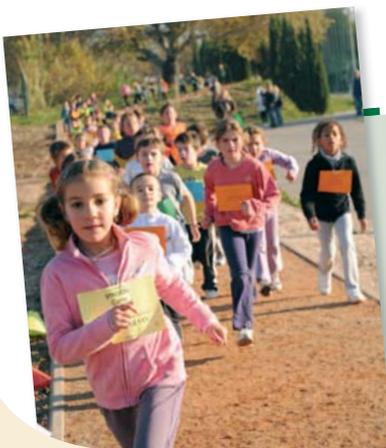
Monsieur le maire accompagné de M. Dubos, adjoint aux Sports, a souligné la qualité des équipements sportifs sur la commune et le nombre croissant de licenciés. Ils sont plus de 10 500 en effet à s'épanouir dans des disciplines aussi variées que le tir, le tennis, l'athlétisme, la gymnastique rythmique, le karaté,...

Hortense Naas, 14 ans, évolue au sein du Karaté Club Gardéen depuis 7 ans, entraînée par Bekkay Daroui : "cette année, j'ai terminé 2^e en coupe de France Sud minime et 3^e en coupe de France. Des résultats que je dois à l'encadrement du club et à ma famille qui me soutient et m'accompagne lors de mes déplacements."



Le guide de l'Office des Sports recense les 63 associations sportives de La Garde soit 59 disciplines. Vous pouvez l'obtenir gratuitement dans les points d'accueil municipaux ou le télécharger via le site : www.oslagarde.fr

Renseignements : Office des Sports Complexe sportif Guy Môquet 2, 136 avenue Robespierre - 04 94 21 74 80 - Permanence mardi et vendredi de 17h à 19h.



SPORTS ET LOISIRS

La Farigouleto

Foire aux Santons jusqu'au 24/12 du lundi au vendredi de 14h30 à 18h30, samedi de 14h30 à 19h et dimanche de 10h à 19h au Fougau, 86 rue du jeu de Paume. La Veillée de Noël aura lieu le 17/12 à 20h salle Gérard Philippe. Infos : 04 94 75 75 40.

Sporting Boulomane Gardéen

Loto fermier le 13/12 à 18h30. Foyer A. Croizat.

CNL 83

L'amicale des locataires de Romain Rolland organise un vide grenier au profit du Téléthon le 18/12 en matinée, stade R. Rolland. 5€ reversés au Téléthon. Inscriptions à R. Rolland Bât 12 le mardi de 16h à 17h30, et à la Planquette-les Pensées le mercredi de 17h à 19h. Info : 06 17 10 62 09.

Kallisté

Loto "Corse" le 18/12 à 15h, salle F. Bouisson. Nombreux lots : charcuterie, canistrellis... et lots surprises ! Ouvert à tous. 04 94 08 08 09.

Les Amis de Jeux Vie, Mon diabète

Réunion d'information le 20/12. MC Gérard Philippe salle 105. 06 26 65 41 20.

Roc Rando

Le 18/12 : Les Trois forts depuis Le Pradet. Rassemblement parking de la Noria à 8h30. 04 94 33 27 72.

Expressite Libre

Ateliers théâtre, jeux d'improvisation, expression théâtrale... le mercredi de 14h30 à 16h/6-8 ans et de 16h30 à 18h30/9-11 ans au CLAE. 06 77 09 41 85.

Le sport à l'école, j'adore !

Plus de 1000 élèves des écoles élémentaires de La Garde se sont surpassés lors des foulées automnales les 24 et 25 novembre dernier. Cette manifestation organisée par l'Ecole Municipale des Sports avec le concours de l'Education nationale met à l'honneur la course à pied sous un axe pédagogique et ludique.

Merveilleuses Hivernales

Ambiance féerique et spectacles magiques pour une semaine riche en animations ! Du 12 au 18 décembre, plongez dans les derniers préparatifs d'un Noël typiquement gardéen.



Hivernales rythmées !

Soul, funk et groove pour un gospel exceptionnel ! Reconnu comme le père du gospel francophone, Marcel Boungou offre avec **Em'Bee Jubile Gospel*** une soirée d'une intensité musicale incroyable vendredi 16 à 21h à l'église de la Nativité. Sa voix exceptionnelle donne à cette musique toute la chaleur et le dynamisme qui feront lever la salle. Un concert magique pour célébrer l'approche de Noël dans la convivialité !

Le **folklore bulgare** s'invite à la Garde samedi 17 avec les ateliers de Folk'Arts. De 14h à 16h, les enfants pourront s'initier à la fabrication d'objets traditionnels, découvrir les merveilleux costumes typiques bulgares et écouter les mythes et légendes des contes de là-bas... Dès 16h30, les parents se joignent aux ateliers pour découvrir les pas de danses populaires de Bulgarie : des chorégraphies simples et enjouées à partager en famille ! (inscriptions conseillées : folkarts_asso@yahoo.fr)

Traditions ancestrales

Ne manquez pas de venir admirer le passage du troupeau de **moutons d'Ouessant**, célèbres pour leur petite taille et leur robe noire. Menés par leur berger, ils circuleront entre la rue Raspail et la place de la République (samedi 17 à 15h30 et 17h).

Naïf et bon vivant, le traditionnel **Guignol Lyonnais** donne rendez-vous aux plus petits pour un voyage express dans son petit monde de marionnettes au cœur tendre. Le petit bonhomme à tête de bois amuse et s'amuse de ses déboires avec délice (mercredi 14 place de la République de 14h à 16h30).

Un dimanche de fête

Alice et son lapin blanc se perdent dans le labyrinthe des ruelles gardéennes, accompagnés du déjanté Chapelier-Fou, la tyrannique Reine de cœur, l'excentrique Dame Blanche et une ribambelle de cartes géantes ! Partez à leur rencontre en musique lors des 3 parades place de la République (à 15h, 16h et 17h).

A vos plumes : le secrétariat du Père Noël attend les courriers des retardataires ! **La montgolfière de ballons** fera son dernier départ le dimanche 18 avec les lettres des enfants (à 17h devant la maison du tourisme) à déposer tout au long de la journée.

Et toujours dans l'esprit de Noël : **balades en poney, jeux en bois, photomaton** loufoque, sculptures de ballons et ateliers d'origami du **clown Augustin** animent la rue Raspail et la place de la République.



* Tarif : 10€ - Billetterie en vente au service culturel 04 94 08 99 34 et le soir sur place.

Renseignements : Maison du Tourisme 04 94 08 99 78

Retrouvez le programme complet des Hivernales sur www.ville-lagarde.fr

Aide à domicile Varoise

Pour tous particuliers, seniors et personnes fragilisées, garde et éducation des enfants. Les lundis de 9h à 13h & 14h à 17h, les mardis et vendredis de 8h à 13h - 14h à 17h. Plateforme de La Garde 04 94 41 90 29.

Harmonie Mussou

Loto fermier 18/12 à 15h, salle Mussou.

Spirit fitness

Cours de Zumba le vendredi de 10h30 à 11h30 salle Art et Culture. 06 26 03 41 75.

La Garde loisirs

Cherche joueuses et joueurs de belote. Info au 06 16 38 27 29.

Amicale laïque section Rando

Le 15/12 à 8h30 sortie à La Môle : chapelle Ste Marguerite et le 18/12 sortie à Collobrières : Plateau de Lambert. 04 94 48 81 51.4.

Fit'Zumba

Cours de Zumba le jeudi de 10h à 12h salle Art et Culture et mardi de 20h à 22h au Mas de la Beaussière. 06 68 62 34 98.

UNRPA

Goûter loto le 22/12 à 15h, Salle A. Croizat. Les colis des adhérents sont à retirer les mercredis.

Atelier d'art floral la rose de cèdre

Atelier ouvert le 1^{er} et 3^e vendredis du mois de 14h à 17h Salle Art et Culture. Info 06 16 13 11 57 larosedecedre@yahoo.fr

Friperie Sociale

Vente de vêtements et accessoires le 15/12 de 9h30 à 17h, 73 Av. Salengro. 06 22 08 77 22.

Les amis de la nature

Le 18/12 : Camarat - Gigaro. Rdv à 8h parking Giga La Valette. Permanences le mardi de 18h à 19h salle 113 MC Gérard Philippe.

Les amis de P. et M. Curie

Prochain loto le 27/12 à 15h à Marie Curie.

Le plein d'énergie !

Sortir

Dès le 16 décembre, soyez parmi les premiers à inscrire vos ados aux semaines à thèmes de février. L'hiver promet d'être explosif !

Tout Schuss !!

Du 27/02 au 02/03 direction le domaine skiable des Orres au cœur d'une immense forêt de mélèzes. Randonnée en raquettes, veillées... et 100 km de pistes pour des journées de glisse sensationnelle !

- **11/14 ans** : logement au centre de vacances de St Jean des Cros. Possibilité de cours (supplément à prévoir).

- **15/17 ans** : logement à l'hôtel des trappeurs aux Orres.

Niveau 1^{ère} étoile ou 1^{er} snowboard obligatoire.

Sensations Sport du 5 au 9/03 !

- **Au galop !** Passionnés d'équitation ou cavalier amateur ? Les écuries de la Cibonne accueillent les débutants au Pradet tandis que les experts se donnent rendez-vous à Méounes pour un séjour équitation dépayçant.

- **Urban Roller Games** : escalade, défis sport et soccer, initiation percussions, laser quest... Les 11/14 ans embarquent pour une semaine chargée en adrénaline !

- **X Games lèves-tard** : envie d'alterner journées sportives et soirées animées ? Vivez l'expérience X-Games entre VTT, escalade, défis soccer, laser quest et soirées bowling ou ciné.

Inscriptions dès le 16/12 à partir de 19h, salle Mussou lors de la soirée famille.

Et jusqu'au 10/02 à la Maison de la Jeunesse, 18 allée Toulouse Lautrec
(9h/12h - 13h30/17h30)

Renseignements : 04 94 21 60 64 et www.ville-lagarde.fr (dossier téléchargeable)

• CINEMA LE ROCHER •

cinema@ville-lagarde.fr

Intouchables

D'Eric Toledano

Vendredi 16/12 à 18h30

Samedi 17 à 15h et 21h

Dimanche 18 à 16h

Lundi 19 à 15h

Restless / VO

De Gus Van Sant

Vendredi 16/12 à 21h

Samedi 17 à 18h30

Dimanche 18 à 18h30

Lundi 19 à 18h30

• MEDIATHEQUE •

Films documentaires :

Musique traditionnelle d'Europe

Vendredi 16 décembre à 17h30

Auditorium

• EXPOSITIONS •

Sylvain Ciavaldini

& Antonio Gagliardi

"Same same but different"

Jusqu'au 17/12

La Galerie G

Service culturel 04 94 08 99 19

lagalerieg@ville-lagarde.fr

"Les Elegantes"

Par Myriam Conte

du 13 au 23 décembre

Vernissage vendredi 16/12

dès 17h30

Maison des Associations

06 10 07 64 19

• THEATRE •

Couple en danger

d'Eric Assous

Mardi 13 décembre dès 20h30

Théâtre du Rocher

04 94 08 99 34

• CAFE PHILO •

Enquête sur la mort de Dieu

Par A. Durel et P. Granarolo

Vendredi 16 décembre dès 19h30

Auberge Provençale

• CONCERT •

Em'Bee jubilé

Dans le cadre des Hivernales

Em'bee (Marcel Bongou) est

considéré comme l'une des premières

stars du gospel en France...

Vendredi 16 décembre à 20h30

Tarif : 10€

Eglise de La Nativité

Service Culturel 04 94 08 99 18

• EVENEMENT •

Dédicace des 5 livres

Par Béatrice Chadouint, auteur

Le 17 décembre de 7h à 12h30

Maison de la Presse

Av. Gabriel Péri



MANGEZ ÉQUILIBRÉ !

Restaurants scolaires et Centres de loisirs - Du 14 au 20 décembre 2011

	midi	suggestions dîners	
mercredi	Salade de tomates Gigot - Petits pois Chanteneige Gâteau de semoule	P : 30 g L : 25 g G : 92 g AE : 713 kcal Ca : 160 mg	Potage de légumes Risotto aux champignons Fruit
jeudi	Quiche lorraine Poisson à la bordelaise Purée de carottes Bonbel - Salade de fruits	P : 33 g L : 27 g G : 93 g AE : 747 kcal Ca : 250 mg	Pâtes à la bolognaise Salade verte Fruit
vendredi	Avocat aux crevettes Bouchée financière Pomme dauphine Bûche chocolat - Mandarine	P : 37 g L : 33 g G : 102 g AE : 853 kcal Ca : 25 mg	Haricots verts sautés aux lardons Yaourt Compote
lundi	Crêpe fromage Rôti de dinde Ratatouille Yaourt bio - Biscuit	P : 30 g L : 26 g G : 90 g AE : 714 kcal Ca : 205 mg	Potage courgettes Lentilles aux saucisses Fromage Fruit
mardi	Salade verte Hachis Parmentier St Paulin Fruit	P : 29 g L : 28 g G : 91 g AE : 732 kcal Ca : 170 mg	Filet de poisson Poêlée de légumes et semoule Fromage blanc

Le calcium indiqué est apporté par les produits laitiers. Les informations sont données pour un enfant de primaire qui mange la totalité du repas avec la portion de pain et sans se resservir.

P : protides - **L** : lipides - **G** : glucides - **AE** : apport énergétique - **Ca** : calcium

