



SOMMAIRE

Page 2



- Beautés marines ou trésors historiques ?
- Informations municipales

Page 3



- Un nouvel espace dédié à la santé
- Les permanences sociales à votre service
- Sport et Loisirs

Page 4



- Une aventure hors du temps !
- Informations nutritionnelles
- Sortir

Vivez au temps des chevaliers

Pour la 10^e édition des Nocturnes Médiévales, le pas d'armes, théâtre de spectacles équestres, s'installe au stade Accusano.

Comme chaque année, les animations proposées dans le cœur de ville sont nombreuses : on retrouve les camps des routiers du XIV^e siècle, des sarrasins et des gueux, les tavernes et le marché médiéval. Le charme pittoresque des ruelles de la Vieille Garde met en lumière les artisans qui officient dans leurs ateliers : calligraphie, vitraux, bois... Sur le parvis de l'Eglise de la Nativité, des contes sont lus à la lueur des bougies tandis qu'on s'adonne à un tournoi de jeux de rôles, salle Gérard Philipe.



3 au 7 août 2011
20h à minuit

Nouveautés

Le spectacle **Les Tourments du Clos du Charme** (en 2 actes : l'épée du mal / le fils du loup) et **le banquet médiéval** pour ripailler tous ensemble (20€*), le 5 août à 20h au stade Accusano. **Des ateliers** : l'ancre du pieux routier, le calligraphe, l'échoppe du barbier, l'atelier du fustier, place de la République. **Des jeux géants en bois** au boulodrome Escudier. **L'archerie**, place des Libertés. **"Le parc émissaire"**, pièce de théâtre, place Autran. **"Terreur Vikings"**, conférence à la Maison Communale Gérard Philipe. **Le vélo calèche** relie le pas d'armes au centre-ville (départ parking de La Poste direction arrêt de bus Hôtel de Ville).

*Renseignements : Maison du Tourisme : 04 94 08 99 78



Jean-Louis Masson et l'équipe municipale vous donnent rendez-vous du 3 au 7 août, pour célébrer ensemble les 10 ans des Nocturnes Médiévales de La Garde.

Inauguration
mercredi 3 août
19h45, place Barthélémy
Banquet médiéval
vendredi 5 août
20h, stade Accusano
www.ville-lagarde.fr
Animations gratuites (sauf précisions)

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
Pharmacie de garde : 04 94 21 93 04
Mme Lamant, dimanche 7 août
De 10h à 12h et de 17h à 19h
1091 avenue De Lattre de Tassigny
Infirmier de garde : 06 12 21 04 10
M. Tournel, du 6 au 12 août

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

imprimerie municipale

Aide à la personne

Vous recherchez quelqu'un pour une intervention à votre domicile ? Petit bricolage (*changer un lustre, monter un meuble, poser des tringles*), petit jardinage (*tonte pelouse, désherbage, arrosage, propreté*), entretien courant de votre logement (*repas, ménage, repassage, courses*)... N'hésitez pas à contacter le service emploi insertion pour une mise en relation avec l'une des associations adhérentes à la plateforme d'aide à la personne !

A noter : ce choix permet une réduction d'impôts de 50%. 174 rue Delage, du lundi au vendredi, 04 98 01 15 51, 8h30-12h/13h30-17h, fermé le vendredi après midi.

Service Solidarité 3^e Age

Inscriptions aquagym retraités : 19€ par mois pour 2 séances hebdomadaires de 11h à 12h, places limitées. Inscription : se munir d'un certificat médical, d'une photo et d'un justificatif de domicile. Info bureau n°13, Hôtel de Ville, 04 94 08 98 83.

Service Population

Vous êtes né(e) en juillet 1995, vous devez vous présenter en mairie pour vous faire recenser entre la date de votre anniversaire et la fin du 3^e mois suivant, soit avant le 31/10. Exemple : vous êtes né(e) le 15/07/1995, vous pouvez vous présenter entre le 15/07 et le 31/10. Les personnes qui deviennent françaises entre 16 et 25 ans doivent se faire recenser au cours du mois où est intervenue la décision ou la notification et la fin du mois suivant. Pièces à présenter : carte nationale d'identité, livret de famille des parents, éventuellement, copie du document justifiant la nationalité française. Les personnes qui auraient omis de se faire recenser doivent se mettre en contact avec le service pour régulariser leur situation. Infos : 04 94 08 98 18.

Service Education / Temps Libre

- Restaurant Scolaire : Déclaration pré remplie des revenus 2010 ou imposition 2011 (sur les revenus 2010). Montant des prestations familiales (CAF). Justificatif de domicile.
- Mercredis et le périscolaire : Déclaration pré remplie revenus 2010 ou imposition 2011 (sur les revenus 2010) Montant des prestations familiales (CAF). Justificatif de domicile, carnet de santé attestation d'assurance responsabilité civile. Inscriptions au service éducation jusqu'au vendredi 26 août. Renseignement : 04 94 08 98 52.

Semaines à thèmes d'été

Attention ! Erreurs de tarifs sur la plaquette jusqu'au 12 août, info sur www.ville-lagarde.fr ou à la Maison de La Jeunesse 04 94 21 60 64.

Piscine municipale

Jusqu'au 4 septembre. Inscriptions aquagym, école de natation à la Maison des Sports : 04 98 04 04 20 ou 21. Fournir un certificat médical, une photo d'identité et un justificatif de domicile. **Le port du bonnet est obligatoire pour TOUS LES BAINEURS** se présentant à la piscine. Horaires : lundi, mardi, jeudi, vendredi de 12h à 18h30, mercredi 12h à 21h, samedi et dimanche de 14h à 18h30. La piscine sera fermée le 15 août.

Déchetterie municipale

Fermeture le 15 août. Horaires : lundi au vendredi 8h30 à 12h / 13h30 à 18h, samedi 8h à 12h / 13h30 à 18h.

Beautés marines ou trésors historiques ?



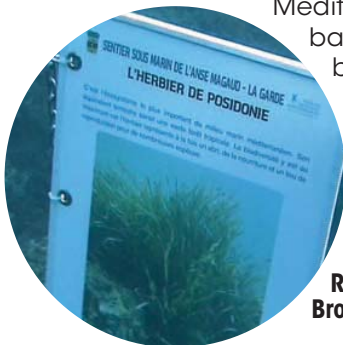
D'un côté une invitation à explorer le monde aquatique, de l'autre une découverte historique et culturelle du vieux village. Deux idées de balade gratuites à faire en famille ou entre amis cet été.

Le sentier sous-marin

L'anse Magaud abrite une plage calme où toute la beauté de la Méditerranée respire. En surface, le cadre idyllique de la Provence : soleil,

pins parasol et cigales enchantent votre journée à la plage... Et sous l'eau, herbiers de posidonie, éboulis rocheux, grottes et poissons attirent votre curiosité... Simplement muni d'un masque et d'un tuba, découvrez les splendeurs qui vivent dans les eaux limpides de la Méditerranée... Au fil du sentier

balisé et libre d'accès, des bouées sont équipées d'un panneau descriptif qui présente un type de milieu et son peuplement.



Le sentier sous-marin est accessible jusqu'à la première semaine de septembre.

Baignade surveillée : poste de secours ouvert tous les jours jusqu'au 4 septembre, de 10h à 19h30.

Renseignements : Maison de la Jeunesse 04 94 21 60 64
Brochure du sentier sous-marin téléchargeable sur www.ville-lagarde.fr

Les mystères de la Vieille Garde

L'équipe de la Maison du Tourisme vous donne les clés pour percer les mystères de la Vieille Garde au cours d'un circuit touristique à faire en famille (sur simple inscription). Une promenade d'une heure et demie au grand air, à travers les ruelles d'un des quartiers les plus pittoresques de La Garde. Cette découverte historique et culturelle peut également se faire à l'aide d'un plan détaillé des plaques apposées sur les sites remarquables de la Cité du Rocher : lavoir, fontaines, places, oratoire, chapelle, église, château... Les enfants se feront une joie de partir à la recherche des 33 plaques historiques qui jalonnent ce parcours.

Maison du Tourisme, place de la République 04 94 08 99 78
Horaires d'été : lundi au vendredi 9h à 12h30 et 14h30 à 17h30, samedi 9h à 12h30



Feux d'artifice du 23 août

Tous les riverains des rues : Doumet, de la Chapelle, du Jeu de Paume, du Four, de l'Horloge, Jean Aicard, d'Estienne d'Orves, des chemins de la Chapelle, des Ferrages, du Noyer, parking de l'école Jean Aicard, place Adrien Barthélémy, sont priés de rentrer leur linge, fermer les volets et stationner leurs véhicules en dehors du périmètre du tir dès 22h30 jusqu'à 23h30 ; et en cas de report du tir ces restrictions seront applicables le 24 août. Plus d'informations à la Police Municipale.

Médiathèque Louis Aragon

Horaires d'été jusqu'au 31 août : mardi de 9h à 12h et de 16h à 19h, mercredis, vendredis et samedis matins de 9h à 12h.

CPAM

Permanences : mercredis matins, 8h30 à 11h30, salle Gérard Philipe.

Enquête INSEE

L'INSEE réalise jusqu'au 6 août l'enquête emploi par sondage auprès des ménages. Quelques ménages seront sollicités. Merci de votre accueil.

Service Petite Enfance

Fermeture du service administratif du 8 au 30 août inclus. Accueil téléphonique au 04 94 91 88 35 pendant la fermeture à la crèche familiale "Les Lutins".

SPORTS ET LOISIRS

Ecole des parents Ecole de la vie

Recherche bénévoles pour donner des cours de mathématiques et de français (niveau primaire/secondaire). 06 09 50 75 30 / 06 12 24 01 71.

Un nouvel espace dédié à la santé

L'Association Santé et Solidarité du Var agrandit les bureaux de son siège pour une qualité de service toujours plus grande.

L'Espace France Europe voit ses compétences s'étendre avec les nouveaux locaux de l'Association Santé et Solidarité du Var inaugurés le 22 juin dernier. Cette association permet aux malades et aux personnes âgées de bénéficier d'une alternative à l'hospitalisation grâce aux soins à domicile.

Des services de soin de qualité

Le service d'Hospitalisation A Domicile (HAD) permet à des patients nécessitant des soins de type hospitalier, d'être soignés chez eux. L'intensité des soins ne doit pas justifier une hospitalisation traditionnelle et concerne donc les soins techniques (pansements, injections, perfusions...) et de nursing (hygiène, confort...).

Le Service de Soins Infirmiers A Domicile (SSIAD) à plusieurs missions : prodiguer des soins, coordonner les interventions, évaluer le besoin, prévenir des risques, éduquer pour la santé. Il assure les soins courants, de surveillance et de prévention.

Pour plus de renseignements concernant les admissions en HAD ou au SSIAD, contactez le secrétariat de Santé et Solidarité du Var au 04 94 27 50 50, Espace France Europe, 1328 chemin de la Planquette, 83130 La Garde.



M. le Maire a souligné les qualités humaines des personnes engagées dans ces services de santé qui ont pour but de maintenir à domicile les patients dès que cela est possible.

Les permanences sociales à votre service



Le 15 juin dernier, M. le Maire et Mme Rinaldi, adjointe aux Affaires Sociales et Familiales, ont accueilli les bénévoles des permanences sociales du CCAS afin de les remercier d'apporter une écoute, du temps, et un savoir-faire aux Gardéens.

Le Centre Communal d'Action Sociale est à l'écoute de la population. Depuis plus de 10 ans, des permanences sociales gratuites sont mises en place chaque mois

pour les Gardéens et Gardéennes désireux d'obtenir des conseils d'ordre juridique, patrimonial, comptable, problèmes de voisinage ou litiges divers... En 2010/2011 ce sont 431 personnes qui ont pu bénéficier d'une aide gratuite sur un total de 5443 personnes, depuis la création de ces permanences.

Notaires, avocats, experts-comptables, écrivain public, ou conciliateurs de justice bénévoles, se feront un plaisir de vous écouter et de vous aider. Les rendez-vous sont fixés auprès du CCAS.

Renseignements et inscriptions : CCAS, 81 rue Marius Tardivier, 04 94 08 98 34.

D'autres permanences sans rendez-vous ont également lieu à la Maison Communale Gérard Philippe : mutuelles, sécurité sociale, associations... Renseignements auprès de la Maison des Associations : 04 98 01 15 70.

Handball Gardeen

Recherche 10 filles nées en 2002, 2003, 2004, 12 nées en 2000, 2001, 14 nées en 1999, 1998 et 16 nées en 1997, 1996. Infos : Anthony Touboul, manager général au 06 23 89 01 05 ou 06 16 45 68 88.

Lis Escapadou

Permanences, accueil, tricot les jeux du mois de juillet et août, pas de provençal. Reprise activités le 8/09.

Les amis de Pierre et Marie Curie

Loto le 16 août à 15h à Marie Curie.

Méditerranée Médiation

Vous vivez une situation conflictuelle (travail, famille, voisinage, succession...), vous ne savez pas comment vous en sortir. Nous, médiateurs, pouvons peut-être vous aider. Venez nous en parler lors de la prochaine permanence gratuite, salle Gérard Philippe, mercredi 3 août, 9h à 12h. Martine Balayn 06 07 34 71 79 ou Georges Potriquet 06 82 11 30 26.

AGPF

L'association propose chatons et chats à l'adoption : 04 94 08 39 35.

Montagne Détente et Loisirs

Séjour au pays Basque du 30 septembre au 5 octobre : 490€ en pension complète avec visites incluses : St Jean Pied de Port, Bayonne, Biarritz... Infos au 04 94 75 09 83.

Amicale des Joyeux Gardéens

Voyage au Maroc du 8 au 22 septembre, Marrakech et Agadir. Infos : 06 09 64 53 25.

Médaillés militaires

Reprise des permanences vendredi 2 septembre. La section a besoin de

volontaires pour le forum des associations, informations auprès du président Noël Gobert 04 94 48 44 42.

Association Gardéenne de Yoga

Le lundi de 18h30 à 19h30, le mardi de 10h15 à 11h15, le vendredi de 15h à 16h au Mas de Sainte Marguerite. Le mercredi de 17h45 à 18h45, le jeudi de 10h15 à 11h15 à la salle 115, MC Gérard Philippe. Infos au 06 20 71 33 74.

Une aventure hors du temps !

Sortir



En parallèle des Nocturnes Médiévales, l'association "Les Tisseurs de Rêves" propose son grand tournoi de jeux de rôles et de Wargames salle Gérard Philippe.

Général dans l'âme ? Le tournoi de Wargames est fait pour vous. Utilisez vos capacités de fin stratège pour faire gagner votre armée de

figurines. En régiments ou escouades, elles évoluent sur un champ de bataille plus vrai que nature : combats historiques, batailles médiévales, univers fantastiques ! Entrez dans la magie du jeu, incarnez un personnage et faites-le évoluer au cours du temps ! Utilisez tous vos sens et plongez dans cette aventure fantastique grandeur nature... Le temps d'une partie, devenez le plus grand des héros !

Les meilleurs joueurs et maîtres du jeu seront récompensés. Stands d'exposants, découverte et démonstrations de jeux*, conférence à thème** sont proposés au public, ainsi qu'un concours de peinture sur figurines pour les participants.

*Association Les Yeux dans les Jeux / **Samedi 6 à 20h : "Terreur Viking"

**Les 6 et 7 août non stop – Salle Gérard Philippe
Infos : 06 66 01 29 56 / lestisseursdereves.org**

. CINEMA LE ROCHER .

cinema@ville-lagarde.fr
**PAS DE CINEMA L'ETE
REPRISE EN SEPTEMBRE**

. EVENEMENT .

Ouverture de la chapelle romane
Organisé par les bénévoles de l'association Les Amis de la Vieille Garde
Chaque samedi, 15h à 19h, jusqu'en septembre

. CONCERTS

SPECTACLES .

Les Nocturnes Médiévales
Inauguration le 3 août à 20h
Du 3 au 7 août - 20h à minuit, au stade Accusano, en centre-ville et dans la Vieille Garde

Tournoi jeux de rôles et Wargames voir ci-contre

Les Nuits du Mas

L'ensemble Des Equilibres présente Agnes Pyka au violon et Stéphanie Mulot au piano qui interpréteront des sonates de Beethoven, Brahms et Bartok
Jeudi 11 août à 21h - concert gratuit
Mas de Ste Marguerite

Silence on danse

Mettez votre casque, choisissez un canal et laissez-vous porter par la musique : 3 canaux pour 3 DJ !
Prêt du casque sans fil - HF sur place contre pièce d'identité, infos : 04 94 21 60 64
Jeudi 11 août de 17h à 1h
Place de la République – Gratuit

Fête de la Libération

lundi 22 et mardi 23 août
Exposition de véhicules militaires et civils d'époque, balades en voitures, 9h30 au jardin Veyret.
lundi 22 août
Départ de 5 convois de véhicules militaires du jardin Veyret à 10h50 vers les différents dépôts de gerbes.
A 12h, rassemblement de tous les convois pour la cérémonie à la stèle de la 1^{ère} DFL (départ d'un bus au jardin Veyret à 11h30).
mardi 23 août
Départ du défilé à 18h45 de l'Hôtel de Ville vers le Monument aux Morts avec les véhicules d'époque.
A 22h30, grand spectacle pyromélo-dique, feu tiré depuis le Rocher suivi d'un bal place de la République.

MANGEZ ÉQUILIBRÉ !

Centres aérés - Semaine du 3 au 9 août

	Programme National Nutrition Santé	VILLE ACTIVE DU PAYS	mercredi	jeudi	vendredi	lundi	mardi
			midi				suggestions dîners
			Salade de tomates basilic Steak haché Frites Yaourt bio	P : 31 g L : 35 g G : 92 g AE : 807 kcal Ca : 160 mg		Gaspacho (tomates, poivrons, concombres, oignons mixés, liés avec de la mie de pain) Poisson grillé Fromage / Fruit	
			Salade coeslaw Rôti de porc Haricots beurre Pyrénées Tarte aux pommes	P : 29 g L : 31 g G : 90 g AE : 755 kcal Ca : 165 mg		Melon Pâtes au basilic Tomates provençales Flan vanille	
			Betteraves vinaigrette et fête Encornet Riz Fruit	P : 27 g L : 25 g G : 96 g AE : 717 kcal Ca : 120 mg		Tarte tomates chèvre Salade mesclun Fromage blanc	
			Salade verte Emincé de volaille façon kebab Pommes noisette Cantadou	P : 27 g L : 29 g G : 98 g AE : 761 kcal Ca : 90 mg		Courgettes au curcuma Riz pilaf Petits suisse Fruit	
			Salade de concombres Spaghettis bolognaise Yaourt Fruit	P : 28 g L : 25 g G : 92 g AE : 732 kcal Ca : 250 mg		Rôti de veau Carottes persillées Compote Biscuits	

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

