



SOMMAIRE

Page 2



- Tri sélectif : la planète vous dit merci
- Informations municipales

Page 3



- Légion d'honneur pour Mme Zunino
- Sainte Marguerite, un air de fête
- Sport et Loisirs

Page 4



- Les Médiévales Gardéennes !
- Informations nutritionnelles
- Sortir



La Garde by sea

Aux heures chaudes, au lever du soleil ou à son coucher, le littoral gardéen vous accueille sur 3 km de plage et de rochers. Venez découvrir ce petit paradis en famille ou entre amis.

Envie de plonger dans le grand bain ou de simplement lézarder au soleil ? La plage de Magaud, la grotte dite "des amoureux" ou encore le port de pêche de San Peyre raviront baigneurs, plongeurs, pêcheurs... Magaud est une plage familiale qui bénéficie d'une surveillance non stop jusqu'au 5 septembre*. De quoi rassurer les parents et permettre à tous de profiter d'une journée en toute sécurité.

* jusqu'au 15 août : 10h à 19h30 / 16 au 29 août : 10h à 19h / 30 août au 5 sept : 11h à 18h30

A découvrir : Terre Promise !

Située dans le quartier de Ste Marguerite (autrefois petite commune indépendante de 70 habitants, qui fut rattachée à La Garde en 1795), elle se révèle être un formidable lieu de pêche, entouré de pinède.



Rendez-vous avec la nature

Vous pouvez vous rendre sur place en vélo grâce à la piste cyclable qui vous mènera au sentier du littoral. Le rendez-vous unique avec la nature sauvage qui vous offrira un panorama exceptionnel sur la grande bleue. A vos masques, tubas et palmes pour approfondir vos connaissances du milieu aquatique. Le sentier sous-marin vous révélera les secrets des profondeurs.

Jean-Louis Masson, maire de La Garde : "Le sentier du littoral et le sentier sous-marin vous permettront de découvrir la faune et la flore méditerranéenne. L'occasion pour chacun de mesurer combien cette nature nous est chère et à quel point nous nous devons de la préserver !"



Les pieds dans l'eau

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 09 30
Mme Cananzi, dimanche 8 août
10h à 12h et 17h à 19h
Le Clairefontaine - Rue Marc Delage
Infirmier de garde : 06 80 34 75 37
Mme Jeannelle, du 7 au 13 août
50 rue Vieux Puits

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

DUINFORMATIONS MUNICIPALES

Informations Service Jeunesse

Les inscriptions pour les semaines thématiques se font à la Maison de la Jeunesse (face au lycée du Coudon), 04 94 21 60 64.

Feux d'artifice

En raison du feu d'artifice du 23 août, interdiction de stationnement et de circulation du 22 au 23 août de 7h à 24h sur les voies suivantes : rue de la Chapelle, du jeu de Paume, du Four, de l'Horloge, chemin de la Chapelle et des Ferrages. Les stationnements seront par ailleurs interdits sur les voies publiques suivantes : rue Jean Aicard, parking de l'école Jean Aicard, place Adrien Barthélemy, chemin du Noyer, rue d'Estienne d'Orves et rue Doumet. Merci de votre compréhension.

Aide à la parentalité

Dans le cadre du CUCS, une médiatrice familiale et une psychologue de la LVP organisent des ateliers "La parole aux parents". Les parents participent librement et abordent la problématique de leur choix. Rdv les mardis 7 et 21 septembre dès 9h dans les locaux du PRE, entrée libre, 04 94 20 63 98.

Modification du PLU

Le rapport et les conclusions du commissaire enquêteur sont disponibles et consultables au secrétariat de l'urbanisme en mairie, du lundi au vendredi aux heures d'ouvertures.

Voyage Paris 3^e âge

Le service solidarité 3^e âge organise un voyage à Paris du 23 au 27 septembre. Programme : Ile de la Cité, quartier de la Défense, tour Montparnasse... Tarif calculé en fonction des revenus. Apporter avis d'imposition 2009. Inscription et programme disponible en mairie, bureau n° 13, 04 94 08 98 83.

Rentrée scolaire 2010/2011

Inscriptions au service éducation pour la rentrée scolaire de septembre 2010, se munir du livret de famille et d'un justificatif de domicile.

Enquête Insee

Enquête emploi par sondage jusqu'au 19 octobre. Quelques ménages seront sollicités à La Garde, ils recevront une lettre indiquant l'objet de l'enquête et le nom de l'enquêteur chargé de les interroger, il sera muni d'une carte officielle l'accréditant. Merci par avance de l'accueil que vous lui réserverez.

Recensement militaire

Les jeunes nés en août 1994 doivent se faire recenser jusqu'au 30 novembre. Ceux qui auraient omis de le faire, peuvent régulariser leur situation. Le recensement des filles a débuté en 1983, aucune régularisation ne peut être enregistrée pour celles nées avant cette date et en conséquence aucune attestation de recensement ne peut être délivrée. Les personnes devenues Françaises entre 16 et 25 ans doivent se faire recenser au cours du mois où est intervenue la décision et jusqu'à la fin du mois suivant. Pièces à présenter : carte d'identité, livret de famille des parents, copie du justificatif de la nationalité française. Service population : 04 94 08 98 18.

Tri sélectif : la planète vous dit merci



Le tri, c'est pour la vie.
www.unispourletri.com



Devenu un réflexe pour certain, le tri sélectif permet de valoriser les déchets et de préserver les ressources naturelles. La Ville facilite cette démarche citoyenne en installant la collecte sélective au porte à porte, en multipliant les points d'apports volontaires et en mettant à la disposition de tous une déchetterie performante.

Les déchets verts

Tontes, tailles et autres coupes de vos jardins ne doivent pas être jetés dans les conteneurs d'ordures ménagères mais amenés à la déchetterie. Pour plus de facilité, adoptez un composteur, il sera l'allié de votre jardin, en plus, il est gratuit !

Récupération des capsules usagées

Rien de tel qu'un petit café savoureux entre amis sur la terrasse ombragée pour profiter des belles journées estivales. Pour ne pas gâcher ce moment de détente et faire un geste pour l'environnement, vous pouvez dès à présent apporter vos capsules en aluminium à la déchetterie. Pour être recyclé, l'aluminium est simplement fondu. Ce processus, qui nécessite très peu d'énergie, n'entraîne aucune perte de poids ni de qualité et peut-être reproduit à l'infini.

La déchetterie est à votre service

Disponible en quelques minutes à l'hôtel de ville avec un justificatif de domicile, la carte est votre sésame vous donnant accès gratuitement à la déchetterie municipale. Piles, gravats, déchets verts, capsules, ferrailles, pneus, papier, carton, huile de vidange, plus d'une vingtaine de déchets sont collectés. Renseignement complémentaire N° vert 0 800 21 31 41.

Des mémos pratiques

Téléchargez la nouvelle brochure de la déchetterie municipale ainsi que le guide du tri édité par le Sittomat. Vous y trouverez des informations claires et pratiques sur la valorisation et le recyclage des déchets.

www.ville-lagarde.fr
www.unispourletri.fr



SPORTS ET LOISIRS

Gardia club

Nouvelle adresse du siège social du club : stade Guy Môquet II, chemin de la Planquette. Les permanences du secrétariat reprendront dès le 1^{er} août, du lundi au vendredi, 17h-19h.

Les routes du paradis

Nouvelle association qui a pour vocation d'aider, d'écouter et d'accompagner les personnes dans la détresse, 06 68 38 49 33.

Joyeux Pitchounets

Les assistantes maternelles agréées sont à votre disposition pour accueillir votre enfant au sein de l'association où il évoluera à son rythme à travers des jeux, expériences et activités permettant sa sociabilisation. Mme Pinaud au 04 94 36 78 09 de 13h30 à 15h30.

Entreprendre multiservices

Aide aux devoirs à domicile : cours d'anglais et stage de remise à niveau tous niveaux, tous publics, cours particuliers, en groupe, per-

sonnalisés. Egalement : jardinage, bricolage, ménage, repassage, assistance informatique, entretien et fleurissement de tombes. Espace Services Gardéen : les arcades du Rocher bt 47, 55 av. Aufran. 04 94 00 97 58 ou 06 60 37 31 79.

Montagne, détente et loisirs

Voyage en car à Rosas (Espagne) du 17 au 20 septembre, 192€ tout compris (car, pension complète, visites, assurance annulation). Visites de Rosas en petit train, bateau à Empúria Brava, Pals, La Bisbal, arrêt pour les

Légion d'honneur pour Marcelle Zunino



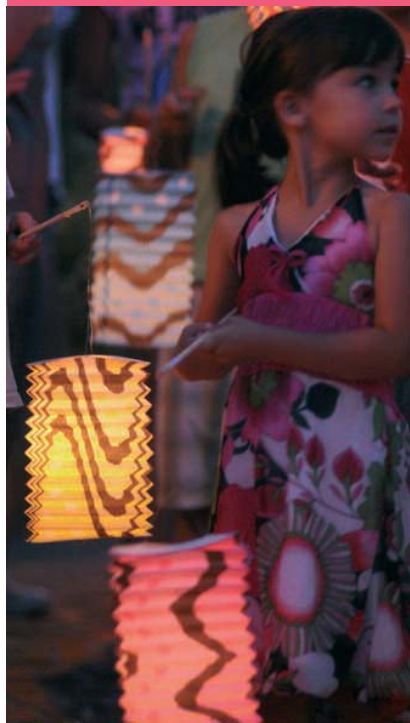
C'est dans le cadre somptueux du jardin du musée Jean Aicard, que Mme Zunino, résistante, a reçu la légion d'honneur des mains de Raymond Aubrac et devant un parterre d'invités émus de voir cette femme de cœur honorée.

Samedi 10 juillet, le secrétaire d'état à la Défense et aux Anciens Combattants, Hubert Falco et Raymond Aubrac, figure de la Résistance, ont retracé avec émotion le parcours héroïque de cette Gardéenne aujourd'hui âgée de 96 ans qui devient Chevalier de la Légion

d'honneur. Jean-Louis Masson, maire : "Marcelle Zunino est une femme généreuse, une résistante et une Gardéenne qui a tant apporté à sa ville. Elle aime La Garde autant que nous Gardéens, nous l'aimons."

Humilité et générosité

Submergée par l'émotion, Mme Zunino a simplement dit "merci", merci à sa famille et aux personnalités présentes : "Cette récompense, je la partage avec celui qui a rendu mes matins plus beaux pendant plus de 60 ans, le compagnon de ma vie dans les doux instants, comme dans ceux plus tragiques, mon mari Roger Zunino, disparu il y a 15 ans. Merci à mon beau-père, Michel Zunino pour tout ce qu'il m'a apporté comme valeurs de générosité, d'oubli de soi, honnêteté politique, il fut et reste un modèle pour moi."



Sainte Marguerite, un air de fête

Bals, grandes tablées, concerts, le Mas de Sainte Marguerite est le théâtre de vos soirées estivales. Jeudi 12 août à 21h, ne manquez pas le dernier concert des Nuits du Mas.

Prenez place sous les pins et laissez-vous porter par le son des guitares pour une soirée à la belle étoile. Le duo Alchemy composé de Tristan Manoukian et Sylvain Cinquini interprétera un répertoire latino américain et musique baroque dès 21h.



Mas de Sainte Marguerite - avenue Pierre Loti - entrée libre - Service Culturel : 04 94 08 99 34

achats à la frontière, soirées dansantes et animations, 04 94 75 09 83.

Sables d'Or

Propose un séjour humanitaire au sud du Maroc de 10 jours dans le cadre de l'échange culturel, entre le 20 octobre et le 3 novembre. Places limitées. Retrouvez l'association aux Médiévales devant la mairie du 4 au 8 août et au forum des assos le 5 septembre. Soirée humanitaire avec danse orientale proposée avant départ le 16 octobre salle G. Philippe. Mme Bouchra 06 19 06 45 24 ou

mail de la Planquette, La Marjolaine.

Regarde en haut

Stage d'été du 2 au 6 août, 10h à 12h (4-6 ans, 55€), 13h30 à 16h30 (7 ans et +, 70€) ou la journée 10h à 16h30 (125€). Du 23 au 29 août, stage création de spectacle de 9h30 à 16h30 et représentation au forum des assos. 04 94 28 07 18 ou regarderenhaut@orange.fr.

AGPF

Propose des chatons de toutes les couleurs à l'adoption, 04 94 08 39 35.

Aide à domicile varoise

Aide pour les tâches ménagères, aide aux personnes âgées, garde de jour et/ou de nuit, travaux de jardinage et bricolage, courses, démarches administratives, garde d'enfants... 04 94 41 90 29, Les Arbousiers bt G, mail de La Planquette.

Jardins familiaux

Appel aux dons matériel de jardinage thermique (motoculteur, taille-haie, débroussailluse, tronçonneuse...) en état de fonctionnement ou nécessitant une petite révision, 06 01 85 19 53.

Handball gardéen

Fermeture du club jusqu'au 8 août et reprise des inscriptions de 15h à 19h. 04 94 14 02 61 / 06 16 45 68 88.

La Garde SOS multistervices

Aide à domicile, assistance informatique, jardinage bricolage, secrétariat, aide aux devoirs, 06 80 98 81 82.

ISC pour tous - Cyber Espace

Ouvert la dernière semaine d'août, 71 rue Raspail, 04 94 23 65 54.

Les Médiévales Gardéennes !

Sortir

Du 4 au 8 août, La Garde plonge au cœur des Médiévales. Durant 5 soirées, les rues de notre cité vous accueilleront pour un voyage à remonter le temps !



Cet été, une nouvelle fois petits et grands vont parcourir notre cité du Rocher accompagnés de mille et une animations. Sur les places, au cœur de la Vieille Garde et dans le dédale de ses ruelles, la cité gardéenne vous offrira mille trésors.

Dès 19h45, le 4 août, vous êtes attendus nombreux et costumés pour le lancement de ces 5 nuits de rêves

éveillés, le rendez-vous est situé devant les archives municipales pour le grand défilé d'ouverture !

Chaque soir, à la nuit tombée, dès 20h et jusqu'à minuit, la troupe du Théâtre de Verdure Entre Ciel et Terre vous propose, sur le parking Gérard Philippe, son spectacle "Les Tournements du Clos des Charmes". Camp des routiers, danses médiévales et échassiers, cornemuses et jongleries, défilés équestres... A vous l'époque moyenâgeuse !



Programme complet dans les boîtes à lettre gardéennes et dans les points d'accueil municipaux. Navettes gratuites au départ de la patinoire de 20h à minuit, toutes les demi-heures.

• **CINÉMA LE ROCHER** •
cinema@ville-lagarde.fr
Pas de cinéma l'été, reprise en septembre

• **ANIMATIONS** •
Les Médiévales

du mercredi 4 au dimanche 8 août
20h à minuit - centre-ville
Maison du Tourisme 04 94 08 99 78



Soirée Lazer

vendredi 13 août - entrée libre
21h30 - place de la République
Maison de la jeunesse 04 94 21 60 64

Grand bal de l'Assomption

dimanche 15 août
21h - place de la République

Fête de la Libération de La Garde

dimanche 22 août

10h45 : départ du jardin Veyret de 5 convois de véhicules militaires pour les dépôts de gerbes. 14h : visite des pensionnaires des maisons de retraites et hôpital Clemenceau.

lundi 23 août

19h : cérémonies au monument au mort suivies d'un vin d'honneur au jardin Veyret. 20h : ouverture du bal place de la République, ambiance dancefloor de 22h50 à minuit. 22h30 à 22h50 : grand spectacle pyromélique "le ballet de feu" stade Accusano, feu tiré du Rocher.

Foire à l'Ail à l'Oignon et au Boudin

dimanche
29 août
9h à 19h
centre ville

25^e Forum des Associations

dimanche
5 septembre
9h à 18h30
place de la République



MANGEZ ÉQUILIBRÉ !

Centre de loisirs - Semaine du 4 au 10 août

	mercredi	jeudi	vendredi	lundi	mardi	
	midi		suggestions dîners			
	Carottes et céleri râpés Omelette au fromage Coquillettes sauce tomate et gruyère Glace	P : 26 g L : 27 g G : 94 g AE : 723 kcal Ca : 180 mg	Gaspacho (tomate, poivron, concombre, oignon mixés) Brochette saumon/crevettes Petits suisses Salade de fruits	Salade de tomates et lentilles Yaourt Pêches caramélisées aux amandes	Taboulé Saucisse grillée Compote	
	Quiche lorraine Rôti de veau Ratatouille St Nectaire Fruit	P : 32 g L : 28 g G : 80 g AE : 700 kcal Ca : 250 mg	Salade concombre, feta, tomate Filet de colin au pistou Pommes vapeur Yaourt - Fruit	Salade betterave et maïs Boulette d'agneau au cumin Pennes Vache qui rit Salade de fruits	Salade de pommes de terre Rosbeef Haricots verts persillés Yaourt Fruit	P : 31 g L : 25 g G : 86 g AE : 693 kcal Ca : 150 mg
				Poulet rôti Aubergines à la parmesane Faisselle Gâteau	Melon Côte de porc Gnocchis semoule Flan vanille	

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