

SOMMAIRE

Page 2



- Bienvenue au Thouars
- Informations municipales

Page 3



- Retour de vacances
- Sport et Loisirs

Page 4



- Voyage au centre de la Terre
- Informations nutritionnelles
- Sortir

Mai sportif, ça continue !

Le 26 avril dernier, les 10 km pédestres ont donné le coup d'envoi de l'édition 2009 du Mai Sportif. La pluie n'a pas découragé les 386 coureurs motivés à franchir la ligne d'arrivée dans les meilleurs chronos. L'esprit sportif poursuit sur sa lancée...

Les 10 km pédestres ont donné le ton de ce Mai Sportif : volontaire et passionné !

Houssin El Khilfat et Adama Laclaverie arrivent premiers des classements homme (32'30") et femme (39'31") de la plus populaire des courses gardéennes. Ils sont sélectionnés pour participer aux championnats de France des 10 km avec les autres athlètes ayant réalisé des chronos qualificatifs. L'AJS La Garde arrive 2^e au podium par équipe derrière le Cap Garonne. "Félicitations aux organisateurs, bénévoles et à l'ensemble des participants pour avoir fait de cette épreuve, cette année encore, un beau moment de sport." Franck Chouquet, conseiller municipal délégué au sport.

Fête du Nautisme, rando, tournois...

Le Mai Sportif continue avec notamment, la Fête du nautisme : direction l'Anse Magaud, samedi 16 mai, pour des baptêmes de plongée sous-marine (pensez à vous inscrire*). Plutôt terre que mer ? Participez à la randonnée nocturne le 29 mai (départ de Guy Môquet 2). Et si l'ambiance gymnase vous transporte, que diriez-vous d'un petit tournoi de volley le 17 mai, à Jacques Troin ?

Rendez-vous le mercredi 20 mai pour le rallye découverte inter-génération. Une occasion originale, aussi bien pour les plus jeunes que les seniors, de s'exercer à tout un panel d'activités sportives : athlétisme, tir à l'arc, basket ball, tennis...

Programme complet disponible dans les points d'accueils municipaux.
***Renseignements et inscriptions : Maison des Sports 04 94 08 98 94**



Profitez de la Fête du nautisme pour parcourir le sentier sous-marin inauguré en mars 2007. Une plongée à la découverte des splendeurs marines...

Des infirmières prennent le pouls des Gardéens

Le 16 mai, pendant le marché, des élèves de l'école de soins infirmiers, sous l'égide du CLIPS et du CCAS, pratiqueront gratuitement de 9h à 11h30, place des Libertés, des prises de tension artérielle dans le cadre du programme "Surveiller sa tension, c'est essentiel."

Une initiative pour permettre à chacun de faire le point sur sa tension et de prendre les mesures nécessaires pour une vie en pleine santé.

Petit conseil :
pratiquer une activité physique régulière est fortement recommandée pour lutter contre l'hypertension.
Profitez du Mai Sportif pour mettre le pied à l'étrier !...

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 92 14
Mme Bru dimanche 17 mai
10h à 12h et 17h à 19h
119 avenue Gabriel Péri
(face à l'église)
Infirmier de garde : 04 94 08 09 98
M. Ricard, Du 16 au 22 mai
42, avenue Sadi Carnot

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
Allô 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 Coucou : 0 825 30 14 14

Bienvenue au Thouars !

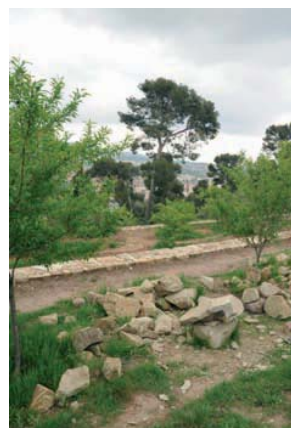
La colline du Thouars renaît grâce au chantier d'insertion. Dix personnes mènent des travaux de rénovation du patrimoine bâti, aménagent le sentier botanique, la zone historique et les accès au poumon vert de notre cité. Ou comment allier développement durable et insertion professionnelle.

L'objectif principal visé par la mise en place de ces chantiers d'insertion, (trois à La Garde : Ste Marguerite, les abords de la Chapelle romane et le Thouars), est de resocialiser un public très éloigné de l'emploi. Les salariés recrutés travaillent dans le cadre des contrats aidés (contrat d'avenir, contrat d'accompagnement à l'emploi) ; ils n'ont aucune qualification, ni de compétence en la matière. L'Etat, la commune de la Garde, le Conseil Général du Var ont répondu présents, depuis le 1er mars 2002, pour faire de cette aventure une formidable réussite !



Au cours du chantier, les salariés de l'association VIE réapprennent un rythme de travail et acquièrent diverses connaissances :

- lecture de plans d'exécution,
- composition, fabrication et mise en œuvre de mortiers et bétons,
- exécution d'ouvrages maçonnés avec la technique dite de la "pierre sèche"
- empierrement de "calades" réalisés avec les pierres du site (recherche de blocs de pierre appropriés, taille des pierres selon la dimension demandée et installation),
- récupération et canalisation des eaux de ruissellement,
- débroussaillage et reboisement de parties forestières.



Transmission du savoir faire

M. Serge Picoche, leur encadrant, distille son savoir et forme son équipe. Tailler les pierres ou encore maçonner, autant de techniques qui permettent à chacun de travailler à son insertion. Le site est magnifié sans aucune intervention mécanique. Les travaux se déroulent dans le respect des règles de l'art. 70 % de ces salariés trouvent un emploi à l'issue

de cette expérience qualifiante ! La Mairie de La Garde

emploie à l'heure actuelle un de ceux qui ont contribué à transformer le Thouars. Les salariés de l'association VIE ont aménagé le sentier botanique, posé des oliviers et des amandiers, réalisés des travaux maçonnés avec les pierres du site pour les fontaines, calades, escaliers, restanques... Plus que jamais, le Thouars est un lieu qui invite à la détente, où l'on peut pique-niquer, lire, réfléchir loin du tumulte et du bruit de la ville.



INFORMATIONS MUNICIPALES

Service Jeunesse

Recherche animateurs ou animatrices BAFA ou équivalent, Permis B, pour la période du 6 juillet au 14 août 2009. Salaire net : 1100€ pour un mois travaillé (31 jours). Public : 11-17 ans, activités : semaines à thèmes du lundi au vendredi, activités sportives et artistiques, camping. Les candidats doivent écrire une lettre de motivation à l'attention de "Monsieur le maire de la Garde" et l'envoyer avec leur cv à la mairie.

CNR Site de La Garde

Le CNR du site de La Garde organise le mercredi 20 Mai à l'auditorium de la médiathèque 2 auditions : à 15h classe d'initiation artistique (élèves de 5 et 6 ans). Rappelons que durant ces 2 années, le programme est essentiellement dirigé vers l'expression corporelle, les rythmes ternaires et binaires, le chant et la découverte des instruments. A 18h : classe de musique de chambre (étudiants et élèves de deuxième et troisième cycle). Au programme : duo, trio, et quatuor de Mozart à nos jours... Renseignement : 04 94 93 34 62.

Médiathèque

La Médiathèque sera fermée du jeudi 20 mai (inclus) et rouvrira ses portes le 5 juin.

Sortie seniors

Le Service Solidarité 3° Age organise une journée à Nice et Beaulieu sur Mer le vendredi 29 mai : visite guidée du Parc floral Phoenix et de la Villa Kerylos. Inscriptions bureau 13 au RdC de l'Hôtel de Ville. Tarif : 45€ par personne tout compris..

Rentrée scolaire 2009

Les inscriptions se dérouleront au service éducation jusqu'au 5 juin pour les enfants nés en 2006 (1^{ère} année de maternelle) et nés en 2003 (cours préparatoire). Pièces à fournir : justificatif récent de domicile et livret de famille.

Voyages seniors

Le Service Solidarité 3° Age organise deux voyages pour les Gardéens de 60 ans et plus. Du 21 au 27 juin : escapade en pays de Carcassonne et du 14 au 16 septembre : le viaduc de Millau et Roquefort. Le tarif sera calculé en fonction des revenus (apportez l'avis d'imposition). Inscription, bureau n° 13 au RdC de l'Hôtel de Ville. Tel : 04 94 08 98 83.

Opération façades

Des réunions publiques se tiendront à l'Hôtel de Ville en Salle du Conseil pour présenter le Pacte Arim (opération façades) ainsi que le programme d'intérêt général pour l'amélioration de l'habitat par TPM le 26 mai à 18h et 9 juin à 18h.

Arrêtés permanents

Mise en place d'un panneau d'interdiction de stationner devant le portail du complexe sportif Guy Môquet II, avenue de Robespierre. Il est rappelé qu'il est interdit à toute personne ne possédant pas d'autorisation préalable de la commune de se brancher ou d'utiliser les poteaux et bouches d'incendie

SPORTS ET LOISIRS

Tréteaux gardéens

Mardi 26 mai à 20h30 au Rocher : "les folies du samedi soir", comédie de Marcel Mithois d'après James Stone, fou rires assurés. Tarif : 9€, réduit : 7€, gratuit - de 12 ans. Tel : 06 72 01 48 93.

Comité départemental de tennis

Dimanche 17 mai : journée départementale de mini tennis (7/8 ans) au club de la Grande Tourache à partir de 9h30. Tel : 04 94 14 12 20.

Bicross gardéen

Le club organise la finale du championnat régional le dimanche 17 mai sur le terrain de la Bouilla. Début de la compétition à 10h30, buvette, restauration sur place, entrée libre. Tel : 04 94 20 65 86.

La Bella brigada

L'ensemble vocal dirigé par Bruno Rodriguez organise son concert annuel le dimanche 17 mai à 18h à l'église Ste Thérèse au Pont de Suve. Billetterie sur place adultes 7€, enfants gratuit.

FCPE

Les parents d'élèves des écoles des Floriales organisent une bourse aux vêtements et matériel de puériculture le samedi 23 mai toute la journée, salle G. Philippe. Réservations de tables et renseignements au 06 85 04 54 29 ou boîte aux lettres FCPE de l'école Tardivier.

ARANOM

Dimanche 24 mai : couscous à Salernes. Permanences le vendredi de 10h à 11h à la Maison des associations. Tel : 04 94 75 98 48 ou 04 94 75 23 42.

Retour de vacances !

Avant de retourner en cours pour la dernière ligne droite, les jeunes Gardéens ont profité de vacances préparées par les différentes structures que compte notre ville. Tour d'horizon de ces vacances bien remplies !

Les voyages forment la jeunesse

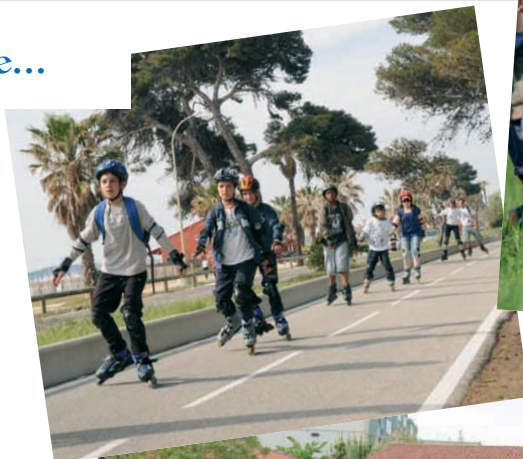
10 jeunes sont partis à la découverte de l'Irlande ! Visite de Dublin et de ses environs, deux jours à Belfast, le Trinity College, ou encore la perle des paysages classés par l'UNESCO du littoral de l'Irlande du Nord : la Chaussée des Géants. Aurélie, animatrice du service jeunesse : "ce fut un voyage enrichissant. Nous avons mêlé à la découverte culturelle les activités sportives. Nous avons séjourné dans des auberges de jeunesse permettant ainsi une véritable ouverture sur le monde. Ils ont gagné en autonomie, chacun a été un véritable acteur de son séjour dans la langue de Shakespeare !"



Le 30 avril, la traditionnelle **Fête du Vent** a rassemblé 250 enfants à la Bouilla. Parachutes, cerfs-volants, manchons confectionnés par les mains expertes de ces petits apprentis !



Du côté des Mases et du service jeunesse...



Les 11-17 ans ont eu le bonheur de participer aux Semaines à thèmes. Au programme, notamment, roller, football américain et découverte de la plongée lors d'une sortie camping à Giens. Quant au 12-17 ans, ils se sont retrouvés au sein des Mases de la cité gardéenne pour des vacances placées sous le signe de l'environnement et du partage, symbolisé par une fresque réalisée au Mas de la Beaussière. Vacances ludiques certes mais également éco-citoyennes !

Roc rando

Dimanche 17 mai : Aix, Jaumegarde, Ste Victoire, les lacs. Rdv à 8h, parking de la Poste. Tel : 06 12 38 47 91.

Les amis de P. et M. Curie

Prochain loto le mardi 19 mai à 15h à la résidence Marie Curie.

Amicale laïque - Rando

Jeudi 14 mai à 8h30 : La Londe, circuit du Temple, le Comtadou ou le plateau de Siou-Blanc. Dimanche 17 mai à 8h : fête de la randonnée avec FFR à La Londe.

UNRPA

Prochain goûter loto, jeudi 14 mai à 15h au foyer A. Croizat.

Harmonie gym

Cours d'harmonisation énergétique (détente du corps par des étirements spécifiques, synchronisation respiration/mouvement, prise de conscience des tensions et des blocages, relation corps/esprit). Détente et lâcher prise, relaxation par des mouvements doux et profonds à base de Do-In, Qi-Gong (Wu-Dang) et de Tai-Chi-Chuan. Les

mercredis de 12h30 à 14h et de 18h30 à 20h, salle de quartier de La Planquette et les vendredis (mêmes horaires à La Valette). Sophrologie de groupe, individuelle et stages. Reiki : Enseignement, Initiations et Suivi, Séances de groupe et individuelles. Renseignements : Liliane Deloues au 06 62 40 46 78.

Wink a dance

Art du Cameroun : mardi 19 mai de 15h à 18h; exposition à la Maison des associations et de 20h à 21h, atelier de danses camerounaise au centre de

La Beaussière (sur inscription). Mercredi 20 mai : Fête du Cameroun : de 9h à 11h45 : Exposition "Bodjingo village", de 15h à 18h45 : ateliers de montage de colliers (sur inscription) à 20h : repas sur invitation. Tel : 06 67 43 45 11.

Les belles jambes 2

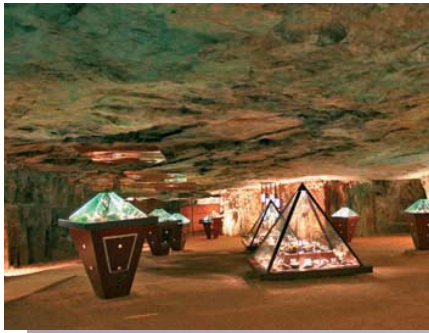
Dimanche 17 mai : Cabasse et ses Mégalithes. Rdv à 7h45, parking intermarché. Tel : 04 94 75 06 98.

Voyage au centre de la terre

La Mine de Cap Garonne organise sa première "Nuit des Musées" et la cinquième édition du "Printemps de la Mine", les 16 et 17 mai. L'occasion de découvrir ou redécouvrir – de manière originale l'un des plus beaux sites minéralogiques du monde, chargé d'histoire et d'émotion.

Samedi 16 mai, de 19h à 1h du matin, le musée de la Mine vous ouvre ses portes en musique. Découvrez le musée éclairé à la bougie, parcourez à la torche le nouveau sentier pédagogique et observez la voûte céleste : un moment unique à partager. Et pour les plus petits, des ateliers sur la faune et la flore sont également proposés. Une belle soirée nocturne pour retrouver la féerie des temps passés. Deuxième temps fort, dimanche 17 mai, de 10h à 18h, avec la 5^e édition du printemps de la Mine. Plusieurs activités sont proposées autour du musée et du site : expositions temporaires (peinture et artisanat), forum sur les minéraux et la prévention des risques de feux de forêts, atelier sur le travail de la pierre, visite de l'ancienne forge, balade en poneys...

A noter : dès le 17 mai, le nouveau sentier de découverte sera accessible à 70% pour les personnes à mobilité réduite.



Navette Gratuite de 10h à 17h30 : départ toute la journée en face de l'Office de Tourisme du Pradet (nombreux parkings centre ville). Itinéraire découverte avec la présence d'un guide.

Tarif unique : 1,50€ par personne (sur réservation)
Renseignements : Musée de la Mine du Cap Garonne : 04 94 08 32 46

MANGEZ ÉQUILIBRÉ !

Restaurants scolaires - Semaine du 13 au 19 mai 2009

	midi	suggestions dîners
mercredi	Céleri rémoulade Sauté de veau marengo Blé Pyrénéenne Fruit P : 33 g L : 31 g G : 98 g AE : 803 kcal C : 160 mg	Salade verte Tarte provençale Flan vanille
jeudi	Salade mélangée Omelette au fromage Petits pois carottes Kiri Tarte au chocolat P : 28 g L : 33 g G : 95 g AE : 789 kcal C : 140 mg	Escalope de volaille aux champignons Riz Yaourt Fruit
vendredi	Haricots verts en salade Tagliatelle au colin et saumon Fromage blanc Fruit P : 32 g L : 28 g G : 100 g AE : 780 kcal C : 180 mg	Salade de pois chiche Gratin de courgettes Rosbif Glace
lundi	Salade verte sauce au thon Poulet basquaise Riz Yaourt aux fruits P : 34 g L : 24 g G : 97 g AE : 740 kcal C : 170 mg	Saucisse Purée de carottes Fromage Fruit
mardi	Salade de tomates Rôti de veau aux pruneaux Haricots beurres persillées Cantal Eclair au chocolat P : 32g L : 31 g G : 90 g AE : 767 kcal C : 170 mg	Taboulé Omelette fines herbes Yaourt Fruit

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 - C : calcium

. CINÉMA LE ROCHER .

cinema@ville-lagarde.fr

L'argent de la vieille (VO)

De Luigi Comencin
Jeudi 14 mai à 18h30
Vendredi 15 mai à 21h
Dimanche 17 mai à 18h30

Séraphine

De Martin Provost
Jeudi 14 mai à 21h
Vendredi 15 mai à 15h et 18h
Dimanche 17 mai à 16h

. EXPOSITIONS .

Lucie Jaubert

Jusqu'au 15 mai
La Galerie

Christian Gonçalves

du 20 mai au 27 juin
Vernissage mardi 19 mai 18h30
La Galerie
Mardi, mercredi, vendredi et samedi 10h /12h et 13h /18h
Jeudi 13h/18h

Elstir

26^e rendez-vous des jeunes plasticiens

Du 9 au 20 mai
mardi/mercredi/vendredi/samedi 10h/12h, 13h/18h
jeudi 13h/18h (sauf jours fériés)
MC G. Philippe

. CONCERTS .

Narrow Terence

Samedi 16 mai 21h
Théâtre du Rocher

Audition / Concert des étudiants du CNR Musiques Traditionnelles

Arabo Andalouse, Musique Cubaine, Guitare Flamenca, Tango
Lundi 18 mai 20h30
Théâtre du Rocher
Entrée libre sur réservations : 04 94 08 99 34 ou 04 94 93 34 62

. MARDI MUSIQUE .

Christian Brazier et Perrine Mansuy
Mardi 12 mai à 18h30
Médiathèque - Espace musique

. PROJECTION/CONFÉRENCE .

Philippe Sauve et Dakota High Hawk

A la rencontre de la nation Sioux
Projection de Horizon Dakota
Mardi 19 mai à 18h30
Auditorium

. CAFÉ PHILO .

Actualité de Pascal Paoli
Par Gisèle Freani
Vendredi 22 mai à 19h30
Auberge provençale