ville-lagarde.fr
@lagarde83130
#villedelagarde

L'HebdO

///Hebdo n°1750 > 30 octobre au 5 novembre 2023

La culture n'attend pas !

Dès le 30 octobre, les travaux commencent sur le parking Brun en face de la médiathèque pour ériger le nouveau Pôle Multiculturel. Un projet qui tenait à cœur à la municipalité et qui a en ligne de mire : offrir un pôle d'attractivité, haut lieu de la vie culturelle locale.

Car l'accès à la culture est primordial pour explorer, découvrir, éveiller sa curiosité et porter un regard nouveau sur le monde qui nous entoure, la cité du Rocher entame un projet d'envergure pour jouir d'une offre culturelle toujours plus étendue. Attenant à la médiathèque Louis Aragon, la Maison communale Gérard Philipe et le Conservatoire, ce nouveau Pôle s'intègrera parfaitement au cœur d'un espace multiculturel déjà riche.

Un complexe majestueux et une salle de spectacle grandiose

Le nouveau théâtre de 350 places aura une vocation à rayonnement régional : une scène plus grande et une hauteur sous plafond plus importante permettront d'accueillir des spectacles de plus grande ampleur. Le bâtiment se développera sur 4 niveaux pour une surface totale de 1 257 m². Il sera équipé d'un spacieux hall d'accueil, un bar/billetterie ainsi que de nombreux locaux destinés aux artistes et équipes techniques. Le bâtiment a pour ambition de s'inscrire parfaitement dans le paysage urbain en créant une harmonie, avec également la création d'espaces collectifs paysagé, comme un jardin méditerranéen pour assurer la meilleure qualité environnementale du site.

« Ce nouveau Pôle souligne l'importance de développer une offre culturelle éclectique sur l'ensemble de la commune et étendre notre rayonnement sur le département et la région. Ouvrons le champ des possibles et faisons de La Garde une ville toujours plus riche et audacieuse, où la culture est reine et où chacun pourra découvrir l'art sous toutes ses formes. »

Hélène Arnaud-Bill, maire de La Garde

Le nouveau Pôle Culturel c'est :

☑ Valoriser l'offre culturelle avec des spectacles éclectiques à destination de tous les publics.
☑ Soutenir la création pour les compagnies de la région dans le domaine du théâtre, de la danse, des arts du cirque...
☑ Réaliser des actions culturelles pour sensibiliser les nouveaux publics.
☑ Créer un véritable tissu culturel en lien avec la médiathèque, le cinéma, la Galerie G.
☑ Mettre en lumière les compagnies de théâtre du Département et fédérer une dynamique territoriale.

Un investissement à la hauteur des ambitions culturelle de la cité du rocher :
> Coût de l'opération : 6 760 000 € HT
> Région : 1 076 895 €
> Département : 1 300 000 €

Sortir à La Garde

//CINÉMA
avenue Marx Dormoy

Le règne animal
de Thomas Cailley
jeu 2 à 17h45, 20h30
ven 3 à 16h45, 19h30
sam 4 à 17h45, 20h30

Linda veut du poulet
de Malta et Laudenbach
jeu 2 à 16h
ven 3 à 15h
sam 4 à 16h
dim 5 à 14h, 15h45
Atelier doublage dès 8 ans : à partir d'une scène dialoguée extraite du film, les participants sont invités à rejouer la scène au micro, avec Bruno Mathé, vidéaste et réalisateur. Gratuit, réservation indispensable au 04 94 08 99 27.

//THÉÂTRE LE ROCHER
Billetterie : ville-lagarde.fr 04 22 80 12 75

> Et pendant ce temps Simone veille !
Mardi 31 octobre à 20h30 - théâtre

> FIMÉ 17e édition du Festival International des musiques d'écran
Projection du film de Donald Crisp et Buster Keaton "La croisière du Navigator" (1925) et en live le groupe K-PLAN
Mardi 7 novembre à 20h30

//EXPOSITIONS

> Violaine Barrois *Portrait of the artist as a young woman*
Jusqu'au 31 octobre Galerie G

> William Bruet *Visions*
Vernissage Jeudi 9 novembre
18h30 Galerie G

> Gaspard de Gouges
Jusqu'au 15 novembre
La Rue (rdc médiathèque)

//ÉVÈNEMENTS

> Commémoration de la Toussaint
Mercredi 1er novembre à 11h15
Cimetière de La Garde

> Bourse aux jouets
Samedi 4 et dimanche 5 novembre
9h à 18h salle Gérard Philipe

> Concert caritatif voir page 4
Vendredi 3 novembre à 20h30

> Commémoration du souvenir du passage du Général De Gaulle
Mercredi 8 novembre à 18h15
Intersection RN 98 et avenue Augias

> Forum santé jeunes
Prévention, alimentation, santé, sport, sexualité, écoute... Gratuit
Mardi 14 novembre 8h30-12h / 13h-16h30
salle Gérard Philipe

//MÉDIATHÈQUE

Mois du film documentaire
Auditorium 18h30
Résa 04 94 08 99 63

> A voix haute
de S. de Freitas et L. Ly
Vendredi 10 novembre

> L'énergie positive des dieux
de Laetitia Møller
Mardi 28 novembre

Ville de La Garde au cœur de l'actualité
Directrice de la publication : Mme le maire / *rédaction, photographies, maquette :* service communication contact-mairie@ville-lagarde.fr
04 94 08 98 00 / *impression :* imprimerie Sira
Réclamation concernant la distribution : 04 94 08 98 02

Permanence Mme le maire
Hélène Arnaud-Bill reçoit les Gardéens vendredi 17 novembre à partir de 9h à la Maison des associations, rue Marc Delage.

Nouveaux Gardéens
Vous vous êtes installé à La Garde entre octobre 2022 et septembre 2023 ? Inscrivez-vous à la Maison des Associations 04 98 01 15 71 et rencontrez celles et ceux qui font La Garde au quotidien lors de la soirée d'accueil des nouveaux Gardéens vendredi 17 novembre, salle Mussou dès 18h30.

CCAS Service Seniors
Journée récolte du Safran le 9/11 : visites d'une safranière et exploitation de miel, restaurant, 40€. Inscriptions Maison des seniors 04 98 01 15 10.

Forum Bien Vivre sa retraite
Journée de prévention santé, en partenariat la Mutualité Française et le CLIC du Coudon, faites un bilan santé, jeudi 30 novembre salle Gérard Philipe. Gratuit sur inscription : CLIC du Coudon 04 22 44 84 73 ou clicducoudon@neuf.fr

Atelier Soin de Soi
Le CLIPS propose aux seniors, en partenariat avec la Mutualité Française, un atelier "Prendre soin de soi après 60 ans" : renforcer l'estime de soi, conseil en image, colorimétrie. 5 séances le mardi de 9h15 à 12h15 dès le 14 novembre à la Maison des associations. Gratuit sur inscription au 04 94 08 98 24. Places limitées.

Atelier des Aidants
Cet atelier destiné à prendre soin des aidants est composé d'une partie activité physique pour prendre soin de son corps et d'une partie sensibilisation pour prendre soin de son moral. Gratuit, sur inscription au CLIPS du CCAS au 04 94 08 98 24.

Eclair Day
Portée par l'association Imagine for Margo, cette opération de collecte de fonds permet d'accélérer le combat contre le cancer des enfants. C'est la première cause de décès par maladie chez l'enfant en France et en Europe. La Garde soutient les boulangeries partenaires de l'opération engagées à reverser 100% du prix à l'association ce samedi 18 novembre. Pour être sûr de trouver vos éclairs solidaires, pensez à appeler 48h à l'avance Le Moulin De Païou situé 380 allée Gaspard Monge 04 94 08 41 54 ou Ma Boulange by Marco 04 94 65 04 85 avenue Marx Dormoy pour les réserver.

Inscriptions vide grenier du 3 décembre
22 et 23 novembre, 8h à 12h30 non-stop, salle Gérard Philipe, entrée côté esplanade.

Visites guidées de la Vieille Garde
Mercredi 8, jeudi 9, samedi 25 novembre à 14h. Inscription à la Maison du tourisme 04 94 08 99 78.

La mairie recrute
> Agent de traversée des écoles
Vous êtes disponible quelques heures dans la journée ? Vous aimez vous sentir utile ? Vous appréciez le contact humain ? Missions : assurer la sécurité pour la traversée de la route devant une école de la commune du lundi au vendredi, 2h par jour, sauf mercredi et vacances scolaires. Être disponible car horaires coupés : de 8h15 à 8h45, de 11h15 à 11h45, de 13h15 à 13h45 et de 16h15 à 16h45. CDD de 9 mois de 8h/semaine, salaire : 11,52€/h. Infos et CV : BMEE / Bureau Municipal de l'Economie et de l'Emploi - 174 rue Marc Delage - 83130 La Garde / 04 98 01 15 51 / bme@ville-lagarde.fr
> Animateurs diplômés (BAFA, CPJEPS, CQP, licence STAPS, CAP AEPE, BPJEPS...) pour les 11 périscolaires et 2 accueils de loisirs de la commune jusqu'au 6 juillet 2024. CV et lettre de motivation à adresser à la DRH de la mairie de La Garde, Hôtel de Ville, BP 121, 83130 La Garde ou à acm-loisirs@ville-lagarde.fr

Grande bouffée d'air frais à l'espace Nature du Plan ! L'association VMA sport organisait une initiation à la **marche nordique**. Une randonnée idéale au cœur d'un espace privilégié qui abrite une biodiversité remarquable. Plaisir pour le corps et les yeux assuré.

Une semaine toute en or !

Du 9 au 15 octobre se tenait la semaine de l'âge d'or consacrée à nos aînés. Sport, culture, fête, découverte... Retour en images d'une parenthèse dorée entre partage, convivialité et solidarité !

Grande nouveauté pour cette édition : **l'éveil à la danse**, mené par Claire Bourdet, qui travaille depuis 3 ans avec le CCAS : « *C'est une initiation à la danse qui, grâce à la chorégraphie, permet de travailler sa mobilité !* » Tout un panel de chorégraphies accessibles à partager avec ses enfants ou petits-enfants. Un moment hors du temps qui fait du bien au corps et à l'esprit !

60 ans d'amour !

Félicitations aux époux Lacroix qui ont renouvelé leurs vœux de mariage lors de la clôture de la semaine de l'âge d'or. Un grand moment de liesse, en compagnie de Madame le maire, Hélène Arnaud-Bill et élus présents pour cette célébration.

Les âmes artistiques ont pu s'essayer à l'**aquarelle** grâce à l'association Les Arts O Soleil. Une première pour Jean-Pierre : « *Chez moi je fais des tableaux à base de matériaux que je ramasse : pierres, plastique, bois... L'aquarelle me permet de découvrir une nouvelle technique très différente ! Je participe à la semaine de l'âge d'or tous les ans. C'est super de tester plein de choses et ça me fait sortir de la maison, rencontrer des gens...* »

L'association Taï Chi Attitude a pu faire découvrir les rouages du **taï chi**, un art martial lent propice à la relaxation et au développement intérieur. Concentration, équilibre, relâchement et respiration sont les maîtres mots de cette séance découverte au parc des Savels.

Mercredi 11 octobre se tenait le **traditionnel déjeuner** en salle Gérard Philipe. Un moment convivial autour d'un bon aïoli avant de profiter de succulentes crêpes et d'une animation dansante proposée par l'association Méditerranéenne de Spectacles de Variétés. Gastronomie et musique, pour une journée joyeuse et festive en présence de Hélène Arnaud-Bill, Maire et Jean-Louis Masson Président du Conseil départemental et des élus gardéens.

Ura-mawashi-geri* ! Mardi 9 octobre, nos seniors ont profité d'une matinée consacrée aux arts martiaux avec initiation au **karaté** ! L'occasion de se remettre en forme en apprenant les bases de ce sport ancestral, encadrés par Michel Bourene, professeur au Karaté Club Gardéen.

**coup de pied circulaire arrière en karaté*

Pour clôturer le bal, vous avez pu apprécier la **comédie musicale** "En chantant" sur les plus grands succès de Michel Sardou. Un véritable show son et lumière sur la java de Broadway, les Lacs du Connemara, les vieux mariés ou encore la rivière de notre enfance...

Informations *associatives*

Associations, vous souhaitez paraître dans cette colonne merci d'envoyer vos principaux rendez-vous par mail : sinformation@ville-lagarde.fr

Banque Alimentaire du Var
Grande collecte les 24, 25, 26 novembre dans 130 magasins. Nous avons besoin de produits essentiels : féculent, légume sec, conserve de fruits et légumes, plat cuisiné sous vide, conserve, purée, soupe, biscuit, produit d'hygiène, produit bébé... S'engager comme bénévole pour quelques heures lors de la collecte nationale, si vous souhaitez participer à cette belle action, inscrivez-vous près de chez vous sur : www.jeveuxaider.gouv.fr

Théâtre P'tit Hang'Art
Comédie "Les belle sœurs" samedi 4/11 à 20h30 et dimanche 5/11 à 17h. Comédie "Serial lover" samedi 18/11 à 17h et 20h30. 14€ ou 12€ adhérent, réservation 06 14 22 18 38 ou ptithangart@sfr.fr

Amicale laïque section randonnée
Jeudi 2 novembre 8h30 : randonnée Signes, l'oratoire de Notre Dame des Anges. Dimanche 5 novembre : les 45 ans de la rando à Siou Blanc. Jeudi 9 novembre : Saint Mandrier, la batterie du Lazaret. Infos : 04 94 48 81 51 ou al.lagarde.monsite-orange.fr

Harmonie Mussou
Grand loto fermier dimanche 19 novembre à 15h salle Mussou. Venez nombreux !

Avenir Gymnique Gardéenne
Gym aux agrès, saut, barres, poutre, sol de 3 à 15 ans. Inscription essais lors des journées portes ouvertes les samedis 28 octobre et 4 novembre gymnase Guy Môquet 1. Info avenirgymnastique83@gmail.com et sur les réseaux sociaux.

ADAIM
Permanences les 2e et 3e samedis du mois (hors jours fériés) à la Maison des associations. Séjour 5 jours 4 nuits à Marrakech et village Tizgui du 11 au 15 novembre, 540€ avec hôtel, transferts, musées avec guide local, salon d'esthétique (hammam, pédicure, manucure, brushing), repas. Plus d'infos au 07 83 11 47 19.

Médaillés militaires
Voyage au cœur du Tyrol du 17 au 22 juin, ouvert à tous (699€/pers. en pension complète). Découverte de ses traditions locales et folklore musical. Renseignements : Maison du combattant vendredi de 10h à 11h.

Restos du cœur - Inscriptions
Les personnes souhaitant bénéficier de l'aide doivent se présenter au centre, place Adrien Barthélemy (parking archives municipales) les mardis et jeudis entre 7h30 et 11h30.

Autour du Tao
Qigong mardi et jeudi 12h/13h gymnase Guy Môquet 1 et mardi 17h/18h MIS Planquette. Taichi Chen jeudi 19h/20h gymnase Guy Môquet 1 et mardi 19h/20h MIS Planquette. Taichi Yang mardi 18h/19h MIS Planquette. Infos 06 99 60 86 48 - autourdutao.fr

Sevillanas y compas
Cours de flamenco à la MIS Beaussière : enfants mercredi 16h45/17h45, adultes-ados mardi 18h et mercredi 18h15. Cours d'essai gratuit. Infos Aline Rodriguez 06 50 62 23 36 sevillanascompas@gmail.com

Les Mains Sales 83
Initiation à la linogravure : apprenez la technique de l'impression à la main ! Prochains ateliers : 4/11 et 23/12 de 9h à 12h à la Maison des associations. Tous niveaux dès 10 ans. 35€ matériel fourni. Réservation au 06 30 45 95 70 ou lesmainssales83@gmail.com

UNRPA
Lotos les 2, 16, 30 novembre au foyer Croizat.

Montagne détente et loisirs
Séjour dans le Tyrol du 8 au 14 juin. Tarif : 969€/personne, pension complète du dîner du 1er jour au petit déj du jour 7. Départ en bus de La Garde. Infos 04 94 75 09 83.

Gardéens de souche et de cœur
Loto la ronde culinaire dimanche 5 novembre, début 14h, ouverture des portes 13h30, salle Mussou. Infos Jean-Pierre 06 16 28 55 68.

Fimé : embarquez pour le Navigator !

Du 4 au 12 novembre, vivez la 17e édition du Fimé, le festival international des musiques d'écran. Au programme, voyage, évasion et passions aux 4 coins de la métropole. A La Garde, le Fimé s'installe au théâtre Le Rocher mardi 7 novembre à 20h30 pour un voyage dans le temps avec *La croisière du Navigator*.

Un couple loufoque composé d'un aristocrate fainéant et d'une roturière se retrouve seul à bord d'un navire à la dérive alors que la demoiselle a récemment écarté une demande en mariage du jeune homme. Dès lors, ils s'organisent pour survivre loin de leurs domestiques et du confort, enchainant les situations rocambolesques jusqu'à jeter l'ancre près des côtes d'une île pas si déserte qu'elle n'y parait.

Vivez cette comédie romantique de 1924 comme si vous y étiez accompagné par la musique envoutante de ***K-Plan***, adepte de ciné-concert : électrique, énergique, entre le jazz et le rock, découvrez le film de Buster Keaton et Donald Crisp sur des notes de ukulélé, marimba, batterie ou encore violoncelle...

Réservation : service culturel 04 94 08 99 34 / resalerocher@ville-lagarde.fr

CONCERT CARITATIF

Vendredi 3 novembre à 20h30, prenez part au concert caritatif organisé au profit de l'épicerie étudiante, en salle Mussou à La Garde. Un concert rock d'exception avec la présence du groupe *The Sticky Fingers*, un collectif influencé entre autres par The Rolling Stones, AC/DC et ZZ Top, mais également Kilian, grand gagnant Starmouv' 2023 et Lona coup de cœur de l'édition.

Ouverture des portes 20h10 – buvette sur place – Infos Maison de la jeunesse 04 94 21 60 64 / 18 allée Toulouse Lautrec.

AB · Viandes de France · Produits locaux · fait maison

Mangez équilibré ! > 30/10 au 3/11
restaurants scolaires - centres de loisirs

manger bouger

lundi	macédoine vinaigrette / saucisses knakis / •purée de pommes de terre ail et fines herbes / fromage / fruit de saison	P 28 g L 30 g G 84 g AE 718 kcal Ca 230 mg	*salade de chou rouge et pommes / tarte poireaux / yaourt*
mardi	sardine à l'huile / •lasagnes bolognaise / laitage / biscuit	P 26 g L 26 g G 90 g AE 698 kcal Ca 240 mg	*salade de lentilles / gratin de blettes / fromage / fruit*
mercredi	*férié*		*courgettes et pommes de terre farcies / salade verte / fromage / compote*
jeudi	•salade de blé / brochettes de poisson à l'huile d'olive / beignets de légumes / fromage / purée de fruits	P 29 g L 27 g G 85 g AE 699 kcal Ca 150 mg	*potage choux fleur / riz tricolore aux lardons carottes et petits pois / faisselle et ananas*
vendredi	pâté coupelle / •boulettes d'agneau sauce tomate / pâtes et emmental râpé / laitage / fruit de saison	P 27 g L 30 g G 88 g AE 730 kcal Ca 250 mg	*salade de mâche, pommes, noix / crevettes et brocolis / fromage / gâteau de semoule*

suggestions pour le menu du soir

Informations données pour un enfant de primaire qui mange la totalité du repas avec portion de pain et sans se resservir. P : protides / L : lipides / G : glucides / AE : apport énergétique / Ca : calcium

N° Utiles

Plateforme des pharmacies de garde : 3237
0,34€ TTC/min - accessible 24h/24h

Infirmier de garde : 04 94 15 93 63
Le Labousse Thomas
155 place voltaire

Mairie : 04 94 08 98 00
Mairie annexe Ste Marguerite : 04 94 48 85 76
Maison du Tourisme : 04 94 08 99 78
Encombrants : 04 98 01 15 13
Déchetterie : 04 94 14 04 92

Numéros d'urgence :
SAMU : 15 / Pompiers : 18 / Police : 17
SOS médecins : 04 94 14 33 33
Urgence en mer : 196
Urgence dentaire : 08 92 56 67 66
Police nationale : 04 94 75 88 88
Police municipale : 04 94 08 98 20
ENEDIS 09 72 67 50 83
GRDF 08 00 47 33 33
Urgence eau assainissement : appeler la mairie au 04 94 08 98 00