

## //EXPOSITIONS

## &gt; Aïmons-nous en œuvre et vérité

Alain Le Cozannet &  
Betty Pérard Aknnala

Expo visible tous les samedis de juillet  
de 16h à 19h - Chapelle romane

> Création en cours avec  
les Ateliers Médicis

Exposition du travail des écoliers  
de CM1 de Jean Aicard avec  
la photographe Adèle Pécout  
Musée Jean Aicard-Paulin Bertrand  
705 avenue du 8 mai 1945  
Ouvert du mardi au samedi  
de 12h à 18h - 04 94 14 33 78

## //ÉVÈNEMENTS

entrée libre et gratuite (sauf indications)

## &gt; Les Agoras d'été

Le coaching de Freud

Lundi 24 juillet 20h  
Esplanade Gérard Philippe

## &gt; Les Nuits du Mas

Concert classique  
Voyage en terres américaines  
Par Le Quatuor Debussy  
Christophe Collette &  
Emmanuel Bernar violons  
Vincent Deprecq alto  
Cédric Conchon violoncelle  
Mardi 25 juillet 21h  
Mas de Sainte Marguerite

> Earth Wind and Fire  
experience feat Al Mc Kay

Mercredi 26 juillet 21h30  
Place de la République

## &gt; Inf'eau mer

Vendredi 28 juillet de 10h à 15h  
Stand d'information près du poste  
de secours - plage Magaud  
(voir ci-contre)

## &gt; Visite guidée de la Vieille Garde

Visite historique de 2h30 avec  
M. Dumetz  
Mardi 2 août départ à 9h.  
Sur inscription Maison du Tourisme  
04 94 08 99 78

## &gt; Les Nocturnes Médiévales

Du 4 au 6 août - centre-ville

## &gt; Les bals du jeudi

Par l'association des commerçants  
Jeudi 10 août dès 19h30 Place de  
la République

## //MÉDIATHÈQUE

## Horaires d'été :

mardi : 9h-12h et 16h-19h / mer-  
credi : 9h-13h / vendredi : 9h-13h /  
samedi : 9h-12h30

> Exposition sur les milieux  
marins en présence d'éco guides  
du Parc national de Port-Cros  
Les mardi 25 juillet de 9h à 12h



ville-lagarde.fr

@lagarde83130

#villedeLagarde



# L'Hebdo

///Hebdo n°1736 &gt; 24 au 30 juillet 2023

## La beauté du littoral Gardéen s'offre à vous !

Jusqu'au 17 août, explorez les richesses des fonds marins lors d'ateliers pour petits et grands dans le cadre idyllique de l'anse Magaud. Les petites bêtes qui peuplent le bord de mer se révèlent... Découvrez cette vie foisonnante et plongez au cœur de notre patrimoine naturel.



### Explorer les rivages

Tous les mercredis, crapahutez les pieds dans l'eau pour découvrir toute la biodiversité qui se cache juste sous vos yeux ! Accompagnés d'un guide naturaliste, découvrez les petites bêtes qui logent sur les bords de l'anse Magaud. Petits et grands, en famille ou entre amis, apprenez à attraper les petites bêtes, les observer pour mieux les relâcher. Le Naturoscope propose l'atelier "*les pieds dans l'eau*" pour découvrir un habitat riche en surprises et en anecdotes...

Différenciez-vous un crabe mâle d'une femelle ? Vous saurez absolument tout sur les petits locataires de l'anse Magaud.  
**Mercredis 26 juillet et 2, 9, 16, 23 et 30 août à 10h, 13h ou 15h - tarif 5 € - réservation auprès du \*Naturoscope 07 69 78 33 49 ou rando.sub@naturoscope.fr. Prévoir des chaussures pour marcher dans l'eau. A partir de 3 ans.**

### Initiation à la randonnée subaquatique

Explorateurs en mer, laissez vous guider au fil

du sentier-sous-marin et dénîchez les trésors de la Méditerranée avec un guide de randonnée naturaliste. La faune et la flore méditerranéenne s'offrent à vous : équipez vous d'un masque et d'un tuba pour une immersion dans l'anse Magaud, entre daurades et étoiles de mer. Tout le matériel est fourni.

**Tout l'été, du mardi au samedi à 10h, 13h et 15h  
tarif 5€ enfants // 10€ adultes  
Réservation auprès du Naturoscope.**

### Halte aux curieux !

Tout au long de l'été profitez du stand d'information découverte et renseignements sur l'environnement marin, **Inf'eau mer** ! Vous êtes de passage pour un moment farniente au bord de l'eau ? Faites une halte pour en apprendre plus sur la préservation de notre environnement et découvrir les actions menées par la commune pour la gestion du littoral.

**Vendredi 28 juillet - lundi 7 août et jeudi 17 août de 10h à 15h à l'anse Magaud, proche du poste de secours.**



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

Reclamation concernant la distribution : 04 94 08 98 02





**Opération tranquillité vacances**  
Les Gardéens peuvent demander à la Police Municipale de surveiller leur domicile en leur absence. Service gratuit sur inscription. Formulaire à télécharger sur ville-lagarde.fr et à déposer à l'accueil de la Police Municipale, place de la République. Infos : 04 94 08 98 20

**Piscine municipale jusqu'au 3 septembre**  
Inscriptions aquagym école de natation à la Maison des sports, 9h-12h / 14h-17h, info 04 98 04 04 21 ou 22. Cours aquagym retraités : inscriptions à la Maison des Seniors et des Familles.

**CCAS Service Seniors**  
Infos/Inscription dès 10h : Maison des Seniors 04 98 01 15 10. Places limitées :  
> **Aquagym retraités** : 25,70€/mois pour 2 séances hebdomadaires de 11h à 12h, se munir impérativement de : certificat médical, photo, justificatif de domicile.  
> **Service Civique Solidarité Seniors** deux jeunes volontaires proposent, autour du numérique et de l'intergénérationnel, des balades, ateliers, échanges sur les savoirs et savoir-faire oubliés.

**CCAS : ateliers gratuits**  
Inscription au 04 94 08 98 24.  
> **Mémoire** : entretenir et renforcer les mécanismes de mémorisation, le lundi de 14h30 à 16h30 durant 9 séances dès le 11 septembre à la Maison des Associations.  
> **Equilibre** : prévention des chutes, pratiquer des exercices adaptés et entretenir son équilibre, le jeudi de 14h à 15h durant 12 séances dès le 7 septembre à la MIS de La Planquette.

**Protégeons nos forêts des incendies**  
9 feux sur 10 sont d'origine humaine : en cas de sécheresse, de canicule ou de vent fort, un mégot mal éteint jeté depuis une fenêtre de voiture ou en bord de route, une étincelle dans un champ ou un jardin peut suffire à dévaster des hectares de végétation en quelques minutes seulement. Un simple geste qui peut avoir de graves conséquences sur la nature, détruire des habitations, des entreprises et des campings, tuer des animaux et même menacer des vies humaines.

**Lutte contre les nuisibles**  
Comme l'oblige le règlement sanitaire départemental, il est du ressort du propriétaire d'habitation, de dépendances et de jardin de veiller à la salubrité et à l'hygiène et de sa propriété.

**Recrutements**  
La mairie de La Garde recherche pour ses 11 périscolaires et 2 accueils de loisirs des animateurs diplômés (BAFA, CPJEPS, CQP, licence STAPS, CAP AEPE, BPJEPS...) pour la période du 31 août 2023 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

**Concours arts plastiques abeilles**  
Peinture, collage, dessin, photo, nos amies les abeilles vous inspirent ? Jusqu'au 15 septembre pour participer et envoyer votre œuvre en format A4 à la Maison du Tourisme "Concours arts plastiques sur les abeilles" 9 place de la République, 83130 La Garde / infos : 04 94 08 99 78. Règlement sur ville-lagarde.fr

# Les habitants de Romain Rolland donnent leur avis



Lors d'une première concertation citoyenne le 29 juin, les Gardéens de la résidence Romain Rolland ont pu donner leur avis sur leur quotidien et émettre des propositions pour l'avenir.

**E**n présence des services de la Ville et de l'Etat, chacun a pu librement s'exprimer sur son ressenti en tant qu'habitant de ce quartier prioritaire de la ville. L'objectif est de recueillir des idées, construire des projets, fédérer les énergies afin d'améliorer le quotidien des familles, des jeunes et des seniors qui y vivent.

**Agnès Bonjean, sous-préfète** : "La participation citoyenne est lancée ! Nous réfléchissons déjà au projet contrat de ville 2030. Aujourd'hui, la parole vous est donnée."

**Hélène Arnaud-Bill, maire** : "Romain Rolland évolue, il y a un fort engagement et accompagnement de la part de la municipalité. Ensemble, nous avons réalisé dernièrement un nouveau city stade, d'autres projets vont arriver : un nouveau court de tennis, des jeux pour les enfants. Tout cela, nous le faisons en concertation avec vous."

**Alain Dumontet, adjoint à la politique de la ville, vie des quartiers** : "L'idée est de recueillir vos souhaits pour le futur et pouvoir les mettre en œuvre."

## Tous à la plage !

Tous les dimanches et ce depuis 2019, le département du Var et la SAGEM proposent à tous ses locataires résidant à La Garde au centre-ville, à la Planquette ou à Romain Rolland, de bénéficier de navettes gratuites direction les plages du Mourillon à Toulon. Dimanche 2 juillet, Madame le maire **Hélène Arnaud Bill** et **Jean Louis Masson**, président du Conseil Départemental étaient présents pour inaugurer le départ des premières navettes qui assureront les trajets jusqu'au 10 septembre prochain.



**Parcours : Départ à 9h, 11h et 14h : école Maurice-Delplace // Arrêts : rond-point des Campanules, Pensées, Boutons d'or, Romain-Rolland. Retour Mourillon : toutes les heures de 16h à 19h. Bus sur réservation au 04 94 08 63 18**

# Repas champêtre pour les Gardéens de souche et de cœur

Le dimanche 25 juin, l'association des **Gardéens de souche et de cœur** a organisé son traditionnel repas annuel. 122 adhérents se sont retrouvés au cœur de la pinède du centre Henri Wallon, pour partager un bon repas, à l'ombre des arbres en présence de **Madame le Maire. Jean Pierre Dumetz**, président : *"se retrouver, resserrer les liens amicaux et partager des moments ensemble, c'est l'essence même de l'association !"*



**Merci Monsieur le directeur Thomas Navineau**, directeur de l'école Eliette Santoni, part à la retraite : *"Travailler à La Garde, c'est tellement facile. Il y a des moyens mis en œuvre pour la réussite des enfants, un service municipal dédié à l'éducation qui est efficace et toujours dans la bienveillance."* **Lundi 26 juin, Madame le maire** lui a remis la médaille de la Ville : *"Merci pour tout ce que vous avez fait pour nos enfants. Merci à votre équipe, vous avez été un chef d'orchestre exceptionnel !"*

## Merci Madame la directrice

Après avoir fait les beaux jours des petits Gardéens de l'école maternelle Elsa Triolet, **Madame Assensi** prend sa retraite, auréolée de la médaille de la Ville remise par la première magistrate le 30 juin : *"Ici c'est ma deuxième maison, vous comptez tous beaucoup pour moi."*



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

**Naturoscope**  
Inscription : [rando.sub@naturoscope.fr](mailto:rando.sub@naturoscope.fr)  
07 69 78 33 49

**Initiation randonnée subaquatique avec un guide** (dès 8 ans)  
Du mardi au samedi jusqu'au 31 août à 10h, 13h, 15h à l'anse Magaud - Tarifs : 5€/ enfant et 8€/adulte – matériel fourni  
**Les pieds dans l'eau**, observez les petites bêtes du bord de mer à l'anse Magaud (dès 3 ans) mercredis 26 juillet, 2, 9, 16, 23 et 30 août à 10h, 13h, 15h - Tarifs : 5€

**Ligue de Protection des Oiseaux**  
Visite du massif forestier du Thouars pour petits et grands. Samedis 29 juillet, 5 août et 9 septembre rdv à 8h45 sur site. Inscription Maison du tourisme : 04 94 08 99 78

**Les Amis de la Vieille Garde**  
ouvrent la chapelle romane tous les samedis de 16h à 19h jusqu'au 2 septembre

**ENTRACT'SEP**  
Permanences le 1er mardi de chaque mois de 14h30 à 17h, ateliers : sophrologie, yoga du rire, psychologie... APF France handicap du Var 58 rue Antoine Fourcroy, 04 98 01 30 50.

**Renaissance du Vieux Mas de Ste Marguerite**  
Couture, bibliothèque, chant choral, informatique, jeux de cartes, pétanque...  
infos : 06 19 16 19 20 et 06 12 14 51 74.  
Consultation gratuite de conciliation juridique avec Marc Boissenot, sur RDV au 07 81 63 26 88 ou [vieux.mas@free.fr](mailto:vieux.mas@free.fr). Entretiens juridiques individuels gratuits par Maître Aurélie Boukorras. RDV : 04 88 80 12 67 ou [vieux.mas@free.fr](mailto:vieux.mas@free.fr).

**Amicale des locataires de la Planquette**  
Samedi 16 septembre 2023 : animation commerciale à Aix en Provence. Visite du musée du Calisson. Tour de la ville en petit train : transport et repas : 35 €. Week-end du 18 et 19 novembre 2023 : préparez vos achats de Noël au Perthus-La Jonquera. Transport, repas et hébergement : 132 €. Renseignements et inscriptions : 07 83 62 13 80 - ouvert à tous

**Banque alimentaire**  
Le site basé dans la zone d'activité du Pouverel recherche des bénévoles - [ba830.drh@banquealimentaire.org](mailto:ba830.drh@banquealimentaire.org)

**Cours de Krav Maga**  
ODYSSEY KRAV MAGA propose des cours pendant tout l'été les vendredis 19h30 à La Garde. Cours d'essai gratuit - [odysseykravmaga.com](http://odysseykravmaga.com) - 07 45 19 39 05 - [kravmagao-dyssey@gmail.com](mailto:kravmagao-dyssey@gmail.com)

**Fé et réve**  
L'association propose un accompagnement dans vos projets d'écriture. Contact : Fanny au 06 29 90 58 87.

**AJS Escrime La Garde**  
Entraînements, complexe sportif Guy Môquet, en fonction de l'âge et du niveau. Infos sur la page Facebook du club.

**Ma Garde Proprié**  
Collectes de déchets sauvages sur les quartiers de la ville les dimanches de 9h à 11h. Permanences les vendredis de 15h à 17h, Maison des associations. Infos : 06 31 78 49 88.

**UNICEF antenne La Garde**  
L'association cherche des bénévoles pour renforcer son équipe. Info et contact par mail [unicef83@unicef.fr](mailto:unicef83@unicef.fr)

**Aide à Domicile Varoise**  
Accompagnement des familles et/ou des personnes fragilisées : aide à la personne, tâches ménagères, jardinage et bricolage etc. L'association assure également des besoins spécifiques avec des gardes de jour et/ou de nuit 7j/7, 24h/24, les week-end et jours fériés. Infos : 49 Rue Gabriel Boudillon, 04 94 41 90 29 [adv-83@wanadoo.fr](mailto:adv-83@wanadoo.fr).

**Tango Bleu 83**  
Cours tous niveaux : [tangobleu83.com](http://tangobleu83.com)  
Inscriptions : 07 85 48 99 79.

# La Garde en goodies

Offrez-vous les goodies exclusifs de la Maison du Tourisme à l'effigie de la ville et repartez avec de jolis souvenirs !



Maison du Tourisme,  
9 place de la République  
Du mardi au vendredi 9h-12h /  
14h-17h30 et le samedi 9h-12h  
04 94 08 99 78 ou [maison-du-tourisme@ville-lagarde.fr](mailto:maison-du-tourisme@ville-lagarde.fr)

Affiches et poster illustrés par **Eric Garence** ou **Monsieur Z** représentant nos beaux paysages Gardéens, bd Pays Toulonnais La Garde tome 1 et 2 pour découvrir au fil des bulles des histoires sur le patrimoine de notre commune, ou encore Oukon'Var jeu de carte culturel et pédagogique 100% Varois, l'occasion d'en apprendre plus sur les richesses de notre département à travers 7 thématiques et 336 questions. Découvrez aussi la collection signature de l'illustrateur Julien Orsini : mugs, cartes postales à l'effigie de la cité du

Rocher ou des poissons de méditerranées, mais aussi jeu de cartes joliment illustrés à l'aquarelle.

## La Maison du Tourisme pour vous guider

Vous souhaitez connaître le programme de l'été ? Les horaires des visites de la Vieille-Garde ? Consultez nos publications municipales ? Découvrir des brochures des activités à faire dans la région ? La Maison du Tourisme est LE lieu idéal pour vous aider à planifier vos vacances. Doris et Emilie vous accueillent du mardi au samedi, sur la Place de la République, alors n'hésitez pas !

|          |   | <b>Mangez équilibré !</b><br>> 24/07 au 28/07<br>restaurants scolaires - centres de loisirs |  |
|----------|---|---|--|
| lundi    | *pizza au fromage bio / *steak haché sauce tomate/ printanière de légumes / fromage fruit de saison | P 27 g<br>L 28 g<br>G 83 g<br>AE 652 kcal<br>Ca 250 mg                                      | Melon / salade de penne/ haricots plats et œufs dur yaourt           |
| mardi    | radis beurre / *blanquette de poisson / frites / fromage mousse au chocolat                         | P 28 g<br>L 32 g<br>G 90 g<br>AE 760 kcal<br>Ca 150 mg                                      | sardines / quinoa, tomate et noisette / petit suisse et fruit        |
| mercredi | *salade Grecque / pâtes sauce carbonara / emmenthal râpé laitage / pâtisserie                       | P 26 g<br>L 30 g<br>G 92 g<br>AE 742 kcal<br>Ca 250 mg                                      | tarte à la tomate / salade verte / fruit                             |
| jeudi    | *Pastèque / pilon de poulet *taboulé maison / compote et biscuit                                    | P 25 g<br>L 20 g<br>G 86 g<br>AE 624 kcal<br>Ca 150 mg                                      | aubergines en salade à l'aïl raviolis au fromage et épinards / fruit |
| vendredi | saucisson / *chili con carné / riz laitage / fruit de saison  | P 28 g<br>L 29 g<br>G 87 g<br>AE 721 kcal<br>Ca 145 mg                                      | carottes et céleris râpées fajitas aux courgettes et dinde cheddar   |

Informations données pour un enfant de primaire qui mange la totalité du repas avec portion de pain et sans se resservir. P : protéines / 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 : 06 09 91 53 25**

Sylvie Gabas  
15 avenue Roger Salengro

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  
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