Lou Bram de Laret

Magazine d'informations municipales de la commune de Bargemon

Automne - Hiver 2021

mairiedebargemon

Le mot de Mme le Maire

Chers concitoyen(ne)s

Nous voici au début de l'année 2022.

La période des voeux étant passée, et même si les cérémonies ont été annulées, nous tenions quand même à vous exprimer, à toutes et à tous, notre espoir de voir notre commune retrouver une vie plus normale et agréable malgré la présence encore bien réelle de ce virus qui déstabilise nos vies depuis maintenant près de 2 ans.

Gardons espoir, gardons confiance, protégeons nos rêves et continuons d'avancer car chaque pas nous amène vers la réalisation de nos objectifs. Certains ont déjà été atteints ou sont en cours de réalisation :

Le montant des fonds de l'ARS (Agence Régionale de Santé) a été officialisé concernant le nouvel EHPAD ouvrant la voie pour la suite du projet

Les propriétaires de la rue Marceau ont pu être indemnisés, nous pourrons ainsi engager un nouveau dossier de Fonds Barnier pour les études de faisabilité dès réception du rapport du BRGM (Bureau de Recherches Géologiques et Minières) sur les sondages réalisés sur la commune depuis près de 2 ans

La toiture et l'isolation de la salle polyvalente ont été entièrement rénovées

La toiture de la Maison Bistarelli a été refaite également afin d'éviter une dégradation de l'immeuble

L'intérieur du moulin à huile communal a refait peau neuve

Nous tenons à remercier les associations qui, malgré tous les différents protocoles ont continué à oeuvrer pour animer le village. De la même façon et de manière très sincère le personnel communal, qui a su s'impliquer, s'adapter, faire preuve de solidarité pour le bien de tous.

Continuons d'être vigilant.
Avançons lentement mais surement.
Prenez soin de vous et de vos proches.

Nadine DECARLIS
Votre Maire

Directeur de la publication : Nadine DECARLIS
Conception/réalisation : Service Communication
Imprimeur : Sericoncept - tirage : 1000 ex.
Distribution : Mairie et commerçants de Bargemon

Sommaire

P. 4 — Du côté des finances

P. 5 — Du côté des travaux

P. 6 — Du côté de l'école

P. 7 — Du côté du C.C.A.S.

P. 8 — Du côté du développement durable

P. 9 - 15 — Du côté des associations

P. 16 — Du côté du numérique

P. 16 - 17 — Du côté de la communication

P. 18 - 19 — Du côté du tourisme

P. 20 — Du côté de l'urbanisme

P. 21 - 22 — Du côté du Patrimoine

P. 23 — Du côté de DPVa

P. 24 - 25 — Du côté de la Mission Locale

P. 26 — Du côté de l'état civil

P. 27 — Du côté de chez Dédé

P. 28 — Du côté du garde-Champêtre

P. 29 — Du côté des recettes /astuces

Du côté des finances

Patrick PÉLISSOU
3e Adjoint
Délégué aux travaux, voirie bâtiments, affaires générales

Chères Bargemonnaises, Chers Bargemonnais

Lou Bram de l'Arêt est un journal municipal destiné à informer notre population de l'activité de l'équipe municipale. A ce titre, j'ai dans l'édition précédente fait un point complet des finances de notre village lors de notre prise de fonction.
Je me dois néanmoins de répondre au courrier d'information distribué par l'ancienne équipe.
Je réaffirme, et notre équipe avec moi, que notre village était surveillé par l'Etat et le Trésor Public pour sa mauvaise gestion.

Je réaffirme que la trésorière et le Sous-Préfet nous ont fait part, lors de diverses réunions, de la situation catastrophique de nos comptes à l'époque et que si rien ne changeait dans notre gestion, il pourrait à terme être envisagé une mise sous tutelle administrative de la commune.

Concernant les chiffres, je réaffirme la sincérité de ceux-ci.

Oui, 800 000 € étaient dûs au mois d'août 2020, avec seulement 50 000 € de trésorerie en banque. Lorsque l'on doit de l'argent et que l'on ne peut honorer ses paiements, n'en déplaise à l'ancienne équipe, cela s'appelle tout simplement des dettes.

Non, cela ne représentait pas les travaux d'eau en août 2020, ceux-ci n'étaient pas terminés, donc les factures pas encore faîtes !!
Cela représentait entre autres, des travaux dans la Chapelle Notre-Dame, un procès perdu, les études de sol du BRGM.

Pour la partie dépenses, il suffit de bien lire le courrier de l'ancienne équipe pour comprendre beaucoup de choses. Dans leur titre "dépenses générales" sont inclus les chiffres des dépenses de fonctionnement... évidemment les résultats ne sont pas les mêmes.

Pour l'emprunt des travaux d'eau dépensé pour le "bien des bargemonnais", je laisse ceux-ci questionner directement l'ancienne équipe sur son emploi réel, 400 000 € de "bien-être", cela doit se voir dans le village.

Non, la DPVa ne nous a pas fait de cadeau, elle rembourse le prêt, mais comme celui-ci n'a pas servi pour les travaux d'eau, nous devons aujourd'hui endetter la commune sur 15 ans pour rembourser la DPVa.
L'ancienne équipe reconnait dans son document la necessité d'augmenter les prix de l'eau, mais elle ne l'a pas fait. Nous l'avons fait et ainsi, des travaux urgents et sérieux de modernisation du réseau vont pouvoir commencer. Une étude démontre que 2 000 000 €, oui ! 2 000 000 € sont nécessaires en urgence pour notre réseau. Pour l'aspect social, nous l'avons fait également car la première tranche de tarif de l'eau, la plus importante, n'a pas été augmentée.

Du côté des travaux

Travaux 2021

En ce qui concerne les travaux menés en 2021, la commune a effectué la remise en état de la totalité de la toiture de la salle polyvalente.

L'urgence des travaux provenait de trop nombreuses tuiles cassées par des jets de pierres.
Notre équipe a profité de cette remise en état pour renforcer l'isolation de la toiture.
Cela permettra des économies d'énergie.

A côté du Musée des Fossiles, la toiture de la Maison Bistarelli, propriété de la commune qui menaçait de s'écrouler, a été refaite.

Malgré le départ de deux personnes, les employés municipaux ont oeuvré toute l'année à l'entretien de notre village. A la faveur du départ des locataires, un appartement communal au-dessus de la Mairie a été rénové.

Au moulin, le deuxième pont a été entièrement réhabilité.
Une grande partie de leur temps a aussi été consacré à aider la DPVa afin que nos concitoyens aient de l'eau et un réseau d'évacuation qui fonctionne.
L'aqueduc de Bargemon enfoui sous les ronces a été remis à jour ceci constituant la première étape vers l'ouverture à terme d'un chemin touristique.

Clotilde ZAHAF
2e Adjointe
Déléguée aux affaires scolaires et sociales, C.C.A.S. Développement durable

Mise aux normes de la sécurité de l'école

Les portes de secours et anti-feu de la classe de CP ont été mises aux normes et de nouvelles serrures ont été installées.

Les alertes sonores correspondant aux différentes alertes (intrusion/attentat) vont être installées au 1er semestre 2022 assurant ainsi l'école de Bargemon d'être conforme aux normes de sécurité actuelles.

De plus, en 2022 un plan d'isolation thermique des bâtiments va être étudié.

Du côté du C.C.A.S

Francine COLLART
Conseillère
C.C.A.S. et EHPAD

Journée bleue - Octobre 2021

Un atelier "sommeil" proposé par l'ASEPT (Association de Santé d'Éducation et de Prévention sur les Territoires) et organisé par le CCAS aura lieu gratuitement tous les jeudis au **mois de mars 2022 de 16h45 à 18h00** dans la salle du RDC de la Mairie.
Les inscriptions **obligatoires** auprès du CCAS pourront se faire en **février 2022 le mardi de 10h00 à 12h00 (places limitées).**

Une journée "santé" est prévue à la salle polyvalente le jeudi 2 juin 2022.
Les inscriptions se font auprès du CCAS **le mardi de 10h00 à 12h00.**
Mesures sanitaires en vigueur à ce moment-là pour ces deux journées.

Nous rappelons qu'une convention a été signée entre la Mairie et l'Association Familles Rurales pour la création à Bargemon d'un Point Conseil Budget. Quelle est la mission d'un Point Conseil Budget ?
Les Points Conseil Budget (PCB) figurent parmi les mesures clés de la Stratégie Nationale de Prévention et de Lutte contre la Pauvreté. C'est un service gratuit labellisé par l'État, pour prévenir le surendettement et renforcer l'accompagnement des personnes pouvant rencontrer des difficultés financières.

Portés par une diversité d'entités (associations locales, de consommateurs, tutélaires, centres communaux et intercommunaux d'action sociale, centres sociaux, conseils départementaux), 400 PCB sont désormais installés sur le territoire et répartis dans toutes les régions et dans tous les départements.

Pour les permanences et les renseignements au sujet du PCB :
Mairie de Bargemon - Tél : 04 94 39 09 20
email : mairie.bargemon.zahaf@orange.fr

Point conseil budget
Dispositif labellisé

Familles rurales
Vivre mieux !

Du côté du développement durable

Clotilde ZAHAF
2e Adjointe
Déléguée aux affaires scolaires et sociales, C.C.A.S. Développement durable

De nouveaux conteneurs de tri ont été installés par les services de DPVa sur la Place Moreri, à l'entrée du chemin du stade et aux Héliades pour compléter ou remplacer les conteneurs actuels.
Nous attendons également de nouveaux conteneurs pour les ordures ménagères sur la Place Moreri afin de remplacer les conteneurs à roulettes.

Place Moreri

Héliades

Stade

Dominique
CÔTE DES COMBES
4e Adjointe
Déléguée à la Culture
aux associations et festivités

Bien que la crise sanitaire soit encore présente sur nos territoires en ce début d'année 2022, nous remercions vivement toutes les associations pour leur volonté de proposer malgré tout des animations et de nouvelles activités dans le village.
Nous leur réitérons notre soutien et restons à leur disposition pour toute information ou projet qu'elles voudront bien nous soumettre.

Une école de tennis en pleine forme

Les saisons se suivent et ne se ressemblent pas toujours. Cette année, treize jeunes joueurs, de quatre à quatorze ans, se sont inscrits à l'école de tennis et suivent les cours le samedi de 10 à 12 heures. *« C'est la plus belle saison enregistrée depuis que le tennis s'est redéveloppé dans notre village »* nous confie Remi Bonnenfant, le coach attitré de Batec. *« Il y a maintenant des bons joueurs, qui sont fidèles et assidus depuis cinq ou six ans et les adolescents pourront bientôt jouer en tournois officiel »* nous précise-t-il. A ce titre, et grâce à l'action de Gérard Bonald, Batec a été affilié à la Fédération Française de Tennis cette année. Rémi, qui vient juste d'emménager à Bargemon, est très heureux de l'ambiance du club et de l'esprit de solidarité entre les jeunes joueurs qui ne sont pas tous du même niveau. Cela permet d'organiser plus facilement des programmes mixtes pour tous les âges et force de jeux, *« ce n'est pas toujours possible dans tous les clubs »* assure-t-il. Les entrainements pour adulte ont repris le vendredi et samedi matin et, là aussi, les progrès sont tangibles bien que moins rapides que chez les jeunes.
Des leçons individuelles personnalisées sont aussi possibles, il suffit de se renseigner auprès de Remi. Cette année, le Ping-Pong et le Badminton ont fait leur apparition comme nouvelle activité au sein de Batec ainsi que tout récemment le Pickleball Omnisport.
Toutes informations pour ces nouvelles activités sont disponibles auprès de Gérard Bonald.

Inscription à l'école de tennis
Remi Bonnenfant
tél : 06 08 88 39 22

Inscriptions à BATEC
et carte d'accès au court sur :
www.tennislibre.com
Gérard Bonald
tél : 06 42 98 28 78

Une fois l'inscription validée, la carte est à retirer à l'Office de Tourisme et/ou au restaurant La Taverne

BARGE-ANIME

Depuis le 15 septembre l'association BARGE-ANIME a repris avec grand plaisir ses activités.
Activités manuelles et théâtre adulte : **chaque mercredi à 16h30** à la salle verte de l'école les enfants (à partir de 5 ans) se retrouvent pour des ateliers créatifs préparés par Lydia, **puis à 20h30** la troupe de théâtre adulte prépare une nouvelle pièce qui, si tout va bien, sera présentée au printemps 2022.

Nous avons tenu notre assemblée générale le 17 novembre.
Trois journées d'animations à thème pour les enfants à partir de 5 ans : ces journées sur inscription se sont déroulées de 10h à 17h30 :
– 23 octobre : « Autour d'Halloween » créations, pique-nique, boum déguisée, goûter
– 20 novembre : « Autour de l'avent » créations, pique-nique, jeux, goûter
– 22 décembre : « Autour de Noël » déco, pique-nique, loto, goûter festif

Nous espérons que la situation sanitaire nous permettra de reprendre la section « théâtre enfant » au début de 2022, des animations pour enfants un samedi par mois et un bivouac à Sainte-Croix en juillet. L'an dernier nous n'avions pu faire qu'une seule animation autour d'Halloween et mettre toutes nos autres activités en sommeil.

La présidente Sylvie BLOQUEL

FUN LOISIRS BARGEMON

Programme des activités 2021/2022

Marche — Lundi 13h00, RDV Place St Etienne

Scrabble — Lundi 13h00 à 15h00, Salle associations

Cardio-Boxing — A partir du 4 octobre, Lundi 18h30 à 20h30, Salle Sissilu

Gym — Mardi 17h00 à 18h30, Jeudi 18h15 à 19h45, Salle Sissilu

Anglais — Mercredi 9h30 - 11h00 - Enfants, 18h00 - 19h00 - Adultes, Salle associations

Yoga — A partir de novembre, Jeudi 17h00 à 18h15, Vendredi 18h30 à 19h45, Salle Sissilu & Polyvalente

Nouveaux horaires le jeudi pour le yoga de 16h45 à 18h

Sophrologie — Mercredi 14h30 à 15h30, Salle Sissilu

Renseignements : Caroline RABAIOLI - Tél : 06 98 64 73 27
funloisirsbargemon@gmail.com - Facebook : funloisirsbargemon
La pratique de ces activités nécessite une adhésion obligatoire à l'association
Mesures sanitaires en vigueur et certificat médical pour : GYM, CARDIO, YOGA

Depuis juillet 2021, l'association « Fun Loisirs Bargemon » a succédé au « Comité des Fêtes ». Ce dernier qui a œuvré pendant tant d'années sans faille et avec dévouement ne pourra jamais être remplacé. Tout au long de l'année, nous allons vous proposer des activités sportives, des excursions ainsi que des manifestations conviviales (loto, concours de pétanque, stages, réveillon du nouvel an etc….)

Pour toute information : Caroline 06 98 64 73 27

RIPOSTEZ ! MESDAMES...

L'association « Ripostez Mesdames » est une association loi 1901 siégeant à Callas et qui propose des cours de savate défense (Self-défense) et des cours de Savate Forme (cardio boxing) à un public principalement féminin.

Partenaire de l'association « Fun Loisirs Bargemon », nous proposons des cours tous les lundis à la salle polyvalente de la commune de 18h30 à 20h00.
Les jours pairs est enseignée la savate défense, les jours impairs, la savate forme.

Par ailleurs l'association propose la même chose sur Callas (Salle Beaujour) les mardis de 18h30 à 20h00 selon le même principe d'alternance des disciplines.

La cotisation annuelle est de 160 euros pour les cours dans les deux communes.
L'association propose également des stages et des interventions en entreprise, son actualité peut être suivie sur les réseaux sociaux.

Pour toute information vous pouvez contacter :
« Fun Loisirs Bargemon » au 06.98.64.73.27 ou l'association au 06.31.28.57.36

Christian CHAMBEAUDIE
Président de l'association « Ripostez ! Mesdames »

Association "Bouen Seren Détente et loisirs"
7 rue Jean Jaurès
83830 BARGEMON

L'association "Bouen Seren Détente et Loisirs" a offert des pâtisseries individuelles en forme de St Nicolas et des pompes à huile faites par les deux boulangers de Bargemon aux résidents de l'EHPAD.
Elle a offert également un goûter le 20 décembre même si le spectacle musical offert par la Mairie a été reporté à une date ultérieure.

L'assemblée générale de l'association aura lieu le vendredi 4 mars 2022 à 14h00 à l'EHPAD.

Chers adhérent(e)s et ami(e)s,

Le Cercle Littéraire et Culturel Bargemonais a repris ses activités. Après le succès de la rencontre avec Pays et Gens du Verdon en octobre et de la soirée Bouillon Culturel en novembre, nous venons vous annoncer nos futures animations.

- Les cours d'Art Culinaire un lundi par mois 10h30 à la salle Sissilu.
Prochaines dates : 07/03,04/04, 02/05, 06/06.
Inscription au 04 94 76 76 33.

- Les sorties au Théâtre de l'Esplanade de DRAGUIGNAN en Ted Bus.
Prochains spectacles :
La combattante Mu Guiying le 6/05
Les noces de Figaro le 17/05
Le prix des places est 19 € au lieu de 26 € et le bus est gratuit pour vous car pris en charge par le CLCB
En co-voiturage on vous propose aussi :
Précieux(ses) à Claviers, 10€ le 19/03. Inscription au 04 94 76 76 33.

- Le Marché de Noël a eu lieu le dimanche 5 décembre sous chapiteaux à la place St Etienne avec de nombreux exposants, animations, jeux et son coin restauration.

Suivront d'autres manifestations culturelles comme la Soirée Poésie du 26 mars dans le cadre du Printemps des Poêtes, une soirée Lectures Partagées et des conférences.

Elles vous seront annoncées dans les prochaines publication du Lou Bram de l'Arêt.

Amis bargemonnais, vous comptez beaucoup pour nous ! Votre présence à nos animations culturelles prouve l'intérêt que vous nous portez. Votre adhésion (10€) est un soutien financier dont nous avons grand besoin.

"*La culture porte et partage les émotions. Elle donne à l'humanité et à chacun de nous, la joie et le bonheur de respirer*"
(Stéphane Théri, écrivain, romancier et conférencier.)

L'équipe du CLCB

Des nouvelles de Molí d'Olí

La campagne 2021/2022

Une année en demi-teinte pour le moulin communal. Le climat n'a pas été propice et les apporteurs dénoncent en moyenne entre 50 et 75% de production inférieure par rapport à la campagne 2020/2021. Peu d'olives mais 29 720 kg atteints et transformés en huile avec un rendement moyen de 19% (6 kg d'olives pour 1litres 09 d'huile) soit 5 821 litres. Les olives vertes chargées en eau sont moins productives. Huile épaisse, ronde, fruitée, en vente pour la première année à la boutique du moulin.

Mais qui est venu apporter ses olives ?

Les apporteurs de l'an passé sont restés fidèles malgré leur récolte amenuisée. 142 dont 56 nouveaux qui ne connaissaient pas la meule en pierre ou l'avaient oubliée. De Grasse à Ampus, de Roquebrune à Montferrat, merci à vous tous qui croyez en la qualité de la trituration traditionnelle à la pierre, la décantation en cuve et la magie d'un moulinier à l'ancienne Jean-Louis transmettant ses connaissances à la relève passionnée, Jérôme. Une belle ambiance d'échange et de partage autour de la machine à café de 7H à 9H les lundis, mercredis et vendredis. Une trituration de qualité, dans un moulin rénové. Visites organisées sur demandes, conseils et astuces échangées. Que du bonheur !

11 775 oliviers déclarés essentiellement sur Bargemon, Claviers Callas. Plus du triple n'est plus entretenu aujourd'hui et pourrait venir s'y ajouter.

La Boutique

Nouveauté au moulin. Cette année, ouverture de notre petite boutique de vente d'huile en bouteille de 70 et 50 cl, de savon à l'huile du moulin sans additif, de sac de grignon (engrais). Notre gamme s'étoffera après quelques travaux d'embellissement. Ouverte tous les mercredis de mars à octobre, mais aussi sur RDV, n'hésitez pas à nous contacter par téléphone ou mail.

Les projets

Reprise des travaux d'aménagement. Dossiers de subvention municipale, communauté de commune, départementale, régionale, européenne. Un petit coup de main ne sera pas de refus pour ceux qui veulent nous aider tant pour la paperasse qu'avec les biscoteaux !
Les journées nationales de Pays et des Moulins 25/26 juin, les journées du patrimoine 17/18 septembre et d'autres manifestations dont la création d'un Escape Game pour adultes et enfants dans la ressence cet été. Et aussi première AG en mai.

Nos prestations

Vous possédez 10, 100 oliviers ou plus. Vous n'avez pas le temps de vous en occuper ? Nous vous proposons 3 contrats types, entretien, taille, récolte avec ou sans engagement financier. N'hésitez pas à nous contacter par mail ou téléphone pour tout renseignement. Trop d'oliveraies sont à l'abandon et sont des nids à mouches néfastes pour la production. Savez-vous qu'un terrain labouré 2/3 fois par an à date précise tue les larves de ces insectes pondeurs?

Mille Mercis !

A Vincent pour ses magnifiques photos que nous exposerons au moulin !
A vous qui êtes nombreux à participer à notre belle aventure et c'est formidable !

L'équipe du Moli d'Oli

LA MOVIDA TANGUERA

Tu es persuadé que tu as deux pieds gauches ?

Que tu n'as pas le rythme dans la peau ?

Que la danse n'est pas faite pour toi ?

Laisse-nous te convaincre que
LE TANGO ARGENTIN est accessible à toutes et tous !

Rejoins-nous à BARGEMON chaque VENDREDI à 19h30 pour le cours Débutants, dans une ambiance sympa et décontractée.

Cours d'essai GRATUIT
Fanny et Erick
06.76.80.58.78 / 06.85.60.44.96

LES BARJOS

La nouvelle association des Barjos en 2021 a régalé le village avec ses nouvelles animations pleines d'énergie et de musique !

Pour 2022 ils nous préparent tout un tas de surprises pour le village.... à suivre !

Soutenez-les ! Adhérez !

Du côté du numérique

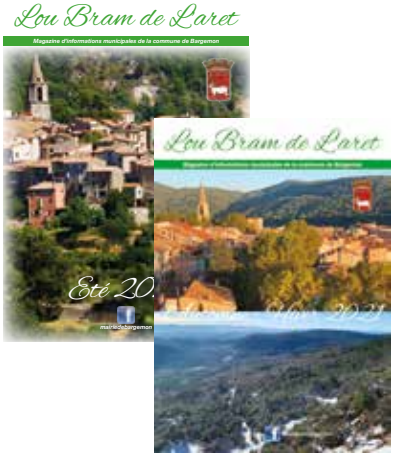
Christophe SARKISSIAN
Conseiller municipal délégué
Numérique, Communication
Musées et Tourisme

Nous continuons notre démarche d'économies concernant les équipements de bureautique et nous avons dans ce but changé de partenaire pour les photocopieuses de la Mairie et de l'école. Une formule souple et évolutive qui économise du temps et des consommables.

L'inventaire des lignes téléphoniques et internet a été réalisé et nous devrions profiter d'une offre globale en technologie fibre pour la Mairie, l'école et tous les autres sites communaux ainsi que le remplacement des standards téléphoniques devenus obsolètes qui passeront également sur un support fibre.

Depuis le 1er février 2021 **je reçois sur rendez-vous uniquement,** tous les lundis matin de 9h00 à 12h00 à la Médiathèque de Bargemon les personnes ayant besoin d'aide pour leurs démarches administratives en ligne. **Depuis la création de ce service le 1er février 2021 soit depuis maintenant 1 an,** j'ai reçu 57 personnes pour leurs démarches administratives en ligne. Alors n'hésitez pas à contacter la Mairie pour un RDV au : 04 94 39 09 20 ou à venir directement au secrétariat pour vous inscrire.

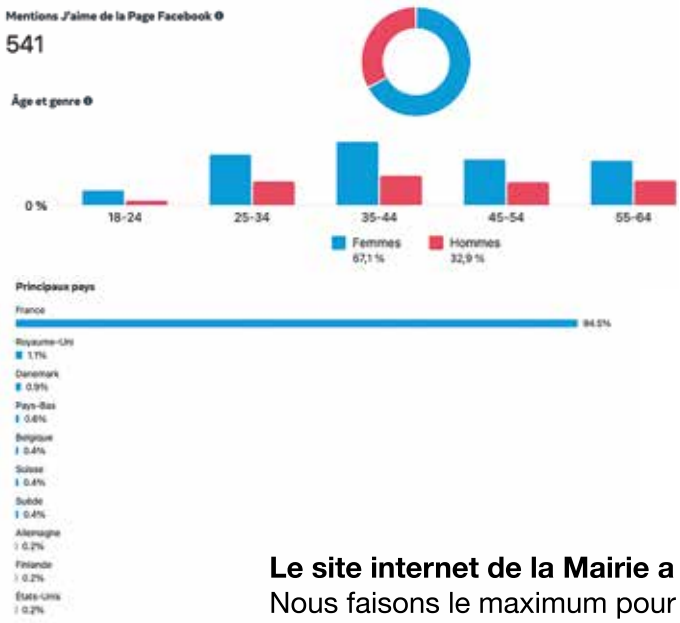
Du côté de la Communication

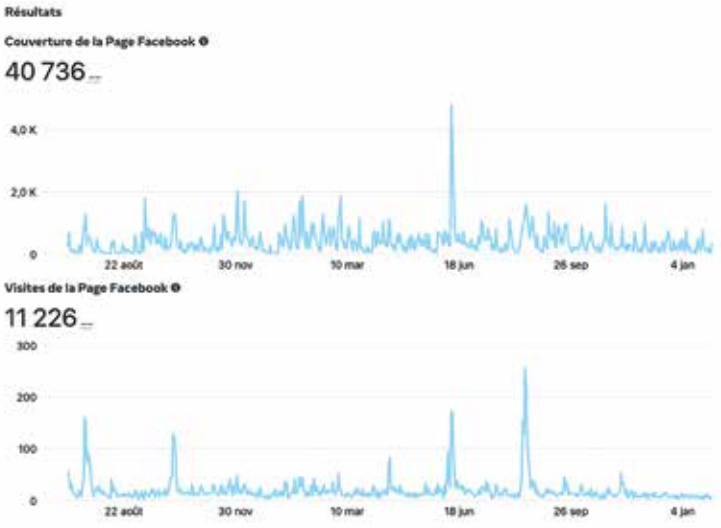


La distribution du journal d'informations municipales Lou Bram de l'Aret se fera désormais par l'intermédiaire de vos commerçants.
Un grand merci aux premiers commerçants qui ont accepté le dépôt dans leur boutique des prochains exemplaires du journal :
- Boutique Marie Antoinette
- Epicerie Proxi
- Best Of Coiffure
- La Cabane de Loune
- Institut de beauté Perle d'eau
- Restaurant le Tandem ..... et d'autres à venir....

Nous remercions également les nouveaux commerçants et artisans pour leur insertion publicitaire contribuant économiquement à l'élaboration de ce journal.

La page Facebook de la Mairie (@mairiedebargemon)
La page est suivie par 640 abonnés à ce jour qui reçoivent les actualités au fur et à mesure de leurs parutions.
Présentation des statistiques de visites, de couverture et de mentions "j'aime" de la page depuis sa création :





Le site internet de la Mairie a pris du retard et est en cours de finition
Nous faisons le maximum pour le finir et le mettre en ligne dans les prochaines semaines

Depuis début octobre 2021 la Mairie est inscrite à l'application Panneau Pocket, gratuite pour les utilisateurs qui permet de suivre, grâce à des notifications en temps réel sur votre smartphone, toutes les informations utiles sur Bargemon (coupures d'eau, EDF, évènements festifs et culturels, tourisme).
Très simple d'utilisation elle a déjà été téléchargée par près de 300 utilisateurs de smartphones.

Du côté du Tourisme

La commune de Bargemon a eu le grand plaisir de recevoir la confirmation en décembre dernier du maintien du label "1 fleur" Villes & Villages fleuris - Qualité de vie" délivré par la région Sud.
En 2022, nous devons redoubler d'efforts afin de conserver ce label, symbole d'attractivité touristique.

RÉGION SUD PROVENCE ALPES CÔTE D'AZUR — COMITÉ RÉGIONAL DE TOURISME

Marseille, le 10 décembre 2021

Le Président
Vice-Président de la Région en charge du Développement Economique, de l'Attractivité, du Tourisme et de la Prévention des Risques Majeurs
Maire de la Londe-les-Maures

Madame Nadine DECARLIS
Maire de BARGEMON
Hôtel de Ville
Place de la Mairie
83830 BARGEMON

Nos Réf. : FdC/BP/CL/N° 2127
Objet : Palmarès 2021 du Label « Villes et Villages Fleuris - Qualité de Vie »

Madame le Maire,

J'ai le plaisir de vous informer que le Jury régional du Label **« Villes & Villages Fleuris - Qualité de Vie »** en Provence-Alpes-Côte d'Azur, réuni le vendredi 26 novembre dernier, a décidé de maintenir le label **« 1 Fleur »** à votre commune :

Villes et Villages Fleuris
LE LABEL NATIONAL DE LA QUALITÉ DE VIE

Je suis très heureux de pouvoir ainsi récompenser les efforts que vous et vos équipes réalisez au quotidien pour votre commune, vos administrés et vos visiteurs.

Ce Label « Qualité de vie » fait partie des dispositifs mis en place par la Région Sud dans le cadre d'une politique équilibrée de protection de l'environnement et d'attractivité touristique au service du développement durable.

Je ne manquerai pas de vous informer de la date de la remise des prix du Palmarès 2021, qui se déroulera dans le salon d'honneur de l'Hôtel de Région début 2022. Une invitation vous parviendra par la suite.

Je vous prie de croire, Madame le Maire, en l'assurance de ma considération distinguée.

Avec mes félicitations !

François de CANSON

PROVENCE alpes CÔTE d'AZUR FRANCE
www.provence-alpes-cotedazur.com

Explore France

Le Noailles - 64, La Canebière - CS 10009 - 13231 Marseille Cedex 01
Tél. : +33 (0)4 91 56 47 00 - sg@provence-alpes-cotedazur.com
Siret 389 518 530 000 51 - APE 8413Z

Du côté du Tourisme

Un grand merci à Peter Reilly qui a composé ce guide touristique à destination des amoureux du vélo ! Bargemon a la chance de figurer sur le parcours de l'Euro-Vélo 8 reliant l'Italie à l'Espagne.

Itinéraire 1. 'La boucle Seillans'

Bargemon - Claviers - Broves - Seillians - Bargemon

La sortie idéale pour commencer. On suit une partie de la EV8 (ancien chemin de fer) et puis on s'habitue a faire des descentes et échauffe les jambes en montant au col de St Arnoux. Il y'a option café et eau à Seillans.

Itinéraire 1 A – vous présente une option à emprunter plus longue que la EV8 en passant par l'impressionnant Viaduc de Méaulx.

Route 1. 'The Seillans Loop'

Bargemon - Claviers - Broves - Seillians - Bargemon

The ideal ride to start. You cycle some of the EV8 (which was an old railway line), get used to descending and try your legs on the ascent to col du St Arnoux. Coffee and water is an option in Seillans.

Route 1A gives you the option of cycling more of the EV8 and seeing the impressive Méaulx viaduct.

scannez le code QR pour télécharger le fichier GPX

scan the QR code to download the GPX file for the route

Bienvenue à Bargemon ! Le village qui se trouve au coeur du Haut-Var est un départ idéal pour la découverte à vélo des beaux paysages de cette région de la Provence. Que vous soyez en train de longer les routes des gorges de Verdon ou simplement en train de prendre un autre café, vous garderez d'excellents souvenirs et ceci jusqu'à votre prochaine visite.
Ce guide est rédigé par des locaux qui ont emprunté ces itinéraires au fil des années et qui ont souhaité les partager avec d'autres cyclistes. Nous espérons qu'en utilisant ce guide vous allez aussi faire passer le mot à d'autres que Bargemon est un endroit extraordinaire.
Que vous soyez à vélo électrique, hybride ou un modèle de route voici quelques suggestions pour rendre vos trajets agréables et sûrs:

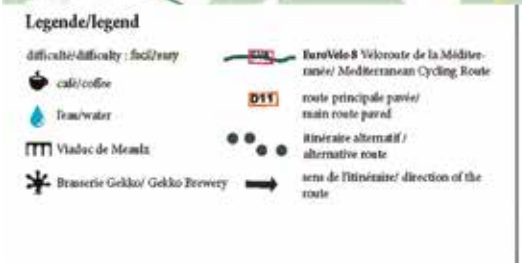
- Toujours portez un casque
- La température en été peut parfois atteindre les 35C. Alors il est conseillé de partir tôt le matin. Mettez une crème solaire intense et prenez toujours au moins un bidon d'eau.
- C'est une bonne idée de se munir d'un téléphone mobile et d'une carte où sont notés ses détails personnels ainsi que ceux des personnes qui sont joignable en cas d'urgence.
- Respectez le code de la route et soyez courtois envers d'autres usagers

Welcome to Bargemon! The village is at the heart of the Haute-Var and is a great place to explore the beautiful countryside of this part of Provence. Whether you are cycling along the Verdon gorge or simply riding to the next cafe for a drink, you will make many happy memories and hopefully return.

This guide has been written by local people who have ridden these routes over the years and want to share them with fellow cyclists. We hope that you will also share them with others and spread the word that Bargemon is a great place to be!

Whether you are using an electric, hybrid or a road bike here are some suggestions to make your rides enjoyable and safe:

- Always wear a helmet
- In the summer months temperatures can reach 35°C, so it's best to start earlier rather than later, use sun cream and carry at least one water bottle
- It's a good idea to carry a phone and a card with personal details and who should be contacted in case of emergency
- Show courtesy to other road users and obey the rules of the road



Patrick PORRE
1er Adjoint
Délégué à l'urbanisme et au développement économique Patrimoine, sécurité, C.C.F.F.

Depuis fin novembre 2021, une zone de rencontre a été délimitée dans le centre du village. Une zone de rencontre ? Késako ? On vous explique tout :

LA ZONE DE RENCONTRE

DÉFINITION

Article R. 110-2₁

« Zone de rencontre : section ou ensemble de sections de voies en agglomération constituant une zone affectée à la circulation de tous les usagers. Dans cette zone, les piétons sont autorisés à circuler sur la chaussée sans y Stationner et bénéficient de la priorité sur les véhicules. La vitesse des véhicules y est limitée à 20 km/h.

Les entrées et sorties de cette zone sont annoncées par une signalisation et l'ensemble de la zone est Aménagé de façon cohérente avec la limitation de vitesse applicable. »
L'objectif est la création d'un espace public où la vie locale est développée et prépondérante. Le piéton est présent Et les autres usagers partagent la chaussée avec lui. Dans cet espace, il n'est pas possible ou souhaité d'interdire la circulation des véhicules. Les piétons sont donc prioritaires sur tous les véhicules à l'exception.
Le partage de la voirie se fait par la cohabitation entre les piétons et les véhicules à faible vitesse au centre de la rue.
. Le terme « rencontre » souligne que les conflits doivent se gérer, non pas par un Rapport de force mais bien par un comportement de courtoisie au bénéfice des plus vulnérables.
Cela devrait faciliter la vie du piéton, de l'usage du vélo et favoriser la cohabitation des modes de déplacements motorisés
Sont concernées la Place Chauvier jusqu'à la place de la Mairie

Ainsi les entrées sorties sont :

RD 19 Route de Seillans depuis le parking de la crèche

RD 25 Route François Maurel depuis le coiffeur

RD 25 Route de Calllas depuis l'angle de l'office du tourisme

RD 19 Route de Claviers depuis le passage protégé clignotant Place de la mairie

Patrick PORRE
1er Adjoint
Délégué à l'urbanisme et au développement économique Patrimoine, sécurité, C.C.F.F.

LES CLOCHES DE BARGEMON

Bargemon conserve une cloche antérieure à 1792-1793 (Tour de l'Horloge 1762)

Eglise Saint-Etienne : 2 cloches : 1 datée 1864 - 1 datée 1937
Cloche de 1864 de BURDIN fils Aîné fondeur à LYON (69)
texte en 3 lignes : « SIT NOMEN DOMINI BENEDICTUM LUDOVICA TERESIA+
BARGEMON 1864 BURDIN FILS AINE FONDEUR A LYON »

- décor : Vierge à l'Enfant ; croix rayonnante ; frise de palmettes et coquilles ; guirlande de masques, fruits, fleurs et feuillages ; frise palmettes
- diamètre 0,657 m. – poids 170 kg (environ) – note Ré
- joug métallique récent

Cloche de 1937 de Joseph GRANIER fondeur à CASTANET-LE-BAS (34)
texte en 3 lignes côté clocher :
« MARGUERITE - MARIE
JE CONVOQUE LES FIDELES A LA PRIERE
JE M'UNIS A LEURS JOIES ET A LEURS PEINES »
texte en 7 lignes côté vide :
« NEE L'AN DE GRACE 1937 DANS LES ATELIERS DU MAITRE GRANIER GRACE A UNE SOUSCRIPTION PAROISSIALE ET A LA GENEROSITE DE LA FAMILLE DE BOISGELIN ET DE MESDAMES MARIE CHOVELON ET MARIE CHARABOT J'AI ETE BAPTISEE PAR S EXC MGR SIMEONE EVEQUE DE FREJUS ET TOULON L'ABBE DEMANDRE ETANT CURE DE BARGEMON »

- décor : Vierge couronnée à l'Enfant ; frise de rinceaux
- diamètre 0,93 m. – poids 500 kg (environ) – note La
- joug métallique d'origine

Inventaire / relevés sommaires, 2 cloches de l'église, Serge PORRE 17/3/1980 ; relevés complets 2 cloches de l'église, calque et photos, en présence de MM. Alain BAVEREY et Théo PUNT (membres de l'Association de Sauvegarde de l'Eglise paroissiale et Chapelles de BARGEMON), (pour la cloche de 1937, l'aide de ces dévoués a permis au recenseur d'être libre de ses mouvements, pendant qu'ils enregistraient ce qui leur était annoncé), relevés, calque et photos cloche de 1848 déposée au bas du clocher, Serge PORRE, samedi 25/5/2013 (présence de MM. BAVEREY et PUNT) ; 2 cloches de l'église 1864 et 1937, cloche 1848 déposée au bas du clocher de l'église, calque et photos, Serge PORRE, vendredi 3/4/2015
Bas du clocher (déposée à même le sol)

Cloche de 1848
texte gravé en 5 lignes :
« D. O. M. ET B. MARIAE V. D. P. DICAVIT FR.
RAYBAUD DE FAVAS 1848 »

- décor : petite croix latine pattée
- diamètre 0,45 m. – poids 55 kg (environ) – note La
- mouton bois d'origine
- elle proviendrait d'une chapelle de la commune

Chapelle Notre-Dame de Montaigu

Cloche de 1830 de BAUDOUIN fondeur à MARSEILLE (13)
texte en 3 lignes :
« ANNO 1830 REGN CAROLO X AVE REGINA COELORUM
AVE DOMINA ANGELORUM LES FRERES PENITEN BLANCS
DE BARGEMONT BAUDOUIN FONDEUR A MARSEILLE

décor : Crucifix aux extrémités fleurdelisées, Sainte-Marie-Magdelaine agenouillée tenant le bas de la croix, fleur de lis à gauche et épi de blé à droite ; Vierge couronnée, sceptre main droite, portant l'Enfant, posée sur une palmette ; guirlande de tore de laurier
- diamètre 0,70 m. – poids 200 kg (environ) – note Do dièse
- mouton bois d'origine
- PENITEN sans T ni S (lettres masquées par le métal lors de la fonte ?) ; BARGEMON**T** au lieu de BARGEMON

Inventaire / relevés sommaires, Serge PORRE / Louis JANVIER, 17 / 3 / 1970 ; relevés complets, calque et photos, Serge PORRE, samedi 25 / 5 / 2013 (en présence d'Alain BAVEREY) ; calque et photos, Serge PORRE, vendredi 3/4/2015 en présence d'Alain BAVEREY)

Ancienne chapelle Saint-Vincent (privée) (quartier Favas)

Cloche de décembre 1940 de PACCARD fondeur à ANNECY (74) déposée à la salle du Trésor attenant à la chapelle Notre-Dame de Montaigu
texte en 3 lignes :
« + JEANNE BAPTISEE ST - VINCENT DECEMBRE 1940 »

- décor : petite croix latine pattée ; frise de fleurs de lis et palmettes ; frise de feuilles d'acanthes ; médaillon avec « FONDERIE PACCARD ANNECY » et clochette au centre
- diamètre 0,23 m. – poids 8 kg (environ) – note La (?)
- pas d'anse
- cloche donnée (début des années 1990 ?) par Paulette, fille de M. et Mme BILLECOQ, autrefois propriétaires de la chapelle, à Mme RANCHIER, afin de la sauvegarder.

Inventaire / relevés complets, Serge PORRE, samedi 25 / 5 / 2013 (chez Mme RANCHIER, en sa présence et celle de M. BAVEREY), avant que la cloche ne soit déposée à la salle du Trésor ce jour ; calque et photos, Serge PORRE, vendredi 3/4/2015

Tour de l'Horloge
Cloche de 1762 de François-Michel ou Jean-Pierre CHAMPION fondeurs à BREUVANNES-LE-COLLOMBEY (52) et Charles SENEVAL fondeur à DRAGUIGNAN (83)
texte :
« + ORA PRO NOBIS SANCTA DEI GENITRIS
ANNO DOMINI M D C C L X I I CHAMPION ET SENEVAL M F »

- décor : Vierge couronnée à l'Enfant, sceptre main droite ; Saint-Etienne Patron de BARGEMON ; croix ornée de rinceaux, palmettes et pampres, sur socle en pyramide tronquée ornée idem ; médaillon du fondeur CHAMPION ; 2 chérubins ; 2 cartouches
- diamètre 0,924 m. – poids 480 kg (environ) – note Sol
- GENITRIS pour GENITRIX ; M. F. = ME FECERUNT = ME FIRENT
- traduction : PRIEZ POUR NOUS SAINTE MERE DE DIEU
- classée M. H. le 7/10/1981
- cloche avec battant
- la tour de l'horloge a été aménagée dans une des tours médiévales du XII^{e} siècle, l'escalier est dégradé et l'accès à la cloche n'est pas aisé ; salué Mme le Maire à qui a été évoqué l'état de l'escalier.

Inventaire / relevés et photos, Serge PORRE, 17/3/1980 ; tentative et renoncement en raison de l'accès mal aisé et d'absence d'échelle, Serge PORRE, vendredi 3/4/2015 (en présence de M. BACQUET Maire et M. BAVEREY) ; contrôle, calque et photos, Serge PORRE, vendredi 18/6/2021 (accueilli en Mairie et guidé par Patrick PORRE 1er Adjoint, lequel a fourni une échelle escamotable, Lucien PORRE ancien 1er Adjoint, est venu nous rejoindre dans la tour)
Relu, à jour le 18/6/2021

Depuis le 1er janvier 2022 vous pouvez effectuer toutes vos démarches d'urbanisme en ligne sur la plateforme mise en place par DPVa en vous rendant sur le site : **https://ads.dracenie.com/portailccs.**

JE SOUHAITE RÉALISER DES TRAVAUX CHEZ MOI

CHANGEMENT DE FENÊTRES · POSE D'UNE CLÔTURE · EXTENSION
CONSTRUCTION · POSE DE PANNEAUX SOLAIRES · RAVALEMENT
...

UNE AUTORISATION D'URBANISME EST NÉCESSAIRE

Je dois faire mes demandes :

- Permis de construire
- Déclaration préalable de travaux
- Permis de démolir
- Permis d'aménager
- Certificat d'urbanisme

NOUVEAU

Au 1er janvier 2022, un service en ligne est mis en place sur les communes de l'agglo (à l'exception de Bargème) pour réaliser le dépôt de vos demandes d'autorisations.

Simples & sécurisés.

les dépôts de demandes en ligne permettent :
- de suivre l'avancée de la demande ;
- de limiter les déplacements en mairie ;
- d'éviter l'impression de nombreux exemplaires papiers.

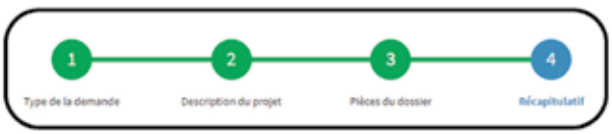
COMMENT DÉPOSER UNE DEMANDE D'AUTORISATION EN LIGNE ?

- Connectez-vous sur le guichet unique à l'adresse **https://ads.dracenie.com/portailccs**

- Créez votre espace usager et choisissez le formulaire adéquat pour votre projet.

- Créez un nouveau dossier et entamez votre demande (cf.image ci-dessous).

- Laissez-vous ensuite guider.
Votre démarche se décompose en 4 étapes majeures :



ATTENTION des pièces obligatoires pour tous les dossiers, seront à fournir. Pour en savoir plus, rendez-vous :

- en mairie ;
- sur le site https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/N319 ;
- sur le guichet unique rubrique «quel dossier pour mon projet ?».

La Mission Locale Dracénie Cœur du Var accompagne les 16 – 25 ans, sortis du système scolaire, dans leurs projets (emploi, formation, départ à l'étranger, santé, logement, sports et loisirs...).

Votre **mission locale Dracénie Cœur du Var vous accompagne vers l'emploi. Comment ?**

– elle vous fait découvrir des métiers et des secteurs d'activité.
– elle repère les offres d'emploi qui vous intéressent.
– Et vous aide à bien présenter votre candidature, rédiger le meilleur CV possible et vous prépare à passer vos entretiens.
– Elle vous présente des employeurs, des professionnels de tous les domaines, et vous fait parrainer dans votre recherche.
– Elle vous explique tout ce qu'il faut savoir sur les différents contrats.

Le meilleur moyen de trouver un emploi qui vous plaît, c'est d'être bien formé. Et pour cela, il faut avant tout se poser les bonnes questions. En poussant la porte de votre Mission Locale, vous trouverez :

– Des idées pour votre orientation professionnelle : quelles filières possibles ? quelles formations pour y arriver ? De quels droits à la formation je dispose ? Puis-je encore m'inscrire ?
– Un partenaire pour construire votre projet : votre plan d'attaque pour trouver une formation commence par là. Bien réfléchir ensemble vous permettra d'y voir plus clair dans votre projet, et de mettre toute votre énergie dans la bonne direction.
– Un.e conseiller.ère pour vous aider à financer votre formation, à travers les aides de l'Etat, de la Région, des organismes partenaires...

À chaque parcours ses propres obstacles. C'est pourquoi la Mission Locale Dracénie Cœur du Var vous accompagne bien au-delà de l'emploi, là où vous en avez vraiment besoin :

LOGEMENT : pour penser à l'emploi, il faut aussi avoir un toit. La Mission Locale vous fournit conseils et aides essentiels pour vous loger. Vous connaîtrez toutes les possibilités qui existent.

SANTÉ : priorité des priorités, votre santé mérite aussi d'être accompagnée. Accès aux soins, accompagnement des personnes en situation de handicap, situation vis-à-vis de votre sécurité sociale, aide pour obtenir la CMU (Couverture maladie universelle), bilan de santé...

MOBILITÉ : se déplacer est essentiel, pour travailler comme pour se former. La

Du côté de la Mission Locale

Mission Locale vous informe sur les transports locaux et vous accompagne pour l'obtention du permis B ou vous former à la conduite accompagnée. Vous pourrez aussi vous renseigner pour partir à l'étranger (stages, missions de volontariat...).

COUP DE POUCE FINANCIER : aide d'urgence ou besoin pour un projet spécifique : venez faire le point. La Mission Locale aura sans doute une solution pour vous.

JUSTICE : chacun peut se trouver en difficulté avec la justice. Un.e conseiller.ère vous aidera à comprendre vos droits et vos devoirs, à décrypter, puis à régulariser votre situation au plus vite.

ENVIE DE VOUS ENGAGER ?

Envie de vous rendre utile, de vous engager pour une mission d'intérêt général ? Le bénévolat, l'engagement citoyen ou encore le Service Civique sont peut-être faits pour vous.

N'hésitez plus ! Une seule adresse pour tous vos projets !
Vous pouvez prendre rendez-vous en appelant le 04 94 50 97 00.
Une permanence est assurée le 2ème jeudi matin du mois à la Mairie de Bargemon par Christophe REAL.

Du côté de l'état civil

Naissances

2021/2022

- PANZANI Nino, le 13/08/2021
- CHOMARD Oriane, le 23/08/2021
- MAZURIER William, le 14/09/2021
- BESSON Gabin, le 27/09/2021
- LORIOUX Raphaël, le 29/09/2021
- SDIRI Marame-Denise, le 21/12/2021
- BACOT Ethan, le 17/01/2022
- JORDAN Nolann, le 17/01/2022
- AURARD GUERRERO Lucas

le 18/01/2022

- FAUCI Milann, le 19/01/2022

Mariages

2021/2022

- MALLET Robin et BEGLIUTI Fanny

le 10/09/2021

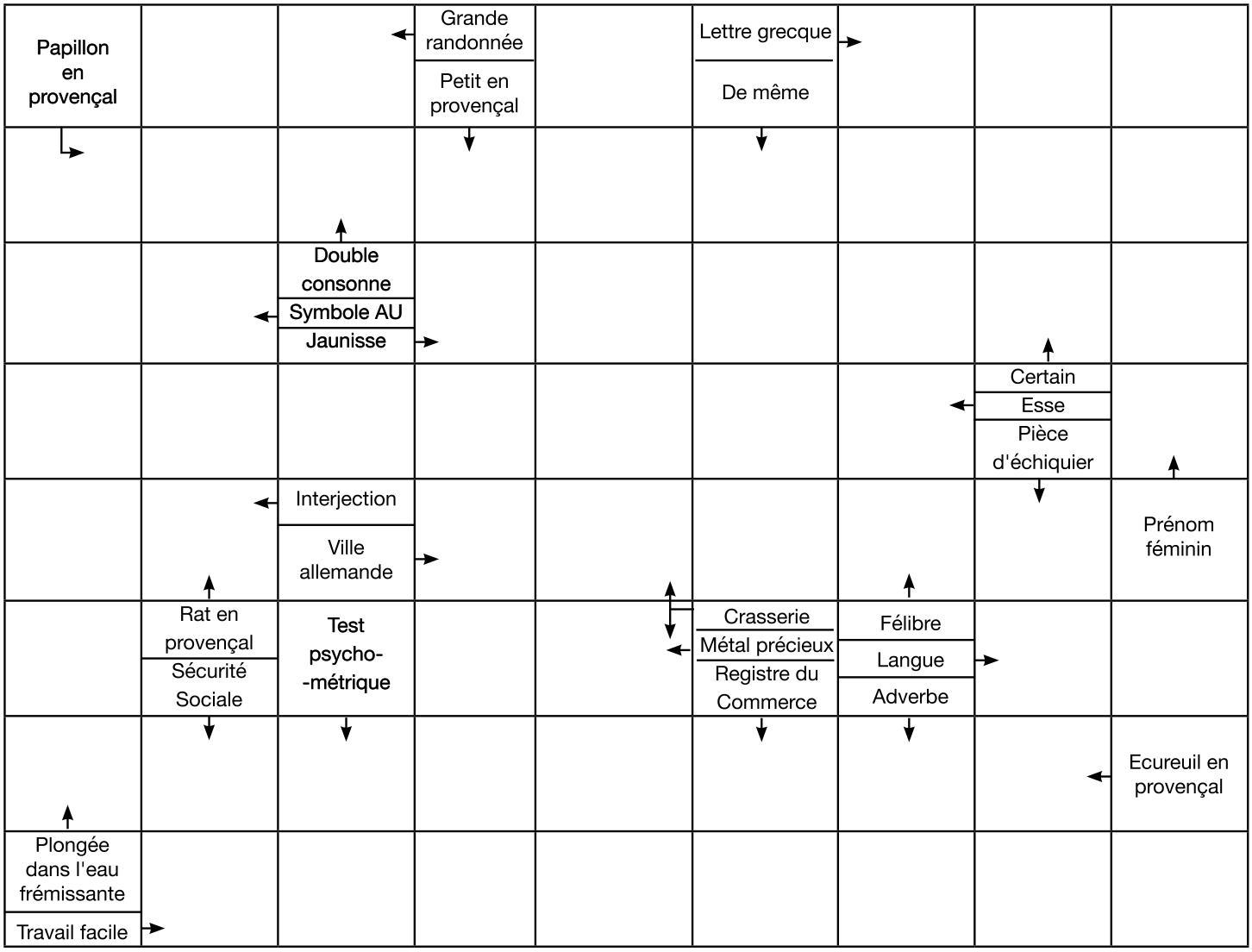
Décès

2021/2022

- STEICHEN Chantal, veuve LITAVICKI, le 23/08/2021
- GOUY Corine, le 21/09/2021
- NEFF Claude, le 21/09/2021
- BAUCOUR Andrée, veuve DUPIRE, le 25/09/2021
- ORSINI Jacques, le 20/10/2021
- MANGEOT Line, épouse GAIDON, le 11/11/2021
- VÉPER Jean, le 21/11/2021
- BUSACCA Cyril, le 1er/12/2021
- DELESQUES Huguette, veuve CAVARD, le 04/12/2021
- MEUNIER Anne-Marie, veuve VIEL, le 10/12/2021
- HARDY Joseph, le 08/12/2021
- MOULIN Josette, épouse PLANCKAERT, le 10/12/2021
- RICHER Maryse, veuve GOEDERT, le 17/12/2021
- MINÉO Joséphine, veuve LABBE, le 27/12/2021
- STRANGES Lidia, veuve PIARDI, le 29/12/2021
- GAVARD Jacqueline, veuve PARENT, le 09/01/2022
- MIGAY Rose, veuve VICINI, le 15/01/2022
- BONAVITA Cira, le 18/01/2022
- BARRÉ Suzanne, le 23/01/2022
- JOY Anita, veuve CICOTTO, le 24/01/2022
- PUECH Monique, veuve SANTINI, le 24/01/2022

Du côté de chez Dédé

Nous connaissons tous au village notre "Dédé national" pour ses talents de chanteur dans nos rues et même de crieur de nouvelles occasionnellement ! Mais peut être ne savez-vous pas qu'il est aussi un excellent verbicruciste ? Un verbicruciste au service des cruciverbistes... Alors voici une nouvelle grille de mots fléchés pour vous "affuter" les neurones....



Réponses

Horizontal

Grande randonnée : GR
Lettre grecque : PSI
Papillon en provençal : Parpaïoun
Symbole AU : Or
Jaunisse : Ictère
Esse : Crochet
Interjection : Hi
Ville allemande : Hemet
Métal précieux : Or
Langue : Oc
Ecureuil en provençal : Esquirou
Travail facile : Sinécure

Vertical

Plongée dans l'eau frémissante : Pochée
Rat en provençal : Garri
Sécurité Sociale : SS
Double consonne : RR
Test psycho-métrique : QI
Petit en provençal : Pichoun
Crasserie : Vacherie
De même : item
Registre du Commerce : RC
Félibre : Poète
Adverbe : Ou
Certain : Sur
Pièce d'échiquier : Tour
Prénom féminin : Inès

Du côté du Garde-Champêtre

Le Musée du Garde-Champêtre présente ses meilleurs voeux 2022 aux lecteurs du "Lou Bram de l'Arêt" et leur offre un moment de détente dans la recherche d'énigmes rurales.

Du côté des recettes

Aujourd'hui, place à la cuisine danoise ! En effet la communauté danoise reste la plus représentative à Bargemon. En 2014, le rôti de porc à la sauce au persil a été officiellement déclaré plat national du Danemark. Plus de 40% des Danois ont voté en faveur de ce délicieux plat à base de poitrine de porc rôtie.

Ingredients :

12 tranches de poitrine de porc
½ cuillère à café de sel
500 ml de lait écrémé ou allégé
2 ½ cuillères à soupe de fécule de maïs
200 ml de persil fraîchement haché
½ cuillère à café de sucre
1 cuillère à café de sel
¼ cuillère à café de poivre fraîchement moulu
1 kg de pommes de terre bouillies

Méthode :

1) Placer la poitrine de porc dans le four sur une grille avec un lèche-frite en dessous.

2) Cuire le porc au four jusqu'à ce qu'il soit doré et croustillant, pendant environ 30 minutes. Saler. Entre-temps, mettre le lait et la fécule de maïs dans une casserole et porter à ébullition. Bien mélanger.

3) Ajouter le persil et le sucre et porter la sauce à ébullition pendant 5 minutes. Saler et poivrer la sauce. Servir le porc avec des pommes de terre bouillies et la sauce au persil.

Du côté des astuces

Le bicarbonate de soude est incontestablement une poudre formidable ! Allié de taille en cuisine grâce à ses usages variés, il est aussi à la base de quelques antidotes, remèdes d'antan et recettes beauté...

Le bicarbonate de soude pour faciliter la digestion

Ce remède permet de mettre fin à divers troubles digestifs tels que la nausée, les brûlures d'estomac ou les ballonnements. Versez 1 cuillère à café de bicarbonate de soude dans un grand verre d'eau tiède.
Buvez ce verre après un repas trop copieux et ou cas de problème de digestion.

Le bicarbonate de soude contre la mauvaise haleine

Qu'elle soit provoquée par des soucis de digestion ou qu'elle soit dûe à des carries, la mauvaise haleine est un problème dont de nombreuses personnes se plaignent. Pour la réduire, veillez à vous brosser les dents après chaque repas et à faire régulièrement des bains de bouche au bicarbonate de soude.

Le bicarbonate de soude, pour les lendemains de fête difficiles

Un repas trop copieux et surtout trop arrosé. Vous ne vous sentez pas très bien au réveil. Versez dans un grand verre d'eau fraîche le jus d'un demi citron, 1 cuillère à café de bicarbonate de soude et 1 cuillère à café de sucre.
Remuez et buvez. C'est un excellent remède (le meilleur étant bien sûr de boire avec modération).

Le bicarbonate de soude pour apaiser les coups de soleil

Votre peau est échauffée suite à une exposition prolongée au soleil ? Mélangez 1 cuillère à soupe de bicarbonate de soude avec 250 ml d'eau tiède. Imbibez des compresses de ce liquide et appliquez-les sur vos coups de soleil. Renouvelez autant que nécessaire. Et attention la prochaine fois : le soleil est, comme vous le savez, dangereux pour la peau !

Le bicarbonate de soude pour soulager une piqûre

Dès que vous faites piquer (par une abeille, une araignée, un moustique...), tamponnez sur la zone atteinte une lotion composée de vinaigre blanc et de 2 cuillères à café de bicarbonate de soude.

Le bicarbonate de soude pour soigner les ampoules aux pieds

Faites chauffer dans une casserole 4 litres d'eau. Versez-la dans une bassine avec 3 cuillères à soupe de bicarbonate de soude. Plongez-y vos pieds pendant 15 minutes et essuyez-les. Ce bain de pieds, à faire 2 fois par jour, est efficace pour soigner les pieds et pour les délasser.

Le bicarbonate de soude, ingrédient d'un masque pour le visage "maison"

Une fois par semaine, mélangez dans un bol 2 cuillères à soupe de bicarbonate de soude avec un peu d'eau tiède. Appliquez la pâte obtenue sur votre visage, en effectuant des mouvements circulaires. Rincez à l'eau tiède, avant d'appliquer votre crème de jour habituelle.

Le bicarbonate de soude, ingrédient d'un dentifrice "maison"

Savez-vous que vous pouvez fabriquer votre propre dentifrice ? Pour cela, mélangez 1 cuillère à soupe de bicarbonate de soude avec 1 cuillère à soupe d'argile blanche et quelques gouttes d'huile essentielle de menthe poivrée.
Ajoutez-y un peu d'eau pour obtenir la consistante d'une pâte.

Les Pages Jaunes du Lou Bram

Les Pages Jaunes du Lou Bram

Maçonnerie Générale

Terrassement – VRD – Rénovation - Fosse Septique

SAS CAILLE Fabrice 06.64.86.78.40

753 Chemin Des Hauts Adrechs
83830 BARGEMON
@ : fcaille83@orange.fr

www.maconneriecaille.com

COMPAGNIE PROVENÇALE IMMOBILIÈRE S.A.R.L.

Lene Muller

1, Av. François Maurel - 83830 BARGEMON
Mobile : + 33 (0) 684 639 541
Tél : + 33 (0) 494 991 995
Fax : + 33 (0) 494 398 968

bargemon@compagnie-provencale.com
ou : vollquartz@gmail.com
www.compagnie-provencale.com

Bestofhands.com
Aromathérapie ❀ Massage

07 78 38 32 82

contact@bestofhands.com

22, rue François Maurel
83830 BARGEMON

Uniquement sur rendez-vous

PROVARIM
CLAVIERS INTERNATIONAL

provarimclaviers@orange.fr
www.provarim.fr

Depuis 1999

Magali Mutti

06 99 52 48 62

3, Place Marius Ollivier
83830 CLAVIERS
04 94 76 79 63

12, Place Philippe Chauvier
83830 BARGEMON
04 94 39 22 00

ATELIER MOREAU
décoration & peinture

MAITRE ARTISAN
MASTER CRAFTSMAN
depuis 1994

Les Espourounnes
83830 Bargemon

06 08 87 15 03

atelier.moreau@wanadoo.fr
google/Atelier-moreau Bargemon facebook

BEDDINGTON FINE ART

Michèle Beddington

Modern and Contemporary Art
Sculpture Garden by appointment

Les Remparts - rue de la Prison
83830 BARGEMON
beddingtonfineart.com
contact@beddingtonfineart.com

Tél : + 33 (0) 4 94 47 86 19
Mobile : + 33 (0) 6 64 80 29 55

Mas La Jaina

Chambres d'hôtes de charme
Ingrid & Johan HOMBERGEN

Les Espourounes
83830 BARGEMON
Provence, France

Tel : +33.(0)6.88.99.79.93
+33.(0)4.94.76.61.90

Email : maslajaina@me.com
Site internet : www.maslajaina.com

ALAIN PEINTRE DÉCORATEUR

Peinture - Façade - Boiseries - Vitrerie

Alain Abad
Route de Seillans Quartier la Plâtrière
83830 BARGEMON

Port: 06.60.75.52.14
Mail: abadalain4@gmail.com

SIRET: 81791017700010

ELECTRICITE . PLOMBERIE
CLIMATISATION-ALARME-AUTOMATISME

EP.VIANNEY

LESECQ VIANNEY
27 RUE DE LA RESISTANCE
83830 BARGEMON

NEUF.RENOVATION.DEPANNAGE

06.68.51.28.64

EPVIANNEY@GMAIL.COM

AS FERMETURE
115 ROUTE DE BROVES
VILLA N°4
04 94 76 35 79 / 06 63 91 25 25
asfermeture.com

Menuiserie Aluminium et PVC
Depuis 20 ans

MADE IN FRANCE / SUR MESURE

FERME LE PAVILLON

2323 Route de Comps
83830 Bargemon - France

+33 (0)7 69 45 00 44
contact@fermelepavillon.com
www.fermelepavillon.com

fermelepavillon

Liste des numéros utiles

Renseignements pratiques

• **Mairie de Bargemon :**
Tél : 04 94 39 09 20
email : mairie.bargemon@wanadoo.fr
Facebook : @mairiedebargemon
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi
de 8h00 à 12h00 et de 14h00 à 17h00
Accueil des personnes
à mobilité réduite sur RDV.

• **Dracénie Provence Verdon Agglomération :**
Tél : 04 94 50 16 20 - www.dracenie.com

• **Maison de Retraite Bouen Seren :**
Tél : 04 94 76 60 28

• **Médiathèque :**
Tél : 04 94 76 60 09
Horaires d'ouverture :
Mercredi : 09h - 12h / 14h - 18h
Vendredi : 14h - 18h
Samedi : 09h - 12h

• **Musée Galerie Honoré Camos :**
Tél : 04 94 76 72 88- www.ot-bargemon.fr

• **Musée des Fossiles & Minéraux :**
Tél : 04 94 67 61 44 - www.ot-bargemon.fr

• **Office de Tourisme :**
Tél : 04 94 47 81 73 - www.ot-bargemon.fr
email : bargemontourisme@dracenie.com

• **Piscine Kiki Caron :** ouverte de mai à fin août
Tél : 04 94 76 79 25

• **Poste :**
Tél : 04 94 76 60 35
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi
de 9h00 à 12h00 et de 14h00 à 16h30

• **Crèche :**
Tél : 09 72 54 37 84
email : microcrechebargemon@odelvar.com

• **Gendarmerie :**
Tél : 04 94 39 16 50

• **Presbytère :**
Tél : 04 94 39 13 30

• **Pharmacie :**
Tél : 04 94 76 60 02

• **Infirmiers :**
Véronique Blanc - Tél : 06 98 36 05 35
Michel Rigaux - Tél : 06 23 78 08 86

• **Kinésithérapeutes :**
Stéphane Laudrain - tél : 04 94 70 60 14
06 84 58 19 31
Catherine Noel : 04 94 76 69 01

• **SSIAD :** services de soins à domicile
Tél : 04 94 76 67 54
• **ADMR :** accompagnement des personnes
Tél : 04 94 67 84 22 - www.admr.org

• **TED PETIT BUS :** Tél : 0800 65 12 20
(appel gratuit) email : ted@dracenie.com