



Le Var Côte Colline

LOU NISTOUN

N° 218

Février 2025

Edito

Chères lectrices, chers lecteurs

Février pointe le bout de son nez, effaçant doucement les dernières traces des fêtes de fin d'année.

Alors que nos résolutions (celles qui perdurent) se mélangent au quotidien, les souvenirs des moments partagés autour du sapin illuminent encore nos esprits.

Mais février n'est pas en reste : la Chandeleur vient à la rescousse avec ses crêpes dorées et pour ceux qui se lamentent de ne pas avoir d'amoureux à chérir pour la Saint-Valentin, pas de panique, les crêpes au sucre ou au chocolat sont là pour vous consoler !

Et puis, ne l'oublions pas, le printemps se profile à l'horizon, apportant un souffle de renouveau et de promesses.

Encore quelques semaines, et la nature s'éveillera, nous enveloppant de ses parfums doux et ses ballets de couleurs. Gardez votre cœur léger, profitez des petites douceurs de février et rappelez-vous, la Saint-Valentin, c'est tous les jours qu'on devrait se la souhaiter, avec ou sans crêpes

Bonne lecture à tous ! De mon côté, je m'en vais en vacances..bien méritées !

STORE
PORTAIL
CLOTURE
VÉRANDA
MENUISERIES
GARDE CORPS
VOLETS Alu - Bois
PORTE D'ENTRÉE
PERGOLA Bioclimatique

CALISSOL Services



Centre commercial Casino 04 94 720 000

Petites annonces
GRATUITES
lounistounpa@yahoo.fr

Ventes :
Vélo de ville
femme, taille
adulte, avec panier,
visible sur Rocbaron.
06 87 66 63 98

1 robot pâtissier
complet
BOSCH. 60€
06 70 70 21 65

Friteuse électrique
ACTIFRY
XL EXPRESS
SEB 25€
06 10 41 07 33

Offres de services :
Travaux de jardinage et bricolage
CESU accepté
06 40 57 73 81

Dame de compagnie
personnes âgées,
isolées ou handicapées .À domicile,
en maison de retraite ou EHPAD. CESU
06 45 26 23 20

Dame recherche
quelques heures
de ménage, véhiculée, compé-

LGM Santé Assurances

**VOUS ÊTES PROPRIÉTAIRE ?
RÉALISEZ D'IMPORTANTES ÉCONOMIES
SUR VOTRE ASSURANCE DE CRÉDIT**

- MAINTENANT, VOUS POUVEZ CHANGER D'ASSURANCE À N'IMPORTE QUEL MOMENT ET SANS FRAIS !
- AVEC + 50 PARTENAIRES À NOS CÔTÉS, NOUS AVONS LA SOLUTION LA MIEUX ADAPTÉE POUR VOUS
- JUSQU'À + 50% D'ÉCONOMIE*
- AUCUN SOUCIS POUR VOUS, NOUS NOUS OCCUPONS DE TOUTES LES DEMARCHES AUPRÈS DE VOTRE BANQUE

ETUDE GRATUITE EN AGENCE

ZAC DU FRAY BÉDON
83138 ROCBARON

AGENCE DES PARTICULIERS
04 94 22 00 33
CONTACT.ROCBARON@LGMHEUTE.COM



Vendez ou achetez votre bien avec nous !



VISITE VIRTUELLE



Virginie TORDOIR.
06 35 40 72 40
virginie.tordoir@safti.fr
Santoul, Villeneuve les Moutiers,
et les environs



Germain PERIER.
07 77 31 15 42
germain.perier@safti.fr
Sainte-Anastaise-sur-Isère
et les environs



Grégory PLASMANNE.
06 45 88 54 55
gregory.plasmanne@safti.fr
Santoul-sur-Isère, Flauris-sur-Isère
Sainte-Anastaise-sur-Isère, et les environs



Maude MERRY.
06 72 19 78 16
maude.merry@safti.fr
Santoul, La Roquebroussin,
Forcalquannet et les environs

SAFTI - RESEAU NATIONAL EN IMMOBILIER DE PLUS DE 5700 CONSEILLER(E)S

Sommaire

Tribune de Michel Brassinne	p.2
Rubrique auto avec Richard Drouet	p.4
Le bilan MEDEIS avec Sophie Schaeffer	p.6
Rencontre avec Jules Verne avec Gisèle Deschatres	p.8
Les origines de la Chandeleur	p.10
À vos papilles avec Paul Keirn	p.12
Magnétisme et soin quantique avec Guylaine Lipski	p.14
À vos baskets	p.16
Toutous à adopter	p.20



PLOMBERIE SERVICE
QUENNEHEN PÈRE & FILS

CHAUFFAGE CLIMATISATION

DÉPANNAGE 7j/7 plomberieservice83@free.fr

04 94 77 48 33
06 09 75 57 22

Tribune

Michel Brassinne

Aux loupes citoyens !

Lire les étiquettes ? plus que jamais !

A l'heure des importations des produits d'Amérique du Sud, via le traité MERCOSUR, il va falloir surveiller les étiquettes ! Au moment même où je découvre sur une étiquette de viande hachée l'existence de « fibres de bambou » ! Bref, la loupe doit plus que jamais faire partie des armes de défense des consommateurs.

Pour tout vous dire, je voulais faire une tribune sur le « boycott ». Cette arme de destruction massive entre les mains des consommateurs. Elle aurait porté sur le boycott des produits sud-américains et notamment le bœuf...Et quelle viande de bœuf !

- 65% moins cher qu'en France (<https://www.combien-coute.net/boeuf/bresil/>). Entre 6,46 €/kg et 8,45 €/kg (avec une moyenne de 6,46 €/kg) pour le rôti de bœuf.

- élevé au soja transgénique (OGM),

- lui-même cultivé sur des terres gagnées par l'incendie volontaire de la forêt amazonienne,

- dopé aux hormones de croissance (cancérigènes)

- et traités aux antibiotiques (qui affaiblissent nos propres défenses immunitaires).

- Sans oublier que cette viande devra parcourir 9453 Km entre Rio et Le Havre et donc utiliser à chaque voyage 92 000 litres de kérosène ou par porte-containers 2625 tonnes de fioul. Tout cela pour venir salir nos assiettes, risquer la santé de nos enfants et conduire à l'abattoir les éleveurs français. Tout cela pour permettre aux Allemands de vendre voitures, médicaments et produits chimiques et, à la tribu des copains du pouvoir en place en fin de règne, d'exporter des produits de luxe. Jamais ! Ja-mais !!

Des lois anti-boycott ! Mais voilà : depuis la circulaire Alliot-Marie, en date du 12 janvier 2009, l'appel au boycott est sévèrement puni. Pas une association de défense des consommateurs n'appelle au boycott ! Alors moi non plus. Chacun se fera son idée sur ce qu'il convient de faire.

Edition N° 218 Février 2025
90000ex. N° ISSN 1760-138X
Directrice de la publication
Nathalie Taxil

Lou Nistoun
116 Domaine de la verrerie
83136 Rocbaron

@ Petites annonces :
lounistounpa@yahoo.fr

Contact Publicité :
06.70.70.21.65
infos.lou.nistoun@gmail.com

Imprimerie CARACTERE
Marseille
04 91 87 80 80

Distribution par :
VAL D'ISOLE DISTRI
06.84.99.23.45

Petites annonces

tente avec expérience et disponible, je me déplace sur la vallée de l'Issole
06 16 09 07 03

Nettoyage fin de chantier ou après le départ de vos locataires. Lavage de vitres.
06 61 65 42 69

Dame expérimentée vous aide à la préparation des repas.
06 14 18 59 08

Garde temporaire de votre chien pendant vos vacances dans un cadre familial
06 42 72 43 45

Cherche personne pour cours particuliers pour mes 2 garçons ainsi que femme de ménage sur 1 voire 2 maisons.
06 43 73 38 02

A réserver chiots Jack - Russet superbes nés le 1/01/2025 parents visibles mère LoF papiers prix: 600€
06 24 10 06 76

Immobilier :

À 5 mn de Brignoles, au centre de Camps la source, proche de tout commerce, cette charmante maison de village de 3 pièces, d'une superficie totale de 70 m². Egalement équipée de fenêtres double vitrage et volets électriques et façade récente avec enduit isolant. Une vraie cave de 25 m² pour bricoleurs et de grands parkings autour du bien. 163 900€
06 79 94 43 38

Loue à l'année à Sainte-Anastasia à partir de janvier 2025, pour une personne seule, appartement de 50m² appartenant à notre villa mais indépendant, à la campagne, au calme avec un petit jardin avec salon, plancha, clôturé de haie artificielle, à 10 minutes des commerces du village, possibilité de se garer devant l'appartement.
06 44 23 18 77. ou 06 44 23 12 07.

Alors, on va parler du steak haché au bambou !

Par principe, je lis toutes les étiquettes des produits que j'achète : dès que je vois E machin, E truc, c'est éliminatoire. Alors, ça a été un choc, lorsque, retournant machinalement un emballage de steak haché. J'ai lu...« fibres de bambou : 3,7 % » !

L'appellation « steak haché »

La législation française est précise : parmi les « préparations de viande hachée est dénommé « steak haché » la viande de bœuf hachée ayant un rapport collagène (tissu conjonctif) sur protéine de 15 % avec au maximum 1 % de sel et à l'exclusion de tout autre élément ». Légalement, c'est le 100 % de viande. Dit autrement, le steak haché c'est juste du muscle et pas plus de 15 % d'enveloppe de muscle et de tendons.

Seules les mentions « steak haché », « 100 % bœuf » ou « pur bœuf » sont des garanties légales. Seul le taux de « gras » peut varier. Mais cela doit être indiqué sur l'emballage. L'industriel a en effet le droit d'incorporer de 5 % à 20 % de gras dans le haché. C'est donc toujours légalement du « steak haché », mais plus ou moins gras.

Les préparations « à base de » viande hachée : moins de 51 % de viande !

Juridiquement, les « préparations de viande hachée » regroupent toutes les formes de haché, très bonnes, bonnes et moins bonnes, y compris le steak haché. Mais il existe une autre catégorie : les préparations à base de viande hachée ! Le « à base de » change tout : ces préparations contiennent moins de 51% de viande !

Alors les 49 % de non-viande, c'est quoi ?

Cela peut être du soja, de la farine de pois, de l'amidon. Ce sont des PVT, les « protéines végétales texturées ». Un procédé industriel qui tente de redonner une texture de viande à des ingrédients végétaux. On les retrouve bien sûr dans tous les produits végans.

La fibre de bambou : une façon de vendre de l'eau au prix de la viande. Dans la revue professionnelle destinée aux industriels « Process alimentaire – Au cœur de l'industrie alimentaire » on peut lire des propos édifiants (réf. : <https://www.processalimentaire.com/ingredients/texturants-les-fibres-insolubles-26810>) :

« En ces temps de clean label, les texturants additifs n'ont pas la cote. Cependant, ils peuvent être remplacés par divers ingrédients, par exemple par des fibres. (...) Elles ont l'avantage de pouvoir remplacer sans numéro E les additifs usuellement utilisés dans l'agroalimentaire. Elles ont aussi une image positive et « santé » auprès du grand public. Globalement, les fibres captent l'eau par capillarité dans les produits alimentaires et vont la retenir » La fibre de bambou peut entrer en scène sous les applaudissements des industriels : non seulement elle ne fait pas partie des additifs en E xxx, mais qui plus est, elle peut absorber 60 % de son propre poids en eau. Et ainsi, représenter plus de 5 % du poids de la viande hachée. Et en plus, l'idiot de consommateur est content puisqu'on lui parle de « fibres ». Tout baigne chez les arnaqueurs.

« Façon bouchère » : une façon de vendre de l'air au prix de la viande

Toutes les organisations de défense des consommateurs citent Auchan, Carrefour et surtout Charal, pour l'arnaque qui consiste à écrire « façon bouchère » sur les emballages de steak haché (voir l'enquête de Foodwatch : <https://url.me/5rBDNR>).

Le traitement de la viande est fait pour donner l'impression que le hachage est proche de celui du boucher. La viande hachée est moins compressée. Elle est vendue en moyenne 15 % plus chère ! Seule différence avec le steak haché normal ? Elle contient plus d'air ! Bref, on nous vend de l'air au prix de la viande !

Que faire ? Si on a envie de viande, il suffit d'aller chez le boucher local ou installé en grande surface : vous aurez du steak haché préparé devant vous, sans ajout de graisse, ni de quoi que ce soit d'autre et provenant d'animaux locaux. Sinon, n'oubliez pas votre loupe ! C'est l'arme fatale contre les industriels peu scrupuleux. Industriel peu scrupuleux... souvent un pléonasme.

Magnétisme

Douleurs physiques

Douleurs morales

Hypnose Rapide

Changez vos habitudes !

Garéoult

06 28 81 56 65



06 45 38 90 32



PLACO & PEINTURE DÉCORATION RAVALEMENT DE FAÇADE



Rinaldipeinture



rinaldipeinture@yahoo.fr

83136 FORCALQUEIRET

ASSURANCES

LA VIGNETTE VERTE

ELLE A DISPARU !

Depuis le 1er avril 2024, les usagers de véhicules motorisés ne sont plus obligés d'apposer la vignette de l'assurance sur le pare-brise de leur véhicule, ni même de détenir l'attestation d'assurance dans leur véhicule.

Le décret relatif à la suppression de la « carte verte » automobile a été publié au Journal officiel le 9 décembre 2023 avec une mise en application au 1er avril 2024. Le but annoncé est de simplifier la vie administrative des Français en supprimant l'obligation de possession de la « carte verte » pour circuler. Les forces de l'ordre doivent désormais consulter lors des contrôles, le Fichier des Véhicules Assurés (FVA), qui réunit l'ensemble des contrats d'assurance automobile des Français. Autre objectif et pas des moindres, lutter contre les fausses « carte verte » utilisées par des automobilistes sans assurance pouvant occasionner des conséquences dramatiques en cas de sinistre.

Des contrôles plus efficaces

La preuve de l'assurance était jusqu'à présent fournie par la présentation de la « carte verte ». Ce document papier, renouvelé et envoyé tous les ans par les assureurs, comprend une attestation d'assurance ainsi qu'une vignette à apposer sur le pare-brise du véhicule.

La nature physique de ces documents présentait des inconvénients, comme celui d'être verbalisé par les forces de l'ordre en cas d'oubli de renouvellement du papillon vert sur le pare-brise, alors que le conducteur est bien assuré. Il n'est pas rare aujourd'hui que les forces de l'ordre procèdent à des contrôles aléatoires d'automobilistes en toute discrétion par le simple relevé de la plaque d'immatriculation.

Être assuré pour circuler reste obligatoire

Une assurance « au tiers » est obligatoire pour circuler légalement avec son véhicule en France. Cette assurance est destinée à protéger les victimes d'un accident de la route en leur permettant d'obtenir réparation de leur préjudice corporel ou matériel par un assureur. Lors d'un sinistre avec un tiers non assuré ou non connu, votre compagnie peut se rapprocher de l'organisme du fonds de garantie pour indemniser la victime.

Vos conseillers immobilier
Provence Verte

Vendez votre bien

BL AGENTS

Estimation Gratuite

Laurine ROBLETZ
06 47 13 42 61 l.robletz@bl-agents.fr


Franck REPOS
06 16 37 14 08 f.repos@bl-agents.fr

Vinciane LECOURIEUX
06 40 22 74 02 v.lecourieux@bl-agents.fr

Disponible
7j/7
06.83.54.78.12
cottinbruno675@gmail.com

Plombier
Installation • Réparation • Dépannage

Devis Gratuit !



idp Concept
PLOMBERIE

 **SOLABAIE** 

Fenêtres - Volets - Portes - Portails - Stores - Vérandas - Pergolas

POUR MA RÉNOVATION,
MON CHOIX EST FAIT !
C'EST SOLABAIE



50 avenue des Fontaites www.sarl-varenov.fr
83136 FORCALQUEIRET

04 94 59 25 75



 **COUVREUR DU NORD**

Couverture. Charpente. Construction ossature bois
Votre projet, notre expertise

06 41 45 69 39
couvreurdunordpro@gmail.com

Bâtiment l'Acaté ZAC du Fray Redon 83136 Rocbaron

 **CIMES VERTES SERVICES**

Entretien courant jardin
Taille ornementale
Taille de haies
Débroussaillage
Tonte

CRÉDIT D'IMPÔTS DE 50%

DEVIS GRATUIT ET SANS ENGAGEMENT
vivienracllet@cimesvertes.com
06 86 70 50 76



Le bilan MEDEIS

Sophie Schaeffer



LA MÉDECINE DES ÉTATS INTERMÉDIAIRES DE SANTÉ : DES ÉTATS INTERMÉDIAIRES DE SANTÉ À LEUR PRISE EN CHARGE.

Et si, en ce début d'année, vous preniez soin de votre santé ? Avec la médecine prédictive personnalisée, optimiser sa santé prend tout son sens...

Pour chacun d'entre nous, il existe un état physiologique optimal propice au bien-être et à une bonne qualité de vie. A cet état est souvent opposé la maladie. Mais qu'en est-il des états « entre-deux » ?

Car entre pleine santé et maladie, il existe souvent des signaux de dysfonctionnement avec ou sans symptômes avérés. Ils peuvent se traduire par des troubles du sommeil, une sensation de fatigue, de stress, un inconfort digestif ou encore des perturbations biologiques... Ces états sont réversibles mais, s'ils ne sont pas pris en compte, ils peuvent impacter le bien-être et donc la santé de chaque individu.

On peut qualifier ces « entre-deux » d'états intermédiaires de santé.

Le bilan MEDEIS associe un auto-questionnaire explorant 5 domaines clés aux impacts physiologiques et influençant la santé métabolique (sphère digestive, équilibre des neuromédiateurs, statut oxydatif, communication cellulaire...) à un bilan biologique exploratoire favorisant une appréciation de certains dysfonctionnements.

Parmi eux, quelques marqueurs notables :

- Evaluation du tube digestif avec un dosage de la LBP (Lipoplysaccharides Binding Protein) mettant en lumière une éventuelle perméabilité intestinale.
- Evaluation du statut inflammatoire avec un dosage de la CRPus (témoin à la fois plus fin et plus fiable d'une inflammation chronique de bas grade que la traditionnelle CRP)
- Evaluation du stress oxydant avec le dosage des ac anti-LDL oxydées (très intéressant dans les tableaux d'hypercholestérolémie)
- Evaluation de l'insulinémie et du stress carbonyle avec le dosage du HOMA, QUICKI et HbA1C.
- Evaluation des réactions de méthylation avec le dosage de l'Homocystéine, marqueur prédictif d'un risque cardiovasculaire.
- Mais aussi la TSH, ASAT-ALAT, Vitamine D et un bilan martial.

Vous l'aurez compris, ce bilan s'adresse à toutes les personnes en bonne santé et qui souhaitent le rester : il permet en outre de vérifier si l'alimentation et les performances du tube digestif apportent à l'organisme les quantités optimales des nutriments indispensables à son bon fonctionnement. C'est également un bilan à proposer à toutes les personnes souffrant de maladies chroniques et qui souhaitent recouvrer la santé !

Retrouvez-moi sur www.biendansvotreassiette.com ou ma page Facebook Conseil en micronutrition.
Pour une prise en charge personnalisée en santé fonctionnelle / Bilan MEDEIS, contactez-moi !
Sophie SCHAEFFER Micronutritionniste Santé fonctionnelle / Dr en Pharmacie 06.45.69.60.16 sur rdv Garéoult ou en visio.
Retrouvez-moi également régulièrement pour d'autres chroniques et actus santé sur Info83 et sur France Bleu Provence dans les Experts bien-être avec Véronique Lopez.

Elagage-Abattage d'arbres

Débroussaillage
Taille de haies
Entretien de jardin
et d'espaces verts
Maçonnerie paysagère

M.A.B.L.

06 12 10 87 32

Devis gratuit

Urssaf

ABACA
SERVICES

1 numéro
pour plus d'infos



DÉPENSEZ
50 EUROS
PAYEZ
25 EUROS

TOUT EST DIT.



+ d'infos sur l'Avance immédiate de crédit d'impôt pour les services à la personne sur
avanceimmediate.urssaf.fr

06 50 05 70 52 Entretien de jardins. Taille de haies. Débroussaillage

ÉLECTRICITÉ 83

électricité générale

(neuf, rénovation, dépannage,
remise aux normes de tableaux
électriques...)

Devis gratuit
06 08 80 58 39

Stéphane Maladry - Artisan Electricien
83136 GAREOULT

f Electricité 83
electricite83@hotmail.com

Assurance décennale
Siret : 527 760 136 00046



INFINIGO

Rénovation de votre intérieur

Electricité - Plomberie
Placo - Isolation - Peinture
Carrelage - Faïence - Salle de bain

TEL : 06 99 11 54 58

MAIL : h.dasilva@infinigo.fr

83136 GAREOULT



Un savoir faire depuis 1998

Perlié
ENTREPRISE

Maçonnerie - Façades

Rénovation - Agrandissements

☎ 04 94 04 03 94

sarlperlie@sfr.fr

www.perlie.fr

84 Impasse des Morilles 83136 Rocbaron



VILLÉlec83
Electricité Générale

Devis gratuit

Sébastien
VILLENEUVE

- Domestique/Tertiaire
- Installation neuve
- Rénovation
- Dépannage
- Climatisation
- Automatisation/Domotique

villelec83@gmail.com
[@villelec83](https://www.facebook.com/villelec83)

☎ 06 52 10 39 26

Rencontre avec Jules Verne

Gisèle Deschatres

J'ai eu envie d'évoquer aujourd'hui, un écrivain visionnaire qui a marqué la littérature.

Il a fait vivre à ses héros les plus folles aventures que ce soit sur mer, sous terre ou même dans les airs !

Jules Verne est né le 8 février 1828 à Nantes.

Fils d'un avoué et de l'héritière d'une famille d'armateurs, il aurait pu faire carrière dans l'étude familiale... mais après son droit, il devient secrétaire d'un théâtre à Paris.

Là, il mènera une vie de bohème et scénarisera des pièces de théâtre.

En 1857, il épouse Honorine du Fraysne de Viane avec laquelle il aura deux enfants. Il la délaissera très rapidement et va parcourir le monde : l'Angleterre, l'Ecosse, la Norvège....

Il se prépare à devenir un auteur de romans d'aventure. À 42 ans, après la parution de " 5 semaines en ballon", il devient très populaire. Sa carrière est lancée. En 1864, il publie "Voyage au centre de la terre", puis en 1870: "20 000 lieues sous les mers".

Après un voyage aux Etats-Unis avec son frère Paul, il s'installe à Amiens et publie : "Le tour du monde en 80 jours" qui connaît un succès fulgurant, plus de 108 000 exemplaires vendus ! Partout, on ne parle que de Phileas Fogg ! Les aventuriers de toute sorte veulent tenter le même exploit !

En 1889, Nelly Bly, une journaliste américaine relève le défi du "Tour du monde" et s'offre même une escale en France pour rencontrer le romancier. Quand elle relie New-York en 72 jours, Jules Verne s'empresse pour la féliciter.

L'affaire fait grand bruit et le Tsunami n'en n'est qu'aux prémices ! D'ailleurs, en 1992 sera lancé le Trophée Jules Verne, une course à la voile autour du monde avec équipage. Les marins les plus audacieux y participent dont Loïc Perron et Francis Joyon.

Mais ce n'est pas tout ! Avec plus de 300 adaptations au cinéma ou à la télévision, Jules Verne a marqué le 7ème art.

Avide d'aventures populaires et extraordinaires, Hollywood a pro-

duit plus de 100 films tirés de l'oeuvre du romancier.

Jules Verne séduit encore de nos jours car il s'est révélé un incroyable visionnaire avec le sous-marin de 20 000 lieues sous les mers , la capsule spatiale, les voiles solaires.

Toutes ces innovations figurent dans son oeuvre. Lui, qui vivait dans un monde où le téléphone et l'électricité venaient tout juste d'être inventés, possédait un don pour repérer les technologies d'avenir.

On peut voir en Orson Wells, l'un de ses héritiers. L'auteur de "La guerre des mondes" a été influencé par l'écrivain même s'il refusait le surnom de Jules Verne anglais que la presse lui attribuait à l'époque.. Pour le père de la science fiction, c'est l'imagination qui prime !.

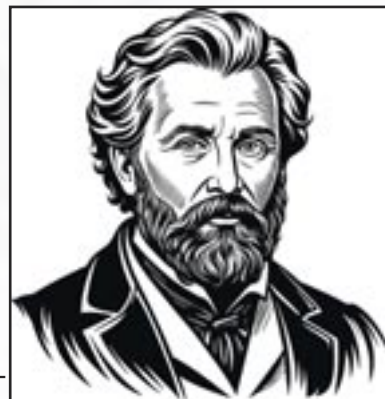
De même, comme un héros de Jules Verne, Tintin le reporter d'Hergé, est un infatigable explorateur. Ses aventures dans un sous-marin, ou son voyage pour un 1er vol en fusée sur la lune en témoignent.

Quant à Bertrand Piccard, lui aussi pourrait être un héros de roman Depuis son tour du monde en ballon, sans escale, en 1999, l'aéronaute suisse multiplie les défis, tel un Phileas Fogg du 21è siècle : En 2015-2016, il réalise un tour du globe à bord du 1er avion solaire : Solar Impulse.

Avec Agatha Christie, dans un genre différent, Jules Verne reste l'écrivain le plus traduit dans le monde. Jules Verne avait toutefois senti, même à l'époque, que le progrès semblait plus fort que tout et inarrêtable et que seule la Nature peut fixer les limites.

Son pessimisme apparaît dès son 1er roman avec cette phrase prophétique : " Cela sera peut-être une forte ennuyeuse époque que celle où l'industrie absorbera tout à son profit. A force d'inventer des machines, les hommes se feront dévorer par elles..."

Gardons l'espoir que notre humanité saura résister à toutes ces chimères !





Passion Paysage 83

Travaux extérieurs

Devis gratuit

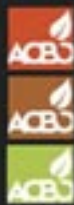
06 02 44 53 46

passionpaysage83@hotmail.com

Entreprise locale

Entretien et aménagement de jardin

- ✦ Arrosage automatique
- ✦ Débroussaillage
- ✦ Elagage / Abattage
- ✦ Plantations
- ✦ Taille de haies / végétaux
- ✦ Terrassement



ACBO

A bbooui C harpente B ois C ouverture

AS PRO FAÇADE

Votre spécialiste Neuf & Rénovation



contact@acbc83.com

contact@as-pro-facade.com



Couverture
Charpente bois
Isolation toiture
Zinguerie
Velux
Gouttières

Ravalement de façade
Traitement des fissures
Peinture intérieur/extérieur
Isolation thermique des murs par l'extérieur
Enduit imitation pierre

www.acbc83.com

www.as-pro-facade.com



04.94.69.09.35

DIAGNOSTIC ET DEVIS GRATUIT



ZAC DU TILLEUL D'ALFRED
83136 GAREOULT



EURL DI IORIO
ZA du Tilleul d'Alfred
83136 Garéoult

09 56 17 54 92

Venez visiter notre Showroom sur place !

Tous travaux et mise aux normes électriques
Motorisation et pose de portail aluminium.
Porte de garage. Alarme de maison
Volet roulant et volet aluminium
Menuiserie alu. Domotique
Climatisation. Interphone vidéo ou sans fil
Store banne et coffre
Filtration piscine et traitement au sel.
Installation de box ou borne charge pour VE
Vente pièces détachées

somfy
PARTENAIRE OFFICIEL

Horaires du magasin : 9-12h - 14-17h
Garantie décennale et RC Habilitation IRVEP1 & EV READY



Horizon Paysage

FLORIAN 06 25 47 37 70

Des professionnels
au service de votre jardin

Entretien, Création,
Élagage, Arrosage automatique,
Maçonnerie paysagère, Travaux forestiers...

83136 gareoult - horizon.paysage83@gmail.com

Les origines de la Chandeleur



Une Fête Ancestrale

La Chandeleur, célébrée chaque année le 2 février, est bien plus qu'une simple occasion de déguster des crêpes. Cette fête, chargée d'histoire et de traditions, trouve ses origines dans des rituels païens et religieux qui remontent à l'Antiquité.

Plongeons dans le passé pour découvrir les multiples facettes de cette fête fascinante.

Les Racines Païennes

La Chandeleur tire son nom du mot latin "candelaria", qui signifie "fête des chandelles". Dans la Rome antique, les Romains célébraient les Lupercalia, une fête en l'honneur du dieu Pan, au cours de laquelle des processions aux flambeaux avaient lieu. Ces rituels visaient à purifier la ville et à chasser les mauvais esprits.

En Gaule, une célébration similaire existait en l'honneur d'Ogmios, le dieu de l'éloquence, où l'on allumait des bougies pour attirer la lumière et la chaleur à la fin de l'hiver.

La Christianisation de la Fête

Avec l'avènement du christianisme, de nombreuses fêtes païennes furent transformées pour s'adapter aux nouvelles croyances. La Chandeleur ne fit pas exception. Au Ve siècle, le pape Gélase Ier institua la "Fête de la Présentation de Jésus au Temple" et la "Purification de la Vierge Marie", célébrées quarante jours après Noël. Lors de cette fête, les fidèles participaient à des processions aux chandelles, symbolisant Jésus comme "lumière du monde".

La Tradition des Crêpes

L'une des traditions les plus emblématiques de la Chandeleur est sans doute la confection de crêpes.

Mais d'où vient cette coutume ? Il semblerait qu'elle soit liée à des pratiques agraires. Au Moyen Âge, la Chandeleur marquait le début des semailles de printemps. Faire des crêpes, symboles de fertilité et d'abondance avec leur forme ronde et dorée rappelant le soleil, était un moyen de garantir de bonnes récoltes pour l'année à venir.

Une légende raconte également que le pape Gélase Ier aurait distribué des galettes aux pèlerins arrivant à Rome ce jour-là.

Superstitions et Rituels

La Chandeleur est aussi entourée de nombreuses superstitions. En France, il est de coutume de faire sauter les crêpes de la main droite tout en tenant une pièce de monnaie dans la main gauche.

Réussir à retourner la crêpe sans la faire tomber était censé assurer prospérité et bonne fortune pour l'année à venir. D'autres croyances populaires associent le temps de la Chandeleur aux prévisions météorologiques : "Si la chandelle est belle et claire, nous aurons l'hiver derrière". "À la Chandeleur, l'hiver se meurt ou prend vigueur." "Soleil de la Chandeleur annonce hiver et malheur." Ces dictons suggèrent que le temps qu'il fait le jour de la Chandeleur peut prédire le reste de l'hiver. Si le ciel est clair, l'hiver sera plus long ; s'il fait mauvais, le printemps est proche.

Bénédiction des Bougies

Dans certaines régions, il est coutume de bénir les bougies à l'église le jour de la Chandeleur. Ces bougies bénies sont ensuite utilisées tout au long de l'année pour protéger la maison et ses habitants. Elles sont allumées lors des orages pour éloigner les éclairs et invoquer la protection divine.

Les Cendres

Au Moyen Âge, il était courant de conserver les cendres des chandelles de la Chandeleur car on pensait qu'elles avaient des propriétés protectrices. On les utilisait pour bénir les champs et assurer de bonnes récoltes, ou pour éloigner les mauvais esprits et les maladies.

Les Rencontres Amoureuses

Une superstition veut que si une jeune fille glisse en portant une bougie allumée lors de la procession de la Chandeleur, elle se mariera dans l'année.

Certaines régions de France associent des aliments spécifiques à la Chandeleur. Par exemple, dans les régions viticoles, il est traditionnel de faire des crêpes avec le vin nouveau pour garantir une bonne vendange. D'autres traditions incluent la cuisson de galettes de sarrasin, censées apporter richesse et prospérité.

La Chandeleur Aujourd'hui

Aujourd'hui, la Chandeleur est principalement célébrée en France et dans d'autres pays francophones. Elle reste une occasion conviviale de se retrouver en famille ou entre amis pour déguster des crêpes. Cette fête rappelle aussi l'importance de la lumière au cœur de l'hiver et perpétue des traditions ancestrales tout en s'adaptant aux temps modernes.

Les origines de la Chandeleur sont riches et variées, mêlant traditions païennes et chrétiennes, superstitions et coutumes populaires. Au-delà de la dégustation de crêpes, cette fête est un témoignage vivant de notre patrimoine culturel et de l'importance des rituels dans nos sociétés. En célébrant la Chandeleur, nous renouons avec des pratiques séculaires et profitons d'un moment de partage et de convivialité.

Entreprise agréée



RSD

Bois de chauffage

- *Bois de qualité, refendu et sec depuis plus de 2 ans
- *Mélange de chêne, charme et hêtre (aucun résineux)
- *Bois coupé en 33 et 50 cms
- *Enlèvement possible sur RDV
- *Livraison gratuite dès 3 stères (max 10kms de Forcalqueiret)



RSD 4 ZAC des Fontaites 83136 Forcalqueiret

RSD location de bennes

06 63 36 19 35

rsd.secretariat@gmail.com

ENERGIE CLIM PROVENCE

Le 3 en 1
C'est le Triple C d'HITACHI

Unité Extérieure → Chauffage / Rafraîchissement → Ballon d'eau chaude

* TVA réduite : 5,5% (en rénovation)

GARANTIE 7 ANS PIÈCES, 5 ANS MAIN D'OEUVRE ET DEPLACEMENTS

Contact : 04 94 80 13 79 energie.clim.provence@orange.fr

Attestation d'aptitude (CEI003/2008 n°3477/06/2017-BLA, n°83010/15073827/2. Certification Veritas n°3072049)

ARTISAN CARRELEUR
Johnny Abel

Neuf et rénovation •
Carrelage tout format •
Création de salle de bain •
Faïence • Parquet • placo

06.42.33.14.91
 83136 ROCBARON
 johnny.abel@laposte.net
 /carrelagejohnnyabel

Garantie décennale

CIMES VERTES SERVICES

Entretien courant jardin
Taille ornementale
Taille de haies
Débroussaillage
Tonte

CRÉDIT D'IMPÔTS DE 50%

DEVIS GRATUIT ET SANS ENGAGEMENT
vivienracllet@cimesvertes.com
06 86 70 50 76

AutomatisIM Tél. : 06 26 09 26 07

Motorisation Portail coulissant 400 KG
FAAC à partir de 495€ TTC, hors pose
BFT à partir de 420€ TTC, hors pose

+ 1 télécommande
+ 4 m de crémaillère
+ 1 sélecteur à clé

Alarme NFA2P pro
à partir de 850€ TTC. avec pose

KIT ALARME RTCIP AVEC APPLICATION SMARTPHONE
(branchement sur Box Internet)

INCLUS : une Centrale, deux Volumétriques anti-animaux
un Détecteur d'ouverture, 1 sirène intégrée, 1 télécommande
Vidéo surveillance, Tarif selon demande

Portail Automatique / Barrière
Alarme / Vidéosurveillance
Contrôle d'accès / Visiophonie
Electricité

DEVIS GRATUIT

IRRERA Mickaël
83136 Gareoult

www.automatisim.fr - Mail : automatisim@free.fr

À vos papilles ...

Paul keirn

L'art de la salade

Cela fait du bien, de temps à autre, de sortir de l'hexagone, quel que soit le sujet, y compris celui de la cuisine. La cuisine aux États-Unis, ce n'est pas seulement Kentucky Fried Chicken (KFC) ou Mac Do.

Loin de là ! C'est, comme on dit outre-atlantique, le « melting pot » (le creuset de fonderie). Là où toutes les cultures du monde sont présentes. Et parfois fusionnent. Ou pas ! À New York, on parle 116 langues. Des milliers de « foodtrucks » proposent de la « street food » (cuisine de rue) et les plats emblématiques de 167 pays !

C'est sur la côte Ouest, celle de la riche Californie (4^e économie mondiale) qu'exerce une certaine Samin Nosrat, cheffe cuisinière américaine de renom, de parents iraniens. C'est un peu la Maïté (rendons lui hommage) made in USA. Couverte des prix les plus prestigieux, présente sur Netflix et Youtube, elle explique en vidéo une cuisine étonnante, incroyablement simple, savoureuse et à la portée de toutes et tous.

Comme c'est « presque bientôt » le printemps, Samin va nous aider à bien faire nos salades, en apprenant à équilibrer cinq dimensions gustatives : le salé, le gras, l'acide, le « crunchy » et l'umami.



Saveurs / Types de salade	Salade en quartier	Salade Caesar	Salade Cobb	Salade grecque
Salé	Bacon et fromage "bleu"	Anchois, parmesan worcester sauce	Bacon et fromage "bleu"	Féta et olives
Gras	Huile d'olive	Oeuf, huile d'olive parmesan	Avocat, oeuf et huile d'olive	Huile d'olive
Acide	Vinaigre	Citron, vinaigre worcester sauce	Moutarde	Vinaigre, tomate, citron, oignon
Crunch	Salade Iceberg	Salade Romane croûtons	Cresson de fontaine	Concombre
Umami	Bacon	Anchois	Tomate, blanc de poulet	Tomate, féta, olives noires

On peut y voir les quatre salades les plus connues aux USA.

- La salade grecque, bien de chez nous !
- La salade César ou Caesar date du 4 juillet 1924 et a été créée par César Cardini, un immigrant italien installé à Tijuana, au Mexique.
- La salade Cobb est apparue dans les années 1930.
- La salade en quartier (« wedge salad ») se compose d'un quart de laitue « Iceberg », de sauce bleue (vinaigrette + fromage « bleu »), de chips de bacon croustillant, d'oignons rouges doux (type Simiane ou Lézignan) et de tomates cerise ou en dés.

Samir Nosrat a cherché à comprendre ce qui caractérisait ces quatre salades à succès. Elle a finalement retenu que toutes présentaient quatre saveurs et une consistance.

Quoique vous mettiez dans vos futures salades, vous devez penser à ces cinq dimensions et chercher à les équilibrer entre elles.

GRAS - Dois-je ou non rajouter un peu d'huile ? L'huile, c'est une cuillère à la fois. Mélangez et goûtez ! Quand tous les ingrédients sont juste bien liés entre eux, ne pas en rajouter.

ACIDE - L'acidité du vinaigre ou du citron compense-t-elle la rondeur de l'huile ? L'acidité relève les ingrédients et compense la « rondeur » parfois excessive de l'huile. Un truc pour compenser un excès d'acidité : une pincée de bicarbonate de soude alimentaire, puis mélanger.

CRUNCH - Ma salade est-elle assez « crunchy » sous la dent ? Pas assez ? Ajoutez du croquant : des petits morceaux de biscotte, des lardons un peu grillés ou des noix ou des amandes. Mélangez et goûtez !

UMAMI - Mes ingrédients à saveur umami sont-ils suffisamment présents ? L'umami est en soi une saveur, mais il faut savoir que l'umami renforce toutes les autres saveurs présentes. S'il faut en rajouter, un truc simple : réduire en poudre un bouillon cube de bœuf et en saupoudrer la salade ! L'umami est instantanément renforcé. Mélangez et goûtez !

SALÉ - Est-ce assez salé ? Il ne faut pas oublier que le fromage, les anchois, le bacon et les olives contiennent du sel ! Goûtez avant de saler ! C'est aussi le moment d'ajouter le poivre du moulin. Un vrai bon poivre.

Voilà, maintenant vous pouvez attaquer vos salades pour tout le printemps et tout l'été, avec la certitude que le succès sera au rendez-vous !

ACQUACONCEPT 83



0638892708

SANITAIRE - CHAUFFAGE - CLIMATISATION



NOUVEAU
A Forcalqueiret

Transfert & Restauration
de vos souvenirs de famille
sur clé USB - En Haute QUALITÉ

Cassettes Vidéos:

- VHS, SVHS
- VHS-C, SVHS-C
- VIDEOS, Hi8
- DIGITAL8, MINIDV

Bobines De Films:

- SUPER 8, 8 MM
(Munet & Sonnet)
- 9,5 MM



Diapositives:

Formats 5x5
Très haute résolution 24MP 6000x4000

Sur RDV: 06 . 14 . 68 . 01 . 12

WWW.TRANSFERT-VIDEOS.FR
(Demos & Tarifs en ligne)

Contact@transfert-videos.fr



LA
MAÇONNERIE
Michel SIGALAT

MAÇONNERIE
RÉNOVATION

ENTRETIEN
DE JARDINS

06 03 04 65 24

mlamaconnerie@laposte.net



TAXI NICO

3 VEHICULES CONVENTIONNES
TRANSPORTS DE MALADES
LOISIRS, PROFESSIONNELS,
MESSAGERIE
GARE ,AEROPORT
TIERS PAYANT TOUTES CAISSES
LONGS TRAJETS

06 20 69 19 98

83136 La Roquebrussanne

LES PIERRES DE JADIS

**MAÇONNERIE - CARRELAGE
NEUF - RÉNOVATION**

ROCBARON



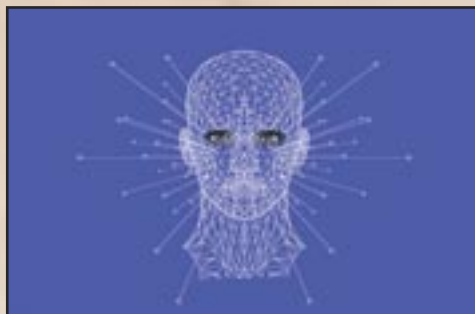
Tél : 04 94 04 43 03 - Port. : 06 74 29 15 91

E-mail : lespierresdejadis@hotmail.fr

Magnétisme, soin quantique et guérison cellulaire

Le Magnétisme est une pratique de guérison ancienne qui repose sur l'idée que les êtres vivants possèdent une énergie vitale. Le magnétisme est une force invisible et puissante. Il est une source d'énergie universelle qui traverse l'ensemble de l'univers. Chaque être humain possède en lui un champ magnétique naturel qui peut influencer et être influencé par d'autres champs magnétiques. Le Magnétisme est une force primordiale qui façonne l'univers. C'est une source de bien-être et de guérison reconnue depuis la nuit des temps. À la base de cette pratique, le Magnétisme, porte un regard holistique sur la personne, il permet d'équilibrer les énergies du corps et de l'esprit parfois afin de favoriser santé et bien-être émotionnel, le magnétisme permet de stimuler et harmoniser les flux énergétiques du corps

Le soin quantique aussi appelé guérison quantique s'inspire des principes de la physique quantique. Cette approche considère que tout est énergie et que la conscience peut influencer la réalité. Le soin quantique intervient sur le plan énergétique et favorise la guérison à un niveau plus profond. L'idée est qu'en changeant les vibrations énergétiques, on peut améliorer la santé et le bien-être global.



La différence entre le Magnétisme, et le soin quantique repose sur l'idée de l'énergie magnétique naturelle, tandis que les soins quantiques se basent sur les concepts de la physique quantique

Le soin quantique également appelé thérapie quantique est une approche de guérison basée sur les principes de la physique quantique. Il repose sur l'idée que tout dans l'univers y compris notre corps et notre esprit est composé d'énergie et de vibrations. Les soins quantiques considèrent que chaque chose émet une fréquence vibratoire et les praticiens utilisent cette notion pour rééquilibrer les énergies au niveau subatomique

L'objectif principal des soins quantiques est de rétablir l'équilibre énergétique dans le corps, ce qui permet au corps de se guérir lui-même, le soin quantique intervient à un niveau plus profond de l'être pour apporter des changements dans le bien-être, physique, émotionnel et spirituel

Chaque être humain porte la vibration des souffrances et traumatismes vécus dans l'enfance.

Ces inscriptions se font sur un plan cellulaire et bien que de façon invisible, toute sa vie, la personne portera la cicatrice de ses blessures intérieures pour autant qu'elle ne fasse pas le choix de s'en occuper bien sûr.

De ce fait, elle émettra à l'extérieur d'elle-même, un champ magnétique plus ou moins dysfonctionnel selon la profondeur des traumatismes vécus dans l'enfance

On peut comprendre dès lors l'importance de se libérer des souffrances du passé, afin de ne plus les laisser organiser des situations que nous ne souhaitons pas, que nous ne voulons pas vivre à l'extérieur de nous

Il est aisé à partir de ce principe de comprendre que nous créons et attirons à nous les bonnes ou les mauvaises personnes, les situations agréables ou conflictuelles.

Notre champ magnétique attire à nous ce que nous sommes, ce que nous émettons. Notre vie est le miroir de ce qui vit en nous.

Un enfant qui aura vécu beaucoup de sentiments d'exclusion, d'injustice, d'humiliation de rejet une fois adulte se mettra malgré lui très souvent en colère, à chaque fois qu'une personne ou une situation viendra réveiller ses souffrances inconscientes. La colère n'est pas naturelle, elle est toujours une réaction à souffrance qui ne trouve pas les mots pour se dire.

Poser la conscience et revisiter le passé afin d'apporter dans une vie, plus de bien-être, plus de bonheur et des relations agréables ou détachées avec quiconque est un acte d'amour pour soi,

vous savez, cet amour que nous attendons toujours de l'extérieur parce que nous ne savons pas le ressentir pour nous-même...

La paix, la joie, le calme intérieur sont possibles dans notre vie dès que nous avons accepté de résoudre ces cicatrices de l'enfance, toujours bien vivantes à l'intérieur de nous, même si invisibles, bien sûr cela reste notre responsabilité. Bien souvent nous ne sommes victimes que de nous-mêmes.; non-dits, non choisis pour, croit-on, se protéger. Cependant subir n'est pas vivre, juste survivre et le corps un jour ne peut plus encaisser, alors la dépression ou la maladie, le mal qui se dit, survient.

Quant à moi, votre serviteur, je vous propose de ramener dans votre vie, plus de bien-être grâce au Magnétisme pour les douleurs physiques, et/ou soin quantique que je pratique, ainsi qu'une meilleure compréhension des situations conflictuelles de votre vie parce que même si vous ne les entendez pas, votre corps et votre cœur vous parlent de vous !

Guylaine Lipski
Coach, thérapeute, conférencière, magnétisme et soin quantique.
06 28 81 56 65



ANTENNES PARABOLIQUE & TERRESTRE
TÉLÉVISION
PG, INFORMATIQUE
AUTOMATISME DE PORTAIL
INTERPHONE
SAV

THIERRY BOUCHER
POSE VENTE DÉPANNAGE

orange
Bis
CANALSAT

06 08 63 90 54
857 CHEMIN FONTAINE DE RICAUD
83136 ROCBARON



Maçonnerie générale

Extensions

Construction. Rénovation



SCAN ME

SOS TOITURE

Façades-Toitures-Terrasses

262 Avenue Font Marcelin 83136 Néoules

06 23 63 03 72 - 04 89 36 10 11

rodome.lavabre@gmail.com

FABIEN ALU PVC

Bouvet
MASTER



Menuiseries Alu & PVC
Stores toiles
Stores intérieurs
Volets roulants
Volets battants
Moustiquaires
Portails

Avant toute décision, comparez avec notre devis

17 Bd capitaine Audibert 83136 Garéoult

06 60 96 05 43 04 94 04 24 06

contact@fabienalu.fr



Flo Terrassement

Votre Spécialiste
Assainissement Individuel
GARÉOULT



Fosse Septique
Micro Station
Massif filtrant

1 Entreprise, 2 métiers

Vidange
Débouchage - Curage
Inspection par caméra



04.94.04.03.16

www.flo-terrassement.fr
email : contact@flo-terrassement.fr
665 chemin des lilas 83136 Gareoult

À vos baskets !!!

Dolomies et Ragages au départ de Belgentier

Durée : 5h15. D+ : 568m. Difficulté moyenne. 12.8 kms. Retour point de départ



La randonnée débute par la traversée du joli village de Belgentier. Puis s'élève par les GR 9 et 51 dans les bois plantés de chênes et de pins jusqu'au Pas de Belgentier. La piste chemine vers le Sud en offrant de magnifiques points de vue et quelques curiosités géologiques. La descente vers le village s'avère raide par des sentiers escarpés et se termine par un beau chemin partiellement empierré dans un joli vallon.

Description :

À Belgentier, se garer sur les places de parking aménagées le long du parc du château sur la D554.

(D/A) Traverser le parc du château de Nicolas Peiresc, franchir le Gapeau par la petite passerelle. Remonter vers l'Ouest la rue pavée jusqu'à la Place Peiresc reconnaissable par le majestueux séquoia qui trône en son centre.

Puis continuer, par la droite et par la gauche jusqu'au début du GR clairement identifié.

- (1) Quitter momentanément le GR pour le rejoindre 200 m plus à l'Ouest. Continuer sur le GR pour accéder au Pas de Belgentier où les GR 51 et 9 se séparent.
- (2) Piquer sur la gauche sur le GR51, au Sud-Ouest, par la large piste.
- (3) Dans le lacet, laisser la piste qui part à droite. En sortie de lacet, repérer le cairn sur la droite. Ce sentier rocailleux mène à la très belle arche de Garoute à quelques dizaines de mètres de là. Revenir sur la piste principale.
- (4) Sur cette partie, le chemin offre de très beaux points de vue jusqu'à la mer, notamment au niveau de la citerne enterrée (STS12). Continuer plein Sud
- (5) Arriver à une large intersection de pistes, point de départ de l'allerretour vers les Ragages. Rejoindre le Ragage du Tank : curiosité géologique, sorte de grand puits naturel qui se trouve immédiatement au bord de la piste.
- (6) Continuer jusqu'à un petit cairn sur la droite où se trouve le Ragage du Menhir et un très beau menhir malheureusement un

peu envahi par la végétation.

(7) Poursuivre pour arriver au Ragage de la Galère : celui-ci se situe au plus près de la piste sur la gauche.

(8) À partir de là, revenir sur ses pas jusqu'à l'intersection la large intersection de pistes.

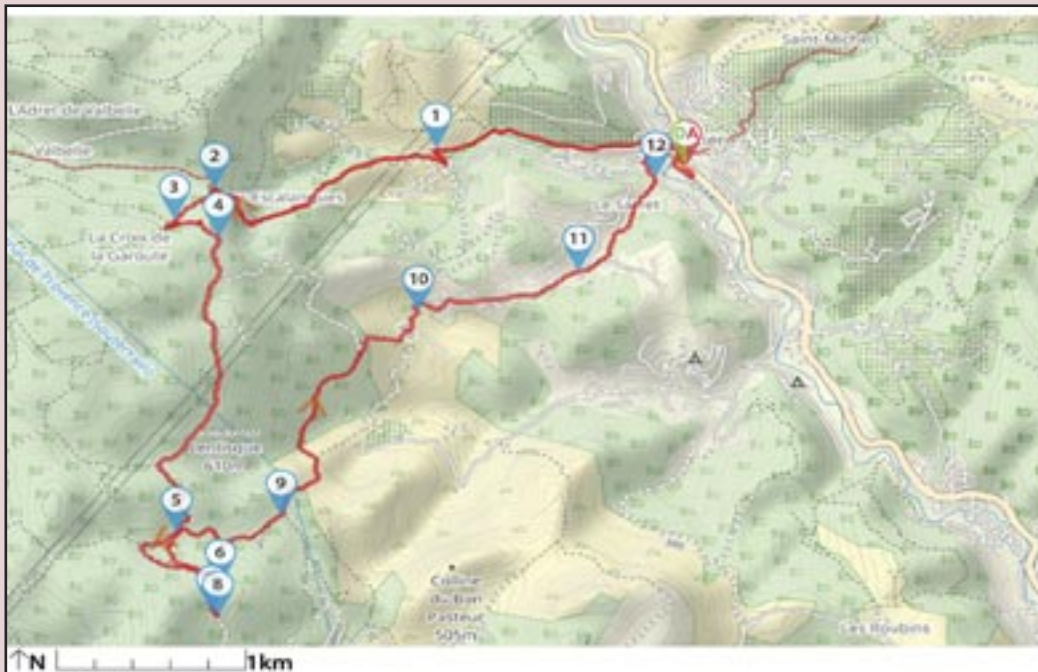
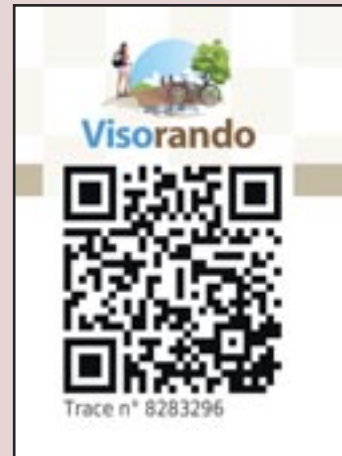
(5) Quitter le GR et emprunter la piste qui descend à droite, vers l'Est. Franchir une 1re barrière en bois, ne pas tenir compte des quelques marquages de GR. Atteindre une 2de barrière en bois qu'il ne faut pas dépasser.

(9) S'engager sur le chemin à gauche vers le Nord dont l'entrée est un peu masquée par la végétation. Ce chemin étroit, quelquefois escarpé, descend rapidement vers Belgentier.

(10) À la jonction avec une petite route goudronnée, l'emprunter à gauche, sur environ 1 km. Elle est agrémentée de quelques curiosités visuelles.

(11) À cette intersection, prendre à droite puis à quelques mètres à gauche

(12) Prendre à gauche à la jonction avec la route, franchir le Gapeau et traverser à nouveau le village. Continuer en direction de l'église Notre Dame de l'Assomption et admirer la fresque qui se trouve sur la placette, sur le mur extérieur de l'église (D/A).



START internet & référencement
06 62 08 75 85 - Rocbaron

Pour que ceux qui vous cherchent
vous trouvent...



atlantic FUJITSU

**CLIMATISATION
HAUT DE GAMME**
à partir de
1290 € TTC*
posé

DEVIS GRATUIT

Tendance energie

06 19 74 15 45

<https://tendance-energie.fr> tendance.energie.paca@gmail.com

voir conditions générales

VERJADE
DEVIENT



Changement de nom, pour
la même excellence, le
même sérieux

Conception, création et
entretien de jardin

DEVIS GRATUIT



07 60 05 83 29

Daniella Médium

UNE CONSULTATION DE VOYANCE EST UNE AIDE
À VOTRE ÂME ENDORMIE.
AVEC MA CONNECTION, JE L'AIDERAI À SE
RÉVEILLER POUR LUI RAPPELER SON CHEMIN.

Je vous reçoit au local de la boutique
bien-être et spiritualité sur rocbaron
Les mardis, vendredis

1 heure /60€ 30 minutes/35€

Ou
Consultation par téléphone
30 minutes /25€



réservation en sms uniquement
06.51.65.82.85

Votre Installation Personnalisée

Fabricant Installateur menuiseries extérieures intérieures

FENETRES-PORTES-VOLETS

**V.I.P VOUS PROPOSE LE JUSTE PRIX
ALORS N' HESITEZ PLUS, LE DEVIS EST GRATUIT**

04.42.39.15.38-vip13contact@gmail.com

PORTAILS-STORES-FENETRE DE TOIT VELUX-MOUSTIQUAIRES
PORTES DE GARAGE-ESCALIERS-PARQUET-PLACARDS

Votre menuisier agréé RGE, Qualibat,
Installateur Conseil VELUX





AZUR TOILETTAGE
TOILETTAGE CANIN
04 94 69 35 03
TRAVAIL SOIGNÉ, 30 ANS D'EXPÉRIENCE
Ouvert du mardi au vendredi 9h-12h et 14h-18h
Le samedi de 9h à 12h
600, ch. Bertrand MARIN 83136 Ste. ANASTASIE

Toutous à adopter

AIDA
Femelle Dogue Argentin de 33kg, 6 ans.



Très proche des humains de tout âge, elle se montre douce et hyper câline. Une bonne clôture est nécessaire car Aïda saute haut et a de la force pour pousser le grillage si elle voit passer quelque chose d'intéressant de l'autre côté. Elle n'est pas sociable avec ses congénères ni avec les chats.

Aïda ne tire pas trop en laisse et connaît le "assis", "couché", "pas bouger" et "roule". Elle n'aime pas la solitude et ne pourra rester seule trop longtemps. Aïda a besoin d'un maître qui saura la gérer. Elle sera ensuite une boule de tendresse.

CHARLOTTE
Femelle type Labrador de 30 kg, bientôt 9 ans



La maîtresse de Charlotte est décédée, leur maître est tombé malade et ne peut plus s'en occuper. Charlotte connaît les ordres de base et ne tire pas trop en laisse durant la promenade. Le rappel par contre est en cours d'apprentissage. Même si elle est sociable avec ses congénères et les tolère, elle semble les éviter et n'hésite pas à les remettre en place si elle

veut rester tranquille. Elle a tendance à se montrer dominante avec les autres femelles. Elle serait certainement heureuse si elle était la seule „fille" de la famille. Habituee aux enfants, ces derniers pourraient être d'agréables compagnons de jeu. Les trajets en voiture ne posent aucun problème, elle a même tendance à les apprécier. Très câline, elle aime être près de nous et se fait toute douce dans ces moments-là. Charlotte espère trouver une nouvelle famille qui lui offrira la joie immense de finir ses jours en toute tranquillité.

YURI
Mâle Berger allemand de 30 kg, bientôt 2 ans



Très bon gardien, il sait dissuader à travers les grilles de son parc. Cependant, une fois que la personne est à l'intérieur et qu'il sent qu'il n'y a aucun danger, il se montre plus avenant. Il peut sauter pour réclamer de l'attention, mais il est encore un peu brute. Une fois qu'il connaît bien, il devient très « pot de colle » et câlin. Il n'est, pour l'instant, pas suffisamment décontracté pour jouer avec nous. Il a un début d'éducation, connaît « assis », le rappel est en cours d'apprentissage.

Celle-ci sera à compléter car il ne connaît pas la marche en laisse et tire. Yuri n'a pas eu la chance jusqu'à présent de connaître une vie équilibrée et sereine. Il attend une nouvelle famille qui lui montrera qu'une « vie de chien » peut être très agréable.

MIRO
Mâle croisé Boxer de 32 kg, 9 ans et demi



Miro est en forme pour son âge, il est encore bien vif et énergique. Très joueur, il adore jouer à la balle. Il se laisse manipuler aisément malgré sa vivacité. En balade, il tire un peu sur sa laisse et s'il est sociable avec les femelles et les mâles castrés, il se tend un peu quand il rencontre un mâle pas castré ou dominant. Il a maintenant un bon rappel. Il a grandi avec des enfants, mais il a le comportement du boxer, saute beaucoup pour « faire bisou » et risque de faire tomber les tout-petits. Miro est un pot de colle, une boule de tendresse, il peut encore offrir à sa nouvelle famille de belles années de complicité et un dévouement sans faille.



VIDANGE DUVAL
Entreprise familiale depuis 1993

Recherche canalisation
détection par sonde
électromagnétique

Fosse Septique
Débouchage
Pompes de relevage
Pluvial
Bac à graisse

Inspection
caméra
directionnelle

Votre regard, égout ou votre fosse septique est enterré
Ne cherchez plus ! On le trouve pour vous !

04 94 04 82 33 - 83136 Garéoult - sarlvidual@free.fr - www.vidange-duval.fr

Construction. Rénovation. Charpente. Couverture. Piscine. Carrelage

TORA Benoit CONSTRUCTIONS

Maçonnerie générale

☎ 06 29 02 56 45



benoit.tora@orange.fr



TORA Benoit CONSTRUCTIONS

VELVET

Chiot femelle Berger allemand, 5 mois



Très proche de l'humain, elle aime interagir avec nous mais ne contrôle pas encore lorsqu'elle mordille. Joueuse et câline, elle adore nous sauter dessus dès qu'elle nous voit. Cependant, de nature craintive, elle se cache dans nos jambes quand elle a un surplus d'émotion. Par ce mélange de fort caractère et de peur, il faudra une bonne sociabilisation et de l'éducation afin qu'elle grandisse et devienne la plus équilibrée possible. Les jeunes enfants sont à éviter, elle prendra vite le dessus. Velvet vient d'une lignée de travail, il ne suf-

fira pas de faire des promenades journalières en dehors de son terrain. Elle aura besoin de beaucoup de stimulation et interaction avec ses futurs maîtres, par exemple des exercices de recherche ou d'agility. Bien que la marche en laisse soit en cours d'apprentissage, elle ne tire pas beaucoup. Elle connaît « assis », a un début de « couché » et le rappel est en cours d'apprentissage. Gourmande, quelques petites friandises aideront à approfondir son apprentissage. Velvet a encore beaucoup à apprendre, mais elle le fera avec grand bonheur et pour la plus grande fierté de ses futurs maîtres.

CARRELAGE
Pose tout type de carrelage

*Faïence et mosaïque, grand format *Travertin *Ragréage, parquet, dallage *Douche Italienne
*Chape traditionnelle, petite maçonnerie *Placo, création et agencement de SdB

83890 Besse sur Issole
gino.sallerani@yahoo.fr 06 24 75 69 89

Electricité générale
Neuf
Rénovation
Dépannage
Motorisation
Domotique

**DJÉ
ELEC**

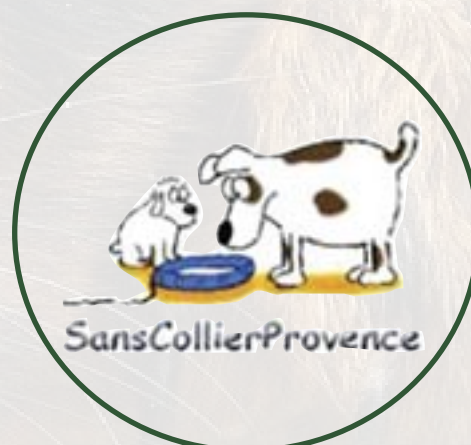
910 Av des platanes
53340 Tassans sur Issole

07 83 04 98 32
Siret : 894 173 855 0012
jeremy.alexandre@outlook.fr



06 60 74 28 45

Services animaliers sur le département du VAR.
Taxi et ambulance animalier.
Garde à domicile.
Pension pour chiens
Livraison croquettes, litières, matériels.
Membre du Groupement de Taxis Ambulances
Animaliers de France G.T.A.A.F
7j/7 24h/24



Sans Collier Provence. Uniquement sur RDV
N'hésitez pas à venir visiter notre site : www.sanscollierprovence.org



- Matériaux de construction
- Béton prêt à l'emploi
- Menuiserie
- Bois de charpente
- Carrelage
- Sanitaire
- Terre végétale
- Agrégats



Une équipe de professionnels à votre service du lundi au vendredi : 7h30/12h et 13h30/17h30 Samedi : 7h30/12h

Professionnels et particuliers



Les Croys 83136 Néoules

04 94 86 97 47 contact@verdi-materiaux.fr

Ouvert du lundi au samedi de 8h30 à 20h.
Le dimanche de 8h45 à 12h45.

Faites-vous livrer à domicile
AVEC LA LIVRAISON ENTRE PARTICULIERS

U DRIVE

04 94 72 88 88
Espace Fray Redon
ROCBARON

À votre service depuis 1999

Votre climatisation réversible posée à partir de 1190 € TTC

Climatisation-Chauffage
Energies renouvelables
Plomberie

RGE Quali Pac 2023

04 94 72 02 98 - 06 82 59 01 40
fratom.climatisation@orange.fr
Sarl Fratom 83136 Garéoult