



Le Var Côte Colline

LOU NISTOUN

N° 208

Février 2024

Edito

Chères lectrices, chers lecteurs,

En ce début d'année, après avoir survécu aux excès festifs, nous voilà prêts à affronter 2024, avec toute notre détermination.

Ahhhh, les bonnes résolutions ! On les énumère comme une liste de courses, persuadés qu'on va révolutionner notre existence .. Détox, salle de sport, l'énergie du 1er janvier se dissipe plus rapidement qu'un paquet de chocolat à portée de main (Je sais de quoi je parle !). On se retrouve finalement à se promettre de ne plus procrastiner tout en repoussant la prise de décision au lendemain .

Mais ne perdons pas espoir ! De mon côté, j'ai décidé d'être résolument résolue à ne pas être trop résolue.

Que 2024 soit une année où nos résolutions soient à la hauteur de nos ambitions : modérément élevées et avec beaucoup d'humour. Rions de nos échecs , célébrons ensemble une année pleine de surprises, de joies, d'amour et de moments innattendus .

A nos résolutions impossibles et à une année qui s'annonce délicieusement déraisonnable .

Bonne lecture ...

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

CALISSOL Services



Centre commercial Casino 04 94 720 000

**Achats,
ventes :**

Abri en acier galvanisé , 1 fenêtre, 2,5mX5m, 1 TV 80 cm
04 94 72 50 92

Imprimante EPSON XP2100 TBE 30€
06 14 72 67 86

Iphone 11 Pro-Max 256G TBE 450€
06 78 31 27 11

**Petites annonces
GRATUITES**
lounistounpa@yahoo.fr

Mercedes CLA Coupé 200 7G-DCT AMG Line (8 CV) full option , Coupé, Essence, Juillet/2019, 42 945 Kms , 4 portes Equipements et options : Pack AMG Toit ouvrant 39.990€
06 78 31 27 11

Services :

Garde temporaire de votre chien pendant vos vacances
06 42 72 43 45

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 PRAY REDON 83136 ROCBARON

SERVICE DES PARTICULIERS 04 94 22 66 10 CONTACT.ROCBARON@LGMIAANTE.COM

SAFTI IMMOBILIER

Vendez ou achetez votre bien avec nous !

VISITE VIRTUELLE

Grégory PLASMANNE, 06 45 88 54 55, gregory.plasmanne@safti.fr

Virginie TORDOIR, 06 35 40 72 40, virginie.tordoir@safti.fr

Germain PERIER, 07 77 31 15 42, germain.perier@safti.fr

Valérie ACCARY, 06 18 50 11 99, valerie.accary@safti.fr

Maude MERRY, 06 72 19 78 16, maude.merry@safti.fr

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
Festival du Théâtre amateur à Néoules	p.6
Rencontre avec Léa Masson avec Sophie Schaeffer	p.10
À vos papilles avec Paul Keirn	p.12
Portrait de femme avec Gisèle Deschatres	p.14
Et si on parlait Prévoyance ? avec Valérie Poupignon-Bini	p.16
Toutous à adopter	p.18

Edition N° 208 Février 2024
10000ex. 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 RICCOBONO, LE MUY
04.94.19.54.57

Distribution par :
VAL D'ISOLE DISTRI
06.84.99.23.45

www.lou-nistoun.com

Petites annonces

Personne qualifiée effectue
tous travaux de bricolage
06 60 37 56 00

Aide et cours informatique .In-
ternet courrier photos
06 80 90 60 83

Femme de ménage expéri-
mentée sérieuse ponctuelle
cherche heures de ménage
07 81 45 29 41.

Gardiennage de votre habitation,
animaux, aide à la personne...
Centre logement indépendant

ou cohabitation et un emplace-
ment pour mon VAN.
06 01 28 14 31

Immobilier :

Vends agréable et lumineuse
Maison de village de 70 m2
sur Camps la source 169.000€
euros.
06 78 31 27 11

Recherche studio à louer sur
le 83136
06 73 59 94 06

**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

OU VA-T-ON ? QUEL CHEMIN PRENDRE ?

Yolo !

« C'est pas le pied, alors carpe diem » comme dit grand-père, vieux soixante-huitard. Alors on en profite au mieux. « YOLO ! » lui répond l'ado (YOLO pour You Only Live One, « on ne vit qu'une fois »). Même combat. Mais c'était plus facile durant les « trente glorieuses » (1945-1975). Que faire de sa vie dans un monde au bord de la guerre, la IIIe et vraiment la dernière ? Dans un environnement ruiné par 200 ans d'exploitation des ressources, sans limite, condamné à un réchauffement bien au-delà des 1,5° souhaité. Plutôt 3° à 5° d'ici 2100, avec les cataclysmes climatologiques encore jamais vus qui vont avec. Dans un monde où les migrations déséquilibrent des cultures millénaires. Dans un monde où les croyances religieuses continuent de tuer, comme lors des siècles précédents. Alors la natalité est en chute libre bien sûr et on le comprend. Mais pour celles et ceux qui sont déjà là, sur Terre, pas facile de choisir son chemin de vie !

Rien n'arrête l'exploitation des matières premières fossiles.

Les USA sont désormais le premier producteur de pétrole devant les pays de l'OPEP. La Russie perfore en tous sens le nord de la Sibérie pour trouver toujours davantage de gaz (au grand dam des cultures fondées sur l'économie du renne, les Nénets notamment). L'Amérique du sud continue de déforester à tout va, rasant les arbres centenaires, voire millénaires, direction la Chine. Et puis pour le charbon qui est en dessous, avec l'aide de para-militaires qui se ne gênent pas pour abattre les amérindiens natifs (peuple Arhuaco en Colombie). Toutes les COP qui se succèdent semblent totalement inadéquates. Elles



Petit producteur en Bio
de champignons de Paris bruns,
Shiitakés, pleurotes et tomates anciennes,
recherche clientèle pour sa production 2024.
Livraisons sur RDV
Inscriptions et tarifs au 07 81 73 26 41



continuent de prôner la sacro-sainte « croissance ». C'est-à-dire la poursuite de l'exploitation de la Terre à la recherche de profits à court terme...durables. Mission impossible. L'ère des dictateurs s'impose chaque jour davantage dans les situations de chaos.

Milei en Argentine, qui médiatise la suppression des ministères inutiles : la culture, l'éducation. Poutine, nostalgique de l'Empire Russe, qui s'associe au fou Kim-Jong-un de Corée du Nord et aux Ayatollahs iraniens. La guerre s'installe, par pays interposés, les « proxys », sur le modèle de celle du Viet Nam : le Hamas et les Houthis yéménites pour l'Iran ; La Corée du Nord pour la Chine et la Russie.

Alors ? Alors que faire ? L'ère de la débrouille ?

Certains ont déjà décidé : ce sera le chaos, l'apocalypse, alors « préparons-nous » disent les survivalistes. Aux USA, armes, ketchup et munitions s'entassent dans des abris bétonnés. Souvent 20 à 40 000 € de provisions ! C'est le mode bunker sur fond de déprime définitive.

Les jeunes de l'après-COVID, ayant découvert et goûté au « temps libre », ont compris que le salariat était (au moins un tant soi peu) une forme d'« esclavage » et disent non au tryptique métro-boulot-dodo !

Une vraie opportunité pour le jeune de Gambie (juste sous le Sénégal) où le salaire moyen est de 75,62 €/mois. Le SMIC en France ? Mais c'est le paradis. De quoi aborder un mortel parcours d'obstacles vers le Nord. Et pour les possédants, en France, l'assurance que cela réduira les revendications salariales (d'où la nouvelle loi immigration, ouvrant grandes les portes de l'emploi immigré).

Parmi eux, certains rejoignent la terre à cultiver (et l'air pur pour les enfants). Ils tentent une reconversion agricole « bio ». Ou en culture collective dans une ZAD.

Certains tentent de s'imposer sur les réseaux sociaux ou dans le sport (agressions de parents sur des entraîneurs qui osent ne pas voir en leur fils un futur Mbappé !).

Les adultes, eux, quittent le salariat à temps partiel pour la micro-entreprise, qui représente la moitié des créations d'emplois. Autant le dire : des emplois très précaires, qui disparaissent souvent après deux ans de revenus à 400€/mois. Parfois moins.

Dans les « cités sensibles », certains prennent le trafic de drogue pour un vrai métier : « moi je travaille monsieur, j'ai une famille, je la nourris », crie avec véhémence un « chouf » dans le micro d'un reporter qui reste bouche bée. Le « sugardating » anciennement appelé « michetonnage » (rendez-vous avec un homme âgé mais riche) est la solution adoptée par 2 à 5 % des étudiantes. De quoi se payer un studio et les études grâce au sugar-pappy.

Et pendant ce temps, malgré les « primes cache misères », la population s'appauvrit toujours et encore : plus de taxes, rares indexations des salaires et retraites sur l'inflation (elle-même faussée et plus haute d'un tiers que le chiffre qu'on nous annonce). Et des lois qui s'imposent depuis l'Union Européenne : les présidents de la république des pays de l'UE devenant des espèces de Préfets à la botte de Bruxelles pour des pays qui deviennent chaque jour davantage des provinces de l'Europe.

Heureusement encore pas mal de jeunes sont décidés à trouver un métier-passion. Peut-être est-ce le seul chemin possible dans ce monde en déclin, pas facile à vivre.



La belle Gouttière
FABRICATION DE GOUTTIÈRES SUR MESURE

DÉJÀ 9 ANS D'EXPÉRIENCE
DEVIS GRATUIT EN MOINS DE 24 H

- Gouttières Aluminium
- Gouttières Zinc
- Couvertines
- Boîtes à eau
- Cuves de récupération d'eau de pluies

Plus de 25 coloris au choix

83136 FORCALQUEIRET

06 51 83 46 74

labellegouttiereduvar@gmail.com

SIRET 53900523100029

Assurance Décennale MAAF PRO



RINALDI
PEINTURE

06 45 38 90 32

ARTISAN

PLACO & PEINTURE
DÉCORATION
RAVALEMENT DE FAÇADE

 Rinaldipeinture  rinaldipeinture@yahoo.fr

83136 FORCALQUEIRET

Comment lire la date de fabrication d'un pare-brise ?

Lou Nistoun aime conseiller ses lecteurs désireux d'acheter un véhicule d'occasion. Nous avons publié sur ce sujet, plusieurs articles afin d'armer les acheteurs contre les arnaques. En France, pour l'année 2023, 5 millions de transactions de véhicules d'occasion ont été enregistrées. Parmi elles, 300 000 voitures (6%) sont des fraudes généralement liées aux kilométrages des compteurs. Un examen minutieux des parties mécaniques et esthétiques du véhicule peut détecter la supercherie. Il est également possible, grâce aux marquages du vitrage que certains détails apparaissent à l'acheteur, pouvant ainsi donner des indications utiles sur le parcours de la voiture.

Ils nous informent, entre autres, de la date de leur fabrication.



texte/photos: Richard Drouet



Tentons de décoder ces discrètes informations.

En tête, on retrouve généralement le nom du fabricant du verre. Il ne s'agit pas nécessairement de la marque identique à celle de la voiture.

Parfois c'est directement le nom du concepteur de la vitre qui y figure. Lorsque le cachet du constructeur automobile est présent, cela signifie que le pare-brise est d'origine.

En Europe, il est obligatoire d'indiquer de façon « indélébile et lisible » toutes les informations servant à identifier correctement les vitrages des véhicules homologués pour la route. La vérification de ces marquages présents est l'une des étapes essentielles à l'achat et au contrôle d'un véhicule. Ils permettent par exemple de déterminer si le pare-brise a été remplacé à la suite d'un accident ou de savoir si la voiture a été endommagée sur les portières en fonction des dates indiquées sur les vitres latérales.

Il faut garder à l'esprit que les codes des vitres peuvent indiquer entre elles, des différences de date. Cela ne signifie pas nécessairement que la voiture a eu un accident dans le passé. Le pare-brise peut être plus ancien que la voiture et tout sera d'origine. La situation est différente si le pare-brise est plus récent que le véhicule dans lequel il est posé. Ainsi, on peut facilement comprendre qu'il a été remplacé à un moment. Au vendeur d'être clair sur ce changement en présentant une facture établie par un professionnel. Soulignons que l'indication de l'année de production est propre à chaque fabricant de verre et qu'il n'y a pas de règle unique. Les marquages sur le verre varient selon le fabricant du pare-brise ou de la voiture.

Il est important de savoir que bien qu'il existe certaines normes pour les marquages du verre, chaque constructeur automobile et fournisseur de vitrage de remplacement peut utiliser ses propres codes pour les paramètres et la construction.

En dessous, on retrouve le code 43R qui est un code d'homologation Européen qui rallongé de six chiffres fournissant son autorisation de mise en circulation.

À la droite de ce code ECE, on retrouve un E entouré suivi d'un unique numéro. Ce sigle permet d'identifier le code de pays d'homologation de la vitre.

Et juste au-dessus se dresse un nombre de barres déterminant l'épaisseur du verre.

Comment lire la date de fabrication du verre ?

La date est déterminée par un numéro unique précédé ou suivi d'un certain nombre de points. Il s'agit d'une date de production approximative du verre. Le nombre est l'année de production, par exemple 14 pour 2014 et 0 est 2000, etc.

Les points avant et après le chiffre correspondent au mois au cours duquel le verre a quitté l'usine. Le premier mois, qui est janvier, est un point avant l'année, février est deux points, jusqu'à juin, qui peut avoir six points ou... aucun.

Ensuite, juillet est composé de six points, mais après le nombre / chiffre, jusqu'à décembre se voit attribuer un point.

- Janvier 2000 : • 0
- Février 2000 : •• 0
- Mars 2000 : ••• 0
- Avril 2000 : •••• 0
- Mai 2000 : ••••• 0
- Juin 2000 : •••••• 0 (ou seulement 0)
- Juillet 2000 : 0 ••••••
- Août 2000 : 0 •••••
- Septembre 2000 : 0 ••••
- Octobre 2000 : 0 •••
- Novembre 2000 : 0 ••
- Décembre 2000 : 0 •

A suivre



ACBO

A bbaoui 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

www.acbc83.com

ZAC DU TILLEUL D'ALFRED
83136 GAREOULT



04.94.69.09.35

DIAGNOSTIC ET DEVIS GRATUIT

Kinésologue Méthode Niromathé

○ Pour soulager rapidement et naturellement vos douleurs récentes ou anciennes, aiguës ou chroniques en faisant vibrer des points sous cutanés

○ Fibromyalgies, tendinites, maux de dos, arthrose, migraines, vertiges, anxiété, névralgies, insomnies, bourdonnements d'oreille, endométriose, pleurs du nourrisson...

Catherine Bonnefoy
Espace santé ZAC des Fontaites
83136 Forcalqueiret

07 77 76 66 15



*Peinture intérieure.
*Peinture Neuf & Rénovation.
*Peinture bois & métaux

VERNET Nicolas
Artisan peintre

Devis gratuit

delicatnuances@protonmail.com

06
12
47
17
52



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



Néoules Festival théâtre amateur

La compagnie de théâtre Y-sol En scène organise, en partenariat avec le comité départemental de la Fédération Nationale des Compagnies de Théâtre Amateur et la municipalité de Néoules, le 1er festival de théâtre amateur de Néoules, les vendredi 2, samedi 3 et dimanche 4 février 2024.

C'est l'occasion idéale pour les amateurs de théâtre de se réunir et de célébrer leur passion commune. Que vous soyez un acteur amateur en herbe ou simplement un spectateur curieux, vous êtes les bienvenus pour découvrir le talent local et soutenir les artistes de votre région.

Le festival offre également une opportunité aux troupes de théâtre amateur de se rencontrer, d'échanger et de partager leurs expériences. C'est une occasion unique de créer des liens et de renforcer la communauté théâtrale de la région !

Cet événement mettra en avant une sélection de 4 spectacles régionaux, offrant aux amateurs de théâtre une occasion unique de découvrir le talent local.

LA SOURICIERE d'Agatha Christie - Adaptation de Pierre-Alain Leleu

Par la Cie de l'Eventail de La Valette

Durée : 1H30

Vendredi 2 février 20h30

Londres, un soir de fortes chutes de neige. Une certaine Maureen Lyon a été étranglée au 24 Culver Street, non loin du manoir de Monkswell, une maison d'hôtes tenue par les Ralston qui accueillent leurs premiers pensionnaires. L'après-midi suivant, en arrivant sur les lieux, l'inspecteur Trotter leur révèle que le meurtrier, dans sa fuite, a fait tomber un morceau de papier avec l'adresse de la pension de famille. Il se trouve donc sûrement parmi eux. L'enquête commence...

Doute, suspicion, tension, interrogatoire, comédie et coup de théâtre sont au rendez-vous dans cette pièce « culte ». Le plaisir d'avoir peur est toujours intact. On se laisse attraper par la souricière...



FUGUEUSES Comédie de P. Palmade et C. Duthuron

Par la Cie Affabuleuses

Durée : 1H15

Samedi 3 février à 16h00

Claude vient de s'enfuir de la maison de retraite où son fils l'a placée contre son gré. Margot a fugué de son domicile le jour des 18 ans de sa fille, fatiguée de ne donner qu'àux siens sans jamais rien recevoir. Elles se retrouvent toutes les 2 au bord d'une nationale en train de faire du stop. Ce voyage va les emmener au bout de leurs envies. Elles vont apprendre à se connaître, elles vont vivre des aventures extraordinaires et surtout, elles vont vous embarquer avec elles dans leur folie.

Un texte ciselé par 2 auteurs de talent, des répliques cultes et 2 comédiennes surchargées d'énergie et d'émotions.





**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

06 70 70 21 65 Services à la personne



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



E.S. DIGITAL
Vos souvenirs à portée de main

**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
(Muet & Sonore)
- 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

Un savoir faire depuis 1998



Maçonnerie - Façades
Rénovation - Agrandissements

04 94 04 03 94

sarlperlie@sfr.fr

www.perlie.fr

84 Impasse des Morilles 83136 Rocbaron



L'ART DELICAT DE LA SCENE DE MENAGE de Jean-Marcel ERRE

Par la Cie Les Mani Manivel de Fréjus

Durée : 1H20

Samedi 3 février 20h30

Alex et Juliette, un couple à la ville comme au théâtre, répètent une scène de ménage devant leur ami Bernard, metteur en scène, et son assistante Eva. Celui-ci ne trouve pas avec ses comédiens la tension scénique et théâtrale. Alex propose alors à Bernard de venir, comme une sorte de conseiller conjugal, assister à ses problèmes amoureux avec Juliette et à vivre leur propre vie sur scène devant les spectateurs. Bernard y trouve la théâtralité parfaite dans une succession de quiproquos, de couples infidèles, de claquements de porte, revisitant ainsi tous les codes du théâtre de boulevard.



AVEZ-VOUS EMBRASSE LE COQ ? de Vivien LHERAUX

Par la Cie du Petit Théâtre de Solliès-ville

Durée : 1H30

Dimanche 4 février 16h00

Une troupe de théâtre répète un célèbre vaudeville. Demain, les comédiens doivent jouer pour la première fois, mais en coulisse et sur les planches rien ne va ! La personne qui doit remplacer le technicien absent est complètement à la ramasse et les comédiens ne sont pas prêts : entre celui qui perd la raison, celle qui refuse de jouer et un autre qui ne sait pas son texte, tout devient très compliqué ! Le metteur en scène est au bord de la crise de nerf et pour éviter le fiasco, il se demande s'il ne vaudrait pas mieux tout abandonner.

Mais le jour de la première arrive et forcément, ça tourne au grand n'importe quoi... Les quiproquos, les gaffes et les catastrophes s'enchaînent !

Tarifs : Normal : 8€ - Réduit (étudiants – pôle emploi – FNCTA) : 5 € - Gratuit pour les mineurs
Carte « pass 4 spectacles » : 20€

N'attendez plus ! Réservez vos dates !

Informations et réservations en ligne sur www.ysolenscene.fr ou au 07 83 99 41 02

Tous les spectacles auront lieu à la salle polyvalente de Néoules



ESPACE CUISINES, DRESSINGS, & AMÉNAGEMENTS INTÉRIEURS



Harmonisez vos saveurs,
sublimez votre cuisine avec notre expertise !

1 ZA du Tilleul d'Alfred 83136 Garéoult 06 86 53 60 02/04 94 72 22 82
cuisines-premier-plan.fr





BOUCHERIE · CHARCUTERIE · VOLAILLE · BARBECUE

04 94 69 93 09

Chez Franck & Marie

★ Promotions chaque semaine ★



Viande maturée

Votre visite, notre plaisir
La qualité, notre obligation
Votre satisfaction, notre réussite



Horaires d'ouverture : Mardi au samedi 8h-12h30/16h19h Dimanche : 8h-12h30

ZAC du Fray Redon 83136 ROCBARON 04 94 69 93 09



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-incendie
un Détecteur d'ouverture, 1 sirène intégrée, 1 télécommande
Vidéo surveillance, Tarif selon demande

DEVIS
GRATUIT

IRRERA Mickaël
83136 Gareoult

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

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



06.83.54.78.12

cottinbruno675@gmail.com

Plombier

Installation · Réparation · Dépannage

**Devis
Gratuit !**



idp Concept
PLOMBERIE



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



SOLABAIE

Fenêtres - Portes - Portails - Volets - Stores

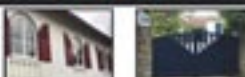
POUR MA RÉNOVATION,

**MON CHOIX
EST FAIT !**



TV
C'EST **SOLABAIE**

www.sarl-varenov.fr



1, ZA du Tilleul d'Alfred
83136 Gareoult

04 94 59 25 75

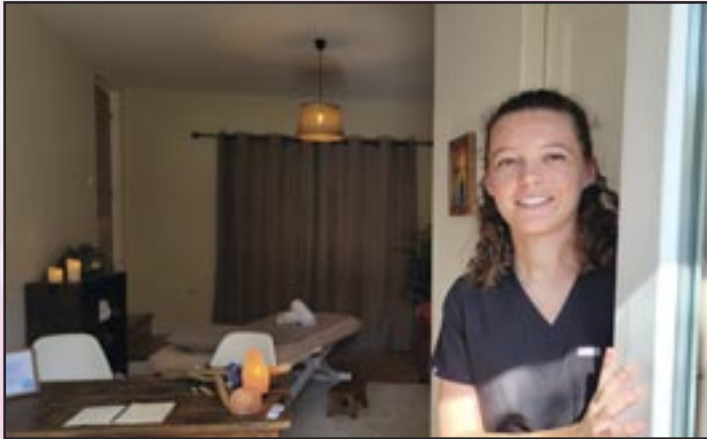
SOKO

Vérandas - Pergolas - Abris de piscine



J' ai testé pour vous ...

Sophie Schaeffer



J'ai testé pour vous le magnétisme avec Léa Masson

Aujourd'hui, je sors des clous, quitte à faire exploser ma vision plutôt cartésienne de la santé... j'ai donc rencontré Léa Masson, magnétiseuse et coupeur de feu au Pradet.

Fruit du hasard... ou pas - « il n'y a pas de hasard, il n'y a que des rendez-vous. » (Paul Eluard)- voici ma rencontre avec Léa.

Elle m'explique que c'est à l'âge de 10 ans que ses premières capacités extrasensorielles se sont manifestées lors de la perte d'un être cher à son cœur.

En apposant ses mains sur une personne de sa famille, Léa se rend compte de ses capacités de guérisons. Dès lors, même si elle ne pouvait pas prétendre guérir tout le monde, les résultats de ses guérisons la poussaient à penser l'inverse, et à guérir de plus en plus de personnes autour d'elle.

Quelles cibles ?

Léa peut soulager les brûlures, couper le feu, traiter les problèmes de peau tels que l'eczéma, le psoriasis et le zona. Elle agit également sur les douleurs chroniques ou aiguës telles que les douleurs inflammatoires, osseuses, musculaires et articulaires, problèmes de RGO chez les enfants, et travaille aussi sur les animaux. Léa n'agit en revanche pas sur les troubles émotionnels tels que le stress, burn-out, psychiatrie, angoisse, deuil... Enfin, elle se réserve le droit de ne pas faire la séance si elle ressent qu'il est nécessaire de vous orienter vers une autre personne, ou si votre pathologie ne permet pas d'être guéri avec du magnétisme.

A distance ou en salle ?

Que la séance soit réalisée à distance ou en présentiel, le résultat

reste le même pour Léa. Sa concentration peut être plus forte à distance, mais chaque guérison est unique et elle n'a jamais les mêmes sensations quand elle effectue une guérison. Le ressenti est propre à chacun, c'est pour cela qu'elle vous laisse le choix selon vos envies de venir la rencontrer en salle ou à distance.

En pratique ... Mon expérience

Souffrant d'une crise de sciatique aiguë à la suite d'une intervention chirurgicale du pied, je décide de prendre contact avec Léa : je me sens d'emblée en confiance et rassurée par sa voix douce et son empathie. Léa me demande de lui envoyer mon identité ainsi que des photos, me rassure et m'explique qu'elle « travaillera » sur moi, sans me préciser le moment, mais qu'une fois la séance effectuée, elle m'enverra un message.

C'est chose faite, le lendemain, je reçois un message me disant que je devrais ressentir les bienfaits sur quelques jours, et de lui donner des nouvelles. La douleur lancinante dans ma jambe s'estompe peu à peu, mais reste une douleur assez vive au niveau du carré des lombes : un peu inquiète, j'envoie un sms à Léa qui m'explique que cette situation est fréquente dans les cas de sciatiques, de surtout ne pas m'inquiéter, et que la douleur va s'évacuer. Chacun de nos échanges sont emprunts de calme, de douceur et me rassurent... Une semaine après, la douleur a disparu, incroyable !

Vous l'avez compris, je vous recommande Léa et ses dons sans hésiter, vous ferez par la même occasion la connaissance d'une jeune fille adorable, simple, exceptionnelle et non moins professionnelle !

Pour une prise en charge personnalisée en micronutrition, retrouvez-moi sur www.biendansvotreassiette.com ou ma page Facebook Conseil en micronutrition.

Sophie SCHAEFFER Micronutritionniste / Dr en Pharmacie
06.45.69.60.16 sur rdv Garéoult / La Garde (Espace coworking CityVar)

Retrouvez-moi également régulièrement pour d'autres chroniques et actus santé sur Info83 avec Anna-Lou Bremondry.

Léa MASSON magnétiseuse et coupeur de feu au Pradet (83)
Contact 06 85 67 50 82 ou sur Insta @leamasson_soinsmagnétisme

Piquez une tête avec



Aquarmony
Votre consultant en piscines et spas

Conception - Rénovation - Entretien
dans tout le Var



— Kévin Guyard —
04 94 86 78 20
contact@aquarmony.fr
www.aquarmony.fr
Aquarmony - Piscines et Spas

Cuisines Agencements



Conception & installation par le patron

Rudy Bail - 06.83.12.84.51

1112 Route de Flassans 83790 Pignans (Sur RDV)



ViLLélec83
Électricité Générale

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

Devis gratuit

Sébastien
VILLENEUVE
villelec83@gmail.com
@villelec83

06 52 10 39 26

**LA
MAÇONNERIE**
Michel SIGALAT

MAÇONNERIE
RÉNOVATION

ENTRETIEN
DE JARDINS

06 03 04 65 24

mlamaconnerie@laposte.net

ACQUAConcept 83



0638892708

SANITAIRE - CHAUFFAGE - CLIMATISATION

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



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



À vos papilles

Paul Keirn

LES GALETTES DE POMMES DE TERRE

Incroyablement croustillantes !

Toujours à la recherche du bon, du très bon et pas cher, Lou Nistoun s'est attaché à tester pour vous les galettes de pommes de terre ! En résumé, des pommes de terre râpées, liée par une cuillère à soupe de farine et cuitent à la poêle dans un fond d'huile. C'est volumineux, pas cher et d'un croustillant rarissime. Cela rappelle la séquence des artichauts de Coluche : « Les artichauts, c'est un vrai plat de pauvres. C'est le seul plat que quand t'as fini de manger, t'en as plus dans ton assiette que quand tu as commencé ! ».

On a découvert ce plat en explorant une fois encore des cuisines étrangères. En l'occurrence, les « latkès » de la cuisine juive ashkénaze (Europe de l'Est). Et puis, peu à peu, on a découvert que, partout où il y a des pommes de terre, il existe des recettes de galettes de pommes de terre en julienne (couper en lanière de 4 ou 5 cm sur 1 mm d'épaisseur). C'est-à-dire à peu près partout !

Bien râper !

Une fois pour toute, c'est avec le côté « gros trous » de la râpe que l'on officie.

Les ingrédients :

Là commence l'expression des goûts et des couleurs, et surtout des coutumes locales. Pour ce qui est des latkès, au râpé de pommes de terre, on ajoute un oignon entier râpé. Plusieurs essais montrent que c'est bien ainsi. L'oignon ajoute sa saveur. En Hongrie, la galette accompagne le Goulash, le plat national. Dans le Morvan, la Loire et la Haute-Loire, on les nomme « rapées ». Dans le Vivarais, des « criques ». Toute la région Est est friande de ces râpées : ce sont les « totsche » d'Alsace, les...grümbèrre-kischle en Moselle germanophone. A Lyon, haut lieu de la gastronomie, ce sont les « paillassons de pommes de terre ». Choix de la pomme de terre : les Bintjes et les Belles de Fontenay sont appréciées. Mais toutes les pommes de terre sont les bienvenues.

Oeuf ou pas œuf : la plus classique des recettes est SANS œufs. Le résultat est beaucoup plus croustillant. A l'autre extrême, le râpé disparaît dans des œufs battus et on retombe finalement sur une omelette aux pommes de terre. Nous vous conseillons le râpé sans œuf pour débiter pour vraiment découvrir toute l'originalité de la recette.

Les herbes aromatiques : du persil le plus souvent, mais là aussi vos goûts seront les bons. Râper un peu de noix de muscade, comme dans la purée, ajoute un petit plus, une saveur appréciable.

DEUXIÈME ÉTAPE

1. Le pressage - après l'étape indispensable du râpé à gros trous, suit le pressage. Également indispensable : il s'agit de faire sortir le maximum d'eau de la pomme de terre râpée. Nous avons utilisé une serviette éponge. D'autres, pressent dans une main chaque poignée de râpé.

Le râpé un peu séché, pas trop non plus, rejoint un saladier.

2. Le liant - On ajoute une cuillère à soupe de farine (ou de féculé), qui va servir de liant (de colle végétale). Bien mélanger et laisser reposer une dizaine de minutes.

3. Les épices - A votre guise : poivres, sel, herbes (origan, thym, zaatar, etc.) rejoignent les râpées dans le saladier.

LA CUISSON

Le plus classique des corps gras utilisés est un fond d'huile dans la poêle sur 2 à 3 millimètres d'épaisseur. D'autres utilisent du beurre : des morceaux gros comme des sucres rejoignent le bord de la poêle tout autour de la totalité du râpé.

Nous avons choisi les portions individuelles : on presse une poignée de râpé dans une main. On pose cette boule dans l'huile chaude de la poêle, puis on l'aplatit avec une fourchette ou une spatule, en prenant bien soin qu'elle reste entière. Cela donne une forme arrondie de 8 à 10 cm sur 1,5 cm d'épaisseur. Et ainsi de suite avec les autres boulettes façonnées à la main.

Il faut alors adopter une cuisson lente. Au gaz, une flamme moyenne, sans plus. Peu à peu, elles se colorent et peuvent être délicatement retournées. Plus on les cuit, plus elles deviennent croustillantes. Beaucoup plus que des frites. C'est là toute la surprise du plat : un croustillant rarissime parmi toutes les recettes de cuisine !

ETAPE FINALE

Éponger les galettes, les paillassons tout dorés. Le papier absorbant s'impose. On parvient à une relative sécheresse.

Bon appétit !



Votre cabinet DANIELLA déménagement

Médium, guidance
Enlèvement de la magie

Nouvelle adresse :

Salon l'ipsité By MG
857 Chemin de la Font de Ricaud
83136 Rocbaron



[https://www.facebook.com/
Daniella-103100052054114](https://www.facebook.com/Daniella-103100052054114)

06 51 65 82 85

Au cabinet ou à distance



Pour la St Valentin, faites vous du bien !

Forca' liss

Lissages et soins capillaires
Soins du corps et du visage

Pressothérapie, drainage lymphatique
Soins amincissants du corps et relâchement cutané
Soins radiofréquence pour le visage, lipo cavitation
Relaxation, produits de beauté

Séance d'essai de 20 minutes offerte
A domicile : Chemin du puits 83136 Forcalqueiret
Annie : 06 19 57 38 14



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

Electricité générale
Neuf
Rénovation
Dépannage
Motorisation
Domotique



07 83 04 98 32
Siret : 894 173 855 00012

910 Av des platanes
83340 Flassans sur Issole

jeremy.alexandre@outlook.fr



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

VIDANGE DUVAL

Entreprise familiale depuis 1993

Recherche canalisation
détection par sonde
électromagnétique

Fosse Septique
Débouchage
Pompes de relevage
Pluvial
Bac à graisse



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



directionnelle

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

Portrait de femme

Gisèle Deschatres

Lorsqu'elle vient au monde en 1864, elle n'est pas "celui" qu'on attendait, le remplaçant de Charles Henri, premier enfant et fils mort quelques mois plus tôt.

Vainement, elle cherchera le regard aimant de sa mère, première et essentielle reconnaissance de l'existence de tout être.

Le départ fut raté donc. Sa mère la rejettera toujours et Camille avec sa sensibilité d'artiste à fleur de peau en mourra.

Le nœud de sa non-existence ne se défera jamais.

Comment exister ? Se faire remarquer coûte que coûte ? ou obéir et se fondre dans les non-dit ambiants ?

Camille a choisi la singularité. Dès son enfance, elle a crié, appelé, en vain car comment savoir qu'on existe si personne ne vous regarde ?

Lorsqu'elle atteint ses 13 ans, son père lui accorde son aide pour devenir sculpteur mais son épouse elle ne l'admet pas et la glaise que malaxe sa fille lui gâche la vie.

Monsieur et Madame se disputent souvent. Cependant son père la soutiendra jusqu'au bout. Or Louis prosper Claudel père meurt le 2 mars 1913. Sa fille n'en sera pas prévenue et n'assistera pas à ses obsèques le 4 mars suivant.

Dès le 5 mars, Paul Claudel son frère et sa mère organisent le placement de Camille que signera Madame le 8 du même mois.

En moins d'une semaine, le sort de Camille est réglé !

S'agit-il de s'en débarrasser ? de l'éloigner de l'héritage ?

Sans aucun doute, les 2, car l'image conventionnelle et bourgeoise de la famille prime sur les comportements instables de Camille intolérables depuis longtemps à Madame veuve Claudel. Elle sera internée à l'asile de Ville-Evrard le 10 mars 1913.

Elle ne sculptera plus. Après quelques temps d'internement, des médecins proposent sa sortie, que la mère et Paul refuseront. Camille restera internée pendant 30 ans, comme une obligation d'expiation de sa différence notion judéo-chrétienne que Paul Claudel ne peut nier surtout après sa rencontre avec Dieu. Trop bien-pensant et trop lâche vis-à-vis d'une mère qui le vénèrait.

Et Rodin dans tout ça me direz-vous ?

En tant qu'artiste et femme, c'est certainement lui qui a le plus reconnu la valeur de Camille. Lors de leur rencontre, elle avait 19 ans, Rodin plus de 40 ans avec une vie difficile. Ils se sont aimés pendant près de 16 ans. Rodin lui a apporté son

expérience et son soutien et a toujours veillé à ce que l'œuvre de Camille soit reconnue pour elle-même. Avec le temps, la société d'alors, l'écart d'âge, la peur l'ont rendu lâche, fuyant, même si après leur rupture il a aidé Camille dans l'ombre.



Socialement Rodin en tant que sculpteur ne fait pas le poids face à un grand écrivain et diplomate tel que Paul Claudel.

Toutefois si un homme sculpte (3 fois refusé à l'école des beaux-arts), dans le meilleur des cas et avec du temps, il peut devenir un artiste reconnu. Mais pour une femme, l'art est une occupation, une distraction et seul le mariage qui va avec la maternité reste envisageable.

Camille sait que même si la reconnaissance de son art par des experts reconnus et des amis proches s'est manifesté, l'environnement général et sa famille ne laisseront jamais son génie s'épanouir.



Les difficultés étaient donc là dès sa naissance et se sont accentuées jusqu'au déséquilibre. Alors elle cesse ses œuvres, elle s'autodétruit et avec les 30 années d'internement Camille sent inconsciemment qu'elle n'existera jamais. Elle refuse donc de sculpter dans l'enfermement où elle vit.

Pourquoi créer le quand le monde vous dit que vous n'êtes rien ?

Ses sculptures parvenues jusqu'à nous, trop peu nombreuses, expriment ce cri de douleur comme un appel au secours.

Je citerais "L'Implorante", "La femme accroupie", "L'âge mûr" en 1898 et "L'abandon" en

1905.

Mais sa vie fut brûlée par une vraie passion que l'on retrouve dans sa sculpture sublime "La valse" offerte à Debussy. La matière est dense, travaillée et le mouvement va parfois jusqu'au déséquilibre, au vertige même.

Parano ? Schizophrène ? S'aura-t-on jamais.

Elle s'est trompée de famille et de siècle c'est sûr mais c'est le lot de tant de femmes ici ou ailleurs !

Camille fut internée 30 ans. Elle n'eut jamais aucune visite de sa mère ni de son célèbre frère. Camille se referma sur elle-même et on l'a enfermée.

Elle mourut seule le 13 octobre 1943. Même sa sépulture disparaît quelques années plus tard lors de travaux immobiliers !

Construction. Rénovation. Charpente. Couverture. Piscine. Carrelage

TORA Benoît CONSTRUCTIONS

Maçonnerie générale

06 29 02 56 45

benoit.tora@orange.fr

TORA Benoît CONSTRUCTIONS



MB TRAVAUX

www.mbrtravaux.fr
04 94 77 01 32
06 74 74 55 38
contact@mbtravaux.fr
860 Avenue des Chênes Verts
ZA NICOPOLIS 83170 Brignoles

NOUS VOUS ACCOMPAGNONS
SUR VOTRE PROJET PHOTOVOLTAÏQUE,
DE L'ÉTUDE À LA MISE EN SERVICE

FAITES LE PLEIN D'ÉNERGIE EN TOUTE SIMPLICITÉ

ÉQUIPEZ-VOUS
D'UNE BORNE DE RECHARGE
AFIN DE DÉVELOPPER
VOTRE AUTONOMIE

CONTACTEZ-NOUS !
NOUS RÉALISERONS VOTRE DEVIS
PERSONNALISÉ SOUS 48H

VOTRE LIBERTÉ
DE CIRCULER EST
À PORTÉE DE MAIN



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



START internet & référencement
06 62 08 75 85 - Rocbaron

Pour que ceux qui vous cherchent
vous trouvent...

**MON SITE
INTERNET**



Thermolys
plomberie-chauffage-climatisation

Tous travaux de plomberie
Pose et entretien de vos climatisations
Rénovation complète de salle de bain
Pose d'adoucisseurs d'eau

f 06 08 09 73 50 i

Et si on parlait prévoyance ?

Perte de Revenus : Comment anticiper et protéger votre Foyer !

Spécialiste en protection sociale et Patrimoniale chez AXA, mon constat au quotidien est que nous pensons à protéger notre matériel mais pas les aléas d'un accident sur notre personne. Etre prévoyant, c'est prendre des mesures pour se prémunir contre les conséquences des événements imprévisibles. C'est-à-dire maintenir son niveau de vie quoiqu'il arrive face à des événements grave du quotidien.

Oui, mais en termes d'assurance ? Comment sommes-nous protégés en cas d'accident, de maladie ou de décès ?

En assurance, la prévoyance désigne de façon générique tous les contrats et garanties qui couvrent les risques sociaux liés à la personne en cas d'arrêt de travail.

Ce dernier peut être temporaire ou définitif notamment : accidents de la vie quotidienne ou maladies causant une incapacité de travail, une invalidité, voire un décès. Quel que soit l'événement, l'intérêt des contrats de prévoyance est d'assurer le maintien des revenus de la personne et de sa famille.

La maladie :

Le régime de base de la sécurité sociale couvre les risques ou événements ayant pour conséquence une perte de revenus : maladie, maternité, accident, perte d'emploi ou décès. Une prestation compensatoire est versée, après un délai de carence de trois jours, pour palier la diminution de salaire due à l'impossibilité de travailler. Cette couverture correspond à environ à 50 % de vos revenus et est bien évidemment insuffisante. Certaines grandes sociétés mettent en place pour leurs employés, des contrats de prévoyance de groupe. Mais lorsque on est salarié d'une petite entreprise ou travailleur indépendant, nous perdons du revenu !

L'invalidité :

Cette garantie permet le versement d'un capital et/ou d'une rente pour compenser la dégradation de vos revenus occasionnée par une impossibilité de travailler en fonction du taux d'invalidité

Vous pouvez être reconnu invalide (66%) à la suite d'un accident ou d'une maladie d'origine non professionnelle. La pension d'invalidité de la sécurité sociale sera déterminée en fonction de

certain critères et surtout plafonnée. Le montant mensuel maximum de la pension d'invalidité de catégorie 3 est de 1833 e par mois. Le constat de l'insuffisance de revenus versés par les organismes sociaux est malheureusement réel et le seul moyen de bien se couvrir est un contrat de prévoyance !

Le Décès :

Les bénéficiaires perçoivent un capital ou une rente qui pourra servir à régler les charges courantes, des droits de successions, financer les études etc....

La Garantie des Accidents de la Vie :

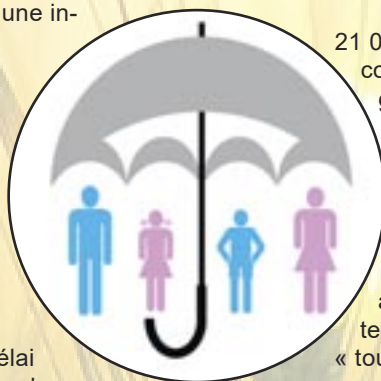
21 000 décès suite à un accident de la vie courante et plusieurs millions de recours aux urgences. Contrairement aux idées reçues, Les accidents de la vie ne sont pas couverts par votre contrat multirisque habitation !

Se blesser en bricolant, en jardinant ou en pratiquant un loisir, fait partie des « choses de la vie » ! Aussi la couverture des Garanties de la vie fait partie des contrats peu onéreux (aux alentours de 9 e pour une personne seule) mais tellement indispensable pour avoir une couverture « tous risques » de soi même !

La dépendance :

Tous concernés ! La dépendance est un sujet qui touche une large partie de la population française : 2/3 des Français disent avoir ou avoir eu une personne âgée dépendante dans leur entourage familial. Prévoir une rente en cas de perte de l'autonomie permet de préserver sa dignité et éviter de mettre en difficulté ses enfants et sa famille.

**Un bilan gratuit, un conseil ? N'hésitez pas à me contacter Valérie POUPIGNON-BINI
06 40 90 92 97**



Création
Entretien de Jardins
Broyage de végétaux

Entreprise Prévert

Taille Végétaux
Création & rénovation
de
terrasse
Pose de clôtures
souples et rigides

06 17 75 66 28

Devis gratuit

Marc Oliva
83136 Sainte Anastasie

ENERGIE CLIM PROVENCE
Le 3 en 1
C'est le Triple C d'HITACHI

* TVA réduite : 5,5% (en rénovation)

GARANTIE 7 ANS PIECES, 5 ANS MAIN D OEUVRE ET DEPLACEMENTS

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

Attestation d'aptitude ICE003/2008 n°3477/06/2017-BLA, n°83010/15073627/2. Certification Veritas n°3072049

CIMES VERTES
Élagage - Abattage

Devis RAPIDE et GRATUIT
Professionnel, assuré
Évacuation du bois

Bûcheronnage
Élagage
Abattage, démontage
Taille d'oliviers...
Débroussaillage
Entretien de jardins
et copropriétés

Pour votre sécurité et une bonne protection incendie, pensez au débroussaillage de votre terrain et à l'élagage de vos arbres

Contactez : Vivien
06 86 70 50 76
@ cimesvertes@gmail.com

Assuré par:
M M A

FABIEN ALU & PVC

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

Menuiserie DECENNALE
RGE QUALIBAT
Devis GRATUIT

AVANT TOUTE DECISION, COMPAREZ AVEC NOTRE DEVIS

83136 GAREOULT - contact@fabienalu.fr - www.fabienalu.fr
Port : 06 60 96 05 43 - Tél/Fax : 04 94 04 24 06

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

06 08 63 90 54

THIERRY BOUCHER
POSE VENTE DÉPANNAGE



857 CHEMIN FONTAINE DE RICAUD
83136 ROCBARON



PHOTOS NON CONTRACTUELLES

Rejoignez-nous sur
Facebook,
et suivez notre actualité :

Lou NistouN

J'aime



Pensez à la récupération d'eau de pluie !

La société TP+ vous conseillera dans tous vos projets et apportera à vos travaux sérieux et qualité

* **Nouveau** : Installation cuve de pluie avec kit arrosage ou branchement sur WC et machine à laver

CRÉATION OU MISE AUX NORMES FOSSES SEPTIQUES

- * Gravillonnage
- * Goudronnage (noir et rouge)
- * Marbre Résine

- * V.R.D
- * Allées et chemins
- * Accès de villas



Quartier les Plaines-Imp. Pomme Cannelle - 83136 ROCBARON
Tél : 04.98.05.00.31 ou 06.24.71.14.24

Fax : 04.98.05.00.32 Mail : tp-plus@orange.fr - Site : www.tp-plus-83.fr



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

KIRA (Ollie des petits loups bagnolais), femelle Husky de 32 kg, LOF, 6 ans. LOUKY, mâle Husky de 33 kg, bientôt 9 ans



Kira et Louky doivent impérativement être placés ensemble.

Dans le cas contraire, Louky ne supportera pas la séparation et se laissera mourir. Ce ne sont pas des Huskys typiques. Ils sont relativement calmes et ne demandent pas des longues sorties. Ils peuvent

rester seuls pendant la journée sans aboyer. Un bon abri et un terrain bien clôturé leur suffiront. Kira et Louky marchent bien en laisse sans tirer. Ils connaissent les ordres de base, donnent la patte et sont très câlins. Ils sont habitués aux enfants et pendant la promenade sociables avec les congénères. Ce sont des excellents chiens qui sauront s'intégrer vite dans leur nouvelle famille.

**RITA (Racaille du Col de la Pouponne)
Femelle Briquet de Provence de 20 kg, LOF, 3 ans et demi**



Rita sait marcher tranquillement en laisse sans trop tirer. Elle est aussi en train d'apprendre les ordres de base. Dehors, elle est sociable avec ses congénères, plus avec les mâles qu'avec les femelles mais elle ne voudrait en aucun cas partager maison et maîtres

avec un autre animal. Elle s'attache très vite à l'humain et n'aime pas la solitude. Rita est très malheureuse au refuge. Quand on va au parc pour la caresser, elle nous tient avec ses petites pattes pour nous retenir et ne pas nous laisser partir. Proche de l'humain et câline, elle se laisse manipuler sans problème. Rita cherche une nouvelle famille avec peu d'absences pour lui apporter toute la tendresse dont elle est capable.

**GRIMBA
Mâle Staffordshire Terrier de 23 kg, LOF (cat 2), 2 ans**



Câlin et très doux, Grimba est sociable avec femelles et mâles soumis. Soumis lui-même, il a tendance à s'aplatir au sol. Il tire un peu en laisse. Il a un fond un peu craintif et peut être facilement surpris par des changements de routine (nouveaux chiens ou nouvelles personnes). Dans ce cas il faut

être vigilant. Derrière les grilles, il « fait » le méchant. Grimba est un gentil chien, qui semble-t-il, ne nous a pas encore montré toutes ses facettes et nous sommes certains que de belles

qualités seront également à découvrir.

Mais il n'est pas un chien pour novices et ne doit pas être placé avec des jeunes enfants. Un deuxième chien „bien dans sa tête“ (femelle ou mâle castré) dans sa nouvelle famille pourrait l'aider à vite s'intégrer.

URSULA

Femelle croisée Porcelaine de 30 kg, 8 mois

Ursula va être une grande chienne une fois adulte. Il faudra compter avec un poids adulte autour de 40 kg. Gourmande, avec l'aide de friandises elle apprend vite les ordres de base. Elle fait déjà le « assis » et le « couché », mais la marche en laisse n'est pas encore acquise de même que le rappel. Nous lui apprenons également la voiture, ainsi que les promenades en ville. Plutôt un peu cabocharde, elle a parfois du mal à être à l'écoute de la personne qui lui demande des choses. Méfiante et craintive si elle ne connaît pas, elle montre qu'elle est très joueuse dès qu'elle se sent rassurée. Ursula est une petite chienne plutôt calme et posée, elle est très câline.

UDO

Mâle Labrador x Berger hollandais, 5 mois

Udo est un chiot très intelligent qui a envie d'apprendre et de faire plaisir. A son jeune âge, il sait apporter un objet et passer par les obstacles. Il n'a peur de rien et est toujours en action. Il faut savoir que le Berger hollandais dans son comportement ressemble beaucoup au Berger malinois, qui est un chien de travail. Il faudra donc des familles dynamiques et sportives qui adorent faire par exemple de l'agility. Il connaît le « assis ». Le « couché » ainsi que la marche en laisse et le rappel sont en cours d'apprentissage. De même, nous essayons de l'habituer à la voiture et aux promenades en ville où il se sent plutôt à l'aise. Le jeu est pour l'instant son unique préoccupation et il a une réelle passion pour les jeux de balle.

MAURICE

Mâle croisé Berger de 28 kg, bientôt 1 an

Jeune chien avec une très haute énergie qu'il a du mal à canaliser, il a besoin de tout apprendre que ce soit la découverte de son environnement ou les règles pour bien se comporter. En pleine adolescence, une éducation rigoureuse sera nécessaire pour lui permettre de devenir un bon chien et être totalement sociable. Il commence maintenant à bien comprendre les messages canins et se montre moins réactif. Très soumis à l'humain et très sensible, il a plutôt tendance à se soumettre au sol lorsqu'on le réprimande. Il a un début de « assis », ne tire pas en laisse, mais n'a pas encore de rappel. Gourmand, avec une petite friandise, il apprendra vite... Joueur avec ses congénères et l'humain, il s'intéresse peu à la balle. Des séances de câlins après les promenades sont toujours bien appréciées... Avec des maîtres patients qui lui donneront l'éducation dont il a besoin, il deviendra un adorable membre de la famille.

Nous fonctionnons uniquement par rendez-vous. Cela évite les passages fréquents devant les parcs, ce qui excite beaucoup les chiens.

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



Ursula



Udo



Maurice

Aquarium eau douce
Paludarium
Terrarium / Vivarium

CRÉAaquarium.fr

Bassin
Vivier

Le Spécialiste en aquascaping dans le Var

- Installation d'aquarium - Création de décors sur mesure
- Matériels - Plantes aquatiques rares et communes
- Contrat d'entretien - Formule d'Accompagnement / Formation

Diagnostic - problème d'algue - perte d'animaux - problème technique - réparation / révision matériels

Devis et renseignements 7j/7 crea-aquarium.fr

06 84 12 11 82 [f](https://www.facebook.com/crea-aquarium83) [i](https://www.instagram.com/crea-aquarium83) [in](https://www.linkedin.com/company/crea-aquarium83) contact@crea-aquarium.fr

atlantic FUJITSU

**CLIMATISATION
HAUT DE GAMME**
à partir de

1290 € TTC*
posé

DEVIS GRATUIT

06 19 74 15 45

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

**Tendance
nergie**

R32

CLIMATISATION

www.sanscollierprovence.org



- Matériaux de Construction
- Béton Prêt à l'Emploi
- Menuiserie
- Bois de Charpente
- Carrelage
- Terre végétale
- Agrégats



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

LES CROYS - 83136 NÉOULES

Tél. : 04 94 86 97 47 - Fax : 04 94 86 80 27



contact@verdi-materiaux.fr



SUPER U
les nouveaux commerçants

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

FRATOM
À votre service depuis 1999

Votre climatisation
réversible posée
à partir de 1190 € TTC

Climatisation-Chauffage
Energies renouvelables
Plomberie

RGE QualiPac 2023

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

atlantic DAIKIN MITSUBISHI ELECTRIC VERITAS