

Guide de Pays

MASSIF DE LA SAINTE BAUME

5ème édition - 2012

LOISIRS



TOURISME



CULTURE



des
INFOS
PRATIQUES

www.guide-pays.com

GR9

Edito

Cette année, suivez le GR 9



Bienvenue dans cette 5^{ème} édition du Guide de Pays Massif de la Sainte-Baume !

Vous pourrez découvrir sa vie autrefois, ou vous laisser émerveiller par sa forêt primaire variée, composée de hêtres, d'ifs, de chênes, de hêtres...

Ce lieu sacré, protégé dès le XIII^{ème} siècle par des papes et rois qui venaient en pèlerinage et en interdisaient l'accès et l'exploitation, va devenir un « parc naturel régional ». Un syndicat mixte vient d'être récemment créé le 17 Mars 2012.



Ce support d'information a pour but de créer du lien sur ce territoire. Il n'est pas subventionné et il est le fruit de la participation active de ses annonceurs et partenaires que nous remercions vivement.

L'équipe de la rédaction remercie tout particulièrement les artisans-boulangers qui facilitent la distribution de ce guide ainsi que les offices du tourisme pour leur participation.

Bonne lecture et belle découverte de ce lieu unique !

Thierry BLONDEAU
éditeur

« L'unité du monde vivant est un puzzle aux millions d'éléments dont l'interdépendance assure la permanence du tout » (texte relevé à la maison du parc du Mercantour -06-)



Le guide vous propose différents repérages des articles par les pictos ci-dessus.

infos pratiques

infos rando

Blac notes

à voir, à faire



Maison du terroir et du patrimoine

LES EXPOSITIONS TEMPORAIRES

Thématique de l'année : « Les cabinets de curiosités » et les 4 mondes explorés
Les cabinets de curiosités désignent au XVI^e et XVII^e siècles des lieux dans lesquels on collectionne et présente une multitude d'objets rares ou étranges.

de mars à décembre 2012

« le cabinet de curiosités de la MTP »

La Maison du terroir et du Patrimoine constitue son propre cabinet de curiosités à la manière des collectionneurs curieux des XVI^e et XVII^e siècle.

du 27 avril au 13 juin 2012



«Le monde végétal » 2 expositions :

- Exposition photographique de Denis Caviglia :

le monde végétal de la Ste Baume (Présentation de son ouvrage «Une porte vers le sublime»).

- Exposition pédagogique avec les « Arboramas » :

herbiers en volume consacrés aux arbres.



01

CULTURE

du 20 juin au 13 septembre 2012

«Le monde animal » 2 expositions :

- « Le miroir de méduse » (panneaux pédagogiques sur l'animal et sa mythologie)

- Exposition de fossiles de méduses

Présentation des multiples facettes de ces animaux à travers d'un jeu de miroirs entre la Méduse mythique et les animaux méduses.

du 26 septembre au 29 décembre 2012

« Les artefacts » : la diffusion des écritures à travers le bassin méditerranéen (panneaux et objets)

i Pour tout renseignement :

Maison du Terroir et du Patrimoine
Communauté de Communes Sud Sainte Baume
83 740 La Cadière d'Azur
04 94 98 26 56 - www.maisondupatrimoine.fr

CARROSSERIE VELASCO

CARROSSIER FIVE STAR

RÉPARATIONS TOUTES MARQUES

TOUTES ASSURANCES

VÉHICULES DE REMPLACEMENT

Tél.: 04 94 90 13 95

carrosserie.velasco@wanadoo.fr

Quartier les Capétiens N°1677
83740 La Cadière d'Azur



Oenotourisme en Sainte Baume

La Sainte Baume est un lieu où se créent d'excellents vins, et où de nombreux vignobles produisent des vins biologiques. La nature, raison d'être de la Sainte Baume, y est en effet sacrée. Sa protection est donc très importante, et cela passe par une viticulture raisonnable et raisonnée, durable et biologique.



Mais, qu'est-ce qu'un vin biologique ?

Les domaines produisant un vin issu de la viticulture biologique doivent respecter un cahier des charges bien précis, réglementé par l'Union Européenne, comme par exemple l'interdiction d'utiliser des désherbants chimiques. Les grands principes de l'agriculture biologique sont : la gestion durable de l'agriculture, respect des équilibres naturels et de la biodiversité, promotion des produits de haute qualité dont l'obtention ne nuit ni à l'environnement, ni à la santé humaine, ni à la santé des végétaux, des animaux ou à leur bien-être. (Source : agriculture.gouv.fr)

Les différents logos des «vins bios» :



Français

Ce logo est délivré par le ministère de l'agriculture.



Européen

Un « vin bio » garantit donc la qualité du raisin, mais le vigneron n'a aucune contrainte quant à la vinification pour obtenir la certification Agriculture Biologique. Certains organismes proposent toutefois une vinification biologique, tel que la Fédération Nationale Interprofessionnelle des Vins de l'Agriculture Biologique (FNIVAB).

Les vigneronns de la Sainte Baume produisent différentes appellations : Côteaux Varois (AOC), Vins de Pays du Mont Caume, Bandol, Côtes de Provence...

Pour vos excursions, n'hésitez pas à consulter le site de la route des vins de Provence (www.routedesvinsdeprovence.com); mais également à vous rendre directement dans certains de ces vignobles.

Bonne visite, et... bonne dégustation !

Article rédigé par Mélanie BLONDEAU

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. Celui qui conduit, c'est celui qui ne boit pas.



Grotte de Sainte Marie-Madeleine

VITRAIL: LA RÉSURRECTION DE JÉSUS AU MATIN DE PÂQUES

La grotte Ste Marie Madeleine possède 7 vitraux qui ont été réalisés de 1977 à 1983 par Pierre PETIT Compagnon de l'Union Compagnonnique des Devoirs Unis, dit «TOURANGEAU, LE DISCIPLE DE LA LUMIÈRE» ; ces vitraux sont un véritable catéchisme de lumière et retracent les grandes étapes de la vie de Sainte Marie-Madeleine :

La lumière de la Grotte Sainte Marie-Madeleine :

« ...En réalisant les vitraux qui marquent les principaux jalons de l'itinéraire de Marie-Madeleine, je me suis efforcé, par le simple jeu des couleurs translucides, de créer une espèce d'enveloppe immatérielle propice au recueillement et à la prière. Avec et par la seule lumière, j'ai recherché à faire disparaître l'inutile, à gommer la laideur pour mieux aider à faire retrouver l'originel dépouillement de ce haut lieu du compagnonnage et de la foi. Avec humilité, comme le veut le respect de nos traditions, j'ai tenté de créer une simple cathédrale de lumière où la subtilité sans cesse renouvelée des jeux colorés ne doit rien à l'homme et ne constitue qu'un rappel de l'éternelle et réconfortante présence de Marie-Madeleine...

Ainsi, ai-je longuement recherché que l'ensemble des sept verrières qui éclairent désormais cette cavité naturelle puisse (par la coloration sans cesse changeante que veut et que fait le perpétuel et toujours nouveau déroulement des heures, des jours et des saisons) être pour les pèlerins et les Compagnons la découverte d'une lumière qui soit préparation à celle de la Céleste Jérusalem...

Ainsi, ai-je recherché, à l'exemple des grandes verrières des XIIe et XIIIe siècle, à écrire quelques nouvelles pages de la Bible des Pauvres, mêlant volontairement symboles chrétiens et compagnonniques, et jouant naturellement avec les formes, les lignes et surtout les couleurs pour mieux provoquer la «rencontre» avec la clarté qui est quête passionnée de tous ceux qui refusent le dérisoire et acceptent de vivre leur vérité.

Une vérité toujours transcendée avec dignité et humilité... » Pierre PETIT.



 ECOMUSÉE - 0442 62 56 46 - stebaume@club-internet.fr - www.ecomusee-saintebaume.u-3mrs.fr

Spécialiste de la plante centenaire, végétaux exotiques, palmiers, oliviers Boutique Cadeaux

Jardinerie TIRAND
Les Mains Vertes

Boutique cadeaux
réalisée par un décorateur professionnel

AUBAGNE
Direction Centre Commercial

Tél: 04 42 70 38 79

Le projet de Parc Naturel Régional de la Sainte-Baume

Le Projet de Parc naturel régional de la Sainte-Baume vient d'être officiellement lancé avec la mise en place du syndicat mixte de préfiguration !

Grâce à la mobilisation de tous : habitants, professionnels, élus du territoire... un syndicat mixte de préfiguration du PNR de la Sainte-Baume a été créé en février 2012. Il rassemble 26 communes sur les 28 que compte le périmètre d'étude défini par la Région en 2009, 6 intercommunalités, les Départements des Bouches-du-Rhône et du Var et la Région Provence-Alpes-Côte d'Azur. Sa mission principale sera d'élaborer la future Charte du parc naturel, véritable feuille de route valable pour 12 ans, et document indispensable à l'obtention de la reconnaissance nationale fixée par décret.

Le travail ne fait que commencer et des commissions ouvertes à tous seront prochainement organisées pour construire ensemble un projet de territoire vivant, valorisant les fabuleux patrimoines naturels, culturels et historiques de la Sainte-Baume et permettant de penser et d'agir pour un avenir partagé, répondant aux grands enjeux de l'avenir. Une autre vie s'invente ici avec vous !

Ainsi, le projet de charte au bout de cette longue et dynamique procédure sera l'acte d'engagement de chacun des signataires et ceci avec l'ensemble des habitants, des associations, des professionnels et acteurs socio-économiques et des élus des communes et des collectivités locales concernées.

Michel GROS
Président du Syndicat Mixte
de Préfiguration du PNR de la
Sainte-Baume
Maire de la Roquebrussanne

Marie BOUCHEZ
Conseillère Régionale
Déléguée aux Parcs naturels
régionaux

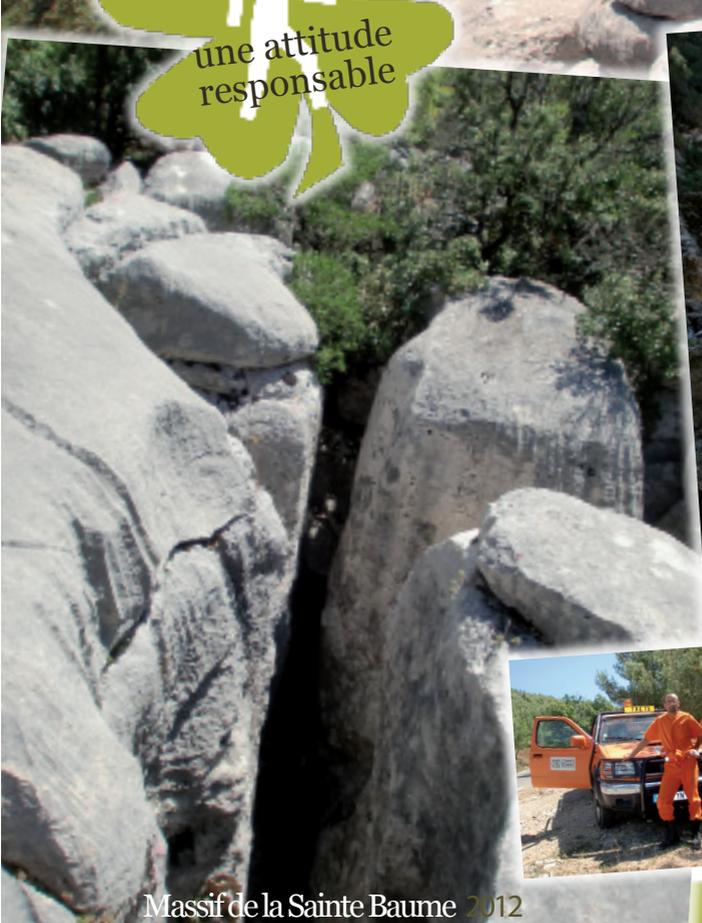
Calendrier prévisionnel

2012 : mise en place effective du Syndicat mixte de préfiguration du Parc Naturel Régional (vote du budget, recrutement de l'équipe, remise à jour du diagnostic de territoire...)	2013-2014 : ateliers participatifs, élaboration de la charte du parc, consultation intermédiaire du Conseil National de Protection de la Nature (CNPN)	2015 : enquête publique, vote des collectivités, avis final du CNPN, classement du Parc Naturel Régional de la Sainte-Baume	2016 : mise en place du syndicat mixte de gestion du PNR de la Sainte-Baume
--	--	---	---

Les Gorges du Caramy

A chacun de respecter

une attitude
responsable



 **infos rando**

Accès aux massifs
Accès réglementé des
massifs l'été

0811 20 13 13
www.bouches-du-rhone.pref.gouv.fr



Les vigneronns de la Sainte Baume

La cave coopérative « la Fraternelle » a été créée autour des années 1920. Ce vignoble qui est entre 350 et 500 mètres d'altitude a une superficie de près de 150 hectares, sur les communes de Nans-les-pins, Rougiers, Mazaugues, Tourves et Saint-Maximin.

Le label de culture raisonnée « Agriconfiance » concerne 80% de la surface d'exploitation, les 20% restant sont en agriculture biologique.

Un ancien volcan a apporté un sol basaltique qui donne des vins rouges riches et puissants.

Ces vins, très flatteurs et aromatiques, sont reconnus par de nombreuses distinctions et concours.



ROUGIERS
Vins de Provence

03



 04 94 80 42 47 - cave.saintebaume@wanadoo.fr

Domaine Triennes

Situé sur la commune de Nans-les-pins au cœur de la Provence, dans un micro-climat exceptionnel, TRIENNES produit depuis 1990 des vins de terroir qui font référence dans la région. Véritable gourmandise, le rosé, séduit par sa fraîcheur et son fruité, idéal pour partager des bons moments de convivialité.»

« Preuve qu'à Triennes il y a un terroir et du talent »
(guide hachette des vins)

04

 04 94 78 91 46 - www.triennes.com - RN560 (face au golf de Nans) - 83 860 Nans-les-Pins

le saviez-vous ?

Les consciences

Ces poteries étaient appelées des « consciences » au 19^{ème} siècle. Elles étaient fabriquées vers 1850 à Aubagne, mais aussi à Biot, Salernes ou dans le Gard. L'histoire nous propose deux versions : soit cette poterie remplie d'huile d'olive était remise aux ouvriers en fin de récolte des olives, soit cet objet était donné aux mendiants qui passaient dans les villages. Dans les deux cas, ce don permettait de se donner « bonne conscience »!



 Michel COCCHIELLO Brocanteur passionné

Château de Cancerilles

Dans un cadre enchanteur au cœur du vignoble, le Château de Cancerilles vous invite à découvrir ses caves millénaires, ses vins, autour d'une table à la cuisine raffinée et Provençale.

Vous pourrez prolonger votre séjour dans nos chambres d'hôtes de charmes.



23

 04 94 90 83 93 - www.chateaudecancerilles.com - garcia@chateaudecancerilles.com





Mazaugues

Musée de la Glace à Mazaugues

Le Musée de la Glace retrace l'histoire de la fabrication de la glace, ainsi que de sa conservation, et de sa commercialisation. Les utilisations de cette matière gelée en France comme dans le monde entier, remonte de l'Antiquité jusqu'à nos jours. Les pratiques et techniques existantes à la Sainte-Baume, présentées au Musée, sont complétées par une visite d'un bâtiment d'exception : la grande Glacière de Pivaut.



05

Le samedi 11 août 2012 à 11h et 15h, l'établissement propose une dégustation de crèmes glacées à l'ancienne confectionnées par Monsieur Marcel.

☎ 04-94-86-39-24 - aser2@wanadoo.fr



Signes

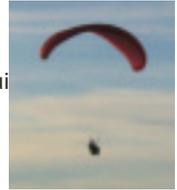
Ecole de parapente

Découvrez les loisirs du parapente avec l'école L'Envol de Provence qui bénéficie d'un site privilégié sur la commune de Signes.

Dates de stages à consulter sur le site Internet.

06

☎ 06 07 28 93 41 - www.envolprovence.com



CASTELL TRAITEUR
 CUISINE TRADITIONNELLE & CUISINE RÉGIONALE
 REPAS DE FÊTE, BUFFETS,
 CHARCUTERIE, ÉPICERIE FINE, PRODUIT DU TERROIR,
 PLATS À EMPORTER

LE PLAN DU CASTELLET

TÉL. : 04 94 63 23 14
 www.castell-traiteur.fr

ORGANISATION
 D'ÉVÈNEMENTS

Vous avez dit «Pays»? ?

«Pays», mot étrange du fait de son orthographe et si familier dans la langue française ! mais petit mot très fort, très dense :

- d'abord mot de géographie «administrative»: il vient en droit ligne du mot latin «pagus», la plus petite circonscription territoriale délimitée par des bornes fichées en terre à l'époque gallo-romaine (pagus, même racine que le verbe pangere : enfoncer, ficher)

- porteur d'une force symbolique qui a traversé notre histoire : le nom commun dérivé: pag-anus («du pagus») a donné à la fois «paysan»...et «païen», à croire que le «paganus» a résisté plus longtemps à la christianisation que l'habitant des villes... ah, ne pas confondre le «paganus», le paysan, et le «villanus»: le «vilain» (celui qui appartient à la «villa», centre d'exploitation agricole romain où travaillaient des serveurs esclaves, qui a donné plus tard le mot «ville»)

- désormais mot de géographie intime : le «pays» se rapproche plus de la notion de terroir (les vins et fromages de «pays») que de celle de territoire comme projet socio-juridico-politique; il a pour chacun une dimension affective, intime («mon» pays), toujours porteur d'un héritage traditionnel ou de mémoire archaïque individuelle; il peut s'agir alors de petite région naturelle d'origine, ou de mon pays, (état-nation), quand je suis à l'étranger!

« A la fois sévère et généreux, le Pays Sainte-Baume, comme parfois on l'appelle, n'a pas détruit son patrimoine naturel de flore et de faune très particulier, mais il recèle aussi un «petit» patrimoine culturel exceptionnel, surprenant et archaïque, qui parle à l'âme et au coeur : outre la «grotte» tant renommée, des chemins fragiles, des puits, des sources et des fontaines, des murets de pierre sèche, des cabanons et oratoires, toutes traces préservées de multiples strates d'histoire et de passages».

 ODILE SOLOMON - Sémiologue - VI S I O N S + - 06 86 68 64 13
www.odilesolomon.typepad.fr - www.sainte-baume-consultants.org

Méounes-les-Montrieux

SON TERRITOIRE MÉRITE QUE L'ON S'Y ATTARDE.

Au fil des ruelles, on découvre ses vieilles portes surmontées de beaux « mascarons ». Ses bâtiments typiques aux murs épais et rassurants, ses monuments religieux, ses fontaines, ses calvaires et ses croix au bord des routes, témoins de la dévotion de nos ancêtres, sont, de toute évidence, les éléments d'un puzzle prêt à recomposer le passé.

Un passé que l'on retrouve également dans ces édifices d'une autre époque et d'un autre labour: ces 11 fontaines, où l'eau ne cessent de couler encore de nos jours et les lavoirs qui nous rappellent que la vie a bien évolué entre hier et aujourd'hui!



07

TOURISME

CULTURE



 Sabine Denécé . Vice-présidente Patrimoine Méounais - www.patrimoine-meounes.com

Développement durable

Les commerçants et producteurs de **18 communes voisines** ont choisi d'inscrire leur activité dans une démarche de plus grande responsabilité écologique.

Le Commerce Engagé vise à **changer nos habitudes de consommation** pour préserver l'environnement et limiter les déchets tout en dynamisant l'économie locale. Ce label permet aux consommateurs d'**identifier les commerçants et producteurs labellisés**.

Retrouver les voir www.commerce-engage.com.

Agence Territoriale de la Consommation Durable

Espace-tri8 le Collet Rouge
Route de Camps
83170 Brignoles
Tél. : 04 94 86 17 98
06 80 01 51 99

www.commerce-engage.com

S.I.V.E.D. 

ECO-CONSTRUCTION : Des bâtiments sains, économes et écologiques.

L'éco-construction ne se résume pas à la pose de panneaux photovoltaïques et à l'emploi de quelques matériaux sains. Il s'agit d'une démarche globale, appliquée à toutes les étapes d'un projet de construction pour qu'il remplisse les trois objectifs : être sain pour l'habitant, économe en énergie et respectueux de l'environnement.

Il existe deux freins principaux au développement d'une véritable éco-construction en PACA : le manque d'information du grand public et la difficulté de trouver des artisans correctement formés.

L'association EcoBatissons s'est engagée pour lever ces deux obstacles, à travers deux actions phares : l'information des porteurs de projets, publics ou privés (en rénovation ou neuf), et l'accompagnement des professionnels (tous corps de métiers du bâtiment) adhérents de la charte EcoBatissons et engagés dans une démarche sincère.

☎ 04 86 57 36 83 - contact@ecobatissons.fr - www.ecobatissons.fr

EcoBatissons
Sensibilisation à l'éco-construction



Amusez-vous et découvrez la commune de Gémenos d'une manière ludique !

VENEZ DEMANDER VOTRE QUIZ À L'OFFICE DU TOURISME



Gémenos
Quiz découverte

Suivez l'itinéraire du guide, répondez aux questions et revenez à l'Office de Tourisme pour donner la phrase mystère et obtenir votre cadeau. Bonne visite !

08

Construisons ensemble votre projet !



EPC

Le spécialiste du Bioclimatique (BBC et PASSIF)

Synergie des compétences techniques & humaines

Réalise tous vos projets en optimisant les matériaux & l'énergie.

CONSTRUCTION Maisons & BâtimENTS – EXTENSIONS – SURÉLEVATIONS

EPC existe depuis 14 ans, construit des maisons BBC & Passives

Réalisés sur ECHELLES (10 km d'Alès - Gard) dans de nouvelles maisons Bioclimatiques avec une maison

Bâtiments au dessus, maisons en **Traditionnel – Monomur – BOIS**



E.P.C.
55 rue caroline - 26 les Bélayssières
33510 EGUILLIS (Gd) |
Tél : 04 42 29 70 00
sarl.epc@wanadoo.fr
www.sarl.epc.fr



le saviez-vous ?

Le télégraphe optique est né à Ollioules !

Claude CHAPPE (1763 / 1805) aîné d'une famille de cinq garçons, fils de savant, ingénieur, doit son invention géniale à la solidarité de toute une famille originaire de Brûlon (Sarthe).



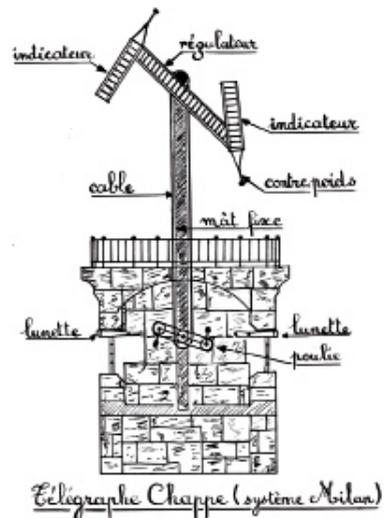
Les premiers essais ont lieu en 1790. La Convention nomme deux commissaires LAKANAL et DAUNOU pour superviser l'expérience finale qui se déroule le 12 juillet 1793 au nord de Paris entre Belleville et Saint Martin du Tertre. Convaincu par Lakanal, le Comité de Salut Public décrète la création d'une première ligne télégraphique entre Paris et Lille. Les armées de la 1ère République se battent aux frontières du Nord.

Le 30 août 1794 est une date historique : le télégraphe annonce la reprise de Condé sur l'Escaut ville assiégée par les Autrichiens. Il a fallu 30 minutes pour recevoir la nouvelle à Paris.

A partir de cet événement le télégraphe de Chappe va se développer jusqu'au milieu du XIXe siècle pour constituer un réseau de 5000 km reliant 29 villes et comprenant 534 stations dont le centre était Paris. L'effectif était de l'ordre de 1500 employés. Pour notre région, la ligne Paris – Toulon mise en service en 1821 desservant la vallée de Rhône était constituée de 108 stations. Celle d'Ollioules était reliée à la Préfecture Maritime de Toulon. Le télégraphe était installé à l'origine sur la tour de l'horloge à l'intérieur de l'Arsenal puis déplacé sur le toit de la préfecture située à cette époque sur la Place d'Armes. Un autre appareil était fixé sur le fort Lamalgue au Mourillon. Les expéditeurs ou destinataires étaient : le Préfet maritime, le Directeur du télégraphe et quelquefois le Préfet « civil » ou le magistrat procureur du Gouvernement. Le télégraphe fut toujours réservé au trafic gouvernemental et militaire mais jamais ouvert au trafic privé.

Toulon était donc terminus et départ de la ligne en relation avec le télégraphe d'Ollioules situé à mi-pente versant sud de la colline du Croupatier. Chacun comprendra alors pourquoi le col du Télégraphe, carrefour de sentiers de randonnée bien connu, est ainsi dénommé. Il suffit de se tourner et par l'autre fenêtre le regard porte directement sur la colline de Pibarnon à la Cadière où se trouvait la station suivante. Le lieu dénommé

la Vigie (alt. 324m) est desservi par le chemin de la Croix du Signal. La ligne sortait du département du Var par Ceyreste, Roquefort, la Penne sur Huveaune, Saint Marcel et arrivait à Marseille.





COMMENT FONCTIONNAIT LE TÉLÉGRAPHE ?

Le matériel : - le bâtiment, tour carrée ou ronde, construit en dur, placé sur une hauteur comprenait deux parties :

- La partie mécanique visible de loin constituée d'un mât en bois sur lequel était fixé un régulateur et deux indicateurs également en bois persiennés. Le tout était actionné par un ingénieux système de poulies et de câbles par le « stationnaire » qui recevait et transmettait les signaux.

- La partie abritée divisée en deux pièces : une pour la manipulation des deux bras du télégraphe, l'autre comme salle de repos

Le fonctionnement : « le stationnaire » observait à la lunette de Galilée (longue vue) les deux postes voisins. Il reproduisait avec son appareil les signaux observés sans en comprendre le sens. Seuls les directeurs possédaient le dictionnaire des codes et pouvaient ainsi traduire les dépêches. Chaque signal était défini par un ensemble de deux figures successives :

- la 1^e indiquait le numéro d'une page sur les 92 du dictionnaire,

- la 2^e une rubrique sur les 92 contenues dans la page soit : $92 \times 92 = 8464$ codes possibles. A chacun d'eux correspondait un élément de phrase, un nom, un mot parmi les plus utilisés, une lettre, un chiffre, un signe etc. Il y eut même des dictionnaires spécialisés (militaires, administrations civiles et gouvernementales etc...)

A leur arrivée, les dépêches étaient transcrites sur un imprimé à entête spécial du modèle ci contre et encore conservé aux Archives de la Marine.

Il est bien évident que le système ne pouvait fonctionner que le jour et par temps clair. Dans de bonnes conditions météorologiques, le temps de transmission entre Paris et Toulon était de 2 à 3 heures pour un texte court alors que, jusque là, la malle-poste mettait cinq à six jours.

Pour l'anecdote :

- en avril 1829, l'élection du pape PIE VIII connue à Toulon à 4 heures du matin est annoncée à Paris dès 8 heures du matin... grâce au télégraphe !

- en 1815 si le télégraphe eut fonctionné à Toulon : les 100 jours n'eussent pas eu lieu et la face du monde point changée !... Lorsque le courrier annonçant le retour de l'Empereur arrive à Lyon, ... Napoléon est déjà à Grenoble !

Le déclin :

Malgré tous ses avantages, le télégraphe avait des défauts majeurs.

Il était coûteux, son débit faible et utilisable seulement le jour. La transmission des messages donnait lieu à des dépêches modifiées et fantaisistes.

En 1820, ARAGO et AMPERE mettaient au point un télégraphe électrique. Repris et amélioré par l'anglais W. WHEATSTONE, il va sonner le glas du télégraphe de Chappe en 1843.

Progressivement les lignes vont cesser leurs activités. Ce fut le cas à Toulon le 28 juin 1853 où le télégraphe électrique mis en service fut aussitôt ouvert au public.

Il est certain aujourd'hui que le télégraphe de Chappe représente la naissance des télécommunications modernes dans le monde. Il a permis la mise en place de ce qui va devenir le moyen de communication des services de l'État.

Pour bien montrer le caractère ératique de cette réalisation, le cadastre napoléonien 1829/1830 de la commune d'Ollioules, indique à l'emplacement du bâtiment du télégraphe :

« - section B, parcelle n°525, superficie 16 m², propriétaire le Gouvernement. »

Remarque importante, ce télégraphe avait déjà une histoire ancienne: en effet en 1419 « la fédération des communes » avait pour mission de faire « farots et gardia ». Le signal avancé se trouvait au sommet du Cap Sicié (tour datée de 1352 sur l'esplanade de ND du Mai) pour assurer la surveillance de la côte et signaler l'arrivée des envahisseurs. Cette fédération militaire mise en place dès le XIII^e siècle réunissait les communes de Toulon, Ollioules, Evenos, la Cadière, le Beausset, Six-Fours, le Revest et Tourris, déjà une forme de S.I.V.O.M. Les signaux : la fumée le jour, le feu la nuit étaient transmis de poste en poste jusqu'à la Sainte Baume. (acte de 1419).







à vivre, à découvrir

Couleurs et Mandalas ...

STAGES DE CHROMOTHERAPIE ET DE MANDALAS

Plan d'Aups

Des ateliers pratiques pour un voyage au cœur de soi, à la rencontre de son être profond.

Un moment privilégié pour créer intuitivement ses propres mandalas, apprendre à les analyser par l'étude des propriétés des couleurs, leurs correspondances avec notre personnalité, notre communication... et l'émergence de nos projets de vie.

Réaliser un Mandala est à la portée de tous avec une pédagogie vivante, passionnante et adaptée à chacun.

Un partage humain et symbolique riche en découverte !

Un sentiment de liberté pour trouver la solution aux problèmes que le mental seul ne peut résoudre... !

...voici en avant-goût, une synthèse de ce que disent les couleurs:

Le Rouge donne de l'énergie et confiance en soi

Le Orange donne envie de créer et ouvre l'appétit

Le jaune est en relation avec la digestion et permet de lâcher prise

Le vert apaise les tensions et nous met dans l'Amour

Le bleu ciel est en relation avec la glande thyroïde et aide à mieux communiquer



Stage à la Coutronne

09

 Sylvaine Magrini, Colorthérapeute, 04 94 86 51 08 - etrensoie@yahoo.fr

Le mandala désigne le cercle en Sanskrit et signifie le diagramme sacré. Il symbolise les manifestations de la vie par le cercle et les 4 directions. Support de méditation pour les Bouddhistes, espace sacré de soins pour les Amérindiens, le mandala nous est offert très simplement par la nature elle-même en formes et couleurs diverses : de nos lointaines galaxies aux coquillages de nos plages, jardins des châteaux, labyrinthes, jusqu'aux plats décorés par des mains inspirées. En occident, les rosaces des cathédrales chrétiennes et les cercles rituels de Stonehenge sont un témoignage encore vivant de ce symbole collectif millénaire.

Introduit en occident et dans la psychologie par Carl G. Jung, le mandala nous ouvre la porte de notre propre centre, tout en nous reliant à l'universel et à notre vraie nature, au-delà de notre mental.

Depuis, le mandala est utilisé comme un support d'expression personnelle et collective rassurant de par sa structure géométrique, symbole d'équilibre.

En créant notre propre mandala, nous rendons vivant en nous les symboles universels : Le centre représente le moi, le principe fondamental de vie et de mort, l'origine et la fin et le mystère de la création.

Le carré symbolise la stabilité, le cadre, les règles, le temps.

Le triangle indique l'action, la détermination et le principe fécondant.

Dans la forêt de la Sainte Baume, soyez attentif ! Il se pourrait que certaines formes vous rappellent un mandala... et que vous ayez envie d'en dessiner un sur le sol et de le danser selon votre inspiration !

Isabelle Gastaldi



Présence des Béguines à la Sainte Baume

Pic des Béguines croix des Béguines, maison forestière des Béguines... ces différents lieux géographiques de la Sainte Baume restent des repères pour tous les marcheurs, les pèlerins les randonneurs, attestant de la présence des Béguines au cœur du massif. Il n'y a pas de fumée sans feu dit-on, les lieux sont gardiens d'une mémoire. Quel souffle a poussé ces femmes arrivées au 12ème et 13ème Siècle, nombreuses au Brabant, Hainaut, en Flandre, et Rhénanie à venir s'installer au Sud en Provence à la Sainte Baume ?

Ne peut-on y voir une marche pèlerine dans les pas de la sainte inspiratrice des lieux : Marie Madeleine ? Il est intéressant de remarquer que leur venue correspond à la redécouverte des reliques de Marie-Madeleine en 1279 par Charles II d'Anjou, Comte de Provence. N'y a-t-il pas un appel à poursuivre... ?

Forêt, grotte, source et massif ont offert une matrice de choix pour ces femmes d'esprit et d'action qui témoignent d'une foi chrétienne profonde et rafraîchissante à l'image de celle évoquée dans le cantique des cantiques.

Rappelons ce que l'on sait de leur façon d'être et de vivre dans le monde. Ces femmes issues de la noblesse et de la bourgeoisie, du milieu artisan vivaient en communauté laïque dirigée par une Maîtresse ou Grande Dame. Leur travail (filage, tissage, fabrication de bougies, lavage, repassage, soins aux malades, aide aux pauvres) leur apportait une certaine autonomie économique et leur organisation, une autonomie sociale.

Pas de tutelle du curé local ni des dominicains ou des franciscains, deux ordres religieux reconnus par l'église. La prière, l'oraison, le travail intellectuel (étude et écriture), faisaient partie de leurs activités. Elles écrivaient en langue vulgaire (flamand, ancien français, bas allemand, moyen allemand, hollandais) par opposition au Latin langue des théologiens et des érudits. Elles eurent l'intelligence du cœur, la volonté et la capacité de faire émerger du sens à ce qu'elles éprouvaient intérieurement de la parole divine par des écrits et des actes.

Il semble qu'elles aient vraiment essayé d'incarner dans l'existence sociale concrète leur foi Chrétienne. ... Mais elles furent considérées par le pouvoir ecclésial comme une menace et furent condamnées par l'office de l'inquisition pour hérésie et hypocrisie dans la piété en 1311. Et peu à peu elles disparaissent au cours du 14ème siècle. Merci et à celles et à ceux qui retracent, actuellement, leur histoire et leur expérience.

Vivre l'esprit des Béguines à la Sainte Baume : un chemin pour les femmes comme pour les hommes à rouvrir.

 Auteurs de l'article: Marie Odile Desjardin - Viviane Marie Vieux

Tourves

Chambres d'hôtes

A l'orée d'une forêt de chênes, nous vous accueillons dans un écrin de nature, pour votre relaxation et tranquillité. Piscine chauffée, terrain de tennis et de boules.

 06 24 04 05 91 - ladryade83@orange.fr
www.chambres-d-hotes-la-dryade.com



10
*10 € de réduction sur une nuitée
sur présentation de ce coupon*



à vivre, à découvrir

Mazaugues

Parlons cuisine ...

Cela fait 15 ans que je travaille dans les métiers de l'accompagnement, utilisant la cuisine comme support à des ateliers « remobilisation », et échanges de savoirs.

En parallèle depuis près de 10 ans le weekend, je réalise des animations de cuisine barbecue.

Ces expériences m'ont permis de développer une conception propre de la cuisine ou ce qui est important c'est à la fois d'acquérir des savoirs de base, mais aussi d'aller vers une cuisine simple respectueuse des produits, des saisons, de sa santé, de sa propre culture familiale et surtout très gourmande !

« Les Ateliers de la Toque » vous proposent :

Des cours de cuisine, avec la confection du foie gras, du canard gras, en hiver et cuisine plein air au printemps et été où nous apprendrons à cuisiner un repas complet en utilisant le barbecue et la plancha.

Nous aborderons les épices, leurs vertus, leur rôle aromatique et conservateur.

Vous pourrez trouver des mélanges maison et des épices simples pour réaliser les vôtres sur « www.lesepicesduweb.fr »

Cette cuisine privilégie les légumes, les fruits et le traitement simple de l'ensemble des denrées utilisées.

Des prestations d'une journée « Nourritures spirituelles et Cuisines terrestres » Nous apprendrons Côté spirituel à l'aide d'exercices pratiques et d'échanges, à nous reconnecter à notre intuition profonde. Nous cheminerons vers une transformation intérieure pour retrouver joie de vivre et santé.

Côté Terrestre, nous apprendrons à cuisiner des aliments de saison en abordant des techniques culinaires, reliées à notre capacité d'inventer et de créer des recettes insolites. Des prestations repas à domicile pour tous vos événements, réalisés à la plancha et au barbecue, pour des repas festifs insolites.

Je me déplace chez vous avec tout le matériel nécessaire pour confectionner un buffet, un repas que nous aurons défini ensemble.



Pour me contacter : 06 69 56 84 06

www.les-ateliers-de-la-toque.fr - www.lesepicesduweb.fr (accompagnez votre commande de la mention : *de la part du guide de pays* et les epicesduweb se fera un plaisir de vous offrir un échantillon d'épices à découvrir)



11

La chaux dans tous ses états

BADIGEON, STUC, TADELAKT TRADITIONNEL MAROCAIN.

Amour d'un matériau noble, écologique et vivant, dans la passion du badigeon.
Toute réalisation à l'écoute de vos besoins.



Art Beauté Chaux - 15 rue du caramy - 83136 Mazaugues - 09 51 80 27 17





infos pratiques

Associations Sport, Nature et Culture

- t** Les Nuits musicales de Mazaugues
Juillet Août 2012
Renseignements et programmation
<http://nuitsmusicmazaugues.free.fr>
- t** Ecole de pilotage
Vol d'initiation au pilotage d'avion. Prenez les commandes pour survoler les environs du Castellet.
04 94 34 76 98 - www.aeropilot.fr
- t** Association Mazaugues Passion
virando@laposte.net
- t** Spéléo Provence
Laurent JOVET
06 89 77 24 86

accompagnateurs nature

- t** Accompagnateur Nature Geo2
Gilles Morillo, Animateur Nature
06 843 06 480
associationgeo2@wanadoo.fr
- t** Guide naturaliste - Naturelles Balades
Vincent Blondel
06 85 70 68 81
www.naturellesbalade.com

Tourves

Domaine Les Vallons de Fontfresque

Situé au pied du Massif de la Sainte-Baume, entre Saint-Maximin et Brignoles dans cette partie du Var appelée « Provence Verte », le domaine s'étend sur 37 hectares boisés de chênes.

Les 12 hectares du vignoble sont composés essentiellement de vieilles vignes qui ont pu s'épanouir dans des conditions d'ensoleillement maximum et bénéficient d'un terroir très riche.

Un sol argilo-calcaire sied parfaitement aux vignes de cette région. Classé AOC Coteaux Varois en Provence, le vignoble se compose de cépages nobles tels que : Syrah, Cinsault, Cabernet Sauvignon, Grenache, Carignan Vieilles vignes, Rolles, Ugni blanc et Grenache blanc.

Séduits par ce domaine viticole presque à l'abandon et le challenge de le faire revivre et de laisser libre cours à leur passion pour la vigne et le vin, les propriétaires, Claire et Denis Sicamois, se sont investis à fond dans la renaissance de ce domaine niché dans de si beaux vallons.

Le domaine est en reconversion bio, tous les produits utilisés pour la culture de la vigne sont naturels et les vendanges sont réalisées, de fin septembre à début octobre, à la main, en petites caissettes avec une sélection rigoureuse des grappes de raisin. Claire SICAMOIS est Peintre et Sculpteur, c'est avec la même sensibilité d'artiste qu'elle élabore ses vins.



12





Gîte de la Coutronne

Chambres d'Hôtes



Au cœur de la Sainte-Baume, à 5 mn du plan d'Aups, à 650 mètres d'altitude. La Coutronne vous accueille pour vos séminaires ou stages de développement personnel. Accueil de groupe jusqu'à 11 personnes. Arminda vous accueillera avec sa grande simplicité

t 04 42 62 57 12
<http://lacoutronne.online.fr>
13390 Auriol

Lou Pebre d'Aï

Hôtel** Restaurant



Logis 3 cheminées, piscine chauffée, cuisine gastronomique de terroir au fil des saisons.

t 04 42 04 50 42
www.loupebredai.com

La maison rouge

Chambres d'Hôtes



Maison Rouge vous propose 5 chambres d'hôtes de charme dotées d'une vue surprenante sur la Sainte Baume. Construite par des compagnons menuisiers dans un esprit campagne élégant, elle est toute vêtue de peuplier, de blanc du Nord, de douglas et de red cedar. Face à la forêt préservée de la Sainte Baume est sur un territoire protégé classé «Natura 2000», la maison est fidèle aux couleurs naturelles des essences et des matériaux écologiques qui la composent.

On vient à la maison Rouge pour faire une pause, pour la qualité du silence et pour la flânerie. Les amoureux de la marche y sont au centre d'un spectaculaire réseau de randonnées. Quand aux lecteurs qui puisent polars ou livres de voyageurs sur les rayonnages de la maison, thés et cakes les accompagnent dans leur chambre ou au salon...

t MAISON ROUGE - Route de Nans
83640 Plan d'Aups Ste Baume
06 72 74 70 47
www.maisonrouge.fr

Hôtel de France

Au centre de Saint-Maximin, à deux pas de la basilique et du couvent royal, le restaurant «Côté Jardin» vous propose une étape gastronomique pour découvrir les spécialités varaises.

L'hôtel de France vous invite dans son environnement reposant avec piscine et jardins ombragés.

Une salle de séminaire est à votre disposition.

04 94 78 00 14
www.hotel-de-france.fr



Blac notes

Plan d'Aups

du vendredi 25 Mai au Lundi 28 Mai 2012

Pèlerinage de Provence Pentecôte 2011

www.saintsdeprovence.com

- Les Dominicains de la Sainte-Baume
04 42 04 54 84
www.hotellerie.sainte-baume.org



La cadière d'Azur

dimanche 26 Août 2012

Fête des vendanges à La Cadière d'Azur

- Office du tourisme
04 94 90 12 56



Cotignac

dimanche 21 Octobre 2012

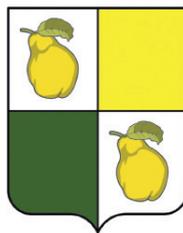
10ème anniversaire de la fête du coing

Le Comité du Coing de Cotignac, association loi 1901, a pour but de promouvoir le Coing de Cotignac. Le Comité a créé une pépinière de cognassiers ainsi que la Confrérie du Coing de Cotignac. La fête du Coing 2012 se déroulera le 21 Octobre 2012 sur le Cours Gambetta, une des plus belles places de village provençal.

Au programme: de nombreuses animations gratuites, des stands de dégustation, le Chapitre de la confrérie, un repas gastronomique à base de coings.

- contact@coingdecotignac.fr

COMITE DU COING



DE COTIGNAC

Tourves

samedi 17 et dimanche 18 Novembre 2012

Fête du terroir à Tourves

- Office du tourisme
04 94 72 04 21



à lire, à découvrir

En 414, Jean Cassien venu d'Orient, arrive à Marseille et fonde l'abbaye Saint-Victor qui rassemblera quelque 5 000 religieux et religieuses sur la région, y compris dans le massif de la Sainte-Baume. Saint Cassien aurait fondé deux couvents à la Sainte-Baume, un d'hommes et un de femmes.

.... Des noms de lieux gardent localement le souvenir de l'implantation victorine :

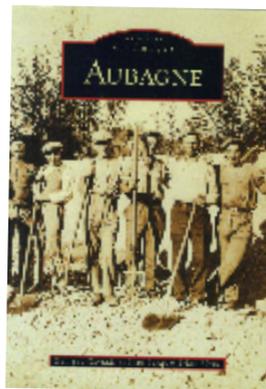
- grand et petit Saint-Cassien
- baou de Saint-Cassien
- aven de Saint-Cassien...

.... Au VIII^e siècle les Sarrasins qui avaient envahi l'Espagne, devenaient une sérieuse menace pour la Provence. Des précautions furent prises en cachant les reliques de Marie-Madeleine.

.... En 972, la noblesse provençale, dirigée par le comte Guillaume d'Arles, met un terme définitif à la présence sarrasine au Fraxinet. Au début du siècle suivant, Isarn, abbé de Saint-Victor de 1020 à 1048, construit l'église supérieure de l'abbaye marseillaise au-dessus de la crypte. Elle sera consacrée par le pape Benoît IX en 1040. L'origine de l'église Saint-Jacques du Plan-d'Aups date de cette époque ainsi qu'un hospice pour recevoir les pèlerins. Ce XI^e siècle marque aussi le renouveau des pèlerinages en général et ceux de Saint-Maximin et de la Sainte-Baume en particulier...

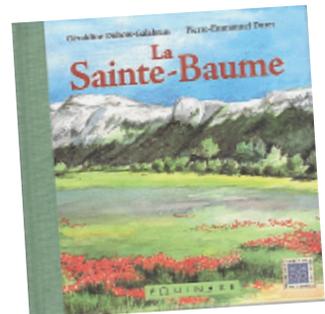
 Extrait de la newsletter:
«le VAR itinéraires-découvertes»

Livres disponibles auprès de:
www.editionsdelarenaudie.fr
ou Disponible en Librairie et Point-Press



Tout Aubagne en cartes postales d'époque

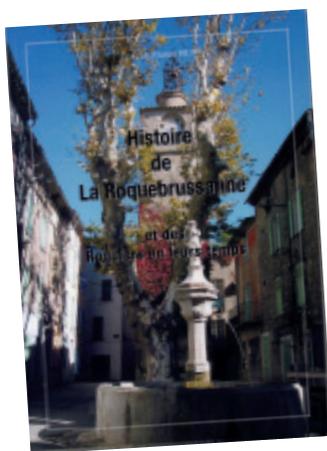
 Aubagne Philatélie
04 42 03 02 88 - aubagnephilatelic@orange.fr



L'histoire de la Sainte Baume revisitée et agrémentée de magnifiques aquarelles.

 Textes: Géraldine DUBOIS-GALABRUN
Aquarelles: Pierre-Emmanuel DURET

Histoire de La Roquebrussanne



Rostaing de Signes habite son château construit en l'an 984. Guilhem de Rocbaron a réalisé sur un piton rocheux, une sorte de nid d'aigle, le château fortifié Saint Sauveur. A Néoules, sur les rochers de Saint Thomé se trouve un château comprenant un logis seigneurial, une église et une cour fortifiée. A Garéoult, Rainold, est le seigneur du lieu et à Mazaugues le château est habité par le seigneur Plautin,. Vers la fin du dixième siècle, un seigneur du nom de Brussan construit le castrum de La Roca. «Sur un Rocher escarpé se trouve le Château féodal avec ses tours, ses murs crénelés, ses barbicanes, ses fossés et ses ponts levis. Au pied de ce rocher, des maisons agglomérées, entourées de remparts protégées

par le Château ». Les habitants du lieu, entre autres les Remoneng, Massis, Bosq, Bremond, Chaudon, Marin, Ollivier, Reboul, Roubaud, prennent l'habitude de le nommer, Roca Brussanna, (La Roque de Brussan) (extraits du livre « Histoire de La Roquebrussanne et des Roquiers en leur temps »)

 Auteur : François Francis BUS - 04 94 86 92 80

15

Donnez des ailes à votre vie !

 Cabinet d'Energétique de Patricia Trabut - Magnétisme Sophro-Analyse Coaching
06 32 60 51 58 - <http://patricia.trabut.free.fr>

Embarquez pour les îles d'Hyères




Porquerolles
Départ : Tour Fondue (Giens)
04 94 58 21 81

Port-Cros, Le Levant
Départ : port d'Hyères
04 94 57 44 07



Toulon
PROVENCE
MEDITERRANÉE
Communauté d'agglomération



Toute l'année - Service Public
Gare Maritime de la Tour Fondue, Giens - 83400 Hyères - Fax : 04 94 58 91 73
www.tlv-tvm.com



Retrouvez
les horaires ici

infos pratiques

Gémenos

Prieuré de St Jean-de-Garguier

ENTREPRISES ET ASSOCIATIONS

Pour vos séminaires ou Assemblées Générales...
le Prieuré de Saint-jean de Garguier vous propose 7 salles
de tailles différentes (dont une grande salle de 70 pers)

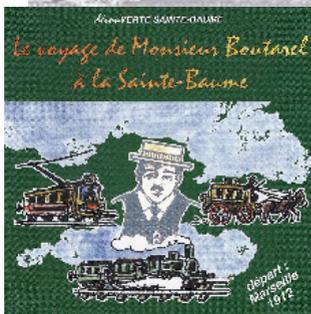
16

Un lieu idéal d'accueil au calme et avec un grand parking

 04 42 32 21 26 - stjeandegarguier@orange.fr



Le voyage d'un Marseillais à la Sainte-Baume en 1912



Ce « montage video » CD/DVD fait revivre le Pays Sainte-Baume tel qu'il était au début du XXème siècle.

Les illustrations parfaitement authentiques (essentiellement des cartes postales et des photographies de cette époque) donnent une image des communes traversées par Monsieur Boutarel telles qu'elles étaient en 1912.

 www.ecomusee-sainte-baume.asso.fr

www.ecomusee-sainte-baume.asso.fr

CULTURE

Guide de Pays

LE VILLAGE DES TORTUES de Gonfaron

Ouvert tous les jours de 9h à 19h
parking, lieux de pique-nique, boutique, salle audio-visuelle,
buvette, lieux de détente pour les enfants
(Visites guidées pour les groupes)

Tél. 04 94 78 26 41



Rando au départ de St Zacharie



PARCOURS FOURNI À TITRE INDICATIF

- t** Pour tout renseignement
Office de Tourisme de Saint-Zacharie - square Reda Caire, 83640 Saint-Zacharie - 04 42 32 63 28

à voir, à faire

- t** Show-room de la céramiste Emmanuelle NOT - Saint-Zacharie
(sur rdv 06 14 55 04 91) - www.emmanuelnotenot.com



QUAD-MOTO
LOCATION
PARC DE LOISIRS

Le Cabanon Enchanté
RNT Aix - St Maximin - Tél. 04 94 78 43 15
Anniversaire
entrée libre 3-18 ans
au pied de la SAINTE VICTOIRE
20m d'Aix-en-Provence - 10 m de St Maximin
83910 POURCÈRES

22



Le chemin de St Jacques en Sainte Baume



«Nombreux sont les pèlerins qui viennent en dévotion depuis des siècles à la Grotte de Sainte Marie Madeleine. Voici plusieurs dizaines d'années qu'est constaté un renouveau du pèlerinage vers Saint Jacques de Compostelle. Il a paru indispensable aux pèlerins de Saint Jacques de notre région d'aider leurs compagnons qui, dans leurs pègrinations, marchent vers le tombeau de l'apôtre Jacques, mais aussi, dans l'autre sens, vers celui de l'apôtre Pierre, en leur organisant des chemins traversant la Provence; un de ces chemins emprunte, grosso-modo, la Via Aurelia entre Menton et Arles; ce chemin des «jacquets» et des «roumieux» passe par le «Troisième Tombeau de la Chrétienté», celui de Sainte Marie Madeleine, en venant de Nice, Fréjus, Lorgues, Carcès, Le Val, Bras, Saint Maximin, Ollières, Pourcieux, Pourrières, se poursuivant vers Aix en Provence, Salon et Arles. Ce chemin est balisé en blanc et rouge (GR653A, Chemin vers Saint Jacques de Compostelle) avec un complément de balisage par coquilles peintes en jaune au pochoir dans les sens vers Compostelle et de clefs de saint Pierre dans le sens vers Rome.

Il fallait répondre aussi au souhait de ceux qui veulent, lors de leur «Grand Chemin», rendre visite à la Grotte de Sainte Marie Madeleine, Haut lieu de pèlerinage en Provence; le cheminement, à partir du Val, visite Brignoles, Tourves, Rougiers, puis monte sur le plateau de la Sainte Baume par des sentiers pour arriver enfin à la Grotte, avant de passer à Plan d'Aups, Saint Zacharie, Trets et enfin Puyloubier: il est balisé en jaune et agrémenté, lui aussi, de coquilles et de clefs

Chemin de pèlerinage, de foi, de rencontre avec soi-même et les autres, c'est, de plus, un beau chemin qui permet d'admirer de magnifiques panoramas dans le calme de la belle nature provençale»

 Association PACA-Corse des Amis des Chemins de Saint Jacques de Compostelle et de Rome
www.compostelle-paca-corse.info

Signes Hôtel Restaurant Le Clos des Acacias

Signes

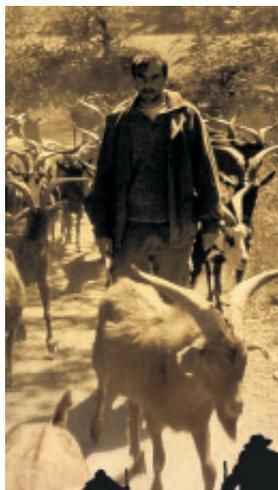
En arrivant au Clos des Acacias, le temps s'arrête et vous serez accueillis par Claude LEQUEUE et Sébastien VION.

Habitué des grandes maisons, le chef vous proposera la création de ses nouvelles recettes avec des produits de saison (menu affaires en semaine). Vous pourrez prolonger votre séjour en profitant de l'hôtel composé de 7 chambres.

 04 94 26 17 73
closdesacacias@orange.fr



18



Les fromagers de la Sainte Baume

A Cuges les Pins

La Cabro d'or Luc FALCOT
06 76 70 14 32

A Signes

Le Biquet des Meaulnes Claudie et Bernard BRUNA
04 94 90 89 61

A La Roquebrussanne

Denis CAREL
04 94 86 71 97

A Tourves

Monique et Alain AUBERT
06 78 30 33 32



Madame BRUNA

Hôtel Restaurant gastronomique et séminaires

19

DOMAINE DE CHATEAUNEUF SUR LE GOLF DE NANS

Au cœur de la Provence, à 500 m d'altitude, vous découvrirez une ancienne demeure du XVIII^{ème} siècle. Située au centre du magnifique golf international de la Sainte Baume, dans un parc boisé, vous profiterez du luxe discret inspirant à la quiétude, et de la décoration raffinée. Le chef cuisinier vous servira ses légumes fraîchement cueillis de son jardin.

Lieu idéal pour se ressourcer et se détendre, à l'ombre des cyprès et des marronniers centenaires, sous le soleil de la Provence.



Domaine de Châteauneuf

+ 33 (0)4 94 78 90 06 - chateauneuf@relaischateaux.com - www.domaine-de-chateauneuf.fr



Boulangerie du Plan d'Aups

20

Stephane BARBIER, installé depuis 7 ans au Plan d'Aups, est parti à la recherche des anciens pour retrouver le goût de l'authentique. Cela lui a valu d'être médaillé d'Or pour ses couronnes des rois sur le territoire de la Provence verte!
de 7h à 13h, et de 16h30 à 19h30, vous pourrez trouver vos sandwiches et casse-croute pour vos randos !



☎ 04 42 62 56 17

Artisanat local

En Provence Verte, entre Tourves et Mazaugues, je transforme les fruits en confitures, sirops, coulis, et autres spécialités, exclusivement en Bio labellisé.

Pour retrouver ou découvrir le vrai gout des fruits, la surprise des fleurs et baies sauvages cueillies au cœur de la Ste Baume, je vous accueille sur RV.

Vente sur place et au point de vente collectif des Producteurs Bio Païs à Bri-gnoles



☎ 06 77 60 56 71 - www.confinature.com - confinature@gmail.com

21

« Chez Agri Fallen : Objectif jardin »

Notre magasin propose : Tout pour l'entretien et le soin du jardin, des aliments pour animaux, un rayon dédié à l'Apiculture, un côté Terroir pour les gourmands !



COOPÉRATIVE AGRICOLE
DU CANTON D'AUBAGNE

☎ **OUVERT du Lundi au Samedi de 8h30 à 18h30
NON STOP**

04 42 18 63 80 - coopaubagne@wanadoo.fr - www.coopérative-aubagne.fr

A proximité du rond point Autoroute les Paluds sortie Nord.

Nouveauté : bientôt vous pourrez commander vos produits sur « Agri Drive » !



De multiples ANIMATIONS, sont à noter notamment :

- 1er vendredi du mois (le matin) : vente de volailles
- En Novembre : « le Moulin à huile de Marie » s'installe à la coopérative pour la trituration de vos olives
- En Décembre : un marché de Noël Provençal est organisé par la coopérative avec des artisans de notre région

A Saint-Maximin

Boulangerie Pâtisserie

PIZZA
CHIZZA
MIMMO

Pizza mobile

Animations à domicile

COMMANDE AU : 06 27 47 48 34
 LIVRAISON SELON DISTANCE AU : 06 85 82 56 46
 Parking de l'Église de la Sainte Baume - 8907 - Saint-Maximin

*Pains
 Spéciaux
 Viennoiseries
 Sandwichs*

04 94 59 39 55



Offices du Tourisme

infos pratiques

SAINT MAXIMIN : 04 94 59 84 59

TOURVES : 04 94 72 04 21

BRIGNOLES 04 94 72 04 21

NANS LES PINS : 04 94 78 95 91

SAINT ZACHARIE : 04 42 32 63 28

ROUGIERS : 06 63 94 92 00

LA ROQUEBRUSSANE : 04 94 86 82 11

PLAN D'AUPS : 04 42 62 57 57

CUGES LES PINS : 04 42 73 84 18

GEMENOS : 04 42 32 18 44

MAZAUGUES : 04 94 86 95 03

MEOUNES-LES-MONTRIEUX : 04 94 13 83 20

SIGNES : 04 94 98 87 80

RIBOUX : 04 42 73 88 68

AURIOL : 04 42 04 70 06

ROQUEVAIRE : 04 42 04 01 99

LA CADIÈRE D'AZUR : 04 94 90 12 56

LE BEAUSSET : 04 94 90 55 10

Nous contacter

06 08 04 90 70

thierry.blondeau@accompagnement3a.com

www.guide-pays.com



Réalisation Technique du Guide de la Sainte Baume

Parution annuelle

Diffusion : 15000 exemplaires

Tous droits de reproduction même partielle réservés

Edition, Distribution et Régie: 3A



Membres du réseau de consultants Sainte Baume Consultants

www.sainte-baume-consultants.org

Les prix, photos, illustrations, et descriptifs sont à la seule responsabilité des annonceurs.

Réalisation graphique

Elodie Bert Zwikel - 06 20 26 30 33

www.lodiwapdoowap.com - contact@lodiwapdoowap.com



Guide de Pays



Le Moulin de Saint Côme

Spécialités et Huiles d'olive
de France et d'Ailleurs

**Savons - Senteurs
Décoration & Artisanat**

Visite gratuite
du Moulin à Huile



Le Moulin de Saint Côme
Tél: 04 94 90 11 51
LA CADIÈRE D'AZUR

Itinéraire conseillé: sur la 559 entre St-Cyr sur Mer et Bandol,
prendre la D 266 fléchée la Cadière d'Azur, village provençal

VENEZ DÉCOUVRIR

LES ÎLES PAUL RICARD



PAUL RICARD

AVEC NOS LIGNES MARITIMES RÉGULIÈRES
TOUTE L'ANNÉE

Ile de Bendor
Embarcadere de port de BANDOL

Ile des Embiez
Embarcadere de port de BRUSC
(SIX JOURS LES PLAGES)
En sautoir de PORT DE SANARY

%

10

De réduction

valable en 2012
du 3er Juin au 30 Septembre 2012
Sur présentation de ce coupon,
10% de remise sur un billet A/E adulte
plein tarif. Réduction non cumulable.

Consultez nos tarifs et nos horaires sur
www.lesilespaulricard.com
www.bendor.com ou www.les-embiez.com

CRÈME PRODUCE
DE PAUL RICARD
S.A. © Copyright

©2012 LE PAUL RICARD S.A. Imprimé et fabriqué en France sur papier recyclé (54%) 02 96 10 46 70 ou 04 94 10 15 90