

2017 - 10^{ème} édition

Guide Sainte-Baume

- Carnets de route -

10 ans déjà !

Le Guide Sainte-Baume vous souhaite la bienvenue sur ce territoire, terre d'accueil laissée en héritage par nos ancêtres..

Peut-être avez-vous déjà entendu parler de l'histoire de la céramique à Saint-Zacharie ? Des glaciers de Mazaugues ou du télégraphe Chappe à Ollioules ? Le Guide Sainte-Baume vous propose d'aller à la rencontre de l'histoire, avec les souhaits de créer du lien, et de soutenir les projets de femmes et d'hommes qui sont acteurs sur ce territoire.

Mais tout cela ne peut se réaliser que grâce à l'implication d'une équipe de bénévoles passionnés, ainsi qu'au soutien financier de nos fidèles partenaires-annonceurs que nous remercions vivement !

Thierry Blondeau - Editeur

Tous les articles publiés par le Guide Sainte-Baume sont disponibles sur le site www.guidesaintebaume.fr

Découvrez nos carnets



Le fil rouge

Amusons-nous à suivre le fil rouge qui mène le Guide depuis dix ans

Le Guide Sainte-Baume est né du constat d'un besoin de lien entre acteurs sur le territoire, notamment au plan de l'hébergement touristique. S'appuyant sur la réalité des besoins, le Guide est parti en quête des ressources locales et c'est grâce aux partenaires qui ont investi économiquement dans le projet que la première édition a pu voir le jour en 2007. 16 pages et 10.000 exemplaires, distribués dans les lieux de passage du quotidien, les boulangeries et les commerces de proximité, et dans des lieux plus spécifiques comme les Offices de Tourisme. Sur cet ancrage de terrain, le Guide a d'abord présenté les communes, les monuments et sites



>>

>> remarquables, invitant les lecteurs à découvrir le patrimoine, l'histoire, les traditions et des activités locales comme la viticulture.

À cet égard, des informations très utiles sont diffusées pour le respect de la nature en général et de la forêt en particulier, la vigilance quant aux risques d'incendie, les gestes et précautions indispensables pour le randonneur. Ce territoire partagé par les promeneurs, les sportifs ou les résidents, a besoin de protection. Cela passe par une information qui éveille les consciences et responsabilise chacun. Autrement dit, c'est une éducation orientée vers la préservation d'un bien commun, le respect de ce qu'on appelle généralement l'environnement. Pour ce faire, c'est un véritable tissage de liens locaux à animer en permanence, entre les collectivités locales et le public. Depuis le début, cette animation s'exprime à travers les articles publiés dans le Guide Sainte-Baume. Les auteurs sont des hommes et des femmes passionnés par le lieu, curieux de ce qui s'y vit et partageant leurs découvertes avec enthousiasme.

Prenant de l'épaisseur au fur et à mesure des éditions jusqu'à atteindre en 2016 les 44 pages et 20.000 exemplaires, le Guide est un exemple de développement intégrant diverses forces vives faisant preuve d'intelligence collective : les partenaires économiques locaux, les relais de distribution, les bénévoles contribuant aux articles et à la distribution. Un premier site internet est créé, s'adaptant ainsi aux réalités de la communication et touchant un public dont les manières d'être en lien évoluent avec le temps. Si l'on regarde les neuf précédentes éditions, quelques grands thèmes sont récurrents et constituent la trame de vie du massif : la forêt de la Sainte-Baume, les traditions de pèlerinage, les activités de découverte de la nature, de sa faune, de sa flore, les activités sportives, les activités artisanales du terroir (viticulture, gastronomie) et les manifestations culturelles en milieu rural. Le Guide se fait aussi l'écho de projets comme celui d'un Parc Naturel de la Sainte-Baume qui devrait aboutir en 2017. Autrement dit, le Guide Sainte-Baume joue à fond son rôle de lien, au gré des rencontres et des partages pour qui veut bien être à l'écoute. Gageons que, ce faisant, il répond aux besoins du présent et contribue à la transmission aux générations futures d'un territoire vivant, animé d'une intelligence collective prenant en considération l'économie environnementale, sociale et sociétale pour un développement équilibré et durable.

📞 Marine Sontag - 06 20 81 39 95

Acteurs Sainte-Baume

Cuisine à Cœur

Quand j'ai créé *Cuisine à Cœur* j'ai du répondre à un questionnaire bien précis. *Quelle cuisine ? Comment ? Pour qui ? Pourquoi ?*

Cuisiner c'est un positionnement, c'est une des manières de vivre le monde à travers le corps, la première parcelle de terre dont nous héritons et dont nous devons prendre soin.

Des choix évidents viennent à moi pour vivre cette cohérence entre une cuisine vivante, gourmande et l'idée de se faire du bien en mangeant.

Celui de beaucoup travailler les légumes dont les déclinaisons et créativité s'expriment à l'infini.

De rechercher des producteurs locaux pour travailler avec les acteurs de ce magnifique territoire qu'est la Sainte-Baume.

J'ai fait le choix de cuissons douces, vapeur, fumoir, déshydrateur... pour conserver les saveurs des aliments et les sublimer.

Je veux vous faire découvrir l'étonnante palette de goûts que proposent la lacto fermentation, le cru...

La viande et le poisson quant à eux viennent de circuits qui garantissent le bien être animal et sont travaillés de préférence au fumoir qui permet des cuissons lentes et l'exhalaison des marinades et des épices.

Cuisine à Cœur c'est une entreprise traiteur (je peux cuisiner sur place pour vos événementiels) au Cœur de la Sainte-Baume, au cœur des aliments, au cœur de votre gourmandise.

Cuisine à Cœur est aussi un lieu de transformation de produits, avec la création de gelées inédites de conserves sauvages, de mélanges d'épices originaux pour vos barbecues d'été de produits lacto fermentés...

Cuisine à Cœur est le 1^{er} laboratoire de produits vivants qui évoluera en entreprise d'insertion pour participer activement à la vie économique de la Sainte-Baume. *Cuisine à Cœur* c'est un lieu où l'on peut apprendre à cuisiner différemment, avec des cours qui commenceront cet été.



Ah, il me reste à répondre à une question... *Pour qui ?*

Pour tous les gourmands, soucieux de se régaler tout en se faisant du bien de découvrir une autre cuisine, et de participer au développement de la Sainte-Baume et de ses acteurs.

 **Corinne Sanchez - 06 69 56 84 06**

 **cuisineacoer - cuisineacoer@gmail.com**

« La Sainte-Baume une nature d'émotions »

Le deuxième livre de Denis Caviglia va bientôt paraître

Il y a quatre ans paraissait le premier livre « La Sainte-Baume une porte vers le sublime », Ce grand succès éditorial demandait une suite. Depuis, Denis Caviglia, n'a eu de cesse de parcourir patiemment, amoureuxment, le massif de la Sainte-Baume, guettant les belles lumières, les ambiances magiques, les détails délicats.

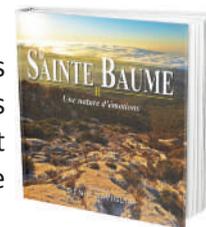
« ...Beaucoup de patience pour qu'un jour l'instant furtif du déclenchement soit un acte d'amour. Rien de tout cela n'est dû au hasard... »



Sa sensibilité s'exprime dans ses clichés. Son regard sublime les lieux que chacun de nous connaît. Ses images nous montrent une Sainte-Baume belle, forte et fragile en même temps. Le résultat : un ouvrage d'une qualité photographique unique ! Pour tous les amoureux de la Sainte-Baume, ce superbe ouvrage, objet rare et précieux, sera consulté avec plaisir par les enfants comme par les adultes. Un bel objet, témoin du temps, qui passera les générations et que l'on pourra garder pour soi ou offrir à ceux que l'on aime.

Nous avons besoin de vous !

L'édition de ce nouvel ouvrage, réalisée en France sous les presses de l'Imprimeur Escourbiac spécialisé dans les beaux livres, est prévue pour septembre 2017. Elle est en partie financée par l'auteur, mais il a besoin de votre soutien pour boucler les frais d'édition.



Le bon ci-dessous vous permet de réserver votre exemplaire à un tarif préférentiel de 30€ au lieu de 39€*. Et ainsi de participer à la réussite de cette édition. Vous pouvez également réserver votre exemplaire directement sur saintebaumephoto.com (paiement sécurisé via Paypal).

Bulletin de participation

Je souhaite participer au financement de l'édition du 2^e tome de Denis Caviglia en réservant mon exemplaire pour 30,00€ + 10,50€ (frais d'expédition en France Métropolitaine)

Mme Mlle M

Nom & Prénom _____

Adresse _____

Téléphone _____

Adresse mail _____

30,00€*
au lieu de 39,00€
(hors frais de port)

Envoyez votre bulletin de participation et votre chèque (à l'ordre de Denis Caviglia) à :
Denis Caviglia - Domaine de Fontblanche - La Ferme - 13830 Roquefort-la-Bédoule
Pour tout renseignement : contact@deniscaviglia.com

*Offre valable jusqu'au 31/07/2017. Si à cette date la somme totale n'est pas réunie, votre versement vous sera intégralement remboursé. Nous vous tiendrons informé régulièrement par mail de l'avancement du projet.

Le Monde de Zacharia



Emmanuelle Not modèle ses pensées au travers de la matière argile.

Ses sculptures s'élèvent, de masse et de couleurs, pour, à chaque instant, révéler le reflet de ses états d'âme. Ainsi, au fil du temps, elle a construit un univers sensiblement lié à ses émotions et ainsi, un monde enchanté est né sous l'influence de son environnement naturel et relationnel, le Monde de Zacharia.

Une belle histoire, issue de son imagination, donnant vie aux sculptures, contée et mise en scène pour le plaisir de tous les esprits encore rêveurs.

Une représentation en plein air est prévue en Septembre dans son lieu de vie et de création.

Pour en savoir plus www.emmanuelenot.com rubrique Agenda.



Emmanuelle Not sera présente à ARGILLA Aubagne les 5 et 6 Août 2017

L'OASIS DU PETIT GALIBIER



L'Oasis du Petit Galibier
Hôtel - Restaurant
Charme des collines de Provence

Profitez de ce site idéal pour une sortie détente, un repas d'affaires ou séminaires jusqu'à 99 personnes. La carte du Chef, Pierre BATAILLE, est riche en spécialités régionales

1000 Chemin du Déguier 83640 SAINT-ZACHARIE -
04 42 72 97 56 - 06 60 52 75 33
www.restaurant-loaisisdupetitgalibier.com

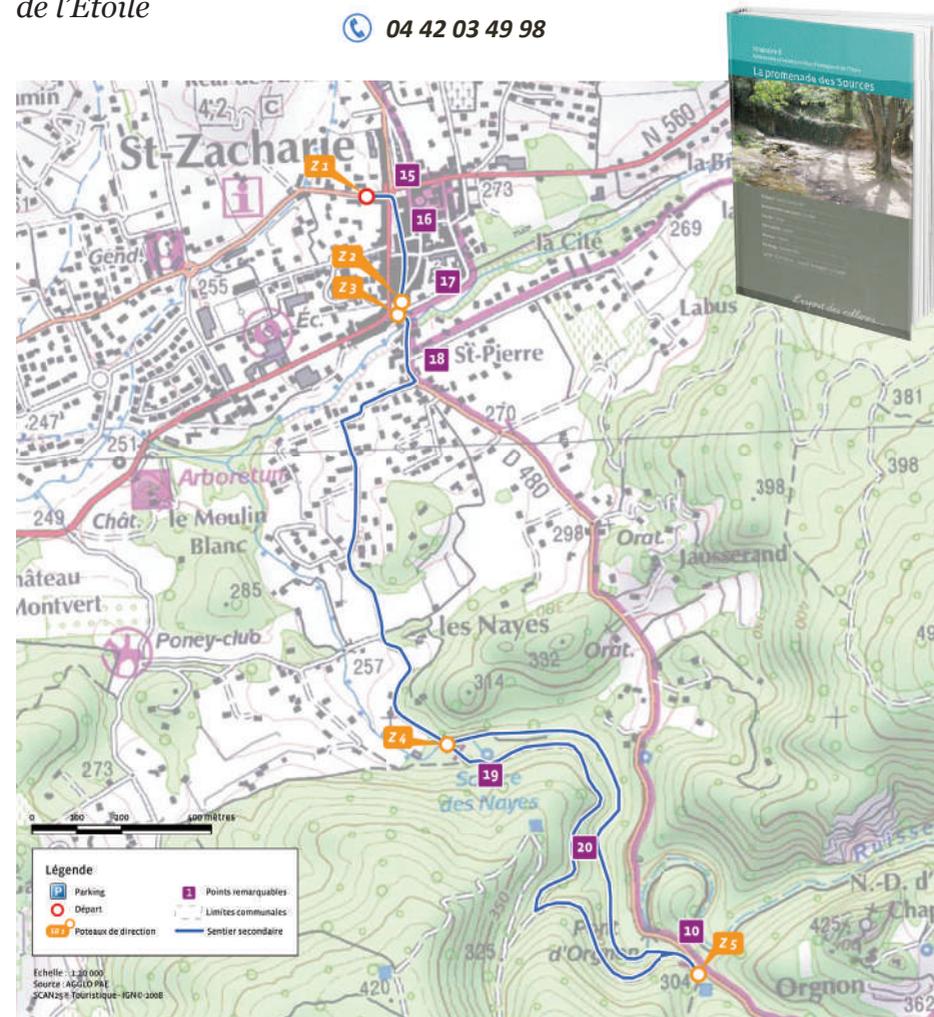


Saint-Zacharie

Parcours de randonnée : La promenade des Sources

Source : Office de Tourisme Intercommunal du Pays d'Aubagne et de l'Étoile

☎ 04 42 03 49 98



Après la Glacière des Encanaux à Auriol, nous vous proposons cette année une balade à la source des Nayes, à Saint-Zacharie. Depuis l'office du tourisme, rejoignez la rue principale (Rue Jean-Jaurès) jusqu'à la place du 4 Septembre (Fontaine), et prendre la direction du Plan d'Aups Sainte-Baume. Puis suivre le fléchage « Source des Nayes ». Les bus de l'agglomération sont gratuits (www.bus-agglo.fr).

La Voix des Anges

Ouvert du mardi au samedi de 8h30 à 19h non stop et le dimanche matin

La voix des anges est une boutique ésotérique et bien-être située dans la rue piétonne de Saint-Maximin où vous pourrez trouver de nombreux articles : tarots, pendules, minéraux, bols tibétains et cristal, livres, cartes postales, encens indiens, népalais et tibétains, articles religieux, bougies, lampes sel, anges, bouddhas etc.. Claire prodigue ses soins dans une salle du magasin (magnétisme, énergétique...)

45 Rue Général de Gaulle 83470 SAINT-MAXIMIN - 09 84 27 37 66 -
lavoxidesanges83@gmail.com - La Voix des Anges Saint Maximin



Ouvert du lundi au jeudi 7h - 12h30 / 15h - 19h30
Vendredi & Samedi 7h - 19h30 non stop
Fermé le dimanche

Le vrai goût des bonnes choses

Le marché d'Augustine de Saint-Maximin valorise les circuits courts en proposant des fruits et légumes direct producteurs. Ce Primeur propose également des fromages et yaourts de fermes locales, un rayon traditionnel de fromages à la coupe, mais aussi des antipasti...

Rond point du Montfleury RN7 direction Brignoles 83470 SAINT-MAXIMIN - 04 94 72 99 70 -
lemarchedaugustine@gmail.com - Le Marché d'Augustine



Plan de la ville médiéval de Saint-Maximin



Le Pays d'art et d'histoire de la Provence Verte et la commune de Saint-Maximin-la-Sainte-Baume proposent aux visiteurs de découvrir la ville médiévale au travers d'un circuit jalonné de panneaux explicatifs. Ce parcours permet de découvrir la basilique et le couvent royal, mais également le riche patrimoine des ruelles de la vieille-ville. Un livret accompagne et complète cet itinéraire qui est accessible aux personnes à mobilité réduite. Il est en distribution gratuite à l'Office de Tourisme. Plus de 30 circuits du patrimoine des villages sont à découvrir en Provence Verte.

Syndicat Mixte du Pays de la Provence Verte - 04 98 05 12 29 -
www.patrimoineprovenceverte.fr



Brochure disponible à l'Office du Tourisme

Carte snacking fait maison sur place ou à emporter



Ouverture
Lundi de 9h45 à 15h00
Du mardi au samedi de 9h45 à 16h00

Géraldine & Julie vous invite à vous régaler de leurs spécialités : sandwich, tarte aux légumes de saison (producteurs locaux), assiettes bouchères ou végétariennes... Venez découvrir les expositions d'artistes-peintres, jouer aux échecs, jouer en famille ou entre amis, fêter votre anniversaire, participer à l'atelier d'écriture (3^{ème} samedi de chaque mois)

3 Bis Place de Lattre de Tassigny 83470 SAINT-MAXIMIN - 06 41 55 23 92 - Plus d'infos charadegrignotajeux



SAVONS - PAPETERIE - VAISSELLE - SACS & PETITE MAROQUINERIE - LUMINAIRES

DES IDÉES * CADEAU ET DÉCO, POUR (SE) FAIRE PLAISIR TOUTE L'ANNÉE

** Originales et abordables*

Face à la Basilique - 18, rue de l'Hôtel de Ville
83470 Saint-Maximin-la-Sainte-Baume

Tél : 04 94 37 47 63 - contact@letempsdespetitescigales.fr

La Fougassine

snack restaurant - dépôt de pain - épicerie

Menu pèlerin - plat du jour 7€50

Au centre du quartier historique

6 place Martin Bidouré 83470 SAINT-MAXIMIN-LA-SAINTE-BAUME - 04 94 59 42 23



LIBRAIRIE

Le Jardin
des lettres

Ouverture du
Mardi au Samedi
de 9h15 à 12h30 et 13h30 à 19h



04 94 59 91 27
lejardindeslettres@wanadoo.fr
11 rue du Général de Gaulle 83470 SAINT-MAXIMIN

Du côté de Tourves...



LES VALLONS DE FONTFRESQUE

Le vignoble est essentiellement composé de vieilles vignes qui s'épanouissent en bénéficiant d'un terroir très riche au sol argile-calcaire.

Le vignoble, aux nombreux cépages qualitatifs, c'est certifié Agriculture Biologique. Les vendanges sont faites à la main en petites caissettes, le rendement est réduit. Tout est mis en œuvres pour offrir des vins d'une grande qualité.

Camp-Redon RD 64 83170 TOURVES - 04 94 69 01 22 - domaine@lvdf.fr - www.lvdf.fr

Cave ouverte tous les jours de 10h à 18h
sauf dimanche et jours fériés
(rendez-vous possible)



Confitnature



Christine transforme les fruits en confiture, sirops ou coulis, dont certains sont issus de la cueillette de baies sauvages de la Sainte-Baume (arbouse, prunelle, églantine, fleurs de sureau). Elle est engagée dans la relance de la transformation des variétés locales avec les associations de la Prune de Brignoles, le Coing de Cotignac, en collaboration avec l'Esat de Brignoles. Ses produits sont certifiés Agriculture Biologique. ☎ 06 77 60 56 71 - confitnature@gmail.com

BASTIDE DE BLACAILLOUX

DÉGUSTATION GRATUITE

VENTE DE VINS



Domaine de Blacailoux - 83170 Tourves
04 94 86 83 83 - contact@bastide-de-blacailoux.com

... et de Rougiers

Trois maires en 99 ans

Trois maires en 99 ans, c'est une singularité qui se manifestera dans trois ans et qui, entre autres racontera l'histoire de Rougiers. Comment est-ce possible ?

Le premier maire, Victorin Henri, totalise 50 ans de mandat, son fils Gilbert Henri 24 ans et l'actuel Maire M. Bleinc en est à son 5ème mandat, dont un en tant que 1er adjoint.

Cette continuité, cette permanence, dans un monde en mouvement perpétuel a de quoi interpellé.

L'image qui vient est celle d'une course relais ou se transmet sans choc de rupture un projet du vivre ensemble. Quels sont les ingrédients qui fédèrent la population, c'est forcément la question que je pose au Maire actuel. Il a tout d'abord un regard étonné, il est vrai que ce qui semble évident ne questionne plus, c'est là, c'est tout. Et peu à peu les réponses viennent.

La première, celle qui émerge spontanément : le respect des gens et quelle que soit la sensibilité politique. Un état d'esprit qui s'est perpétué, de préservation du village, de sa qualité de vie au service des habitants, qui sont d'ailleurs consultés lors des modifications du PLU. Il s'ensuit une urbanisation maîtrisée, des projets concertés conformément aux vœux de la population, issue pour la majorité des couches sociales moyennes.

Et alors c'est aussi simple que ça ?

Du respect, de la concertation donc une présence sur le terrain, de l'intégrité, des projets qui réunissent au delà des sensibilités politiques... Peut être un modèle dont il faudrait s'inspirer ?...

☎ [Corinne Sanchez - 06 69 56 84 06](mailto:Corinne.Sanchez@rougiers.fr)

Le « Monde des minéraux »

Dans notre magasin de Rougiers, nous partageons notre savoir-faire et nos connaissances des minéraux qui préservent et améliorent le bien-être. Vertus et propriétés spécifiques des minéraux sont reconnues depuis la nuit des temps : pour trouver la sérénité, se protéger des ondes négatives, atténuer les douleurs, lâcher-prise... Notre passion des minéraux nous a amené à créer des bijoux et ainsi le minéral en contact avec la peau libère tout son potentiel.



Annie Sarafian et Jean-Luc Gillet

☎ 06 08 65 06 20 - 5 place de l'Horloge 83170 ROUGIERS

PNR 2017, l'année de la consécration ?



2012... 2017, d'un point de vue extérieur, cela peut paraître long. Pourtant le chemin aura été parcouru en un temps difficilement plus compressible, et nous voilà enfin arrivés au terme de la procédure de création avec la délibération des collectivités quant à leur adhésion au projet.

2017 pourrait donc bien être l'année de la labellisation du territoire de la Sainte-Baume en Parc Naturel Régional (PNR). La société civile l'appelle de ses vœux, les élus locaux ont la volonté de le porter, le premier Ministre le validera certainement par décret.

Aujourd'hui, nous sommes entrés dans une phase où la vulgarisation des enjeux de notre projet nous semble particulièrement importante. Pour y parvenir, nous avons rédigé une Synthèse de la Charte, nous avons lancé l'opération des Rendez-vous 2017 (ci-contre), à la découverte des patrimoines naturels et culturels de la Sainte-Baume, ainsi qu'un concours photo pour partager ensemble le regard que nous portons sur les 29 communes du territoire. Nous vous invitons à visiter régulièrement le site du projet de PNR afin de vous tenir informés des documents mis à disposition ainsi que des actions menées.

En 2017, cela fait 50 ans que les PNR existent ! Gageons que, cette année, la Sainte-Baume rejoindra la cohorte des 51 territoires exceptionnels labellisés « Parcs naturels régionaux » !

🕒 **Michel GROS - Président du Syndicat mixte de préfiguration du PNR de la Sainte-Baume - Maire de La Roquebrussanne - www.pnr-saintebaume.fr**



Les Nuits Musicales de Mazaugues 2017

Culture et Musique classique en milieu rural

Mardi 18 Juillet : J.F. Neuberger, piano

Mardi 25 Juillet : Quatuor Modigliani, musique de chambre

Dimanche 6 Août : Francis Huster, comédien récitant et Hugues Leclère au piano joue Beethoven

Samedi 12 Août : Soirée lyrique – Alex Aldre, ténor & Friends

🕒 **Renseignements 04 94 86 90 67 - www.festivalmazaugues.com**



La magie au bout des doigts

C'est au Parc de St Pons, lors de la journée festive du PNR que je découvre, fascinée, le bel artisanat de Gérard Castelli : artisan tourneur sur bois, créateur de stylos en bois précieux. Métier rare, homme passionné et passionnant. Allons faire un « *petit tour* » dans son atelier.

La porte poussée, l'émerveillement silencieux gagne. D'un coup nous basculons dans un univers digne du Moyen-âge : couleur sépia, odeur copeau de bois, ambiance artisanale où s'entremêlent poulies, rayonnages, casiers remplis, outillages divers et où règne un échantillonnage impressionnant de gouges tout format, aux manches dorés et prêts à être saisis par les bonnes mains de l'artisan. Depuis 15 ans Gérard travaille dans cet atelier. Sa passion lui vient de toujours, il parle de prédestination. Déjà de par son père, artiste renommé, Georges Castelli de Roquevaire, auteur de remarquables dessins à la plume. Puis ses propres intérêts l'ont guidé. Fervent collectionneur de stylos, passionné par le bois, il a réuni ses deux passions pour cet artisanat. Autodidacte, il parle de l'importance de faire ses expériences : « *c'est comme pour le ski, on fait des couillonnades, on tombe, se relève, et chaque fois on progresse.* » Puis les personnes pour nous aider se mettent sur la

route. Maintenant Gérard a le savoir-faire et la reconnaissance de ses pairs.

Il faut savoir que pour fabriquer un stylo, 17 opérations sont nécessaires de la coupe du tronc à l'objet fini. Retenons : le découpage, la création du carrellet, perçage, collage, arasage, le tournage, ponçage et les finitions. Sous mes yeux écarquillés, Gérard se met à l'œuvre pour confectionner au tour, à partir du carrellet, un stylo en bois d'olivier. Les mains œuvrent avec poigne et sensibilité, le bois leur obéit, et la courbe du futur stylo prend forme. Il faut 4 heures pour fabriquer un stylo en bois précieux :



olivier, loupe de cade, hêtre échauffé, avec cette devise « *toute pièce unique* ». Gérard fabrique aussi bouchons, blaireaux et rasoirs, vaporisateurs à parfums, objets déco divers. Terminons avec ses mots : « *La magie c'est de transformer un bout de bois mort en objet d'écriture, qui pourra se transmettre de génération en génération.* »

Viviane-Marie Vieux

🕒 **Gérard Castelli au Plan d'Aups - 06 88 73 92 10 - gerard@varaups.fr**

Prochainement des journées « découvertes » seront proposés dans l'atelier

Initiatives citoyennes

« Des étudiants acteurs du changement de demain »

Touchée par sa volonté de sensibilisation à la RSE et par ses valeurs, une équipe s'est formée pour accompagner la nouvelle édition du Guide de la Sainte-Baume 2017 et lui donner une nouvelle impulsion, afin de promouvoir ce magnifique territoire ainsi que son économie locale.



Qui est Resource ?

Une association étudiante marseillaise de l'école de commerce Kedge BS, elle est composée de 16 étudiants concernés et impliqués dans le changement de demain.

Que fait Resource ?

Resource a pour vocation d'accompagner les entrepreneurs, les entreprises, les associations ainsi que tous ceux qui le souhaitent, à développer leur RSE - Responsabilité Sociétale des Entreprises - en limitant leur impact environnemental et social pour intégrer une démarche responsable au sein de la société.

☎ 06 98 08 09 15 - projetresource@kedgbs.com

Nans-les-Pins

Relooking d'une cabine téléphonique...

Un membre du Conseil Municipal des Jeunes a eu l'idée de transformer prochainement l'ancienne cabine téléphonique en point lecture, sur la place Victor Dedieu de Nans-les-Pins.

Contact : Mairie de Nans-les-Pins



Tourves

Yvette Jollivet « soutient le guide »

Yvette Jollivet, Experte-comptable à Tourves, actrice sur ce territoire, met à disposition ses compétences et son expérience pour accompagner les entreprises locales. Elle soutient le développement du Guide Sainte-Baume !

☎ Escouto Quand Ploou 83170 Tourves - 06 28 09 14 94



Le Plan d'Aups

>>

Le collectif citoyen

En décembre 2015, quelques habitants du village créent le Collectif Citoyen de Plan d'Aups avec ce même esprit d'ouverture et de sensibilisation à l'environnement, l'urbanisme, la culture, l'écologie, la préservation du site et son développement.



C'est autour d'un intérêt commun que sont favorisés les échanges et les rencontres lors de propositions culturelles et participatives tout au long de l'année : « *Sensibiliser au monde qui nous entoure pour (re)trouver l'harmonie du vivre ensemble* ».

Le jeune collectif organise chaque année « *Les Festives* » début juillet, une belle manière de faire connaître l'environnement exceptionnel de la Sainte-Baume et des rencontres thématiques et conviviales le reste de l'année.

Les Festives



« *Les Festives* », c'est un événement culturel, sportif, environnemental et... festif !

Il est organisé de façon participative, en impliquant les habitants, les associations locales, des acteurs extérieurs et se déroule les **7 et 8 juillet 2017**. Les activités proposées ont pour vocation de rassembler et de développer le lien social entre les habitants, les générations et permettre aux festivaliers de découvrir notre environnement.

f [collectifcitoyenplandaupstebaume](https://www.facebook.com/collectifcitoyenplandaupstebaume) - collectifcitoyenplandaups@gmail.com

☎ Office de Tourisme du Plan d'Aups - 04 42 62 57 57

Paneton

BOULANGERIE DU PLAN D'AUPS

Stéphane BARBIER, installé depuis 7 ans au Plan d'Aups, est parti à la recherche des anciens pour retrouver le goût de l'authentique. Médaillé d'Or pour ses couronnes des rois sur le territoire de la Provence Verte !

Sandwichs et casse-croûtes randos de 7h à 13h et de 16h30 à 19h30

Quartier la Glacière 83640 PLAN-D'AUPS-SAINTE-BAUME - 04 42 62 56 17



Art thérapie et développement personnel

Stage et école de chant adultes / enfants www.lisamagrini.com
Stage de chromothérapie et mandalas www.mandalastages.com

☎ 06 67 65 87 21

Plantes emblématiques de la Sainte-Baume



Le Lis martagon (Lilium martagon)

Cette plante herbacée d'Europe centrale et méridionale est relativement abondante à la Sainte-Baume. Symbole de la biodiversité, elle égaye la forêt au mois de juin. Ses grandes fleurs, en forme de turban, sont de couleur rose-violacées, ponctuées de pourpre.

Portés autrefois en collier, les bulbes écailleux passaient pour soulager les rages de dents des jeunes enfants.

L'If (Taxus baccata)

Espèce compagne du Hêtre, l'If est « lou bouès de la Santo Baumo » dont jadis les pèlerins ramenaient une branche pour preuve de leur passage. De croissance lente, sa longévité est remarquable. L'ensemble de l'arbre est toxique. L'alcaloïde responsable (le taxol) s'est révélé actif contre certains cancers. Très recherché pour ses propriétés de résistance et de souplesse, le bois servait autrefois à confectionner des arcs. Toujours vert, l'If était pour les Celtes un symbole d'immortalité. Bénéfique aux âmes voyageuses, on en plante dans les cimetières.



Le Sceau de Salomon (Polygonatum vulgare)



De la même famille que le Muguet, cette plante herbacée nous offre ses clochettes blanches au début du printemps. Le nom français viendrait des cicatrices, visibles sur le rhizome (tige souterraine), que laissent les anciennes feuilles et qui évoqueraient des étoiles à six branches. Avec la légende de maître Jacques et le pèlerinage des compagnons du Devoir à la Sainte-Baume, la référence au

roi Salomon est évidente.

Texte et photos : Alain Bontemps - Vice-président de l'Ecomusée de la Sainte-Baume

www.ecomusee-saintebaume.u-3mrs.fr

Balade en Sainte-Baume

Balalin Balal'âne balade à dos d'âne - Découvrez le massif en randonnée pédestre accompagné de nos ânes - 06 72 93 64 27 - 04 42 62 56 84 - <http://balalin.balalane.free.fr>

Guide naturaliste Naturelles Balades - Vincent Blondel 06 85 70 68 81 - www.naturellesbalade.com

Accompagnateur Nature Geo2 - Gilles Morillo - 06 84 30 64 80 - associationgeo2@wanadoo.fr

Chambre d'hôtes au Plan d'Aups Sainte-Baume



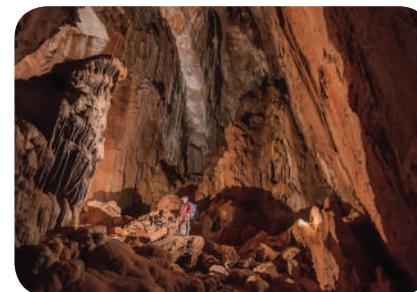
CHAMBRES D'HÔTES À LA SAINTE BAUME

Au centre d'un réseau de randonnées, Maison Rouge, construite par des compagnons menuisiers, vous propose 5 chambres d'hôtes de charme dotées d'une vue surprenante sur la Sainte Baume. Face à la forêt préservée, la maison est fidèle aux couleurs naturelles des matériaux écologiques qui la composent. On vient à la maison Rouge pour faire une pause, pour la qualité du silence.

Route de Nans 83640 PLAN D'AUPS SAINTE BAUME - 06 72 74 70 47 - www.maisonrouge.fr



Spéléologie en Sainte-Baume



Les Spéléos des départements du Var et des Bouches-du-Rhône sont, depuis la création du Conseil de Développement du PNR totalement impliqués pour faire découvrir le patrimoine souterrain du futur Parc Naturel Régional de la Sainte-Baume. Une quarantaine de clubs et plus de 400 fédérés explorent,

découvrent, forment et font partager leur passion.

Nous avons déjà organisé plusieurs sorties dans les entrailles de notre patrimoine souterrain. Le futur PNR couvre 2 massifs majeurs karstiques : Siou blanc et la Sainte-Baume. Plus de 1500 cavités y sont répertoriées, la plus profonde est l'aven du Cyclopius -376 m au plateau de Siou Blanc, l'une des plus grandes est le gouffre du Petit Saint Cassien en Sainte-Baume -321 m, accès à une rivière souterraine (collecteur majeur du massif), avec un développement de plus de 7 kms de rivières de résurgence à La Fou de Nans-les-Pins.

La spéléologie est un sport au service de la science, intégrant différentes activités, biospéléologie, géologie, topographie, hydrologie, archéologie, photographie, secours, formation, éducation (2 écoles départementales 83 et 13) et surtout l'amour de la nature, la solidarité et l'amitié.

[Hervé Tainton - speleo83cnds.fr - www.cds13.fr](mailto:Hervé.Tainton@speleo83cnds.fr)

BRASSERIE DE LA MAIRIE

Brasserie - Pizzeria au feu de bois

Au centre du village

Place de la Mairie 83640 PLAN-D'AUPS-SAINTE-BAUME - 04 42 04 50 00



Le Plan d'Aups



HÔTEL*** RESTAURANT

Laissez-vous tenter par la cuisine de Jérôme Carteri qui vous réglera au fil des saisons. L'été côté piscine, mais aussi toute l'année une petite salle intime et chaleureuse, ainsi que dans la grande salle avec son imposant feu de cheminée.

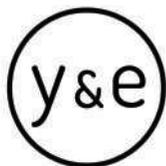
Départementale 80 83640 PLAN-D'AUPS-SAINTE-BAUME - 04 42 04 50 42 - lou.pebre.dai@orange.fr - www.loupebredai.com



Promenade des Oullières à Saint-Maximin

Le pain, le vin et l'huile : nous vous proposons une rencontre avec ces trois fondamentaux de la gastronomie provençale jusqu'au XVIII^{ème} siècle. En effet, au pays Saint-Maximois, l'agriculture était, sauf pour l'élevage, surtout marquée par l'autarcie.

Les Oullières organisaient la plaine et les coteaux. De longues allées d'oliviers entre lesquelles étaient plantées des faisses de vignes dont on laissait traîner les pampres à terre, dans l'interligne était semé le blé. On vendangeait en septembre et on acanait (gaulait) les olives en novembre. Toute l'année, les gens d'ici contemplaient dans un même champ tout ce qui fait notre civilisation ! **Informations Domaine du Deffends**



Centre Vairagya
Yoga-méditation-relaxation
à Nans-les-Pins

Reconnu pour ces nombreux bienfaits sur les plans physique, émotionnel et mental, le yoga constitue un RDV régulier avec soi-même et se veut un formidable compagnon de route dans nos vies si pressées.

Céline, professeure diplômée de hatha yoga et yin yoga, propose des cours, des ateliers et des stages du lundi au samedi sur Nans-les-pins. Elle est à l'origine de l'évènement "Nans Yoga Session", un cours géant d'initiation au yoga, gratuit et en plein air à l'occasion de la journée mondiale du yoga, qui a lieu chaque année autour du 21 juin.

Céline a à cœur de transmettre le yoga tel qu'elle l'a reçu, "comme un cadeau"

Renseignements et inscriptions sur le site :
yogaenergies.fr

Céline DELTOUR - 07 82 67 90 22

c.line.delt@gmail.com

 yogaenergies



La marche buissonnière



La marche buissonnière est une invitation à la pause dans notre tumulte quotidien. Elle provoque une telle rupture temporelle qu'elle en devient subversive. Avec elle nous reprenons

un pouvoir d'agir ici et maintenant sur nos vies, par nos corps. Nous nous mettons en mouvement dans le plein vent du monde comme citoyen terrestre et cosmique.

En redimensionnant l'espace et le temps au rythme de nos pas et de notre souffle, nous ré-ouvrons l'espace des possibles et les horizons. Le mouvement du corps dans l'espace réamorce un mouvement intérieur, une mise en marche de soi vers un ailleurs nouveau vers lequel on choisit de cheminer.

Nous redevenons animal sensible, réunié entre le corps et l'esprit et nous apprenons le langage du vent, des nuages, des arbres et la danse des corps célestes et terrestres. Debout entre ciel et terre, nous tenons la jonction qui nous fait être nous simplement dans la joie de respirer et d'exister.

Au cours d'un moment d'exploration collective de cette ivresse de la marche, je vous propose d'expérimenter et vivre différentes facettes de notre être en marche dans une pluralité d'approches (sensibles, sensorielles, imaginaires, poétiques, symboliques....) et d'échanger pour partager nos découvertes. Des petits ateliers seront proposés le long d'un parcours pédestre et sylvestre dans le massif de la Sainte-Baume.

 **Orane Bischoff - orane.bischoff@gmail.com**

CELLIER DE LA SAINTE-BAUME

Le Cellier de la Sainte-Baume, créé en 1912, regroupe les vignerons de Tourves et de Saint Maximin. Sur la base de cépages Grenache Cinsault Syrah Cabernet Merlot Rolle, le cellier vous propose des rosés de pressurage direct, des vins rouges et blancs, vins régulièrement médaillés.

RD 560 Route de Barjols 83470 SAINT-MAXIMIN - 04 94 78 03 97 - amicalecellier@orange.fr



L'Espigoulier

Au pied de la Sainte Baume est né "l'Espigoulier" riche des vieilles recettes provençales, aux arômes de fruits. Les 9 apéritifs aux parfums de Provence pêche, mûre, noix, cerise, orange, figue, pamplemousse, citron, melon
Domaine de la Crèche 83860 NANS-LES-PINS - 04 94 78 97 24 - www.apertifespigoulier.com

Ouvert : Jeudi, vendredi, samedi de 10h à 12h30 et 15h à 19h



Conversation en Sainte-Baume, Nelly & Christian

N : Lors de notre précédente conversation en Sainte-Baume, tu disais que dans cette forêt, nous sommes sûrement observés, bien plus que nous n'observons...

C : Oui... Les animaux de la forêt nous observent... surtout les oiseaux. Lorsque nous arrivons près de la forêt, le grand corbeau et parfois l'aigle de Bonelli planent entre les nuages, ils nous surveillent, car nous sommes des intrus sur leur territoire de chasse. Il en est de même pour les rapaces plus petits tels que la buse ou le faucon crécerelle. Le jacassement des pies ou le croassement des corneilles sont des cris d'alarme pour signaler notre présence, seul le spécialiste ou l'ornithologue restent attentifs à ces indices visuels et auditifs.

N : et les mammifères, habitants des sous-bois qu'il est si difficile de surprendre, et qui pourtant sont bien présents dans la forêt ?

C : On peut au mieux les entendre, si on est attentif... Au détour d'un chemin forestier, un craquement de branche morte ? C'est peut-être la fuite feutrée d'un chevreuil que je n'ai sûrement pas surpris, car il devait m'observer depuis longtemps déjà... Parfois, un pas encore plus léger, et une masse rousse qui vient de filer sous les arbustes ? C'est la fuite discrète d'un renard, qui m'a senti depuis mon entrée dans la forêt. Le moins discret est peut-être le sanglier. Une odeur forte parvient jusqu'à mes narines ? Une odeur musquée un peu acide ? C'est le sanglier qui sort d'un fouillis de branches basses, il déboule sur le chemin, me regarde, me jauge, je ne l'impressionne pas, il est chez lui, il se retourne en grognant et s'en va tranquillement.

N : ce qui m'amuse toujours en approchant, puis en entrant dans la forêt, c'est le silence qui petit à petit se fait, comme un souffle suspendu. Les oiseaux surtout, qui nous ont repérés depuis longtemps, arrêtent leur conversation, nous observent depuis leur faitage, et reprennent, ou pas, leur verbiage, s'ils nous acceptent dans cet endroit comme des invités de passage. Et l'on passe sur les sentiers, en sentant que la vie, l'activité de toutes ces présences invisibles, reprend juste derrière nous.

C : Ah, que j'aimerais voler au dessus du sol ou me faire si léger que mes pas seraient silencieux sur ce tapis de feuilles mortes, que j'aimerais me faufiler entre les branches sans faire de bruit... Il faudrait aussi faire attention à la direction du vent, mon odeur d'humain est un indice d'alerte. Comment >>

>> se fondre dans cet espace, sans être un intrus ? Car c'est bien ce que nous sommes devenus depuis que nous sommes des hommes modernes. Comme je disais souvent aux enfants et aux adultes que j'emmenais en balade dans le forêt, « *pensez que c'est de là que nous venons, et que nous avons presque tout oublié...* »

N : Et que dire de nos amis les arbres ? Ne t'es-tu jamais senti interpellé par un arbre ? Comme un appel silencieux qui te fait lever la tête vers un arbre, très précisément celui-là, persuadé qu'il t'a vraiment appelé ?

C : Je me suis souvent demandé ce que pensent ces grands arbres que je croise au cours de mes balades... Sans entrer dans des illuminations, tout en restant objectif et terre à terre, nous pouvons ressentir que les arbres sont bien plus que de simples végétaux. Si nous les prenons dans nos bras pudiquement, loin des regards curieux, en nous laissant aller contre le cœur rugueux mais tellement généreux de ces êtres de lumière, les pieds dans la terre et la tête dans les nuages...

Si nous les écoutons sincèrement... Le chant des arbres sous la brise... Un chêne ne chante pas comme un tilleul ou un érable, ou encore comme un pin des garrigues...

Évidemment, nous pouvons aussi parcourir ces sentiers, sans ne rien voir. Les enfants sont plus doués que les adultes pour cela; ce sont eux qui parfois même nous interpellent, et nous disent avoir vu un lutin, un petit elfe entre les arbres ou assis sur la mousse d'un rocher, ils ont encore le regard ouvert sur le monde imaginaire...



Les bois sombres de la montagne garderont toujours une part de mystère. Depuis la nuit des temps, les hommes, qu'ils viennent s'y ressourcer ou observer la nature, se posent des questions sur le sacré et l'invisible des frondaisons de cette belle forêt.

La Sainte-Baume ne nous dévoile sûrement qu'une partie de ses secrets, gardant pour les sages ce qu'elle a de plus sacré !

Christian Vacquié
Ancien garde forestier en Sainte-Baume

>> Article complet sur www.guidesaintebaume.fr

Aloe Vera, la plante guérisseuse

Utilisée depuis des millénaires, par les premiers chrétiens déjà, et peut être par Marie-Madeleine ... Qu'en dit Catherine Seide, herboriste ?

“En effet, l’Aloe vera est utilisé à des fins thérapeutiques depuis plus de 4000 ans, il figure dans la pharmacopée de plusieurs civilisations anciennes. Les Esséniens avaient une très grande connaissance des plantes thérapeutiques. Dans la Bible, il est d’ailleurs écrit que dans la préparation ayant servi à oindre le corps du Christ après sa descente de la croix, il y avait de l’Aloe vera. Marie-Madeleine devait sûrement utiliser cette plante pour fabriquer certains de ses onguents.

L’apôtre Thomas, qui était formé à la médecine antique, séjourna sur l’île de SOCOTRA où l’Aloe vera pousse à l’état sauvage. Il l’introduisit en Inde où elle joue aujourd’hui encore un rôle important dans la médecine ayurvédique. Les premiers chrétiens utilisaient l’ « encens » fabriqué à partir du tronc d’aloès séché, car sa fumée élevait l’état de conscience et purifiait l’âme. » L’Aloe vera est un véritable cadeau de la nature. Depuis les années cinquante, de nombreuses études scientifiques ont permis de mieux connaître cette plante. Ses qualités sont innombrables comme d’ailleurs ses principes actifs (plus de 200), dont la synergie agit d’une manière presque « miraculeuse » dans l’organisme. Suivant les pays, on lui a donné des noms significatifs : « Docteur en pot », « plante de l’harmonie »...

Aujourd’hui, on la retrouve dans de nombreux produits du commerce. Il faut toutefois veiller à acheter des produits de qualité. Comme toute plante, ses principes actifs sont puissants, son utilisation doit donc être encadrée par un professionnel de santé ».

Catherine Seide est herboriste. Formée en Suisse dans une École de Plantes Médicinales, elle travaille depuis de nombreuses années pour faire partager sa connaissance des plantes et de leurs bienfaits. Elle anime des ateliers ouverts à tous. **Nelly Lesterlin**  Renseignements et inscription au 06 26 08 52 53

>> Article complet sur www.guidesaintebaume.fr



L’abeille dans tous ses états dans la Sainte-Baume et en Europe...

Vous avez pensé « Abeilles sans frontières... un projet pour une apiculture durable en Europe » ? Alors suivez le guide...

Au détour d’un sentier vous avez observé, aménagées dans un mur de pierres sèches, des niches destinées à recevoir des ruches, nommées « apiés » ou « bruscs » en provençal. Elles sont placées à l’abri des vents dominants, à l’ombre des arbres, souvent dans un verger, près de la lisière du bois. Car l’abeille souffre de trop de chaleur et la cire des rayons se ramollit. Aujourd’hui, nous, les humains, avons joué les “aménageurs” et les apprentis sorciers. Ainsi, dans notre environnement, nous avons considéré le rôle primordial des abeilles et autres pollinisateurs comme acquis, tout autant que celui des principales plantes mellifères de la forêt méditerranéenne française. Acteurs et scientifiques, fidèles observateurs ont donc mis en œuvres des actions pour préserver le potentiel mellifère dans les débroussailllements sans en altérer l’efficacité. À l’échelle européenne considérant l’importance écologique et économique de ce pollinisateur, indispensable à la vie végétale, à la chaîne alimentaire et au maintien de la production agricole, il paraît indispensable de structurer et de professionnaliser les filières apicoles. Pour mettre en œuvre au niveau européen un programme indispensable de repeuplement d’abeilles, l’OFA, Observatoire Français d’Apidologie a créé une organisation, intervenant sur 6 secteurs-clé de la filière apicole.



 **Philippe DUPARCHY**, Président Découverte Sainte-Baume - 06 30 10 58 43 - www.ecomusee-sainte-baume.asso.fr

>> Article complet sur www.guidesaintebaume.fr

CAMPINGS Tohapi DOMAINE DE LA SAINTE BAUME

Un lieu idéal pour les vacances

Le camping du Domaine de la Sainte-Baume vous accueille à l’ombre des chênes et des pins. Différents types de mobil-homes très récents vous sont proposés de deux à six personnes. Les campeurs en tentes, caravanes ou camping-cars sont également les bienvenus.

Le Domaine de la Sainte-Baume possède un espace aquatique (piscine, jacuzzi...) et vous propose des animations qui séduiront petits et grands...

Nouveautés 2017 à découvrir

Le club enfants “la maison de Topi” & Un espace bien-être (sauna, hammam, bain bulles...)

Quartier Delvieux Sud 83860 NANS LES PINS - 04 94 78 92 68 - www.saintebaume.com



Métallerie Ferronnerie

Fabrication sur mesure et pose de tous vos travaux (professionnels et particuliers)

Zone d’activité Saint-Estève RN 96 13360 ROQUEVAIRE - 06 61 21 51 86
metallerieschwartz@orange.fr

Nouvelle adresse





www.guidesaintebaume.fr



infos rando
Accès aux massifs
 Accès réglementé des massifs l'été
 0811 20 13 13
 WWW.BOUCHES-DU-RHONE.PREF.GOUV.FR

Quand l'ancrage local devient acteur de développement durable



Une première cave a été créée en 1912 au Pradet, puis a suivi la cave coopérative de La Cadière d'Azur en 1929, avec 37 Coopérateurs. A l'époque, chaque commune avait sa cave coopérative, et, fait original à l'époque, les communes du Castellet et de La Cadière d'Azur décidèrent de s'unir pour n'avoir qu'une seule cave coopérative. Celle-ci avait pour principe la

mutualisation de moyens pour l'aspect technique, le bâti, ainsi que pour le capital humain. De cette manière, l'exploitation devenait plus puissante, permettant ainsi de mieux travailler les produits, et de mieux négocier avec les courtiers.

Au début du XXème siècle, les petites exploitations agricoles ne vivaient que grâce à la polyculture, au maraîchage, à la culture de fleurs et le petit élevage.

C'est en 1941 que née l'appellation Bandol (AOC). Elle imposera la vendange à la main, et l'absence d'irrigation. Peu à peu, les exploitations se spécialisent. De fortes évolutions techniques vont apparaître dans les années 70, avec la création de chaîne de thermo-vinification. Grâce à cette technique, on obtient du vin rouge avec le chauffage de la vendange (la vendange froide sur du jus chaud provoque un choc thermique qui fait éclater la pellicule du grain). Dans les faits, la coopérative reste la continuité de l'exploitation familiale, et permet une viticulture à taille humaine, qui offre à l'exploitant la possibilité de vivre de son travail et de se développer. Dans les années 70, le déclin des livraisons à domicile et le développement du tourisme mènent à la création d'un premier caveau de vins (1974). La coopérative devient alors conditionneur, et installe des chaînes d'embouteillage. La notion de gamme apparaît, avec le même souci de qualité.

On peut dire que la coopérative réalise un véritable acte citoyen en assurant à ses coopérateurs un revenu régulier. Elle permet ainsi d'entretenir et de sécuriser les espaces naturels (coupe-feu), mais aussi de préserver le >>



Les Vignerons de LA CADIÉRIENNE
Une Tradition née du Terroir...

Quartier Le Vallon 83740 LA CADIÉRIE D'AZUR
04 94 90 11 06 - www.cadiereenne.com



>> patrimoine naturel...et visuel ! La culture agricole est de cette manière maintenue, et l'emploi qui va avec ! L'acheteur participe directement à la vie économique locale.

La production en AOC Bandol est de 40 hectolitres à l'hectare (soit un pied de vigne = 1 bouteille de vin). La Cadiérienne va connaître une croissance régulière pour compter aujourd'hui 317 associés coopérateurs. Son sociétariat est composé pour l'essentiel de petites exploitations. Son mode de gouvernance est « un homme - une voix » par souci d'égalité. Son rôle est aussi de mettre à disposition une assistance technique et administrative (afin de répondre à l'évolution continue de la législation).

Sur le principe de solidarité coopératif, il y a eu fusion en 2004 avec la cave de Saint-Cyr sur mer et du Pradet.

Consommer « coopérative » c'est consommer local !

Propos recueillis auprès de Marc Jourdan

Les coopératives viticoles varoises, un siècle d'histoire

Pour le Var, département viticole, la coopération n'est pas un phénomène anecdotique. Pionnier en la matière avec 40 caves coopératives en 1914, il était le département français qui à cette date en possédait le plus.



Cette histoire de plus d'un siècle est d'une grande richesse, croisant les événements qui ont façonné notre département : évolutions économiques du XIXe siècle, crise du phylloxéra, naissance des organismes agricoles, luttes viticoles, conflits mondiaux, évolutions du marché du vin... Pour garder la mémoire de ce qui fut et est encore la réalité de la coopération viticole varoise, le projet de cette publication a réuni plusieurs acteurs : l'association d'Histoire Populaire Tourvaine, son président Claude Arnaud, avec la collaboration de l'historien Jean-Marie Guillon, Frédéric Moustier, (Université de Provence, spécialiste des appellations viticoles), Philippe Moustier, Professeur agrégé de Géographie, grand connaisseur de la problématique des terroirs viticoles, Karyn Orengo et Hélène Tourette, chargées de mission au Syndicat Mixte du Pays de la Provence Verte et

Hélène Basset, directrice de la Fédération des caves coopératives du Var.

Abondamment illustrée, riche de 448 pages, à la croisée entre histoire de la viticulture et histoire sociale, histoire locale et histoire régionale, anecdote, monographie et synthèse.

📞 **Claude Arnaud - ahpt83@gmail.com**

à lire



La Provence, une histoire qui se construit de génération en génération

Si la Provence est une terre riche de traditions, de contes et de mythes, ce n'est probablement pas un hasard. Nous sommes ici au pays des tout premiers troubadours, poètes des 12e et 13e siècles qui composaient leurs chansons en langue d'oc. Grâce à eux, la transmission orale de légendes, de hauts faits et de parcours individuels hors du commun a toujours eu ici une place de choix. Les collecteurs, trouveurs, scribes et autres conteurs ont pris le relais au cours des siècles, suivis par les historiens et sociologues, mais aussi par les biographes et romanciers... chacun à leur manière, ils ont contribué – et contribuent encore - à écrire l'histoire de la Provence et de ses habitants. Et peu importe que leurs récits, aux uns et aux autres, soient parfois teintés d'imaginaire, d'extravagant, de suppositions ou même de sacré, ils partent toujours d'une réalité géographique et historique, d'un parcours individuel singulier et bien réel.

Témoins d'une culture, d'une époque, mais aussi témoins de superstitions et de croyances liées à un village, une ville, une région, ces contes, légendes et témoignages ont pu parvenir jusqu'à nous parce qu'ils ont été transmis de génération en génération, oralement d'abord, puis par écrit. Ils sont aujourd'hui pour nous une source de connaissances à bien des points de vue : social, culturel, géographique, historique... et constituent à ce titre des richesses patrimoniales absolument inestimables.

Et si chacun d'entre nous avait un rôle à jouer dans la continuité de cette transmission ? Riche de ce patrimoine, la Provence est aussi riche des hommes qui l'ont façonnée, admirée, aimée, et dont elle a été le berceau ou le refuge plus tardif, qu'ils soient célèbres ou qu'ils ne le soient pas. Chaque destinée humaine est une histoire qui mérite d'être contée, ne serait-ce que parce qu'elle est reliée à un lieu, à une époque et qu'à ce titre, elle fait partie d'un tout.

**« Un ancêtre qui disparaît,
c'est une bibliothèque qui brûle. »**

C'est pourquoi nous devrions renouer avec la tradition et continuer à perpétuer les histoires de famille, pour que jamais elles ne tombent dans l'oubli. Pour que les événements passés continuent à nous éclairer sur notre monde actuel et à mieux préparer celui qui vient.

☎ **Agnès Jésupret - ajesupret@yahoo.fr**
Biographie, récits de vie et livres de voyages - www.larembobineuse.fr



Situé entre le massif de la Sainte Baume et le littoral varois, le camping*** "Les Grands Pins" vous propose la location de mobil-homes, de bungalows, de chalets ainsi que des emplacements pour tentes, caravanes, camping-cars. Dans une ambiance familiale, vous trouverez toute la convivialité et les services que vous attendez d'un camping moderne : jeux d'enfants, bel espace aquatique, libre-service et restaurant.

3084 montée du vieux camp 83330 LE CAMP DU CASTELLET - 04 94 90 71 44 - info@grandpin.com - www.grandpin.com



Exemples du temps jadis au Camp du Castellet



Carrosserie Velasco

REPARATIONS TOUTES MARQUES ET ASSURANCES
VÉHICULES DE REMPLACEMENT

04 94 90 13 95
carrosserie.velasco@wanadoo.fr
D87 Route de St Anne - n°1677
83740 LA CADIÈRE D'AZUR



CABEX

“Associations & Entreprises, votre cabinet d'Expertise Comptable est à vos côtés pour vous accompagner”

Le pouvoir de réussir
cabex-conseil.fr



Tél : 04 94 10 90 47
Fax : 04 94 10 90 56
cabinet@adelus.com

L'Apothika - 254, Chemin de la Farliède
83300 La Seyne s/mer

SIRET 302 317 385 0307 - Code APE 6920Z
Inscrit au tableau de l'ordre des Experts-Comptables de Marseille
Adhérent à une association de professeur libérale
Accepte les règlements par chèque



Tél : 04 94 75 50 49
Fax : 04 94 10 90 56
cae@adelus.com

Pôle d'activité des andus
1 avenue de l'arlesienne prolongée
83210 Solliès-Pont

SARL, au capital de 8 000 Euros
SIRET 489 674 242 0016 - Code APE 6920Z
Inscrit au tableau de l'ordre des Experts-Comptables de Marseille



LA MAISON DES VINS

Espace découverte, dégustation, vente des vins de l'appellation.

Place Général de Gaulle 83170 LA CELLE - 04 94 69 33 18 -
mdv@coteaux-varois.com - www.coteaux-varois.com

Ouvert du lundi au samedi de 10h à 12h et 14h à 18h
Juillet et août : lundi au samedi de 10h à 12h et 15h à 19h
dimanche de 15h à 19h



Nans-les-Pins

Le Fournil de Nans

Boulangerie

Artisan Pâtissier - Point chaud - Confiserie - Glaces

Le Fournil de Nans vous propose diverses gourmandises.
Possibilité de commander des créations sur mesure pour tous les évènements :
anniversaire, baptême, mariage...

5 Route de Brignoles 83860 NANS-LES-PINS - 04 94 69 29 82



FLEURS - CADEAUX - OBJETS DÉCO

Au cœur du village de Nans-les-pins le plaisir d'offrir

Dans ce magasin créé par une famille de santonniers, vous trouverez un large choix de poteries artisanales et d'objets de décoration, dans un écrin bien fourni de fleurs coupées, plantes d'intérieur et d'extérieur.

Ouvert du mardi matin au dimanche matin
Fermé entre 12h30 et 15h

16 cours Général de Gaulle 83860 NANS-LES-PINS - 04 94 78 38 91 - 06 82 39 51 49 -
terreetfleurs@gmail.com



Pour un voyage à travers le temps, partez à la découverte du Vieux Nans !

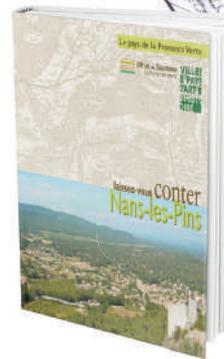
Le village de « Nante », Nans-les-Pins aujourd'hui, est largement antérieur au 8^{ème} siècle. Le Vieux Nans est d'une architecture médiévale, dont les remparts sont encore composés d'un chemin de ronde et d'archères. On peut volontiers imaginer la vie à l'intérieur du logis seigneurial (du 8^{ème} au 11^{ème} siècle), qui fut tout d'abord propriété de l'Abbaye de Saint-Victor, puis demeure au 11^{ème} siècle des sieurs Drogon et d'Agnès de Nans, puis à nouveau propriété de l'Abbaye de Saint-Victor. Le château et le vieux village furent désertés au 15^{ème} siècle.



L'association « Nans Autrefois » créée en 2000 (Association pour l'étude et la sauvegarde du patrimoine historique de Nans-les-Pins) a été très active pour permettre de redécouvrir ce site qui était un peu oublié... Vous pouvez vous procurer un bulletin hors série à l'Office du Tourisme situé sur le Cours de Nans-les-Pins. De cet endroit, vous pouvez remonter la Grand-rue, en direction du Chemin des Roy.

Arrivés à l'entrée du site, un circuit commenté ouvert au public vous est proposé grâce à un ensemble de panneaux d'information. Pour votre sécurité, il est conseillé de ne pas vous en écarter.

Thierry Blondeau



nans.autrefois.free.fr - nans.autrefois@gmail.com

Brochure disponible à l'Office du Tourisme

Marie-Madeleine et le monastère de Brou

Une magnifique exposition sur Marie Madeleine « *La passion révélée* » s'est tenue à Bourg-en-Bresse d'Octobre à Février 2017, au monastère royal de Brou, lieu classé monument préféré des français en 2014. Marie Madeleine y est présentée comme l'apôtre féminin de l'Amour et de la Paix, mission primordiale pour notre temps troublé.



Marguerite d'Autriche duchesse de Savoie fit construire ce monastère et les tombeaux qu'il abrite en 1513, suite à un vœu fait lors de la mort de son époux bien-aimé Philibert le Beau survenue prématurément, en témoignage de son immense douleur. Marie Madeleine « *celle qui a montré beaucoup d'Amour* » l'a véritablement inspirée, comme en témoignent les différentes représentations de la sainte que l'on peut découvrir à Brou : sculptures, peintures, vitraux... le gisant inférieur du tombeau de Marguerite la représente en Marie Madeleine, cheveux épars. A travers les Évangiles et autres textes sacrés qui guident le visiteur, se révèle la triple passion de Marie



Madeleine : la Passion du Christ dont elle fut le témoin privilégié, sa passion amoureuse accomplie en Agapè, mais aussi la passion jamais démentie que les artistes lui vouent depuis le XII^{ème} siècle.

Native de Bourg-en Bresse, résidant par choix au pied de la Sainte-Baume, la visite de cette exposition m'a comblée. Avec deux pensées : « les saints s'occupent de nous avant que l'on ne s'intéresse à eux », et celle reconnaissante pour le frère Philippe Devoucoux gardien de la Grotte pendant 15ans, passionné lui aussi par les œuvres innombrables des artistes en résonance avec Marie Madeleine. **L'exposition poursuivra sa route de Février à Mai 2017 à Carcassonne, et de Juin à Septembre à Douai.**

📞 *Viviane-Marie Vieux - www.monastere-de-brou.fr*

Dormir à l'Hôtellerie de la Sainte-Baume

Restauration et hébergement
sur réservation

📞 Couvent des Dominicains - 04 42 04 54 84
www.sainte-baume.org



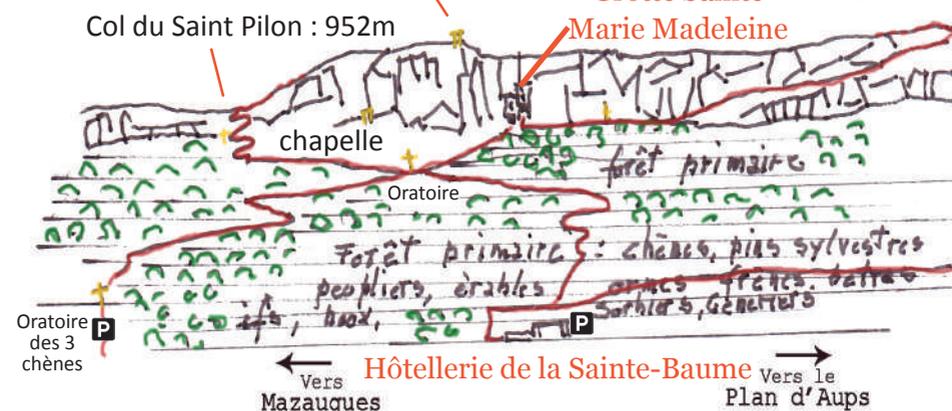
Accès à la Grotte Sainte Marie Madeleine



Chapelle du Saint Pilon



Parvis de la Grotte



Croquis Pierre Blondeau

Marie-Madeleine, Magdala et la Sainte-Baume

Le 5 mars 2017, en Sainte-Baume, s'est déroulé un moment fort en présence d'une petite centaine de personnes. Il s'agissait d'établir d'un pont vibratoire avec le site de MAGDALA nouvellement ramené à la lumière, au bord du lac de Tibériade en Palestine, à l'occasion de la fête de la Femme et du Symposium « Women of influence : hope for humanity » qui s'y tenait ce même jour.



Nous sommes là autour de ce Sceau de Salomon, symbole d'Union et de Paix. Nous avons participé à sa matérialisation, délicatement, au milieu de ce champ entouré de bois et traversé par un sentier qui relie la Sainte-Baume à Marseille dans un paysage rocheux très accidenté qu'a probablement emprunté Marie-Madeleine il y a 2000 ans...

📞 *Françoise Since - 06 32 41 73 55*

>> Article complet sur www.guidesaintebaume.fr

La chape de Saint-Louis d'Anjou

Une relique devenue objet d'art

Saint-Louis d'Anjou, petit-neveu du roi Saint-Louis de France, était Comte de Provence par sa naissance. Il fut évêque de Toulouse, mourut à Brignoles à l'âge de 23 ans et fut canonisé. Il était le second fils de Charles II, roi de Naples qui fit construire la basilique de Saint-Maximin en 1295. En 1310, son épouse Marie, reine de Hongrie, remit la chape de son fils au couvent des Dominicains. Cet ornement liturgique était destiné au Trésor de la basilique en construction pour honorer le culte de Sainte Marie Madeleine. En tant que relique, ce magnifique pluvial qui avait été porté par un Saint de la famille royale, contribuait à renforcer le pouvoir spirituel et temporel de la dynastie capétienne en Italie et en Provence.

La chape est composée comme une prière

Les Dominicains l'ont revêtue au cours des siècles pour accueillir les hôtes prestigieux, rois et papes, qui se rendaient à la Sainte-Baume, jusqu'à ce que sa préciosité la range au titre des objets d'art classés au patrimoine français. Composée de 30 médaillons circulaires, la grâce de l'expression des personnages et la délicatesse de l'ouvrage brodé en font une oeuvre exceptionnelle de plus de trois mètres d'envergure. Elle porte aussi en elle l'histoire touchante de ce jeune prince, ambassadeur de la paix en Europe, qui délaissa sa couronne et ses richesses pour se consacrer à sa vocation franciscaine auprès des plus pauvres. **Françoise Sûr**



Découverte de la chape aux journées du patrimoine à Saint Maximin en septembre 2017 - Conférences autour de Saint-Louis d'Anjou à Brignoles au 2ème semestre 2017 – Renseignements dans les Offices de Tourisme

Vendu par les Amis de la Basilique de Saint Maximin

Notre savoir faire à votre service
En partenariat avec des producteurs locaux

Confrérie de Saint-Eloi

Le Gallo-romain Eloi est né dans le Limousin, fin 6^{ème} siècle d'une famille de paysans aisés. Il est devenu un orfèvre habile et honnête avant d'être appelé par le Roi Dagobert pour diriger les ateliers monétaires du royaume franc en 629. Très pieux, il fonde le monastère de Solignac en 632, puis entre dans les ordres à la mort de Dagobert. Il est nommé évêque de Noyon et Tournai en 641. Il décède en 660.

Saint-Éloi est très populaire en Provence où il est fêté deux fois : en hiver comme patron des orfèvres et en été pour les charretiers et les paysans. « *Sant Aloi es un bouan sant, si festo dous coùp l'an.* » Ce jour-là, c'est la fête



des équidés de travail : ânes, mulets et chevaux de trait. Ils participent aux cavalcades, accompagnés de leurs maîtres en costumes traditionnels, pour être mis à l'honneur. A l'origine, les chevaux étaient décorés et menés à la main, sans cavaliers ni charettes. De nos jours, ils sont montés et attelés pour la beauté du spectacle folklorique.

La Confrérie permet de mutualiser les bêtes et les charrettes (peintes en bleu « *charron* », composé de bleu de Prusse et sulfate de baryte). Chaque village célèbre la Saint-Éloi en même temps que son Patron paroissial, pour se succéder tous les dimanches d'été. A Nans-les-Pins, il s'agit de Saint-Laurent et Saint-Sébastien.

Dans l'ordre, à partir de début juin, on trouve Méounes et Signes le 25 juin, Auriol et Le Beausset le 2 juillet, Roquefort-la-Bédoule le 9 juillet, Gémenos le 30 juillet, Cuges-les-Pins et Nans-les-Pins le 6 août, Roquevaire le 15 août, Aubagne le 21 août et Lascours le 27 août.

Chaque village a sa bannière portée par le capitaine de cavalcade, vêtu du costume provençal. Celui-ci rappelle le rôle de défenseur du « *capitaine de ville* » du moyen-âge.

La création des confréries remonte au Moyen-âge et est liée à la pratique religieuse : les animaux et charettes sont bénis.

Frédéric Mistral a conté une légende sur Saint-Éloi, qu'il jugeait orgueilleux. Quand il fut « *manescaù* » (= maréchal-ferrant), il se faisait appeler « *Maître des Maîtres* ». Dieu lui apparut pour le ramener à de meilleurs sentiments et le convertir.



Musée Martin-Duby à Auriol



Expositions, conférences, sorties, édition de livres, accueil des élèves des écoles...

☎ 04 42 72 84 29 - www.aspauriol.blogspot.fr

La « Bugado »

La « Bugado » est un terme d'origine provençale qui désigne la grande lessive à la cendre, ce qui était une véritable corvée. Les bugadières (laveuses ou lessiveuses) officiaient pour la famille, les lavandières blanchissaient pour des clients.



Livre disponible auprès du musée



AURIOL DIESEL AGENT OFFICIEL

Service rapide - Vidange - Freins - Pneus - Amortisseurs - Climatisation - Distribution

Auriol Diesel vous propose le meilleur des services Bosh pour la révision, l'entretien et la réparation de votre véhicule Essence ou Diesel de toutes marques

15 ZA du Pujol II Avenue du 19 Mars 1962 13390 AURIOL - 04 42 04 75 83 - aurioldiesel@orange.fr



LE PAIN DORÉ BOULANGERIE - PÂTISSERIE

Corinne BOCCHINI - EJARGUE vous accueille tous les jours sauf le mardi dans le centre du village de Gemenos.

14 Place Clémenceau 13420 GÉMENOS - 04 42 32 05 64



Le (fameux) petit biscuit de Provence

La Cigale est une gamme de biscuits provençaux de qualité supérieure. Elle a vu le jour à Gemenos en 2016 dans une biscuiterie artisanale créée en 1964. La texture sablée de la Cigale se situe entre le sablé et la navette marseillaise. Elle est composée de farine biologique issue de blé de Provence, sans conservateurs, sans OGM, ni arômes et colorants artificiels.

La Cigale se décline en différentes saveurs salées et sucrées aux couleurs de la Provence. Retrouvez nos lieux de vente sur notre site : www.biscuiterie-lacigale.com

475 avenue du Garlaban 13420 GÉMENOS - 04 42 32 00 90 - Facebook : la cigale



Chronique Culinaire

Il y a tant de recettes emblématiques de la Provence que je n'avais que l'embarras du choix.

Fidèle à la devise du Guide qui est de faire parler ce beau territoire de la Sainte-Baume, j'ai donc souhaité vous parler des Pois chiches de Rougiers. Et pourquoi ?

Parce que ce sont les meilleurs, parole de Martine IPLIKDJIAN, Présidente de la Confrérie des Pois chiches de Rougiers, et auteure du livre « Les recettes de Mamette » dans lequel j'ai puisé une recette terre et mer :

Le Velouté aux pois chiches et aux moules

Ingrédients

1 kg de moules, 400 g de pois chiches cuits, 1 carotte, 1 tomate, 1 oignon, 2 gousses d'ail, 1 branche de céleri et de fenouil, 1 verre de vin blanc, Persil, safran, piment d'Espelette

Préparation

Nettoyer les moules et les cuire dans une casserole à feu moyen avec thym laurier et fond d'eau. Une fois ouvertes les égoutter en conservant le jus. Ôter les moules des coquilles (en garder quelques unes pour la décoration). Couper et faire revenir 1 carotte, un oignon, un brin, de céleri dans une cocotte, avec un peu d'huile d'olive.

Ajouter les pois chiches, l'ail, et le persil.

Faire revenir pendant une minute, verser le vin, le jus des moules, une grosse tomate pelée épépinée, du fenouil et de l'eau (environ un litre).

Laisser cuire pendant trente minutes, puis ôter à l'aide d'une écumoire, 1/3 des pois chiches.

Passer le reste au mixer et remettre les pois chiches entiers dans la soupe avec les moules.

Au dernier moment, saupoudrer de safran et de piment d'Espelette.

Servir chaud accompagné de croutons à l'ail.

Ajouter dans chaque assiette un filet d'huile d'olive.

Dégustez !!! ☎ *Corinne Sanchez - 06 69 56 84 06*

Les Vignerons de la Sainte-Baume

 Vin effervescent « les bulles de Nans » méthode traditionnelle, issu du cépage Rolle

à découvrir

☎ *Les Fauvières 83170 Rougiers - 04 94 80 42 47 - cave.saintebaume@wanadoo.fr*



Recette issue des Recettes de Mamette de Martine DAZIANO-IPLIKDJIAN

Le Domaine du Deffends à Saint-Maximin-la-Sainte-Baume

Le Domaine du Deffends est situé sur les contrefort des Monts Auréliens, en bordure de la voie romaine du même nom. Domaine familial, nous travaillons tous les jours pour valoriser le terroir et trouver ses expressions particulières dans leurs vins autour de six cépages différents : Grenache, Syrah, Cabernet-Sauvignon, Cinsault, Rolle, Viognier. L'ensemble de notre vignoble est en agriculture biologique (Ecocert).



Domaine du Deffends

☎ 2020 Chemin du Deffends 83470 Saint-Maximin
04 94 78 03 91 - www.deffends.com

PRIEURÉ

SAINT JEAN DE GARQUIER

Site pour séminaire ou Assemblées Générales

Le Prieuré, près de Gémenos vous propose 7 salles de différentes tailles dont une salle de 70 personnes - Hébergement : 30 chambres
Lieu calme avec parking - Restauration élaborée sur place

Route de Saint-Jean de Garguier 13420 GÉMENOS - 04 42 32 21 26 - stjeandegarguier@orange.fr



MAGASIN
BIO

Votre magasin s'agrandit et vous accueille à partir du 21 avril
Lundi - 14h/19h30
Du mardi au samedi : 9h30/19h30

 **biocoop**

BIO ESTELLA

Zone d'Activités Pont de Joux
13390 AURIOL

Tel : 04 42 04 75 54

Mail : biocoop.bioestella@wanadoo.fr

www.biocoop.fr

ROQUEVAIRE

AURIOL

biocoop

LA DESTROUSSE

Épicerie - Vrac - Vins

Fruits & légumes - Produits frais

Fromage frais à la coupe - Boulangerie

Cosmétiques - Hygiène - Parfums

Compléments alimentaires

Livres - Jouets - Cadeaux



Plus de 2000 agences,
une appli tout-en-un, des conseillers experts pour vous
accompagner, **rejoignez-nous!**



Nos conseillers spécialisés sont à votre disposition dans les
Agences Société Générale de Marseille et du Pays d'Aubagne

Aubagne

12 PROM DU JEUNE
ANACHARSIS
13400 AUBAGNE
Tel : 04 42 18 53 00

La Destrousse

QUA SOUQUE NEGRE
13112 LA DESTROUSSE
Tel : 04 42 18 50 70

Carnoux en Provence

AV DE CASSIS
13470 CARNOUX EN
PROVENCE
Tel : 04 42 71 33 00

Aubagne les Paluds

1085 AV DES PALUDS
13400 AUBAGNE
Tel : 04 42 62 41 60

Roquevaire

32 AV DES ALLIES
13360 ROQUEVAIRE
Tel : 04 42 04 20 62

Pour profiter d'avantages bancaires exclusifs, contactez
directement l'une de nos agences
ou rendez-vous sur www.societegenerale.com.

 SOCIÉTÉ
GÉNÉRALE

DEVELOPPONS ENSEMBLE
L'ESPRIT D'ÉQUIPE

Auriol

Accueil et transmission, une même passion



L'accueil en Sainte-Baume est une tradition bien ancrée. Depuis Marie-Madeleine qui y passa, dit-on, les trente trois dernières années de sa vie au début du premier millénaire, jusqu'à ce jour où l'on vient se reposer, se ressourcer à ce que ce terroir singulier offre

en abondance, une reconnexion à la terre-mère, protectrice, nourricière, chaleureuse et rude parfois, et porteuse de valeurs identitaires fortes en lien avec le sacré.

Il y a plus de vingt ans qu'Arminda s'est établie en Sainte-Baume. Au carrefour des routes d'Auriol / Plan d'Aups-Sainte-Baume et Gémenos, dans le maquis de la Coutronne, elle a peu à peu rénové le lieu pour y proposer des chambres d'hôtes.

Faire partager le privilège de ce territoire chargé d'histoire, honoré pour sa forêt primaire et le ressourcement qu'elle procure au promeneur ou randonneur, destination de pèlerinages depuis des siècles, expression de la ferveur religieuse et d'hommages royaux ou populaires, les chambres d'hôtes d'Arminda accueillent... Elles donnent sur un espace jardin lumineux, entre ombre salutaire l'été et lumière vivante en toute saison, de même qu'une grande salle pouvant accueillir des activités d'enseignement. Ces deux atouts ont amené, par le bouche à oreille, des groupes souhaitant travailler dans un contexte favorable à des enseignements dits « de développement personnel » mais également vacanciers et familles curieux de découvrir la mystérieuse Sainte-Baume. Des repas familiaux sont préparés à la demande et le lieu vibre à toutes sortes de transmissions de savoirs, savoir-faire, savoir-être.

Mais la transmission se vit aussi à un autre niveau, car Arminda transmet progressivement à la génération de ses petits enfants l'art de l'accueil et de l'ouverture à tout un chacun. Florian assure maintenant la préparation des repas et la gestion de la table d'hôtes, et Fatine prend le relais pour la communication, l'accueil et les réservations, tout en apportant leur propre vision de la vie et l'ouverture à de nouveaux publics.

Marine Sontag

Chambres d'hôtes de la Coutronne

 10304 Route de la Sainte-Baume 13390 Auriol - 04 42 62 57 12 & 07 87 92 36 12

Lundi

Belgentier

Mardi

Aubagne
Mazaugues
Saint-Zacharie
Tourves

Mercredi

Cuges-les-Pins
Gémenos
Saint-Maximin

Jeudi

Aubagne
Auriol
La Cadière d'Azur
Méounes-les-Montrieux
Signes

Vendredi

Le Beausset
Roquevaire

Samedi

Aubagne
Auriol
La Roquebrussanne

Dimanche

Aubagne
Le Beausset
Nans-les-Pins
La Ciotat

Informations données sous réserve de modifications : contacts des Offices de Tourismes ci-dessous

AUBAGNE :	04 42 03 49 98
AURIOL :	04 42 04 70 06
BANDOL :	04 94 29 41 35
BELGENTIER (LA VALLÉE DU GAPEAU) :	04 94 28 92 35
BRIGNOLES :	04 94 72 04 21
CUGES LES PINS :	04 42 73 84 18
GEMENOS :	04 42 32 18 44
LA CADIÈRE D'AZUR :	04 94 90 12 56
LA CIOTAT :	04 42 08 61 32
LA ROQUEBRUSSANE :	04 94 86 82 11
LE BEAUSSET :	04 94 90 55 10
LE CASTELLET :	04 94 32 79 13
MAZAUGUES :	04 94 86 95 03
MEOUNES-LES-MONTRIEUX :	04 94 13 83 20
NANS LES PINS :	04 94 78 95 91
PLAN D'AUPS :	04 42 62 57 57
RIBOUX :	04 42 73 88 68
ROUGIERS :	06 63 94 92 00
ROQUEVAIRE :	04 42 04 01 99
SAINT MAXIMIN :	04 94 59 84 59
SAINT ZACHARIE :	04 42 32 63 28
SIGNES :	04 94 98 87 80
TOURVES :	04 94 72 04 21

Les fromagers en Pays de Sainte-Baume



Signes

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

La Roquebrussanne

Le Mas des Vallons
Mathias et Denis CAREL
04 94 86 71 97

Cuges les Pins

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

Trets

La Pastorale du
Regagnas
06 10 23 22 21



ÎLES D'HYÈRES
SERVICE PUBLIC TOUTE L'ANNÉE

PORQUEROLLES
Départ > Tour Fondue
TÉL. 04 94 58 21 81

PORT-CROS / LE LEVANT
Départ > Port d'Hyères
TÉL. 04 94 57 44 07

Informations, horaires et tarifs sur :
www.tlv-tvm.com

TLV TOULON PROVENCE MÉDITERRANÉE COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE TOURISME

Agenda

Le Pèlerinage des Saints de Provence



Dimanche 4 Juin 2017

Le Pèlerinage de Provence vous propose deux marches de 30 et 20 km. Durée : 7 heures, vers l'Hôtellerie de la Sainte-Baume.

Renseignements

Hostellerie de la Sainte-Baume 83640 Le Plan d'Aups - 04 42 04 54 84 - www.saintebaume.org

Lundi 5 Juin 2017

Journée apothéose à la Sainte-Baume.

Départ des cars d'Aix, de Marseille et de Toulon.

Festival du Rocher à Cotignac de mi Juillet 2017 à mi Août 2017

Le Festival du Rocher réunit trois disciplines artistiques majeures au théâtre de verdure de Cotignac, dans un lieu magique niché au creux du Rocher.



Renseignements et Réservations : Office de Tourisme de la Provence Verte - 04 94 04 61 87
Marie-Hélène Le Merour - evenementiel.etc@gmail.com - 07 50 69 09 57
Stéphane Corréa - cotignaccinema@gmail.com - 06 10 17 41 29

Argilla Aubagne les 5 et 6 Août 2017

La fête du pois chiche à Rougiers le 10 Septembre 2017





En 1956, un incroyable hiver glacial détruit tout le verger oléicole de France entraînant la fermeture des Moulins et créant une pénurie totale d'huile d'olive. Durant tout le mois de février 1956, la température oscilla autour des -20°C en Provence !

En 1957, Nicole et Georges ALLIONE rebondissent sur cette situation catastrophique et créent en pleine campagne au milieu du vignoble, un commerce de négoce d'huile d'olive dans la vieille maison familiale.

En 1963, les oliviers qui ont survécu, commencent à reproduire. Nicole et Georges imaginent joindre à l'activité actuelle un moulin à huile. La famille pense alors à la construction d'un moulin moderne à Saint-Côme.

Départementale 266 83740 LA CADIÈRE D'AZUR - 04 94 90 11 51 - www.moulindeSaintcome.fr



BIENVENUE
CHEZ



"Les Saveurs du Plan du Castellet"
Plats à emporter
Cuisine traditionnelle & cuisine régionale
Repas de fête, buffets, charcuterie, épicerie fine,
produit du terroir

Possibilité de livraison sur un rayon de 15km

Centre village 83330 LE PLAN DU CASTELLET - 04 94 63 23 14



Le Castellet Village

Sortant du mystérieux Haut-Moyen Age, aux alentours de l'an mil, Le Castellet est une saisissante image de ce que furent les villages fortifiés dont les maisons groupées à l'intérieur de l'enceinte et autour du majestueux château et son église, ont un charme fou.



Le Plan du Castellet

Le village du Plan s'est développé à l'emplacement d'une villa gallo-romaine. Une belle place ombragée est située au centre du village où une fontaine coule en toutes saisons abondamment. Sous cette place un lavoir du 19e siècle est resté présent.



Le Brûlat



Le Brûlat est né sur le bord du «chemin royal» reliant Toulon à Marseille à l'emplacement d'une villa romaine. Ce n'était que des «cabanes» qui permettaient aux Castellans de laisser leur matériel agricole la nuit venue, pour remonter s'abriter entre les murs du village, en période d'insécurité.

Sainte-Anne du Castellet



Sainte-Anne est le village le plus excentré de la commune côté nord, au pied du plateau du Camp. Nichée entre pinède, vignobles et oliviers, Ste-Anne, avec son église perdue dans les champs, donne aux visiteurs une image paisible des villages ruraux.

Le Camp du Castellet

Ce vaste plateau verdoyant, situé à plus de 400 mètres d'altitude, est un espace idéal pour des promenades familiales et des randonnées pédestres, équestres, et à vélo. Le célèbre Circuit Paul Ricard est implanté sur ce hameau.



📞 Le Castellet Tourisme - 04 94 32 79 13 - tourisme@ville-lecastellet.fr

📘 Le Castellet - Tourisme

📷 @lecastellettourisme





Accompagne le développement

Formations et coaching managérial

Journées « Manager Durable » en Sainte-Baume

Entreprise 3a

Thierry Blondeau - 06 08 04 90 70

Siret 508 760 139 000 23



Daphicolange

Angélique Brard - a.brard@daphicolange.fr
Infographiste & Webmaster

Création d'identité visuelle, supports de communication
(logo, flyers, cartes de visite, banderole...)
Création de site internet
(blog, e-commerce, site vitrine...)
Mise en place d'outils de communication
(newsletter, réseaux sociaux...)

www.daphicolange.fr



FENNEC SYSTEM

Conception sur mesure d'objets en plastique

Vous avez cassé une pièce unique ? Fennec System reproduit à l'identique toutes les petites pièces introuvables dans le commerce (bouton de cuisinière, poignée de meubles, pièces mécaniques...)
Envoyez la photo de la pièce à reproduire pour un devis gratuit à

Loïc Passaret - loicpassaret@fennec-system.fr

www.fennec-system.fr

Commandez votre panier Sainte-Baume

Associations, Entreprises, Particuliers

Composez votre panier Sainte-Baume sur-mesure avec les produits de notre terroir : vins, confiture, huile d'olive...

Infos sur guidesaintebaume.fr - panier@guidesaintebaume.fr
☎ 06 08 04 90 70



Le Guide Sainte-Baume remercie ses partenaires qui accompagnent cette édition ainsi que **Var-matin** & **La Provence** pour leur soutien régulier

Suivez l'actualité du Guide Sainte-Baume



Sur le site

www.guidesaintebaume.fr

Nouveau

Abonnez-vous à la newsletter du Guide Sainte-Baume, en nous écrivant à newsletter@guidesaintebaume.fr



Sur Facebook

Guide Sainte-Baume

Réalisation du Guide Sainte-Baume 2017

Parution annuelle - Diffusion 20 000 exemplaires - 80 points de dépôts

Régie publicitaire et réalisation technique réalisées par

Réalisation graphique réalisée par Angélique Brard
angelique@guidesaintebaume.fr

Relecture et mise en valeur des textes par Marine Sontag - La Plume d'Hermès - 06 20 81 39 95

Les rédacteurs & distributeurs du Guide Sainte-Baume

Amélie, Annie, Claude, Christian, Corinne, Daniel, Françoise, Jean-Claude, Jean-Louis, Jean-Marc, Jean-Pierre, Marine, Marie-Claude, Martine, Nelly, Odile, Sophie, Sylvie, Thérèse, Viviane-Marie, Yvette et Yvon

Tous droits de reproduction même partielle réservés

Les prix, photos, illustrations, et descriptifs sont à la seule responsabilité des annonceurs. Les créations et supports font partie intégrante de l'édition du Guide Sainte-Baume. Toute demande extérieure devra faire l'objet d'une demande auprès de l'infographiste.

Une idée ? Une proposition ?

Attentifs à l'amélioration du Guide Sainte-Baume, nous sommes à votre écoute :

Contactez **Thierry Blondeau**

☎ 06 08 04 90 70 - thierryblondeau07@gmail.com



CIC Mobile Evolution

Pour en savoir plus : **0 820 302 312** Service 0,42 € / min + prix appel

Construisons dans un monde qui bouge.

OFFRE SOLIMISE A CONDITIONS, avec engagement 24 mois. Réservée aux clients CIC dans le cadre de la souscription concomitante d'un forfait éligible **CIC Mobile**. Prix de la location en fonction de votre forfait et du mobile choisi. Détails et conditions en agence. **CIC Mobile** est un service de l'opérateur Euro-Information Telecom proposé par le CIC. Euro-Information Telecom SAS au capital de 175 715 € - RCS Paris 421 713 892 - 12 rue Gallion - 75107 Paris Cedex 02. CIC - RCS Paris 542 016 381.

CIC Lyonnaise de Banque RCS Lyon 954 507 976. cic.fr

Domaine la Michelle

Au cœur de la Provence, au pied des « Régagnas », s'épanouissent les 20 hectares de vigne et les 3000 oliviers du domaine. Ce terroir chargé d'histoires permet à Nelly et Jean François Margier d'élaborer des vins et des huiles d'olives d'exception en Agriculture Biologique.



Au fil des saisons, nous vous proposons un détour épicurien dans l'ambiance « campagne chic » de notre caveau de vente. Vous y retrouverez également nos vins et nos huiles d'olives.

Pour visiter le chai de vinification et partir en découverte pédestre entre vignes et oliviers, contactez nous

Ouverture: du lundi au samedi de 9h à 12h et de 14h à 19h.

Moulin à huile Margier

Rond point de l'éolienne 13390 Auriol

04 42 04 74 09

Coordonnées GPS: 43°22'9"N 5°37'52"E

Domaine la Michelle

1091 chemin de la Michelle 13390 Auriol

04 42 04 74 09

Coordonnées GPS: 43°23'05"N 5°39'50"E

