Vie Villages
Le mensuel gratuit du moyen et haut pays niçois
vievillages.com
SEPTEMBRE 2020 N° 54 - Rédaction : 06 74 68 71 12 / Publicité : 07 86 41 15 45

ESPRIT DE PARC
Le Mercantour s'engage
p 16

La fibre trace sa route
p 2 à 6

La fibre tisse sa toile dans les moyen et haut pays

Petit à petit, la fibre fait son chemin : entre le début de l'été 2020 et la fin septembre, Orange aura raccordé une vingtaine de nouveaux villages des moyen et haut-pays des Alpes-Maritimes alors que la quasi totalité des habitants des grandes villes du littoral sont déjà « branchés ».

Cette nouvelle technologie de la vitesse (finies les pages longues à s'afficher comme au vieux temps du cuivre lorsque votre ordinateur était relié à la ligne téléphonique fixe !) et du grand débit est un enjeu majeur du développement économique.

Elle permet en effet de travailler à distance en organisant des visioconférences, d'échanger des documents lourds (comme des vidéos). Et pas besoin de vous faire un dessin pour les loisirs, avec l'utilisation des plateformes de séries télé, du streaming musical, des jeux interconnectés, etc.

Plus vulnérables, parfois isolés, nos villages ont maintenant autant besoin de la fibre qu'autrefois de l'électricité pour que leurs habitants puissent vivre « normalement » selon les critères de ce XXe siècle. Cette technologie permettra notamment d'éviter des déplacements inutiles pour se rendre dans les administrations, de se soigner (télémédecine), de s'éduquer. Un champ des possibles quasiment infini, et nous n'avons encore rien vu avec tous les développements à venir.

Top départ à Saint-Vallier-de-Thiey

« Altitude Infrastructure » est le délégataire chargé de l'exploitation du réseau fibre dans les petites communes. Orange a entrepris de démarcher les 80 000 logements et locaux professionnels concernés sur 82 villages, le top départ ayant été donné tout récemment à Saint-Vallier-de-Thiey par le président du Département Charles-Ange Ginésy, en présence de Hervé Romano, vice-président du SICTIAM qui est le service public maître d'ouvrage du Réseau d'Initiative Publique (RIP), bras armé du Département pour équiper en très haut débit les particuliers, sociétés et services publics.

(DR)

Une initiative d'autant plus importante que le secteur rural couvre les trois-quarts des Alpes-Maritimes, avec des difficultés liées au relief et aussi parce que cette grande zone géographique est peu densément peuplée, donc moins rentable pour les opérateurs que les grandes villes qui représentent à elles seules 580 000 habitants.

MICHEL BERRY

5G : de nouveaux usages et... encore un peu de patience

La 5G va améliorer l'accès aux services proposés par les actuels réseaux 4G en permettant notamment un meilleur débit et plus de capacité.

Elle permettra un échange plus important de données sans engorgement des réseaux.

Elle favorisera le développement de services innovants pour les particuliers et pour les entreprises dans de nombreux domaines, ne serait-ce que les objets connectés appelés à se multiplier dans notre vie quotidienne. Santé, transports avec les navettes autonomes ou la gestion du trafic de véhicules, les application seront multiples. Elle pourra supporter beaucoup d'usagers en même temps.

Les installations 5G trouveront leur place sur les antennes actuelles et sur d'autres qui continuent à être déployées.

(Photo DR/V. Guéant)

Orange : « Elle arrivera au plus tard en 2022 »

Laurent Londeix, délégué territorial d'Orange pour le Sud-Est, fait le point de l'avancée de la fibre pour *VieVillages*.

Où en est-on du déploiement de la fibre dans le 06 ?

Il y a eu un petit ralentissement pendant le confinement, nos entreprises délégataires n'étant pas toujours en mesure de travailler sur le terrain et parce que nous on avons eu parfois du mal à obtenir des autorisations, des mairies ayant fermé pendant le confinement. Aujourd'hui 540 000 foyers des A.-M. ont déjà accès à la fibre sur 52 communes.

A t-on pris du retard ?

L'objectif initial - 80% de couverture pour la fin de l'année 2020 - ne pourra pas être tenu en raison des difficultés liées au Covid. Il faut savoir aussi qu'il y a une forte augmentation de demandes de prises depuis le début du déploiement en 2012-2013 - environ +15% supplémentaires - en raison de la construction de nouveaux bâtiments, logements, locaux professionnels, etc. Cela pèse sur les délais.

La fin, c'est pour quand ?

Nous espérons avoir couvert l'ensemble du territoire fin 2022 sur la zone « très dense » de Nice, Cannes, Antibes et Le Cannet ainsi que sur la zone dite AMII (Appel à Manifestation d'Intention d'Investissement) comprenant 48 autres communes.

Et quid des petits villages isolés, bientôt racordés ?

Il s'agit du réseau d'initiative publique (RIP) qui représente une grande partie du territoire du 06. Orange agit pour le Syndicat Intercommunal des Collectivités Territoriales Informatisées des Alpes-Maritimes (SICTIAM) comme le fournisseur d'accès à internet. Aujourd'hui, il y a 4 000 prises déjà connectées sur cette zone et l'on devrait arriver à 15 ou 20 000 prises d'ici la fin de cette année, en fonction de la vitesse de déploiement du RIP, et sachant que ce n'est pas Orange qui la maîtrise. Nous avançons progressivement. Le déploiement sur ce secteur RIP s'étalera au moins jusqu'à la fin 2022.

En attendant, avez-vous pu améliorer les débits de connexion ?

Oui, la période de confinement a renforcé l'usage d'internet, que ce soit pour les loisirs ou pour le télétravail. Une partie des usagers sont encore reliés par le cuivre ADSL (ancienne technologie moins performante, ndlr). Pour eux, nous avons réussi depuis deux ans à raccorder des abonnés situés en zone d'ombre sur la fibre en les « opticalisant ». Par exemple, 2 500 prises sont concernées ces six derniers mois sur Cipières, Andon, Thorenc, sur d'autres villages et même sur l'île Sainte-Marguerite. Ailleurs, nous avons remplacé des faisceaux hertziens d'ancienne génération par de nouveaux matériels qui permettent de monter en débit. En attendant la fibre, les abonnés bénéficient donc d'un meilleur service avec ces aménagements.

C'était indispensable pour le télétravail...

Une autre technologie permet de télétravailler plus confortablement : la téléphonie 4G. Sur Shosh, nous avons proposé 100 giga octets par mois, ce qui permet aux gens éloignés du central de se connecter et d'avoir un meilleur service, de faire de la visioconférence, etc. Dans les zones rurales, nous avons aussi proposé des offres « 4G Home » qui offrent une box et carte sim avec 100 giogaoctets, ce qui autorise le streaming, le télétravail, etc. Cet abonnement est ouvert sur 64 communes, soit 25 000 foyers, qui en profitent au lieu de l'ADSL cuivre classique.

PROPOS RECUEILLIS PAR MICHEL BERRY

10 000 prises en fibre optique dans le moyen et le haut pays

Depuis 2016, le Département des Alpes-Maritimes se mobilise pour le déploiement de la fibre sur le territoire. L'objectif est de construire le premier département rural de France au plus proche du 100% fibre. Cela concerne les 100 communes du moyen et haut pays exclues de la zone d'intervention des opérateurs privés et cela nécessite la réalisation de 77 409 prises, 4 000 km de fibre et 800 km de tranchées.

Mètre après mètre, la fibre progresse pour apporter au plus grand nombre, habitants, entreprises et administrations, dans les villages comme dans les centres urbains les plus denses, le même réseau et les mêmes services de connectivité numérique.

C'est ainsi que le dimanche 9 août, Charles-Ange Ginesy, président du Conseil départemental des A.-M., président du SICTIAM (Syndicat intercommunal des collectivités territoriales informatisées des A.-M.), était présent à Touët-sur-Var, aux côtés de Roger Ciais, maire de Touët-sur-Var, à l'occasion de l'arrivée de la fibre dans la commune et de la 10 000e prise en fibre optique sur le moyen et le haut pays, en présence de Jean-Paul David, conseiller régional Provence-Alpes-Côte d'Azur, maire de Guillaumes, de David Elfassy, président d'Altitude Infrastructure, de Laurent Londeix, délégué régional Provence Côte d'Azur Orange

D.V.

Charles-Ange Ginesy : « Nous maintenons nos objectifs »

Le président du Conseil départemental 06 répond à nos interrogations :

Charles-Ange Ginesy, maintenez-vous vos ambitions ?

L'arrivée de la fibre à Touët-sur-Var est un moment symbolique puisque nous atteignons les 10 000 prises construites sur l'ensemble du réseau d'initiative publique. Malgré les nombreuses péripéties, la fibre se déploie aujourd'hui dans les Alpes-Maritimes. Nous conservons notre ambition des 4 000 km de fibre et des 77 409 prises et nous maintenons l'objectif du 100% fibre en 2023 dans le département.

Quel est l'investissement du Département ?

88 millions d'euros ont été engagés au départ pour le déploiement de la fibre dans les 100 communes du moyen et haut pays des Alpes-Maritimes qui sont hors du champ d'intervention des opérateurs privés. Le Département des Alpes-Maritimes a participé à hauteur de 14 millions d'euros.

C'est un investissement lourd ?

Un investissement lourd mais indispensable. En effet, le très haut débit est un formidable atout dans de nombreux domaines : économique, professionnel, administratif, social et sanitaire. La crise sanitaire du COVID-19 a également démontré toute l'importance d'une bonne connectivité avec la télémédecine, le télétravail et la poursuite des apprentissages éducatifs. Fidèles aux valeurs du SMART Deal, nous continuerons d'œuvrer pour relever le défi de la transition numérique, notamment dans les territoires ruraux et de montagne.

D.V.

Les villages l'attendent patiemment

Les travaux avancent régulièrement, la volonté du Département de relever le défi de la transition numérique, notamment dans les territoires ruraux et de montagne est en marche.

À Tourrette-Levens, ça progresse

À la mairie de Tourrette-Levens, on attend patiemment la fibre qui devrait équiper tous les foyers d'ici deux ans : *« Depuis plusieurs mois, Orange effectue des travaux sur la commune pour déployer la fibre. Six NRO (Nœud de raccordement optique) ont déjà été installés dans les quartiers, chacun d'entre eux alimentant environ 400 foyers. Actuellement, la société déploie le réseau mutualisé sur lequel les autres opérateurs pourront se raccorder. (...) C'est un processus complexe, car il dépend de multiples facteurs dont la géographie. C'est pourquoi il est difficile de communiquer sur l'évolution du déploiement de la fibre quartier par quartier. Déjà, 200 foyers ou locaux commerciaux sont éligibles à la fibre sur Tourrette-Levens. Orange prévoit deux années pour raccorder la totalité des logements tourrettans ».*

Si elle n'est pas encore arrivée à la mairie, la fibre est déjà au château-musée depuis fin janvier. Le conservateur Lionel Carlès s'en félicite : *« Nous constatons un effet bénéfique de la fibre. Les envois de mails un peu lourds sont trois à quatre fois plus rapides. C'est un gain de temps ».*

Levens : mairie et écoles fibrés pour Noël

À Levens, les travaux continuent et des particuliers ont progressivement accès à la fibre. *« La mairie, les écoles primaire et maternelle ainsi que les services communaux seront fibrés pour Noël »*, nous apprend-on en mairie.

Roquebillière : « Il faut répondre aux courriers »

À Roquebillière, la fibre est annoncée. La maison de santé l'attend avec impatience. Nous nous adressons à une personne des services de la mairie, qui nous répond : *« Ça progresse… Justement, une habitante nous a dit qu'elle avait reçu un recommandé à ce sujet. Nous lui avons dit qu'il fallait répondre à ce courrier. Il faut encourager les gens à répondre à ces recommandés, car aujourd'hui c'est gratuit, mais plus tard, ce sera sans doute payant. En ce moment, ça progresse, mais c'est long. Les opérateurs ont fait des travaux sur les routes, ont passé des câbles. Maintenant, il faut tirer les fils jusque chez les gens. C'est compliqué… Pour trois abonnés, il faut parfois 3 ou 4 km de câbles, ce n'est pas facile, il faut être patient… Même si on a 90 ans, il faut penser aux générations qui suivent ».*

Pour ce qui est de la Maison de santé : *« On attend la fibre avec impatience. Les médecins doivent envoyer des radios par télétransmission et ça coûte cher ».*

Mais la mairie se veut optimiste, même s'il faudra un peu de temps pour que tous soient reliés à la fibre optique : *« Le SICTIAM(*) fait un très gros travail. C'est une chance que le Conseil départemental finance et mette les villages au même niveau que le littoral ».*

Saint-Martin-du-Var : certains l'ont, d'autres pas

À l'Intermarché de Saint-Martin-du-Var, le directeur, Stéphane Dalmasso attend lui aussi la fibre avec impatience : *« Les appartements situés au-dessus du magasin sont pourvus, mais pas le magasin. Pour nous c'est important, car cela nous permettrait d'aller plus vite, d'avoir de meilleures transmissions pour les commandes et une meilleure fluidité et une meilleure régularité au niveau des fiches ».*

DAVID VINCENT

(*) Syndicat intercommunal des collectivités territoriales informatisées des Alpes-Maritimes

Les stations l'espèrent pour les saisons prochaines

Les stations du haut pays sont très demandeuses de la fibre optique, de par la fréquentation de touristes jeunes et branchés : *« On l'attend,* nous répond-on en mairie de Valdeblore. *On nous la promet et c'est une volonté départementale. Nous en avons besoin ici car nous avons le lycée de la Montagne et la station de La Colmiane. Nous avons de plus en plus de demandes de connexions rapides ».*

À Auron, la commercialisation de la fibre est attendue en septembre, mais elle n'est pas encore arrivée à Saint-Étienne-de-Tinée. À Valberg et Isola 2000, les mairies l'espèrent aussi pour les saisons prochaines.

Un monde très techno : ce qu'il faut savoir

Le bon plan

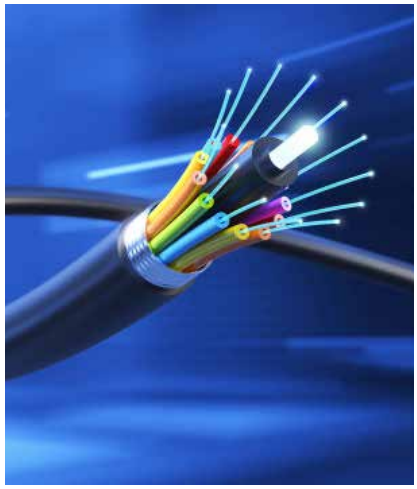
Le Plan Très Haut Débit adopté en 2013 fixe les objectifs de la fibre : il prévoit la couverture de 100 % des foyers français d'ici 2025. Les collectivités territoriales, l'État, l'Europe et les opérateurs télécoms réalisent un investissement estimé à 20 milliards d'euros sur dix ans.

Un marché concurrentiel

Quatre opérateurs mobile de réseaux - Bouygues Telecom, Free Mobile, Orange et SFR - se partagent le marché. Une quarantaine d'opérateurs de réseau mobile virtuels utilisent les réseaux de trois des quatre opérateurs disposant d'antennes réparties sur le territoire.

Une autorité de régulation

En France, l'autorité de régulation des communications électroniques et des postes (ARCEP) est chargée de veiller à une concurrence saine entre les quatre opérateurs et à un déploiement harmonieux de la fibre. Elle attribuera les licences de la future 5G.



Dans nos villages

Orange annonce la commercialisation de ses offres Fibre sur de nouvelles communes du Réseau d'Initiative Publique THD06. Plus de 4 000 foyers ou entreprises de Peymeinade, Saint-Cézaire-sur-Siagne, Saint-Vallier-de-Thiey, Blausasc, Drap, Cantaron peuvent déjà en bénéficier. D'ici fin septembre 2020, des foyers des communes de L'Escarène, Luceram, Saint-Martin-Vésubie, Venanson, Guillaumes, Péone-Valberg, Isola, Touët-sur-Var et Breil-sur-Roya seront également raccordés.

Et la 5 G ?

Il faut dix ans pour déployer une génération de téléphonie mobile : la 2G a vu le jour dans les années 90, la 3G dans les années 2000. Nous sommes encore dans le développement de la 4G qui couvre aujourd'hui 99,13% des foyers des A.-M. La 5G va se déployer progressivement dans les prochains mois et jusqu'en... 2030.

Pas de cadeau

Tous les pays développés ont commencé à déployer la 5G, parfois sur des bandes de fréquences différentes comme l'Espagne, l'Italie, l'Allemagne, le Royaume-Uni, les USA, la Suisse ou encore la Corée du Sud.
La Chine est également présente sur ce futur grand marché.

audit

ALP'AZUR AUDIT
Société d'expertise comptable
Tél: 04.22.70.01.89
@ : lionel.alpazuraudit@orange.fr
@ : cmaria.alpazuraudit@orange.fr
180, Avenue de la Porte des Alpes - Plan du Var - 06670 LEVENS

Actualité

	Zone A	Zone B	Zone C
	Mardi 1er septembre		
Vacances de la Toussaint	Fin des cours : **samedi 17 octobre** Jour de reprise : **lundi 2 novembre**		
Vacances de Noël	Fin des cours : **samedi 19 décembre** Jour de reprise : **lundi 4 janvier**		
Vacances D'hiver	Fin des cours : **samedi 6 février** Jour de reprise : **lundi 22 février**	Fin des cours : **samedi 20 février** Jour de reprise : **lundi 8 mars**	Fin des cours **samedi 13 février** Jour de reprise : **lundi 1 mars**
Vacances de printemps	Fin des cours : **samedi 10 avril** Jour de reprise : **lundi 26 avril**	Fin des cours : **samedi 24 avril** Jour de reprise : **lundi 10 mai**	Fin des cours : **samedi 17 avril** Jour de reprise : **lundi 3 mai**
Pont de l' Ascension	Fin des cours : **mercredi 12 mai** Jour de reprise : **lundi 17 mai**		
Vacances d'été	 **Samedi 6 juillet**		

Quelques astuces pour bien organiser la rentrée scolaire

Optimisez au mieux le temps et l'espace de la maison, surtout si le télétravail et l'école à la maison s'invitent à nouveau chez vous.

L'agenda

Utilisez un agenda familial grand format dans lequel toutes les activités de la famille seront notées. Utilisez un code couleur pour les différentier et mieux les repérer (sport, rendez-vous…) Notez également les temps d'usage des ordinateurs, s'ils sont partagés dans la famille, télétravail et devoirs…

Dressez la liste des tâches

Faire une liste de tâches pour chaque enfant dans laquelle vous énumérerez différentes choses à accomplir tous les matins. L'afficher dans un endroit bien visible.

Faites un planning horaire

Établissez les règles de la semaine et en informer à l'avance : horaires d'ordinateur, de télé, de devoirs, de jeux… heures de réveil et de coucher, des repas. Planning des lessives…

Réorganisez

Réorganisez votre hall d'entrée afin qu'il soit plus efficace : boites, crochets, tableaux d'affichage, paniers…

Aménagez un coin devoir

Créez un coin devoir dans un endroit propice et qui pourra s'avérer efficace en cas « d'école à la maison ».

Préparez-vous à l'avance

La veille, mettez la table pour le petit-déjeuner, préparez les vêtements des enfants, les sacs d'école et d'activités.
Par avance, cuisinez des repas en doubles portions pour les congeler.

Bonne rentrée !

Patrimoine

Les rendez-vous des 19 et 20 septembre

Les Journées du patrimoine auront lieu les 19 et 20 septembre.
En raison de la COVID 19, les rendez-vous ci-dessous sont donnés sous toutes réserves...

Tourrette-Levens

Église Notre-Dame-de-l'Assomption. - Son maître-autel, son retable baroque et ses œuvres de François et Ludovic Bréa. Visite samedi et dimanche de 14h à 18h.

Château-musée. - Dimanche 20 septembre à 15h, jardins du château. Découverte du développement du village de Tourrette-Levens et de son château de l'âge de fer au Moyen-Âge par l'interprétation des vestiges archéologiques.

Exposition Tourrett'art. - Espace culturel ouvert samedi et dimanche de 14h à 18h.Visite libre.

Trois musées gratuits ouverts. Dimanche 20 septembre, de 14h à 18h : musée d'histoire naturelle et des papillons ; musée des métiers traditionnels ; musée de préhistoire : animation "Viens jouer au petit archéologue". Sur réservation.

Levens

Le Trésor de la chapelle Noire. - Samedi 19 et dimanche 20 septembre, de 9h à 11h30, place de la République. Non connu par les visiteurs, exceptionnellement ouvert, le trésor de l'église de Levens dans la chapelle de la Confrérie des Pénitents noirs.

La crypte de la Madone des Prés. - Visite libre de la crypte de l'église de la Madone-des-Prés qui était la première de Levens. Entrée libre.

Saint-Blaise

Visite commentée du patrimoine saint-blaisois. - Démonstration de tournage toute la journée du dimanche 20, de 10h à 17h au moulin musée. Rendez-vous devant l'église à 10h. Visite de l'église, du moulin puis ascension jusqu'au château du XIIIe siècle. Pour monter au château, prévoir de bonnes chaussures. Randonnée grimpante, de niveau moyen. Prévoir un pique-nique pour rester plus longtemps au sommet à la fin de la visite et profiter de la vue.

Marie-sur-Tinée

Visite commentée du village.- Samedi 19 et dimanche 20 à 14h : histoire et découverte du village médiéval ayant gardé toute son authenticité : l'église Saint-Pons, le château, les ruelles et fontaines, le moulin à huile.

Valdeblore

Visite de l'église St-Dalmas. - Samedi et dimanche, entrée libre.

Guillaumes

Inauguration du sentier Art, Nature et Patrimoine. - Le 20 septembre à 10h. Ce sentier, situé entre le village de Guillaumes et son château proposent un rêve médiéval aux promeneurs et aux amoureux du patrimoine.

Les Gorges Rouges. - Toute la journée du 20 septembre, partez à la découverte des patrimoines des Gorges Rouges ! De nombreuses activités vous sont proposées sur cette commune ; balade nature, point d'accueil patrimoine, film, accueil au musée de l'agriculture, dégustation de produits régionaux...

D.V.

Cinéma : les dates de projection de "L'Espoir paysan"

L'Espoir paysan (lire dans *VieVillages* de juillet 2020) reprend sa route... Ainsi, le film, auréolé des trois prix obtenus au Festival du film court-métrage d'Aix-les-Bains de la FFCV (Fédération Française de Cinéma et Vidéo) : le Grand Prix, le Prix de la meilleure fiction et le Prix de la meilleure musique originale, sera projeté dans le département :

- Le samedi 5 septembre au Boréon, dans le cadre de « Bouge ta montagne ! » ;
- Le samedi 12 septembre à La-Tour-sur-Tinée ;
- Le dimanche 13 septembre à Pelasque sous le chapiteau des Uto'Pistes ;
- Le samedi 31 octobre à Venanson.

Deux autres projections sont prévues à :

- Carros, dans l'espace E.COL.E le mardi 6 octobre ;
- Nice, dans la bibliothèque Raoul-Mille, le 15 décembre à 19h (projection organisée par Alternatiba 06).

Bien entendu, les projections s'effectueront dans le strict respect des consignes sanitaires en vigueur.

D.V.

Contact : Christian Rasquier ; christian.rasquier@orange.fr.
Tél. 06.62.58.91.18

L'écogeste avec

Mail : atelier.tourrette@gmail.com
Facebook : Association l'Atelier – Tourrette-Levens

Recette de saison et anti-gaspillage : la gelée d'épluchures de pommes !

Voici une recette qui frôle la magie : en cette saison, les pommes vont être les reines des étals… Voici un bon moyen d'utiliser la pomme dans son ensemble : la gelée d'épluchures de pommes… Et bien sûr si elle est bio !

Pour 1 pot :

- 250 g d'épluchures, trognons et pépins de pommes bio préalablement lavés (environ 6 pommes)
- De l'eau pour recouvrir les épluchures dans la casserole (environ 75cl)
- Environ 450 g de sucre (à peser en fonction du volume de jus recueilli)
- Jus d'un citron

Couvrez les épluchures d'eau dans une casserole et portez à ébullition pendant 20 minutes sans couvrir.

Ajoutez de la vanille ou de la cannelle à cette étape si vous le souhaitez.

Laissez refroidir toute la nuit.

Pressez les épluches pour en récolter un jus.

Pesez ce jus. Pour 50cl, comptez 450g de sucre.

Portez à ébullition le mélange additionné du jus de citron.

Au bout de 20 minutes, vérifiez la consistance de votre gelée et versez-la dans un pot propre et stérilisé. Fermez immédiatement. Bon appétit !

DEVIS GRATUIT - ARRIÈRE PAYS NIÇOIS ET VALLÉES

PST06
Votre toiture sur mesure

♦ Couverture ♦ Charpente
♦ Etanchéité ♦ Isolation
♦ Zinguerie

www.pst06.fr - Tél. 04 93 27 84 46

Agricoltura e giardinaggio
BONGIOANNI

Pièces détachées pour micro tracteurs Iseki anciens modèles

Visitez notre nouveau site internet
agribongioanni.it

Via Cuneo 24/B - 12080 Pianfei (CN) - Italie
Contact : info@agribongioanni.it
Téléphone : +39 0174 585159

Les bons petits plats de Miss Bretzel

Quiche à la pomme, chèvre, miel et noix

Instructions

Pour la pâte brisée :

À l'aide de la feuille d'un robot, mélanger la farine avec le sel et le beurre mou coupé en petits dès.
Lorsque le beurre est incorporé à la farine, ajouter l'œuf et l'eau.
Pétrir jusqu'à ce la pâte se ramasse en une boule.
Filmer et réserver au frais pendant 30 min.
Sur une surface farinée, étaler la pâte brisée et foncer un moule à tarte beurré.

Pour la garniture :

Hacher l'oignon et le faire revenir dans une poêle avec l'huile d'olive.
Ajouter la pomme taillée en lamelles, le sucre, le beurre, le sel et le poivre.
Poursuivre la cuisson quelques minutes afin de faire caraméliser la pomme. Dans un saladier, mélanger la ricotta, la crème liquide et les œufs.
Ajouter le mélange pomme/oignon caramélisé. Verser cette garniture dans le moule à tarte.
Disposer les tranches de chèvre et parsemer de noix concassées. Saupoudrer de thym et enfourner pendant environ 40 min dans un four préchauffé à 180 °C. À la sortie du four, arroser d'un filet de miel.

Ingrédients

Pour 6 portions :

Pour la pâte :
- 250 g de farine
- 125 g de beurre
- 1 œuf
- 1 cuillère à soupe d'eau
- Sel

Pour la garniture :
- 1 oignon rouge
- 20 g d'huile d'olive
- 1 cuillère à café de sucre cassonade
- 15 g de beurre
- 1 pomme
- 3 œufs
- 150 g de ricotta
- 150 g de crème liquide entière
- Sel (poivre)

Pour la finition :
- 8 tranches de fromage de chèvre en bûche
- 1 poignée de noix
- 1 cuillère à soupe de thym
- 1 cuillère à soupe de miel

Note

Pour sentir un peu plus la pomme, je vous conseillerai de rajouter une pomme à la recette.

Le mot de Miss Bretzel

Je n'invente rien, l'association chèvre et miel marche, tout le monde le sait ! La petite originalité de cette tarte salée est l'ajout de la pomme dans la garniture ! Accompagnée d'une salade dans laquelle on aura glissé des petits morceaux de pomme, cette quiche fera un repas équilibré et savoureux !

Rock The Bretzel

Retrouvez Miss Bretzel sur

rockthebretzel.com

info@rockthebretzel.com

Epile et Face - Institut de Beauté
113, Bd Léon-Sauvan - 06690 Tourrette-Levens
Tél.07.77.83.03.58
http://epileetface.e-monsite.com.

Des questions au poil...

Petit tour d'horizon en six questions sur les différentes techniques pour avoir les gambettes toutes douces.

1/ Avec la cire, la repousse du poil est-elle plus longue ? Si l'épilation est bien faite, la cire arrache non seulement le poil mais aussi sa racine. Il mettra deux à trois semaines à repousser.

2/ Avec le rasoir, les poils poussent-ils plus drus et plus vite ? En coupant net le poil à la surface de la peau celui ci va repousser très rapidement puisque la racine n'a pas été atteinte, il peut donc tranquillement continuer sa croissance. La sensation de « jambe qui pique » est due au fait que le poil a été coupé à sa base, dans sa partie la plus large. Attention toutefois à ne pas raser le duvet qui est un poil court, fin et immature au risque de retrouver des poils en phase anagène, c'est-à-dire en pleine croissance !

3/Quelle est la différence entre laser et lumière pulsée ? Ces deux techniques émettent de la lumière qui, en étant absorbée par les bulbes pigmentés des poils, va les détruire. Le laser émet une longueur d'onde très précise pour être idéalement conduite par la mélanine du poil. La lumière pulsée ayant un champ d'action plus restreint, il faut généralement plus de séances qu'avec le laser pour obtenir un bon résultat.

4/Quelles astuces pour éviter les poils incarnés ? Toutes les techniques qui arrachent le poil avec sa racine (épilation à la cire, épilateur électrique ou pince à épiler) peuvent avoir cet effet car, lors de la repousse, le follicule pileux doit remonter un canal pour atteindre la surface de la peau. Or, en chemin, le poil peut se retourner, se plier, et le pore de la peau peut même se refermer, l'empêchant de sortir. Pour éviter cela, exfolier sa peau au moins une fois par semaine, même sur les zones sensibles et l'hydrater quotidiennement.

5/ La crème dépilatoire épile-t-elle ? La crème dépilatoire détruit la kératine du poil en surface, le résultat est donc le même qu'avec un rasoir, les produits chimiques en plus !

GRANIT *Immobilier*

FNAIM

Agréé FNAIM 2017

Toutes Transactions immobilières,
Villas, terrains et locations.
Conseils en aménagements fonciers

Avis de valeur offert en cas de mise en vente ou en location

Dally BERMOND ✆ 04.93.79.87.83 ✆ 06.11.16.01.42
20, boulevard Léon Sauvan - 06690 Tourrette-Levens
www.granitimmobilier.com - granitimmo@orange.fr

Premiers pas en niçois

Par Roger Gilli et Jean-Pierre Spies, IEO-06

Cu viatge de nuech non ve que d'estèlas...

Qui voyage de nuit ne voit que des étoiles...

La nuech... La nuit...

lo tramont > le coucher du soleil
au calabrun/a la tombada de la nuech > au crépuscule
a l'entabrun/sus l'embrunit/au calar dau jorn > à la tombée du jour
lo vèspre > le soir
lo sera/lo ser > le soir
Bòn sera !/Bòn ser ! > Bonsoir !
una serada > une soirée
la velhada > la veillée

fa nuech > il fait nuit
la nuech sarrada > la nuit noire
miejanuech > minuit
la capa dau cèu / l'estelam > la voute céleste
li estèlas > les étoiles
dardalhar/lúser/brilhar > rayonner, briller
una estèla que tomba/una estèla cometa > une étoile filante
l'estèla marina/l'estèla polara > l'étoile polaire
lo grand Carre > La grande Ourse
lo pichon Carre > la petite Ourse
Lo Camin de Sant Jaume / la dràia lachoa > la voie lactée
La Possiniera > les Pléïades

li constellacions > les constellations
l'Aret > le Bélier
lo Tòro (prononciacion torou) > le Taureau
lu Bessons > les Gémeaux
lo Cancre > le Cancer
lo Lion > le Lion
la Verge/la Vierge > la Vierge
la Balança > la Balance
l'Escorpion > le Scorpion
lo Sagitari > le Sagittaire
lo Capricòrno > le Capricorne
l'Aquari > le Verseau
lu Peis > les Poissons

la luna > la lune
un quart de luna > un croissant de lune
la mieja luna > la demi-lune, premier ou dernier quartier
la plèna luna > la pleine lune
la luna rossa > la lune rousse

La constellation de la Vierge, reproduction d'un dessin d'Arlette Pastor pour le décor de la pièce de théâtre Pastorala per lo nòstre temps *(Pastorale pour le temps présent)*

la luneson > le mois lunaire
lo clar de luna > le clair de lune
courcar a l'ensinha de la luna / corcar a la serena > coucher à la belle étoile
lo canechal > la longue-vue

E tu, a la crotz d'un camin ventós
Sònes una frema per ti levar lo frei
Sònes dins la nuech ti sente un ganavèu
E li estèlas espaventadi
S'escapan en faguent de lume
Sus l'esquina giboa dau temps
Fin de la chanson Cauria que vos diguessi

Paroles d'Alan Pelhon, Musique de Maurís.

Et toi à la croix d'un chemin venteux
Tu appelles une femme pour te réchauffer
Tu appelles dans la nuit un chat-huant t'entend
Et les étoiles épouvantées
S'enfuient dans une traînée de lumière
Sur le dos voûté du temps

A si retrovar lo mes que ven per la leiçon quaranta dozena !
Au mois prochain pour la quarantième-deuxième leçon !

Livres

Les coups de cœur de Mag

Des bruits dans la tête de Drago Jancarr

Difficile de parler d'un tel livre. D'une justesse impressionnante, d'une richesse et d'une intensité folles. Tout se passe dans cette prison de Livada d'où un soulèvement éclata il y a plus de 40 ans. Keber, un homme rompu à la guerre qui a bourlingué au travers des océans, voyagé dans des wagons à bestiaux, dormi au milieu de cadavres et connu nombre de femmes, raconte au narrateur emprisonné avec lui à Moribor, une prison en Slovénie, comment tout cela s'est déroulé, point par point, lui l'instigateur dépassé par son œuvre, obsédé par le siège de Massada, 2000 ans avant notre ère, au cours de laquelle les juifs firent front aux romains dans une tentative désespérée.

Dès lors le rythme s'installe, obsédant, haché par endroits, enflammé à d'autres. On suit le déroulement de cette mutinerie improvisée et dévastatrice où chacun se révèle à son tour bourreau ou esclave, dominant ou dominé. Drago Jancar, dans ce récit terrifiant, illustre magnifiquement la perversité des hommes, leur désir de conquête malgré les causes perdues, ce sentiment de puissance face à la faiblesse de la masse. Comment on la manipule et comment naissent les dictatures.

Un récit haletant, porté par des échappées quasi lyriques où le héros mêle ses souvenirs, ses aspirations ou ses hallucinations. Son amour perdu pour Leonca, ce besoin de rêve pour supporter l'enfermement, éviter la folie. C'est très fort, souvent fascinant. Un récit que l'on a du mal à lâcher mais dont l'envie de faire durer est encore plus vive. C'est la marque des grands livres, on ne tombe pas si souvent dessus. Génial.

Broché : 304 pages.
Edité chez Libretto (20 août 2015).
Existe en poche : 9,70 €.
(traduit par Andrée Lück Gaye).

Connaissez-vous le jeu de la mourra ?

Quelle empreinte profonde a bien pu laisser son pays natal dans le cœur d'un homme pour qu'il lui consacre autant d'énergie afin de trouver de nouvelles facettes de la culture de la Haute Tinée ?

Après *VerduNissa. Un niçois qui part à la guerre*, le recueil de contes *Sous les Étoiles de la Tinée*, Pascal Colletta nous dévoile maintenant les arcanes du jeu de la mourra dans un livre illustré par trois photographes qui révèlent sa dimension épique : Camille Cauvin-Chaix (ci-dessus avec Pascal Colletta), Mathieu Fabre et le slovène Andrej Medica. Les éditions Mémoires Millénaires suivent fidèlement cette quête spirituelle. Le lecteur trouvera *La mourra, plus qu'un jeu* dans toutes les librairies.

De l'Égypte au Japon…

Pascal Colletta pense beaucoup devoir à son éditeur, Frédéric Boyer, mais on ne peut mettre à l'honneur le premier sans mentionner le remarquable travail du second…

Pour l'auteur, ce jeu de la mourra est *« comme une gangrène qui nous ronge. Multimillénaire, il a été pratiqué par les Égyptiens il y a 4000 ans ainsi que par les Grecs dans l'Antiquité. Il atteint ensuite la Corse, la Sardaigne, la Catalogne, la Savoie, l'Aragon au nord-est de l'Espagne, la Slovénie »*. Et nos vallées, bien sûr, où il fut longtemps pratiqué par nos aïeux. La mourra intéresse aujourd'hui jusqu'à… la télévision japonaise ! On peut même y jouer sur son smartphone grâce à une application dédiée.

Il se forme désormais des concours partout en France, notamment au "FestiVous", le célèbre festival de culture occitane d'Ilonse. C'est là qu'eut lieu le championnat du monde de la spécialité en 2018.

Même le procureur s'en mêle…

En deux mots, la mourra est un jeu de doigts très simple où entre une part de hasard. Il exige intuition, stratégie et rapidité car il s'agit de faire peur à l'adversaire. Ce qui a pu effaroucher des néophytes, comme l'ancien procureur de la République de Nice, Éric de Mongolfier, lequel entendant des cris en face du palais de justice et imaginant une rixe, fit intervenir la maréchaussée au beau milieu d'une partie.

Le livre de Pascal Colletta nous en apprendra infiniment plus sur ce jeu patrimonial qui mérite bien ce coup de projecteur. Ah, la mourra, toujours la mourra…

LISE TELL

« La mourra, plus qu'un jeu, un des piliers de notre culture »
aux éditions Mémoires Millénaires, 19 euros.
En librairie ou sur mémoires-millénaires.com

En chemin vers les villages perchés

Hissés sur leur promontoire d'où ils tutoient le ciel, les villages perchés des Alpes-Maritimes sont des sentinelles parfois vieilles de plusieurs siècles. Voyage en images et en mots vers ce patrimoine remarquable.

Une fois n'est pas coutume, quand la description touristique et culturelle, souvent technique par définition, rencontre les variations inhérentes à l'art de la peinture. À travers ce nouvel ouvrage des éditions Gilletta, deux passionnés du département des Alpes-Maritimes et de son terroir, Edmond Chiapello et Claude Raybaud, ont mis en commun leur amour de la nature, des vieilles pierres, des villages et des paysages pour concevoir un ouvrage original. Edmond Chiappello, maçon à la retraite, dévoile les aquarelles qu'il a réalisées tout au long de ses pérégrinations professionnelles dans le pays niçois et grassois, depuis le proche littoral jusqu'aux plus hautes vallées alpines.

Le mont Mounier s'aligne majestueusemen derrière Beuil.

Saint-Dalmas-le-Selvage est le plus haut chef-lieu de commune du département.

Des villages pittoresques

Pas moins de 85 villages perchés – et c'est justement là leur dénominateur commun – sont illustrés avec des couleurs chatoyantes selon des angles de vue particulièrement photogéniques. Le métier originel d'Edmond Chiapello transparaît clairement dans cet ouvrage. Il s'en dégage une alliance subtile entre la précision rigoureuse de certains bâtiments comme les églises, les ponts ou autres ouvrages remarquables que les habitués des lieux reconnaîtront sans peine, et un ton volontairement diaphane et apaisant des paysages d'arrière-plan, ébauchés sobrement comme pour mieux faire surgir ces villages ou églises de leur environnement. D'un côté, l'image peinte nous laisse dériver en quête de rêveries romantiques, de l'autre, un texte rédigé par Claude Raybaud, succinct mais précis, accompagne chaque illustration en décrivant quelques aspects remarquables du village ayant trait à l'histoire, la situation géographique, l'architecture religieuse, les coutumes ou pratiques traditionnelles ou encore le patrimoine populaire et artistique. Pour chaque village, il a mis l'accent sur un élément qui le caractérise particulièrement, ici, le passage de Napoléon, là, la pratique traditionnelle de l'apiculture, ailleurs, un ouvrage fortifié d'un autre temps… Ainsi, sans prétendre à une insaisissable exhaustivité, ce livre apportera à tous, passionné ou profane, une vue d'ensemble du patrimoine du moyen et du haut pays. À chacun de le découvrir à sa façon. Un ouvrage à feuilleter sans ordre précis, au gré des inspirations…

Savoir +

Villages perchés des Alpes-Maritimes, ***aquarelles d'Edmond Chiapello et textes de Claude Raybaud. 112 pages. Édition brochée.***
En vente en librairies, maisons de presse, grandes surfaces et sites de vente en ligne. 21€ / www.editionsgilletta.com

« Esprit de parc » : le Mercantour s'engage !

La verrerie de Biot. Le citron de Menton. Les Bêtises de Cambrai. Et bien sûr notre bon vieux camembert... Nombreux sont les produits qui ont associé leur nom de marque à un lieu géographique, souvent à une commune dont il est originaire. Ainsi Saint-Tropez, qui s'est protégée d'une exploitation commerciale outrancière en déposant son patronyme. Sans cela, il pourrait être utilisé par des fabricants n'ayant rien en commun avec la cité corsaire et porter un préjudice à son image.

Fédérer les acteurs du territoire

De leur côté, les parcs nationaux de France ont créé la marque commerciale « Esprit parc national ». Cette démarche est destinée à fédérer les acteurs du territoire et à sensibiliser le consommateur aux valeurs d'authenticité et de respect portées par les parcs depuis plus de cinquante ans.

Terre d'exception, aussi belle que fragile, le Mercantour s'inscrit totalement dans cette démarche. Avec huit autres parcs, il est labellisé depuis peu « Esprit parc national » et n'a d'ailleurs pas attendu cette reconnaissance officielle pour mettre en avant sa politique de protection de l'environnement, de partage des savoirs, du vivre ensemble qui réunit les montagnards habitant nos villages et leurs visiteurs citadins venus se ressourcer en pleine nature.

« Esprit parc national » s'intéresse à toutes les activités présentes sur l'aire du parc. Le tourisme, à condition qu'il soit respectueux de l'environnement : les vacanciers vont ainsi trouver des locations et des lieux de restauration qui mettent en avant des produits locaux. Faire des randonnées avec des guides agréés. L'artisanat, qui utilise également les ressources du pays. Les producteurs du terroir, qui savent mieux que personne mettre en valeur leurs fruits et légumes et la viande (par exemple, pour le fromage fermier, il s'engagent à faire pâturer les brebis en milieu naturel sans aucun pesticide.

Toujours, il y a la volonté de valoriser le territoire, de faciliter la vie des habitants, d'étudier et de partager les savoirs qu'ils soient scientifiques (flore, minéralogie etc.) ou humains, comme les traditions.

Les maîtres-mots de cet engagement sont « durable » et « équitable ». Parce que la nature appartient à tous et que chacun en est responsable.

MICHEL BERRY

Les petits plus

- Des hébergements chez l'habitant, dans les petits campings ou hôtels ruraux.
- Une offre de restauration traditionnelle locale, des séjours clé en main.
- Des visites de sites touristiques, des sorties découverte du patrimoine naturel.
- L'ensemble des parcs propose 290 hébergements et restauration, autant de sorties et découvertes, 292 produits locaux, 20 produits artisanaux, 63 circuits et séjours.
- Se renseigner sur www.espritparcnational.com, site internet qui recense l'ensemble des bénéficiaires de la marque et valorise leurs actualités. Ainsi que sur Facebook et Instagram.

1930 : reboiser la montagne pour des pâturages

Les enjeux environnementaux ne datent pas d'aujourd'hui. Pour preuve, cet extrait d'un article paru dans le journal *Les Petites Affiches de Cannes* à la fin de 1930 alors que déjà l'on se préoccupait de l'équilibre naturel des espaces et de la sauvegarde de la forêt.

LES PETITES AFFICHES DE CANNES

Ce qui se passe...

Le reboisement des montagnes.

Au cours d'une réunion du Conseil d'administration de l'Union des Syndicats agricoles des Alpes-Maritimes, qui s'est tenue sous la présidence de M. Corniglion-Molinier, conseiller général du canton de Roquebillière, vice-président, celui-ci a rappelé à ses collègues ce qui a été décidé au Conseil général à la suite de son intervention pour le reboisement des montagnes des Alpes-Maritimes et les difficultés qui ont été rencontrées par l'administration pour l'achat de montagnes dénudées ; seule, dit-il, la commune de Peille, dont le représentant, son maire, M. Montagne, est membre de l'Union, a bien voulu seconder ses efforts et offrir des ter-

Pour téléphoner à Paris.

Un certain nombre d'abonnés appartenant autrefois à la série « Trudaine » ont été transférés depuis plus d'un an à la série « Trinité ».

Toutes recommandations ont été faites aux intéressés pour que les appels soient faits désormais sous l'indicatif « Trinité ». Cependant l'Administration des P.T.T. constate que de nombreux appels destinées à des abonnés « Trinité » sont encore formulés sous l'indicatif « Trudaine »

Ces appels pouvaient aboutir tant que la série manuelle « Trudaine » était située dans le même immeuble que la série « Trinité ». Mais, depuis la récente mise en service du

Au cours d'une réunion de l'Union des Syndicats agricoles des Alpes-Maritimes, qui s'est tenue sous la présidence de M. Corniglion-Molinier, conseiller général du canton de Roquebillière, celui-ci a rappelé à ses collègues ce qui a été décidé au conseil général à la suite de son intervention pour le reboisement des montagnes et les difficultés rencontrées par l'administration pour l'achat de montagnes dénudées.

Préserver et protéger

« Seule, dit-il, *la commune de Peille, dont le représentant, son maire, M. Montagne, est membre de l'Union, a bien voulu seconder ses efforts et offrir des terrains. Ce qui rend la difficulté si grande des reboisements, c'est que les intéressés croient qu'il s'agit d'étendre le domaine forestier sur tous les terrains. Or, il s'agit de conserver précieusement les plateaux susceptibles de fournir des pâturages et de protéger ces pâturages par l'extinction des torrents et le reboisement de leurs rives pour assurer la stabilité du sol ».*

M. Corniglion-Molinier explique que les torrents provoquent des éboulements qui réduisent la surface des pâturages et constituent une menace permanente pour les terrains en culture des vallées.

L'Union des Syndicats agricoles des Alpes-Maritimes a donc émis le vœu que les pouvoirs publics, en accord avec les communes et les particuliers, *« prennent toutes mesures utiles pour fixer ces torrents et sauvegarder ainsi les parties les plus fertiles de nos montagnes »* ; que le reboisement soit effectué *« de telle sorte qu'il ne soit pas une gêne pour le parcours des troupeaux et qu'il ne réduise pas la surface des bons pâturages »*; que *« la destruction des plantes traçantes comme les rhododendrons et autres soit effectuée par les soins de l'administration forestière »* de manière à rendre aux pacages des surfaces qui, autrefois, donnaient des pâturages abondants ». Ce vœu a été adopté à l'unanimité.

M.B.

Exposition

Matisse sculpteur : à redécouvrir à Cimiez !

Ouverte le 14 février, interrompue par le confinement, l'exposition « Matisse Métamorphoses » est à nouveau visible au musée de Cimiez à Nice. Elle présente une collection de quatre-vingt quatre pièces en bronze qui couvrent toutes les parties du parcours artistique de l'artiste.

La scénographie, fort pédagogique, nous renseigne sur la manière de travailler de Matisse, en montrant les transformations qui s'opèrent progressivement sur un sujet, et qui donnent lieu ensuite à diverses déclinaisons. De cette manière, le visiteur entre dans la tête du créateur et considère avec étonnement la savante rigueur d'un travail sans cesse remis sur la planche.

Adorateur de la lumière provençale

Nous avions trop pris l'habitude de dialoguer avec Matisse à travers ses paysages, ses dessins, ses grandes gouaches découpées dans du bleu, du orange, du jaune, du vert des dernières années. Cette exposition dans « son » musée de Cimiez décale un peu la vision que nous nous faisons de cet adorateur de la lumière provençale.

Tous les grands artistes sont complets et Matisse, le plus grand d'entre eux, a exploré de nombreux supports. Il faut considérer cet ensemble sculpté et voir comment il répond à la peinture. Une pratique initiée dès le début de son parcours artistique, et pendant les cinquante ans qui suivirent, commençant avec Rodin à l'école des Beaux-Arts, la poursuivant avec Antoine Bourdelle qui fut un des ses maîtres, et plus tard avec Maillol qui fut un des ses amis.

Matisse a toujours cherché à dépasser ses modèles sans essayer de parler le même langage qu'eux. Ses sculptures étaient restées plus ou moins dans l'ombre car, au contraire de sa peinture, elles avaient échappé à la commande publique.

Très complète, l'exposition « Métamorphoses » montre que Matisse fut un des premiers artistes à accorder de l'intérêt aux objets provenant des colonies et à s'en inspirer pour renouveler la représentation du corps. On y découvre quelques « belles statues nègres » et deux somptueux moucharabiehs. L'exposition se visite d'autant plus agréablement qu'il n'y pas foule et qu'il est facile de respecter la distanciation sociale. Elle devait se clore début mai, mais est prolongée jusqu'au 15 septembre par la « grâce » du coronavirus...

LISE TELL

Aspremont

Le 15 août, la fête de l'Assomption à la chapelle des Salettes

Le père Christophe Armatys était ravi : *« C'est la première fois que je célèbre une messe en plein air dans cet endroit magnifique »*, dit-il… Oui, la nouvelle municipalité a tenu à maintenir la fête de Notre-Dame-des-Salettes, si chère dans le cœur des Aspremontois. La tradition a été respectée dans le respect des règles sanitaires imposées.
Tous les ingrédients y étaient pour que cette journée soit une réussite : le soleil, un petit vent doux, un apéritif déjeunatoire préparé par le comité des fêtes, la bonne humeur et le sourire de l'ensemble des participants. Tous ont apprécié ce beau moment de convivialité et de partage à l'ombre des arbres.

Le retour de la fête patronale de la Saint-Jacques le 26 juillet

La fête de la Saint-Jaques a été l'occasion pour les Aspremontois de se retrouver dans les jardins Caravadossi, après une période de confinement très compliquée.
Bien évidemment, rien n'a été laissé au hasard et les mesures de sécurité étaient en place afin que les administrés et élus présents puissent célébrer cette journée dans de bonnes conditions.
Un moment de détente et d'échanges à l'ombre des jardins, autour d'une collation préparée par le comité des fêtes.
Madame Éliane Mercier, adjointe sortante, a reçu la médaille d'Aspremont en remerciement de son dévouement et de sa grande disponibilité durant de nombreuses années.
Un remerciement particulier également au père Khadi, appelé à se mettre au service de la paroisse Saint-Nicolas de Cannes à compter du 1er septembre prochain.

Aspremont

La vie du village

« Invitation à la promenade » avec l'artiste Cathy Salet

Rencontre avec Cathy Salet, fresquiste et professeure d'arts appliqués en pleine exécution des dix-sept fresques des arches de pierres situées à la montée de l'ancien château d'Aspremont.
Mieux qu'un copié-peint du paysage environnant, elle nous laisse voyager dans son univers artistique, tout en respectant la beauté panoramique que l'on peut admirer du sommet de notre village. Elle nous donne même un titre à cette œuvre majestueuse qui orne toute une rue : « Invitation à la Promenade ».
Laissez-vous transporter au rythme du vent sur les clochers des villages de Colomars, Castagniers et Aspremont, mais aussi sur les beaux paysages qui vont du Mercantour à la Baie des Anges.
Prenez le temps d'admirer avec l'œil du randonneur et vous découvrirez au détour d'un rocher, marmotte, papillon, hirondelle et bien-sûr, en plein vol l'aigle emblème d'Aspremont.
Bonne promenade à tous sur la route de Cathy.

Les nouveaux membres du Centre Communal d'Action Sociale

Vice-Président : Henri BRAQUET

Françoise BARTOLI,
Martine BUCHET,
Antoinette ELOY,
Patricia FAYOLLE,
Caroline GIAUFFRET,
Emmanuelle HAM,
Catherine LEURETTE,
Isabelle VONNER,
Olivier BONFILS,
André MARRO,
Joël PIERACCINI.

Belvédère

Les Apprentis Pas Sages diffuseurs de culture scientifique

L'association les Apprentis Pas Sages, créée en 2013 par Samantha et Rémi Lanney-Ricci à Belvédère, a pour objectif majeur la diffusion de la culture scientifique. Cela s'illustre d'une part par l'organisation d'ateliers et d'animations à destination de tous les publics, scolaires comme adultes. *« Nous sommes notamment impliqués dans l'organisation de la Fête de la science dans la vallée de la Vésubie depuis 2017 »*, indique Samantha, qui répond à nos questions :

Samantha, pouvez-vous en dire plus sur votre association ?

Les Apprentis Pas Sages sont dotés d'un conseil scientifique multidisciplinaire (astronomie, chimie, mécanique, science du vivant…) incluant des professionnels reconnus tels l'astronome Jean-Louis Heudier ou l'astrophysicien Sébastien Carassou, permettant la validation des animations selon le respect d'une charte scientifique. Adhérent au réseau culture science, agréé par l'Éducation nationale, nous avons pour partenaires la Semeuse et l'Inria.

Quand aura lieu la Fête de la science ?

En 2020, et en fonction de l'évolution des consignes sanitaires, du 2 ou 12 octobre dans l'ensemble de la vallée autour du thème « L'homme et la nature ». De nombreuses conférences et activités sont prévues, avec notamment la présence de Sébastien Carassou, vidéaste de la chaîne « Senses of Wonders » et astrophysicien, le 10 octobre à la salle des fêtes de Lantosque. Expériences et observations seront au rendez-vous dans les villages de Belvédère, Roquebillère, Venanson, Lantosque, La Bollène-Vésubie, Saint-Jean-la-Rivière et Utelle.

Quelles sont les formations proposées à Belvédère ?

La mairie de Belvédère a grâcieusement mis à la disposition de l'association une salle située au-dessus du Musée du Lait, dans le village, où elle propose :

- Des formations notamment en bureautique, pour tous, (word, power point, excel) ; l'utilisation d'internet en sécurité, la remise à niveau dans les matières scientifiques,
- De l'aide aux devoirs et du soutien scolaire dans les matières scientifiques maths, chimie, physique,
- Des séances d'anglais conversationnel,
- Des stages de plusieurs jours autour de sujets tels que l'astronomie, la programmation, l'utilisation de l'ordinateur, la robotique, l'environnement, et d'autres à venir…

Vos autres activités ?

Parce qu'on peut avoir besoin de ces compétences au quotidien, nous proposons aussi :

- De l'aide administrative, aussi bien pour les particuliers que pour les associations (rédaction de dossiers de subventions, mise en forme de documents, rédaction de courriers, de factures),
- Un accès aux postes informatiques et à un accès internet ainsi qu'à une imprimante/scanner, et même à une imprimante 3D avec ou sans notre aide,
- Une recyclerie ouvre en septembre et permettra de trouver une aide pour réparer des pièces abimées et redonner vie aux appareils dans une logique écologique de diminution de la quantité de déchets.

Les animations de médiation scientifique ?

Les Apprentis Pas Sages proposent aussi de se déplacer pour réaliser des animations de médiation scientifique clef en main auprès de tous les publics (scolaires, personnes âgées, familles) sur le thème à choisir. Les animateurs peuvent même adapter des thèmes de fantaisie à la "véritable magie", celle qui fonctionne : j'ai nommé : la science… Faire découvrir la chimie lors d'un cours de potion chez Harry Potter, découvrir les insectes avec un lutin, ou le ciel avec un alien… C'est possible…

Le calendrier ?

Le planning de la rentrée est encore en cours de réflexion à l'heure où cet article est rédigé, vous pouvez contacter l'association au 06 52 25 17 66, au par mail à contact@apprentispassages.com

RECUEILLI PAR DAVID VINCENT

Site internet : www.apprentispassages.com

Belvédère

Learn-O Parc : une chasse au trésor connectée pour découvrir le village

En se promenant dans les ruelles de Belvédère, des enfants courent, concentrés, téléphone et carte en mains, à la recherche d'un trésor…
Comment occuper les jeunes avec ou sans leurs parents dans un village ? C'est la question que s'est posée Thierry Blondeau, concepteur de Learn-o Parc qui a réussi ce pari : *« J'ai placé vingt-six balises dans le village,* raconte l'inventeur qui vit à Venanson. *Les participants doivent télécharger la carte du village ou aller la chercher au bureau de tourisme. Ensuite, il leur suffit de flasher le QR Code. Le but de jeu est de chercher les balises pour retrouver les différentes parties de corps d'animaux (grenouilles, renards, loups, etc.) et de les reconstituer tout en visitant le village ».*
Il ne s'agit pas d'une course d'orientation, mais le jeu ne se passe pas dans les bois et il n'y a pas de boussole. C'est un « escape game orientation » 100% connecté avec learn-o-parc. C'est drôle, vivant et ludique, à faire en famille ou seul et c'est gratuit ! Ce n'est pas un produit culturel. Il s'adresse aux enfants à partir de 8-9 ans ou à partir de 3 ans avec leurs parents.
« *C'est un produit familial, dans des endroits sécurisés, sans route à*

traverser, poursuit Thierry Blondeau. *Le jeu s'effectue sur une petite surface, en une heure. Les participants parcourent le village en long et en large. Les enfants jouent et les parents peuvent découvrir en même temps l'architecture ou les beautés cachées du village ».*

Produit familial et sécurisé

Thierry Blondeau a divisé Belvédère en trois zones : le haut du village (animaux et loups), le bas du village (monstres et loups) et les jardins (loups).
« *J'ai aussi ajouté une activité bonus : les gravures de la vallée des Merveilles (découverte sommaire)* », indique l'inventeur qui a voulu entretenir la motivation des enfants par le gain de « TroubadOrs », pièces de monnaie virtuelles qui leur permettent d'acheter des cadeaux à l'office de tourisme de Belvédère. « *Ensuite, les participants doivent répondre à une énigme sur l'histoire du village. Il y a quatre codes à trouver pour Belvédère, Venanson, Saint-Martin-Vésubie et le Boréon. Enfin, les vainqueurs se procurent une carte au trésor. Ils doivent trouver ce trésor qui est enterré quelque part* ».
En service depuis peu à Belvédère, le jeu intéresse de plus en plus de jeunes participants et leurs familles.
Thierry Blondeau peut programmer d'autres jeux sur les mêmes balises. De quoi passionner très longtemps de nouvelles générations d'adeptes.

DAVID VINCENT

Comment s'inscrire au jeu ?
- Se rendre au bureau de tourisme de Belvédère ou trouver le plan dans la boîte à cartes
- Aller sur le site internet : www.parc.learn-o.com et télécharger la carte

DÉPARTEMENT DES ALPES-MARITIMES | 06

UN PARENT ÂGÉ, DÉPENDANT ?

Le Département VOUS AVANT TOUT ! accompagne dans sa prise en charge à domicile ou en établissement.

#Solidarité06

INSTITUTIONS&PROJETS

Plus d'informations sur :
www.departement06.fr
#AlpesMaritimes DEPARTEMENT06

UNE ACTION RÉALISÉE POUR VOUS AVANT TOUT !
PAR LE DÉPARTEMENT DES ALPES-MARITIMES

St-Étienne-de-Tinée

olivierastolfi

M

we_1210

shashin.prod

titi_ww

E

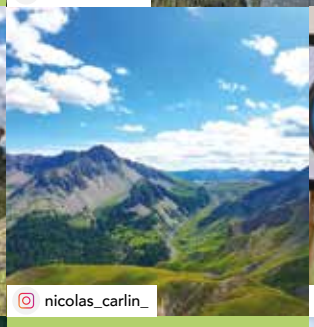
yannis_pele

R

clemence.clm

ju.ne.ay

dans_loeil_de_fab


nicolas_carlin_

mati3110

C

le_gang_a_basile

I

super_arn0

gizmo.mc

AURON
SAINT ETIENNE DE TINÉE
POUR
ce merveilleux
ÉTÉ
avec vous
auron.com
rendez-vous
CET HIVER

Castagniers

La vie du village

CASTAGNIERS

JOURNEE DES ASSOCIATIONS

Dimanche 6 Septembre

De 14H00 à 18H00

SALLE DES FETES

ESPACE DES OLIVIERS

- 14h Ouverture au public
  Présentation des associations
  Renseignements
  Inscriptions
  Animations diverses
- 18H Apéritif de clôture offert par la Municipalité

Dans le cadre de la Saint Michel

Expositions

salle d'animation, espace des Oliviers

Du 5 Septembre 2020 au 20 Septembre 2020

Ouvert tous les jours de 10h00 à 12h00 et de 14h00 à 18h00

Vernissage le Samedi 5 Septembre 2020 à 18h00

Suivi d'un vin d'honneur en présence du Maire

Jean-Francois SPINELLI

Revalorisation d'outils anciens

Voyager dans le monde de Jean-Pierre LUCINI.

Passion Patchwork

Rétrospective des dix ans de Patchwork à Castagniers.

Le 20 Septembre 2020, clôture des expositions suivi d'un vin d'honneur à 18h00.

En raison du COVID-19 le programme est susceptible d'être modifié en fonction de l'évolution sanitaire.

CASTAGNIERS

Saint Michel 2020

Jean-François SPINELLI

Maire de Castagniers

Les Adjoints et les Conseillers Municipaux

Isabelle STEFANI

Présidente du comité des fêtes et ses Membres

Seraient honorés de votre présence à l'apéritif d'honneur offert à l'occasion de la Fête Patronale de la Saint Michel.

Dimanche 20 Septembre 2020 à 12h00

Espace des Oliviers à l'issu de la messe, de la procession, de la cérémonie aux monuments aux morts.

10h30 :

Grande messe en l'église paroissiale

célébrée par le Père Philippe CATALA avec le concours de la chorale Saint Michel suivie de la Procession de Saint Michel.

11h45 :

Dépôt de gerbe au monument au morts.

12h00 :

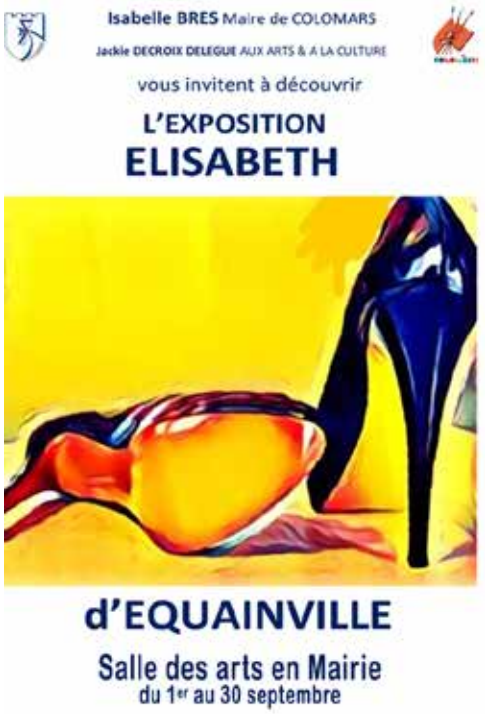
Apéritif d'honneur offert par la Municipalité et le Comité des Fêtes, espace des Oliviers.

En raison du COVID-19 le programme est susceptible d'être modifié en fonction de l'évolution sanitaire.

En raison du COVID-19 le programme est susceptible d'être modifié en fonction de l'évolution sanitaire

Colomars

La vie du village



Isola village

Des animations pour tous les goûts

Malgré les conditions sanitaires qui ont emmené le comité des fêtes à annuler certaines manifestations, le mois d'août a quand même été chargé en animations à Isola Village, et il y en a eu pour tous les goûts. Les sportifs et les amateurs de jeux ont eu de quoi transpirer et se divertir avec de multiples rencontres, tournois et concentrations. Le grand loto du comité des fêtes a aussi remporté un franc succès. Les comédiens en herbe, ont eux pu fouler les planches en participant à un stage de théâtre. Et puis il y a aussi eu de la place pour de la danse et de la musique sous différentes coutures, avec un bal et de multiples spectacles et concerts.

Cette année encore, le Festival du livre a connu un grand succès avec le plaisir de pouvoir rencontrer des auteurs de talent.

Culture et tradition

Les sapeurs-pompiers ont également joué un rôle important avec l'organisation de la soirée paella et de la première kermesse, où les enfants étaient ravis de découvrir les véhicules et le travail des soldats du feu. Enfin une fête patronale se reconnaît évidemment par ses traditions culturelles et cultuelles, et les messes du 15 août et du 16 août ont permis à de nombreux fidèles de se retrouver autour des pénitents, des élus, et de la statue de la Saint-Roch. L'apéritif d'honneur et les allocutions qui ont eu lieu le 15 août ont réuni une multitude d'élus et d'Isoliens venus écouter les annonces des autorités : Madame le maire, Mylène Agnelli, et son conseil municipal, Éric Ciotti, député des Alpes-Maritimes et président de la commission des finances du Département, Marine Brenier, députée de la cinquième circonscription des Alpes-Maritimes et Caroline Migliore, conseillère départementale, ainsi que de nombreux maires et élus de la Métropole. L'occasion pour Mylène Agnelli de remercier les Isoliens qui lui ont fait confiance à elle, et à son équipe, mais aussi de rappeler que tous les citoyens, de la station et du village étaient les bienvenus pour travailler avec son équipe au développement d'Isola.

Madame le maire a également évoqué les réalisations de ce début de mandat et fait part des projets à venir sur l'ensemble de la commune.

Isola 2000

Une terre de champions

À Isola le sport c'est endémique et culturel ! Endémique, avec dès les années 80, un champion de France, Luc Morisset ! Endémique et très vite culturel : comment ne pas évoquer nos médaillés olympiques : Tony Ramoin, médaille de bronze en snowboard cross, et plus récemment, Julia Pereira aux Jeux de Pyong Chang en 2018 qui a apporté au clan français non seulement une fabuleuse médaille d'argent en snowboard cross, mais devint à 16 ans, l'athlète française la plus jeune titrée aux Jeux olympiques d'hiver !

Mais à Isola les ambassadeurs ne sont pas que des snowboardeurs, Mathieu Faivre, l'un des meilleurs géantistes du monde a usé également ses fonds de culotte sur les bancs de l'école primaire d'Isola, il est d'ailleurs toujours licencié au club des sports de la station, il en va de même pour Théo Letitre qui intègre cette année le groupe Coupe du monde en slalom. Et les petits skieurs et snowboardeurs, membres du Club des sports d'Isola et de Back to Back poussent fort derrière leurs champions, avec de beaux espoirs qui continuent de monter en puissance, grâce notamment à l'investissement des présidents de clubs et des entraîneurs.

Isola c'est aussi un des lieux d'accueil du plus gros événement de conduite sur glace au monde, le Trophée Andros, manifestation sur laquelle un autre isolien, le pilote automobile Christophe Ferrier s'illustre tous les ans notamment en ayant emporté la super finale à Bercy à plusieurs reprises.

Une application dédiée aux pratiques outdoor

Forte de cette expérience, la commune positionne son territoire comme centre d'entraînement pour le haut niveau, et c'est dans cette logique qu'un partenariat a été créé entre la mairie d'Isola et l'équipe cycliste professionnelle Arkéa

Samsic dont Warren Barguil (champion de France sur route professionnel en 2019) et Naïro Quintana le grimpeur colombien prétendant à la victoire au classement général du Tour de France. Le coureur colombien a d'ailleurs effectué un stage à Isola pour finaliser sa préparation.

Activité en plein développement, le Trail, n'est pas en reste et Isola affiche également dans cette discipline deux ambassadeurs prestigieux de ce sport. Katie Schide et Germain Grangier (photo ci-dessus) font partie tous les deux des meilleurs traileurs du monde.

Ils ont d'ailleurs mis à la disposition de la commune d'Isola à la fois leur expertise de champions et celle d'universitaire en géologie, pour le lancement d'une nouvelle application, effective depuis le 15 août dernier et dédiée aux pratiques outdoor estivales et hivernales réalisables à Isola. Isolife, l'application en question, permet de faire tenir dans sa poche toutes les activités sportives de la commune, mais aussi des informations pratiques. Isolife, c'est la vie à Isola, tout simplement !

L'application est déjà téléchargeable et permet à tout un chacun de courir sur les traces des géants !

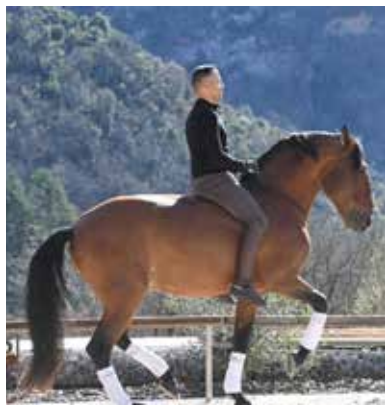
Lantosque

Alexandre Ayache, le cheval au cœur

Il y a des hommes et des femmes admirables pour leur passion. Il y a aussi des êtres humains que vous découvrez, sans fard, sans arrogance, loin des clichés et des "qu'en-dira-t-on". Dans le monde de l'équitation, Alexandre Ayache est connu pour son franc-parler. À 37 ans, il est l'un des trois cavaliers de dressage qui ont permis à la France de se qualifier aux JO de Tokyo, reportés l'été prochain en raison de la crise sanitaire actuelle. Dans son petit paradis lantosquois pour chevaux, Alex vit entouré des siens : ses parents, son épouse, Grete, cavalière de haut niveau également et leur fille, Anna. Un après-midi d'août, il termine un cours avec Rachel, coachée par ses soins, qui s'apprête à partir avec Fandango aux championnats d'Europe de dressage en Hongrie. *"Si tu fais ton job, il le fera aussi (...)"*, lance Alex à la jeune femme. *"Top le piaffé. On refait pour voir si ça n'était pas un accident..."*
Voilà ! Ça, c'est du Alex dans le texte: travail et rigueur. Rencontre avec un homme de cheval, un vrai.

Comment êtes-vous arrivé à Lantosque ?
"Par hasard ! Je venais dans la vallée pour travailler les chevaux. Et un jour, on s'est retrouvé ici par accident avec mes parents alors que nous cherchions un endroit où nous installer. On a discuté avec le propriétaire sans savoir qu'il vendait. Il s'est avéré qu'un agent immobilier nous a proposé cette même propriété trois jours plus tard. C'était il y a 18 ans. Il n'y avait rien, sauf une vieille maison et trois boxes. Aujourd'hui, nous en avons 35, une carrière, un manège, un marcheur, une thalasso... Les maisons sont quasi finies. Je suis fils de fonctionnaires, mes parents ne sont pas devenus milliardaires entretemps (rires), *c'est beaucoup de travail depuis toutes ces années avec mes frères, mes amis. Ça commence à être*

long et puis aujourd'hui, il y a d'autres priorités dans la vie. Anna, notre fille, en fait partie intégrante (une jolie frimousse blonde passe voir Papa !). *Maintenant, notre but avec Grete, c'est de passer du temps avec les gens qu'on aime. Ces dernières années, la vie s'est chargée de nous recentrer sur les priorités."*
Sur les sept hectares de ce pays d'Oz pour équidés, Alex n'a que très peu de chevaux en pension, c'est avant tout son piquet et ceux qui lui appartiennent conjointement avec son partenaire, Karim Barake. Alex valorise les chevaux et les revend le temps venu.
Avec le report des JO l'an prochain, comment abordez-vous la saison ?
"On a qualifié la France, mais là, avec tout ça, il y a une saison de plus. Les chevaux vieillissent, d'autres arrivent, d'autres sortent... Il va falloir refaire son trou en montrant qu'on est toujours dans les meilleurs pour pouvoir intégrer l'équipe de France. Il faut retourner au front. Zo What, mon cheval de tête, est mieux que jamais. À la limite, un report d'un an, c'est bien pour lui ! Il vient encore de gagner dernièrement à Nice en national. J'ai aussi Farao qui démarre fort et qui finit troisième, quasi dans les points de Zo What. Grete n'a pas pris de sélection pour son pays l'Estonie. C'est compliqué, ils n'ont pas d'équipe et courir seule contre les Russes, c'est pas gagné. Mais elle viendra avec moi, avec Anna. On se coache mutuellement. Il faut rester dans le coup, ne pas blesser le cheval, continuer les concours pour maintenir notre place. On verra… Quand on voit les dégâts du virus sur l'économie mondiale, on imagine bien que le sport passe après…"
Un entraînement quotidien donc ?
"Oui. J'ai de très bons chevaux à travailler en ce moment. Je ne vais pas me plaindre ! Je fais mes neuf heures à cheval en plus des travaux dans la propriété. J'attaque vers 5h et je finis… tard (rires). *Le manège que nous avions construit pour la pluie nous sert davantage pour la fraîcheur ! Avec cette chaleur, on fait des petites séances pour ne pas user les chevaux."*
Quels chevaux travaillez-vous en ce moment ?
"Tous ! Je suis beaucoup sur Farao, jeune prometteur. J'ai la chance d'avoir un partenaire financier, Karim, qui me fait confiance à 1000% et c'est réciproque. Il me laisse gérer entièrement. Si je lui dis "ce cheval vaut le coup", *il me suit".*



Lantosque

Votre fille monte à cheval ?

"Anna monte depuis qu'elle a quinze jours ! Aujourd'hui, elle a son poney. Elle est mordue, mais on ne fait rien pour la pousser. C'est un sport compliqué. Elle doit faire ce qu'elle a envie de faire. Je déteste les parents qui vivent par procuration. Ma groom s'en occupe. Mais c'est vrai qu'elle me réclame de plus en plus souvent durant ses cours."

Comment avez-vous contracté le "virus" ?

"Cheval est le premier mot que j'ai dit! Mes parents n'ont jamais fait d'équitation. J'ai attaqué à trois ans. C'est venu comme ça sans jamais plus repartir ! Mais il n'y a que les fous et les stupides qui croient qu'un don peut servir à haut niveau. Il faut du travail, de la répétition et de la remise en question. C'est celui qui travaille le plus et qui se remet en question qui réussit. Le reste, c'est de la littérature. Le cheval, lui, c'est sa tête et son mental, tout ce qu'il est prêt à vous donner. Et pour le coup, ils ont bien plus de qualités que les hommes dans ce domaine-là. Combien d'êtres humains sont prêts à tout vous donner ? Votre mère, votre femme ? Quand tout va bien… (rires). *Peu de chevaux m'ont déçu."*

Vous y mettez plus que du cœur non ?

"Je mets tout ! Il faut une quantité de travail et d'argent pour faire ce que on fait là. Le moindre centime part dans la structure. Ce n'est pas de la chance ! Non ! Il y a aussi des sacrifices. Quand vous vendez votre cheval de tête avec qui vous gagnez une Coupe de monde, c'est dur. Se séparer de ce que vous avez de plus cher pour continuer un rêve parce qu'il n'y a pas d'autres solutions, c'est

tranchant. Nous vivons pour nos chevaux mais en même temps, on leur doit bien ça. Finalement, nous sommes des "imposteurs", la star c'est le cheval ! Un cheval sans cavalier reste un cheval, un cavalier sans cheval, et bien il reste piéton. On leur doit tout. La pièce maîtresse du puzzle c'est le cheval, pas le cavalier. "

Quelle est, selon vous, la clé du couple cheval-cavalier ?

"L'échange. C'est comme dans la vie : si a un moment il n'y pas d'échange, c'est mort. Les chevaux donnent, les êtres humains eux prennent avant de donner. Le cheval, il n'a rien demandé. À trois ans, vous montez sur son dos et il se laisse faire! Qui peut dompter une bête de 600 kilos si elle ne l'a pas décidé? C'est un animal noble. À nous d'être au moins aussi nobles ou du moins s'en rapprocher."

Comment va Zo What, cheval de tête ?

"Malgré ses 16 ans c'est un jeune homme ! Zo What est arrivé ici car personne n'en voulait. J'ai mis trois ans à le remettre en confiance, trois ans de patience et de boulot. C'est le cheval qui m'a fait le plus progresser tant techniquement qu'intellectuellement. Il m'a remis en question profondément. Je n'arrêterai pas avec lui tant que je ne me dirai pas en sortant de la carrière "on a fait la reprise où il ne peut faire que moins bien, maintenant il tire sa révérence et je le laisse tranquille". *Zo What restera avec nous. Je pense lui payer une retraite de vrai cheval pour le coup, au pré, pour manger de l'herbe et vivre tranquille."*

Cheval passion, art de vivre ou amour invétéré ?

"Je pense que le cheval est une réelle histoire d'amour. Je suis autant heureux à curer un box, partir en balade qu'aller aux JO. On part aussi vite qu'on est arrivé, il ne faut jamais l'oublier. J'ai besoin de mes chevaux, de ma famille et des gens que j'aime, rien de plus."

RECUEILLI PAR BRIGITTE DARBOT

La principale qualité que vous aimez chez un cheval ?

L'honnêteté, comme pour les hommes. Sur une relation honnête, il n'y a jamais de problèmes...

Le principal défaut d'un cheval à vos yeux

La malhonnêteté et la fourberie. Il y a des chevaux qui vous font croire des trucs et qui vous lâchent sur un concours ! Ce sport est une relation de couple avant tout. Il faut un vrai feeling, une fusion.

L'occupation que vous préférez chez un cheval ?

Qu'il vive sa vraie vie de cheval, qu'il broute de l'herbe plutôt que de rester dans un box de trois mètres sur trois. Si je pouvais, je laisserais les miens dehors en permanence mais c'est trop risqué pour eux.

Quel cheval vous a le plus marqué ?

J'en ai eu plusieurs en fait. Mon premier poney, Câline, que mes parents m'ont acheté quand j'avais trois ans. Après il y a le premier avec qui je suis entré en équipe, celui qui m'a conduit aux JO... C'est comme une histoire d'amour en fait. Le premier en tout compte.

"Je suis impressionné par le parcours d'Alex, **souligne Jean Thaon, maire de Lantosque.** ***Je me souviens quand la famille Ayache est arrivée sur notre commune. Ils sont partis de loin. Aujourd'hui, les écuries sont devenues magnifiques. Au-delà de ses compétences et de sa réussite, Alex possède une détermination sans faille. Je lui souhaite le meilleur en tout, et surtout pour Tokyo. C'est un vrai talent et Lantosque en est fière."***

Levens

Agenda

Mercredi 2 septembre

FÊTE PATRONALE DE LA SAINT-ANTONIN

- 5h : réveil traditionnel aux moutaïrets, fifres et tambours.
- 10h : église Saint-Antonin. Grand'Messe solennelle avec offerte du coq, présidée par monseigneur André Marceau, Évêque de Nice, Marc Ruiz, curé de la paroisse Saint-Pons, accompagné du diacre Jean-Marie Panizzi.
- 11h30 : square Massena. Dépôt de gerbes.
- 12h : inauguration des travaux de rénovation de la salle de l'ancienne mairie et du jardin public.
- 12h30 : réception sous le chapiteau, allocutions, apéritif d'honneur (servi dans les conditions sanitaires en vigueur).

Jeudi 3 septembre

DÉPART ULTRA TRAIL®
CÔTE D'AZUR MERCANTOUR

Grand-Pré

- 17h : épreuves sportives pour les enfants, courses à pied et vélo.
- 19h30 : spectacle musical du groupe Memories.
- 22h : départ de l'Ultra-Trail.

Samedi 5 septembre

FORUM DES ASSOCIATIONS LEVENSOISES

Halle du Rivet, de 9h à 13h.

Samedi 13 septembre

TRIAL: CHAMPIONNAT JEUNE DE PACA

Savoir + : contact@amsltriallevens.fr / 06 88 822 823.

Samedi 19 septembre

JOURNÉES EUROPÉENNES DU PATRIMOINE

- Samedi 19 et dimanche 20 septembre, de 9h à 11h30 : accès libre au trésor de l'église de Levens à la chapelle Noire.
- Dimanche 20 septembre de 10h à 12h : accès libre à la crypte de La Madone.

Du 19 septembre au 5 octobre

EXPOSITIONS : BÉNÉDICTE WATTEAU, PEINTRE& FLORENT DUBREUIL, PHOTOGRAPHE

=> *«J'aime me balader, contempler, faire des photos, remplir ma banque de données et retourner au chevalet pour peindre. L'inspiration me donne une liberté du geste, des moments de grâce où le temps s'arrête ».*
Bénédicte Watteau

=> **Florent Dubreuil** est passionné par l'astronomie depuis toujours, c'est une des raisons pour laquelle il souhaite partager avec vous cette vision nocturne du monde l'intermédiaire de la photographie.

Vernissage samedi 19, à 17 h, Galerie du Portal.

Levens

Dimanche 20 septembre

TRIAL : CHAMPIONNAT DE LIGUE DE PROVENCE

contact@amsltriallevens.fr - 06 88 822 823

Samedi 26 septembre

VTTRAIL DE LEVENS

La Madone. L'association, « CLO » organise le 1er VtTrail de Levens le samedi 26 septembre avec l'aide des AMSL VTT et Trail ainsi que le soutien du Département des Alpes-Maritimes et de la commune de Levens.

Déroulement de la journée

La journée se divisera en plusieurs parties sur le site de la Madone : VtTrail en duo, pasta party, récompenses, duathlon enfants, tombola.

La course adulte est ouverte à toutes les personnes de plus de 15 ans avec présentation obligatoire d'un certificat de non contre-indication à la pratique du trail running en compétition (ou course nature en compétition) ou du VTT en compétition pour les non-licenciés. Pour les licenciés à l'une des deux fédérations ou FSGT, il leur sera demandé leur licence.

La remise des dossards débutera à 8h. Le départ de la course sera donné à 9h30.

La pasta party est offerte à tous les participants des courses adultes et enfants. Il sera demandé une participation à tous les autres accompagnants.

Ouverture des inscriptions pour les courses enfants de 10h à 13h.

La première course pourra s'élancer à partir de 13h30.

La cérémonie des récompenses aura lieu à 13h.

Tous les enfants participants à la course seront récompensés.

Tarifs

- VtTrail : 30€ par duo (Pasta Party comprise)
- Duathlon : offert par l'organisation (Pasta Party comprise)
- Pasta Party : 5€ par accompagnants (pâtes, fromage, dessert et boisson)

Le Duathlon enfants

Le Duathlon enfants est une épreuve individuelle composé de course à pied et de VTT. Il y aura plusieurs catégories d'âge qui auront des distances adaptés. L'ensemble des courses s'effectueront à partir de 13h30 sur le pré de la Madone. Pour la partie VTT les enfants devront être équipés d'un casque adapté ainsi que de chaussures de sport pour les deux épreuves. À la fin de toutes les courses, tous les enfants seront récompensés : moins de 5 ans, de 6 à 8 ans, de 9 à 11 ans, de 12 à 14 ans.

Course à pied : 150 m, 250 m, 500 m, 800 m

Cyclisme : 150 m, 250 m, 500 m, 800 m

Toutes les infos

06.84.94.05.51/06.24.26.18.21 ou www.engage-sports.com/vttrail-de-levens-2020

6E FÊTE DU TERROIR

Le comité des fêtes de Levens sera heureux de vous accueillir pour cette 6e Fête du Terroir au cœur du village. Artisanat, produits du terroir, animaux, animations pour enfants.

Savoir + : cdflevens@gmail.com ou 06 70 70 66 71.

MARCHÉ TOUS LES DIMANCHES

Bureau d'Information Touristique de Levens

09 62 66 85 84

info.levens@nicecotedazurtourisme.com

Site officiel de la Commune : www.levens.fr

Saint-Blaise

L'auberge communale du Prieuré recherche son gérant

C'est en 2015 que la municipalité a décidé de racheter la Maison Guibert du XVIIIe siècle avec ses dépendances, une ancienne maison rurale et le terrain attenant.
Le but était de revitaliser le centre village ; aujourd'hui l'ancienne maison Guibert a été totalement réhabilitée et deux studios pouvant héberger chacun quatre personnes ont été aménagés dans l'ancienne maison rurale.
La Maison donnant sur la place a été entièrement restaurée, le rez-de-chaussée aménagé en cuisine, une cave à vins, une boutique et un ancien four à pain conservé. Un bâtiment attenant pouvant accueillir 100 couverts et ouvrant sur la nature par de larges baies sur une terrasse attenante a été construit. Son futur gérant aura la tâche d'animer ce nouvel ensemble touristique !
Si vous êtes intéressés, veuillez contacter la mairie au : 04.93.79.72.93 contact@mairie-saint-blaise06.fr

Ne manquez pas la Journée du patrimoine !

Dimanche 20 septembre : RDV à 10h devant l'église pour participer à la visite commentée. Pensez à pendre un pique-nique et de bonnes chaussures pour aller jusqu'au château.
L'artisane potière occupant le moulin fera des démonstrations de tournage de 10h à 17h.
Rens.: 04.93.79.72.93 / contact@mairie-saint-blaise06.fr

Reprise des activités hebdomadaires

Ne manquez pas les cours, dans la salle polyvalente !
LUNDI => Éveil danse & danse jazz : Anne-Valérie LA ROSA : 06.51.68.01.10.
Yoga (adultes): Laurence GUGLIELMI : 06.43.19.49.78.
Catéchisme : Catherine GHIRLANDA : 06.11.50.53.01.
MARDI => Cirque : Anne-Valérie LA ROSA : 06.51.68.01.10.
MERCREDI => Zumba (adultes): Sandy GOUBERT : 06.20.93.10.70
Théâtre ados/enfants (7-10 ans) : Allan GIOVAGNOLLI : 06.88.99.25.11

À vos agendas

■ **20 septembre :** Journée du patrimoine. RDV à 10h devant l'église pour participer à la visite commentée. Ouverture du moulin datant du XVIIIe siècle, de 10h à 17h pour une visite libre.

■ **26 septembre :** séance de cinéma à 21h, salle polyvalente. Adultes 5€/ Enfants 3€.

■ **5 octobre :** messe de rentrée du catéchisme à 11h, église de Saint-Blaise.

■ **10, 24 octobre et 7 et 28 novembre:** séances de cinéma à 21h, salle polyvalente. Adultes 5€/ Enfants 3€.

■ **11 novembre :** commémoration de l'Armistice de la Première guerre mondiale.

■ **15 novembre :** marché de créateurs, salle polyvalente.

Saint-Martin-Vésubie

Prochainement en septembre

Ouverture estivale du musée
Il fête ses 40 ans cette année !
Jusqu'au dimanche 27 septembre, de 14h30, à 18h30.
Fermé le lundi. ZA du Pra d'Agout,
tarifs : 4€/pers ; 1€/enfant ; 1€/étudiant.

Du jeudi 3 au samedi 5 septembre
Ultra Trail Côte d'Azur Mercantour
Infos : www.utcam06.com

Vendredi 4 septembre
Concours de belote contrée, 20h,
au clos de boules, ouvert à tous,
dotation BASM de 50€.

Vendredi 4 septembre
Soirée estivale "Nomad Project"
offert par le Département
des Alpes-Maritimes, 21h,
sous le chapiteau, gratuit.

Samedi 5 septembre
Soirée estivale "Antoine Galey",
offert par le Département
des Alpes-Maritimes, 21h,
sous le chapiteau, gratuit.

Dimanche 6 septembre
Théâtre "Trois hommes et un couffin"
par Les Scènes d'Argent,
17h, salle Jean-Gabin,
entrée 5€/pers.

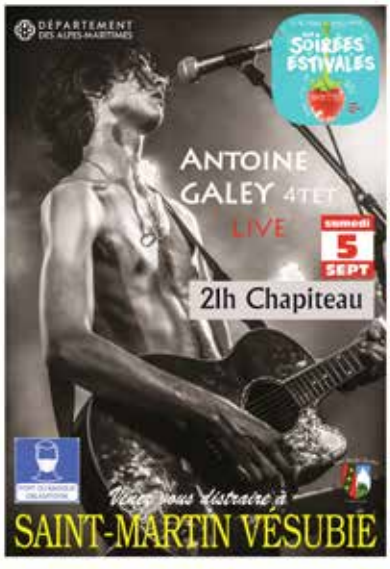
Dimanche 6 septembre
Marche de la Mémoire
17h30, commémoration au Monument
aux morts.

Samedi 19 et dimanche 20 septembre
Transvésubienne
Prologue le samedi :
- 14h – 15h30 : départs du prologue depuis La Colmiane par vague de 20 toutes les cinq minutes, dans l'ordre décroissant.
- 14h15 – 16h30 : arrivée à Saint-Martin-Vésubie, suivie du podium.

Brasserie du Comté
Visite et dégustation les mardi 1er septembre
et lundi 7 septembre à 15h.
Gratuit, inscription au bureau d'information touristique.

Visite guidée du village
Réalisée par l'AMONT jusqu'au 17 septembre.
Tous les jeudis à 16h, 4€/pers. Gratuit jusqu'à 12 ans,
réservation au bureau d'information touristique.

Petit marché montagnard
Tous les jeudis de 15h à 20h,
sur la place des Allées.



Cinéma
Congés annuels du cinéma
itinérant, pas de séance
tout le mois.

Service d'information
au 04.93.03.21.28
et sur
www.saintmartinvesubie.fr

Tourrette-Levens

AGENDA

SEPTEMBRE

Exposition
« Les affiches font leur cirque »
Jusqu'au 6 septembre
Espace culturel ouvert tous les jours de 14 h à 19 h - Gratuit
Spectacles gratuits tous les dimanches à 16 h et 17 h

Fête patronale de Sainte-Rosalie
Vendredi 4 septembre
À partir de 9 h 30 : cérémonies
21 h : The New Orleans Project (SE)
Samedi 5 septembre
À partir de 14 h - Village : animations enfants et ados
14 h 30 : concours de boules - triplette
19 h - Village : apéro en musique
20 h - Chapiteau : show time
Dimanche 6 septembre
9 h - Stade Brocarel : tournoi de foot
14 h - Stade Brocarel : animations enfants et ados
14 h 30 : concours de boules - doublette

Fête des associations
Samedi 5 septembre
9 h à 12 h - Salle des fêtes

Exposition Tourrett'art
Du 12 au 27 septembre
Vernissage : 12 septembre à 11 h
Espace culturel ouvert tous les jours de 14 h à 18 h - Gratuit

Journées du patrimoine
Samedi 19 et dimanche 20 septembre
Programme sur tourrette-levens.fr

Automne des séniors
Vendredi 25 septembre
10 h à 14 h - Parvis salle des fêtes

Sous réserve des règles imposées en raison du COVID-19

Tourrette-Levens TourretteLevens TourretteLevens

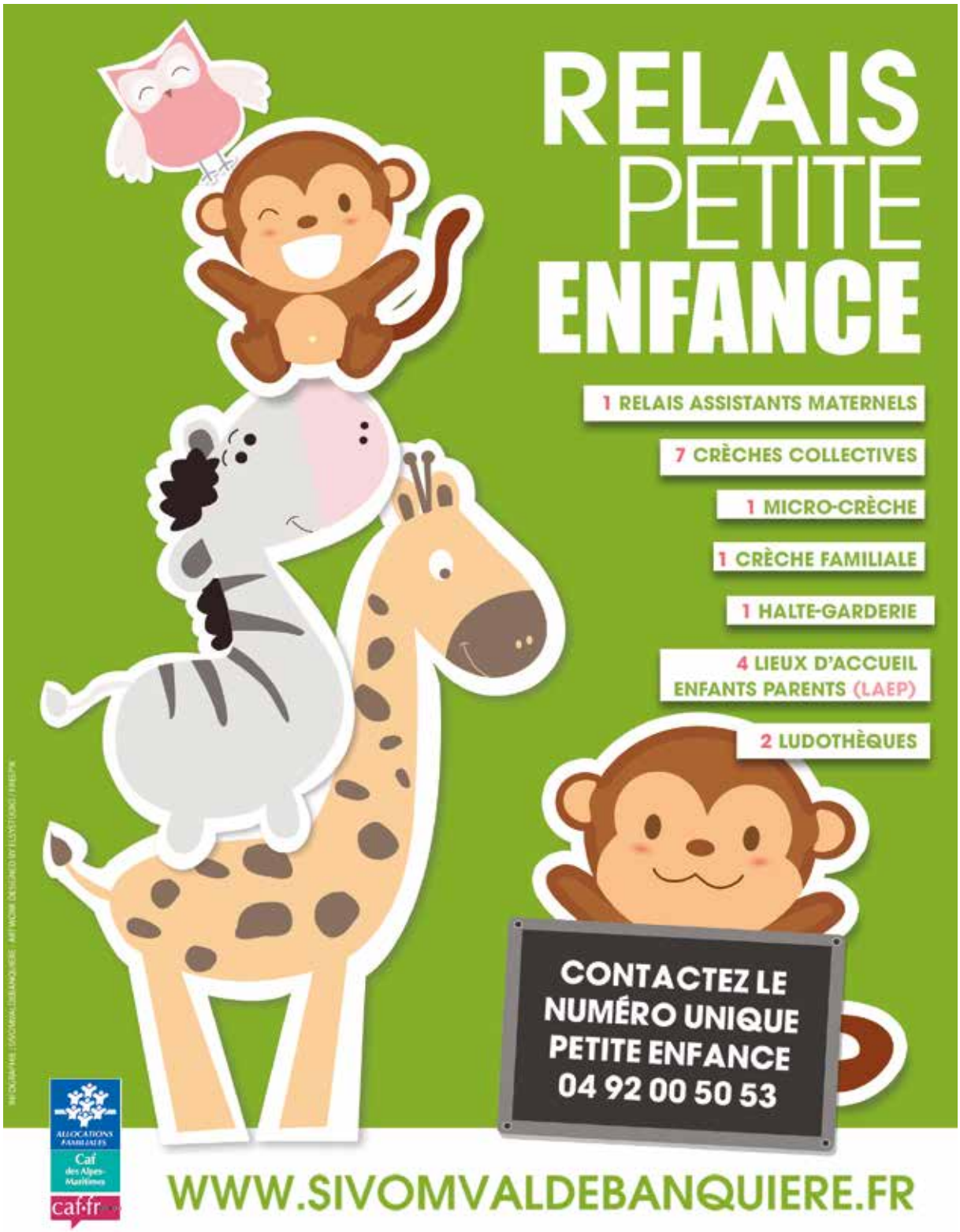
www.tourrette-levens.fr

Nouveau à
Tourrette-Levens
Marché
de producteurs
À partir du
5 septembre
Tous les samedis
de 9h à 12h
Place Louis Girard
06690 - Tourrette-Levens
PORT DU MASQUE
OBLIGATOIRE

Ultra Trail et Transvésubienne : la commune sous le signe du sport de haut niveau

Cette année, le départ de l'Ultra-Trail Côte d'Azur - Mercantour sera donné à Levens, rejoindra la commune d'Utelle en passant par la chapelle Saint-Michel et le col du Lautaret, pour descendre jusqu'au Suquet d'Utelle, rejoindre le Figaret et rallier le village d'Utelle par le chemin de Sanibergue et Gineste.
Utelle a été choisi comme base de vie : accueil, soins et espace de repos dans la salle des fêtes, sur la place de la République sera mis en place un point ravitaillement et une animation musicale qui accompagneront cette manifestation au sein du village.
Cette épreuve pédestre poursuivra sa course vers les Granges de la Brasque via le Castel Gineste et le Brec d'Utelle. Aux Granges de la Brasque, un autre point de ravitaillement assurera un relais pour des participants qui en auront bien besoin.

C'est donc dans la nuit du 3 au 4 septembre qu'aura lieu cet événement de portée internationale et, qui sera suivi le 20 septembre par le passage de la Transvésubienne (VTT).
Ces vététistes de "haut vol" seront eux aussi ravitaillés à Utelle Village et poursuivront leur descente pour un passage par Saint-Jean La Rivière.
Nous profitons de cet article pour remercier tous les bénévoles qui participeront au bon déroulement de ces journées sportives.



Le SIVoM Val de Banquière est présidé par Jean-Jacques Carlin, maire de Saint-André de la Roche.
Il regroupe les communes d'Aspremont, Castagniers, Colomars, Duranus, Falicon,
La Roquette-sur-Var, Levens, Saint-André de la Roche, Saint-Blaise, Saint-Martin-du-Var,
Tourrette-Levens et La Trinité.

21, boulevard du 8-Mai 1945
06730 Saint-André de la Roche
Tél. 04 92 00 50 50
www.sivomvaldebanquiere.fr
@sivomvaldebanquiere

Ultra-Trail® du Mercantour : cinq courses pour tous les niveaux

L'Ultra-Trail® Côte d'Azur Mercantour 2020, c'est la promesse de vivre des émotions exceptionnelles ! Du 3 au 5 septembre, les athlètes pourront se confronter à cette épreuve pédestre qui relie cette année Levens à Saint-Martin-Vésubie. Un événement quasi unique en son genre, une traversée à travers des villages décorés aux couleurs de l'UTCAM et qui se court près des plus hauts sommets du massif du Mercantour. Durant les différentes distances, les coureurs pourront apprécier la beauté des paysages du territoire azuréen qu'ils traverseront au travers des cinq courses qui seront proposées au programme. Les parcours ont été retravaillés avec comme objectif de permettre la découverte des plus beaux panoramas du massif du Mercantour.

Le parcours de 130 km sera bien entendu l'épreuve reine. Les départs des 130 km et des 70 km auront lieu le jeudi 3 septembre à 22 heures, à Levens. Chez les hommes, le vainqueur de la dernière édition, Gilles Frédiani, est blessé et ne pourra pas participer cette année. Les favoris sont : Zaid At Malek, Jordi Gamito, Nathan Jovet, Nicolas Pianet et René Rovera. Chez les femmes : Azara Garcia et Maryline Nakache.

Les départs des 45 km et 10 km auront lieu le dimanche 5 septembre à Saint-Martin-Vésubie.

Les différentes distances au programme seront qualificatives pour l'UTMB® 2020.

DAVID VINCENT

Plus d'informations sur http://www.utcam06.com) et sur les réseaux sociaux (@utcam06)

Les distances

- **130 km /8800m** D+ ; 6 pts ITRA - en solo ou relais de 2 ou 4.
- **70 km / 5000m** D+ ; 4 pts ITRA
- **45 km/ 3500 m** D+ ; 3 pts ITRA
- **10 km Chullanka** / 600m D+
- **Kilomètre vertical**

Mercredi 2 septembre 2020

Horaires	Description	Lieu / Location
14h00 - 20h00	Retrait des dossards	Levens
14h00 - 20h00	Village Expo	Levens

Jeudi 3 septembre 2020

Horaires	Description	Lieu / Location
9h00 - 19h00	Retrait des dossards	Levens
9h00 - 19h00	Village Expo	Levens
22h00	Départ du 130km / 70km	Levens

Vendredi 4 septembre 2020

Horaires	Description	Lieu / Location
09h00 - 20h00	Village Expo & retrait des dossards	St Martin Vésubie
06h00	Arrivée 1er 70km	St Martin Vésubie
15h00	Arrivée 1er 130km	St Martin Vésubie

Samedi 5 septembre 2020

Horaires	Description	Lieu / Location
05h30 - 06h30	Retrait des dossards (45km)	St Martin Vésubie
07h00 - 08h30	Retrait des dossards (KV)	St Martin Vésubie
8h30 - 14h	Retrait des dossards (10km)	St Martin Vésubie
07h00	Départ 45km	St Martin Vésubie
09H00	Départ KV en CLM	St Martin Vésubie

Les deux passions de Christophe Tieran

Le Roquebilliérois Christophe Tieran, 3e de l'Ultra-Trail® du Mercantour en 2019, ne participera pas à l'édition 2020. Mais il sera bien sûr très attentif au déroulement de l'épreuve. Dernièrement, il vient de réaliser l'exploit inédit de rallier les sept plus hauts sommets du Mercantour en 38 heures (photo Edouard Thouny).

« Je devais le faire en 34 heures, mais j'ai dû m'arrêter quatre heures et demi à cause d'un blocage du foie », raconte le passionné, ancien président du Trail Club Vésubien. Parti d'Allos, le coureur de 37 ans a rejoint le village de Belvédère après avoir franchi le mont Pélat, le Cimet, le mont Ténibre, le mont Corborant, la cime du Gélas, la cime de la Malédie et le mont Clapier, sept pics à plus de 3000 m !

Christophe Tieran s'est lancé dans ce challenge *« pour mettre en avant les villages, d'Allos à Belvédère »*. Mais il tient avant tout à mettre l'accent sur le groupe d'amis[1] qui l'a soutenu dans son chemin de croix : *« J'ai couru la totalité des 150 km, mais sans l'équipe, je n'y serais pas arrivé. Le challenge, c'est la même distance que l'Ultra Trail du Mercantour, mais avec plus de dénivelé. Sur certains sommets comme le Gelas, c'était de l'escalade »*.

Amoureux de ses montagnes, Christophe Tieran a vécu sa jeunesse entre le domicile familial de Montaleigne à Saint-Laurent-du-Var et le hameau de Mollières, où vivaient ses grands-parents : *« Nous passions tous nos week-ends et vacances à Mollières. En hiver, nous y allions à pied »*. D'où sa passion de la course à pied et du trail de montagne.

Compagnon du Tour de France

Après un apprentissage des métiers du bâtiment au lycée Pierre-Sola à Nice, cet amoureux de l'OGC Nice a passé huit ans chez les Compagnons du Tour de France : *« J'ai vécu dans treize villes en France et au Maroc. Puis, je suis revenu dans la région et j'ai voulu m'installer à mon compte à Mollières. Mais, pour des raisons administratives, j'ai dû créer mon entreprise de maçonnerie-décoration à Roquebillière »*.

Un métier – sa seconde passion – où il peut affirmer son côté artiste, lors de la réalisation d'ouvrages de décoration comme des coupoles en briques (voir photos ci-dessous).

S'il n'a pu s'installer à Mollières, il s'en est rapproché par l'intermédiaire de son épouse Delphine, une Roquebilliéroise qui tient le restaurant « L'Alpage » au Boréon.

« En hiver elle s'y rend en motoneige. Nous avons un enfant, Louis, 20 mois. Pour mon travail, j'ai deux gros clients et je travaille sur Mollières, Vence et Villefranche-sur-Mer ».

Mais c'est dans la vallée de la Vésubie et sur ses montagnes qu'il vient toujours se ressourcer : *« Je vis à Roquebillière, village dynamique et vivant, depuis 2009 et j'y construis une maison depuis quatre ans, route des Granges de la Brasque »*.

Une région à laquelle il croit et qui est promise, selon lui, à un bel avenir : *« Après ce confinement, les gens seront attirés par le milieu rural »*, affirme-t-il avec optimisme.

DAVID VINCENT

1. Son groupe d'amis : Laetitia (posturologue), Didier (physiologue), Pascal (préparateur mental et physique) et Romain (ostéopathe).

Isola 2000 accueille l'ouverture du Mondial 2020 de trial

L'ouverture du championnat du monde de trial aura lieu à Isola 2000, les 4, 5 et 6 septembre. Après la refonte du calendrier qui ne totalise plus que quatre étapes, comprenant chacune deux courses, Isola 2000 qui recevra le gratin de la discipline au lieu de Cahors, le site initialement prévu contraint de jeter l'éponge faute de date de report.

Sollicitée par la FIM et la FFM *in extremis*, l'AMC Grasse a repris en main l'organisation avec l'aval de la nouvelle municipalité d'Isola et du Conseil départemental.

Le club présidé par Daniel Olivier compte déjà à son actif plusieurs championnats du monde et d'Europe orchestrés dans la station, sans oublier le Trial des Nations 2016.

A Isola 2000, les catégories TrialGP, Trial2, Trial125, TrialGP féminin et FIM Trial-E seront représentées.

Quinzième couronne pour l'Espagnol Toni Bou ?

Dans la catégorie reine TrialGP, Auron s'apprête à recevoir le « roi » Toni Bou (photo ci-dessus), 33 ans, 27 titres de champion du monde (13 en indoor, 14 en outdoor) et son éternel dauphin, Adam Raga, 38 ans, double champion du monde outdoor ainsi que l'inoxydable Japonais Takahisa Fujinami, 40 ans, champion du monde en 2004.

Derrière ce trio dominateur, on attend la montée en puissance de Jaime Busto, 23 ans, 4e du Mondial, 6e du Mondial d'X-trial et du champion de France Benoît Bincaz, 23 ans, 4e du championnat du monde de X-Trial et 7e du Mondial outdoor. Benoît Bincaz (photo ci-dessous à gauche) vit dans les Alpes-Maritimes et est licencié à Saint-Laurent Moto Club. À suivre aussi les pilotes grassois Téo Colairo (Trial2), Enzo Rossi (junior 125) et Loris Gubian (Trial-E).

Les pilotes au nombre d'une centaine s'affronteront sur un circuit de dix kilomètres comprenant dix zones à parcourir trois fois. Les zones sont situées près de la vacherie, près du pont Chapland, et une zone de type « indoor » sera implantée au centre de la station. Il y aura donc deux courses distinctes le samedi 5 et le dimanche 6 septembre à Isola 2000, avec deux classements différents.

L'occasion pour les prétendants aux titres mondiaux de marquer de gros points.

Un double spectacle - gratuit - à voir absolument !

DAVID VINCENT

Le programme

- **Vendredi 4 septembre**

Reconnaissance des zones, contrôles administratifs et techniques

- **Samedi 5 septembre**

De 9 h à 15 h 30 : 1re épreuve

- **Dimanche 6 septembre**

De 9 h à 15 h 30 : 2e épreuve

Entrée gratuite

Le calendrier du TrialGP

- 4-6 septembre : Isola 2000
- 11-13 septembre : Pobladura de las Regueras (Espagne)
- 18-20 septembre : Sant Julià (Andorre)
- 9-11 octobre : Lazzate (Italie)

Alan Techer : du Bol de lait au Bol d'Or

Champion du monde d'endurance en 2018, Alan Techer continue de vivre sa passion en championnat de France de vitesse et en Mondial d'endurance.

Né à Cannes il y a 26 ans, l'Azuréen a effectué sa première course à l'âge de six ans : « *Mon père m'avait inscrit au Centaure Moto-Club* », raconte Alan qui se souvient de Vincent Markarian, ce président passionné, découvreur et formateur d'un certain Christian Estrosi, organisait sur la place Masséna, sur une piste tracée entre les tribunes du Carnaval, une course pour les tout petits : le Bol de Lait.

« *Je n'étais pas très bon,* poursuit Alan qui vit aujourd'hui à Nice avec sa compagne Marine. *Mais j'aimais bien ça et j'ai continué la compétition au Moto-Club de Cagnes-Villeneuve sur le circuit Océane à Antibes en mini-bike. Ensuite, je suis parti deux ans en Espagne, puis j'ai fait le challenge de l'Avenir* ».

En 2009, il est sélectionné en équipe de France, ce qui l'amène à une sélection à la Red Bull Rookie Cup, l'antichambre des Grand Prix.

« *En 2010, je me casse le bras. En 2011, je termine 3e avec deux victoires et dix podiums. Des résultats qui me hissent en championnat du monde Moto 3 en 2012-2013, dans le team CIP d'Alain Bronec, mais j'ai dû j'arrêter par manque de budget. Alors, en 2014, 2015 et 2016, je participe au CEV (championnat d'Europe de vitesse). Je termine 5e, 3e et 2e* ».

Champion du monde 2018 au Japon

N'ayant pas de budget, à 21 ans, Alan doit faire un choix : « *En 2016, on me propose un contrat d'endurance en 2016 avec FCC-TSR Honda. Je me classe 3e au Mans.*

Mais, 2017 est une année noire, je me blesse deux fois à Suzuka. La première fois, je me casse radius et cubitus, la deuxième fois, les deux malléoles et le bras. En 2018, je reste au FCC-TSR. Nous gagnons Le Mans et l'Allemagne et nous remportons le titre mondial à Suzuka. Avec un team japonais, des pneus japonais, c'est une belle récompense ! ».

Hélas, en 2019, FCC-TSR ne garde pas le pilote azuréen qui participe tout de même au Bol d'Or avec le Team Viltais. « *Après, je suis sans guidon, puis 4e pilote chez FCC-TSR au Mans. Enfin, je fais Suzuka dans le team de Nobi Ueda. En 2020, Tati Team Kawasaki me demande de faire une saison complète. On se classe 6e EWC du Bol d'Or. En Malaisie où ça se passe moins bien, je discute avec Michel Augizeau, manager du Team Tecmas, qui cherche un pilote pour le championnat de France FSBK sur BMW, avec un statut officiel BMW et Michelin* ».

Alan accepte le défi : « *C'est une grosse pression, je vais succéder à Kenny Foray et Mathieu Ginès, champions de France. Nous avons fait des tests à Almeria en janvier, puis à Nogaro en février sous la pluie* ».

Alors que les championnats reprennent après une période d'arrêt due à la pandémie du coronavirus, Alan Techer a donc un double objectif cette saison : « *En endurance, me montrer, être performant avec Tati Team, puis peut-être avec Tecmas et, en vitesse SBK, apprendre la BMW, gagner des courses et défendre le titre. J'aimerais construire quelque chose sur le long terme avec BMW, Michelin et Tecmas. C'est une chance d'avoir ces prestigieux partenaires* ».

DAVID VINCENT

Lapin, le NAC plus ultra

Le lapin, lagomorphe de sa condition, il est l'un de nos plus anciens Nouveaux Animaux de Compagnie (NAC). Nains, toys ou encore lapins béliers, les tailles et les couleurs ne manquent pas. Voici quelques conseils pour choyer au mieux ce petit compagnon.

La cage

Sa longueur doit être suffisante pour lui permettre de faire trois bonds à la suite et suffisamment haute pour qu'il puisse se tenir debout, oreilles comprises. Un refuge y sera aménagé pour qu'il puisse s'y cacher, le toit de ce refuge pouvant lui servir de zone de repos en hauteur.
La cage devra être située dans une endroit calme, sans courant d'air. Le foin, qui est l'aliment de base du lapin, pourra être dispersé dans toute la cage ou placé dans un râtelier. Ne pas hésiter à lui fournir des balles, cartons et griffoirs pour l'occuper.

Propreté

Un lapin est un animal naturellement propre. Le sol de sa cage sera tapissé d'une litière végétale ou de copeaux de bois.
Il faudra changer et nettoyer la cage au moins deux fois par semaine.

Alimentation

Étape essentielle de sa bonne santé. L'alimentation doit permettre trois choses : la couverture de ses besoins énergétiques, l'usure de ses dents, favoriser un transit normal. Le foin sera distribué à volonté. Les repas seront essentiellement composés de graines et granulés « spécial lapins ». Vous pouvez également lui donner quelques friandises (en petite quantité), des légumes frais (feuilles de chêne, endives, carottes) ou des fruits (pommes), ainsi que du pain sec ou une biscotte.
Pensez également à lui laisser à disposition une pierre à lécher, idéal pour les apports en sels minéraux complémentaires. Enfin, toujours lui laisser de l'eau claire et propre à volonté, de préférence à l'aide d'un biberon pour éviter les souillures.

Santé

La myxomatose et la maladie virale hémorragique sont deux maladies très graves pour ce compagnon aux grandes oreilles.

L'effet cadeau

Même si le lapin est le plus populaire des NAC, il est aussi le petit mammifère qui surpeuple le plus les refuges. Comme pour les chiens ou les chats, il est victime de l'effet "cadeau de Noël". Les parents offrent une adorable petite boule de poils à leur enfant ou ne résistent pas au caprice du petit dernier dans une animalerie. Seulement, au bout de quelques mois, la petite peluche vivante se transforme en vrai lapin adulte ! Il arrive que des gens se retrouvent avec une belle bête de 5 kg… Quoiqu'il en soit, une fois que le lagomorphe n'est plus une toute petite bête, les gens se rendent compte qu'un lapin, ça prend de la place ! Alors au lieu d'investir dans un grand enclos (rappelons que le lapin ne peut pas vivre en cage), ils préfèrent se débarrasser du lagomorphe. Réfléchissez bien !

OXYBIKE
TREK
FANTIC E-BIKE
MONDRAKER
Wheeler
Vente Réparation Location
ROUTE VTT E-BIKE
TÉL. 04 93 54 62 77
23, Quai de la banquière - 06730 Saint-André-de-la-Roche
www.oxybike-cycles.fr

EHPAD
Senectis
Des maisons de retraite à vivre
Les Figuiers
Les jardins de Saint-Paul
Les jardins de Sainte-Marguerite
L'Angélique
La Brise des Pins
Sainte Juliette
Retrouvez toutes les coordonnées sur www.senectis.com

Randonnons...

Tête de la Boulière

Au départ d'Estenc (1 780 mètres)

Description

Liaison historique d'Entraunes à Saint-Dalmas-le-Selvage, le col de Gialorgues, large et placide dépression, permit de tout temps une communication estivale aisée entre le haut Var et la haute Tinée.

Au XVIIIe siècle, époque d'intense utilisation agricole de la montagne, la production locale de bois, matériau alors essentiel, ne suffisait plus aux habitants d'Estenc.

Aussi, ceux-ci étaient obligés d'aller chercher du combustible à Saint-Dalmas-le-Selvage via le col de Gialorgues en échange de droits de pâturage pour les troupeaux de brebis.

Aujourd'hui règne dans le vallon de l'Estrop une farouche âpreté, exacerbée par les sommets environnants guettant le moindre passage susceptible de troubler un monde inanimé : tête de Gorgias, Roche Grande, sommet de Gialorgues, cime de Pal, tête de la Boulière…

Itinéraire

Du plateau d'Estenc (1 780 m - b.40), franchir le Var sur un pont et suivre vers le Sud-Est la petite route de desserte des chalets disséminés parmi les mélèzes et les feuillus.

Poursuivre par le chemin muletier de l'Estrop qui franchit le Pas homonyme grâce à un long lacet dans un pierrier raide (b.283, 275). Vers 2 100 m, on parvient à un premier replat sous les barres de Roche Grande avant d'entrer dans le curieux cirque de l'Entonnoir, dépression où s'engloutit la cascade de l'Estrop. Un petit raidillon suit, qui mène à l'immense faux-plat de l'Estrop où s'abrite une cabane d'alpage située au pied de la pointe du Génépi.

De loin en loin, d'impo sants cairns donnent l'axe de la progres sion, très aisée jusqu'au col de Gialorgues (2 519 m - b.279), passage carac téristique entre Var et Tinée avec sa série de casemates militaires désaffectées.

Prendre à droite un ancien sentier militaire pour monter jusqu'à la baisse de la Boulière (2 629 m - b.280) ; s'élever sur la droite (Sud) par une large pente caillouteuse pour atteindre le sommet panoramique de la tête de la Boulière (2 708 m). Retour par le même itinéraire.

Fiche technique

Durée : 5h
Dénivelé : +930 mètres / -930 mètres
Cartographie spécifique : "Haute Vallée du Var" TOP 25 n° 3540 ET 1:25.000e
RANDONNÉE ALPINE

Page réalisée avec le concours de **www.randoxygene.org**

Les guides RandOxygène vous proposent une grande variété d'itinéraires à parcourir dans le cadre des différentes activités de pleine nature. Ces activités se déroulent dans un milieu naturel parfois difficile et soumis aux aléas climatiques.

Chaque usager évolue en fonction de ses capacités dans ce milieu sous sa propre responsabilité et doit prendre les précautions nécessaires pour une pratique en toute sécurité.

Consultez les informations :
www.departement06.fr > Envie d'Alpes-Maritimes > Terre de sports > Guides Randoxygène

Petites annonces

Offres de service

Jardinier propose ses services. Entretien jardins et espaces verts, tout travaux. Tél. 06.18.52.06.50.

Dame cherche pour la rentrée garde d'enfants de 3 à 7 ans en périscolaire sur Aspremont. Références contrôlables.
Tél. 06.33.71.40.56.

Dame jeune retraitée Animation Culturelle Jeunesse, véhiculée, disponible pour prise en charge un ou deux enfants (6 à 11 ans) quatre sorties école, jusqu'à l'arrivée des parents, pour la rentrée septembre 2020. Secteurs souhaités : Nice-Rimiez,Saint-Pancrace, La Sirole, Colomars. Tél. 06.10.16.51.44.

Immobilier

Vends à Moriani plage (Corse) 2 appartements meublés. Studio de 26 m^2 au premier étage, vue jardin, salle de séjour avec coin cuisine, salle d'eau, couloir avec deux placards. 70 000€. Meubles : 500€.
Appartement de 44,07 m^2 avec balcon de 10 m^2, vue mer sur l'ensemble de l'appartement, chambre, salle de séjour avec coin cuisine, salle d'eau, grande penderie avec glace dans le couloir. 130 000€. Meubles : 1 000€.
Ces deux appartements (70m^2 au total) peuvent être vendus ensemble car ils sont mitoyens et communiquent par une porte double, donc pas de travaux. Tél. 06.85.75.30.34.

Loue très fonctionnel F1, jardin, plancha, garage extérieur privé, linge complet, très bonne literie, campagne arrière-pays niçois, très bon accueil. Animal accepté sous conditions. Semaine : 260€. Quinzaine : 500€. 2 nuits minimum : 80€.
Tél. 06.18.20.15.11. à partir de 11 h.

Belvédère village, altitude 800 m, arrière-pays niçois à 60 km de Nice. Loue 2 pièces meublé de 26 m^2. 1 séjour avec cuisine équipée ; 1 chambre avec placard coulissant ; salle de bains avec wc. Location journée, semaine, voir conditions. maryves05@hotmail.fr. Tél. 06.69.32.17.47.

Divers

Vends sur Levens, armoire avec étagères et penderie en bois massif laque blanc - quelques égratignures, hauteur 185 cm, largeur 107 cm, profondeur 52 cm à venir récupérer sur place. Il

Où trouver *VieVillages* hors du canton

CAGNES
- Bureau de tabac, Val Fleuri
- Cagnes Presse, 69, boulevard Maréchal Juin

CROS DE CAGNES
- Supermarché Casino
- Bureau de tabac, 28, avenue des Oliviers

SAINT-LAURENT-DU-VAR
- Intermarché, bd Marcel-Pagnol

NICE
- Alexx Presse, 40, avenue Sainte-Marguerite,
- Kiosque chez Alex, 93, quai des États-Unis
- Max B Presse, 54, rue Bonaparte
- Kiosque TNL, 23, boulevard Delfino
- Restaurant La Gaité Nallino, 72, avenue Cap-de-Croix
- La Pignata, alimentation et tabac, 244, av. de Fabron
- Spar de Bellet, 507, route de Bellet
- Le Goupil, 21, rue Barla

LA TRINITÉ
- Bar tabac presse, 84, boulevard du Général-de-Gaulle

SAINT-ANDRÉ DE LA ROCHE
- Oxybike, 23, quai de la Banquière
- Cordonnerie-serrurerie, 23, quai de la Banquière
- Carrefour-Market

Petites annonces

Les petites annonces sont gratuites pour les particuliers. Merci de nous les transmettre exclusivement par mail : *contact@vievillages.fr* ou par courrier, à l'adresse suivante : *Vie Villages, 579, av. Caravadossi, 06790 Aspremont*

peut se démonter : 70€. Ensemble matelas et sommier 1 place 100% latex 50€. Matelas très bon état, lit 1 personne, des petites taches d'un côté, 30€. Tapis de sol 160cm x 115cm gris et blanc. Très bon état 15€. Coussin de massage pour dénouer les tension de la nuque en musique. Recouverte d'une housse de fibre de bambou. 8 sons de musique possible. État neuf. Boîte un peu abîmée. Prix achat 49,90€.
À Levens. Possible livraison sur Nice 20€. Escarpins noirs à talon haut en cuir et daim. Pointure 38 très bon état. A récupérer à Levens. Possible livraison sur Nice 25€. Chaussure en très bon état bleu marine taille 40. Marque puma 15€. Possible livraison sur Nice. Photos sur demande.
Tél. 06.61.85.80.91.

Vends table gaz Siemens peu servie, année fin 2016avec une bombonne de gaz butane pleine plus une presque pleine. 100€. Donne deux fauteuils de repos en sky avec roulettes. 1 bleu et 1 rose. Tél. 0493174001 ; 0658866202.

Loue local commercial (rdc) dans l'immeuble Espace Carros au début de la zone Industrielle de Carros, surface de 132m² comprenant un bureau et pièce vestiaire/douche, équipé 380v. 3 parkings privés. Accueil et secrétariat collectif - prix : 1900€, charges inclues. Tél. 06.12.88.36.26.

Apicultrice recherche un petit terrain avec accès voiture pour mettre ruches en échange de miel. 06.60.05.87.62.

Vends pour bébé urgent relaxe trotteur, pouce pouce premier pas siège auto de 0 à 18 mois. Chaussures garçons de 18 à 23 mois. BD livre idéal mag de 4/2006 à 12/2006.
Tél. 06.38.31.73.88.

Vends bois de chauffage chêne/olivier, 3 stères environ. Longueur de 70 cm environ. Prix : 250 €. A retirer sur place à Saint-André de la Roche. Pas de livraison, prévoir moyen de transport. Tél. 06.10.59.27.30.

Vends 2 vélos de course route H et F, guidon plat. 30€ les deux. 2 lampes pétrole cuivre ; 2 obus guerre 14-18 Alsace Lorraine. Le tout : 50€. 1 candélabre ancien luminaire de la ville de Nice : 300€. Faire offre. Photos sur demande. Tél. 06.25.88.07.35.

Vie Villages, magazine gratuit

Numéro 54 Septembre 2020

Association Loi 1901
579, avenue Caravadossi
06790 Aspremont
Tél. 06 74 68 71 12
contact@vievillages.fr
N°ISSN : 2492-6841
Tirage : 11 500 exemplaires
Secrétaire : Fabien Brassele-tOnt collaboré à ce numéro : Roger Charles, Michel Berry, David Vincent, Marie Sin, Brigitte Darbot, Jean-Michel Maurice, Franz Chavaroche ainsi que toutes les municipalités présentes dans ce numéro : Aspremont, Belvédère, La Bollène-Vésubie, Castagniers, Clans, Colomars, Duranus, Falicon, Ilonse, Isola, Lantosque, Levens, Marie, Rimplas, Roquebillière, Roubion, Roure, La Roquette-sur-Var, Saint-Blaise, Saint-Dalmas-le-Selvage, Saint-Etienne-de-Tinée, Saint-Martin-du-Var, Saint-Martin-Vésubie, Saint-Sauveur-sur-Tinée, Tourrette-Levens, Utelle, Valdeblore, Venanson, La Trinité, Saint-André de la Roche.
Crédits photographiques : service iconographique Nice-Matin/DR
Maquette : V&V CelMar Presse
Merci aux Editions Gilletta
Impression : SAS Nice-Matin
214, Bd du Mercantour - Nice

Tous droits réservés.
La reproduction, même partielle, des articles est interdite.
Ne peut être vendu. Ne pas jeter sur la voie publique.

POMPES FUNÈBRES DES COLLINES

POMPES FUNÈBRES DE LA TINÉE

MARBRERIE CARDI-ANDRIO

MAISON FUNÉRAIRE DE GAIRAUT

LE CHOIX FUNÉRAIRE

Assistance décès 24 h/24 - 7 jours / 7

04 97 20 50 50

Sur tout le département

Franck Andrio : 06 80 21 75 38

www.pompes-funebres-collines.com

DÉPARTEMENT DES ALPES-MARITIMES | 06

Le Département VOUS AVANT TOUT ! simplifie la vie sur

mesdemarches06.fr

#SMARTDeal

INSTITUTIONS&PROJETS

www.departement06.fr

#AlpesMaritimes DEPARTEMENT06

UNE ACTION RÉALISÉE POUR VOUS AVANT TOUT !

PAR LE DÉPARTEMENT DES ALPES-MARITIMES