

Lou Cougion

Mars 2025 - n° 287

du Bar sur Loup

Agenda

RESTONS EN CONTACT !

 Mairie Bar Sur Loup

 mairiebarsurloup

www.lebarsurloup.fr,
pour recevoir toutes
nos infos par le biais
de la newsletter

Samedi 1^{er} : **Conférence - Projection photos sur la Méditerranée**
animée par **Karine Neil**, salle du conseil à 18h.

Samedi 8 : **Théâtre proposé par les Rendez-vous du Loup**, chapelle de la passerelle à 20h30.

Mardi 11 : **Marché des Rendez-vous du Loup**, square Seytre à partir de 16h30.

Samedi 15 : **Marché Italien**, square Seytre de 8h à 17h.

Samedi 15 : **Soirée Poésie proposée par Le Flambé**, aux Caves du Château à 20h30.

Samedi 22 : **Kermesse Paroissiale** square Seytre de 10h à 17h.

A Venir, Dimanche 6 avril : **4^{ème} édition de l'Urban Trail de l'Athlétic Philippiidès.**



Éditorial

Chères baroises, chers barois,

Le printemps est en approche, apportant avec lui la promesse de jours plus longs et de moments de convivialité. C'est avec une immense joie que je m'adresse à vous aujourd'hui pour vous annoncer deux événements majeurs qui vont marquer notre village ce printemps : la célébration de notre fête traditionnelle et, bientôt, l'inauguration d'une nouvelle place au cœur de notre village.



Notre Fête de l'Oranger, qui aura lieu cette année le 21 avril prochain, est un moment fort de notre calendrier annuel, une occasion unique de célébrer notre patrimoine et de mettre en avant nos traditions. Cette année, outre un programme riche et varié pour petits et grands, nous avons souhaité lui donner la couleur de l'Italie en hommage à notre jumelage avec Monterosso Grana.

Je vous souhaite de partager en famille et avec vos amis ce moment festif et coloré autour du symbole de la commune, l'oranger bigaradier, et j'espère vous y retrouver nombreux pour ce moment festif, en compagnie de nos amis italiens !

Ce printemps verra aussi l'inauguration de la place Charles Minetti, au Pin d'Aval, en présence de nombreux invités et partenaires qui ont contribué à la réalisation de ce projet. La date officielle vous sera communiquée prochainement et j'espère que vous serez nombreux à venir découvrir ce nouvel espace et partager un moment de convivialité.

Ces deux événements sont l'occasion de rappeler que notre village est vivant, dynamique et solidaire. C'est grâce à votre engagement, votre participation et votre enthousiasme que nous pouvons réaliser de grandes choses. Je vous invite donc à vous joindre à nous pour ces moments de fête et de partage, et à continuer à faire vivre notre communauté.

En ce début de printemps, je tenais aussi à rappeler à chaque propriétaire de terrain de respecter les OLD (Obligations Légales de Débroussaillage) car débroussailler est plus qu'une nécessité, c'est une obligation citoyenne afin de limiter la propagation du feu en cas d'incendie. Le service de la police municipale reste à votre disposition pour vous renseigner sur ce sujet. Chaque année, en période de sécheresse, les risques d'incendie de forêt augmentent et je fais appel à votre civisme pour éviter qu'une telle catastrophe ne se produise sur notre commune.

Je vous souhaite à tous un excellent printemps, rempli de joie, de découvertes et de moments inoubliables.

Bien à vous
François Wyszowski



Actualités Communales

Police Municipale

Chiens en divagation

Nous avons récemment publié sur nos réseaux sociaux des informations signalant des chiens trouvés en divagation sur le territoire communal.

Il nous a parfois été répondu qu'il s'agissait de chiens qui avaient l'habitude de se promener seuls et qu'ils retournaient d'eux-mêmes chez leurs maîtres (sic).

Nous vous rappelons les termes de la loi :

Un chien est considéré divaguant s'il n'est plus sous la surveillance effective de son maître et se trouve hors de portée de voix ou de tout instrument sonore permettant son rappel. Un chien est aussi considéré divaguant s'il est éloigné de son propriétaire ou de la personne qui en est responsable d'une distance dépassant 100 mètres (article L211-23 du code rural et de la pêche maritime).

De plus ces animaux errants sur la voie publique sont susceptibles de présenter un danger pour les personnes et notamment les automobilistes (risque d'accident de la circulation).

Lorsque le service de la police municipale récupère un chien errant, ce dernier est placé au chenil municipal si l'identification s'avère impossible. Dans un délai de 48h, l'animal est emmené au chenil de la SPACA à Vence.

Par ailleurs, nous vous rappelons que le chien, qu'il s'agisse d'un chiot ou d'un animal adulte, doit obligatoirement être identifié par puce électronique ou tatouage au fichier national d'identification des carnivores domestiques (Icad). L'identification de votre animal permet de vous identifier et de vous contacter si votre animal est retrouvé après avoir été perdu ou volé.

La police municipale, sensible au bien-être animal, pourra ainsi l'identifier rapidement et vous le rendre dans les meilleurs délais.

O.L.D.

Les OLD ou les Obligations Légales de Débroussaillage

Un terrain non débroussaillé est un potentiel propagateur de feu jusqu'aux portes des habitations, nous ne le répéterons jamais assez.

Le changement climatique intensifie le risque d'incendie : la saison des feux s'allonge. Pour prévenir ce danger, le débroussaillage de votre terrain et des abords de votre habitation est la meilleure des protections pour vous, vos biens et la nature environnante.

En 2024, la police municipale a mené une campagne d'information auprès des particuliers et les a contraints à faire procéder au débroussaillage de leur terrain.

Cette année, ils continueront à faire respecter les OLD dans le cadre de leurs missions.

La police municipale reste à votre disposition pour complément d'information.

La recette de Josyane

Tarte aux poireaux confits

C'est un plat très fin, bien de saison, avec une bonne salade verte, c'est esstra !

Faire revenir 4 à 5 poireaux moyens lavés et découpés en fines lamelles (tout ce qui est tendre blanc comme le vert) dans un fond d'huile et sel !

Touiller régulièrement, ça va attacher au fond, c'est normal, c'est ce qui va faire le côté caramélisé, cuire ainsi à feu moyen environ 5 à 7 mn, puis rajouter un petit fond d'eau, mélanger, couvrir et faire cuire à l'étouffée 20 à 30 mn à petit feu, vérifier et mélanger régulièrement.

Perso la deuxième phase je cuits à la cocotte minute 10 mn, à partir de la sonnerie en baissant le feu, on obtient une couleur caramel, c'est prêt !



Rajouter ensuite 3 œufs, 1 c à s rase de maïzena, 20 cl de crème, 2 c à s de grana padano ou parmesan, 5 cl de lait, mélanger (vérifier l'assaisonnement) et 2 tranches de jambon hachées ou 100 grs de lardons en allumettes revenus à la poêle, puis verser sur une pâte feuilletée préalablement piquée à la fourchette et cuire 30 mn à 200 degrés (à surveiller). C'est très fin !

Bientôt 16 ans ?

PENSEZ AU RECENSEMENT !

Pour qui ?

Il est obligatoire pour tous les Français (garçons et filles) entre la date du 16^{ème} anniversaire et la fin du troisième mois suivant, avec possibilité de régulariser la situation jusqu'à l'âge de 25 ans.

Pour accomplir cette démarche, vous devez vous munir de votre carte nationale d'identité ou de votre passeport en cours de validité ainsi que du livret de famille sur lequel vous apparaissez.

Pourquoi ?

Le recensement est indispensable pour pouvoir réaliser la Journée Défense et Citoyenneté (JDC), étape obligatoire avant de s'inscrire aux examens, baccalauréat, permis de conduire ou aux concours de la fonction publique. Grâce au recensement Vous êtes inscrit automatiquement sur les listes électorales dès votre 18^{ème} anniversaire et pourrez alors voter.

Comment ?

Le recensement doit être effectué auprès de la mairie de votre lieu de domicile, soit par déplacement soit par téléprocédure via le portail internet service-public.fr, service « RCO », (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R2054>). Les documents nécessaires au recensement sont les suivants :

- livret de famille
- CNI ou passeport du parent
- CNI ou passeport de l'enfant
- justificatif de domicile du parent

Le service de l'accueil se tient à votre disposition pour tous renseignements.

Travaux au cimetière



En février dernier, des travaux ont eu lieu au cimetière. Il s'est agit de créer une dalle afin d'accueillir les nouveaux enfeus.

En effet, les demandes d'enfeus étant en constante augmentation, la mairie n'arrivait plus à toutes les satisfaire.

Sur cette nouvelle dalle, nous envisageons donc de créer 20 enfeus supplémentaires.

Pour tous renseignements, vous pouvez contacter le service cimetière au 04 92 60 35 74 ou par mail à cimetiere@lebarsurloup.fr.

Commission Patrimoine

Sur l'avenue des Écoles se trouve l'ancienne propriété Mane et l'ancienne usine Mane. Afin de rendre hommage à cette famille, si importante pour la vie du village depuis plus de 150 ans, la municipalité a émis l'idée de rebaptiser l'avenue des Écoles en avenue Mane.

Les riverains ont marqué leur désapprobation par rapport aux difficultés de changement d'adresse. Afin d'écouter toutes leurs doléances, une réunion publique a eu lieu le mercredi 12 février en mairie.

Nous sommes tombés d'accord sur l'installation d'une allée historique à cet endroit, agrémentée de photos relatant l'activité florale de l'établissement Mane au siècle dernier.

Par ailleurs, en janvier dernier, une autre réunion publique de la Commission Patrimoine s'est tenue avec les riverains du Valla concernant la mise en valeur de ce quartier historique.

Ont été évoqués la matérialisation d'un parcours, débutant depuis la rue de la Salpêtrière, amenant les visiteurs au Lavoir, rue des Abris, au Pin d'Aval qui deviendra square Charles Minetti grâce à l'action de notre commission, à la Porte Sarrazine, pour finir sur la place Paulet en passant par la rue du Valla qui abrite un des musées Lou Casau. Cela permettra la découverte des artisans du coeur de village et pourquoi pas susciter l'ouverture de nouveaux lieux artistiques.

Je te présente ma mer

« Je te présente ma mer », samedi 1^{er} mars à 18h, salle du conseil en mairie. Entrée libre.
Une rencontre animée par Karine Neil : Une plongée au cœur de la Méditerranée, explorez la richesse et la fragilité de ce monde sous-marin.

Saviez-vous que les cigales chantent aussi sous l'eau ? Que les flabellines, les galathées et les dentelles de Vénus peuplent nos fonds marins ? Lors de cette conférence, laissez-vous guider par Karine Neil, plongeuse et photographe passionnée qui vous fera découvrir un monde fascinant, si proche et pourtant méconnu.
Elle partagera l'histoire géologique de la Méditerranée, les espèces qui la peuplent, leurs habitats variés, et l'impact des activités humaines. Un voyage visuel et pédagogique pour s'émerveiller, comprendre, et réfléchir à notre rôle dans la préservation de cet écosystème unique.



Avec des photos exclusives et des récits inspirants, plongez dans les profondeurs méditerranéennes !

C.C.A.S.

Avec le concours de la Mutualité Française Sud, votre CCAS vous propose des ateliers nutrition « Bien manger pour bien vieillir », destiné aux seniors.

Il s'agit d'un programme d'éducation nutritionnelle et de promotion de l'activité physique pour prévenir les risques de malnutrition et de dénutrition chez les personnes qui avancent en âge.
Ce programme sera réalisé sur 6 séances de 2 heures 30. Lors de chaque rencontre, environ la moitié du temps sera consacrée à de la formation et l'autre moitié à un échange (débat-atelier). Le contenu de chaque session sera adapté en fonction du public et de ses attentes.
Les ateliers se dérouleront salle du conseil en mairie du 11 mars au 15 avril, de 14h30 à 17h. Ils sont ouverts à toute personne de 60 ans et plus. Le nombre de places est limité ! Les inscriptions se font auprès du C.C.A.S. en contactant le 04 92 60 35 70 ou par mail à ccas@lebarsurloup.fr
Le détail des séances :
En mars
Mardi 11 : Présentation et détermination des habitudes alimentaires.
Mardi 25 : Les besoins de la population au niveau alimentaire.
Jeudi 27 : Adaptation de l'alimentation en fonction des pathologies.
En avril
Mardi 1^{er} : Le plaisir alimentaire.
Mardi 8 : Activités physiques adaptées.
Mardi 15 : Bilan, évaluation des changements



Espèces invasives

Au printemps, peuvent apparaître dans les pins des cocons blancs abritant des chenilles processionnaires. Celles-ci affaiblissent les arbres, ralentissent leur croissance et constituent un réel danger pour l'homme : leurs poils urticants provoquent d'importantes réactions allergiques, troubles oculaires, voire respiratoires.
Certains animaux sont aussi exposés aux risques. Le symptôme le plus souvent rapporté est la nécrose de la langue, qui peut parfois s'accompagner d'œdèmes des babines et de vomissements.
Des méthodes de lutttes efficaces existent contre la chenille processionnaire du pin et du chêne et ces traitements sont le plus souvent respectueux de l'environnement :
- installation de nichoirs à mésanges (prédateurs de la chenilles processionnaires) sur le site infesté,

Fête de l'Oranger

Elle est en pleine préparation depuis plusieurs semaines. Les équipes administrative, techniques et la police municipale sont d'ores et déjà au travail pour vous proposer une Fête de l'Oranger sous le signe de l'Italie le 21 avril prochain.
Le programme de cette 29^{me} édition sera plus amplement détaillé dans l'édition d'avril. Pensez à vous inscrire à la newsletter sur le site www.le-barsurloup.fr et vous recevrez en avant-première le programme définitif.
Du côté des animations, la part belle sera faite aux familles avec des ateliers gratuits, toujours sur l'Espace Guintran, tandis que du côté de la musique nous accueillerons le groupe Ni d'Oc, Lei Baïssio Luserno, Canté Music, et beaucoup d'autres surprises !
Comme tous les ans, et afin de décorer le village, nous faisons appel à votre générosité pour les oranges. Si vous avez des oranges à nous donner, merci de contacter le 04 92 60 35 70. Par avance, un grand merci !

Mystère !

Le mystère de la disparition des sacs à crotte !

Ah les sacs à crottes de chien ! Ces petits accessoires indispensables pour tout propriétaire de chiens responsables.
Figurez-vous que depuis quelques temps nous faisons face à de mystérieuses disparitions !
Aussitôt installés dans les bornes de distributions... aussitôt disparus !
Mais où sont-ils passés ? Ces petits bouts de plastique qui nous sauvent la vie (et les chaussures), ont-ils autant de valeur pour se faire dérober de la sorte.
Seraient-ils devenus des objets de convoitise à tel point que, dès que nos agents des services techniques les installent dans plusieurs points de distribution, ils disparaissent tous dans les quelques heures qui suivent. Sans compter que cela a un coût pour la commune.
Seraient-ce un complot des chats, ennemis jurés des chiens, qui à grand renfort de coups de griffes les arrachent de leur support ?
Seraient-ce un adorateur du plastique ou un artiste plasticien en manque de matière première ?
Ou bien faut-il incriminer de surnois voleurs de sacs à crottes qui, par pure malveillance, privent les amis des bêtes de cet indispensable accessoire ?
Alors, si vous croisez un sac à crottes égaré, n'hésitez pas à le recueillir. Il pourrait vous être utile un jour. Et si vous en avez en trop, n'hésitez pas à les partager. Après tout, la solidarité canine, ça existe aussi !

BsL Ados

Énorme succès au BsL Ados pour les vacances de février



- coupage des nids de processionnaires du pin en hiver,
- mise en place des pièges à chenilles au début du printemps,
- installation de pièges à phéromone ou dépôt de phéromone pour la régulation par confusion sexuelle au début de l'été,
- mise en place d'un traitement microbiologique au cours de l'automne en cas de grosses attaques.
Pour une lutte efficace dans le temps, respectueuse de l'environnement et afin de prévenir le risque, il est conseillé de combiner les méthodes (sauf piégeage des papillons et confusion sexuelle qui ne peuvent pas être associés).
Enfin, avant toute intervention, pensez à utiliser des équipements de protection individuelle (combinaison, gants, lunettes et masques) afin de vous protéger des soies urticantes qui se trouvent en grande quantité, même dans les nids vides.
Il n'existe pas de réglementation tant au niveau communal que départemental concernant une obligation de lutte contre la processionnaire du pin. Nous comptons sur votre civisme pour intervenir sur votre propriété en cas d'infestations constatées.
Pour en savoir plus : www6.paca.inrae.fr/entomologie_foret_med

Vie Associative

Athlétic Phillipides

L'ATHLETIC Un beau début de Saison à l' Athlétic Phillipides et de très belle participation et performances de nos coéquipiers sur les formats Trail ou Run du département et hors : la **PROM CLASSIC** 05/01, le Trail de Gréolières et le Cross pour tous d'Opio 12/01, l'Urban Trail de Cannes 26/01 et sans oublier la Ronde des Fontaines d'Opio 02/02.

Et le 9 février dernier, deux très belles performances au Trail d'Eze sur le parcours 30km, l'un des plus dur du département : Guillaume Scheaffer 3^{ème} scratch et 1^{er} de catégorie et Filipe Hartmann termine 18^{ème} classé 5^{ème} de sa catégorie sur 762 participants et parmi les plus grands clubs du département .

Une très belle équipe qui pratique notre sport avec passion dans un esprit de convivialité !

Et prochainement au Bar Sur Loup notre événement classé une fois de plus au challenge parmi le Top 10 des Courses du Département !

A ne pas manquer, la 4^{ème} Édition de l'Urban Trail BSL qui aura lieu le 6 avril 2025 : 2 parcours et la nouveauté une course enfant. Et pourquoi pas vous !

Infos pratique : pour participer en tant que bénévole une expérience à vivre ! Contact : fabienne.lacombe@free.fr ou le 06 28 23 77 04.

Pour participer en tant que coureur voir inscription sur les sites www.sport-up.fr ou www.athleticphilippides.com

Contact : fabienne.lacombe@free.fr ou le 06 28 23 77 04.

Les Aubarnencs

Programme de mars aux Caves du Château

Jeudi 6 : Assemblée Générale Annuelle des Aubarnencs.

Jeudi 13 : le Club sera fermé, excursion d'une journée en autocar. Départ le matin pour le marché de Bordighera avec temps libre. Déjeuner au restaurant et ensuite, avec un guide, visite de la Villa Charles Garnier, célèbre pour sa réalisation de l'Opéra de Paris. Prix adhérent : 65€ dont participation du Club, 14€/personne. Prix non-adhérent : 79€. S'inscrire auprès de Marie-Jo Lain au 06 15 24 77 07 ou Yvette Alibelli au 06 10 45 46 49. Les détails du voyage et horaire de départ vous seront communiqués ultérieurement.

Jeudi 20 : Loto payant.

Samedi 22 : aux Caves du Château, à 14h30 suivi d'un goûter : Une pièce de théâtre écrite par Laurent Baffie «Toc Toc», créée en 2005 au Théâtre du Palais Royal à Paris et proposée par la Compagnie «On est bien ici». Participation par adhérent : 10€. S'inscrire auprès de Marie-Jo Lain au 06 15 24 77 07 ou Yvette Alibelli au 06 10 45 46 49.

Jeudi 27 : Belote et loto. Célébration des anniversaires des mois de mars et repas partagé. Ceux né(e) en mars prépareront un gâteau ou autre pour le goûter et le cidre sera offert par le Club.

Aux Rendez-vous du Loup

Programme Mars 2025

Sauf mention spéciale, toutes nos activités ont lieu dans le local de l'association à l'espace Guintran au cœur du Bar sur Loup.

Samedi 8 Soirée Théâtre «Une veillée peu coutumière» par la troupe «Et Voia» à 20h30 à la chapelle de la Passerelle.

Entrée libre au chapeau en fin de représentation

Atelier Théâtre « Jouer le JE » : tous les mardis à 19h à la Chapelle des Sœurs animé par Michel (06 20 89 43 61)

Atelier de danse trad : lundi 3 et lundi 17 de 20h à 22h30 à la Chapelle des Sœurs. Il s'adresse à tous et a pour but le partage, le plaisir et que chacun puisse participer aux balèti de la région et au-delà. Caroline : carog.line@gmail.com

Atelier Tarot : samedi 15 début des parties à 20h. Di-

Les Petits Loups Maraîchers



RUBRIQUE JARDIN par
Les Petits Loups Maraîchers
& Maraîchage Efficient en Eau et en Énergie Décarbonée
DE L'OPTIMISME NAÎT L'ENVIE D'AGIR ET DE CHANGER LES CHOSES



Le maraîchage collectif... que du bonheur !

Produire des légumes en groupe présente de nombreux bienfaits : • Les **échanges entre personnes** sont favorisés dans un bel environnement où chacun s'enrichit en apprenant/partageant des connaissances en plein air. • Les **tâches de production** sont **réduites** car partagées entre les membres du groupe (car les légumes demandent de l'attention tout au long de l'année). • Les **coûts de production** sont **optimisés** (achats, semences, outils, infrastructure, arrosage). • Chaque membre du groupe produit une partie de ses **besoins alimentaires**.

Le **maraîchage collectif** existe au Bar-sur-Loup, à la papeterie, au sein de notre association. Il est guidé par des **méthodes durables** (sans pesticides ni engrais chimiques) et **autonome en énergie** grâce à ses panneaux solaires, avec un arrosage automatisé et une consommation d'eau optimisée. Il offre toute l'année aux adhérents une **production de légumes** de saison variés, suivant des **séances de maraîchage** programmées chaque mercredi après-midi et samedi matin. Les **participants s'engagent** pour un minimum d'heures d'activités (ex : 32h/an pour 12 panier). La participation aux frais reste sans surprise car la **cotisation est fixée** en début d'année.

Les nouvelles adhésions sont ouvertes et possibles en cours d'année : n'hésitez pas à venir au jardin un samedi matin et faire une séance d'essai

<https://www.lespetitsloupsmaraichers.fr/contact>



manche 30 début des parties à 17h.

Café Tricot : mercredi 5 et samedi 22 de 10 à 12h avec Christine (06 624 940 28)

Café des Lectrices : samedi 29 de 10 à 12h (06 624 940 28)

Le Marché Local et Zéro déchet : Mardi 11 au Square Seytre à partir de 16h30 - venez retrouver nos producteurs et artisans locaux : légumes, miel, huile, liqueurs, herbes et confitures, artisanat...

Les Samedis Jeux à partir de 19h (sauf soirée Tarot) : nouveaux, classiques, coopératifs, le choix est large et Stéphanie est là pour vous guider - possibilité de repas partagé - boissons sur place (uniquement sans alcool).

Dernière livraison de Pommes : Le mardi 18 à partir de 15h à l'espace Guintran. Pour commander : <https://www.lapommegourmande.com/boutique.html>

En cas de difficulté contacter nos producteurs : line-serge05@gmail.com ou 06 10 36 25 13

Il faut être adhérent à l'association pour bénéficier de ces livraisons ou participer à nos ateliers : adhésion en ligne (10 ou 15€) simple et rapide sur HelloAsso Aux Rendez-vous du Loup – Pour nous contacter info@auxrendezvousduloup.com



Le Flambé

Le Flambé vous propose une soirée toute en poésie, le 15 mars prochain aux Caves du Château.

Rendez-vous vous est donné à 20h30 pour venir écouter et partager des récits poétiques en toute convivialité. La Troupe d'Aqui sera présente, ainsi que Damien Lopez, Éloïse Mendez et Johanna Cehovin qui nous ont enchanté l'an passé. Et avec un petit clin d'œil à Jean de la Fontaine. Cocktail offert à l'issue.

Entrée libre. Renseignements au 06 09 96 50 00.

NUMÉROS UTILES

Mairie, place de la Tour, 06620 Le Bar sur Loup
Tél : 04 92 60 35 70 - Fax : 04 93 42 93 64
Jours et heures d'ouverture :
du lundi au vendredi de 8:30 à 12:30 et de 13:30 à 16:30
(fermé le vendredi -après-midi)

Site internet : www.lebarsurloup.fr
Mail : accueil@lebarsurloup.fr

Police Municipale	04 92 60 35 76
Portable Police Municipale	06 80 36 24 78
A.S.V.P.	06 11 30 30 49
Gendarmerie	04 93 42 40 06
France Services : prise de rendez-vous au	06 38 25 32 56
École Maternelle	04 93 42 90 31
École Élémentaire	04 93 42 90 65
Gardiennage	06 79 35 16 26
Crèche Élise et Célestin	09 62 65 63 21
École Atipik	06 27 61 49 36
Relais Assistante Maternelles Itinérant	04 97 18 70 82
Centre des Finances Publiques d'Antibes	04 97 15 54 00
Hydropolis	04 83 88 16 70
Les Orangers Maison de Retraite	04 93 40 68 00
La Poste Courrier	3631
Relais Postal au Tabac Presse L'Encrier	04 93 42 39 60
Pompiers	18
SAMU (Nice)	15
Presbytère Catholique	04 93 42 70 11
Presbytère Protestant	04 93 36 40 42

CASA	
Envisub	0 800 202 244
Déchetterie Valbonne	04 92 28 50 41
Déchetterie Roquefort les Pins	04 92 60 03 78
Envinet (Encombrants)	04 92 19 75 00
Univalom	0 800 229 217

SERVICES DE SANTÉ
SAFE G Le Bar sur Loup Téléconsultations
09 73 32 33 73, du lundi au dimanche (jours fériés inclus) de 8h à minuit

Dr Bouziane-Rahmani Médecin	04 93 42 56 22
Dr Lemaitre Médecin	04 93 42 90 43
Cabinet Dentaire :	
- Dr Charlotte Guimont Pereyron	04 93 42 58 32
- Dr Jeanne Rigal	04 93 42 58 32
Dr Sarabian Pharmacie	04 93 42 41 02
Cabinet Bernhard - Chabrol - Torrielli Infirmiers à domicile	04 93 42 44 33
M. Deram Infirmier à domicile	06 61 14 40 05
Mme Bernhard Infirmière à domicile	06 28 35 29 68
M. Tony Boisserpe Kinésithérapeute	04 93 42 46 96
M. Tony Boisserpe Ostéopathe	06 16 10 12 80
Mme Tretener Pédicure Podologue	04 93 42 71 13
UNISAD ESA	07 55 65 54 22
Mme Olivia Chatron-Colliet Ostéopathe	06 75 49 11 93
M. Hadrien Bernard Kinésithérapeute	06 42 43 73 90

SOINS - BIEN-ETRE	
Najah Dova Énergéticienne	06 67 75 58 66
Coralie Roederer, Énergéticienne et hypnose QHHT	07 83 22 64 21
Alter Ego Coaching Frédérique Pouzol	06 71 01 38 26
Véronique Bitsch-Marti, sophro-analyse et constellation familiale	06 22 41 10 38
Institut Cil'ongle Passion	06 18 92 19 00
Institut de beauté, Mme Chatron-Colliet	06 30 80 41 96
Mme Chatron-Colliet Naturopathe	06 30 80 41 96
Emma, Coiffeuse à domicile	06 63 60 70 32
Massage « Dans ma bulle » Rebecca Amavet	06 62 04 82 44
L'Onglerie du Loup	07 83 93 57 28
Marina Beauté	06 65 57 97 38

GARAGE	
M. Trastour Garage Barois	04 93 42 42 20

COMMERCES	
Épicerie Barbieux	04 93 42 41 04
Tabac Presse «L'Encrier» et Supérette Proxi	
Marché Paysan de Jean-Paul	06 09 55 23 88
Coiffure Lovely	04 93 42 47 89
Boulangerie «Panecasanu Corsu»	06 59 26 11 61
Traiteur «Les Plats de Marjolaine»	06 30 69 89 94
Boutique Le Petits Écolos (vêtements enfants)	07 62 20 82 16

ART - ARTISANAT	
Les Pierres du Loup (murer pierre sèches)	06 50 14 25 40
Ferronnerie d'Art du Loup	04 93 42 21 39
Marta Wydler Artiste-peintre	06 65 15 63 47
Joséphine Piffaretti Céramiste	06 11 02 13 85
Olivia Paré Photographie	06 24 71 02 91
Sissi Photographie	06 89 13 22 18
Avant Midi (boutique créations artisanales)	06 86 62 28 39

SERVICES et DIVERS	
Mélanie Pélaia-Thaon, Consultante socio-administrative et juridique	06 28 59 53 71
Taxi Guillen	06 08 23 36 62
Mme Barbier Médiation Sociale et Successorale	06 63 66 62 78
Pierre L'Haridon Multi-Services	06 62 45 65 24
Concept Informatique	06 29 66 59 10
Les Jardins St Clément	06 68 37 82 71
Molineri Paysage	06 77 82 26 09
Alu Provence	04 93 09 84 25
JLSC Composite (Piscine, Agencement intérieur, peintures)	07 69 30 18 99
Bechetti Electricité	06 15 29 15 83
Hélios Électricité	06 59 01 79 31
Électricité Adrien Ribero	06 25 24 20 99
Verducci Électricité et Carrelages	04 93 09 44 71
D'Air et Peintures	06 21 20 35 86
Solaire installateur agréé	04 93 42 46 15
Fenêtres et Design (Menuiserie Alu/PVC-Volet-Véranda-Store-Miroiterie)	06 74 59 69 55
Entreprise Armand Saladino Artisan Maçon	06 07 76 11 64
Renaud Candelli Artisan Plombier	06 20 30 34 95
GD Mesures et Test Géomètre Topographe	06 63 38 54 70
MTaPlanet Produits de Nettoyage Bio	06 88 38 63 40
Yana Kossinkaya Conseillère en immobilier	06 21 56 08 27
LACAconseils Thomas et Sandra Lacassagne	06 74 07 40 34
Kogayon Meubles	07 77 73 21 38
TipTop Tshirt (Textile et accessoires personnalisés)	06 35 52 05 54
e-Rapp Gestion / Secrétaire indépendante	06 34 43 05 88
Tineetude Ingénierie (Bureau d'études en environnement)	06 84 75 62 01
engagement RH	07 63 77 94 42

RESTAURATION - BAR	
L'École des Filles	04 93 09 40 20
Le Michelangelo	09 51 74 13 86
Les Jasmins Pension et Restaurant	04 93 60 42 05
Pizzeria La Famiglia	09 81 63 53 72
Bar Le Donjon	04 93 77 98 99
Fafa Pizza (sur place ou en livraison)	07 45 76 45 45

HÉBERGEMENTS	
Camping des Gorges du Loup	04 93 42 45 06
Hôtel Particulier des Jasmins (Pension et Restaurant)	04 93 60 42 05
Autres hébergements sur le site www.lebarsurloup.fr	

LOISIRS	
Fun Kart	04 93 42 48 08
Randonnée06 Pierre Rivier	06 62 43 87 03
Résolution Sport Bernard Dar	06 18 09 87 62
Coach diplômé pilates, seniors Corinne Valsaque	06 03 85 45 20
Yoga avec Faye Villalba	06 85 25 80 61
Loupe à PACA (Loisirs, enquêtes ludiques, etc)	06 80 75 73 21