



Lou Couguion

du Bar sur Loup

Août 2026 - n° 304

Agenda

RESTONS EN CONTACT !



Mairie Bar Sur Loup



mairiebarsurloup

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

Tous les mercredis matins
Marché au coeur du village de 8h30 à 14h00

Samedi 1er : Papet Rock & Co*, La Papeterie à partir de 20h30.

Samedi 15 : Marché des saveurs italiennes, Square Seytre de 8h à 17h.

Vendredi 21 : Les Causeries Apéro du Flambé, Parvis du musée Lou Casau à 18h.

Samedi 22 : Soirée Estivale* Stéphane Brunello, Square Seytre à partir de 21h.

Samedi 29 : Le P'tit Déj. de la Rentrée, Square Seytre à partir de 8h30 à 11h30.

Samedi 29 : Repas estival du CCAS, Place de la Tour à 12h (Uniquement sur Invitation).

Dimanche 30 : Mnémosyne*, Salle du Conseil en mairie à 18h30.

*Plus d'informations en page 2

PAPETERIE DU BAR SUR LOUP

PAPET ROCK & CO

AVEC

LADIES' GROOVE
SHAKIN' MAMAS

SAMEDI 1^{er} AOÛT 2026 À 20H30

ENTRÉE LIBRE PARKING GRATUIT BUVETTE ET PETITE RESTAURATION SUR PLACE

Infos : www.lebarsurloup.fr - FB et Instagram : Mairie Bar sur loup

Avec remise des récompenses pour les Mentions Très Bien du Brevet et du Bac !

P'tit Déj de la Rentrée !

SAMEDI 29 AOÛT 2026 DE 8H30 À 11H30

SQUARE SEYTRE
LE BAR / LOUP

P'tit Déj. de la Rentrée

ATELIERS INITIATION AUX ARTS DU CORDON

JEUX EN BOIS

Entrée Libre - Tout est gratuit !

Renseignements www.lebarsurloup.fr

Les Soirées Estivales

SAMEDI 22 AOÛT 2026

Stéphane Brunello, chansons françaises

Square Seytre - Le Bar sur Loup - 21h

Entrée Libre - Infos : www.lebarsurloup.fr

Samedi 15 Août 2026

Marché des Saveurs Italiennes

Le Bar sur Loup

8h00 à 17h00 - Square Seytre

Renseignements www.lebarsurloup.fr

Le Flambé présente...

Causeries Apéro

Été 2026

Parvis du Musée
Lou Casau
Le Bar sur Loup

Vendredi 26 Juin :
Les Costumes Provençaux

Vendredi 17 Juillet :
Les Outils Agricoles

Vendredi 21 Août :
La Langue Provençale

À 18h :
causerie et verre de l'amitié offert

Entrée libre - Infos au 06 09 96 50 00

Actualités Communales

Samedi 1^{er} : Papet Rock & Co à la Papeterie à 20h30, avec Ladies Groove et Shakin'Mamas.



Ladies Groove :

Ladies' Groove est née de l'envie folle de proposer quelque chose de différent. Un groupe 100% féminin nous est apparu comme une évidence en observant l'absence généralisée des musiciennes sur la scène locale. 5 femmes aux influences très variées, qui revisitent des titres d'hier et d'aujourd'hui: dans un esprit rock, on bascule avec plaisir dans la soul et le funk. De Queen à Lady Gaga, en passant par Stevie Wonder, France Gall, Amy Winehouse ou encore Madonna. Facebook : ladiesgroove06



Shakin' Mamas :

Dans la lignée des girls groups des sixties, les Shakin' Mamas revisitent les grands standards Stax et Motown des 60's-70's, à mi-chemin entre rythm'n blues et soul matinée de pop. Avec des chœurs inspirés du Gospel, dans lequel les quatre mamas ont baigné dès leur prime jeunesse, elles s'amuse des poncifs imposés aux femmes dans un show aux sources du féminisme, bourré de groove et de fantaisie. Facebook : shakinmamas



Samedi 22 : Soirée Estivale du Conseil Départemental avec Stéphane Brunello, chansons françaises.

C'est l'histoire d'un gamin de cinquième à qui on file une copie de cassette de Queen et AC/DC à la récré et qui ne s'en remet pas. S'en suivent Bowie, les Beatles, Bashung, Téléphone, les Floyd... boulimique. Guitare en poche il n'a qu'une idée en tête : faire comme ses idoles.

Ce «songwriter» niçois pur jus, possède un curriculum vitae que beaucoup envieraient.

Doté d'une solide réputation de guitariste dans le milieu, ses chansons ont largement dépassé les frontières régionales, notamment dans le cadre de ses collaborations avec EMI ou la Warner. Site : <https://stephanebrunello.com/>



Samedi 29 : Rendez-vous au P'tit Dej de la rentrée !

La Municipalité a le plaisir de vous convier au Petit Déj' de la rentrée, un moment chaleureux et convivial à partager en famille ou entre amis, **le samedi 29 août 2026, de 8 h 30 à 11 h 30, sur le Square Seytre.** **À l'approche de la reprise, venez profiter d'une matinée placée sous le signe de la bonne humeur, des rencontres et de la convivialité.** Un petit déjeuner offert par la Municipalité vous attend avec café, jus de fruits, viennoiseries et autres gourmandises pour bien commencer la journée. Cette matinée sera également l'occasion de mettre à l'honneur les jeunes de notre commune. **Les lauréats du Brevet et du Baccalauréat ayant obtenu une mention Très Bien seront officiellement félicités et récompensés pour leur excellent parcours scolaire.** Les plus jeunes, comme les plus grands, pourront également profiter de nombreuses animations gratuites :

- Atelier d'initiation aux arts du cirque, pour découvrir jonglage, équilibre et autres disciplines ludiques ;
- Jeux géants en bois, à partager en famille ou entre amis dans une ambiance détendue.

Que vous veniez pour partager un café, encourager nos jeunes diplômés ou simplement passer un agréable moment en famille, ce rendez-vous est fait pour vous !

Nous vous attendons nombreux !



Dimanche 30 : Mnémosyne, Une Hâlte artistique.

Mnémosyne : une halte artistique au Bar-sur-Loup



Le dimanche 30 août 2026, Le Bar-sur-Loup accueillera Ridha Dhib, artiste-marcheur, à l'occasion d'une étape de son projet Mnémosyne.

Parti de Paris pour rejoindre Nauplie, en Grèce, Ridha Dhib réalise une marche de cent jours au cours de laquelle il remplace les kilomètres par une autre mesure : les battements de son cœur. Chaque étape devient ainsi une expérience sensible où se mêlent mémoire, territoire et rencontre.

Le Bar-sur-Loup occupe une place toute particulière dans ce parcours puisqu'il s'agit du village où l'artiste a grandi.

Lors de cette halte, il partagera avec les habitants un temps d'échange autour de sa démarche, de la marche et de la mémoire des lieux. Il dévoilera également le nombre de battements de cœur qui lui auront été nécessaires pour relier Paris à son village d'enfance.

Cette rencontre, ouverte à tous, se déroulera à 18h30 en salle du conseil municipal en mairie. Un moment convivial et original invitant chacun à porter un regard nouveau sur le voyage, le temps et le territoire.

Mnémosyne — 100 jours de faire, 10 minutes de dire

www.ridhadhib.com

Vie Associative

A venir en Août et en Septembre prochain

Franco-Américaine de l'Amiral de Grasse du Bar



Franco-américaine de l'Amiral de Grasse du Bar
Pour l'anniversaire des 250 ans de la Déclaration d'indépendance des Etats-Unis d'Amérique, nous retraçons ici brièvement le déroulement de la Guerre d'Indépendance en 4 épisodes et un épilogue.

Episode 4 sur 4 – La France s'engage

En 1778, grâce aux interventions de Franklin et La Fayette auprès de Louis XVI, la France s'engage militairement aux côtés des insurgés. La Fayette repart à bord de L'Hermione, pour annoncer à George Washington ce traité d'alliance.

Les renforts officiels de la France sont les bienvenus mais il est devenu évident que seule une victoire décisive sur mer contre les Britanniques déterminera l'issue du conflit. De Grasse, nommé lieutenant-général des armées navales de Louis XVI en Amérique, part de Brest en mars 1781 et arrive aux Antilles avec 21 vaisseaux.

Une fois son plan mûri, il embarque en août avec des troupes supplémentaires, sans révéler sa destination, laissant croire aux forces britanniques qu'il s'agit de New York, où se trouve leur plus gros contingent. C'est là que tout le génie de De Grasse va se révéler.

Epilogue à suivre...

Conférence du 5 septembre 2026 Nous proposons ce jour anniversaire, une conférence intitulée « Chesapeake 1781 : un tournant dans l'Histoire », à 18 h 30, Salle du Conseil, Mairie du Bar-sur-Loup. Conférence labellisée « 400 ans de la Marine » par la Marine nationale et « Freedom 250 » par l'ambassade des Etats-Unis d'Amérique.

UNITED STATES of AMERICA
EMBASSY and CONSULATES
FRANCE



Pour l'Amour de l'Art



La rentrée artistique et bien-être est lancée avec l'association Pour l'Amour de l'Art !

Et si cette année, vous preniez du temps pour vous ou pour vos enfants ?

L'association Pour l'Amour de l'Art vous donne rendez-vous pour une nouvelle saison riche en découvertes, en partage et en bonne humeur !

Danse classique, jazz, hip-hop, éveil et initiation à la danse pour les plus jeunes, Pilates, percussions ou encore bains sonores... chacun trouvera une activité adaptée à son âge et à ses envies. Tous les cours sont encadrés par des professeurs diplômés, dans une ambiance conviviale et bienveillante, où le plaisir d'apprendre est au cœur de chaque séance.

Du 7 au 13 septembre 2026, profitez de notre Semaine Découverte : tous les cours d'essai sont gratuits ! C'est l'occasion idéale de venir tester une ou plusieurs disciplines avant de vous inscrire pour la saison.

Pour découvrir le détail des activités, les horaires et les tarifs, scannez le QR code ci-dessous

: il vous donnera accès à notre flyer complet.

Les inscriptions, y compris pour participer gratuitement aux cours d'essai de la Semaine Découverte, s'effectuent en ligne via HelloAsso. Le lien d'inscription est directement accessible sur le flyer.

Que vous souhaitiez bouger, vous détendre, développer votre créativité ou simplement partager un moment convivial, venez découvrir l'univers de Pour l'Amour de l'Art.

Renseignements :

Danse C Pilates : 06 65 12 98 67

Percussions C Relaxation vibratoire :

06 28 59 53 71

asso.pada@outlook.fr



Les Amis de Monterosso Grana

L'association dénommée « les amis de MONTEROSSO GRANA » régie par la loi du 1er juillet 1901, a pour objet de poursuivre et développer la relation entre le Bar-Sur-Loup (France) et la commune de Monterosso Grana, dans le Piémont (Italie).

Le rapprochement de ces deux communes se base sur le « Roumiage » et ses « traversado » : une rencontre transfrontalière qui marque le passage des italiens qui ont immigrés en France au XIXème siècle.

Dans les années 50, à Santo Lucio di Comboscuro, hameau de Monterosso Grana, une école en langue provençale a ancré notre langue d'Oc au cœur du Piémont, ainsi que nos musiques folkloriques traditionnelles. Par ce roumiage, il s'agit de faire dialoguer les identités et les territoires des Alpes du Sud : ici en particulier entre les deux communes du Bar-Sur-Loup (France) et de Monterosso Grana dont un grand nombre de barois sont originaires.

Les objectifs de cette association sont donc de renouveler, partager et faire perdurer le folklore provençal, commun à ces deux municipalités, ainsi que d'entretenir les profonds liens d'amitié qui se sont (re)noués ces dernières années entre le Bar-sur-Loup et Monterosso Grana.

Un jumelage, initié en 2005 et ayant mûri de nombreuses années, a été signé entre les deux municipalités en 2023.

L'Association se propose notamment de créer des supports promotionnels divers, d'avoir une présence sur les réseaux sociaux, d'organiser des conférences et autres événements ayant pour but de promouvoir le rapprochement des populations italiennes et françaises grâce à leur culture commune.

Sur le plan culturel, elle pourra établir des échanges de personnes entre nos deux pays, et soutenir la participation de chacun des habitants aux différentes fêtes de chacune des communes."

Hamsa Shanti

Notre cours de yoga du mercredi soir est en pause estivale ! Mais nous **reprenons le 9 septembre à 19h45**, alors n'hésitez pas à venir participer à un cours d'essai gratuit... Il suffit de m'appeler au **06 85 25 80 61** pour réserver votre place. Ce style de yoga convient aux

hommes et aux femmes de tous niveaux, y compris les débutants, et les cours se déroulent dans une ambiance conviviale et ouverte à tous. Je serai également présente au Forum des Associations le 13 septembre. Si vous vous demandez encore si le yoga est fait pour vous, venez m'y rencontrer pour en discuter. Au plaisir de vous rencontrer !

Le Flambé



Pour finir la série des Causeries Apéro du Flambé, le vendredi 21 août, ce sera la langue provençale qui sera mise à l'honneur.

La langue occitane est un élément culturel

qui traverse le temps et les frontières territoriales et qui nous relie avec notre ville jumelle Monterosso Grana.

Retenez cette dernière date et rejoignez-nous pour apprendre ou redécouvrir l'histoire de notre région. À partir de 18h sur le parvis du musée Lou Casau, entrée libre.

Aux Rendez-vous du Loup

Le Mois d'août Aux Rendez-vous du Loup

Retrouvez nous le 13 septembre aux Forum des associations de 10 à 14h au parc d'Opio pour plus d'informations sur nos activités actuelles et futures !!

Sauf mention spéciale toutes nos activités se déroulent dans le local de l'association, Espace Guintran au cœur du village.

Vendredi 21 août à 20h30 **Soirée Jeux de Société** : de nombreux jeux sont mis à disposition mais vous pouvez aussi amener les vôtres ! N'hésitez pas à vous inscrire ou vous renseigner auprès de Brunelle (06 75 82 16 42).

Les Ateliers du mois d'août :

L'**Atelier théâtre** « Jouer le Je » et apprenez à maîtriser « l'outil » de l'art dramatique : pensée, sensation, émotion et mouvement – continue durant le mois d'août tous les mercredis de 19 à 21h - animé par Michel (06 20 89 43 61)

L'**Atelier des Tricopines** animé par Christine : samedi 8 de 10 à 12h (Lise 06 62 49 40 28)

Le **Café des Lectrices** : samedi 1er août de 10 à 12h (Lise 06 62 49 40 28)

Toute la semaine l'espace de coworking vous accueille pour travailler en toute convivialité. N'hésitez pas à contacter Fred 06 63 78 90 73

Caroline et Patricia vous donne rendez-vous en septembre pour les prochains ateliers. Bon été à toutes et tous

Il faut être adhérent à l'association pour participer à nos ateliers qui sont tous gratuits : adhésion en ligne (10 ou 15€) simple et rapide sur HelloAsso : Aux Rendez-vous du Loup – Pour nous contacter info@auxrendezvousduloup.com ou par SMS au 06 62 49 40 28

La recette de Jooyane

GAUFRES À LA CHANTILLY ET COMPOTÉE D'ABRICOTS



Mélanger 4 œufs, 75 grs de sucre, 120 grs de beurre fondu puis refroidi, 20 cl d'eau, 30 cl de lait bien mélanger puis rajouter 500 grs de farine t45 et 1 sachet de levure de boulanger déshydratée, bien mélanger à nouveau au fouet, couvrir d'un film étirable et laisser reposer 2 h à température ambiante !
Chauffer le gauffrier, huiler au pinceau et verser un peu de pâte, refermer et bien laisser griller puis réserver sur un papier absorbant, saupoudrer de sucre glace.

J'ai servi avec une crème chantilly et une compotée d'abricot (cuire 500 grs d'abricots avec 150 grs de sucre pendant 15 mn puis laisser refroidir) un vrai délice.

Vie Associative

Bilan 2025/2026

Club VTT

VTT BSL : clap de fin pour une belle saison !

La saison 2025-2026 du VTT BSL s'est terminée sur une très belle note. Une année riche en sorties, en progression et en moments de partage, où les jeunes pilotes ont pu développer leur technique tout en profitant du plaisir de rouler ensemble dans une ambiance conviviale.

Pour clôturer cette saison, le club a organisé un week-end à Beuil et Valberg. Au programme : de magnifiques parcours, des paysages exceptionnels, de belles descentes et surtout de nombreux souvenirs partagés entre les jeunes, les encadrants et les familles. Un week-end placé sous le signe de la bonne humeur, qui a parfaitement conclu cette année sportive.

Le VTT BSL sera également présent au Forum des Associations, qui devrait se dérouler cette année à Opio. Ce sera l'occasion de découvrir les activités du club, d'échanger avec les encadrants et de se renseigner sur les modalités d'inscription pour la nouvelle saison.

L'heure est maintenant aux vacances d'été. Le club fait une pause et reprendra ses entraînements au début du mois de septembre, avec l'envie de retrouver les sentiers et de partager une nouvelle saison riche en aventures.

Toute l'équipe du VTT BSL vous souhaite un excellent été et vous donne rendez-vous dès le début du mois de septembre !

Shotokan Karaté Club

C'est dans des conditions climatiques particulières que c'est clôturé la saison 2025/2026. Accueillis par une haie d'honneur dans la chapelle des sœurs, suivie de la traditionnelle remise des grades qui a récompensé chaque enfant pour ses efforts et sa progression par un grade supérieur, barrettes ou ceinture de couleur.

La présidente Evelyne Passavin a présenté aux personnes présente le long passé de pratiquant du professeur André Carosi qui a obtenu fin juin le grade de 5eme Dan.

Cette cérémonie c'est clôturée par un pot de l'amitié pour célébrer les grades.

Cansa Basket

Après avoir reçu l'Assemblée Générale du Comité Départemental de Basket 06 à la Terrasse des Arts en présence du Maire, Emmanuel Delmotte et la conseillère municipale déléguée aux Sports et la Vie Associative, Nadège Isoardo, la CANSA BASKET a tenu son assemblée générale au gymnase du Bois Saint Jeaume, réunissant dirigeants, bénévoles, entraîneurs, joueurs et familles pour faire le point sur une saison riche en compétitions et belles émotions sportives.

À l'issue des compte-rendu d'activités, de Nathalie Mestre, présidente et financier de Philippe Viale, trésorier, la journée s'est prolongée par un grand tournoi 3x3 intergénérationnel, réunissant les joueurs du club des catégories U9 à U18, leurs parents et leurs proches.

Dans une ambiance conviviale et fair play, les équipes se sont affrontées sur les terrains, mêlant les jeunes et les adultes venus partager un joyeux moment sportif.

Les bénévoles avaient préparé une buvette généreusement garnie, très appréciée tout au long de l'après midi et tenue par Hélène et Laëtitia, tandis qu'une grande tombola gérée par Marie-Gabrielle animait la manifestation.

Un immense merci aussi à nos partenaires pour leur soutien et les lots offerts.

Pour clôturer cette belle journée, des trophées et des médailles ont été remis aux trois premières équipes de chaque catégorie par Anthony Ourman, organisateur du tournoi en présence de Mr Fisher, Adjoint aux Sports du Rouret.

Des récompenses ont également été remises par notre présidente aux jeunes du club qui se sont investis toute la saison dans la formation au sein de l'école de mini-basket et aux arbitres qui ont officié bénévolement toute la saison, tout cela sous les applaudissements d'un public enthousiaste.

Une édition réussie, qui reflète parfaitement l'esprit de la CANSA BASKET 06740 CHATEAUNEUF: partage, engagement collectif, formation et passion du jeu.

Nous vous retrouvons tous la saison prochaine avec un projet club qui vise une amélioration de la qualité dans la formation des plus jeunes et la mise en place de manifestations plus nombreuses en lien avec le comité départemental 06.

Vous pourrez également nous retrouver sur les différents forums des Associations :

- Le 29/08 à Roquefort Les Pins

- Le 5/09 au Rouret

Vive CANSA BASKET !!!



Handball des collines

Coup double au HBDC : les séniors filles et les séniors garçons remportent leurs championnats respectifs et montent en Régional !!!

Improbable ! Nos filles ont réussi l'improbable ce dimanche 3 mai à Vallauris, en battant la très belle équipe du Vallis Auréa 23 à 19 !!!

Synonyme de montée en Prénationale en plus du gain du championnat !

Un match haletant au possible. Ce fut serré toute la partie. Mais elles ont tenu et remporté ce match, il faut le dire, contre toute attente !

Une véritable performance sur cette saison très difficile où les pépins se sont enchaînés tout au long de l'année.

Cette victoire laissera encore de formidables souvenirs aux joueuses et au club.

Une équipe composée de plusieurs jeunes issues du club, de lycéennes, d'étudiantes, de mamans...

Et Nos garçons ? Ils ont également remporté leur championnat et accèdent au championnat régional HTM !!! Une très belle saison de cette super équipe à l'esprit formidable.

Il ne faut pas oublier nos équipes de jeunes qui se sont, elles-aussi, très bien comportées : nos U17 Filles, U17 Garçons et U15 Garçons ont également remporté leur championnat !

Une saison extraordinaire pour notre modeste club !

Les inscriptions pour la nouvelle saison commencent !!

Toutes les informations pour renouveler son adhésion au club ou pour une nouvelle adhésion se trouvent ici : <https://www.hbdc06.org/>

Tout est expliqué.

Nos cotisations n'augmentent toujours pas, malgré l'inflation et la crise sanitaire que nous avons vécue.

Des informations sur nos équipes engagées :

-Une équipe sénior Féminine en Prénationale

-Une 2ème équipe sénior Féminine en Départemental

-Une équipe sénior Masculine en HTM (Régional)

-Toutes les équipes de jeunes Féminines et Masculines (de U9 à U17)

-Des Babys à partir de 3 ans pour les filles et les garçons

-Une équipe « loisir » en Hand'fauteuil pour les personnes en situation de Handicap mais aussi pour les personnes "valides" recherchant une activité "loisir" et très ludique. Bonne ambiance assurée !!

Les débutantes et débutants sont acceptés dans toutes nos catégories, même adultes de tout âge !! Rejoignez-nous !!!!

HANDBALL DES COLLINES

Gymnases des Collèges du Rouret et de Roquefort

Tél. : 06.95.61.14.61

Email : info@hbdc06.org

www.hbdc06.org

Date à retenir :

Forum Intercommunal des Associations

(Le Bar-sur-Loup - Opio - Châteauneuf - Gourdon)

Dimanche 13 septembre
de 10h à 14h30

Parc de Loisirs à Opio

Nouveau

Au village

Artisan :

«Designobois» Entreprise de menuiserie

Valentin LEROY

Contact : 06 36 19 23 65

Professionnel de santé :

Cabinet Dentaire

Dr Julia PITAULT

Contact : 04 93 42 58 32

Souhaitons-leur la bienvenue