

## EXPLORATEURS en herbe

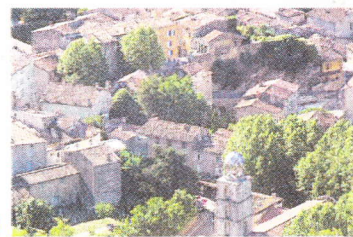
Les enfants vont découvrir - munis de filets et de loupes - fleurs, papillons et autres bêtes qui peuplent les pentes du Baou des Quatre Aures. Baskets aux pieds, goûter et bouteille d'eau dans le sac, les petits explorateurs accompagnés de leurs parents sont prêts à gravir la colline ! La nature s'éveille, éveillons nos bambins ! Obligatoire : un parent accompagnant pour 3 enfants au maximum.

**On aime :** une sortie pédagogique commentée accessible dès 5 ans.

Les filets à papillons, loupes et bocaux d'observation sont prêtés.

Mercredi 17 mars à 14 h 00. Rendez-vous à l'office du tourisme - 334, avenue de la République, Toulon. Tél. : 04 94 18 53 00.

Tarif adulte (accompagnant) 6,20 €, enfant 5-14 ans 10,50 €.



## Balade en PROVENCE

Le petit village de Méounes bénéficie d'une hydrographie très importante. Ici, entre collines et soleil, le paysage se découpe entre rivières et cascades. On découvre à travers cette visite les cours d'eau du Latay, Gapeau et Lône, et les sources du Massif d'Agnis qui jaillissent à diverses altitudes. Tous ces « réseaux de l'eau » vous seront expliqués, ainsi que les constructions solides de travertins qu'ils génèrent parfois.

**Le plus :** cette visite commentée est gratuite et s'ouvre sur de magnifiques paysages de plantations de cerisiers, oliviers et vignes.

Dimanche 21 mars à 10 h. Rendez-vous à la Mairie - 12, route de Brignoles, Méounes. Tél. : 04 94 72 04 21. Visite guidée gratuite.

## ABRACADA-BRAC !



Si ce n'est par magie, vous trouverez l'objet de vos désirs en chinant les stands de ce grand vide-grenier ! Une cinquantaine d'exposants, installés sur trois places du petit village de la Cadière-d'Azur, livrent mille choses insolites : vêtements, jouets, vaisselles, tableaux... Et si vous ne dénicher pas votre bonheur, vous pourrez vous

consoler en découvrant ce charmant village et ses multiples ruelles.

**On aime :** faire le bonheur des petits avec des jeux et des jouets... à prix riquiqui !

Samedi 20 mars de 8 h à 18 h. Places Jean Jaurès, des Consuls, et des Prud'hommes, La Cadière-d'Azur. Tél. : 04 94 90 12 56. Gratuit.



## RIRE À PETIT PRIX !

Un one-woman show à l'accent du Sud ! Yolande Nectoux incarne le personnage de Fanette, une poissonnière populaire et provençale, drôle et truculente, piquante comme une vive qui déballe sa vie (et son poisson !) à grands coups de jeux de mots, mimiques et situations cocasses. Un personnage haut en couleurs qui n'a pas la langue dans sa poche et qui ravira les adeptes d'un humour tendre et grinçant.

**Le plus :** un prix plus que raisonnable pour rire de tout cœur !

Vendredi 19 mars à 21 h. Cinéma Le Rio - Salle Giono, avenue des Aiguiers, Solliès-Pont. Tél. : 06 21 65 36 90. Tarif 10 €.

## Délices d'AILLEURS

Les voyages ont formé Frédéric et Marion Cotten aux mille saveurs de la cuisine. Ce nouveau restaurant, le Cœur Volant, c'est leur histoire. Elle, avec ses racines encreées du côté du Laos et du Vietnam, a vécu chez les Ch'tis. Lui, breton et toulousain, a découvert l'Afrique. Leur concept : faire découvrir la richesse des produits du marché à travers d'innombrables façons de les préparer. Le résultat, une cuisine raffinée aux arômes d'ailleurs : foie gras maison au gingembre confit, saumon fumé au poivre de Sichuan, cassolette de poisson gratinée en aiöli...

**On aime :** une cuisine fine accessible à tous avec une formule complète à 15 € le midi. Et une terrasse

pour les beaux jours ! Le Cœur Volant - 162, rue de la République, La Farliède.

Ouvert midi et soir du mardi au samedi et le dimanche midi. Tél. : 04 94 00 35 38.

Formule midi 15 €, menus de 23 à 39 €.

ZOOM

