



1



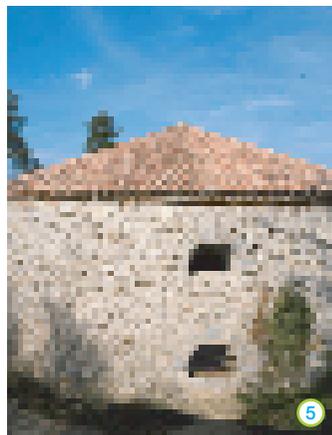
2



3



4



5

Votre parcours

- 1. Toulon, vue du mont Faron.
- 2. Les traditionnels pointus qui colorent les petits ports du Niel et de la Madrague.
- 3. Les gorges du Verdon, célèbres pour leurs spectaculaires panoramas.
- 4. La tortue d'Hermann, espèce protégée, est le reptile le plus menacé du pays.
- 5. La glacière Pivaut, la plus haute du massif de la Sainte-Baume.



Les dessous du Var

DÉLAISSONS LES PAILLETES DE SAINT-TROPEZ POUR DES FACETTES MOINS CONNUES DE CETTE TERRE PRÉCIEUSE QU'EST LE VAR. DES GORGES DU VERDON AU PAYS DE RAIMU ET DE BÉCAUD, EN PASSANT PAR LA PROVENCE VERTE ET LE MASSIF DES MAURES, BIENVENUE AU PAYS. **Par Catherine Levesque Photos Jérôme Galland**

Ce n'est pas pour rien si le Var figure parmi les départements les plus visités de France : 300 kilomètres de côtes le long de la Méditerranée, un ensoleillement exceptionnel et un arrière-pays boisé où se perchent de charmants villages provençaux.

Rester en rade. Le mistral a un avantage : il chasse les nuages et sublime les couleurs des monts toulonnais. Mais il risque de vous priver de l'unique téléphérique de la côte méditerranéenne, qui élève les promeneurs sur les hauteurs de Toulon, au mont Faron. Du haut de ses 542 mètres, la vue sur la rade est chère aux Moccots (les locaux !) : à l'ouest, le joli massif du cap Sicié ; en contrebas, les toits orange de la vieille ville et son port, seul accès autorisé à la mer pour les Toulonnais, présence militaire oblige. On redescendra par une route en zigzag jusqu'à la plage des Sablettes, à La Seyne-sur-Mer, via la corniche des Tamaris, aux

villas étonnantes. Bien pratique, le bateau-bus vous ramène au port de Toulon, qui a recouvert récemment ses couleurs d'origine. Un petit tour au marché du cours Lafayette, chanté par Bécaud (toulonnais, comme Raimu), pour goûter la cade, une galette à base

plus méridional de France continentale. Dans les anciens salins, désormais protégés par le Conservatoire du littoral, on remarque sans mal les silhouettes altières des flamants roses qui y barbotent. Rose, bleu, vert..., les traditionnels pointus colorent les pit-

De Toulon, on redescend par une route en zigzag jusqu'à la plage des Sablettes à La Seyne-sur-Mer

de farine de pois chiche et d'huile d'olive, puis l'on s'enfoncera dans les ruelles charmantes de la ville médiévale, en pleine réhabilitation.

Double tombolo. Rigolo, ce tombolo ! Depuis le petit square surélevé de Giens, on domine l'étrange géographie de la presqu'île : un double cordon littoral qui s'avance sur 5 km dans les eaux bleues et limpides de la Méditerranée. Nous voilà au point le

toresques petits ports du Niel et de la Madrague. Parmi les îles d'Hyères (ou îles d'Or), Porquerolles est la plus proche. À éviter l'été : trop fréquentée ! Plus au large, Port-Cros est aussi plus escarpée. Ce parc national fut le pionnier des parcs marins européens. Le sentier sous-marin de la Palud, premier du genre en France, permet d'explorer, palmé et masqué, les tombants féériques de coraux.

> 1. **La Seyne-sur-Mer**, deuxième ville du Var et faubourg de Toulon, est très prisée pour sa plage des Sablettes.

> 2. **L'opéra de Toulon**, considéré comme l'un des plus beaux de France et le plus grand de province, jouit d'une acoustique extraordinaire.



1



2



3



4

> 3. **Le spot de l'Almanarre**, un paradis pour les amoureux de planche à voile et de kite-surf !

> 4. **Pins, chênes verts...** La pointe des Chevaliers, sur la presqu'île de Giens, est un lieu de balade d'une étonnante richesse.

Vertige du saut à l'élastique. Un petit crochet par le pittoresque village de Trigance, et c'est parti pour un parcours vertigineux sur la rive gauche du Verdon, aux panoramas spectaculaires. Aux balcons de la Mescla, premiers regards plongeants sur l'eau verte, qui serpente 250 mètres plus bas ! Le pont de l'Artuby, qui enjambe

turquoise du lac de Sainte-Croix, que l'on surplombe après le col d'Illuire. C'est dans cette vaste retenue d'eau (2 220 ha) de barrage que le Verdon termine sa course. Un petit plongeon pour se remettre de ses émotions ?

Le village des tortues. Parmi les trois espèces de tortues sauvages présen-

attachants reptiles noir et jaune, trop souvent ramassés et condamnés à la captivité. Au pied du massif des Maures, Le village des tortues recueille ainsi sur deux hectares de maquis jusqu'à trois cents tortues blessées par an. Dans la mesure du possible, elles sont ensuite relâchées dans leur milieu naturel. Tout au long des sentiers ombragés, on ne s'étonnera pas de croiser dans les enclos des espèces exotiques de belle taille, venues d'Afrique ou des Balkans... et saisies par la douane ! L'été, allez-y le matin, au moment du nourrissage, ou en fin de journée.

La glacière Pivaut. elle, n'a pas grand-chose en commun avec les récipients bleus de nos pique-niques ! Cette tour imposante de 25 mètres de haut est la plus grosse du massif de la Sainte-Baume. Restaurée par le conseil général, elle est accessible par un court chemin. Les vestiges des bassins de

congélation jouxtent ce monument historique, construit à la fin du XIX^e siècle. Il fallait trois ou quatre gelées pour que l'eau s'y fige, l'hiver, et que l'on stocke les blocs de glace dans ce réservoir aux murs épais. Les panneaux alentour dévoilent les trésors d'ingéniosité dont on fit preuve pour conserver la glace jusqu'à l'été, où elle était transportée de nuit jusqu'à Toulon. Difficile à imaginer à l'ère du réfrigérateur ! Pour se rafraîchir la mémoire, on complétera ses connaissances au musée de la Glace, qui, maquettes et objets à l'appui, présente cette pratique au fil du temps. On en ressort juste un peu refroidi !



VIVRE LES SAVEURS
LA RÉGION

Reflets de Provence



Aurélie Mori.

Impossible de se tromper sur la marchandise : l'usine Soléou est cernée d'oliveraies ! Née en 1965 dans le village de Salernes, cette entreprise d'une trentaine de salariés a dû s'agrandir dans les années 1980 à la sortie du bourg. « *L'unité de production a été modernisée, et nous avons fait construire*

un séchoir naturel, sans soufflerie », explique Aurélie Mori, responsable du marketing.

Des branches de thym et de romarin attendent leur heure dans ce vaste hangar. Séchées durant un mois environ, elles seront broyées pour entrer dans la composition des mélanges d'herbes de Provence Reflets de France, destinés à l'assaisonnement ou aux grillades. « *Nous recevons les produits bruts (huile, vinaigre, olives...) selon un cahier des charges strict, puis nous réalisons les assemblages* », poursuit-elle. **Le produit phare** reste l'olive verte picholine Reflets de France. Cueillie dans le Gard au début de l'automne, elle est aussi proposée sous sa forme noire confite lorsqu'elle est ramassée « tournante », c'est-à-dire plus mûre. « *Les olives de la variété cailletier, originaires de Nice, sont plus petites, ont une peau moins épaisse et un gros noyau* », précise Aurélie Mori. L'une comme l'autre passent au moins deux mois dans une saumure, au naturel, pour perdre leur amertume et agrémenter apéritifs et recettes méditerranéennes.

Après le vert émeraude, place au bleu turquoise du lac de Sainte-Croix où le Verdon termine sa course

l'affluent du même nom, est le plus haut d'Europe pour la pratique du saut à l'élastique : 182 mètres de vide... Au niveau du tunnel du Fayet, site classé, la route sinueuse atteint le point culminant de la Corniche sublime : 800 mètres ! À l'arrière-plan, de puissants massifs annoncent déjà les Alpes. Après le vert émeraude, place au bleu

tes en France, une seule est terrestre. C'est la tortue d'Hermann (18 cm), qui ne survit que dans le centre du Var. Menacée par la disparition de son habitat naturel, cette tortue protégée est aussi victime des morsures de chiens, des voitures, des débroussailluses et des incendies... Une structure est donc née pour panser les plaies de ces



.....
trouvez la ronde des produits du terroir flets de France en rejoignant le club gourmet !
crivez-vous gratuitement avec votre carte de fidélité
...ampion en vous connectant sur www.champion.fr



Retrouvez les produits du **Var**

La sélection gourmande de M. Caranta

Le directeur de l'Hyper Champion de Sainte-Maxime nous fait découvrir les spécialités de sa région.

Tapenade

Fabriquée à la conserverie Au bec fin, cette tapenade est fidèle à la recette des bergers varois.

AU BEC FIN 140 g

Pistou

Basilic, pignons et huile d'olive, ce pistou de Provence est idéal pour les pâtes ou le poisson.

REFLETS DE FRANCE 250 g

Daube provençale

Cuisinée selon la recette traditionnelle, cette daube provençale est à la fois légère et gourmande.

REFLETS DE FRANCE 1 kg



TAPENADE



DAUBE
PROVENÇALE



PISTOU

PRATIQUE

Comité départemental du tourisme.

Rens. : 04 94 50 55 50
www.tourismevar.com
www.toulon.com

A VOIR

Tall Ship's Races (course de grands voiliers), du 21 au 24 juillet 2007, à Toulon.
Rens. : 04 94 18 53 00.

A VISITER

Passé sites gratuit pour découvrir vingt-six sites culturels à tarif réduit.
Toulon (trois thèmes)
Rens. : 04 94 18 53 00.

Musée de la Glace, à Mazaugues.

Rens. : 04 94 86 39 24.

Domaine du Rayol, le jardin des Méditerranées.
Rens. : 04 98 04 44 00 ou
www.domainedurayol.org

Le village des tortues, à Gonfaron.
Rens. : 04 94 78 26 41 ou
www.villagetortues.com

SE BALADER

Balades nature accompagnées.

Rens. : 04 94 50 55 65.

Parc national de Port-Cros.
Rens. : 04 94 12 82 30 ou
www.portcrosparcnational.fr

Parc naturel régional du Verdon.

Rens. : 04 92 74 68 00
ou www.parcduverdon.fr

BONNES TABLE

Grand Hôtel Bain, à Comps-sur-Artuby.
Tél. : 04 94 76 90 06.

Tout en passant chez Gilles, à Salernes.
Rens. : 04 94 70 72 80.

À LIRE

Var, Guide Gallimard (27 €).

MAGASINS

Champion
DANS LE VAR

- Bandol La Garduère
- Cavalaire-sur-Mer
- Hyères
- La Crau
- Le Beausset
- Le Lavandou
- Ollioules
- Sainte-Maxime-Le-Préconil
- Sainte-Maxime-Mermoz
- Six-Fours-les-Plages
- Toulon