



Mes vacances à
ROQUEBRUNE
SUR-ARGENS
LES ISSAMBRES · LA BOUVERIE

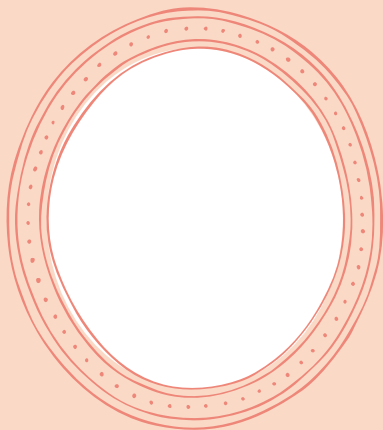


CE CARNET APPARTIENT À :

This booklet belongs to:

Dessine ton
portrait:

draw your face



Prénom:

first name

Nom:

surname:

Âge:

age:



Directrice de publication : **Séverine Roger**

Rédaction : **Office de tourisme**

Roquebrune-sur-Argens

Conception graphique et illustrations:

Agence **dedik**

Crédit photos : **Ville de Roquebrune-sur-**


Argens, Nico Gomez, Florian Moins, Office de

Tourisme de Roquebrune-sur-Argens

Tirage : juin 2023 – **2 000 exemplaires**

Impression : IAPCA

VIVE LES VACANCES À ROQUEBRUNE SUR-ARGENS !

 Les vacances en famille, c'est le moment des retrouvailles, du partage et des découvertes. Notre destination est un véritable terrain de jeux pour les enfants. Ici, on met tout en œuvre pour que les enfants passent des vacances inoubliables, construisent leurs meilleurs souvenirs. Roquebrune-sur-Argens et notre Office de Tourisme sont labellisés Famille Plus depuis 2007, mais peut-être te demandes-tu ce que cela veut dire ?

QU'EST-CE UN OFFICE DE TOURISME ?

C'est un centre d'information où les visiteurs trouvent les renseignements sur les activités, les animations, les hébergements, les restaurants pour que toutes les familles passent de super vacances. Pendant que tes parents préparent le programme et repèrent les animations, tu peux profiter de l'espace enfants.

FAMILLE PLUS C'EST QUOI ?

À Roquebrune-sur-Argens, nous prenons très à cœur l'accueil des familles. L'office de tourisme et ses partenaires ont travaillé ensemble, aux côtés de la ville, dans la démarche Famille Plus. Nous nous sommes engagés à respecter une cinquantaine des critères pour pouvoir obtenir le label Famille Plus et faire de Roquebrune une destination idéale pour des vacances mémorables en famille.

Les 6 engagements du label :

- Un accueil personnalisé pour les familles
- Des animations adaptées à tous les âges
- Du plus petit au plus grand : à chacun son tarif
- Des activités pour petits et grands à vivre ensemble ou séparément
- Tous les commerces et services sous la main
- Des enfants chouchoutés par nos professionnels



Dans ce carnet, ce logo t'aidera à repérer les professionnels engagés avec nous dans cette démarche !

HOORAY FOR HOLIDAYS IN ROQUEBRUNE SUR-ARGENS!



A family holiday is the pleasure of spending quality time together and making new discoveries.

Our region is a fabulous playground for children. Here, we bend over backwards to make sure your children enjoy a holiday they'll never forget, make their best memories. Roquebrune-sur-Argens and our Tourist Office have both flaunted the Famille Plus seal of approval since 2007. But do you know what this actually means?

WHAT IS A TOURIST OFFICE?

It is an information centre where visitors can find out what's available in terms of activities, entertainment, accommodation and restaurants, to ensure every family enjoys a fabulous holiday. While your parents plan your holiday and check what's available, you can spend time in the children's area.

WHAT IS FAMILLE PLUS?

In Roquebrune-sur-Argens, we care about making families feel welcome, which is why the tourist office and its partners have teamed up with the local council to embrace the Famille Plus approach. Together, we have made a commitment to meet the fifty or so criteria required to obtain the Famille Plus quality label and make Roquebrune the perfect destination for a memorable family holiday.

The 6 Famille Plus promises:

- A personalised welcome for families
- Entertainment suitable for all age groups
- Prices that cater for all, from youngest to oldest
- Activities for young and old to enjoy together or separately
- Easy access to shops and services
- Professionals attentive to your children's needs



In this booklet, look out for this logo indicating partners who have joined us in this approach!

SOMMAIRE

Bienvenue à Roquebrune-sur-Argens
Welcome to Roquebrune-sur-Argens
pages 4-5

Un peu d'histoire
A spot of history
pages 6-7

À toi de jouer
You play
pages 8-9

Tous à la plage aux Issambres
Beach time in Les Issambres
pages 10-11

La Méditerranée
The Mediterranean
pages 12-13

La mer à protéger
Protecting the sea
pages 14-15

En mode explorateur
Become an explorer
pages 16-17

Une petite pause
Time for a break
pages 18-19

Le chocolat est roi
Chocolate is the best
pages 20-21

Les animations pour les familles
Activities for families
pages 22-23

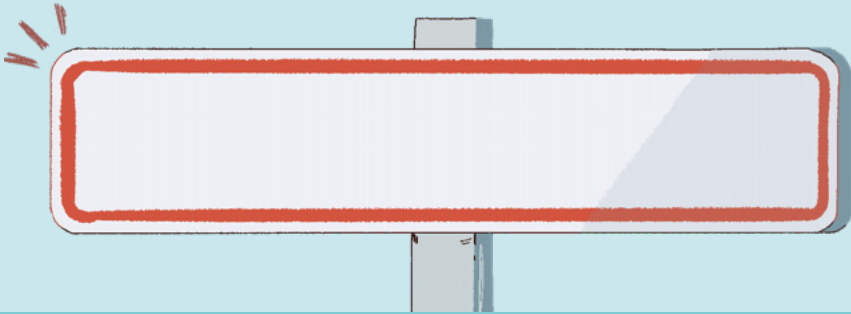
Les bonnes adresses labellisées Famille Plus
Recommended Famille Plus partners
pages 24-27

BIENVENUE À...

WELCOME TO...

Écris le nom
du lieu où tu passes tes vacances.

Write the name of the place where you're on holiday.



D'où viens-tu?

Fais une croix là où tu habites et une autre où tu es en vacances. Retracer le trajet que tu as fait à l'aide de tes parents.

Where are you from? Mark with an X the place where you live and the place where you're spending your holiday. Ask your parents to help you retrace your journey.



Je viens d'un autre pays hors Europe. *I come from an other country outside Europe.*

Où es-tu logé(e)?

Where are you staying?



● Hôtel / gîte
Hôtel / gîte



● Village vacances
holiday village



● Camping
campsite



● Dans ta famille
with relatives

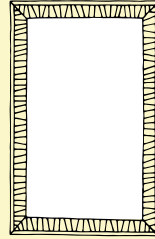


● Maison
de vacances
holiday home

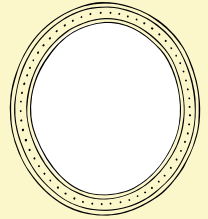
Avec qui passes-tu tes vacances?

Écris le nom des personnes qui
t'accompagnent et dessine leur portrait.

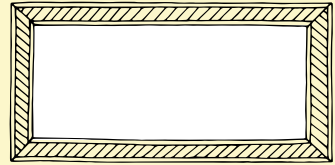
Who are you spending your holiday with?
Write the name of the people you are with and
draw their faces.



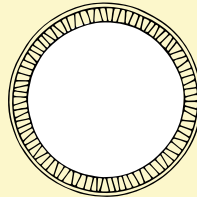
.....



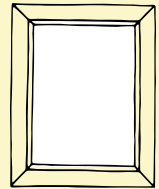
.....



.....



.....



.....

Et si tu dessinais ton lieu ou ton activité préférée des vacances?

Try drawing your favourite place or activity of this holiday!



UN PEU D'HISTOIRE

Roquebrune-sur-Argens est l'une des plus grandes villes de la région Sud, elle s'étend sur 28 km du nord au sud. Il y a **trois quartiers** : le **bord de mer aux Issambres**, le **village médiéval de Roquebrune** et la **Bouverie entourée de forêts, de pins et de vignes**.

Le Village de Roquebrune date du Moyen-Âge. À cette époque, c'était un village isolé, sur un piton rocheux, protégé par ses remparts. **Le tour Anfred** était l'une des deux tours qui renforçaient l'enceinte fortifiée. **Le Portalet** était l'entrée principale de la ville médiévale.

As-tu remarqué le grand rocher près du village ? C'est le **rocher de Roquebrune** ! Son point le plus haut est à 373 mètres d'altitude. Si tu ouvres bien tes yeux, tu verras **les 3 croix**. Vues de loin elles paraissent petites mais en réalité elles mesurent 5 mètres. Elles font presque 4 fois ta taille. Elles pèsent tellement lourd qu'un hélicoptère les a montées jusqu'au sommet !

Au pied du village et du rocher, il y a le **fleuve de l'Argens** et le **lac de l'Aréna**. Le lieu idéal pour faire du canoé, des promenades à pied ou des activités nautiques. Chut ! Sans trop faire de bruit tu pourras peut-être rencontrer une **tortue cistude** qui fait sa sieste au soleil ou apercevoir un **guêpier d'Europe** qui prend son envol.

La Bouverie est le quartier idéal pour de jolies balades en forêt au pied des **Gorges du Blavet** (de grandes falaises au milieu desquelles coule une petite rivière, le Blavet). Ces roches de couleur rouge étaient habitées par l'**homme préhistorique**. Tu peux aller découvrir les petites grottes où ils s'abritaient quand il ne faisait pas beau. Leurs outils, retrouvés dans ces grottes, sont exposés à la **Maison de la préhistoire**, place des Félibres à la Bouverie.





un guêpier
d'Europe



l'église Saint
Pierre-Saint-Paul

A SPOT OF HISTORY



Roquebrune-sur-Argens is one of the biggest towns in the Southern region, stretching for 28 km from north to south.

It has three districts: the seaside area of Les Issambres, the medieval village of Roquebrune and the pine forests and vineyards of La Bouverie.

The Roquebrune Village dates back to the Middle Ages. At that time it was a re-mote village standing on a rocky spur and protected by rampart walls. **The Anfred tower** was one of two towers that strengthened the fortified enclosure. **The Portalet** was the main gate to the medieval village.

Have you noticed the huge rock near the village? It's called the **rock of Roquebrune!** Its highest point is 373 metres above sea level. If you look carefully you might be able to see **the 3 crosses**. They look small from a distance, but in fact they are 5 metres high, which is nearly 4 times taller than you. They are so heavy that they had to be taken to the summit by helicopter!

Just below the village and the rock are **the river Argens and the Aréna lake**. The ideal place to go canoeing, walking or try watersports. Shush! If you're quiet enough you might spot a **European pond turtle** asleep in the sun, or a **European bee-eater** as it takes flight.

La Bouverie is the district offering lovely forest walks near the **Blavet gorges** (enormous cliffs with a stream, the Blavet, flowing between them). These red-coloured rocks were inhabited by **prehistoric man**. You can visit the little caves where they took shelter in bad weather. Some of their tools have been found in these caves and are now on display at the **prehistory museum** on Place des Félibres in La Bouverie.

À TOI DE JOUER

YOU PLAY

Quels animaux peut-on trouver le long de l'Argens?

What animals can be seen along the river Argens?



.....

.....

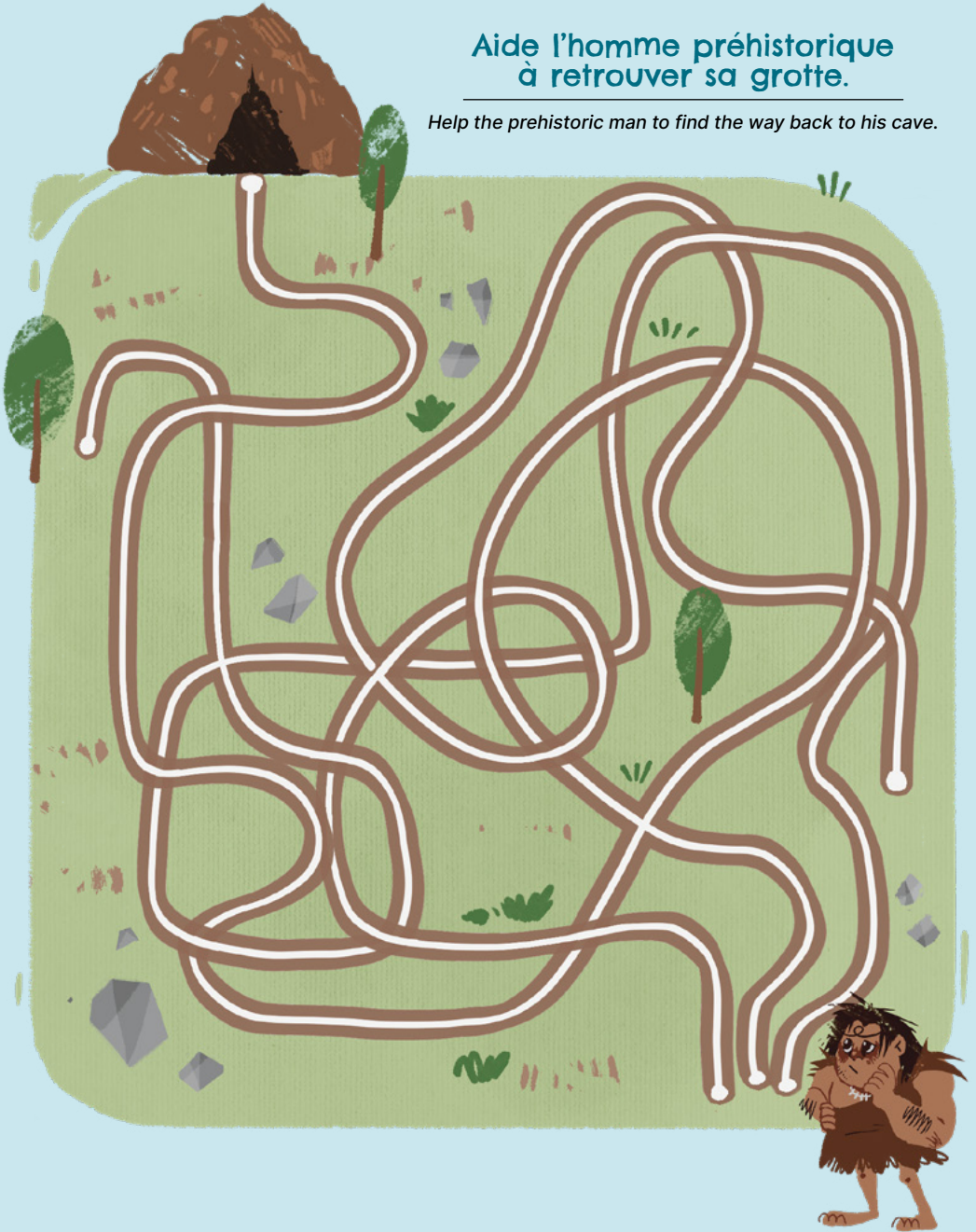
COLORIAGE

Le rocher de Roquebrune et l'Argens




Aide l'homme préhistorique à retrouver sa grotte.


Help the prehistoric man to find the way back to his cave.




TOUS À LA PLAGE AUX ISSAMBRES

BEACH TIME IN LES ISSAMBRES

 Le bord de mer des Issambres fait 8 km de long alternant plages de sable et rochers. Si tu regardes au loin, tu pourras apercevoir le célèbre clocher de Saint-Tropez! Il y a même des bateaux verts qui partent du port des Issambres direction Saint-Tropez. Sur le port, plein d'activités nautiques t'attendent pour t'amuser sur l'eau.

 The coast of Les Issambres stretches for 8 km between rocks and sandy beaches. If you look into the distance, you can see the famous steeple of Saint-Tropez! There are even some green boats that take you from the port of Les Issambres to Saint-Tropez. At the port there are also lots of amusing activities for you to enjoy in and on the water.




 Sentier du littoral
Coastal path

 Handiplage
Accessible beach

 Baignade surveillée
Supervised bathing

 Aire de jeux
Playground

 Randonnée
Hiking

 Aire de pic nique
Picnic tables

Le sais-tu?

Les Romains étaient présents en Provence dans l'Antiquité. Aux Issambres, il existe toujours des traces de leur invention pour capturer le poisson: le Vivier Gallo-Romain. Les poissons rentraient dans le vivier et étaient retenus dans les réservoirs créés entre les rochers.

Did you know? In Antiquity, the Romans were here in Provence. In Les Issambres there are still traces of the Gallo-Roman fish reservoir, a system they invented to catch fish. Fish entering the reservoir were trapped in the pools created among the rocks.

Tous à la plage!



Avant de te jeter à l'eau, voici quelques astuces pour que tu passes un moment agréable!

Aux Issambres, la plage de San Peïre et la plage de la Gaillarde sont surveillées de début juin à mi-septembre. Choisis les zones de baignade surveillées, **tu peux les repérer facilement. Elles sont délimitées par deux drapeaux à bandes rouge et jaune.**



Des bouées jaunes délimitent la zone des 300 mètres, ne nage pas au-delà.

Beach time!

Before you jump into the water, here's some tips for having a great time!

At Les Issambres, the beaches of San Peïre and La Gaillarde are supervised by lifeguards from the beginning of June until the middle of September. **Swim in the supervised areas, which are easy to see between the red-and-yellow striped flags.**

You should not go beyond the yellow buoys that mark the 300-metre boundary.

Sur les plages surveillées, les sauveteurs hissent tous les jours un drapeau sur le poste de secours pour t'indiquer si tu peux te baigner ou pas.

At supervised beaches, the lifeguards fly a flag every day at the rescue station to indicate if it is safe for you to swim or not.



DRAPEAU VERT:

tu peux aller te baigner sans danger particulier

GREEN FLAG:
it is safe for you to swim.



DRAPEAU JAUNE:

la baignade est dangereuse même surveillée, sois très prudent!

YELLOW FLAG: *swimming is allowed but dangerous and supervised by lifeguards. Be careful!*



DRAPEAU ROUGE:

ne va pas te baigner, c'est interdit et dangereux

RED FLAG: *you are not allowed to swim because it is too dangerous.*

Pense aussi à : Remember also to:



Rester toujours sous la surveillance de tes parents.

Always stay where your parents can see you.



Te mouiller les épaules et la nuque avant de rentrer dans l'eau.

When you go in the sea, start by splashing your shoulders and the back of your neck with water.



Éviter de t'exposer au soleil entre 12h et 16h en été.

Avoid being out in the summer sun between 12 noon and 4pm.



Vérifier que les méduses ne se soient pas invitées à la même plage que toi.

Check that your beach hasn't been invaded by jellyfish.



Prévoir dans ton sac de la crème solaire, un chapeau, des lunettes et une bouteille d'eau.

Always have sun cream in your bag, as well as a hat, sunglasses and a bottle of water.




Être vigilant quand tu es sur ta bouée ou ton matelas gonflable, des vents « de terre » peuvent rapidement te pousser très au large. Ne tente surtout pas de les rattraper si le vent ou le courant les emmènent au large!


Be careful on your rubber ring or airbed, as wind blowing off the land can take you quickly out to sea. Whatever happens, do not try to get them back if the wind or current carries them out!

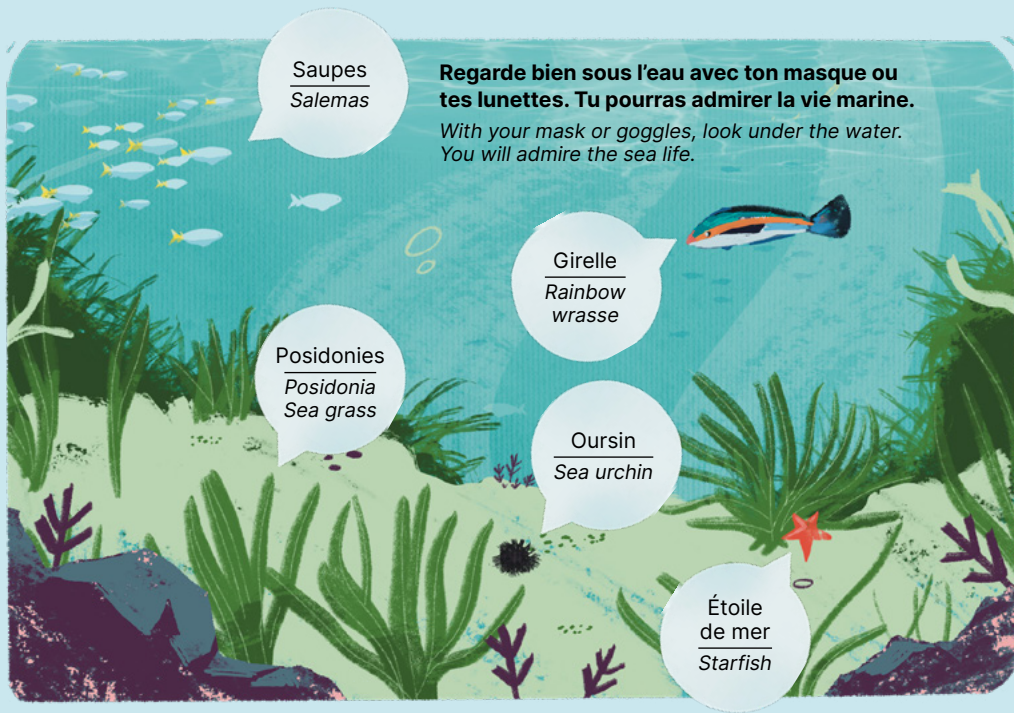
LA MER QUI BORDE LES CÔTES DES ISSAMBRES EST LA MÉDITERRANÉE

THE SEA ALONG THE COAST OF LES ISSAMBRES IS CALLED THE MEDITERRANEAN.



 Le sais-tu? Son nom signifie en latin « **au milieu des terres** » car elle est enfermée entre 3 continents: l'Europe au nord, l'Asie à l'est et l'Afrique au sud. Sous son magnifique bleu se trouve une véritable forêt sous-marine appelée l'**Herbier de Posidonie**. C'est une plante aquatique protégée et fragile. Elle sert de refuge pour de nombreuses espèces marines qui viennent se protéger des prédateurs et s'y nourrir.

 Did you know? Its name means '**in the middle of the lands**' because it is enclosed between 3 continents: Europe to the north, Asia to the east, and Africa in the south. Beneath its surface, this beautiful blue sea shelters a whole underwater forest that we call the **Posidonia bed**. Posidonia is a fragile and protected marine plant. It offers refuge to all sorts of marine wildlife for protection against predators and for feeding.




COLORIAGE


Les Issambres



LA MER À PROTÉGER

PROTECTING THE SEA

 La plage et la mer sont magnifiques, n'est-ce pas ? Mais ce sont des milieux fragiles... et si tu participais à leur protection ? Pour avoir une plage toujours propre et agréable, ne jette rien dans le sable, il y a sûrement des poubelles pas très loin. Et si tu tries tes déchets, c'est encore mieux !

 The beach and the sea are beautiful, aren't they? But they are vulnerable habitats... So why not help us protect them? To make sure the beach stays a clean and pleasant place, don't throw anything down on the sand. There's sure to be a rubbish bin nearby. And if you use the recycle bins, that's even better!



Les déchets se dégradent très lentement dans le milieu naturel. Certains mettent plus de 1000 ans avant de disparaître totalement !

Waste takes a very long time to decompose in the natural environment. In some cases, it doesn't disappear completely for over a thousand years!



trognon de pomme
apple core
2 mois / months



sachet en plastique
plastic bag
10 - 20 ans / years



bouteille en plastique
plastic bottle
450 ans / years



chewing-gum
+ 25 ans / years



canette en aluminium
aluminium can
200 ans / years

N'oublie pas de ramasser tous tes déchets en repartant de la plage !

Do not forget to pick up your rubbish, when you leave the beach.




Entoure les 7 différences


Draw a ring around the 7 differences



EN MODE BECOME AN EXPLORER EXPLORATEUR!



 Roquebrune-sur-Argens est une destination où la nature occupe une place très importante. Il existe de nombreuses balades à faire dont certaines sont idéales pour les familles. Alors, prépare ton sac et tes chaussures et pars à la découverte!

 Roquebrune-sur-Argens is a destination where nature plays an important role. It has lots of pleasant walks, some of which are ideal for families. So prepare your bag and walking shoes and off you go exploring!

BALADE AUTOUR DU LAC DE L'ARÉNA

 3 km /  environ 1h de balade

Depuis l'un des parkings autour du lac, une balade facile sur un chemin plat pour découvrir la nature et observer les animaux, notamment les oiseaux. Cet environnement accueille le martin-pêcheur, le guêpier d'Europe et le héron.

WALK AROUND ARÉNA LAKE

 3 km /  about 1 hour

From one of the lakeside car parks, this easy nature walk on flat terrain offers a chance to observe birds and other wildlife. These include the kingfisher, the European bee-eater and the heron.



LE SENTIER BOTANIQUE

DES 25 PONTS  1 km /  environ 20 min

Depuis le parking de la chapelle Sainte-Anne, une petite balade à la découverte des plantes méditerranéennes grâce aux panneaux qui t'aident à les reconnaître. À la fin de la balade, tu arrives aux 25 ponts, un ancien aqueduc qui menait l'eau au village de Roquebrune depuis une source dans la colline.

THE 25 BRIDGES BOTANY TRAIL

 1 km /  about 20 mins

From the Sainte-Anne chapel car park, a short walk to learn about Mediterranean plants that you can identify with the help of information panels along the way. At the end of the walk, you'll reach the 25 bridges, an old aqueduct that used to carry water to Roquebrune village from the spring in the hills.

LE SITE DU BLAVET À LA BOUVERIE

Depuis le parking situé rue Blériot, une piste à travers les pins avec une jolie vue sur les gorges du Blavet (les grandes falaises).

As-tu remarqué leur couleur rouge ?

Explication : la roche des gorges du Blavet est principalement composée de rhyolite rouge. D'origine volcanique, c'est une sorte de lave solidifiée.

Lors de la balade, tu pourras découvrir les grottes qui servaient d'abris à l'époque de l'homme de Cro-Magnon.

THE BLAVET SITE IN LA BOUVERIE

From the car park on Rue Blériot, a path through the pine trees offers lovely views of the spectacular rock faces of the Blavet gorges. Have you noticed their red colour?

Explanation: The rock of the Blavet gorges is composed mostly of red rhyolite. This is a type of solidified lava of volcanic origin. During your walk, you'll be able to visit the caves in the days of Cro-Magnon.

LE SENTIER DU LITTORAL

AUX ISSAMBRES 🚶 sur 8 km

Tout le long du bord de mer aux Issambres, il y a un sentier. Tu peux aller d'une plage à l'autre grâce à ce petit chemin. Attention, il faut prévoir de bonnes chaussures, car il est un peu escarpé !

THE COASTAL PATH IN LES ISSAMBRES

🚶 Length: 8 km

A path extends all the way along the coast of Les Issambres. By following this narrow path, you can walk from one beach to the next. Be sure to wear comfortable shoes because it's quite steep in places!



Avant de partir te promener, il y a des informations importantes à connaître !

Nous sommes dans une région où il peut faire très chaud. Il est important de ne pas se balader en forêt en cas de fortes chaleurs. Il peut y avoir également beaucoup de vent et un risque élevé d'incendies dans les forêts. Afin de protéger les massifs forestiers et les personnes qui se baladent, l'accès sera interdit certaines journées durant l'été.



Before your walk, there are a few important things you need to know! This is a region where the weather can get very hot. It is important to avoid walking in the forest when it gets too hot. On certain days it can also get very windy, which increases the risk of forest fires. To protect the forest and in the interests of walkers, access will be prohibited on certain days during the summer.

Pour vérifier si les forêts sont accessibles, il y aura des panneaux aux entrées des chemins ou sinon il faut vérifier sur ce site internet :

To find out whether or not you are allowed to enter the forest, consult the information panels at the start of each trail, or check the website beforehand:



Code couleur colour code

 /  Accès autorisé - Authorized access

 Accès déconseillé - Access not advised

 /  Accès interdit - Forbidden access



Pense à prendre ta gourde avec beaucoup d'eau.

Remember to bring your water bottle filled to the brim.



Ramène tes déchets pour les mettre à la poubelle et pas dans la nature.

Take any rubbish away with you to throw into the bin and not on the ground.



Promène ton chien avec sa laisse.

Keep your dog on a lead.



Met ton plus beau chapeau.
Wear your best sun hat.



Il est interdit de faire du camping.
It is forbidden to camp.



Prévois des baskets plutôt que les tongs pour la plage.
Wear trainers and not flip-flops for the beach.

UNE PETITE PAUSE

TIME FOR A BREAK



Aux Issambres

PARC THÉRÈSE CAZELLES

Parc arboré avec aire de jeux pour les enfants
Thérèse Cazelles park
Park with trees and children's playground

 Corniche des Issambres

PARC DE LA PINÈDE

Parc ombragé et aménagé pour les pauses pique-nique


La Pinède park
Shaded park with picnic areas


 Corniche des Issambres

BIBLIOTHÈQUE

DES ISSAMBRES

Les Issambres library


 École maternelle
Gabrielle Janer

 +33 4 94 19 59 47

Au village de Roquebrune

SQUARE SIMON BERRYER DIT SIM

Aire de jeux pour enfants
Children's playground

 Place du Rocher

AIRES DE PIQUE-NIQUE

Près de la Chapelle Saint-Roch et autour du Lac de l'Aréna


Picnic areas near Saint-Roch chapel and around Aréna lake

MÉDIATHÈQUE


ALBERT CAMUS

Albert Camus multimedia library

 Place Salvagno

 +33 4 94 19 59 47

SKATE PARK

 64 Boulevard John
Fitzgerald Kennedy

À la Bouverie


PARC YVES COLLE

Aire de jeux, espace pique-nique et 3 parcours pour VTT et draisienne

Yves Colle park
Playground, picnic area and 3 mountain bike and balance bike trails


 Avenue des Eucalyptus


SKATE PARK

 Espace Suzanne
Régis - Boulevard des
Arbousiers

MÉDIATHÈQUE MARCEL PAGNOL

Marcel Pagnol multimedia library

 Espace Suzanne
Régis - Boulevard des
Arbousiers

 +33 4 98 11 37 51

3 MUSÉES

3 MUSEUMS




LA MAISON DU CHOCOLAT & CACAO

Dans une ancienne chapelle du 17^e siècle, tu découvriras l'histoire du chocolat et t'amuser dans l'espace « choco-mômes ».

In an old 17th-century chapel, you'll learn all about the history of chocolate and have fun in the 'choco-mômes' area.

 Village de Roquebrune-sur-Argens

 Chapelle des Sœurs de la Charité de Nevers, rue de l'Hospice



MAISON DE LA PRÉHISTOIRE

L'homme préhistorique a laissé des traces de son passage à la Bouverie. À la Maison de la Préhistoire, tu pourras observer les outils d'époque préhistorique retrouvés dans les grottes sur le site du Blavet.

Homo Bouverien left traces of his presence in La Bouverie. Visit the Maison de la Préhistoire to see the prehistoric tools found in the caves of the Blavet site.

 La Bouverie

 place des Félibres


LA MAISON DU PATRIMOINE



Un musée pour en savoir plus sur l'histoire de Roquebrune! Ici se trouve aussi une ancienne glacière autrefois utilisée pour garder la glace et conserver les aliments... c'est l'ancêtre du frigo!

A museum to learn more about the history of

Roquebrune! Here you'll also see an old icehouse which was once used as a store for ice and food items. It's the predecessor of the fridge!

 Village de Roquebrune-sur-Argens

 Impasse Barbacane



MAISON DU TERROIR

Une jolie boutique qui met à l'honneur les agriculteurs de Roquebrune et leurs produits. Miels, confitures, huiles d'olive, conserves de légumes parmi d'autres délices te permettront de faire une pause gourmande et de découvrir les spécialités de chez nous.


A lovely shop that highlights the products of Roquebrune and their producers. Honey, jam, olive oil and vegetable preserves are just a few of the delights that invite you to take a break and try some of our local specialities.


 Village de Roquebrune-sur-Argens

 4, place Alfred Perrin

LE CHOCOLAT EST ROI

CHOCOLATE IS THE BEST

 À Roquebrune-sur-Argens, le chocolat est roi : nous avons quatre artisans chocolatiers, un musée du chocolat et la fête du chocolat tous les ans au mois de mars !

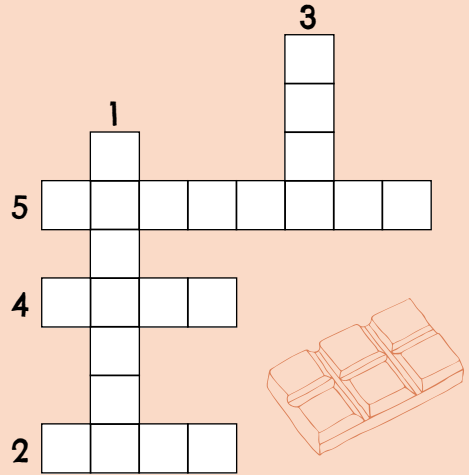
 In Roquebrune-sur-Argens, chocolate rules! We have four traditional chocolatiers, a chocolate museum, and an annual chocolate festival that takes place every March!

Voici un petit jeu pour tester tes connaissances chocolâtées !

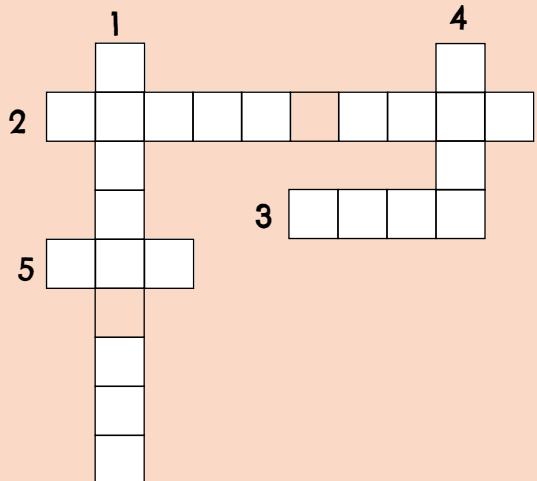
Here's a little quiz to test your chocolate knowledge!

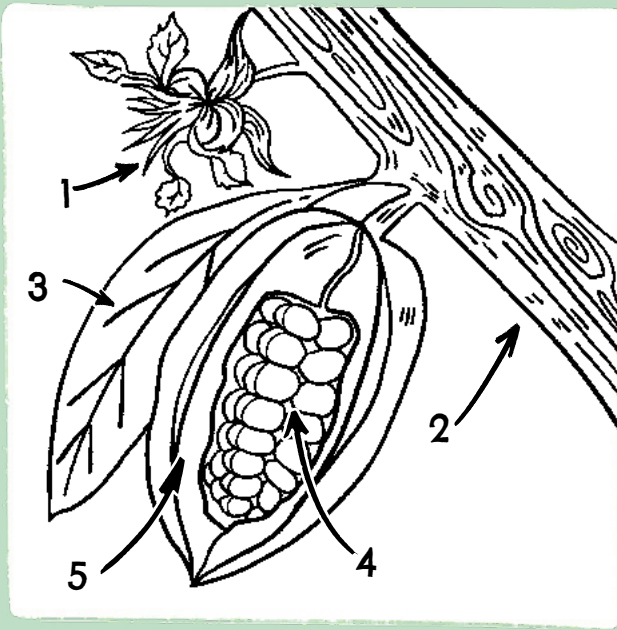


- 1 C'est le fruit du cacaoyer
- 2 C'est la graine contenue dans la cabosse
- 3 Tu en bois le matin. C'est un ingrédient du chocolat blanc
- 4 C'est le chocolat qui contient le plus de cacao
- 5 C'est sous cette forme que tu trouves le chocolat dans ton magasin



- 1 It is the fruit of the cacao tree
- 2 It is the seed contained inside the cacao pod
- 3 You drink it in the morning. It is an ingredient used in white chocolate
- 4 It is the chocolate containing the most cocoa
- 5 You find chocolate at the shops in this form





Colorie et relie les numéros avec les différentes parties du cacaoyer

Color and link the numbers with the
cocoa tree parts

- | | | |
|-----|---|------------------------------|
| 1 • | • | branche
branch |
| 2 • | • | cabosse
cocoa pod |
| 3 • | • | feuille
leaf |
| 4 • | • | fèves de cacao
cocoa bean |
| 5 • | • | fleur
flower |

RECETTE

RECIPE

 ON TE CONFIE NOTRE RECETTE
SECRÈTE DE SUCETTES AU
CHOCOLAT!

Pour 4 personnes, il te faut :


- 125 grammes de chocolat pâtissier au lait
- 5 grammes de beurre
- des perles en sucre ou bonbons au chocolat
- des bâtonnets à sucettes
- du papier cuisson

Avec l'aide d'un adulte fais **fondre le chocolat** au bain-marie ou au four à micro-ondes en ajoutant une cuillère à café d'eau.

Dépose le chocolat sur la feuille de papier de cuisson beurrée en **formant des ronds**.

Place le bâtonnet au milieu du rond et **décore le chocolat** avec les perles en sucre ou les bonbons au chocolat.

Laisse **durcir** tes sucettes au réfrigérateur pendant 1 heure et régale-toi!

 HERE'S OUR SECRET
RECIPE FOR CHOCOLATE
LOLLIES!

For 4 people you'll need:

- 125 grams of milk cooking chocolate
- 5 grams of butter
- Pearl sugar or chocolate candies
- Lolly sticks
- Baking paper

Get an adult to help you **melt the chocolate** in a bain-marie or in a microwave oven, adding a teaspoon of water.


Pour the chocolate onto the buttered sheet of baking paper and **shape it into rounds**.


Place a lolly stick in the middle of each round and **decorate the chocolate** with the pearl sugar or chocolate candies.

Leave the lollies in the refrigerator for an hour **until firm**. Enjoy!

LES ANIMATIONS POUR LES FAMILLES

ACTIVITIES
FOR FAMILIES

 L'Office de Tourisme a créé des balades et chasses aux trésors spécialement pour les familles! Nos guides t'accompagnent dans toutes les aventures...

 The Tourist Office has created a few walks and treasure hunts specially for families! Follow our guides for fabulous adventures...



LE TRÉSOR CHOCOLATÉ

Une carte en main, 12 balises cachées...
L'aventure commence en famille!
Un jeu pour visiter l'ancien village médiéval en s'amusant mais, attention, il faut rester concentré pour répondre aux questions sur le thème du chocolat tout au long du parcours. Pour finir en douceur, des dégustations de chocolats et produits locaux!
🕒 2h30 – 🧑‍🦰 À partir de 5 ans
💰 8€ adulte – 4€ enfant 6-12 ans

CHOCOLATE TREASURE

Armed with a map to the 12 clues hidden down... the family adventure can begin!
This game is an amusing way to visit the old medieval village. But beware, you'll need to concentrate all the way round to answer the questions about chocolate. Finish with a delicious tasting of chocolates and other local products!
🕒 2½ hours – 🧑‍🦰 Minimum age 5 years
💰 8€ adult – 4€ child 6-12 years

LA CHASSE AU TRÉSOR VILLAGE ET CANOÛ

ADO
TEENAGE

L'aventure commence à pied dans le village et continue en canoë sur l'Argens au pied du Rocher de Roquebrune. En tout, ce sont 14 balises qu'il va falloir retrouver et tout autant d'énigmes à résoudre au détour d'une ruelle ou entre deux coups de pagaies... À vos marques! Prêts! Partez!
🕒 3h – 🧑‍🦰 À partir de 5 ans
💰 20€ adulte – 10€ enfant 6-12 ans

VILLAGE TREASURE HUNT WITH CANOEING

Your adventure begins with a walk in the village and continues with a canoe trip on the river Argens, at the foot of the Rock of Roquebrune. In total, between the narrow streets and the banks of the river you'll have 15 clues to find, each with a riddle to be solved. On your marks! Get set! Go!
🕒 3 hours – 🧑‍🦰 Minimum age 5 years
💰 20€ adult – 10€ child 6-12 years





TROTT' AND ROC:

Avec une trottinette électrique, suivez le guide et partagez un moment fun pour découvrir Roquebrune et profiter de panoramas magnifiques. Une balade amusante qui te permettra également d'apprendre plein de choses grâce aux pauses commentées. Fous rires et belles photos garantis!

🕒 2h – 🧑‍🎓 À partir de 12 ans – 💰 25€

E-SCOOTER & ROCK

On your electric scooter, follow the guide and have fun exploring Roquebrune and admiring the beautiful scenery all around you. An amusing tour with stops when you'll learn lots of things with the help of the guide. Fits of laughter guaranteed, plus some great photos!

🕒 2 hours – 🧑‍🎓 Minimum age 12 years – 💰 25€

LA LÉGENDE DU CHEVALIER ROCA BRUNAE

Braves chevaliers et courageuses princesses, notre trésor a disparu! Le chevalier de Roca Brunae a besoin de vous pour résoudre les énigmes et retrouver les indices semés dans les recoins secrets du village. Vos efforts seront récompensés!

🕒 1h30 – 🧑‍🎓 De 4 à 8 ans

💰 10€ enfant 4-8 ans

THE LEGEND OF THE KNIGHT OF ROCA BRUNAE

Fearless knights and brave princesses, we've lost our treasure! The knight of Roca Brunae needs your help to solve the riddles and find the clues hidden in secret spots across the village. You'll be rewarded for your efforts!

🕒 1½ hours – 🧑‍🎓 Age group 4-8 years

💰 10€ child 4-8 years

Réservation obligatoire au

+33 4 94 19 89 89 ou

Retrouve également à

l'Office de Tourisme,
des plans pour vivre des
aventures avec ta famille!

Book ahead (compulsory) on

+33 (0)4.94.19.89.89 or

At the Office Tourist you'll
also find other ideas for family
adventures!



LES BONNES ADRESSES LABELLISÉES



FAMILLE PLUS
PARTNERS

Pour l'amuser

Grâce à la diversité de ses paysages, notre destination offre un grand choix d'activités pour s'amuser entre le village, la mer, le lac et le fleuve... il y en a vraiment pour tous les goûts! Les prestataires Famille Plus s'engagent à accueillir au mieux les familles avec des activités adaptées à chaque tranche d'âge, encadrées par des personnes qualifiées et avec des tarifs adaptés.




Fun activities

Thanks to our region's varied landscape, we have a wide range of fun activities for you to enjoy in the village, at the beach, by the lake or along the river. There really is something to suit every taste! Our Famille Plus partners promise to offer family-friendly activities with something for every age group, all under the supervision of qualified professionals and at affordable prices for families.



KART JET ADVENTURE LES ISSAMBRES

 Les Issambres




-  Port des Issambres
-  +33 6 60 14 64 45 / +33 4 89 25 79 67
-  www.kart-jet-adventure.com

Pour les amateurs de sensations fortes, rendez-vous sur le port des Issambres pour une sortie en famille à bord d'un jet ski. Baptême à partir de 6 ans.

For adrenalin seekers, bring your family to the port of Les Issambres for a jet-ski trip. Minimum age 6 years.

ENERGY FLY

 Les Issambres

-  Centre Nautique des Issambres
5961 D559 - La Batterie
-  +33 6 07 87 76 95
-  www.parachuteascensionnel.com


Quoi de mieux que de s'envoler en famille en parachute ascensionnel pour une virée panoramique dans le golfe de Saint-Tropez? D'excellents souvenirs de vacances garantis! À partir de 3 ans.


*What could be better than taking to the air with your family on a panoramic parasailing trip in the gulf of Saint-Tropez? Minimum age 3 years
The promise of fabulous holiday memories!*




CENTRE NAUTIQUE DES ISSAMBRES

 Les Issambres

 La Batterie – RD559

 +33 4 94 49 52 27

 www.centrenautiquelesissambres.com


L'univers de la voile n'aura plus de secrets pour toi. Des stages, cours particuliers ou collectifs sont proposés pendant les vacances. À partir de 5 ans.


Learn all there is to know about sailing. Courses, one-to-one and group lessons are available during the holidays. Minimum age 5 years.

WATER GLISSE PASSION ARENA

 Roquebrune-sur-Argens

 131, chemin du lac – CD7


 +33 7 61 18 39 40 / +33 6 61 85 59 27


 www.waterglisse.com

WATER GLISSE PASSION ISSAMBRES

 Les Issambres

 Port des Issambres

 +33 6 61 13 32 40 / +33 6 61 85 59 27


 www.waterglisse.com


Pédalo, canoë, paddle, ski nautique, baby ski, bouées tractées... À toi de choisir le lieu: la base du lac de l'Aréna avec vue sur le rocher de Roquebrune ou la base des Issambres sur la grande bleue! Sur le lac de l'Aréna, découvre également les parcs aquatiques Aquakids et Ninja Kids pour les enfants de 2 à 8 ans ainsi qu'un parcours d'accrobranche pour les enfants à partir de 1 mètre 10!


Pedalos, canoeing, paddleboarding, waterskiing (including for young children), tubing, etc. Just pick your spot, between the Aréna lake activities centre with a view of the rock of Roquebrune, and the outdoor activities centre at Les Issambres beach! On the Aréna lake, you'll also find the Aquakids and Ninja Kids water parks for children aged 2 to 8 years, as well as a treetop adventure trail for children of at least 1.10 metres tall!




LA BASE DU ROCHER

 Roquebrune-sur-Argens

 19 chemin du lac

 +33 6 61 41 75 74

 www.basedurocher.fr

Le fleuve de l'Argens est l'endroit idéal pour une balade en canoë pour de super moments en famille. À partir de 4 ans.


Détente assurée grâce aussi au minigolf et au terrain de pétanque.


The river Argens offers us a beautiful setting below the rock of Roquebrune. This is the ideal place to take the family canoeing. Minimum age 4 years. You can also unwind with a round of crazy golf or a game of Pétanque.


GOLF DE ROQUEBRUNE RESORT*****

Golf 18 trous - Golf 18 trous

 Roquebrune-sur-Argens

 1308 route du Golf

 +33 4 94 19 60 35

 www.golfderoquebrune.com


Souhaites-tu t'initier au golf dans un lieu paradisiaque, sur l'un des plus beaux parcours de la Côte d'Azur? L'école de golf accueille les enfants tout au long de l'année.


Do you fancy learning to play golf in a heavenly setting, on one of the best golf courses on the French Riviera? The golf school welcomes children throughout the year.



DEMOCRATIC GOLF


Golf 9 trous - Golf 9 trous

 Roquebrune-sur-Argens

 93 allée Robert Jondet

ZAC du Perrussier

 +33 4 94 55 75 73

 www.democraticgolf.fr

Pendant les vacances adopte la green attitude!


Des stages sont proposés en avril et en été pour les enfants de 7 à 12 ans mais aussi pour les adultes.

Adopt the green attitude on holiday! Courses are organised in April and during the summer for children aged 7 to 12 years, as well as for adults.




MAISON DU CHOCOLAT & CACAO

 Roquebrune-sur-Argens

 Chapelle des Sœurs de la Charité de Nevers,
Rue de l'Hospice

 +33 4 94 45 42 65 / +33 4 94 19 89 89

 www.roquebrunesurargens-tourisme.fr

Dans le village, des animations pour les enfants et les familles sont au programme toute l'année pendant les vacances scolaires. Chasses aux trésors, jeux de piste, visites guidées en trottinette électrique, ateliers créatifs ont un seul point de rendez-vous: le musée du chocolat.

In the village, activities are organised for children and families all year round during the school holidays. Treasure hunts, guided walks, E-scooter tours and creative workshops, all starting at the same place: the chocolate museum.

Pour te régaler


Tu dois sûrement avoir très très faim après toutes ces activités! Les restaurants Famille Plus t'accueillent avec des petites attentions: menus enfants, chaises hautes, jeux ou coloriage, possibilité de chauffer un biberon. Bon appétit à tous!


Delicious treats

You must be very hungry after all those activities! Restaurants displaying the Famille Plus logo offer a family-friendly welcome, with children's set menus, high chairs and games or pictures to colour. They'll offer to warm up baby's bottle. Enjoy your meal!


LA BONNE ÉTOILE


 Roquebrune-sur-Argens


 place Germain Ollier

 +33 4 89 78 60 48

RESTAURANT DU LAC


 Roquebrune-sur-Argens


 131 chemin du Lac

 +33 4 94 45 33 74

LA TABLE DE LOUIS

 Roquebrune-sur-Argens


 1308 route du Golf

 +33 4 98 11 40 05


CHEZ NOUS RESTAURANT


 Roquebrune-sur-Argens


 CD7

 04 83 12 53 64

LA GRIGNOTERIE

 Roquebrune-sur-Argens

 Rond point des 4 chemins

 04 94 56 00 59

Pour faire de beaux rêves

Chez les hébergeurs labellisés Famille Plus, les familles ont tout ce qu'il faut pour passer un agréable séjour: literie adaptée au confort des enfants, jeux d'extérieur ou d'intérieur, équipements spécifiques tels que chaises hautes, lits, baignoires bébé...


Sweet dreams




With our Famille Plus accommodation providers, families find everything they need for a pleasant stay: comfortable bedding suitable for children, indoor or outdoor play areas, and specific equipment such as high chair, cot, a baby bath...

VILLAGES VACANCES

VILLAGES VACANCES

VILLAGE CLUB MILEADE ROQUEBRUNE***

 Roquebrune-sur-Argens


 380 boulevard J.F.Kennedy
 +33 4 94 19 78 00 / +33 4 87 75 00 50
 www.mileade.com

VILLAGE CLUB MILEADE VAL D'ESQUIERES***

 Les Issambres

 Boulevard du Val d'Esquières
 +33 4 94 96 90 57 / +33 4 87 75 00 50
 www.mileade.com

VILLAGE CLUB MILEADE LA GAILLARDE***

 Les Issambres




 RD559 – Quartier de La Gaillarde
 +33 4 94 49 51 35 / +33 4 87 75 00 50
 www.mileade.com

CAMPINGS

CAMPINGS




DOMAINE DE LA BERGERIE*****

 Roquebrune-sur-Argens

 1960 RD8 – Quartier Le Fournel
 +33 4 98 11 45 45
 www.domainelabergerie.fr




LES PECHEURS****

 Roquebrune-sur-Argens

 CD7 – 1395 route départementale 7
 +33 4 94 45 71 25
 www.camping-les-pecheurs.com

LE VAUDOIS***

 Roquebrune-sur-Argens




 169 rue Hypert Ollivier
D7 – Route de Saint-Aygulf
 +33 4 94 81 37 70 / +33 6 12 73 63 52
 www.campingdevaudois.com

RÉSIDENCES DE TOURISME

RÉSIDENCES DE TOURISME




LE JAS DU PEBRIER ****

 Roquebrune-sur-Argens

 1610 RD8 – Quartier du Fournel
 +33 4 94 55 20 16
 www.domainelabergerie.fr/fr/jas-du-pebrier

PIERRE ET VACANCES « LES RIVAGES »

 Les Issambres

 Avenue de la Thébaïde
 +33 4 94 55 35 00
 www.pierreetvacances.com

CHAMBRES D'HÔTES ET MEUBLÉS DE TOURISME

CHAMBRES D'HÔTES ET MEUBLES DE TOURISME




CHEZ CATHERINE - CHAMBRE D'HÔTES

 Roquebrune-sur-Argens

 Place Salvagno
 +33 4 94 45 31 29



LES MAYOMBES - MEUBLÉ ***

 La Bouverie

 719 chemin de la Combe d'Azur
 +33 4 94 81 66 89 / +33 6 15 06 33 58
 www.lesmayombes.com

LE MAS DES PINS – REYNIER - MEUBLÉ ***

 Les Issambres

 Le Hameau des Issambres
Route du Col du Bougnon
 +33 6 31 89 61 80



LES ISSAMBRES · LA BOUVERIE
ROQUEBRUNE
SUR-ARGENS



OFFICE DE TOURISME
ROQUEBRUNE-SUR-ARGENS

La Gallery - ZA des Garillans
83520 Roquebrune-sur-Argens

OFFICE DE TOURISME
LES ISSAMBRES

Place San Peïre
83380 Les Issambres

+33 4 94 19 89 89

WWW.ROQUEBRUNESURARGENS-TOURISME.FR

