

Livret d'accueil

Welcome booklet



L'Office de Tourisme vous souhaite la bienvenue dans votre location de vacances.

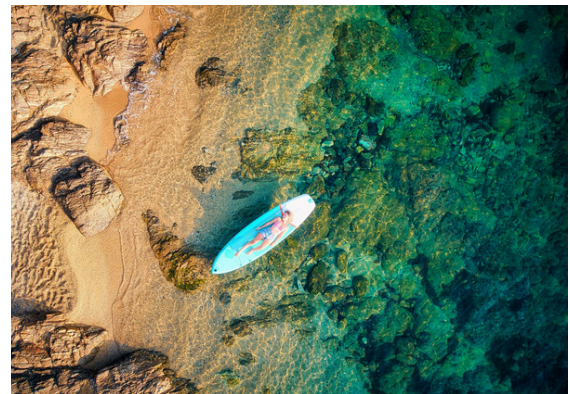
The Tourist Office welcomes you at your holiday accomadation.

Pensé comme recueil d'informations utiles, notre livret d'accueil sera l'allié de vos vacances. Parce que votre temps est précieux, notre expertise vous apportera une réponse sur-mesure pour que vos vacances se déroulent comme vous les avez rêvées.

Bonne lecture et bonnes vacances !

Designed as a collection of useful informations, our welcome booklet will be your holiday ally. Because your time is precious, our expertise will provide you with a tailor-made solution to ensure that your holiday is everything you dreamed it would be.

Enjoy your reading and happy holidays!



AGENDA / Entertainment

A ne pas manquer pendant votre séjour

Not to be missed during your stay

Office de Tourisme
de Roquebrune sur Argens
Place Alfred Perrin
83520
Roquebrune sur Argens



Office de Tourisme
des Issambres
Place San Peïre
83380 Les Issambres

+33(0)4 94 19 89 89



@roquebrunesurargens

@sunsearoc

SOMMAIRE

Table of contents

Carte destination / Destination map	3
Vos vacances sur-mesure / Your tailor-made holidays	4
En vacances, j'achète local / On my holidays, I buy local products	5
Livraisons à domicile, à emporter / Home delivery, take away	6
Commerces de proximité / Local shops	7
Avant de partir en randonnée / Before going for a hike	8
Vacances en famille / Family holidays	9
Vacances accessibles / Holidays for people with disabilities and reduced mobility	10
10 bonnes raisons de venir à l'Office de Tourisme / 10 good reasons to visit the tourist office	11
En vacances avec mon animal / On holidays with my pet	12
Transports / Transports	13
Transports & mobilités douces / Transports & sustainable mobilities	13
En voiture / By car	13
Bornes de recharge voiture électrique / Electric car charging stations	14
Hotspots wifi	15
Santé / Healthcare	16
Culte / Churches	17
En vacances, je trie aussi mes déchets / On holiday, I also recycle	18
Mes écogestes en vacances	19
My eco responsible holidays	20
En cas d'urgence / In case of emergency	21
Nos réseaux sociaux / Our social networks	22

*The authenticity of Provence, the charm of French Riviera,
The essential is here.*



Réservez toutes vos activités de loisirs

sur le site internet de l'Office de Tourisme
www.roquebrunesurargens-tourisme.fr

**ou dans nos Offices de Tourisme à Roquebrune sur
Argens ou aux Issambres**

Book all your leisure activities on the tourist office website or in our
tourist offices in Roquebrune sur Argens or Les Issambres.

Canoë sur l'Argens, bases nautiques sur le Lac
Aréna ou aux Issambres, parachute
ascensionnel, randonnées, ateliers autour du
miel, visite de domaines viticoles...
Visites guidées et chasses aux trésors de
l'Office de Tourisme

*Canoeing on the Argens, nautical bases on lake Arena or in
les Issambres, parasailing, hikes, honey workshop, visit to
vineyards... Tourist office guided tours and treasure hunt.*



En vacances, j'achète local

During my holiday, I buy local products

Les marchés, saveurs de Roquebrune

Retrouvez nos producteurs locaux toute l'année :

- **Lundi matin** sur la place San Peire aux Issambres
- **Vendredi matin** sur la place Alfred Perrin au Village de Roquebrune-sur-Argens
- **Samedi matin** sur la place des Félibres à la Bouverie
- du 15 juin au 15 septembre, le **dimanche matin** devant l'hôtel de ville de Roquebrune : marché des producteurs.

Traditional markets, flavors of Roquebrune.

Meet our local producers all year round:

- **Monday morning** Place San Peire in Les Issambres
- **Friday morning** Place Alfred Perrin in Roquebrune
- **Saturday morning** Place des Félibres in La Bouverie
- From mid-June to mid-September, on **Sunday mornings** in front of town hall : local products markets



Au coeur du village médiéval, venez découvrir la **Maison du Terroir**, lieu unique, riche en saveurs, où les produits sont 100 % locaux ! Une origine et une authenticité garanties par les producteurs roquebrunois.

*In the heart of the medieval village, come and discover **La Maison du Terroir**, a unique place, rich in flavors, where the products are 100 % local! Origin and authenticity guaranteed by producers of Roquebrune.*

Les Producteurs de La Grande Bastide

Vente de légumes, fruits et produits frais.

Issus de culture locale et raisonnée, au fil des saisons, les produits sont proposés en libre service.

Ambiance conviviale et chaleureuse.

Sale of vegetables, fruits and fresh products.

Locally-grown and sustainable products are available on self-service basis according to the season.

Friendly and warm atmosphere.

160 Route du Golf, Quartier la Rouvière, 83520 Roquebrune sur Argens +33(0)4 94 53 62 55

Véritable **terre gourmande**, Roquebrune-sur-Argens bénéficie d'une filière agricole abondante. Elle apparaît aujourd'hui comme LA destination terroir de l'Est-Var.

Real gourmet land, Roquebrune-sur-Argens benefits from an abundant agricultural sector. It appears today as THE terroir destination of the East-Var



Les marchés nocturnes / Night markets

-> **En juillet & août** / July & August

- **Le mardi** au Village de Roquebrune : **"Nocturne des Créateurs"**

Craft market on Tuesdays in the village of Roquebrune

- **Le mercredi** au Port de San Peire aux Issambres

On Wednesdays on the port of San Peire in Les Issambres

- **Le jeudi et le dimanche** sur la promenade Adrien Beaumont aux Issambres

On Thursdays and Sundays on the Adrien Beaumont seafront promenade, in San Peire Les Issambres



Livraison à domicile, à emporter et drives

Home delivery, take away & online groceries

Restaurants

livraison à domicile

Home delivery

à emporter

Take away

Aux Issambres

Pizza Tutti +33(0)4 94 49 54 49		✓
L'Ardoise +33(0)6 47 39 01 51		✓
Am Thai Snack +33(0)6 32 65 12 24		✓
Restaurant Les Calanques +33(0)4 98 11 36 36		✓
Le Windy +33(0)6 18 53 95 35		✓
Bistrot l'Antre Potes +33(0)6 68 99 75 87		✓
Il Timone Chez Massimo +33(0)4 94 56 24 50		✓
Bacci +33(0)4 94 49 53 13		✓

Au Village

Pizza Chez Tony +33(0)4 94 45 96 87	✓	✓
La Flambée +33(0)4 94 45 37 00	✓	✓
La Bonne Etoile +33(0)4 89 78 60 48		✓
Food Corner +33(0)7 83 08 65 12		✓
Les Templiers Bistrot Cave +33(0)4 83 09 30 88		✓
Pizzeria Le Robinson +33(0)6 83 84 75 93		✓
Snack du Rocher +33(0)4 94 45 34 21	✓	✓
Le P'tit Lac +33(0)4 94 45 33 74		✓
Evelyne.com à la Maison +33(0)4 94 81 09 77		✓
Ma Cantine +33(0)4 94 97 38 26		✓
Charlix' Guiguettes +33(0)9 83 85 75 89		✓
Chez Nous +33(0)4 83 12 53 64		✓
Rôtisserie La Broche Dorée +33(0)6 71 47 93 88	✓	✓
O l'Asie +33(0)4 94 96 03 50		✓

Vos courses en ligne

Your online groceries

Au Village

- Carrefour Market Roquebrune
- Leclerc Drive Roquebrune

Commerces de proximité

Local shops



BOULANGERIES - PATISseries / Bakeries

- AUX ISSAMBRES
 - La Tarte Tropicaine - Corniche des Issambres (à côté de la station Total) +33(0)4 94 96 84 60
 - Boulangerie de la Tour - San Peïre corniche des Issambres
- AU VILLAGE
 - Boulangerie du Rocher - rue Grande André Cabasse +33(0)4 94 45 71 55
 - Les Blés d'Argens - (en face du Garage Mercedes / 4 chemins) +33(0)4 94 45 51 73
 - Boulangerie du Soleil - 36 av du Général de Gaulle +33(0)4 94 45 30 31
- A LA BOUVERIE
 - Boulangerie Arnould - Centre Commercial +33(0)4 94 40 07 45
 - O'Gourmandises - Centre Commercial +33(0)4 94 40 04 90

TRAITEURS / Caterers

- AU VILLAGE
 - Maison Gourmet - 38 Rue Grande André Cabasse +33(0)4 94 45 28 22
 - Les Filles du Sud - 490 Rue de la Tuilerie +33(0)4 94 81 31 36
 - Evelynne.com - 8 place Saint-Pierre +33(0)4 94 81 09 77
- AUX ISSAMBRES
 - Delmar Poissonnerie - Place San Peïre +33(0)6 67 58 02 51
 - Chez Pierrette +33(0)6 12 87 45 74 - www.chezpierrette.com

BOUCHERIES / Butcher's shops

- AUX ISSAMBRES :
 - Boucherie des Issambres - Place San Peïre +33(0)4 94 96 92 46

ALIMENTATION GENERALE / Groceries

- AUX ISSAMBRES :
 - Casino Shop - San Peïre
 - Spar - Corniche des Issambres (face au Port)
 - Alimentation des Calanques (chez Lydie) - Village Provençal
 - Proxi - La Gaillarde
- AU VILLAGE :
 - Proxi - rue Grande André Cabasse
 - Carrefour Market - Impasse des Figuiers
 - Intermarché - Rue de la Tuilerie
 - Lidl - Route Nationale 7 - Les Châtaigniers
- A LA BOUVERIE :
 - Spar - Coeur de la Bouverie

Laveries automatiques

Laundromats



Au Village :

- **La Laverie de Roucas** - 44 avenue Gabriel Péri +33(0)6 95 72 04 57- 7j/7, 24h/24 - Service livraison à domicile / *Home delivery.*
- **LiliWash** - 25 Av. Gabriel Péri +33(0)4 94 45 05 61 - du lundi au samedi 9h - 19h / *From Monday to Saturday 9:00 am to 7:00 pm.*
- **Intermarché** - ZAC des Garillans (machines disponibles sur le parking à l'extérieur, en libre-service / *machines available outside, self-service*).

Aux Issambres :

- **Aqua'nett Laverie** - Place San Peïre 7j/7 24h/24 +33(0)6 20 32 52 05

Services supplémentaires : location de linge, dépôt pressing, retrait et retour à domicile / *Additional services : linen rental, dry cleaning, pick up and drop off at home.*

Avant de partir en randonnée...

Before going for a hike...



LA CHARTE DU RANDONNEUR ÉCO-RESPONSABLE

Et si nous adoptions tous les bons gestes ?

Les massifs forestiers, les plages, les calanques sont des trésors naturels. Leur préservation est au cœur de chaque balade. Vous empruntez un sentier de randonnée, dans un espace naturel, sur une propriété privée ou publique. Les sentiers sont pour tous, une cohabitation respectueuse et bienveillante entre usagers (propriétaires, chasseurs, promeneurs, vététistes, forces de sécurité et protection...) est essentielle.

THE GOOD HIKER'S CHARTER ENVIRONMENTALLY RESPONSIBLE

What if we all did the right things?

The forests, beaches and coves are natural treasures. Their preservation is at the heart of every walk. You are following a hiking trail in a natural area on private or public property. The trails are for everyone, and it is essential that users (owners, hunters, walkers, mountain bikers, security and protection forces, etc.) live together respectfully and in harmony.



L'accès au massif est réglementé du 15 juin au 15 septembre. La préfecture du Var édite chaque jour une carte d'autorisation :



Access to the mountain range is restricted from 15 June to 15 September. Every day, the Var Prefecture issues an authorisation card:

www.var.pref.gouv.fr/massifs

NUMÉRO D'URGENCE (EMERGENCY NUMBER) : 112



Le camping sauvage est interdit.
Wild camping is strictly forbidden.



Le feu est interdit, et ne pas oublier qu'un mégot de cigarette peut déclencher un feu de forêt.
Fires are prohibited, and remember that a cigarette butt can start a forest fire.



Les véhicules à moteur sont interdits.
Motorised vehicles are not allowed.



Si les parkings sont pleins, le stationnement sauvage est interdit.
Merci de reporter votre visite et éventuellement covoyer pour une prochaine venue.

If the car parks are full, unauthorised parking is prohibited. Please postpone your visit and possibly arrange to car share for a future visit.



Respecter les espaces protégés :
laisser le site propre et respecter la faune, la flore et le patrimoine.

Respect these protected areas: leave the site clean and respect its flora, fauna and natural heritage.



Favoriser le réutilisable :
une gourde plutôt qu'une bouteille en plastique.

Choose reusable products: use a re-usable water bottle rather than a plastic water bottle.



Ne pas interagir avec la faune car cela perturbe leur mode de vie. Nourrir les animaux peut également être mauvais pour leur santé.

Do not interact with wildlife as this disrupts their way of life. Feeding animals can also be bad for their health.



Rester discret et éviter les nuisances sonores (enceintes, cris...).

Keep a low profile and avoid noise pollution (loudspeakers, shouting, etc.).



Repartir avec vos déchets, ne pas laisser de traces. Prévoir un petit sac poubelle pour stocker les déchets. Fausse idée : certains déchets organiques mettent parfois plusieurs années à se décomposer (épluchures d'orange et peaux de banane).

Take your rubbish with you and leave no mess behind. Bring a small bin bag for your rubbish. Misconception: some organic waste can take several years to decompose (orange peel and banana skins).



Ne pas cueillir les fleurs et les plantes : aussi tentant qu'il soit de rentrer chez soi avec un bouquet de fleurs, la cueillette met en danger l'équilibre des écosystèmes. De plus certaines espèces sont protégées.

Do not pick flowers and plants: as tempting as it may be to go home with a bunch of flowers, picking endangers the balance of ecosystems. In addition, some species are protected.



Privilégier un équipement adapté à la randonnée : les chaussures de randonnée et la gourde d'eau sont les indispensables. La casquette et la crème solaire sont aussi vos alliés.

Make sure your equipment is suitable for hiking: hiking boots and a water bottle are essential. A hat and sun cream are also recommended.



Consulter la météo pour adapter votre choix de randonnée et votre horaire de départ. Éviter de randonner en cas de fortes chaleurs.

Check the weather forecast to help you choose your route and departure time. Avoid hiking during high temperatures.



Sur certains secteurs, l'activité de chasse est autorisée. Respecter les panneaux et les consignes des chasseurs.

Hunting is permitted in certain areas. Respect signs and instructions from hunters.



Choisir une randonnée adaptée à ses conditions physiques et savoir faire demi-tour au bon moment pour sa sécurité. Prévenir une personne de votre parcours et de votre horaire si vous randonnez seul.

Choose a route suited to your physical ability and know when to turn back at the right time to ensure your safety. If you are walking alone, let someone know where you are going and when.



Rester sur les sentiers balisés pour éviter le piétinement de la végétation et l'érosion : La flore et les milieux naturels traversés en randonnée sont fragiles.

Stay on marked paths to avoid trampling on plants and causing erosion: the flora and natural environments you cross on your hikes are fragile.



Garder nos amis les chiens en laisse : pour la sécurité de votre animal et de la faune sauvage, il est préférable d'éviter toute rencontre indésirable.

Keep your dog on a lead: for the safety of your pet and the wildlife, it's best to avoid any unwanted encounters.

Chaque été, la Préfecture du Var réglemente la pénétration, la circulation et le stationnement sur certaines voies desservant les 9 massifs forestiers varois. Ce dispositif informe les promeneurs sur les possibilités d'accès aux massifs forestiers.

La carte est publiée chaque jour, avant 19h, pour la journée du lendemain.

Cette carte est également affichée à l'Office de Tourisme.

Every summer, the Var Prefecture regulates the access, traffic and parking on certain roads serving the Var region. This system informs walkers about the possibilities of access to forest massifs areas.

The map is published every day, before 7pm, for the following day.

This map is also displayed at the Tourist Office.

Réservez vos balades /

Book your hikes

Balades et randonnées proposées par l'Office du Tourisme de Roquebrune sur Argens.

Walks and hikes proposed by Roquebrune sur Argens Tourist Office.



Vacances en famille

Family holidays



Les vacances en famille sont un moment privilégié pour les parents comme pour les enfants : c'est le temps des retrouvailles, du partage et des découvertes. Tout est mis en œuvre pour des vacances inoubliables en famille.

Près d'une trentaine de prestataires sont labellisés et œuvrent ainsi aux côtés de la commune de Roquebrune-sur-Argens pour assurer un accueil privilégié et adapté aux familles.

Les enfants sont invités à venir récupérer leur cahier de jeux pour les vacances « **Ton p'tit livre de jeux** », un guide spécialement réalisé pour eux, disponible dans tous les points d'accueil de l'Office de Tourisme.



Family holidays are a special time for parents and children: a time of reunion, sharing and discoveries. Everything is done to ensure an unforgettable family holiday.

Nearly thirty service providers have been awarded the label and are working alongside Roquebrune-sur-Argens to provide a special tailored welcome for families.

Children are invited to collect their holiday games booklet «Ton p'tit livre de jeux», specially produced for them, available at all tourist office reception points.

Que faire en famille à Roquebrune sur Argens ?

What to do as a family in Roquebrune sur Argens?



Ce logo identifie nos partenaires adhérents à cette démarche.

This logo identifies our partners who join this commitment.



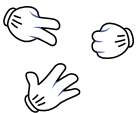
Location de matériel de puériculture - Childcare equipment rental

- Baby Run the World +33(0)6 10 33 96 39



Agences de baby sitting / Baby sitting services

- Baby Chou +33(0)4 22 73 07 12
- Kangourou Kids +33(0)4 94 50 78 90



Stages d'été, ateliers, soirées, pour les 3 à 12 ans - Summer activities, for 3 to 12 years old kids

- Happy Team +33(0)6 20 25 81 20



Maîtres nageurs diplômés d'Etat / State qualified lifeguards

- Jérémy +33(0)6 09 12 79 82
- Stéphanie +33(0)6 09 33 15 99 + cours sirène avec matériel fourni
(+ mermaid lessons with equipment provided)
- Brigitte +33(0)6 37 90 25 31
- Water Glisse Passion +33(0)7 61 18 39 40 / +33(0)6 61 85 59 27

VACANCES ACCESSIBLES

Holidays accessible for people with disabilities and reduced mobility



HANDIPLAGE : du 01/07 au 31/08, de 9h30 à 12h30 et de 14h15 à 18h (dimanche et jours fériés : de 9h15 à 12h30) des agents municipaux volontaires participent activement à cet accueil solidaire en réalisant les transferts des personnes en situation de handicap ou des personnes présentant des difficultés à se déplacer. La plage de San Peïre est la principale plage au cœur des Issambres. Plage de sable fin, elle s'étend sur une longueur de 300 mètres. Facile d'accès, un parking est situé à proximité, ainsi que plusieurs restaurants et commerces.

HANDI BEACH from 01/07 to 31/08

9:30 am to 12:30 pm and 2:15 pm to 6:00 pm (Sundays and public holidays: 9:15 am to 12:30 pm), volunteer municipal staff are actively involved in this solidarity initiative providing transfers for people with disabilities or people with mobility difficulties. San Peïre beach is the main find beach in the heart of the Issambres. Fine sandy beach, stretches for 300 meters. Easy access, parking nearby, as well as several restaurants and shops.

OFFICE DE TOURISME :

Afin de mieux vous servir l'Office de Tourisme met à votre disposition :

- Une documentation en caractères agrandis
- Un appareil d'aide à l'audition
- Une loupe
- Un livret G'palémo (dictionnaire visuel universel)

N'hésitez pas à nous les demander.

TOURIST OFFICE:

In order to serve you better, the Tourist Office offers the following services :

- *An enlarged characters brochure*
- *A hearing aid device*
- *A magnifying glass*
- *A G'palemo booklet (universal visual dictionary)*

Do not hesitate to ask us.

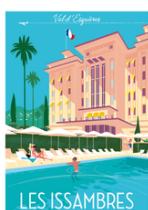


10 bonnes raisons de venir à l'Office de Tourisme

- Nous sommes **à votre écoute** pour vous apporter une réponse sur-mesure.
- **Faites-nous confiance** pour rendre vos vacances inoubliables mais surtout exceptionnelles !
- Nous sommes **tous des locaux** et nous vous apportons l'**expertise du territoire** pour profiter au maximum de vos vacances.
- Vous trouverez **trois points d'accueil touristiques** :
 - Au village de Roquebrune, place Perrin
 - Aux Issambres, place San Peïre
 - Maison du Chocolat et Cacao au cœur du village médiéval
- **Réservation de vos loisirs en toute confiance** dans nos Points d'accueil , avec un conseil personnalisé.
- Experts de Roquebrune sur Argens et des Issambres... Une évidence, mais surtout nous sommes des **experts de la région**.
- Nous vous proposons des **brochures touristiques** (guide de la destination, carte touristique, guide randonnées, carnet de balades, etc.)
- La ville de Roquebrune sur Argens est classée "**Station Tourisme**" et labélisée "**Famille Plus**". Notre Office de Tourisme a obtenu les labels **Qualité Tourisme** et **Tourisme & Handicap**.
- **Multi langue... Of course** ! Notre équipe parle anglais, italien, espagnol et néerlandais...
- Une **boutique de souvenirs** avec en exclusivité tous les produits dérivés des **illustrations de Monsieur Z**, créés pour notre destination !

10 good reasons to come to the Tourist Office

- We are at **your disposal** to provide you with a tailor-made response.
- **Trust us** to make your vacation unforgettable and above all exceptional!
- We are **all locals** and we bring you **local expertise** to make the most of your vacation.
- You will find **three tourist information points**:
 - In the Village of Roquebrune, Place Perrin
 - In Les Issambres, Place San Peïre
 - House of Chocolate and Cocoa in the heart of the medieval village
- **Book your leisure activities with complete confidence** in our Information Points, with personalized advice.
- Experts from Roquebrune sur Argens and Issambres... Obviously, but above all we are **experts from the region**.
- We offer you **tourist brochures** (destination guide, tourist map, hiking guide, walking guide, etc.)
- The town of Roquebrune sur Argens is classified as a "**Tourist Resort**" and labeled "**Famille Plus**". Our Tourist Office has obtained the **Quality Tourism** and **Tourism & Handicap** labels.
- **Multi language... Of course!** Our team speaks English, Italian, Spanish and Dutch...
- A **souvenir shop** with exclusive products derived from **Monsieur Z's illustrations**, created for our destination!



EN VACANCES AVEC MON ANIMAL

On holiday with my pet



Parce que les animaux de compagnie ont aussi le droit d'être bichonnés. Nombre d'entre vous voyagent avec leurs compagnons à quatre pattes et peuvent avoir besoin d'assistance pendant leur séjour.

Because pets also have the right to be pampered. Many of you travel with your four-legged friends and may need assistance during your stay.



Petite halte pour se désaltérer / A stop to quench your thirst

- Office de tourisme Place Alfred Perrin au Village
- Office de Tourisme Place San Peïre aux Issambres



Pour aller à la plage :

Vous pourrez profiter, avec votre animal, de la **plage des Eclaireurs** aux Issambres.

Cette plage est située juste à côté de la plage surveillée de la Gaillarde.

To go to the beach:

*You and your pet can enjoy the **beach of Eclaireurs** in Les Issambres. This beach is located near the lifeguard beach of Gaillarde.*

DOG SITTING PET SITTING

Les Fripouilles du Rocher

Pension toilettage / Lodging and grooming- 682 route des Châtaigniers
83520 Roquebrune-sur-Argens
+33(0)4 94 45 38 67
+33(0)6 82 59 61 44

PENSION CAYRON

2 960 Route de Marchandise -
83520 Roquebrune-sur-Argens
+33(0)4 94 45 42 92

Le Gang des Moustaches

Pet-Sitter à domicile, transport animalier courte distance - balades canines / Pet sitting at home, short distance transports, dog walks.
83520 Roquebrune-sur-Argens
+33(0)7 69 06 49 48

ITANA

1397 Route de Marchandise - 83520 Roquebrune-sur-Argens
+33(0)6 69 10 38 48

Clinique vétérinaire / veterinary clinic

Impasse des Figuiers, 83520
Roquebrune-sur-Argens
+33(0)4 98 11 82 31



Urgence Vétérinaire Delta 83 / veterinary emergencies

ZAC Les Meissugues, 19 Les Barestes,
83480 Puget-sur-Argens
+33 (0)4 89 88 34 34

Ouverture du lundi au vendredi de 19h00 à 8h00

Week-end : du samedi 12h00 au lundi 8h00

Jours fériés : depuis la veille du jour férié 19h00 jusqu'au lendemain du jour férié 8h00

Open Monday to Friday from 7:00 pm to 8:00 am

Weekend: from Saturday 12:00 pm to Monday 8:00 am

Public holidays: from the day before the public holiday 7:00 pm until the day after the public holiday 8:00 am



TRANSPORTS

Transports

Bus



Au Village de Roquebrune-sur-Argens :

- Saint-Raphaël <-> Roquebrune village : Agglobus ligne 4
- La Bouverie <-> Roquebrune Village : Agglobus Navette Roquebrune

A la Bouverie :

- La Bouverie <-> Roquebrune Village : Agglobus navette Roquebrune

Aux Issambres :

- Saint-Raphaël <-> Saint-Tropez : ZOU 876
- Saint-Raphaël <-> Cavalaire : ZOU 874
- Les Issambres <-> Saint-Raphaël : Le Bus ligne 23
- Les Issambres : La Gaillarde <-> Le Port, en juillet & août uniquement / July & August only

Navette estivale Le Bus : juillet & août uniquement / July & August only

La Bouverie <-> Village <-> Les Issambres



Saint-Raphaël <-> Aéroport de Nice : ZOU 90

Réseau ZOU*

www.zou.maregionsud.fr



* Chiens interdits sauf moins de 10 kg dans panier fermé ou chiens d'aide aux personnes handicapées.

* Dogs prohibited except less than 10 kg in a closed basket, or dogs for people with disabilities.

Estérel Côte d'Azur - Le Bus*

www.agglobus-cavem.com



SNCF / Train

Gares les plus proches / Nearest stations

- St-Raphaël Valescure
- Fréjus
- Les Arcs-sur-Argens

Horaires / Time table



Aéroports / Airports

Aéroport de Toulon / Hyères



Aéroport International de Nice



TRANSPORTS & MOBILITE DOUCE

Transports & sustainable mobility

BATEAUX / *Boat trips*



Embarquez et découvrez les plus beaux sites de la Côte d'Azur par la mer.
Embark and discover the most beautiful sites of the Côte d'Azur by boat.

Au départ du port des Issambres avec les Bateaux Verts

From the port of Les Issambres with Bateaux Verts Company



- **Navettes pour Saint-Tropez**
- **Excursions**
- *Shuttles to Saint-Tropez*
- *Excursions*

LOCATION DE VELOS / *Bike rental*

Les Issambres

- Camping Le Paradis des Campeurs – La Gaillarde +33(0)4 94 96 93 55
- Station Bees (sur le port / *on the port*) +33(0)6 80 87 35 81

TAXIS / *Cabs*



Roquebrune Village

- Pascal : +33(0)6 27 86 06 16
- Cédric : +33(07) 49 93 64 84
- Taxi Raphael : +33(0)4 94 44 08 76

La Bouverie

- Taxi Raphael +33(0)4 94 44 08 76
- Allo Taxi Prestige +33(0)6 18 46 44 98

Les Issambres

- Taxi Patrick Bergia : +33(0)6 07 44 48 91
- Taxi du Port des Issambres Patrick : +33(0)6 07 64 12 23
- VTC Issambres Anis : +33(0)7 60 91 10 10

En voiture

Traveling by car



Le stationnement est gratuit sur toute la commune !

Il existe néanmoins des "zones bleues" où c'est gratuit, pour une durée de stationnement limitée à 1 h 30.



Free parking throughout the town!

Blue areas are limited to 1h30 parking and require the use of a parking disc.

Bornes de recharge véhicules électriques

Electric car charging station



Au Village / at the village

- Parking des Douanes
- Parking des Artichauts
- Parking du Castrum

A la Bouverie / at La Bouverie

- Parking d'entrée du Cœur de la Bouverie
- Parking du rond-point du 15 août 1944

Aux Issambres / in Les Issambres

- Parking RD 559 face à la station-service
- Place San Peire
- Boulevard des Murènes

Hotspots wifi

Free wifi areas



Parce que vous avez envie de partager vos photos avec le **#sunsearoc**, consulter vos mails, vous tenir informé de l'agenda des manifestations ou encore réserver vos activités, une bonne connexion est indispensable !

Pour rester connecté, Roquebrune-sur-Argens vous propose **2 points d'accès wifi gratuits** :

- Plage et Place de San Peire aux Issambres
- Place Alfred Perrin au village de Roquebrune-sur-Argens

*Because you'd like to share your photos with the **#sunsearoc**, check your emails, keep informed of the events calendar or even book your activities, a good connection is essential!*

*To stay connected, Roquebrune-sur-Argens offers **2 free wifi access points**:*

- San Peire Beach and Place in Les Issambres
- Place Alfred Perrin at the village of Roquebrune



SOS Médecins Fréjus

1591 avenue De Lattre de Tassigny
+33(0)2 33 01 58 65

Maison médicale CHI Fréjus

240 avenue Saint-Lambert
+33(0)4 94 55 87 80

Maison médicale Sainte-Maxime

204 route du Plan de la Tour
+33(0)4 28 70 17 00

Pharmacies

Au village de Roquebrune

- Pharmacie du Rocher - 17 avenue Charles de Gaulle +33(0)4 94 45 70 42
- Pharmacie Baile - La Gallery - ZAC des Garillans +33(0)4 94 45 49 02

A la Bouverie

- Pharmacie La Bouverie - Centre Commercial +33(0)4 04 94 40 06 96

Aux Issambres

- Pharmacie Mola Totum - 1 avenue des Muges - San Peïre +33(0)4 94 96 91 25



PHARMAGARDE

Duty Pharmacy

3237

Médecins / Doctors



Au village de Roquebrune

- RIBAU Rémy - 36 B, avenue du Général de Gaulle +33(0)4 94 81 20 50
- QUIVILIC Luc - 1 lotissement St-Pierre +33(0)4 94 45 33 43
- LE BERRE Servane, PETITJEAN Solène et PETRIER Alexandre - 27 rue de la Pompe +33(0)4 94 45 70 64
- CORDIER Amandine - La Gallery 2 - ZAC des Garillans +33(0)4 89 25 68 11

A la Bouverie

- BELLADEN Muriel - Rond Point du 15 août 1944 +33(0)4 94 53 74 58
- DEBRISAY Christian - 16 impasse Georges Brassens +33(0)4 94 40 03 65

Aux Issambres

- ARRIGHI Dominique - avenue des Muges +33(0)4 94 96 96 04
- DELOSTE Laurent - 266 boulevard des Murènes +33(0)4 94 53 96 45
- BECHARA Gabriel - Centre Médical Place San Peïre +33(0)4 94 56 38 56

Soins infirmiers / Nursing care



Au village de Roquebrune

- Virginie Grognet - rue Magnanerie +33(0)6 29 20 53 02
- Laetitia Teixeira +33(0)6 50 45 72 42
- Laura Castro - POLE SANTE ZAC des Garillans +33(0)6 75 02 19 49
- Camille Revel - 36 Bis avenue Général de Gaulle +33(0)6 62 27 32 27
- Béatrice Hérat-Heilmann - 27 rue Hôtel de Ville +33(0)6 07 30 72 37
- Revel Camille - 7 avenue Gabriel Péri +33(0)7 68 63 15 11
- Françoise Leroy - 21 place Alfred Perrin +33(0)6 10 09 70 12
- Cabinet infirmier - 2134 route Nationale 7 +33(0)6 60 75 42 37
- Laëtitia De Sousa - 7 rue Hôtel de Ville +33(0)7 83 49 85 75
- Jacomin Garon - 27 rue Hôtel de Ville +33(0)4 94 17 18 55

Aux Issambres

- Julie Abissi - 192 boulevard Murènes +33(0)4 94 96 80 02
- Taina Lelievre - 266 boulevard Murènes +33(0)6 29 39 65 29
- Cabinet infirmiers - 194 boulevard des Murènes +33(0)7 78 35 49 36

A la Bouverie

- Eve Henry - Cœur de la Bouverie 1 place Félibres +33(0)6 21 50 70 21
- Dimino Clémentine - 2 place des Félibres +33(0)6 59 04 87 61
- Dominique Leroy - 9 impasse des Vieux Arbousiers +33(0)6 09 87 96 61
- Grégory Vendetti - 43 rue Font des Anguilles +33(0)6 63 81 55 24
- Sandra Tondusson - 4 place des Félibres +33(0)6 22 71 03 17
- Agah Elie Djaco - 141 allée Camélias +33(0)6 75 59 78 14
- Aragon Elizabeth - 4 place des Félibres +33(0)6 10 30 32 25
- Audrey Mahamedissup - Esp Santé André Gleizes +33(0)6 50 30 54 69
- Alexandre Maison - 3 rue Grillons +33(0)6 64 33 82 24

Dentistes / Dentists



Au village de Roquebrune

- Cabinet dentaire - Lotissement St-Pierre +33(0)4 94 45 75 74
- Cabinet dentaire - La Gallery ZAC des Garillans +33(0)4 94 83 44 84
- BLUMBERG Christine - La Maurette +33(0)4 98 11 43 50
- ROCHE Yvon - 27 rue de la Pompe +33(0)4 94 45 70 73

A la Bouverie

- LE GOFF VASSEUR Christine - 7 rue de l'Ecoreuil
+33(0)4 94 40 06 47

Aux Issambres

- N'GUYEN VAN TAM - Villa Hippocampe (derrière la Poste
/ Behind the Post Office) +33(0)4 94 96 98 68

Urgences dentaires / Dental emergency +33(0)892 566 766



Eglise Paroissiale Saint-Pierre Saint-Paul à Roquebrune sur Argens

+33(0)4 94 43 86 18

Messes :

Du mardi au vendredi à 18h00

- Samedi à 9h00
- Dimanche à 10h30.

Parish church Saint-Pierre Saint-Paul in Roquebrune sur Argens

Masses :

- From Tuesday to Friday 06:00pm
- Saturday 09:00am
- Sunday 10:30am



Paroisse de Roquebrune sur Argens - Officiel

Eglise Sainte-Thérèse de l'Enfant-Jésus aux Issambres

+33(0)4 94 49 51 03

Messes :

- Du mardi au jeudi à 9h00
- Vendredi et samedi à 18h00
- Dimanche à 10h30

Parish church Sainte-Thérèse de l'Enfant-Jésus in Les Issambres

Masses:

- From Tuesday to Thursday at 9:00am
- Friday and Saturday at 6:00pm
- Sunday at 10:30am



Paroisse des Issambres

En vacances, je trie aussi mes déchets

During my holiday, I also recycle



Mémo tri Recycling memo

Emballages vides et en vrac Empty and bulk packaging

Bouteilles et bocaux Bottles and jars

Au supermarché At the supermarket

Dans le composteur In the composteur

Magazines et journaux Magazines and newspapers

Non recyclables en sac fermé Non-recyclable in closed bag

**Dans une colonne à papiers ou avec les emballages
In a paper trash or with packaging**

SMIDDEV
ÉTABLISSEMENT PUBLIC DE TRAITEMENT ET DE VALORISATION DES DÉCHETS

smiddev.fr
contact@smiddev.fr
04 98 11 98 80

adelphe
CITEO
ecosystem
REGION SUISSE
Estérel cote d'azur
Roquebrune

La fréquence et les jours de ramassage des ordures ménagères varient en fonction :

- des périodes (basse ou haute saison)
- des quartiers

Vous pouvez vous renseigner auprès de votre propriétaire, à la Mairie ou Mairie Annexe de votre lieu de séjour.

The frequency and days of household waste collection vary according to:

- the period (low or high season)
- neighbourhoods

Ask to your landlord or to the town hall or town hall annex for more information.



English translation
can be selected on
the website access
settings.



MES ÉCOGESTES EN VACANCES

1

Je trie mes déchets

Je trie le plastique, le verre, le papier et le carton, puis j'amène mes déchets au point de tri le plus proche. Je composte les déchets organiques.

2

Je limite ma consommation d'eau et d'énergie

J'éteins la lumière en quittant la pièce, je limite le chauffage et la climatisation, je prends une douche plutôt qu'un bain, je lave les fruits et légumes dans une bassine.

3

Je favorise le réutilisable

Je privilégie la vaisselle réutilisable, je vais faire mes courses avec un sac en coton plutôt que du plastique, j'utilise une gourde.

4

Je choisis les mobilités douces

Je me déplace à pied, en vélo ou en bus lorsque cela est possible.

5

Je réduis le gaspillage

Au restaurant, je n'hésite pas à emporter la nourriture non consommée.

6

Je consomme local

Le tissu économique local est riche de producteurs : maraîchers, apiculteurs, oléiculteurs, vignerons. J'en profite !

7

Je préserve la nature

En randonnée, je garde mes déchets dans mon sac à dos, je marche sur les sentiers, je ne cueille pas les plantes.

A la plage, j'utilise une crème solaire non toxique pour les milieux marins.

8

Je pratique des activités écoresponsables

Je privilégie les prestataires de loisirs engagés dans une démarche responsable pour limiter mon empreinte écologique. A Roquebrune-sur-Argens, le choix ne manque pas !





ECOFRIENDLY BEHAVIOUR ON HOLIDAY

1

I sort my waste out

I use the provided bins to recycle plastic, glass, paper and cardboard. I compost organic waste.

2

I am attentive to water and energy consumption

I turn off the lights when I leave the room, I limit the heating and air conditioning, I take a shower rather than a bath, I wash fruit and vegetables in a bowl.

3

I opt for reusable items

I choose reusable dishware, I go shopping with a cotton bag rather than a plastic one, I use a water bottle .

4

I choose soft mobility

I walk, cycle or take the bus whenever possible.

5

I am helping to reduce food waste

When I go out to eat, I don't hesitate to take any uneaten food home with me.

6

I make an effort to buy local and seasonal food

The local economy is rich in local producers, enjoy it : market gardeners, beekeepers, olive growers, wine producers...

7

I am helping to preserving nature

When hiking, I keep my garbage with me, I walk on paths and I don't pick plants. At the beach, I use a sun cream that is non-toxic to marine biodiversity.

8

I take part in eco-friendly activities

I choose professionals who are committed to a responsible approach and sustainable management.



En cas d'urgence

In case of emergency



Service-Public.fr

URGENCE **Qui appeler ?** **WHO TO CALL ?**

SAMU	POLICE SECOURS	POMPIERS	URGENCE SMS	EN MER	EUROPE
15	17	18	114	196	112
Urgence médicale	Signaler une infraction	Situation de péril ou accident	Accessible par application ou SMS	Sauvetage en mer	→ Urgence médicale → Infraction → Péril



ACCIDENT OR TEXT MESSAGE EUROPEAN EMERGENCY

For the english translation of emergency numbers to call



POLICE MUNICIPALE / Local Police

7 jours/7 - 24h/24

7 days a week, 24 hours a day

+33(0)4 98 11 36 80

- Poste de police des Issambres (place San-Peire)
- Poste de police du Village (ZAC des Garillans)
- Poste de police de la Bouverie (Place des Félibres)



Inspirez-vous avec nos réseaux sociaux
pour organiser vos journées de vacances



www.facebook.com/roquebrunesurargens



www.instagram.com/sunsearoc/

