



LIVRET D'ACCUEIL

WELCOME BOOKLET

Version 09/02/2025







## *Bienvenue*

*Bonjour à vous, qui avez dû affronter les contraintes de la route ou des transports. Les bouchons, le soleil (mais c'est un peu ça que l'on vient tous chercher dans cette belle région ☺ ...), et pour certains les enfants pas toujours patients.*

*Vous êtes arrivés ...et nous nous prêtons à penser que si vous lisez ce livret, c'est que ça ne commence pas trop mal 👍, les bagages sont déballés, et peut être avez-vous déjà pu profiter de l'endroit....Pas encore?...aller, encore un peu de patience, c'est tout proche.*

*Merci de nous avoir choisi.*

*Nous sommes très heureux de vous accueillir dans ce logement et vous souhaitons un bon séjour dans le Var.*

*Marie-Claude et Michel (M & M' s, pour faire plus court)*



*Welcome*

*Hello to you, who had to face the constraints of the road or transport.*

*Traffic jams, sun (but that's kind of what we all come for, in this beautiful region ☺ ...), and for some of you, children who are not always patient.*

*You are M...and we think that if you are reading this booklet, it could mean that it does not start too badly 👍, the luggage are unpacked, and maybe you have already been able to enjoy the place... Not yet?...so, just a little more patience, this will come soon..*

*Thank you for choosing us.*

*We are very happy to welcome you in this apartment and wish you a good journey in the Var*

*Marie-Claude and Michel (M & M' s, to make it shorter)*



## Notre projet

Marie-Claude et Michel ...



Nous sommes de la région des Hauts de France, le Nord, des ch'ti' mi...

Des tio' biloute  
quoi !!



Et nous sommes tombés amoureux de cette région du sud ouest du Var il y a quelques années. Comblés par la richesse de ses paysages, des activités qu'elle pouvait offrir et de l'accueil des locaux.

Maintenant en retraite, nous avons acheté ce logement, il y a peu.

Nous avons essayé de mettre, dans ce livret, toutes les informations que nous espérons vous être utiles. Un condensé des brochures que vous pourrez trouver plus quelques expériences personnelles.

Un sommaire arrive juste après pour vous guider dans votre recherche.

Lorsque vous trouverez un lien internet, n'hésitez pas à le « cliquer », il vous affichera de suite le contenu complet.

Comme vous l'avez compris, nous débutons en tant qu'hôtes et malgré nos efforts pour aménager ce logement et réaliser ce livret, nous sommes convaincus qu'ils mériteraient moult améliorations. N'hésitez donc pas à laisser vos avis sur le site de réservation. Nous nous efforcerons d'y répondre... à chacun d'entre eux.

Laissez nous vos appréciations, ce qui vous a plu, ce que vous n'avez pas aimé, ce que vous auriez aimé avoir, ou autre.

Mais partagez nous aussi vos expériences. Ceci nous permettra de compléter notre offre au fur et à mesure pour vous recevoir mieux encore, la prochaine fois.

Bon séjour et profitez bien de vos vacances.

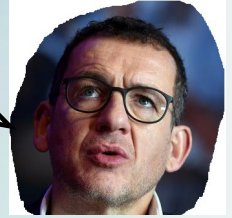
## Our projet

Marie-Claude and Michel ...



We come from the « Hauts de France » region, the Nord department, **WE ARE** chti' mi...

Des tio' biloute  
quoi !!



And we fall in love for this region of the Southwest of the Var some years ago, delighted by the richness of its landscapes, the activities it could offer and the welcome of the local people..

Now retired, we bought this flat a little while ago.

We have tried to put in this booklet all the information we hope to be useful to you. A summary of the brochures that you can find and some personal experiences. A summary comes just after to guide you in your search.

When you will find an internet link, do not hesitate to « click it », it will immediately connect you to the full content.

As you have understood, we are starting as hosts and despite our efforts to fit out this accommodation and produce this booklet, we are convinced that they deserve many improvements. Do not hesitate to leave your opinions on the booking site. We will do our best to answer them...each of them.

Leave us your appreciations, what you liked, what you did not like, what you would have liked to have, or other. But also share your experiences with us. This will allow us to complete our offer, as we go along, to receive you even better the next time.

Have a good stay and enjoy your vacation.



# Sommaire

## Généralités

|  |      |
|--|------|
| ❖ Arrivée – Départ...et plus             | p 9  |
| ❖ Numéros d'urgence et utiles            | p 15 |
| ❖ Le logement (description + inventaire) | p 19 |
| ❖ Quelques règles de vie                 | p 27 |
| ❖ Appareils, modes d'emploi              | p 33 |

## Les transports

|   |      |
|---|------|
| ❖ Aéroport                                    | p 37 |
| ❖ Gare SNCF Toulon                            | p 37 |
| ❖ Gare SNCF la Seyne/Six Fours                | p 39 |
| ❖ Le réseau Mistral (bus, navettes maritimes) | p 43 |
| ❖ Location voiture, vélos et taxi             | p 45 |

## Les points d'intérêts

|                   |      |
|-------------------|------|
| ❖ Les commerces   | p 47 |
| ❖ Le carburant    | p 55 |
| ❖ Les marchés     | p 57 |
| ❖ Les restaurants | p 59 |

## Les Loisirs

|   |      |
|---|------|
| ❖ Le guide de vacances et adresse des offices de tourisme | p 63 |
| ❖ Les plages  | p 65 |
| ❖ Balades à pieds   | p 69 |
| ❖ Balades à vélos   | p 77 |
| ❖ Les îles  | p 79 |
| ❖ Les calanques de Marseille                              | p 83 |
| ❖ Et pour aller plus loin !                               | p 85 |

# Summary

## Generality

- ❖ Check M, check OM7...and more p 10
- ❖ Emergency and usefull phone numbers p 16
- ❖ Accomodation (description + inventory) p 20
- ❖ Some life rules p 28
- ❖ Devices instructions p 34

## Points of interest

- ❖ Shops p 48
- ❖ Fuel p 56
- ❖ Markets p 58
- ❖ Restaurants p 60

## Transports

- ❖ Airport p 38
- ❖ Toulon railway station p 38
- ❖ La Seyne/Six Fours railway station p 40
- ❖ Mistral network (bus, sea shuttles) p 44
- ❖ Car and bike rental, taxi p 46

## Leisure, fun, discovery..

- ❖ Holiday guides and tourist offices  
address p 64
- ❖ Beaches p 66
- ❖ Walks p 70
- ❖ Bike rides p 78
- ❖ Islands p 80
- ❖ The « calanques de Marseille » p 84
- ❖ And to go further ! p 86



## Arrivée – Départ...et plus


Check in : à partir de 15h00


Check out : avant 10h00

Accès portail → par la télécommande

Accès immeuble → par clef | uigik

(Le trousseau complet des clefs et télécommande vous a été remis par le représentant de la conciergerie lors de votre accueil)

 Réseau WIFI : SFR\_C9E8\_5GHZ

 Mot de passe WIFI : 9ihi49qctm2sim42fujq

En cas de problème :  appeler au numéro qui vous a été communiqué lors de votre réservation

Coffret électrique: à côté de la porte d'entrée, il contient une clef d'accès (manche rouge), aux armoires techniques dans le couloir devant la porte d'entrée (au cas où le compteur EDF serait disjoncté 😞 on ne sait jamais! )

. Dans le coffret électrique à l'intérieur, toutes les fonctions sont repérées.

N'hésitez pas à l'ouvrir en cas de dysfonctionnement d'un appareil électrique.

L'eau est chauffée par le chauffe eau au gaz à l'intérieur du placard derrière le canapé.

Rien à faire...normalement!!

Nous vous conseillons de faire un inventaire/état des lieux, dès votre arrivée et signaler toute anomalie à la conciergerie, au n° de Téléphone qui vous a été remis.

Nous pourrions ainsi remédier à votre problème au plus vite, pour votre confort.

## *Check IN – check OUT ... and more*

*Check in : from 15h00*

*Check out : before 10h00*

*Car portal entry : via the remote control*

*Building access : with key | vigik*

*(The complete keychain and remote control was given to you by the concierge representative during your reception)*



*WiFi network : SFR\_C9E8\_5GHZ*

*WiFi passcode : 9ihi49qctm2sim42fujq*

*In case of problem :  call the number that was given to you when you made your reservation*

Electrical box: next to the front door, it contains an access key (red handle), to the technical cabinets in the corridor in front of the front door (in case the EDF meter is disconnected, 🤖 nobody knows!).

*In the electrical box inside, all functions are identified. Don't hesitate to open it in case of electrical device issue.*

*Water is heated by a gaz heater in the cupboard behind the sofa. Nothing to do.....normally..*

*We advise you to make an inventory | flat check, upon your arrival and report any anomaly to the concierge, at the telephone number with was given to you.*

*We will be able to remedy your problem as soon as possible, for your comfort.*



## *Arrivée – Départ...et plus*

*Lors de votre départ, veuillez SVP à ce que la vaisselle soit faite et rangée, les poubelles vidées ainsi que le frigo.*

*Ne laissez pas vos produits entamés. Nous pensons tous, de bonne foi, que ça pourrait être utile au suivant, mais en fait, au fur et à mesure du temps, les produits s'entassent et peuvent devenir plus gênants qu'utiles.*

*Un petit plus serait de remettre les petits équipements et ustensiles à leur place d'origine.*

*Le radiateur de salle de bain et la climatisation arrêtés.*

*Et le dernier point, n'oubliez pas de vérifier que votre trousseau de clefs est complet, pour info, la clef de la porte d'entrée implique un changement complet de la serrure et sa perte sera facturée 150 €.*

*Comme vous le savez, nous ne sommes pas sur place et c'est un service de conciergerie qui gère ce logement.*

*Ces petits gestes simples permettront d'optimiser l'arrivée des locataires et nous vous remercions pour votre coopération.*

## *Check IN – check OUT ... and more*

*When you leave, please ensure that the dishes are done and every thing bring back to their respective places, the bins emptied as the fridge.*

*Do not leave your products open. We all think, in good faith, that it could be useful for the next one, but in fact, over time, the products pile up and can become more annoying than useful.*

*A little extra would be to put the small equipment and utensils back in their original place.*

*Bathroom radiator and HVAC system switched OFF.*

*And the last point, be sure that your key chain is complete, for information if the entry door key is lost, that impose to change the complete lock system and this will be charged to you for a value of 150€.*

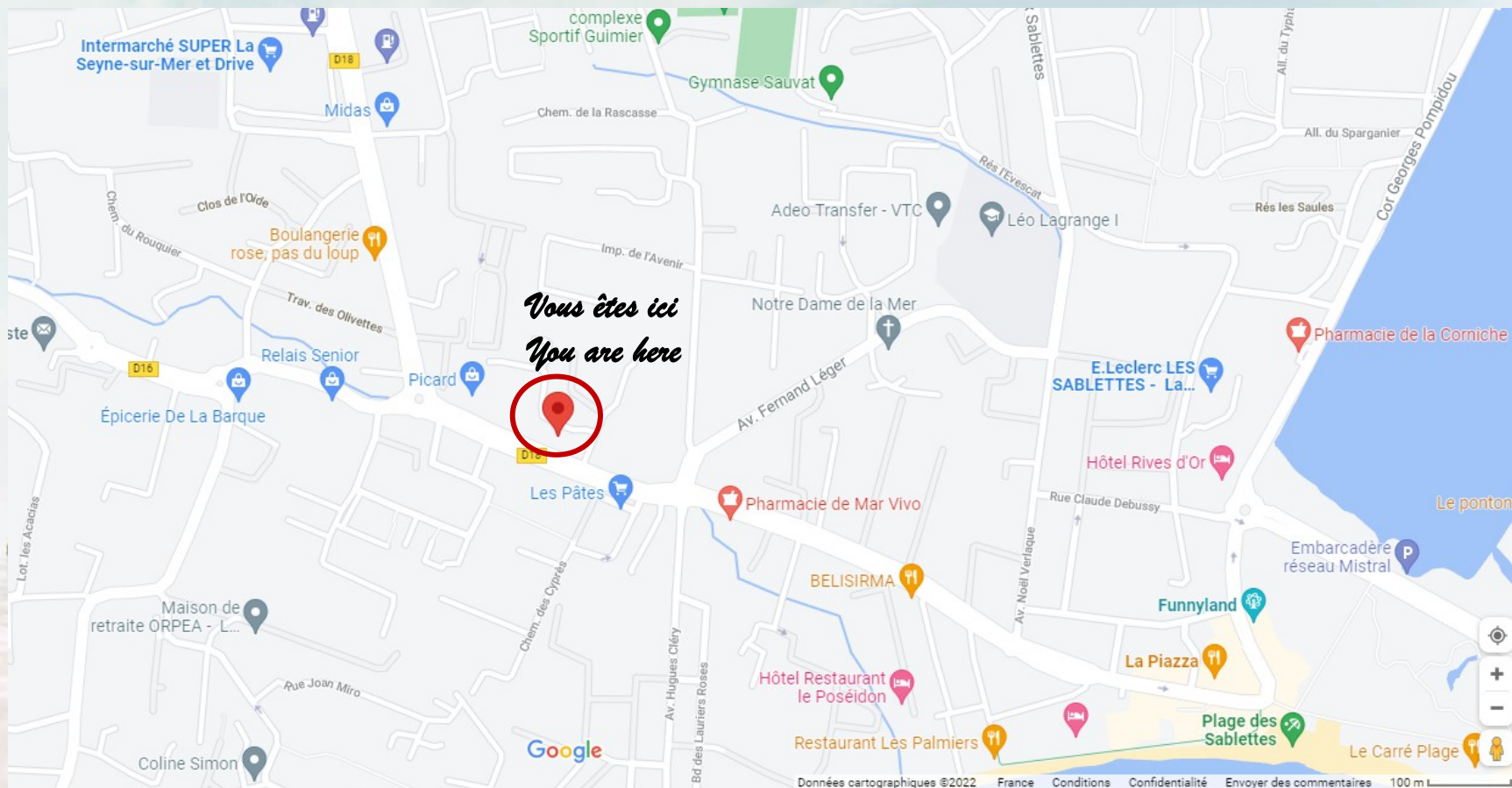
*As you know, we are not on site and it is a concierge service that manages this accommodation.*

*These small and simple things will optimize the arrival of tenants and we thank you for your cooperation.*



## *Arrivée – Départ...et plus : plan des Sablettes*

### *Check IN – check OUT ... and more : map*



*Pour accès direct au plan interactif cliquez* **ICI**  
*To access the interactive map, click* **HERE**





## Numéros d'urgence



Pharmacie de garde : ☎ 3237



[www.3237.fr](http://www.3237.fr)



SOS médecin : ☎ +33 (0)4 94 14 33 33 ou 3624



<https://sosmedecins-toulon-provence-mediterranee.fr/>



Dentiste de garde : ☎ +33 (0)892 56 67 66



Centre antipoison : ☎ +33 (0)4 91 75 25 25



Hôpital de la Seyne sur mer : 421 avenue Jules Renard

☎ +33 (0)4 94 11 30 00  
(standard)

☎ +33 (0)4 94 11 31 31  
(urgences)



# Emergency phone numbers



On duty pharmacy:

☎ 3237



[www.3237.fr](http://www.3237.fr)



on duty doctor :



+33 (0)4 94 14 33 33 ou 3624



<https://sosmedecins-toulon-provence-mediterranee.fr/>



On duty dentist:



+33 (0)892 56 67 66



Poison control office:



+33 (0)4 91 75 25 25



La Seyne sur mer hospital : 421 avenue Jules Renard



+33 (0)4 94 11 30 00

(reception)



+33 (0)4 94 11 31 31

(urgency)

|  |  |  |   |   |  |
|--|--|--|---|---|--|
|       |       |       |        |        |        |
| 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 fax ou SMS   | Sauvetage en mer  | - Urgence médicale<br>- Infraction<br>- Péril  |



## *Numéros utiles*

## *Usefull phone numbers*

### *Police Municipale*

*La Seyne sur Mer : place Ledru Rollin*

☎ *+33 (0)4 94 06 95 28*

*Six Fours les Plages : 135 rue de la Cauquière*

☎ *+33 (0)4 94 34 94 20*

*Saint-Mandrier sur Mer : Place des résistants*

☎ *+33 (0)4 94 11 51 70*

*ou*

☎ *+33 (0)6 75 56 02 17*

### *Police Nationale*

*La Seyne sur Mer : 119 ch Joseph Santeri*

☎ *+33 (0)4 98 00 84 00*

*Six Fours les Plages : 135 rue de la Cauquière*

☎ *+33 (0)4 22 80 16 00*





## *Le logement (description)*

*Appartement de 65 m<sup>2</sup> avec balcon terrasse, loggia.*

- Pièce de vie de 25 m<sup>2</sup>, deux chambres d'environ 10 m<sup>2</sup> chacune avec placard, une salle de bain avec douche à l'italienne et un WC indépendant.*
- Les chambres sont équipées, l'une d'un lit Queen size de 160 x 200 cm, l'autre de 2 lits de 90 x 200 cm pouvant être jumelés. Nous avons fait le choix d'une literie de bonne qualité.*
- Un canapé convertible de 2 personnes (140 x 200 cm), est installée dans le salon pour compléter le nombre de couchages.*
- Une cuisine entièrement équipée.*
- Permet d'accueillir 6 personnes confortablement.*
- Entièrement climatisé (pièce de vie et les 2 chambres) pour votre confort.*
- Équipé d'un détecteur d'incendie et d'un détecteur de monoxyde de carbone, pour votre sécurité.*

*Vous serez à proximité de tout, plages des Sablettes/Mar Vivo, parc paysager Fernand Braudel de 7 ha, forêts de Janas et massif du cap Sicié, commerces, restaurants, bars ne sont qu'à quelques pas.*

*La localisation de l'appartement permet aussi d'avoir accès à tout le réseau de transport « Mistral » terrestre (arrêt de bus au pied de l'immeuble) et maritime (embarcadère à 20 min à pied)*

*Et ce, pour un prix plus que raisonnable (nous en verrons plus au chapitre transport).*

*De nouveau, bienvenue à la Seyne sur Mer et aux Sablettes.*

## *Accommodation (description)*

*You will live in a 65 m<sup>2</sup> apartment with balcony terrace, loggia.*

- Living room of 25 m<sup>2</sup>, two bedrooms of around 10 m<sup>2</sup> each with dressing cupboard, a bathroom with Italian walk-in shower, and a separate WC.*
- The bedrooms are equipped, one with a Queen size bed of 160 x 200 cm, the other with 2 single beds. 90 x 200 cm that can be paired. We have chosen good quality bedding.*
- A 2-person convertible sofa (140 x 200 cm), is installed in the living room to complete the number of beds.*
- A fully equipped kitchen.*
- Can accommodate 6 people comfortably.*
- Fully air-conditioned (living room and 2 bedrooms) for your comfort.*
- Equipped with a fire detector and a carbon monoxide detector, for your safety.*

*You will be close to everything, the beaches of Les Sablettes/Mar Vivo, the Fernand Braudel landscape park of 7 ha, the forests of Janas and the Cap Sicié massif, shops, restaurants, bars are only a few steps away.*

*The location of the apartment also allows access to the entire "Mistral" land transport network (bus stop at the foot of the building) and sea (pier 20 min walk) And this, for a more than reasonable price (we will see more in the transport chapter).*

*Once again, welcome to La Seyne sur Mer and Les Sablettes.*

## *Le logement (inventaire, vous trouverez la liste complète dans le meuble haut de la cuisine)*

### *Cuisine :*

- lave vaisselle
- four micro ondes
- grille pain
- cafetière électrique à filtre
- cafetière électrique Dolce Gusto
- bouilloire électrique
- 1 poubelle
- équipement de base (casseroles, fait-tout, poêles, crêpière...)
- un ensemble de plats au four, plats de services et saladier
- un ensemble d'accessoires de cuisine que nous ne détaillerons pas tant ils sont nombreux
- et l'ustensile indispensable.....un tire bouchon, et aussi un service à verres !!!



### *Loggia :*

- réfrigérateur/congélateur
- séchoir à linge équipé de ses pinces
- aspirateur
- table à repasser
- fer à repasser
- un ensemble de poubelles de tri

*Un ensemble seau, balai, ramasse poussière, serpillière dans le placard chaudière.*

### *Salle de bain :*

- machine à laver le linge
- sèche cheveux
- corbeille à linge sale
- poubelle
- drap de bain \*
- serviette de toilette \*
- tapis de douche

*(\* quantité en fonction du nombre de personnes)*



## *Accommodation (inventory, you will find the complete list into the top cupboard in the kitchen)*

### Kitchen:

- dishwasher
- microwave oven
- toaster
- electric filter coffee maker
- electric pod coffee maker (Senseo)
- electric kettle
- 1 trash can
- basic equipment (pots, pans, crepe maker, etc.)
- a set of oven dishes, serving dishes and salad bowl
- a set of kitchen accessories that we will not detail as they are numerous
- and the essential utensil,.... a corkscrew, and also a glass set !!!



### Loggia:

- fridge Freezer
- clothes dryer equipped with its clamps
- vacuum
- ironing board
- iron
- a set of sorting bins
- bucket, broom, dustpan, mop set in the boiler cupboard.

### Bathroom:

- washing machine
- hair dryer
- dirty laundry basket
- trash can
- bath towel \*
- towel \*
- shower mat

(\* quantity depending on the number of people)

## *Le logement (inventaire, vous trouverez une liste complète dans le meuble haut de la cuisine)*

### *Chambre 1 :*

- 1 lit 160 x 200*
- 2 tables de chevet*
- 2 lampes de chevet*
- 1 couverture*
- 1 couette*
- 4 oreillers*
- un lit bébé pliant (60 x 120), avec matelas mousse, mais sans drap ni couverture*
- 1 placard équipé avec cintres*
- un ensemble de draps (housse, drap plat) + taie d'oreiller (quantité en fonction du nombre de personnes)*

### *Chambre 2 :*

- 2 lits 90 x 200*
- 2 tables de chevet*
- 2 lampes de chevet*
- 2 couvertures*
- 2 couettes*
- 2 oreillers*
- 1 placard équipé avec cintres*
- un ensemble de draps (housse, drap plat) + taie d'oreiller (quantité en fonction du nombre de personnes)*

## *Accommodation (inventory, you will find the complete list into the top cupboard in the kitchen)*

### Bedroom 1:

- 1 bed 160 x 200
- 2 bedside tables
- 2 bedside lamps
- 1 blanket
- 1 quilt
- 4 pillows
- a bending cot (60 x 120), with foam mattress, but without sheet or blanket
- 1 dressing cupboard equipped with hangers
- a set of sheets (cover, flat sheet) + pillowcase (quantity depending on the number of people)

### Bedroom 2:

- 2 beds 90 x 200
- 2 bedside tables
- 2 bedside lamps
- 2 blankets
- 2 quilts
- 2 pillows
- 1 dressing cupboard equipped with hangers
- a set of sheets (cover, flat sheet) + pillowcase (quantity depending on the number of people)



## *Le logement (inventaire, vous trouverez une liste complète dans le meuble haut de la cuisine)*

### *Séjour:*

- 1 canapé convertible*
- 1 couverture*
- 1 couette*
- 2 oreillers*
- une TV led*
- un meuble de télé*
- 2 tables gigognes*
- un ensemble de draps (housse, drap plat) + taie d'oreiller (quantité en fonction du nombre de personnes)*

### *Salle à manger:*

- une table 6 places*
- 6 chaises*
- un ensemble vaisselle pour 12 couverts*
- un ensemble bols et tasses pour 8 couverts*
- un meuble de rangement*
- une box internet et son nécessaire de connexion et d'alimentation*

### *terrasse:*

- une petite table*
- 2 chaises*
- 1 banc d'extérieur*

### *WC:*

- brosse, dévidoir papier*
- un meuble d'appoint*
- une poubelle*

## *Accommodation (inventory, you will find the complete list into the top cupboard in the kitchen)*

### *Salon:*

- 1 « convertible » sofa*
- 1 blanket*
- 1 quilt*
- 2 pillows*
- a led TV*
- a TV stand*
- 2 trundle tables*
- a set of sheets (cover, flat sheet) + pillowcase pillows*  
*(quantity depending on the number of people)*

### *Dining room:*

- a 6-seaters table*
- 6 chairs*
- a dinnerware set for 12 people*
- a set of bowls and cups for 8 people*
- a storage unit*
- an internet box and its necessary connection and feeding*

### *Terrace:*

- a small table*
- 2 chairs*
- 1 outdoor armchair*

### *Toilet:*

- brush, paper dispenser*
- an extra piece of furniture*
- trash*

## *Quelques règles de vie*

*Chapitre que nous n'aimons pas trop aborder, car vous êtes en vacances, moment privilégié pour laisser de côté ses contraintes quotidiennes, pas la peine d'en rajouter donc et ce logement n'est pas une prison.*

*Mais pour le respect de tous, quelques rappels très courts :*

- logement non fumeur*
- pas d'animaux*
- pas de fête ni réception. Là aussi si vous voulez recevoir quelques amis ou parents qui passaient par là pour l'apéro, pas de souci bien sûr, si tout ça se passe dans la convivialité, le calme et le respect des biens.*
- pour vous Mesdames, il est impératif de ne jamais jeter vos serviettes et tampons périodiques dans les toilettes. Ceci aurait pour conséquence infaillible de boucher les canalisations et de condamner les toilettes pendant plusieurs jours.*

*Un grand merci, donc, d'utiliser les poubelles.*

*Finalement, nous vous demandons juste d'agir en « bon père de famille » et de respecter les lieux, les biens et les personnes environnantes, comme on pourrait le faire chez soi.*

*Pour les contraintes (on n'aime pas du tout ce mot !!), c'est fini. La suite ne concerne que quelques règles d'intendance et d'organisation de la copropriété.*



## *Some live rules*

*Chapter that we do not like to discuss too much, because you are on vacation, a privileged moment to leave aside your daily constraints, so no need to add more and this accommodation is not a jail.*

*But for everyone's respect, a few very short reminders:*

*- non-smoking accommodation*

*- no animals*

*- no party or reception. There too if you want to receive some friends or relatives who passed by for an aperitif, no problem of course, if all this happens in conviviality, calm and respect for property.*

*- for you Ladies, it is imperative never to throw your sanitary pads and tampons in the toilet. This would have the infallible consequence of clogging the pipes and condemning the toilets for several days.*

*A big thank you, therefore, for using the trash cans.*

*Finally, we just ask you to act as a "good father" and to respect the places, the goods and the surrounding people, as one could do at home.*

*For the constraints (we don't like this word at all!!), it's over. The following is just a few rules stewardship and organization of the condominium.*

## ***Quelques règles de vie***

*Les poubelles : elles se trouvent dans le local extérieur près de la sortie piéton.*

### *Bac à couvercle jaune*

*Emballages en papier ou en carton, briques alimentaires en carton, journaux, revues, magazines*

*Emballages en cartons tels que cartons de pizza ou fast food préalablement vidés*

*Enveloppes, catalogues et annuaires, courrier, lettres et impression*

### *Bac à couvercle gris*

*Bouteilles en plastique (Bouteilles en plastique d'eau, de sodas, de lait, d'huile, de soupe, de sauces etc.) et leurs bouchons*

*Flacons plastiques (de cosmétiques, de lessive, d'adoucissant, de liquide vaisselle, shampoing, bain moussant, gel douche et leurs bouchons)*

*Emballage métal*

### *Bac à couvercle vert*

*Ordures ménagères, sacs et film plastiques, vaisselle en plastique et barquette*

*Polystyrène, bâches, matériel de jardinage ( ex : pot de fleur)*

*Articles d'hygiène*

*Papier photocopie*

*Le verre est à déposer par vos soins,*

*dans les points de collectes*

*dont vous trouverez la localisation sur le site suivant (dont 2 très proches)*



*Pour accès direct à l'ensemble des points de collecte, cliquer [?](#)*



## *Some live rules*

*Garbage cans: they are located in the outdoor area near the pedestrian exit.*

### *Bin with yellow lid*

*Paper or cardboard packaging, cardboard food cartons, newspapers, journals, magazines*

*Cardboard packaging such as previously emptied pizza or fast food boxes*

*Envelopes, catalogs and directories, mail, letters and printing*

### *Bin with gray lid*

*Plastic bottles (Plastic bottles of water, sodas, milk, oil, soup, sauces, etc.) and their caps*

*Plastic bottles (of cosmetics, washing powder, fabric softener, dishwashing liquid, shampoo, bubble bath, shower gel and their caps)*

*Metal packaging*

### *Green Lid Bin*

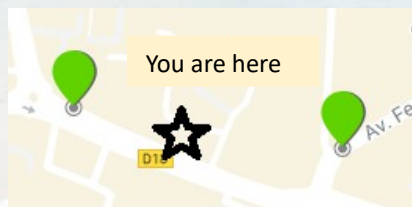
*Household waste, plastic bags and film, plastic dishes and polystyrene trays, tarpaulins, gardening equipment (e.g. flower pot)*

*Hygiene items*

*Photocopy paper*

*The glass is to be deposited by you,*

*at collection points the location of which you will find on the following site (including 2 very close)*



*For direct access to the entire collecting points map, click **HERE***



## *Quelques règles de vie*

### *Stationnement :*

*Le parking est accessible par un chemin sur la droite du bâtiment.*

*Le portail d'accès est sécurisé par télécommande*

*1 voiture autorisée*



*Pour le stationnement de votre véhicule, privilégiez les places latérales et arrières côté garages*

*Si possible, ne stationnez pas en face des entrées d'immeuble pour de longues périodes. Il est bien sûr autorisé de s'arrêter en face des entrées pour décharger un véhicule, par exemple.*

## *Some life rules*

### *Parking:*

*The car park is accessible by a path on the right of the building. The access portal is secured by remote control*

*1 single car place*



*For parking your vehicle, use the side and rear spaces on the garage side. If possible, do not park in front of building entrances for long periods of time. It is of course authorized to stop in front of the entrances to unload a vehicle, for example.*



## *Appareils, modes d'emploi*

### *Le réfrigérateur/congélateur :*

*Rien à faire, les températures sont déjà réglées, il n'y a qu'à le remplir, et si tout va bien, vous devriez déjà avoir quelques glaçons bien frais* 👍

### *Le lave vaisselle :*

*Voir mode d'emploi dans la pochette dédiée*

### *La plaque de cuisson :*

*Voir mode d'emploi dans la pochette dédiée*

### *La hotte aspirante :*

*Plusieurs vitesses possibles. Arrêt par le bouton « O »*

### *Le four:*

*Voir mode d'emploi dans la pochette dédiée*

### *Le micro onde:*

*Voir mode d'emploi dans la pochette dédiée*



## *Devices instructions*

### *Fridge/freezer:*

*Nothing to do, the temperatures are already set, all you have to do is fill it up, and if all goes well, you should already have some very cold ice cubes* 👍

### *Dishwasher:*

*See instructions for use in the dedicated folder*

### *Cooktop:*

*See instructions for use in the dedicated folder*

### *Extractor hood:*

*Several speeds possible. Stop by button "0"*

### *Oven:*

*See instructions for use in the dedicated folder*

### *Micro wave oven:*

*See instructions for use in the dedicated folder*

## *Appareils, modes d'emploi*

### *La climatisation :*

*Voir mode d'emploi sur la fiche sur la porte du  
compteur électrique*

### *La machine à laver le linge :*

*Voir mode d'emploi dans la pochette dédiée*

### *La TV:*

*La télécommande est intuitive.*



## *Devices instructions*

### *Air conditionning:*

*See instructions on the dedicated folder on the electric cupboard door*

### *Washing machine:*

*See instructions for use in the dedicated folder*

### *TV:*

*The remote control is quite intuitive*





## *Les transports.*

*L'appartement se situe au 194 Avenue Pablo Neruda à la Seyne sur Mer*

*Venant de l'aéroport d'Hyères – Toulon*

*En bus :*

*-prendre la ligne de bus Mistral n° 63 puis 39 puis 18. Arrêt « Pas du loup ». Durée environ 2h00.*

*-Ou prendre la ligne de bus Mistral n° 102 puis 18. Arrêt « Pas du loup ». Durée environ 1h30.*

*-puis 2 min de marche pour rejoindre l'appartement.*

*En voiture :*

*-Prendre direction Toulon (A570 puis A57)*

*-Au niveau de Toulon (A50) prendre la direction Marseille*

*-sortie n° 13, la Seyne plages*

*-suivre ensuite l'itinéraire depuis A50 (page suivante)*

*Venant de la gare SNCF de Toulon*

*En bus :*

*-prendre la ligne de bus Mistral n° 18. Arrêt « Pas du loup ». Durée environ 35 min.*

*-puis 2 min de marche pour rejoindre l'appartement.*

*En voiture :*

*-En sortant du parking prendre direction Toulon – Le Faron*

*-Puis suivre Marseille – Aix et prendre l'A50*

*-Sortie n° 13, La Seyne plages*

*-suivre ensuite l'itinéraire depuis A50 (page suivante)*

## *Transports.*

*The apartment is located at 194 Avenue Pablo Neruda in la Seyne sur Mer*

### *From Hyères – Toulon airport*

#### *By bus:*

- take the Mistral bus line n° 63 then 39 then 18. Stop "Pas du loup". Duration about 2 hours. - Or take the Mistral bus line n° 102 then 18. Stop "Pas du loup". Duration approximately 1h30.
- then 2 min walk to reach the apartment.

#### *By car:*

- Take direction Toulon (A570 then A57)
- At Toulon (A50) take the direction of Marseille
- exit n° 13, la Seyne plages
- then follow the route from A50 (next page)

### *From Toulon train station*

#### *By bus:*

- take the Mistral bus line n° 18. Stop "Pas du loup". Duration about 35 mins.
- then 2 min walk to reach the apartment.

#### *By car:*

- Leaving the car park take the direction of Toulon
- Le Faron
- Then follow Marseille – Aix and take the A50
- Exit n° 13, La Seyne plages
- then follow the route from A50 (next page)

## *Les transports.*

*L'appartement se situe au 194 Avenue Pablo Neruda à la Seyne sur Mer*

*Venant de la gare SNCF de la Seyne sur Mer/Six Fours*

*En bus :*

- prendre la ligne de bus Mistral n° 18. Arrêt « Pas du loup ». Durée environ 25 min.*
- puis 2 min de marche pour rejoindre l'appartement*

*En voiture :*

- En sortant du parking (1 seule sortie possible), prendre à droite puis traverser le carrefour tout droit (vous passez immédiatement devant le garage Peugeot), puis toujours tout droit.*
- arrivé au rond point avec Europcar sur votre droite et station Avia sur votre gauche, prendre la file de gauche, puis continuer tout droit en contournant le bâtiment avec la façade en verre, devant vous, par la gauche*
- puis toujours tout droit, passer devant le port de plaisance de la Seyne, puis au niveau du rond point, prendre direction St Mandrier, les Sablottes plages sur la gauche*
- suivre ensuite la corniche pendant plusieurs km, direction St Mandrier, les Sablottes plages*
- profitez des paysages qui défilent*
- au rond point de l'hôtel Rives d'or, prendre direction Toulon, Six Fours, à droite, puis toutes directions*
- au rond point suivant prendre direction la Seyne centre*
- au rond point suivant prendre direction la Seyne centre et après 200 m, vous êtes arrivé.*



## *Transports.*

*The apartment is located at 194 Avenue Pablo Neruda in la Seyne sur Mer*

*From the train station of La Seyne sur Mer/Six Fours*

*By bus:*

- take the Mistral bus line n° 18. Stop "Pas du loup". Duration about 25 mins.*
- then 2 min walk to reach the apartment*

*By car:*

- Leaving the car park (only 1 exit possible), turn right then cross the crossroads straight ahead (you pass immediately in front of the Peugeot garage), then always straight ahead.*
- when arrived at the roundabout with Europcar on your right and Avia station on your left, take the left lane, then continue straight, bypassing the building with the glass facade, in front of you, on the left*
- then always straight ahead, pass in front of the port of La Seyne, then at the roundabout, take the direction of St Mandrier, les Sablettes beaches on the left*
- then follow the « corniche » for several km, direction St Mandrier, les Sablettes plages*
- enjoy the scrolling landscapes*
- at the roundabout of the Rives d'Or hotel, take the direction of Toulon, Six Fours, on the right, then all directions*
- at the next roundabout take the direction of La Seyne center*
- at the next roundabout take the direction of La Seyne center and after 200 m, you are arrived.*

## Les transports

*Venant de l' autoroute A50 :*

- Sortir à la sortie n° 13, direction la Seyne Plages
- Puis direction la Seyne centre
- Puis, dès que c' est indiqué, suivre la direction Les Sablettes/ St - Mandrier

## Le réseau Mistral

*Un des moins chers de France.*

Power info :

-1 abonnement 7 jours/1pers. voyages illimités. bus et navettes maritimes = 9,90 €

Pour accéder aux Horaires du réseau Mistral, cliquez 

Pour accéder aux tarifs du réseau Mistral, cliquez [ici](#)

*Le point de vente le plus proche (si vous êtes intéressé bien sûr), à 400 m de l'immeuble*



## Transports.

From A50 motorway:

- Exit n° 13, direction « la Seyne Plages »
- Then, direction « la Seyne centre »
- As soon as this is indicated, follow the direction « Les Sablettes – St Mandrier »

### The Mistral network

One of the cheapest in France

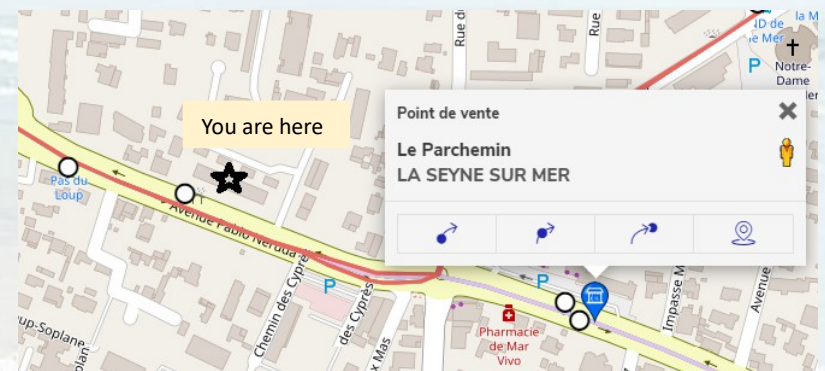
For information :

- 1 subscription 7 days/1 person, unlimited travel, for buses and sea shuttles = 9,90 €

To access the Mistral network times, click [HERE](#)

To access the Mistral network rates, click [HERE](#)

The nearest point of sale (if you are interested of course), 400 m from the building





# *Les transports*

## *Les cartes du réseau mistral :*

*Carte interactive, cliquez [🔗](#)*

*Mieux que des explications, les liens directs vers les plans et cartes.*

*N'hésitez pas à les copier sur votre smartphone*

*Plan du réseau, cliquez [🔗](#)*

*Plan réseau nocturne, cliquez [🔗](#)*

*Plan lignes bateau bus, cliquez [🔗](#)*

## *Transports.*

*Mistral network maps:*

*Interactive map, click [HERE](#)*

*Better than explanations, direct links to plans and maps.  
Feel free to copy them to your smartphone*

*Network map, click [HERE](#)*

*Night network plan, click [HERE](#)*

*Sea shuttles map, click [HERE](#)*

## Les transports

*Le reste :*

*Location de vélo standard ou électrique, trottinette électrique, scooter...*

*Les taxis : juste quelques uns, les plus proches de l' immeuble.*

*-taxi Chandelier*  
**33 (0)4 94 94 13 11**

*-taxi Seynois*  
**33 (0)6 64 34 92 68**

*-taxi Laurent*  
**33 (0)6 35 37 03 96**

## LOCATIONS DE VÉLOS, TROTTINETTES, ROSALIES, STREETSTEPPER ET GYROPODES / BICYCLE, ELECTRIC SCOOTERS, ROSALS, STREETSTEPPER AND GYRO RENTALS

### LA SEYNE

#### BUFFALO ÉVASION

Location de vélos et trottinettes

*Bike and electric scooter rental*

+33 (0)4 94 74 72 08

🕒 01/01 > 31/12

#### E-BIKE EXPRESS

Location de vélos électrique / *Bike rental*

+33 (0)7 68 44 10 00

🕒 01/01 > 31/12

[www.e-bikeexpress.fr](http://www.e-bikeexpress.fr)

#### LE RENDEZ-VOUS DE ST ELME

Location de rosalias / *Rosals rental*

Avenue de la Jetée - Saint-Elme

+33 (0)4 94 71 04 82

🕒 19/05 > 31/10

#### MA BICYCLETTE BLEUE

Location et livraison de vélos

*Bike rental and delivery*

107 chemin du Manteau

+33 (0)7 82 52 59 00

+33 (0)9 74 56 56 37

🕒 30/04 > 30/10

[www.mabicyclettebleue.fr](http://www.mabicyclettebleue.fr)

### OLLIOULES

#### RENAULT OLLIOULES

Location de vélos / *Bike rental*

1428 route Nationale 8

+33 (0)4 94 30 74 03

🕒 01/01 > 31/12

### SIX-FOURS

#### BIKE LOVE - LA BOUTIQUE DE LA PLAGE

Location de vélos / *Bike rental*

307 corniche du Cros

+33 (0)6 20 46 60 36

🕒 02/01 > 31/12

[www.location-de-velos.fr](http://www.location-de-velos.fr)

#### CONCEPT CYCLES

Location de vélos / *Bike rental*

276 boulevard des Écoles

+33 (0)4 94 07 42 01

🕒 01/01 au 31/12

[www.conceptcycles.f](http://www.conceptcycles.f)

#### CYCLE ET VOLT

Location de vélos / *Bike rental*

111 rue de la République

+33 (0)4 89 79 58 56

🕒 02/01 au 31/12

<https://cycle-volt.fr>

### GÉNÉRATION MOBILITÉ ÉLECTRIQUE

Location de trottinettes électriques

*Electric scooters rental*

207 rue de Hyères

+33 (0)4 94 89 16 92

🕒 01/01 > 31/12

[www.gmeshop.fr](http://www.gmeshop.fr)

### LOKVÉLO

Location et livraison de vélos

*Bike rental and delivery*

Activité itinérante

+33 (0)6 64 46 46 97

🕒 01/05 > 16/12

[www.lokvelo.fr](http://www.lokvelo.fr)

### MOTO BIKE

Location de vélos / *Bike rental*

463 avenue du Maréchal Juin

+33 (0)6 51 42 07 51

🕒 01/01 > 31/12

[www.moto-bike.fr](http://www.moto-bike.fr)

### VÉLOC'

Location de vélos, rosales

*Bike and rosals rental*

Île des Embiez

+33 (0)6 65 25 50 03

+33 (0)7 60 32 44 72

🕒 30/03 > 12/10

[www.lesilespaulricard.com/af](http://www.lesilespaulricard.com/af)

Afficher les icô



## Transports.

*Rest:*

*Standard or electric bike, electric scooter, scooter...*

*Taxis : just some of them, the closest to the building.*

*-taxi Chandelier*

**33 (0)4 94 94 13 11**

*-taxi Seynois*

**33 (0)6 64 34 92 68**

*-taxi Laurent*

**33 (0)6 35 37 03 96**

## LOCATIONS DE VÉLOS, TROTTINETTES, ROSALIES, STREETSTEPPER ET GYROPODES / BICYCLE, ELECTRIC SCOOTERS, ROSALS, STREETSTEPPER AND GYRO RENTALS

### LA SEYNE

#### BUFFALO ÉVASION

Location de vélos et trottinettes

*Bike and electric scooter rental*

+33 (0)4 94 74 72 08

🕒 01/01 > 31/12

#### E-BIKE EXPRESS

Location de vélos électrique / *Bike rental*

+33 (0)7 68 44 10 00

🕒 01/01 > 31/12

[www.e-bikeexpress.fr](http://www.e-bikeexpress.fr)

#### LE RENDEZ-VOUS DE ST ELME

Location de rosalias / *Rosals rental*

Avenue de la Jetée - Saint-Elme

+33 (0)4 94 71 04 82

🕒 19/05 > 31/10

#### MA BICYCLETTE BLEUE

Location et livraison de vélos

*Bike rental and delivery*

107 chemin du Manteau

+33 (0)7 82 52 59 00

+33 (0)9 74 56 56 37

🕒 30/04 > 30/10

[www.mabicyclettebleue.fr](http://www.mabicyclettebleue.fr)

### OLLIOULES

#### RENAULT OLLIOULES

Location de vélos / *Bike rental*

1428 route Nationale 8

+33 (0)4 94 30 74 03

🕒 01/01 > 31/12

### SIX-FOURS

#### BIKE LOVE - LA BOUTIQUE DE LA PLAGE

Location de vélos / *Bike rental*

307 corniche du Cros

+33 (0)6 20 46 60 36

🕒 02/01 > 31/12

[www.location-de-velos.fr](http://www.location-de-velos.fr)

#### CONCEPT CYCLES

Location de vélos / *Bike rental*

276 boulevard des Écoles

+33 (0)4 94 07 42 01

🕒 01/01 au 31/12

[www.conceptcycles.f](http://www.conceptcycles.f)

#### CYCLE ET VOLT

Location de vélos / *Bike rental*

111 rue de la République

+33 (0)4 89 79 58 56

🕒 02/01 au 31/12

<https://cycle-volt.fr>

### GÉNÉRATION MOBILITÉ ÉLECTRIQUE

Location de trottinettes électriques

*Electric scooters rental*

207 rue de Hyères

+33 (0)4 94 89 16 92

🕒 01/01 > 31/12

[www.gmeshop.fr](http://www.gmeshop.fr)

### LOKVÉLO

Location et livraison de vélos

*Bike rental and delivery*

Activité itinérante

+33 (0)6 64 46 46 97

🕒 01/05 > 16/12

[www.lokvelo.fr](http://www.lokvelo.fr)

### MOTO BIKE

Location de vélos / *Bike rental*

463 avenue du Maréchal Juin

+33 (0)6 51 42 07 51

🕒 01/01 > 31/12

[www.moto-bike.fr](http://www.moto-bike.fr)

### VÉLOC'

Location de vélos, rosales

*Bike and rosals rental*

Île des Embiez

+33 (0)6 65 25 50 03

+33 (0)7 60 32 44 72

🕒 30/03 > 12/10

[www.lesilespaulricard.com/af](http://www.lesilespaulricard.com/af)

Afficher les icô

## *Les Points d'intérêt*

### *Les commerces:*

#### *Boulangerie/pâtisserie, nous vous conseillons*

- Boulangerie de Mar Vivo, 200 m à gauche, en sortant de l'immeuble, dans le premier rond point  
Bons pains et bonnes pâtisseries. Peu de choix mais tout y est bon. C'est notre boulangerie.*
- Boulangerie Mondino, 750 m à gauche en sortant de l'immeuble, suivez l'avenue principale  
Bons pains et bonnes pâtisseries*

#### *Boucherie/charcuterie.*

- Boucherie Eric Henin, 350 m à droite, en sortant de l'immeuble, après le premier rond point. bonne réputation, mais nous ne connaissons pas personnellement*
- Boucherie Bocage Christian, 300 m à gauche en sortant de l'immeuble, suivez l'avenue principale. Bonne viande et charcuterie*
- Gekko Gourmet, moins de 100 m à gauche en sortant de l'immeuble et en face. Bon traiteur.*

*Poissonneries, là, aucune ambiguïté, vous avez la chance de vous trouver à moins de 20 min à pied de l'embarcadere des Sablettes où se trouvent les stands de pêcheurs avec un parking gratuit juste à côté. Vous y trouverez les pêches du jour, crustacés et coquillages de la baie de Tamaris, juste derrière et aussi des poissons d'élevage de la baie de Tamaris. Stands ouverts de 8h00 à 12h30. Fermé le Lundi.  
Un petit conseil, venez tôt pour avoir un large choix, il y a beaucoup d'amateurs!*



## *Points of interest*

### *Shops:*

#### *Bakery | pastry, we recommend*

- Boulangerie de Mar Vivo, 200 m to the left, leaving the building, in the first roundabout  
Good breads and pastries. Limited choice but all is really good. It's our bakery*
- Boulangerie Mondino, 750 m to the left, leaving the building, follow the main avenue.  
Good breads and pastries*

#### *Butcher/charcuterie,*

- Boucherie Eric Henin, 350 m to the right, leaving the building, after the first roundabout. Good reputation, but we don't know personally*
- Boucherie Bocage Christian, 300 m to the left when leaving the building, follow the main avenue. Good meats and deli.*
- Gekko Gourmet, less than 100 m to the left when leaving the building and opposite. Good caterer.*

*Fish shops, there, no ambiguity, you are lucky to find yourself less than 20 minutes walk from the Sablottes pier where the fishermen's stands are located with free parking right next to it. You will find the catches of the day, crustaceans and shellfish from the bay of Tamaris, just behind and also farmed fish from the bay of Tamaris. Booths open from 8:00 a.m. to 12:30 p.m. Closed on Mondays.  
A little advice, come early to have a wide choice, there are many of amateurs!*



## *Les Points d'intérêt*

### *Les commerces:*

#### *Fruits et légumes, nous vous conseillons*

*- Mar Vivo Primeur, chemin Hermitte. A gauche en sortant de l'immeuble, tout droit après le rond point à 350 m. Les fruits et légumes sont excellents et à prix respectables. Proposition d'autres produits locaux. C'est là où nous allons.*

#### *Produit de première nécessité*

*- Casino Shop, 250 m à gauche en sortant de l'immeuble. En cas de stricte nécessité car les prix y sont un peu élevés, mais pour dépanner!*

#### *Supermarché*

*- Intermarché, 550 m à droite en sortant de l'immeuble, au rond point prendre direction la Seyne centre, sur la droite*

*- Leclerc, à gauche en sortant de l'immeuble, au rond point prendre la direction Complexe sportif Guimiet, sur la gauche, puis gymnase A Sauvat, à l'embranchement suivant sur la droite. Au carrefour, tournez à gauche puis prochaine à droite, et tout droit jusqu'au magasin.*

## *Points of interest*

### *Shops:*

*Fruits and vegetables, we recommend*

*-Mar Vivo Primeur, chemin Hermitte. Left when leaving the building, straight after the roundabout at 350 m. The fruits and vegetables are excellent and respectably priced. Proposal of other local products. This is where we go.*

### *Basic necessities*

*- Casino Shop, 250 m to the left when leaving the building. In case of strict necessity because the prices are a little high, but to help out!*

### *Supermarket*

*-Intermarché, 550 m to the right when leaving the building, at the roundabout take the direction of La Seyne centre, on the right.*

*-Leclerc, on the left when leaving the building, at the roundabout take the direction of Complexe sportif Guimiet, on the left, then gymnasium A Sauvat, at the next junction on the right. At the crossroads, turn left then next right, and straight ahead to the store.*

## *Les Points d' intérêt*

### *Les commerces:*

*Hypermarché, nous vous conseillons*

*-Hypermarchés Auchan et Leclerc, au niveau de la sortie n° 13 de l' A50. Nous avons une préférence pour le Leclerc qui offre un large choix, à des prix inférieurs et de plus, la viande y est très bonne.*

### *Les autres boutiques*

*-Vous en trouverez partout, mais si vous souhaitez faire des achats variés au même endroit, nous vous conseillons la zone de magasins juste derrière le port de Sanary sur Mer.*

*Des dizaines voir des centaines de magasins de tout genre. Nul doute que vous y trouverez ce que vous cherchez...avec un peu de patience et de courage, car il y a beaucoup de monde.*





## *Points of interest*

### *Shops:*

*Hypermarket, we recommend*

*-Hypermarchés Auchan et Leclerc, at exit n° 13 of the A50. We have a preference for the Leclerc which offers a wide choice, at lower prices and moreover, the meat is very good there.*

### *Other shops*

*- You will find them everywhere, but if you want to make a variety of purchases in the same place, we recommend the shopping area just behind the port of Sanary sur Mer. Dozens may be hundreds of stores of all kinds. There is no doubt that you will find what you are looking for there...with a little patience and courage, because there are a lot of people.*

## *Les Points d'intérêt*

### *Les commerces:*

#### *Les caves*

*-Vous en trouverez de nombreuses le long de vos parcours. Ne limitez pas votre curiosité, surtout lors des dégustations au restaurant. Les patrons de restos vous donneront les infos sur leurs vins.*

#### *Le miel*

*-Là aussi, les ventes de miel se font un peu partout. Attention sur les marchés où les miels vendus ne sont pas tous à la hauteur, sauf si la vente se fait directement par l'apiculteur.*

*Personnellement nous l'achetons lors de la fête de l'abeille à Six Fours qui a lieu fin Septembre.*

*Que des miels d'exception cultivés par des apiculteurs passionnés.*

#### *L'huile d'olive*

*-Nous avons cherché pendant pas mal d'années et nous pouvons vous conseiller :*

*-Moulin de l'Esquirol, 1227 Av. Ganzin, 83220 Le Pradet, c'est celle que nous achetons maintenant.*

*C'est un peu loin, mais les huiles sont faites avec les olives récoltées sur place et les propriétaires vous feront goûter leurs huiles avant achat. Vous pourrez donc choisir celles qui vous conviennent le mieux. Vous verrez, les goûts sont parfois surprenants.*

*-Dernièrement nous avons trouvé le Moulin de la Malissonne à la Cadière d'azur, géré par un passionné qui prendra le temps de vous expliquer son travail. C'est une huile d'exception et rare car petite production.*

## *Points of interest*

### *Shops:*

#### *Wine sales*

*-You will find many along your routes. Don't limit your curiosity, especially during restaurant tastings. Restaurant owners will give you information on their wines*

#### *Honey*

*-Here too, honey sales are everywhere. Be careful on the markets where the honeys sold are not all up to par, unless the sale is made directly by the beekeeper. Personally, we buy it during the « Fête de l'abeille » in Six four which is programed durind September end. Only local and exceptional honey harvested by passionate beekeepers*

#### *Olive oil*

*-We have been looking for quite a few years and we can recommend you:*  
*-Moulin de l'Esquirol, 1227 Av. Ganzin, 83220 Le Pradet, this is the one we are buying now. It's a bit far, but the oils are made with on site olives and the owners will make you taste their oils before buying. So you can choose the ones that suit you best. You will see, the tastes are sometimes surprising.*  
*- Recently we found the Moulin de la Malissonne in La Cadière d'azur, managed by an enthusiast who will take the time to explain his work to you. It is an exceptional and rare oil because it is a small production.*



## *Les Points d'intérêt*

### *Le carburant*

- Station Total access Plage De Bonnegrace, 206 Prom. Général Charles de Gaulle, Rd559, 83140 Six-Fours-les-Plages. Depuis des années que nous venons dans cette région, c' est la moins chère que nous ayons trouvés. Et en plus, en bordure de plage!!
- Station Total access, 278 Bd Maréchal Alphonse Juin, 83500 La Seyne-sur-Mer
- Station Total access, 715 Rte de la Seyne, 83190 Ollioules. C' est juste à la sortie n° 13 de l' A 50 en direction d' Ollioules

*Je vous assure, nous ne touchons pas de royaltie de la part de Total ☺*

*La station Intermarché et Leclercq près de l'appartement est aussi à bon prix.*

*Si vous en trouvez d'autres moins chères, n'hésitez pas à nous le faire savoir. Merci*

*Si vous en trouvez d' autres moins chères, n' hésitez pas à nous le faire savoir. Merci*

## *Points of interest*

### *Fuel*

- Station Total access Plage De Bonnegrace, 206 Prom. Général Charles de Gaulle, Rd559, 83140 Six-Fours-les-Plages. We have been coming to this area for years and this is the cheapest we have found. And in addition, on the edge of the beach!!
- Station Total access, 278 Bd Maréchal Alphonse Juin, 83500 La Seyne-sur-Mer
- Station Total access, 715 Rte de la Seyne, 83190 Ollioules. It's just at exit n° 13 of the A 50 towards Ollioules.

*I assure you, we do not receive any royalties from Total* ☺

*Intermarché and Leclercq supermarket station is also not expensive.*

*If you find other cheaper ones, please let us know. Thank you*

## Les Points d'intérêt

### Les marchés:

La brochure accessible par le 2r code ci-dessous vous donnera la liste complète des marchés de la région.

- Nous vous conseillons le marché de Six Fours du dimanche matin, quartier des Lînes. Ni trop grand, ni trop petit, vous y trouverez tous les produits frais et autres pour bien commencer votre séjour.

- Le marché aux Sablottes du Vendredi matin est aussi intéressant. Vous y trouverez tout ce dont vous avez besoin. Nous vous conseillons le food truck thai à l'entrée du marché. Les saveurs sont dépayssantes. Voyage garanti. Et les prix très corrects.

- Le marché de Sanary sur Mer est aussi à faire au moins une fois (le Mercredi matin de préférence, jour du grand marché), sur le port de Sanary. Si vous y venez pour vos courses uniquement, venez très tôt car vers 9h00, 9h30, le marché est déjà noir de monde

- Le marché nocturne de Sanary est aussi intéressant. Vous y trouverez des articles faits par les artisans exposants. Sur le port, tous les soirs de 19 à 00h30.

Petit rappel (voir chapitre transports) : pour Sanary, il existe des liaisons bus (nocturnes aussi). Si vous n'êtes pas réfractaires aux transports en commun, pas trop cher et vous économiserez du temps car pour le marché nocturne, par exemple, sachez qu'en voiture il vous faudra patienter 30 min à 1 heure avant de trouver une place sur le parking ~~payant~~ qui vous coûtera environ 6 à 8 €

Là aussi, nous ne touchons aucune royalties du réseau Mistral

Liste des marchés,  
cliquez 



## Points of interest

### Markets:

The brochure accessible by the 2Rcode below will give you the complete list of markets in the region.

-We recommend you the Sunday morning Six Fours market, at L'ônes district. Neither too big nor too small, you will find all the fresh and other products there to start your stay off right.

-The Friday morning market in Les Sablettes is also interesting. You will find everything you need. We recommend the Thai food truck at the entrance to the market. The flavors are exotic. Travel guaranteed. And the prices are very fair.

-The market of Sanary sur Mer is also to be done at least once (preferably Wednesday morning, day of the big market), on the port of Sanary. If you come there for your shopping only, come very early because around 9:00 a.m., 9:30 a.m., the market is already crowded

-The Sanary night market is also interesting. You will find articles made by the exhibiting craftsmen. On the port, every evening from 7 p.m. to 00:30 a.m.

Reminder (see transport chapter): for Sanary, there are bus connections (even at night). If you are not refractory to public transport, it is not too expensive and you will save time because for the night market, for example, by car you will have to wait 30 min to 1 hour before finding a place on the paid parking which will cost you around 6 to 8 €

Here too, we do not touch any royalties  
from the Mistral network



List of markets, click  
**HERE**

## Les Points d'intérêt

### Les restaurants :

Beaucoup de restaurants à votre dispositions de tous prix et de tous genres. Nous pouvons vous conseiller :

- La Tamarisienne, corniche Michel Pacha, la Seyne sur Mer, en face de l'embarcadere

33 (0)4 98 07 56 49.

C'est une brasserie, la carte est simple et petite mais tout est fait sur place et les patrons sont sympa. Les places sont en terrasse ombragée. Idéal le midi. Parking sur place.

- Crêperie « Les deux frères », sur le front de mer de La Seyne 33 (0)4 94 06 42 18.

Très bonne carte, grand choix, les galettes et crêpes sont bien garnies et le cadre est merveilleux.

- La Terrasse du port, sur le port de St-Elme 33 (0)4 94 62 45 05. Petite carte mais tout est cuisiné maison et les poissons sont succulents et frais. Pensez à réserver car le nombre de places est limité.

- La Marine, 6 Prom. Général Charles de Gaulle, 83110 Sanary-sur-Mer, en face du port.

33 (0)4 94 74 10 06. Particulièrement pour déguster les plats de moules qui y sont très bons. Nous n'y avons jamais pris d'autre plat.

- Quai 16, 16 Quai Marie Esmenard, 83110 Sanary-sur-Mer, en face du port

+33 (0)6 31 34 62 10. Pas cher, vu la qualité des plats servis, les poissons y sont particulièrement savoureux. Peu de places, pensez à réserver.

- Le Bistrot du port, 27 quai Jules Guesde 83430 Saint-Mandrier. +33 (0)4 94 94 07 67. Bon menu, spécialement si vous aimez les moules. Le choix est grand et la quantité (1,5 kg de moules) suffisante pour rassasier un ogre.

- La Goelette 2 Pl des Résistants 83430 Saint Mandrier. +33 (0)6 04 50 50 32. Le point fort est leur menu complet à prix très abordable. On y mange bien et suffisamment.



## Points of interest

### Restaurants:

Many restaurants at your disposal of all prices and all types. We can recommend you:

- *La Tamarisienne, Corniche Michel Pacha, La Seyne sur Mer, opposite the pier*

33 (0)4 98 07 56 49.

It's a brasserie, the menu is simple and small but everything is cooked on site and the owners are friendly. Seats are on the shaded terrace. Ideal for lunch. Parking on site.

- *Creperie "Les deux Frères", on the seafront of La Seyne 33 (0)4 94 06 42 18.*

Very good menu, large choice, the pancakes are well stocked and the seaview is wonderful.

- *La Tyerrasse du port, on the port of St-Elme 33 (0)4 94 62 45 05. Small menu but everything is home cooked and the fish are succulent and fresh. Remember to book because the number of places is limited.*

- *La Marine, 6 Prom. General Charles de Gaulle, 83110 Sanary-sur-Mer, opposite the port.*

33 (0)4 94 74 10 06. Especially to taste the mussel dishes which are very good there.

We never had any other dish there.

- *Quai 16, 16 Quai Marie Esmenard, 83110 Sanary-sur-Mer, opposite the port*

33 (0)6 31 34 62 10. Not expensive, given the quality of the dishes served, the fish are particularly tasty.

Few places, remember to book.

- *Le Bistrot du port, 27 quai Jules Guesde 83430 Saint-Mandrier. +33 (0)4 94 94 07 67. Good menu, especially if you like mussels. The choice is large and the quantity (1.5 kg of mussels) is enough to satisfy an ogre.*

- *La Goellette 2 Pl des Résistants 83430 Saint Mandrier. +33 (0)6 04 50 50 32. The highlight is their extensive menu at a very affordable price. You eat well and enough.*



## *Les Points d' intérêt*

### *Les restaurants :*

*- Restaurant de la Tour, 24 Quai du Général de Gaulle, 83110 Sanary sur Mer, en face du port  
33 (0)4 94 74 10 10*

*Resto semi gastronomique, donc un peu plus cher, mais à la hauteur, tout y est bon.*

*- Restaurant Mar Vivo, 292 Av Pablo Neruda 83500 La Seyne sur Mer, 33 (0)494 87 91 10.*

*Petit resto, le cadre n'est pas ce que l'on vient chercher, mais le menu est complet, les prix accessibles et tout y est cuisiné maison. Plats succulents, à ne pas manquer.*



## *Points of interest*

### *Restaurants:*

*- Restaurant de la Tour, 24 Quai du Général de Gaulle, 83110 Sanary sur Mer, in front of the harbor, 33 (0)4 94 74 10 10*

*Semi-gourmet restaurant, so a little more expensive, but up to par, everything is good.*

*- Restaurant Mar Vivo, 292 Av Pablo Neruda 83500 La Seyne sur Mer, 33 (0)4 94 87 91 10.*

*Small restaurant, the setting is not what you come for, but the menu is complete, the prices affordable and everything is home-cooked. Succulent dishes, not to be missed.*



## *Les Loisirs | Leisure, fun, discovery*

*Le guide de vacances et adresse des offices de touristes*

*The holiday guide and addresses of tourist offices*

*Les offices de tourisme dans le  
secteur: cliquer pour accéder à  
la carte*

*Tourist offices in the area:  
click to access the map*

*cliquez [ICI](#)  
click [HERE](#)*

*Le guide pratique, flasher pour  
accéder*

*Practical guide, scan to access*

*Cliquez [ICI](#)  
Click [HERE](#)*

*Vos vacances commencent ici  
Your holidays start here*



*Cliquez [ICI](#)  
Click [HERE](#)*

*Ihr Urlaub beginnt hier  
La tua vacanza inizia qui*



*Cliquez [ICI](#)  
Click [HERE](#)*





## *Les Loisirs*

### *Les plages*

*- Plage des Sablettes (12 min à pied)*

*Plage de sable fin, recommandée si vous avez de jeunes enfants car on y a pied assez loin et le parc Baudrel se trouve juste derrière pour vous mettre à l'ombre si vous le désirez.*

*Bien protégée du vent donc peu de vagues.*

*Vous y trouverez toutes les activités nautiques côté port de St-Elme vers l'est*

*- Plage de Mar Vivo à l'ouest de la plage des Sablettes (10 min à pied)*

*Plage de sable et galets, étroite et avec un peu de vagues.*

*- Plage de Fabrègas. C'est une plage de sable noir, un peu en retrait dans une crique protégée du vent. Là aussi, appréciée des familles avec jeunes enfants car on y a pied assez loin. Parking gratuit.*

*A 4 min en voiture pour accès au parking puis 200 m à pied. Mais vous avez aussi la ligne de bus n° 81, au pied de l'immeuble qui vous mènera en 6 min jusqu'au parking de Fabrègas.*

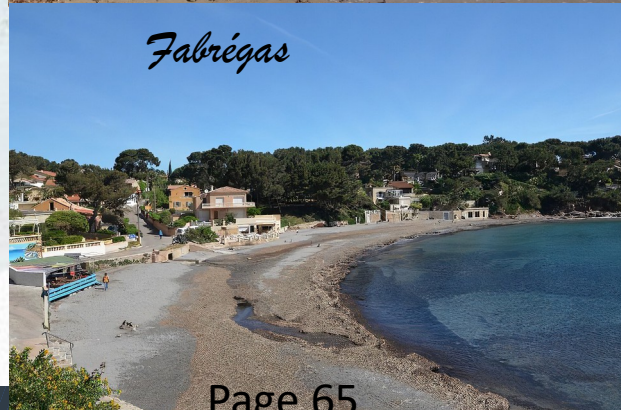
*Les Sablettes*



*Mar Vivo*



*Fabrègas*





## *Leisure, fun, discovery*

### Beaches

*- Sablettes beach (12 min walk)*

*Fine sandy beach, recommended if you have young children because you can stand in water quite far and the Baudrel park is just behind to put you in the shade if you wish. Well protected from the wind so few waves. You will find all the nautical activities there on the port side of St-Elme to the East*

*- Mar Vivo beach to the West of Sablettes beach (10 min walk) Narrow sand and pebble beach with some waves.*

*- Fabregas beach. It is a black sand beach, set back a little in a cove, protected from the wind. Here too, appreciated by families with young children because you can stand in water quite far. Free parking.*

*4 min by car for access to the car park then 200 m on foot. But you also have bus line 81, at the foot of the building which will take you to the Fabrègas car park in 6 minutes.*

*Les Sablettes*



*Mar Vivo*



*Fabrègas*





## *Les Loisirs*

### *Les plages*

*- Plage de St Asile (4 km en voiture)*

*Elle se situe côté St-Mandrier. Plage de sable et de galets. La pinède juste derrière permet de profiter de l'ombre. Parking sur place.*

*- Les plages sur le littoral de Six Fours sont plutôt recommandées pour la pratique de sport tels que planche à voile, surf... Car le vent y est souvent invité.*



*St Asile*

*La Coudoulière à Six-Fours*



*Bonnegrâce à Six-Fours*



## *Leisure, fun, discovery*

### Beaches

- *St Asile beach (4 km by car)*

*It is located on the St-Mandrier side. Sand and pebble beach. The pine forest just behind allows you to take advantage of The shadow. Parking on site.*

*- The beaches on the coast of Six Fours are rather recommended for the practice of sports such as windsurfing... Because the wind is often invited there*



*St Asile*



*La Coudoulière à Six-Fours*



*Bonnegrâce à Six-Fours*

## Les Loisirs

### Les balades à pied

- Avant toute chose, les cartes de la Seyne sur Mer, de St-Mandrier, de Six Fours et d' Ollioules, accessibles via les liens internet à droite vous donneront une vue d'ensemble, des possibilités de balades à pied.

Des cartes plus détaillées sont disponibles dans les offices de tourisme, moyennant quelques Euros.



A savoir, les massifs forestiers sont inaccessibles en voiture du 15 Juin au 20 Septembre, parfois jusqu' au 30 Septembre

Avant toute balade dans ces secteurs, prenez vos infos auprès des offices de tourisme.

Vous pouvez aussi vous aider d'une application de guidage sur smartphone. La plus célèbre étant Visorando.

Pour notre part, nous utilisons Komoot qui vous propose pour la première utilisation, un pack de carte local gratuit, qui vous permet de naviguer sans réseau..

Guide des balades du sentier du littoral, cliquez [📄](#)

Plan Six-Fours, cliquez [📄](#)

Plan Ollioules, cliquez [📄](#)

Plan la Seyne sur Mer, cliquez [📄](#)

Plan St-Mandrier, cliquez [📄](#)



## *Leisure, fun, discovery...*

### *Walks*

*-First of all, the maps of La Seyne sur Mer, St-Mandrier, Six Fours and Ollioules, accessible via the internet links on the right will give you a global view of opportunities for walking.*

*More detailed maps are available in tourist offices, for a few Euros.*



*To be known, the forest massifs are inaccessible by car from June 15 to September 20, sometimes until September 30*

*Before any walk in these sectors, take your information from the tourist offices.*

*You can also use a smartphone guide application. The most famous being Visorando. Personally, we use Komoot which offers you for the first use, a free local map pack, which allows you to navigate without being connected to the network. (battery saving)*

*The sentier du littoral walks guide, click [HERE](#)*

*Six-Fours map, click [HERE](#)*

*Ollioules map, click [HERE](#)*

*La Seyne sur Mer map, click [HERE](#)*

*St-Mandrier map, click [HERE](#)*

## *Les Loisirs*

### *Les balades à pied*

*- Randonnées du massif forestier du cap Sicié et sentier du littoral*

*Nombreuses balades de la Seyne sur Mer à Six-Fours.  
Balades à l' intérieur du massif forestier et le sentier du littoral un peu plus sportif (dénivelé d' environ 350 m)  
Belles vues sur la mer, nombreuses aires de pique-nique dans le massif forestier.*

*Vous pourrez grimper vers la chapelle notre dame du Mai qui vous offrira un panorama à vous couper le souffle !*

*Attention cependant, certains secteurs du sentier du littoral restent chaotiques pour les jeunes enfants, notamment le secteur entre la plage de Fabrègas et la pointe du Malpasset ou les accès plages sont franchement dangereux.  
Prenez la voie de contournement dans ce secteur.*

*Vue sur St-Mandrier*



*Vue sur les deux Frères*



*Notre Dame du Mai*



## *Leisure, fun, discovery*

### Walks

*-Walks in the Cap Sicié forest massif and the sentier du littoral.*

*Many walks from La Seyne sur Mer to Six-Fours.  
Walks inside the forest massif and the slightly more athletic sentier du littoral (elevation of about 350 m) Beautiful views of the sea, numerous picnic areas in the forest massif. You can climb to the Notre Dame du Mai chapel which will offer you a breathtaking panorama!*

*Be careful though, some sectors of the sentier du littoral remain chaotic for young children, in particular the sector between the beach of Fabrégas and the tip of Malpasset where the access to the beaches is frankly dangerous.*

*Take the bypass path in this area.*

*View of St-Mandrier*



*View of les deux Frères rock*



*Notre Dame du Mai chapel*





## *Les Loisirs*

### *Les balades à pied*

*- Les îles du petit et grand Gaou*

*Dans le prolongement du port du Brusc (côté Six Fours)  
Accessible à pied uniquement, parkings juste avant la voie  
d'accès. Ne faites pas l'impasse sur le ticket de  
stationnement, la police municipale veille.*

*Accès interdit aux vélos.*

*C'est un sentier de découverte botanique, tout vous est  
expliqué via de petits panneaux à votre disposition.*

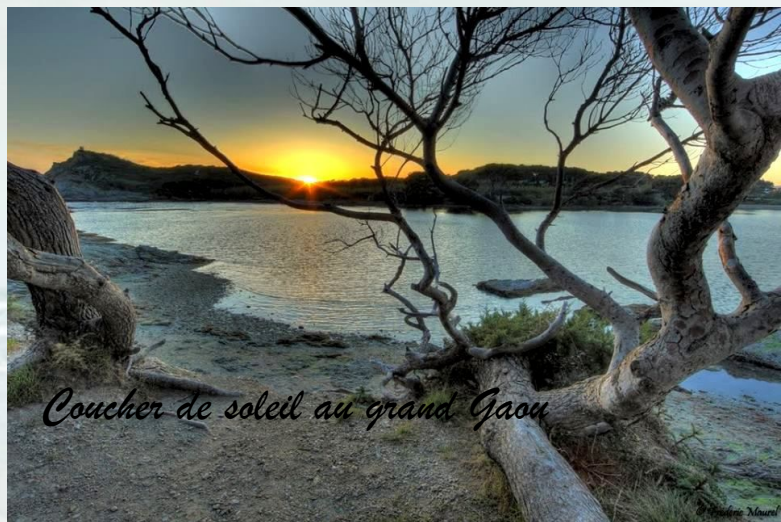
*Balade reposante qui vous offrira de magnifiques vues sur  
mer et sur l'île des Embiez juste en face. On peut aussi  
s'y baigner, juste en face des Embiez.*

*Quelques places de pique-nique vous sont proposées sur  
place.*

*De quoi passer une bonne journée entre mer, balade, belles  
vues et repos.*



*Plage du grand Gaou et l'île  
des Embiez en arrière plan*



*Coucher de soleil au grand Gaou*



## *Leisure, fun, discovery*

### *Walks*

- « Petit et grand Gaou » islands

*In the extension of the « port du Brusc » (Six Fours side)  
Accessible on foot only, car parks just before the access  
road. Do not ignore the parking ticket, the municipal police  
are watching.*

*No access for bicycles.*

*It is a botanical discovery trail, everything is explained to  
you via small panels at your disposal. Relaxing walk which  
will offer you magnificent views of the sea and the island  
« Les Embiez » just opposite. You can also swim there,  
just opposite « Les Embiez ». A few picnic spots are  
available on site.*

*What to spend a good day between sea, walk, beautiful  
views and rest.*

*« Grand Gaou » beach and « Les Embiez »  
island background*



*View from « Grand Gaou »  
island sunset*



## *Les Loisirs*

### *Les balades à pied*

*- Le massif du Gros Cerveau à Ollioules*

*Magnifiques vues sur le massif de la Sainte Baume, les îles d'Hyères et aussi les calanques de cassis (très loin)*

*Balade sportive avec un dénivelé d'environ 440 m.*





## *Leisure, fun, discovery*

### *Walks*

*- The Gros Cerveau massif in Ollioules*

*Magnificent views of the Sainte Baume massif, the Hyères islands and also the Cassis creeks (very far away)*

*Sporty ride with an elevation of about 440 m.*





## *Les Loisirs*

### *Les balades à vélo*

*Accessible par le lien internet à droite, le plan vélo qui vous donnera une vue d'ensemble des pistes cyclables et voies aménagées pour la pratique du vélo en toute sécurité.*

*Plan vélo, cliquez *

*Aidez vous aussi des plans de villes en page xxx*

*Vous pouvez également vous faire aider d'une application smartphone pour le guidage.*

*Quelques balades intéressantes :*

*- Le circuit du littoral qui vous mèneras de Sanary à Six Fours (environ 12 km), vers le port de la Coudoulière, entièrement sur une piste cyclable séparée de la route, donc en toute sécurité pour les jeunes enfants. De plus, en totalité le long du littoral.*

*- Bien d'autres circuits possibles, au nord de l' A50 aussi où vous pourrez affronter quelques côtes.*

*Piste cyclable à Six-Fours*



## *Leisure, fun, discovery*

### *Bike rides*

*Accessible by the 2Rcode below, the bike map which will give you an overview of the bike paths and lanes designed for safe cycling.*

*Also help yourself with the city maps on page xxx*

*You can also get help from a smartphone application for guidance.*

*Some interesting walks:*

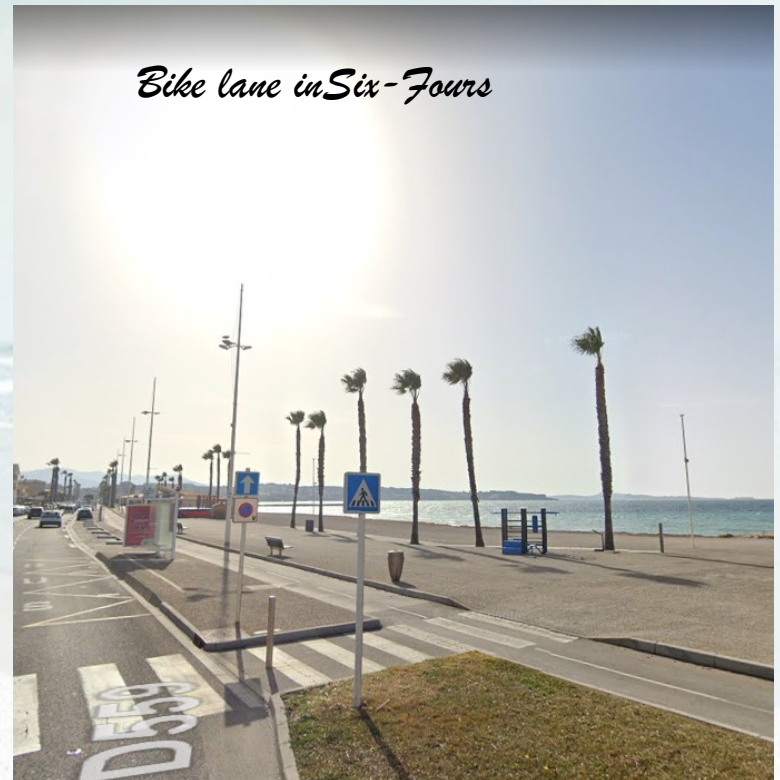
*- The coastal circuit which will take you from Sanary to Six Fours (about 12 km), towards the port of Coudoulière, entirely on a cycle path separated from the road, therefore in complete safety for young children.*

*In addition, entirely along the coast.*

*- Many other circuits possible, also north of the A50 where you can face a few hills.*

*Bike lane map, click [HERE](#)*

*Bike lane in Six-Fours*





## *Les Loisirs*

### *Les îles*

#### *- Les Embiez*

*L'île de Paul Ricard qui l'a développé entièrement.*

*Un coin de paradis, de nombreuses petites criques et plages.*

*Un aquarium, des sentiers de balade, des restaurants.*

*A découvrir en famille.*

*A savoir, le petit train qui vous attends en face du bar Baltazar peut vous faire visiter l'île pour environ 8/9 € par adulte, durée environ 40 min et sans fatigue.*

*Pour vous rendre sur les Embiez, prendre les navettes maritimes au niveau de l'embarcadere du Brusc à Six Fours. Durée de la traversée environ 12 min.*

*Vous pouvez réserver en ligne c'est moins cher et emmener vos vélos aussi environ 9 € par vélo pour le transport par bateau comparé au 13 € de location sur l'île pour une 1/2 journée, mais attention le circuit est limité aux zones « plates » de l'île.*



*33 (0)4 94 10 65 20*

*Site de réservation navette  
maritime, cliquez [!\[\]\(95b425611cbd2b8716a140cf67c81822\_img.jpg\)](#)*



## *Leisure, fun, discovery*

### *The islands*

*- The island of Paul Ricard who developed it entirely.*

*A corner of paradise, many small coves and beaches.*

*An aquarium, walking trails, restaurants.*

*To discover with the family.*

*To be known, the little train waiting for you in front of the Baltazar bar can drive you around the island for about 8/9 € per adult, duration about 40 min and without fatigue.*

*To get to Les Embiez, take the sea shuttles at the Brusc pier in Six Fours.*

*Duration of the crossing approximately 12 min.*

*You can book online it's cheaper and you can bring your bikes also about €9 per bike for boat transport,*

*compared to €13 rental on the island for 1/2 day, but*

*beware the tour is limited to "flat" areas " of the island*



33 (0)4 94 10 65 20

*Sea shuttle reservation site, click  
**HERE***



## Les Loisirs

### Les îles

- Porquerolles, Port Cros et le Levant

Porquerolles, plus grande avec de belles plages au nord.

Vous pourrez y faire du vélo, de belles balades à pied.

- Port Cros est beaucoup plus sauvage (nous n'y sommes jamais aller encore), avec des côtes rocheuses et de nombreuses falaises, peu de plage. Mais c'est aussi un parc marin où est pratiquée la plongée.

- Le Levant est majoritairement militaire, seule la zone à proximité du port et une partie de la réserve des Arbousiers sont accessibles.

Pour vous rendre à Porquerolles, navette maritime « les bateliers de la côte d'azur » à l'embarcadere des Sablettes

Vous pouvez réserver en ligne et emmener vos vélos aussi environ 18 € par VTT et 35 € pour un vélo électrique C'est équivalent au tarif de location sur l'île qui est de 16 € pour un VTT et 38 € pour un électrique pour une 1/2 journée.



Porquerolles,  
la plage



Porquerolles,  
la place

33 (0)4 94 93 07 56

Site de réservation navette  
maritime, cliquez [ICI](#)



## *Leisure, fun, discovery*

### *The islands*

*- Porquerolles, Port Cros and the Levant island*

*Porquerolles is larger with beautiful beaches on the north face.*

*You can go cycling, beautiful walks.*

*- Port Cros is much wilder (we have never been there yet), with rocky coasts and many cliffs, few beaches. But it is also a marine park where diving is practiced. - The Levant is mainly a military area, only the area near the port and part of the Arbousiers reserve is accessible.*

*To get to Porquerolles, sea shuttle "les bateliers de la côte d'azur" at the Sablettes pier*

*You can book online and bring your bikes also around €18 per mountain bike and €35 for an electric bike This is equivalent to the rental price on the island which is €16 for a mountain bike and €38 for an electric one. 1/2 day.*



*Porquerolles,  
beach*



*Porquerolles,  
town square*

**33 (0)4 94 93 07 56**

*Sea shuttles reservation site,  
click **HERE***



## *Les Loisirs*

### *Les calanques de Marseille*

*Merveilles de la nature, elles s' étendent de Cassis à Marseille.. Les visiter en bateau est un réel moment de plaisir.*

*La visite dure environ 3h15.*

*Vous ne pourrez en revenir que satisfait (malgré le prix que ça peut représenter). Faites chauffer les appareils photo !! Nous vous suggérons de faire la visite en bateau car la visite par la terre est maintenant très réglementée en été, et le nombre de voitures et de personnes est très limité, en plus du risque incendie qui, quand il est activé, ferme totalement l'accès.*

*Vous pourrez choisir le nombre de calanques à visiter en fonction de vos envies.*

*La croisière des calanques est faite par la société « Croix du sud V » au départ du port de Sanary sur Mer.*

*Pour tout renseignement 33 (0)6 75 71 81 76*

*La brochure tarifaire est accessible par le lien internet à droite.*



*Site de réservation navette maritime,  
cliquez [🔗](#)*

*Brochure, tarifs, cliquez [🔗](#)*



## *Leisure, fun, discovery*

### *Les calanques de Marseille*

*Wonders of nature, they extend from Cassis to Marseille.*

*Visiting them by boat is a real moment of pleasure.*

*The visit lasts about 3h15.*

*You can only come back satisfied (despite the price it may represent).*

*Don't forget your cameras!!*

*We suggest you to do the visit by boat because the visit by land is now very regulated in summer, and the number of cars and people is very limited, in addition to the risk of fire which, when activated, completely closes the access.*

*You can choose the number of creeks to visit according to your desires.*

*The Calanques cruise is made by the company "Croix du sud V" departing from the port of Sanary sur Mer. For any information 33 (0)6 75 71 81 76*

*The tariff brochure is accessible by the internet links on the right.*



*Sea shuttles reservation site, click  
**HERE***

*Brochure, rate, click **HERE***



## Les Loisirs

### Et pour aller plus loin !!

Tout est merveilleux dans cette région, mais il y a quelques endroits qui méritent le déplacement :

- Le mont Faron, situé au Nord de Toulon, l'accès se fait préférentiellement par le téléphérique (accès possible par la route mais attention pour les personnes sujettes au vertige, et on ne peut pas faire demi tour tant la voie est étroite et les accotements abruptes.).

Les panoramas sur la rade de Toulon et les environs sont à couper le souffle.

Le mont Faron est aussi un mémorial militaire.

Balades sur sentiers balisés.

Il est préférable de téléphoner avant de s'y rendre car le site peut être fermé lors de risque incendie élevé.

33 (0)4 94 92 68 25

L'office du tourisme propose des prix réduits (à acheter dans les offices de tourisme) de 8,50 € au lieu de 9 € pour un adulte, pour le téléphérique.

A noter aussi la vente d'un pass 1 journée comprenant le téléphérique + bus + bateau bus au prix de 10 €

Site mont Faron et téléphérique (tarifs, horaires, accès, activités ...), cliquez 





## *Leisure, fun, discovery*

*And to go further!!*

*Everything is wonderful in this region, but there are a few places worth visiting:*

*-Mont Faron, located north of Toulon, access is preferably by cable car (possible access by road but be careful for people prone to vertigo, and you cannot turn around as the way is narrow and the shoulders, steep).*

*The views of the bay of Toulon and the surrounding area are breathtaking.*

*Mont Faron is also a military memorial.*

*Walks on marked trails.*

*It is best to call before going there because the site may be closed during high fire risk. 33 (0)4 94 92 68 25 The tourist office offers reduced prices (to be purchased at tourist offices) of €8.50 instead of €9 for an adult, for the cable car.*

*Also note the sale of a 1-day pass including the cable car + bus + boat bus at the price of €10*

*Mont Faron and cable car site  
(rates, times, access, activities...),  
click [HERE](#)*





## *Les Loisirs*

*Et pour aller plus loin !!*

*- Le village médiéval du castelet.*

*Petit village aux petites rues pavées.*

*Vous y trouverez nombre de boutiques artisanales, restaurants, glaciers et bars.*

*Quelques points de vue sur les fortifications et aux abords du château. Vous pourrez y voir juste en face un autre village typique, La Cadière d'Azur, que l'on peut aussi visiter.*

*Moins de monde, moins de boutiques. Les balades sont plus tranquilles et la place du village est sympa.*

*- Euenos.*

*Le village en soi n'est pas exceptionnel, mais la route des gorges qui y mène entre Ollioules et Euenos mérite qu'on la prenne au moins une fois.*

*Profitez aussi du point de vue au niveau du château, le panorama allant de la Ciotat aux îles d'Hyères est magnifique.*





## *Leisure, fun, discovery*

*And to go further!!*

*- The medieval village of Le Castelet.*

*Small village with small cobbled streets.*

*You will find a number of craft shops, restaurants, ice cream seller and bars there.*

*Some viewpoints on the fortifications and around the castle.*

*You can see just opposite another typical village, La Cadière d'Azur, which can also be visited. Fewer people, fewer shops.*

*The walks are quieter and the village square is nice.*

*- Euenos.*

*The village itself is not exceptional, but the road of the gorges which leads to it between Ollioules and Euenos deserves to be taken at least once.*

*Also enjoy the view from the castle, the panorama from La Ciotat to the Hyères islands is magnificent.*



*Euenos*



*Le Castelet*

## *Les Loisirs*

### *Et pour aller plus loin !!*

*- Toulon.*

*C'est une ville accueillante. Vous y accéderez facilement via la ligne de bateaux bus n° 18m au départ des Sablottes. A l'arrivée sur le quai les rues commerçantes et touristiques sont juste en face. Beaucoup de restaurants vous proposeront des menus de qualité et à prix accessible. Vous n'avez que l'embaras du choix. Si cela vous tente, le musée de la marine est aussi à voir. Prévoyez 1 à 2 heures de visite. Pour y accéder, prendre à gauche dès la sortie de l'embarcadère, le musée se situe en bout de quai.*

*Quelques parcs et jardins méritent aussi une visite. Le jardin Alexandre 1er aménagé sur 20 ha il est arboré de 350 arbres, plusieurs milliers d'essences méditerranéennes. La balade y est reposante et instructive.*

*Le parc de la Tour Royale, plus petit sur 3,5 ha mais il offre une vue spectaculaire sur la rade de Toulon.*

*Le jardin d'acclimatation situé dans le secteur des plages du Mourillon. C'est un jardin botanique de 8 ha.*

*Le Mourillon. C'est le secteur touristique des plages de Toulon. On peut y accéder à pieds de l'embarcadère. Environ une demie heure de marche. C'est une plage à part entière avec toutes ses activités disponibles via le club nautique disposé le plus à l'Est de la plage. Mais vous aurez en plus un parc paysager ou vous pourrez vous balader le plus souvent à l'ombre.*



## *Leisure, fun, discovery*

*And to go further!!*

*- Toulon.*

*It's a welcoming city. You can easily access it via the 18m boat bus line from Les Sablettes. On arrival at the quay, the shopping and tourist streets are just opposite. Many restaurants will offer you quality menus at affordable prices. You are spoilt for choice.*

*If you are interested, the Maritime Museum is also a must-see. Allow 1 to 2 hours of visit. To get there, turn left as soon as you exit the pier, the museum is located at the end of the quay.*

*Some parks and gardens are also worth a visit.*

*The Alexandre 1er garden is laid out on 20 hectares and is planted with 350 trees, several thousand Mediterranean species. The walk is relaxing and instructive.*

*The Parc de la Tour Royale, smaller on 3.5 ha but it offers a spectacular view of the harbour of Toulon.*

*The acclimatization garden located in the area of the Mourillon beaches. It is a botanical garden of 8 ha.*

*Le Mourillon. This is the tourist sector of the beaches of Toulon. It can be reached on foot from the pier.*

*About half an hour walk. It is a beach in its own right with all its activities available via the nautical club located the most easterly of the beach. But you will also have a landscaped park where you can walk most often in the shade.*

## *Les Loisirs*

*Et pour aller plus loin !!*

*- La cascade de Sillans*

*Chutes d'une bonne quarantaine de mètres sur la rivière  
« la Bresque » à Sillans.*

*L'eau y est d'un bleu turquoise.*

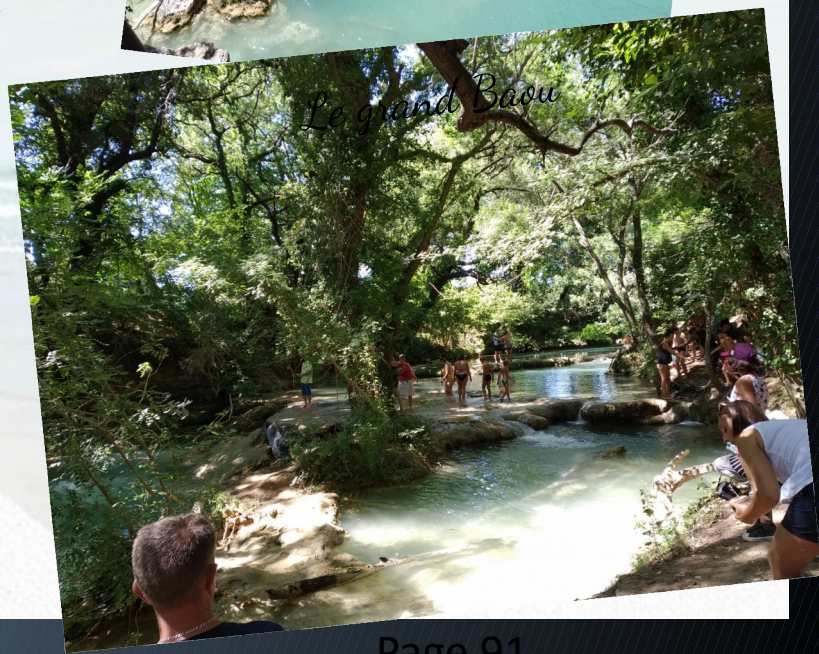
*Vous pouvez vous y baigner.*

*Pas mal de balades en sous bois.*

*C'est un peu loin par contre, compter 90 km et 1h30 min en  
partant des Sablottes.*

*Sur la route, vous pourrez vous arrêter à la chute du grand  
Baou, moins impressionnant qu'à Sillans, mais joli site  
quand même et des tables de pique nique sont mises à  
disposition gratuitement, le plus souvent sous les arbres.*

*Vous pourrez donc y faire un arrêt pique-nique sympathique  
et mérité, avant la marche des cascades de Sillans.*





## *Leisure, fun, discovery*

*And to go further!!*

*- The Sillans waterfall*

*Waterfall of around forty meters on the river "la Bresque" in Sillans.*

*The water there is turquoise blue.*

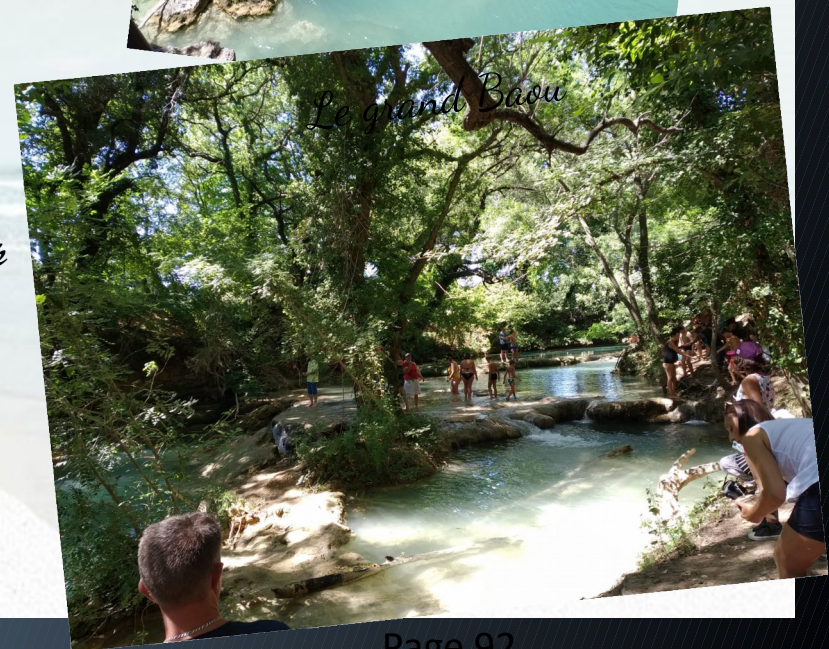
*You can swim there.*

*A lot of walks in the woods.*

*It's a bit far, however, approximately 90 km and 1h30 min from Les Sablettes.*

*On the road, you can stop at the Grand Baou waterfall, less impressive than in Sillans, but still a nice site and picnic tables are available for free, most often under the trees.*

*You can therefore make a nice and well-deserved picnic stop there, before walking to the Sillans waterfalls.*





## Les Loisirs

Et pour aller plus loin !!

- Bandol

Petite ville sympathique où l'on peut se balader sur le sentier du littoral. Un chemin piéton est aménagé en parallèle de la route qui permet une balade sur toute la longueur de la plage et du port. Pour se garer, mieux vaut aller directement au parking payant à l'ouest du port, après le stade de foot. Il y a plus de places libres et ça n'est finalement pas très loin du centre ville. Vous trouverez les restaurants et magasins divers dans la zone allant du port aux plages. La plage de Renécros, au nord du parking du stade est à faire, petite mais à l'abri du vent.

- La Ciotat

Petite ville connue notamment pour ses chantiers maritimes. La zone du port de plaisance et la vieille ville au pourtour est intéressante. Et on peut pousser la balade au-delà de la zone du chantier maritime, vers le parc du Mugel. Beaux paysages et points de vue.

Pour se garer, le parking payant du port est le mieux approprié.

Nous vous conseillons le restaurant « la placette », place « Sadi Carnot », mais pensez à réserver tôt car il y a peu de place.

Si vous avez le choix, réserver une table sous les arbres sur la place, près de la fontaine. 33 (0)4 13 12 60 18. Bon appétit!!



Le resto « La Placette »



Bandol



La Ciotat, parc Mugel



La Ciotat



## *Leisure, fun, discovery*

*And to go further!!*

### *-Bandol*

*Small friendly town where you can walk on the sentier du littoral. A footpath is laid out parallel to the road which allows a walk along the entire length of the beach and the port. To park your car, it is better to go directly to the paying car park to the west of the port, after the football stadium. There are more free places and it is finally not very far from the city center. You will find various restaurants and shops in the area ranging from the port to the beaches.*

### *-La Ciotat*

*Small town known in particular for its shipyards. The marina area and the surrounding old town are interesting. And you can push the walk beyond the shipyard area, towards Muges Park. Beautiful landscapes and viewpoints. For parking, the paying car park at the port is the most appropriate.*

*We recommend the restaurant "la placette", place "Sadi Carnot", but remember to book early because there is not so much place. If you have the choice, book a table under the trees in the square, near the fountain. 33 (0)4 13 12 60 18 . Enjoy!!*





## *Les Loisirs*

*Et pour aller plus loin !!*

*- Sanary sur Mer*

*Connue pour son marché, élu premier marché de France en 2018.*

*Son port avec ses nombreux pointus est charmant.*

*Vous pouvez y flâner dans la zone du port, l'esplanade, la zone commerciale à l'arrière du port où vous trouverez de nombreux restaurants et magasins de toutes sortes.*

*Mais, rançon de la gloire, il y a beaucoup de monde, la circulation y est souvent bloquée et les places de parkings sont dures à trouver. Soyez patients !*

*- Cassis*

*Dernière ville avant les calanques.*

*La zone touristique se situe autour du port. Nombreux restaurants et échoppes. Beaucoup de monde aussi.*

*Pour se garer, il est nettement préférable de choisir un parking avec navette à l'extérieur de la ville. Se garer à proximité du port est impossible.*

*De Cassis, vous pourrez aussi démarrer une balade à pieds vers les calanques. Mais attention, soyez bien équipés et cette balade est assez difficile pour les enfants.*





## *Leisure, fun, discovery*

*And to go further!!*

*- Sanary sur Mer*

*Known for its market, elected first market in France in 2018.*

*Its port with its many traditional boats is charming.*

*You can stroll around the port area, the esplanade, the commercial area at the back of the port where you will find many restaurants and shops of all kinds.*

*But, ransom of glory, there are many people, many traffic jams there and parking places are hard to find.*

*Be patient !*

*- Cassis*

*Last town before the calanques.*

*The touristic area is located around the port.*

*Many restaurants and shops. Lots of people too.*

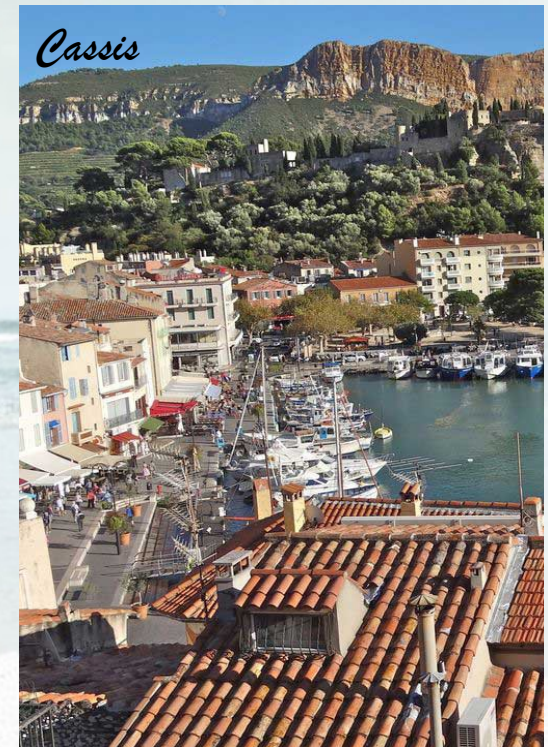
*To park your car, it is much better to choose a parking plan with a shuttle outside the city. Parking near the port is impossible.*

*From Cassis, you can also start a walk towards the calanques.*

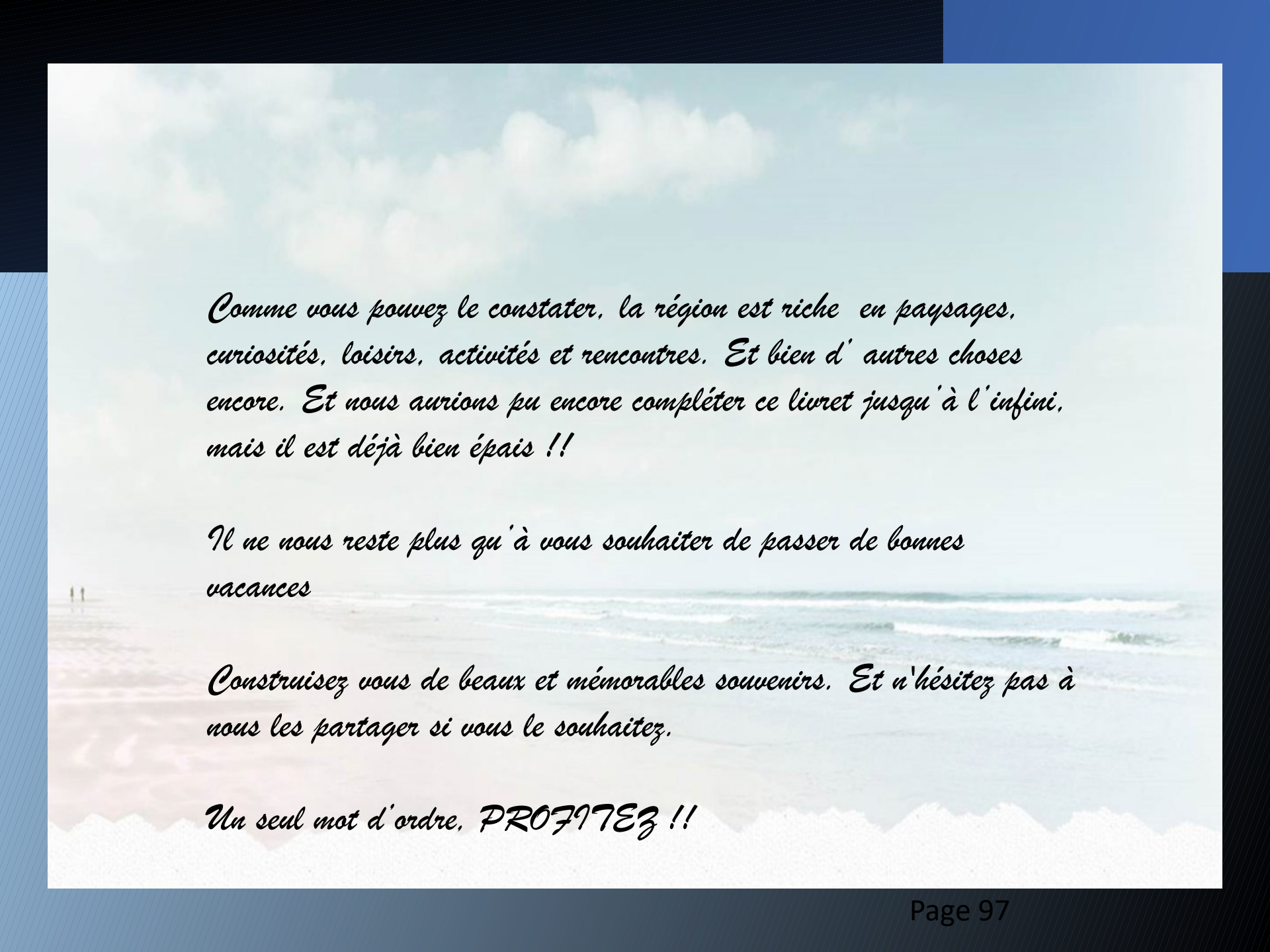
*But be careful, and be well equipped and this walk is quite difficult for children.*



*Sanary sur Mer*



*Cassis*




*Comme vous pouvez le constater, la région est riche en paysages, curiosités, loisirs, activités et rencontres. Et bien d' autres choses encore. Et nous aurions pu encore compléter ce livret jusqu' à l' infini, mais il est déjà bien épais !!*

*Il ne nous reste plus qu' à vous souhaiter de passer de bonnes vacances*

*Construisez vous de beaux et mémorables souvenirs. Et n' hésitez pas à nous les partager si vous le souhaitez.*

*Un seul mot d' ordre, **PROFITEZ !!***





*As you can see, the region is rich in landscapes, curiosities, leisure, activities and encounters. And many more. And we could have added to this booklet to infinity, but it is already very thick!!*

*It only remains for us to wish you good holidays.*

*Build beautiful and memorable memories. And do not hesitate to share them with us if you wish.*

*One watchword, ENJOY!!*