

La Gazette du CIQ de Fontsaïnte

Hiver
2026 n°56



1222 avenue Guillaume Dulac / Téléphone : **07 67 43 71 03**

www.fontsaïnteciqlaciotat.fr / ciqfontsaïnte@gmail.com

Facebook.com

ACCUEIL ET BIBLIOTHEQUE : Mercredi de 10h00 à 12h00

L'année 2025 s'est achevée, prenons un moment pour regarder le chemin parcouru. Cette année encore, nous avons occupé le local des Matagots. Deux ans! Que de patience et d'espoir ont eus les membres de notre association !

2026 s'ouvre devant nous avec un grand projet : intégrer le nouveau local du CIQ, déjà bien avancé alors que j'écris ces lignes. Du travail nous attend: préparation du déménagement, aménagement du nouveau local, mise en place de tout le matériel. Nous pourrions compter heureusement sur la solidarité de nos adhérents.

Nous commencerons cette année en nous retrouvant au CIQ St Jean, aimablement prêté cette année encore par nos voisins pour la galette des Rois. Les adhérents seront informés sitôt les inscriptions ouvertes.

En mars, les élections municipales rythmeront une partie de notre vie, la préparation de l'inauguration du local une autre, ainsi que le retour de nos repas trimestriels dans la pinède.

De beaux projets en perspective !!

Les membres du conseil d'administration adressent à toutes et tous une nouvelle année pleine de bonheur et de santé.

Meilleurs vœux pour 2026.

Alain GUERIN



VIVRE A FONTSAINTE

Nous inaugurons avec cette gazette une nouvelle rubrique : vivre à Fontsaïnte, avec les problèmes, ou les réussites dans le quartier. Nous comptons sur vous pour l'alimenter avec ce qui vous a particulièrement plu, ou vous gêne dans votre vie quotidienne.

Pour débiter, nous allons parler du chemin des Marcassins. Ce chemin, n'est à l'heure actuelle pas du tout entretenu : trous sur la chaussée, vallat non débroussaillé, ornières, et ce sur toute sa longueur.

Une demande a été faite aux services municipaux pour savoir à qui incombe la responsabilité de ce chemin : municipalité ou métropole. La réponse orientera nos demandes de travaux.

Réponse dans la gazette de printemps.

Alain GUERIN

AGENDA

Samedi 24 janvier, 17h : Présentation des vœux et Galette des Rois au CIQ St Jean (65 personnes, un mail sera envoyé en temps voulu pour inscription).

Vendredi 30 janvier, 2ième présentation des vœux et Galette des Rois aux Matagots (25 personnes, un mail sera envoyé en temps voulu pour inscription).



AGENCE IMMOBILIERE J-P CONSTANT



SUR LE PORT
4, Bd Anatole France
04 42 08 23 37

DANS VOTRE QUARTIER
41, Av de Fontsaïnte
04 42 71 56 78

CONTACTEZ NOUS

www.constantimmobilier.com

JARDINERIE du MOULIN

1756 Av J.Roumanille - 13600 LA CIOTAT
jardineriemoulin.saintestevé@orange.fr
Tél. 04 42 01 04 23

Pépinière, produits espaces verts, arrosage...

Chez l'Ouïe
Spécialiste de l'audition

146 avenue Emile Sellon | 13600 LA CIOTAT
audition-laciotat@chezlouie.fr
04 65 28 04 45

ELAGAGE ESPACES VERTS
CREATION (&) ENTRETIEN
04 42 08 32 39
capvert-sarl@wanadoo.fr
Chemin du Baguier - LA CIOTAT

Mamette et famille
Services à domicile

Entretien de la maison
Travaux de petit bricolage
Petits travaux de jardinage
Crédit d'impôt immédiat

07 67 22 19 79
185 avenue de Saint Jean, 13600 La Ciotat



Assemblée Générale du 6 décembre 2025

L'assemblée générale comme l'an passé se tient au CIQ de Sainte Marguerite, dont nous remercions le Président, dans la mesure où le CIQ de Fontsaïnte est en fin de reconstruction.

Environ 80 adhérents sont présents et 15 ont envoyé un pouvoir. Le quorum atteint, la séance débute à 15h30.

Ouverture de la séance par le Président qui remercie les nombreux adhérents et salue la présence de Madame Karine Henry Adjointe au Maire chargée des CIQ et Monsieur Jean Pierre Michel Président de la Fédération Est des CIQ des Bouches du Rhône,

- 1 - Lecture du Procès-verbal de l'Assemblée générale 2024.
- 2 - Lecture du rapport moral.
- 3 - Présentation du rapport d'activité. La parole est donnée aux 4 animateurs présents : yoga, espéranto, peinture et balades.
- 4 - Bilan des comptes, préalablement vérifiés par un contrôleur.



Approbation à l'unanimité des exposés 1, 3 et 4, soumis au vote.

Réélection d'un administrateur sortant et élection de 2 nouveaux membres au Conseil d'Administration.

Réponse aux questions diverses par Madame Karine Henry portant essentiellement sur l'aménagement de la RD 559 et la route effondrée à Arène Cros.

Intervention de Monsieur Jean Pierre Michel sur le rôle des CIQ.

La séance s'achève traditionnellement autour d'un verre de l'amitié.

Le conseil d'administration réuni le 12 décembre a élu Colette Monserrat secrétaire, Jean Pierre Fréani secrétaire adjoint, Marie Van der Gucht trésorière, Edouard Bastide trésorier adjoint, Didier Giudici vice-président et Alain Guerin Président.

Marie VAN DER GUCHT

TRAVAUX



Les travaux avancent ! A ce jour, l'isolation du toit est faite, les huisseries vont être posées.

En janvier, les carreleurs, plaquistes, électriciens et plombiers devraient démarrer leurs travaux. La dalle accueillant la pergola climatique sera coulée et le crépi fait.

Que de bonnes nouvelles en perspective.

Il reste à faire des paris sur la fin des travaux ! Février, mars, avril ?

En tout cas, nous commençons à penser « cartons et déménagement ». Nous ferons appel aux bonnes volontés le temps venu.

Alain GUERIN

BOUCHERIE

Muriel et Jacques
04 42 83 15 10

Boulangerie de Fontsaïnte

Grimaudo
ARTISAN BOULANGER
PATISSIER CHOCOLATIER

Boulangerie de Fontsaïnte
467, Avenue de Fontsaïnte 13600 LA CIOTAT - Tél. 04 42 83 14 80

Ferme-Auberge La Baie des Anges
290, chemin du Vallon de Teissière
13600 La Ciotat

Prochainement à l'assiette
04 42 01 28 73
N'oubliez pas de réserver votre table avant de vous déplacer
www.fermeaubergelaibaiedesanges.fr

Mutuelle Familiale
ma complémentaire de vie®

Bien plus qu'une complémentaire santé !

44 Rue Bouronne, 13600 La Ciotat
mutuelle-familiale.fr 09 71 10 15 15

Tombola du 17 décembre organisée par la bibliothèque

Moment de partage qui s'inscrit dans un temps de réjouissance du 25 décembre et du 1er de l'an. Merci à toutes celles et ceux qui ont encouragé leur bibliothèque en souscrivant à la tombola organisée par et pour la bibliothèque. Cet argent sera investi dans l'achat de nouveaux livres. Merci également à la pharmacie de Fontsaïnte qui nous a doté d'un lot d'une valeur de 70€, et à la cave du Garlaban qui a offert un bon cadeau pour 3 bouteilles de vin de la cave.

Josette LAUTRET a remporté le 1er lot et Françoise VILLE le bon d'achat.

Marie Madeleine GUERIN



Les végétaux et les rapports de voisinage.

Les végétaux et les rapports de voisinage.

Il a déjà été évoqué dans une gazette précédente la plantation et la taille des végétaux, ainsi que le problème des racines. Mais savez-vous que les fruits accrochés aux branches d'un arbre d'un voisin lui appartiennent toujours même si elles surplombent votre terrain. En revanche, vous êtes autorisés à ramasser ceux qui tombent (sans les aider) sur votre terrain.

Bien que respectant la réglementation des distances de plantation, la chute de feuilles mortes d'arbres voisins peut vous porter préjudice. Vous êtes en droit de saisir la justice, si une solution amiable n'a pas pu aboutir, à condition toutefois de prouver qu'elle vous cause une gêne excessive, c'est-à-dire un trouble anormal de voisinage.



La recette de Maminou

Macaronade au foie gras et aux morilles : Original pour un repas de fête !

Pour 6 pers : 600 g de penne, 1 lobe de foie gras, 300 g de morilles, 2 sachets de sauce aux morilles, ciboulette (les morilles et leur sauce peuvent être achetées dans un magasin de surgelés bien connu).

La veille, taillez le foie gras en tranches d'1 cm environ. Le poêler, le déposer ensuite sur du papier absorbant puis dans un tupper sans oublier une feuille de papier cuisson entre la superposition des tranches afin qu'elles ne collent pas entre elles. Retirez le surplus de graisse et faites cuire les morilles. Le jour J, réchauffez la sauce aux morilles. Une fois les penne cuites, égouttez les et plongez les dans la sauce. Réchauffez le foie. Parsemez de ciboulette et servez avec du parmesan.

Vos convives vous en diront des nouvelles !

Martine SAVARY

La JARDINERIE DU MOULIN est installée depuis 20 ans Av. Joseph Roumanille à La Ciotat sur un terrain de 3,5 hectares à proximité des serres municipales.

Jardinerie écologique elle utilise des méthodes de pointe telles que la climatisation naturelle régulée par ordinateur, l'arrosage par irrigation et récupération de l'eau, l'éclairage par leds solaire, l'intégration des bâtiments dans l'environnement, le compostage et la récupération des végétaux pour soins et élevage ainsi que la production sur place de nombreux végétaux...

Elle dispose un stock permanent de plus de 3000 références de plantes et d'arbres adaptés au climat local et en produit certains en pleine terre et sous serre.

Son infrastructure, sa proximité, son intégration dans l'économie locale circulaire et ses 25 employés qualifiés lui permet d'assurer un service de qualité.

Elle est aussi une pépinière citoyenne en proposant entre autres : un lieu ouvert au public pour faire germer et cultiver les plantes, elle intervient dans l'insertion sociale par le travail en lien avec les jardins de l'espérance, elle est ouverte aux écoles pour des visites éducatives.

Son dirigeant Ludovic RIGAUD homme d'action et de défis, sportif accompli est aussi Président du Rugby Club La Ciotat Ceyreste et ses 250 adhérents qui brillent dans les résultats régionaux.

Jean Pierre FREANI

Mamette et famili

Saviez-vous que la « mamette » est le diminutif pour désigner affectueusement la grand-mère en Provence? Mamette et famili a aussi ce côté rassurant : cette petite entreprise de taille humaine, originaire de la Ciotat dessert également Ceyreste et St Cyr. Son savoir-faire se définit dans le service à la personne à domicile. Concrètement, repassage, bricolage, jardinage, ménage, garde d'enfants sont les domaines dans lesquels cette entreprise peut intervenir. Les avantages pour les demandeurs sont, outre de profiter de leur professionnalisme, de bénéficier du droit à une déduction fiscale.

Marie Madeleine GUERIN

BALADES 3ième TRIMESTRE

RDV 9H30 PARKING DE LA POSTE ST JEAN DÉPART 9H45

DATE	LIEU	DISTANCE	DÉNIVELÉ	COVOITURAGE
10 Janvier	Le cabanon du Marquis	8 km	200 m	2 €
17 Janvier	Les hauts de Carnoux	6 km	150 m	4 €
24 Janvier	Les barres de Castillon	6 km	100m	3 €
31 Janvier	Le grand Gaou	5 km	20 m	6 €
7 Février	La Font de mai	6 km	100 m	5 €
14 Février	Le chemin des Arbousiers	7 km	140 m	5 €
21 Février	Ollioules			
28 Février	Le camp Penon	6 km	100 m	3 €
7 Mars	Les 4 frères	7 km	160 m	6 €
14 Mars	Le jas Frédéric	7 km	130 m	5 €
21 Mars	La vallée de St Pons	8 km	200 m	4 €
28 Mars	Le mont Faron	7 km	80 m	6 €

SORTIES PÉDESTRES ACCOMPAGNÉES

RDV 8H45 PARKING DE LA GARE DÉPART 9H00

DATE	DATE	NIVEAU	DISTANCE	DÉNIVELÉ	Kms A/R	COVOITURAGE
260103	La valette-Fort Napoléon	<div></div>	11	80	68	7
260110	Canaille, la Vanade	<div></div>	6.3	255	15	2
260117	Le sentier des crêtes	<div></div>	7.7	257	15	2
260124	Grotte de Manon, du Cerf	<div></div>	6.5	260	44	4
260131	Autour St Pons, ch des Blés, Brigou	<div></div>	9.5	399	45	4
260207	Le Belvédère d'En Vau	<div></div>	10	400	25	3
260214	La colline de l'Abus, Ste Anne Evenos	<div></div>	8	254	50	3
260221	Le Vieux Roquefort Chapelle St André	<div></div>	12	359	12	2
260228	Crête du cap Sicié	<div></div>	13	382	75	7
260307	Boucle de Roquefort pte Ste Baume	<div></div>	12	130	25	3
260314	Le Jas Sylvain et Frédéric	<div></div>	10	217	60	4
260321	La glacière par vallée de St Pons	<div></div>	11	475	45	4
260328	Croix st Marcel vallon de la Barasse	<div></div>	7	315	50	4
260404	Pointe de Cacau	<div></div>	7	148	25	3
260411	Grotte du tonneau Bouilladise	<div></div>	10	307	70	6

Réalisation : Alain Guerin, Marie Van Der Gucht, Martine Savary, Marie Madeleine GUERIN.

Trimestriel tiré en 5000 exemplaires. Il est distribué dans les boîtes aux lettres de nos quartiers et on peut aussi le trouver en Mairie, au Musée, à la Maison des Associations, à l'Office du Tourisme...

Prochaine Gazette : Printemps 2026

Graphisme/ Impression : netcreation.fr - C. PENA - 13600 LA CIOTAT