

ORBEC - LA VESPIERE - FRIARDEL

# GUIDE

*sports & loisirs*

2023-2024

ACTIVITÉS

SPORTIVES

CULTURELLES

PATRIOTIQUES

SOCIALES



## BALL-TRAP

**SESSION** : de septembre à juin

**HORAIRE / LIEU** : Casse-Pot - Friardel

**CONTACT** : Eric TROADEC - T. 06 15 34 65 66

Mail : troadeco27@gmail.com

**COUT** : N.C.

# SPORT

## BASKET CSOVBB

Le CSVOBB est un club familial qui fédère les personnes adeptes ou non du basket ball tout en passant un bon moment grâce aux entraînements, matchs et manifestations.

**Nouveau « Micro Basket » - 3 à 5 ans**

**SESSION** : de mi-août à début juillet

**PROFESSEUR / EDUCATEUR** : Mathieu Auzoux/ Mario Prato

**HORAIRE / LIEU** : Gymnase - avenue du Bois à Orbec

Du lundi au vendredi, de 17h30 à 22h selon les niveaux.

**CONTACT** : Mathieu AUZOUX : 06 24 28 92 94

Mail : csvobb@gmail.com

**COUT** : selon catégorie et commune de résidence - de 50 € à 140 €

## CLUB BOULISTE

Le Club Bouliste est une association sportive qui existe depuis 1996. Le boulodrome contient 45 terrains et permet d'accueillir 90 équipes.

Catégories : benjamin, minime, cadet, junior, senior, vétéran.

**SESSION** : de septembre à juin

**LIEU** : 17 avenue du Bois à Orbec

**CONTACT** : Cyril PALLIX - T. 07 76 14 73 75

**COUT LICENCE** : 10/15 € (-17 ans) et 50 € (+17 ans)

## CLUB DE TIR

Le Club propose les disciplines de la Fédération Française de Tir **pour les adultes** : carabine, pistolet, arbalète field. Le Club est équipé de cibles manuels et de cibles électroniques. 24 postes de tir - 4 stands de tir (10 mètres, 25 mètres, 50 et 100 mètres, 200 mètres).

**SESSION** : du 1<sup>er</sup> septembre au 31 août

**PROFESSEUR / EDUCATEUR** : Claude DELANGE, Thérèse DELANGE

**HORAIRE / LIEU** : mercredi après-midi, samedi après-midi, dimanche matin - Hameau des Prés

**CONTACT** : T. 02 31 63 77 93

Mail : claudedelange50@gmail.com

**COUT** : 132 €



## CLUB D'ÉCHECS

L'ACL ECHECS est un club d'échecs convivial qui accueille toutes les personnes voulant découvrir ou se perfectionner au jeu d'échecs ! Toutes les générations se côtoient dans un esprit sportif bienveillant, pour que tout le monde y trouve son plaisir ! Il est possible d'avoir une pratique libre, mais aussi en compétition, puisque le club monte cette année en Nationale 4 après avoir gagné la Régionale lors de la saison 2022/2023. C'est donc 8 joueurs, 7 fois dans l'année, qui affronteront d'autres clubs des alentours. L'équipe de bénévoles s'investit pleinement pour partager leur passion et leurs connaissances ! Venez nombreux !

**SESSION** : tous les vendredis en période scolaire

**HORAIRE / LIEU** : salle des réunions,  
rue des Augustines - à Orbec

**CONTACT** : Pierre PERROT - T. 06 14 23 10 26

Mail : karadock@hotmail.fr

**COÛT** : 12 € la cotisation + licence variable selon catégorie d'âge et compétition ou loisirs.

# SPORT

## ÉCURIE SPORT AUTO ORBECQUOIS

Course de côte, rallye, slalom comptant pour la coupe de France de la montagne et la Ligue de Normandie.

**CONTACT** : Cyril HOYER - T. 06 03 98 89 40

Mail : impbeausoleil@orange.fr



## FOOTBALL

Section Football créé en 1921. Nos éducateurs accueillent les jeunes dès l'âge de 6 ans et les accompagnent dans la pratique du football et ce dans le respect des biens et des personnes.

**SESSION** : de septembre à juin

**HORAIRE** : Stade - avenue du Bois à Orbec

**CONTACT** :

Mail : 501394@lfnfoot.com

École de foot / Ludovic Lefebvre -

T. 06 59 45 96 59

**COÛT** :

90 € : U6/U7, U8/U9, U10/U11,

100 € : U12/U13, U16 F

120 € : U15 et U16F, 130 € : U18 et féminines et vétérans, 140 € : seniors

## JUDO

Le Judo est un mot japonais se décomposant en JU et DO qui signifie souplesse et non résistance et DO se traduit par chemin ou voie. Le Judo est un art martial sans arme qui se pratique avec la force de l'adversaire. Le Taïso est du renforcement musculaire en douceur.

Nous proposons aussi le sport adapté ainsi que le baby-Judo à partir de 4 ans.

**SESSION** : de septembre à juin

**HORAIRE / LIEU** : Dojo du gymnase - avenue du Bois à Orbec

**CONTACT** :

LELIEVRE Marie-Laure - T. 06.18.26.26.58

Mail : cjov14@orange.fr

*Le lundi 17h10 à 19h30, le mardi 17h45 à 20h00, le vendredi 18h00 à 20h00.*

**COÛT** : N.C.

## KARATÉ

Cours de karaté pour tous âges à partir de 5 ans, et cours de body karaté à partir de 12 ans, le karaté est un art martial japonais, sport de combat dans lequel les coups sont retenus. Pour la 1<sup>ère</sup> fois, discipline aux JO de TOKYO de 2021.

Le body karaté est une pratique qui allie les techniques du karaté à la musique, le tout dans la bonne humeur.

**SESSION** : période scolaire

**HORAIRE / LIEU** : Dojo du gymnase - avenue du Bois à Orbec -

**Karaté** - mercredi de 17h30 à 19h , samedi de 10h à 12h

**Body karaté** - jeudi de 18h30 à 19h45 et nouveau cours pour les adolescents et débutants.

**CONTACT** : Mickaël MOREAU - T. 06 49 76 50 31

Mail : moreaum2s@hotmail.fr

**PROFESSEURS** : E. ELISABETH

/ C. JOUVEAUX / S. MOREAU

/ C. FAUVEL

**COUT** : cotisation - N.C.

et licence - 37 € / an



## LET'S DANCE TOGETHER

Ateliers de danses en ligne (line dance) sur tout style de musique (Actuelle, Celtic, Country, Asia-Pop, Disco...). Grâce à notre activité vous voyagerez tout en restant en Normandie. La Line Dance permet d'améliorer sa mémoire, la confiance en soi et la coordination des mouvements. Pas besoin de partenaire ; vous danserez seul(e) ou en cercle dans une ambiance conviviale et intergénérationnelle (à partir de 8 ans).

**ANIMATRICES** : Angéline et Maryse FOURMAGE

**HORAIRE / LIEU** : Salle des fêtes (1<sup>er</sup> étage), rue des Augustines à Orbec

Lundi à partir de 13h30, mardi à partir de 17h, vendredi à partir de 18h / Contacter l'association pour les créneaux / niveaux.

**CONTACT** : Maryse FOURMAGE -

T. 07 80 54 89 38

Mail : letsdance2gether14@gmail.com

**COUT** : 8 à 16 ans : 50 € / 17 ans et + : 110 € (licence FFCLD incluse)

## MONTÉE HISTORIQUE

Pour les amateurs de belles mécaniques et de motos anciennes (de 1970 à 1985). La montée d'Orbec dernier week-end d'août est l'occasion de voir les pilotes s'affronter pour réussir la montée de la côte de la Madeleine. Cette manifestation est une démonstration sans notion de compétition.

**CONTACT** : Julien TREMPU - T. 06 23 67 38 52

Mail : julien.trempu@sfr.fr



SPORT

## ORB-VES FORME GYM

Association Gym, Fitness et Danse.

**Enfants / Ados / Adultes / Seniors.**

Cours diversifiés et dynamiques : Zumba, Pound Fit, Piloxing, Musculation, Step, Body Pump, ...

**Danse dès 3 ans :** Modern Jazz, Zumba, Street Jazz, Danse orientale, Hip Hop, Reggaeton.

**SESSION :** de septembre à juin

**PROFESSEURS :** Adeline et Liliane BAROFFIO

**HORAIRE / LIEU :** Salle des fêtes, rue des Augustines à Orbec

**Lundi : 20h30-21h30**— Fitness Ados/Adultes\*

**Mardi : 13h45-14h45**— Gym douce santé senior\*\*

**Mercredi : 14h - 20h**—Danse enfants-ados-adultes (Moderne jazz / Danse orientale / Street Jazz / Zumba / Ragga Style / Fit Gym...

Mercredi : 14h-15h— Nouveau Fit'Gym enfant 7-13 ans (Musculation / Jeux sportifs / Parcours motricité / Step / Zumba / Endurance...

**Jeudi : 19h30-20h30**— Fitness Ados/Adultes \*

**Vendredi : 13h45-14h45**— Gym douce santé senior\*\*

\*Musculation, cardio et relaxation. Circuit Hiit / cardio boxe / Pounf Fit / Zumba / Tabata / Relaxation / Étirements...

\*\*Activités physiques adaptées / Gestes et postures / Équilibre et mémoire / Musculation et Relaxation / Prévention des chutes...

**CONTACT :** Adeline BAROFFIO - T. 06 23 27 60 54

Mail : baroffio.adeline@hotmail.fr

**COÛT :** N.C.

## SPORT SANTÉ ORBEC

Cours de sport santé adapté aux pathologies chroniques, handicap ou personnes désirant se remettre à l'activité physique progressivement. (Réveil musculaire, pilates).

**SESSION :** de septembre à juin (relâche vacances de Noël)

**ÉDUCATEUR SPÉCIALISÉ :** Emmanuel SERRE

**HORAIRE / LIEU :** Salle Kali - à Orbec

Vendredi : 18h30 à 19h30

**CONTACT :** T. 06 35 17 10 82

Mail : gilles.duneveu@sfr.fr

**COÛT :** cotisation 150 € / an

## TENNIS

Le TCOV vous propose de pratiquer le tennis sur ses 4 courts (2 couverts en béton poreux et 2 extérieurs en terre battue synthétique). Enseignement et/ou pratique libre du tennis à partir de 4 ans. Pratique libre du badminton.

**SESSION :** de septembre à juin

**HORAIRE / LIEU :** club de tennis - Bois des Capucins à Orbec

**CONTACT :** Elodie LAUNAY - T. 06 12 01 13 95

Mail : 58140161@fft.fr

**COÛT :** cotisation jeunes avec ou sans entraînement de 89 € à 214 € / Cotisation adultes avec ou sans entraînement de 162 € à 318 € (selon âge et formule choisie)

*Location à l'heure : 10 € extérieur / 15 € intérieur*

*Réservations boutique « Récréations » - T. 02 31 32 57 93*

SPORT

## VÉLO CLUB ORBEC-LA VESPIERE

Pratique du cyclisme FFC (école, route, cyclo-cross), ouvert de 6 à 12 ans en école de cyclisme et cadets, séniors (voir vétérans).

**SESSION** : janvier à octobre

**CONTACT** : Jérôme LAUNAY - T. 02 31 32 71 10

Mail : vcorbec14@gmail.com

**COUÏ LICENCE** : 52 € jeunes / 69 € adultes

# SPORT

## JEUNES SAPEURS POMPIERS (JSP)

Aide à agrémenter la vie du Centre de Secours par diverses activités et par sa section de jeunes sapeurs pompiers.

**SESSION** : de septembre à juin

**HORAIRES / LIEU** :

Centre de Secours  
d'Orbec - Orbiquet  
samedi : 9h à 12h

**CONTACTS** :

-F. SANDRI  
(07 86 09 35 02 ou  
fsandri@sdis14.fr) /

-A. COELHO  
(06 12 19 67 08 ou  
acoelho@sdis14.fr) -

-C. ROSELIER

**COUÏ** : 50 €



## YOGA

L'association a été créée pour favoriser la pratique du yoga d'énergie - un Hatha Yoga classique inspiré des pratiques du yoga tibétain. Les séances sont basées sur une pratique simple qui intéresse toujours tant le corps physique que le psychisme - l'état global. Détente et prise de conscience de la respiration sont suivies par des exercices et des étirements, prélude de la pratique des postures. La séance se termine avec un moment de détente.

**SESSION** : de septembre à juin

**PROFESSEUR / ÉDUCATEUR** : Geoffrey Lockington

**HORAIRES / LIEU** : Salle Kali - à Orbec

Le lundi : 16h15 à 19h45 (2 cours)-

Le mardi de 15h00 à 16h30

**CONTACT** : T. 06 03 47 32 53

Mail : geoff.lockington@orange.fr

**COUÏ** : 210 € à l'année

## PONEY CLUB

### « Shet & Cie »

Ecole d'équitation  
affiliée à la FFE. Poney  
club spécialisé dans  
l'apprentissage de  
l'équitation sur po-

ney. Loisir, détente ou concours, pensions.

Spécialiste de l'enfance dès 3 ans. Nouveauté 2023 : mise en route d'un spring garden pour les entraînements Cross et Derby.

**HORAIRES / LIEU** : Mercredi au dimanche  
19 rue des Frères Bigot -14 290 ORBEC

**ENCADRANT** : Stéphanie LAVERIE : monitrice  
BEES 1

Philippe LAVERIE : assistant ASA. Vice champion de France des enseignants FFE en tir à l'arc à cheval.

**CONTACT** : T. 06 32 06 23 06

Mail : shet.cie@gmail.com

**COUÏ** : à partir de 36 € / mois - Cotisation : 20 € et licence 25 € pour les -18 ans.



## AMIS DU PATRIMOINE ORBECQUOIS

Association avec comme objectif de promouvoir le patrimoine de la Ville d'Orbec et faciliter la recherche de fonds pour la restauration des bâtiments (église...).

**CONTACT** : Michel GRENIER - T. 06 16 01 50 65

Mail : amisdupatrimoine.orbec@gmail.com

**COUT** : cotisation 10 € / pers.

# CULTURELLES

## ÉCOLE DE MUSIQUE

Service de la Communauté  
d'Agglomération Lisieux-  
Normandie.

LISIEUX  
NORMANDIE

CULTURE

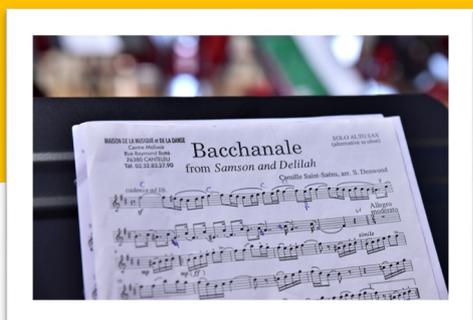
**SESSION** : de septembre à juin

**HORAIRE / LIEU** : 13 rue de Geôle - Orbec

**CONTACT** : ecoledemusique-orbec@agglo-lisieux.fr  
T. 06 26 92 01 71

**COUT** : selon coefficient familial, domiciliation  
et instruments...

Un établissement pour apprendre la musique (piano, violon, guitare, violoncelle, trompette, flûte traversière, percussions, trombone, tuba, clarinette, chant chorale, saxophone...et solfège), pour tous les âges et tous les niveaux, en formations diplômantes ou comme loisir, du lundi au samedi.



## AU FIL D'ORBEC

Travaux d'aiguilles (points comptés, boutis, tricot, broderie...)

**SESSION** : de septembre à juin

**HORAIRE / LIEU** : 7 rue de Geôle à Orbec -  
mardi de 14h à 17h

**CONTACT** : Isabelle HAUZAY - T. 02 31 32 88 20

Mail : isabellehauzay@hotmail.fr

**COUT** : cotisation - 15 €

## BELLES D'ANTAN

Association réunissant des amateurs de vieilles mécaniques. Sorties et rassemblements...

**CONTACT** : Jean-François CHARBONNIER -  
T. 06 85 34 91 80

Mail : jfalcharbo@gmail.com

**COUT** : 35 €

## LE COLLECTIF SUR LE PONT (Théâtre)

Le Collectif sur le Pont est une compagnie de théâtre ouverte à différents artistes du spectacle vivant. A travers ces créations, le collectif souhaite développer un théâtre démocratique, populaire et paritaire. Dans ce même esprit, les ateliers théâtre ont pour but d'initier les participants au processus de création théâtrale, de l'écriture jusqu'à la scène, en s'inspirant de la charte des EAC. En respectant les envies de tou(te)s, dans un esprit chaleureux de recherches, les ateliers sont un lieu d'échanges humains qui donne lieu à une représentation annuelle au centre culturel.

**SESSION** : de septembre à juin.

**HORAIRE / LIEU** : Salle Kali - Orbec

6-8 ans : mercredi de 10h à 11h

9-11 ans : mercredi de 11h à 12h15

12-17 ans : jeudi de 18h00 à 19h30

Adultes : mardi ou jeudi de 19h30 à 21h30

Par nécessité pédagogique, les places sont limitées. D'autres créneaux seront susceptibles d'être ouverts en fonction des inscriptions.

**CONTACT** : A. DEHEUNYNCK - T. 06 87 75 38 18 /

Mail : surlepont.collectif@gmail.com

www.collectifsurlepont.fr

**COUT** : cotisation 15 € + 165 €

## JUMELAGE ANGLAIS / ALLEMAND

Faire vivre les liens privilégiés établis entre :

**-Orbec, La Vespière Friardel et Kingsteignton (GB)** depuis 1979.

**-Orbec, La Vespière Friardel et Frammersbach (Allemagne)** depuis 1988.

En s'associant à d'autres structures (SIVOM, Musée, OFAJ, BIT...).

Ceci à travers plusieurs activités :

**-échanges jeunes et famille** une année sur deux en alternance avec les deux villes jumelées ;

-marché aux fromages de Frammersbach ;

-thèmes de nos échanges = histoire, patrimoine, culture, cuisine, ...

-marché de Noël à Orbec avec produits anglais et allemands ;

-un repas dansant suivi d'un loto le dernier samedi et dimanche de novembre.

**HORAIRE / LIEU** : Salle des Jumelages - rue de Geôle à Orbec

**CONTACT** : Gisèle MOTIO - T. 02 31 63 70 98

Mail : gisele.motio@orange.fr

**COUT** : cotisation : 10 € / adulte et 5 € -18 ans

## **BIBLIOTHÈQUE « MARIE du MERLE »**

Service de la Communauté d'Agglomération Lisieux-Normandie. Albums jeunesse, BD, romans policiers, documentaires, contes, revues, audio livres et livres écrits en gros caractères, CD...

**HORAIRE / LIEU** : 9 rue Charles Jobey - à Orbec

Mardi de 13h à 18h

Mercredi de 10h à 12h

et de 13h à 18h

**CONTACT** :

T. 02 31 32 98 16

Mail : bibliotheque-orbec@agglo-lisieux.fr

**COUT** : N.C.



## LA NEUSTRIENNE

Fondée le 21 février 1861, l'orchestre d'harmonie La Neustrienne est encore aujourd'hui fidèle à ses traditions. Présente aux différentes commémorations, et événements associatifs, la Neustrienne assure 3 concerts annuels. Le prochain aura lieu le **vendredi 1er décembre 2023, afin d'honorer Ste Cécile.**

Étroitement liée à l'école de musique locale, elle accueille régulièrement des élèves issus de cette école. C'est ainsi que notre harmonie fonctionne avec autant de dynamisme. Nos programmes sont très éclectiques afin de susciter l'intérêt de l'ensemble des musiciens.

Nous souhaitons aussi accueillir les musiciens qui souhaiteraient intégrer une harmonie, et ainsi partager notre convivialité et notre passion musicale.

**SESSION** : de septembre à juin

**HORAIRE / LIEU** : Vendredi de 20h30 à 22h00 - Salle André PETIT à l'école de musique à Orbec

**CONTACT** : Francis COGE - T. 06 30 78 46 21

Mail : coge.francis@orange.fr

## ATELIERS d'ARTS PLASTIQUES -

### **LÉZARD CHROMATIQUE - Adultes et Enfants**

Explorer et apprendre différentes techniques d'arts visuels, développer sa créativité et son imagination, renforcer sa confiance en soi et se faire plaisir dans un cadre agréable.

30 ans d'expériences dans l'enseignement des arts au Canada et en France, diplômée en Arts plastiques et en histoire de l'Art font d'Anne-Marie Chédot une intervenante compétente et qualifiée.

**SESSION** : de septembre à juin

**HORAIRE / LIEU** : Place Joffre - à Orbec

**CONTACT** : Anne-Marie CHEDOT -T. 06 12 91 74 50

**COUT** : 330 € pour les enfants, matériel fourni (2h d'atelier / sem.) - merc. de 10h à 12h ou 14h à 16h (ou 16h à 18h sous réserve).

370 € pour les adultes - mardi de 9h30 à 12h ou jeudi de 13h30 à 16h00

Possibilité de faire des stages ponctuels (individuels ou petits groupes), animations pour des anniversaires...

## PATCHWORK

Technique de couture qui consiste à assembler plusieurs morceaux de tissus de tailles, de formes et couleurs différentes pour réaliser différents types d'ouvrages.

**SESSION** : de septembre à juin

**HORAIRE / LIEU** : salle des réunions, rue des Augustines à Orbec - dates selon calendrier défini entre les membres (1 samedi / mois de 10h à 17h)

**CONTACT** : Béatrice HO-VAN-TRUC -

T. 06 20 45 50 87

Mail : [beatrice.hovantruc@laposte.net](mailto:beatrice.hovantruc@laposte.net)

**COUT** : 16 €

# CULTURELLES

## PLAISIR DE DANSER

Groupe de danses folkloriques normandes et du monde. Association adhérente à la Fédération Folklorique Normandie Maine et à la Fédération Française des Arts et Traditions Populaires. Ouvert à tous, du débutant au confirmé pour le plaisir de danser ensemble.

**SESSION** : de septembre à mi-juillet

**HORAIRE / LIEU** : Salle des fêtes, rue des Augustines (1<sup>er</sup> étage) à Orbec - lundi de 17h30 à 19h30

**CONTACT** : Claire HAQUET - T. 06 83 17 42 04

Mail : [haquetclaire@gmail.com](mailto:haquetclaire@gmail.com)

**COUT** : 14 € pour l'année

## POTERIE

Réalisation de poteries simples à la plaque : pichet, coupelles... Chaque phase de la conception est expliquée et montrée avec des gestes simples et précis. Séance d'émaillage 15 jours à 3 sem. plus tard. Apprentissage des gestes de tournage...

**POTIERE** : Françoise DUPUIS

**LIEU** : 11 rue des Augustines - Orbec

Stages enfants - ados aux vacances.

**CONTACT** : Françoise DUPUIS -

T. 02 31 32 74 21

Site internet : <https://poterie-dupuis.fr/>

mail : [fdupuis@poterie-dupuis.fr](mailto:fdupuis@poterie-dupuis.fr)

### Enfants - Ados :

Cours particuliers tournage :

À partir de 11 ans : 1h / 1 séance - 40 €, 2 séances 76 €, 3 séances 115 €, plus une séance d'émaillage (env.1 h) à une date ultérieure (séchage) .

Cours de modelage enfants / ados (2 à 4 enf.) : 1h30 de 15h à 16h30

1 séance 36 € / 2 séances 68€ / 3 séances 100 €

Inscriptions : 15 j. avant les congés scolaires.

### Adultes :

Modelage et/ou tournage en cours particulier : 2 h à 50 €



## SERVICE JEUNESSE

### SPORTS ET LOISIRS (S.J.S.L.)

Le Service Jeunesse Sports et Loisirs (S.J.S.L.) est un des services du SIVOM, destiné à accueillir des enfants de 4 ans jusqu'à des jeunes de 17 ans dans le cadre d'un projet éducatif territorial décliné en projets pédagogiques pour les secteurs enfance et jeunesse en matière de loisirs éducatifs.

#### Pendant les vacances scolaires :

Nous proposons à ce jour des accueils à la journée, à la 1/2 journée, à la semaine, au mois, pendant tout l'été avec possibilité de repas.

#### Pendant l'année :

**Secteur enfance (4/10 ans) :** le mercredi à la journée avec le repas (7h45 à 18h30) ou 1/2 journée avec ou sans repas.

**Secteur jeunesse (11 ans et +) :** aide aux devoirs et jeux le mercredi de 13h30 à 18h30

Lundi, mardi et jeudi : 17h à 18h30

#### **ENCADREMENT :**

**Responsable secteur enfance :** Adèle HORNET

**Responsable secteur jeunesse :** Pierre BARBAT

**HORAIRE / LIEU :** Place Joffre - à Orbec

**CONTACT :** T. 02 31 31 04 39 - T. 06 48 16 61 34

Mail : [sjssl.sivom@orange.fr](mailto:sjssl.sivom@orange.fr)

**COÛT :** dossier d'inscription 5 € + coût de la journée ou demi-journée selon coefficient CAF

## ACPG-CATM-TOE et Veuves

Souvenir de mémoire.

selon calendrier des cérémonies patriotiques

**CONTACT :** DOUILLY Pierre (trésorier) -

T. 02 31 32 77 26 / 06 24 79 40 84

## COMITE JUNO CANADA

Souvenir de mémoire. Préserver le souvenir des troupes canadiennes et des soldats tombés pour notre libération en août 1944.

selon calendrier des cérémonies patriotiques

## FNACA

Souvenir de mémoire.

selon calendrier des cérémonies patriotiques

**CONTACT :** Serge DROUET - T. 02 31 62 51 73

Mail : [colettedrouet@wanadoo.fr](mailto:colettedrouet@wanadoo.fr)

## SOUVENIR FRANCAIS

Souvenir de mémoire.

selon calendrier des cérémonies patriotiques

**CONTACT :** Christian de Meneval



## TRIP'ASSO

JEUNES !!!

La Trip'Asso est une association créée par un groupe de jeunes (mineurs). Elle est née de l'envie de ce groupe de jeunes de rendre leur ville plus active en organisant des rencontres avec les résidents de l'EPMS, des courses... Les fonds récoltés leur permettront d'organiser un voyage en autofinancement.

**HORAIRE / LIEU :** Place Joffre - Orbec

**CONTACT :** Chrystal HUBLIN / 06 71 08 18 31

Mail : [tripasso.orbec@gmail.com](mailto:tripasso.orbec@gmail.com)

# PATRIOTIQUES



## ADMR

Association de Service d'Aide à Domicile en Milieu Rural. Service à la personne pour les personnes âgées, handicapées, toilettes, repas, courses, garde d'enfants, ménage, repassage.

**LIEU** : 6 rue Grande à Orbec (depuis le 6/09/2022)

**CONTACT** : T. 02 31 32 85 68

Mail : orbec@fede14.admr.org

# SOCIALES

## AMICALE DES DONNEURS DE SANG

Aide et soutien à la collecte de sang.

**SESSION** : 3 à 4 collectes par an sur Orbec

**CONTACT** : Gérard GRENEU - T. 06 80 44 33 58

## AMIS DES ANCIENS

Lien social pour les aînés. Activités, animations mises en place en faveur des +70 ans des communes d'Orbec et de La Vespière-Friardel : loto (20 novembre 2022 au Centre Culturel, thé dansant (2 octobre 2022, SDF de La Vespière, repas, sorties...

**CONTACT** : Guy MORIN - T. 06 15 31 14 81

## CLUB DES TOUJOURS JEUNES

Le Club se réunit pour jouer aux cartes, jeux de société dans la convivialité.

**HORAIRES / LIEU** : Salle des réunions - rue des Augustines à Orbec - Tous les mardis de 14h à 18h

**CONTACT** : Annick FONTAINE - T. 06 14 99 78 15

Mail : gerard.fontaine49@orange.fr

Cotisation : 5 € / mois



## JOIE DE VIVRE

Association ayant pour but d'apporter de l'animation aux résidents de l'EPMS Marie du Merle.

**HORAIRES / LIEU** : EPMS Marie du Merle - rue de la Source à Orbec

**CONTACT** : - T. 02 31 32 81 16

## SECOURS CATHOLIQUE

Aide aux dossiers - Espace vêtements ouvert à tous. Distribution de denrées alimentaires, aide aux familles, personnes âgées...Café partagé, liens partagés, solidarité, convivialité...

**HORAIRES / LIEU** : 7 rue des Capucins à Orbec

Lundi : 9h à 12h - café partagé, lien partagé

Mardi : 9h30 à 11h - café partagé + espace vêtement + accueil + colis

Jeudi : 9h30 à 11h - café partagé + espace vêtement + accueil + colis

**CONTACT** : Gervaise THIEULIN - T. 02 31 32 20 60

Mail : equipe.orbec.141@secours-catholique.org

# Bouger en famille !

## SKATE PARC à ORBEC

Bois des Capucins, derrière le tennis à ORBEC

Panier de basket, piste de skate, terrain de sport pour jouer au foot...

## TERRAIN MULTI-SPORT à LA VESPIERE-FRIARDEL

Rue de Chambrais

Terrain multi-sports : football, basket, ...

Terrains de pétanque, aires de jeux pour 3-14 ans et 0-7 ans, table de pique-nique, ...



## RANDONNEE

**Circuit au départ d'Orbec** (départ parking Parc de Loisirs) « La boucle du Val Himbert » - balisage bleu, 10 km

**Circuit au départ de La Vespière** (départ parking Mairie) « De l'étang à la source de l'Orbiquet » - balisage bleu, 14 km

**Circuit au départ de Friardel** (parking église) « Les Moines » - balisage bleu, 10 km

Randonnées accompagnées par le service animation de la Mairie d'Orbec. Programme de mars à septembre à consulter sur [www.orbec.fr](http://www.orbec.fr).



## LA PECHE

### PARCOURS DE PÊCHE SUR ORBEC

Deux parcours sur Orbec – Au niveau du parc de loisirs et au niveau des 7 vanes, rue Basse-Franconnie - Attention : carte de pêche obligatoire

### ETANG DE L'ORBIQUET

**Pêche à la truite...** à la journée ou à la demi-journée.

Snack sur place, vente appâts, location de canne à pêche.  
Ouvert de mars à mi-novembre (sauf lundi et mardi). Rens. 06 25 78 25 08



## ÉCURIE CSO OPTIMUM HORSES

Pensions, compétitions, débouillage, entraînement, dressage...

Les Petits Perriers—Orbec Olivier NICOLLE - T. 06 78 61 59 07



**MAIRIE D'ORBEC**

Service Animation

Place Foch - 14290 ORBEC

T. 02 31 61 12 35 — Email : [secretariat@orbec.fr](mailto:secretariat@orbec.fr)

Commune



La Vespière  
Friardel