

SAISON 2020 / 2021

GUIDE DES
ACTIVITÉS
SPORTIVES
ET
CULTURELLES

ST-MARTIN-DE-FONTENAY
ST-ANDRÉ-SUR-ORNE

SOMMAIRE

SPORTS

Badminton	p. 3
Basket	p. 4
Boxe	p. 5
Cyclo	p. 6
Football	p. 7
Gym	p. 8
Jett Kune Do	p. 9
Judo	p. 10
Tennis	p. 11
Tennis de table	p. 12

CULTURE, MUSIQUE ET AUTRES

Ecole de musique et de danse	p. 13
Harmonie	p. 14
La Campanella	p. 15
APE Saint-André	p. 16
APE Saint-Martin	p. 17
Bibliothèque de Saint-André	p. 18
Bibliothèque de Saint-Martin	p. 19
C'est Coisel ?	p. 20
Sophrologie	p. 21
Accueil de loisirs Saint-Martin	p. 22
Locaux jeunes CCVOO	p. 22
Local jeunes Saint-André	p. 23
Autres associations	p. 23

CHARGÉS DE LA PUBLICATION :

Adjoint et délégué à la communication : Frédéric Drapier (Saint-Martin-de-Fontenay) et Etienne Liénard (Saint-André-sur-Orne)

Membres de la commission : Jean Marc Babé (Saint-André-sur-Orne) et Lionel Baron (Saint-Martin-de-Fontenay)

REMERCIEMENTS à tous les responsables d'associations ayant fourni les éléments constitutifs de ce guide. Le contenu publié reste de la responsabilité des associations.

CRÉDITS PHOTOS : élus et associations

RÉALISATION ET IMPRESSION : Klik Studio, Mondeville, 02 31 52 46 33

USSA14 BADMINTON



115 licenciés, dont 41 jeunes sur la saison 2019/2020

Association sportive intercommunale créée en 2001 : W142002705

Affiliée à la Fédération française de badminton : BNIE.14.01.021

Agréée Jeunesse et sport : 14.03.004

Labellisée École française de badminton : EFB2019-2 étoiles

🕒 HORAIRES D'ENTRAÎNEMENTS

Lundi	20h30 - 23h : adultes (jeu libre/loisir)
Mardi	17h30 - 19h : poussins - benjamins 19h - 20h30 : minimes - cadets
Mercredi	20h - 23h : adultes (jeu libre/loisir)
Jeudi	18h - 19h15 : minibad - poussin débutant 19h15 - 20h45 : jeunes compétiteurs 20h45 - 23h : adultes (jeu libre/loisir)



Section jeunes : Les entraînements jeunes seront assurés par des entraîneurs diplômés. Exploitation du **PassBad** avec ses 5 niveaux de plumes, encouragement à la compétition.

Le club est doté d'un tournoi privé adulte national agréé par la FFBA
BADTWIN CHALLENGE (adultes, tableaux double et mixte)

COTISATIONS (EN €)

Jeune minibad, 6-8 ans : 55 €

Jeune p, b, m, c, 9-18 ans : 75 €

Adulte jeu libre : 86 €

Adulte compétiteur : 110 €

Hors communes (St-Martin-de-Fontenay, May-sur-Orne, St-André-sur-Orne) : +12 €

Réduction famille, étudiant ;

Coupons sport et cart@too acceptés

INSCRIPTIONS

Dates : lors du forum des associations

Aux entraînements : aucun dossier incomplet ne sera accepté

Dossier : fiche d'adhésion et certificat médical de la FFBA (disponibles sur le site du club)

Chèque de cotisation à l'ordre de l'USSA14 badminton.

COMPOSITION DU BUREAU

Présidente : Séverine MEURIOT ; trésorier : Camille BOULICAUT ;

secrétaire : Angélique HECTOR.

RENSEIGNEMENTS

📞 Séverine : 06 84 73 34 57 ; ussa14bad@mail.com ;

🌐 <http://ussa14-badminton.sportsregions.fr/> ;

📌 <https://www.facebook.com/ussa14badminton/>





Le basket permet de pratiquer une activité physique de proximité, qui développe la psychomotricité, l'esprit d'équipe, la loyauté et la camaraderie.

L'USSA14 basket est un club familial et convivial, prônant les valeurs du sport collectif depuis presque 50 ans maintenant. Un club où la solidarité, l'entraide et l'amusement sont essentiels pour le développement des licenciés. Afin de nous adapter au rythme des enfants et des parents, nous proposons un large choix d'horaires pour les entraînements jeunes.

En parallèle, nous organisons des événements durant l'année afin de tous nous rencontrer ou de nous retrouver : la présentation des équipes en début de saison, des stages basket et multi-activités pour nos jeunes durant les vacances, une soirée club et pour bien finir l'année, un tournoi interne où parents et enfants, licenciés ou non sont invités.

Nous serons présents au forum des associations le 5 septembre, à l'espace Coisel pour répondre à toutes vos questions et recueillir les inscriptions.

Nous organiserons également des permanences d'inscription :

- ⌚ Les mercredis 9, 16, 23 et 30 septembre, de 10h30 à 12h et de 14h à 16h, au gymnase du Coisel, ainsi que les samedis 12, 19, 26 septembre, de 10h30 à 12h, au gymnase du collège.

Pour nous contacter :

✉ clubussa14basket@gmail.com
☎ 06 40 36 09 29
📍 ussa14basket
📱 ussa14basket

MEMBRES DU BUREAU :

Présidente : Emmanuelle EI GHAZY-TISON
Vice-présidents : Charlie GUESNON-MARIE et Corentin FIGUEROA
Secrétaires : Noémie JARDIN et Mélanie MONCUIT
Trésorier : David PASQUET
Commission animation : Chloé SLAMA, Lili MARIE, Anaëlle KERRURIEN



Les cours de boxe reprendront à partir du mercredi 16 septembre 2020, à 18h en full contact pour les enfants : le lundi 14 septembre, à 19h en full contact pour les ados et les adultes, et le jeudi 17 septembre, en kick boxing / K1 / Pancrace à 19h pour les ados et les adultes.

Les heures de cours au gymnase du collège de Saint-Martin-de-Fontenay

- ⌚ **Full Contact :** Pour les ados et les adultes, le lundi, **de 19h à 21h30/22h30.**
- ⌚ **Full Contact :** Pour les enfants de 9 à 12 ans, le mercredi, **de 18h à 19h30.**
- ⌚ **Cardio Training Féminin :** Pour les ados et les adultes, le mercredi **de 19h30 à 21h30/22h30.**
- ⌚ **Kick Boxing / K1 - K1 Light, Pancrace :** Pour les ados et les adultes, le jeudi **de 19h à 21h30/22h30.**
- ⌚ **Cours préparation des compétiteurs ou contact défense pour les femmes :** Pour les ados et les adultes, le samedi, **de 10h à 13h/13h30** au gymnase du collège de Saint-Martin-de-Fontenay. *(Cours modulables suivant la disponibilité du moniteur et la demande des licenciés en accord avec le moniteur).*



Licences sportives

En « Loisir » ou pour pratiquer la « Compétition » Fédération FFKMDA :
Le coût de la licence sportive pour les adhérents de moins de 18 ans est de 25 €.
Le coût de la licence sportive pour les adhérents de plus de 18 ans est de 35 €.

Pour pratiquer la compétition, le passeport sportif FFKMDA est obligatoire, le coût est de 15 €.

Cotisations

Pour les communes de May-sur-Orne, Saint-André-sur-Orne et Saint-Martin de Fontenay, le coût de la cotisation est de 55 € pour l'année pour tous les adhérents.

Pour les hors-communes, le coût de la cotisation est de 75 € pour l'année pour tous les adhérents.

- Autorisation parentale obligatoire pour les moins de 18 ans
- 1 photographie
- Certificat médical obligatoire, en date, après le 1^{er} septembre 2020 (suivant le règlement Fédération FFKMDA pour la saison 2020/2021) ==> Doit apparaître sur le certificat médical : le N° de RPPS du médecin, la signature et le tampon du médecin).

À préciser par le médecin sur le certificat médical pour les loisirs : apte à pratiquer le Full Contact, le Kick Boxing, le K1...

À préciser par le médecin sur le certificat médical pour les compétiteurs : apte à pratiquer le Full Contact, le Kick Boxing, le K1 en compétition...

Les examens du fond de l'œil et de l'électrocardiogramme sont fortement conseillés.

BIENVENUE A TOUS POUR LA NOUVELLE SAISON SPORTIVE 2020/2021.

Pour tous renseignements :

☎ 06 43 85 59 16
(laisser un message si absent)
📱 USSA 14 Boxing-Académie



Activité « sport-loisir » à destination de tous publics : femmes, hommes, adolescents (les non majeurs devront être accompagnés ou pris en charge par un adulte).

Le club propose les activités suivantes : randonnées cyclotouristes, randonnées VTT, randonnées pédestres, courses cyclosporatives.

Le club participe à différentes organisations proposées par d'autres clubs de la fédération FSGT dans le Calvados. Il y a d'autres organisations hors département pour des distances d'environ 150 km.

La saison des brevets (sorties interclubs) s'échelonne de février à novembre. Les sorties sont principalement le samedi après-midi, sauf pour les courses qui se déroulent le dimanche.

Sorties hors-brevets : le mercredi après-midi pour un départ à 14h l'hiver et 13h30 l'été, au niveau du parking situé devant la mairie de St-Martin. Les distances sont variables selon la saison et adaptées au niveau de chacun(e).

Le club organise 4 manifestations dans l'année à destination de tous publics licenciés ou non : mars, mai, septembre, octobre (VTT).

Lors de chaque organisation, il est proposé une randonnée pédestre pour une distance d'environ 9 à 11 kms. De cette façon, toute la famille peut faire le déplacement. Ces randonnées sont ouvertes à tout public. Le tarif d'inscription est de 2€. Une collation est proposée sur le parcours et à l'arrivée.

Le club compte 43 adhérent(e)s dont une féminine pour la saison 2020.

INSCRIPTION : Début décembre pour la saison suivante qui commence en janvier. Le tarif est de 50€/licence adulte et un tarif réduit est proposé pour les mineurs. Un certificat médical est obligatoire pour les nouveaux inscrits et renouvelable tous les 3 ans. Il est proposé de participer à 3 sorties avant d'adhérer définitivement au club, afin que le futur licencié puisse voir si l'activité lui convient.

En 2019, certains ont participé à de belles randonnées telles que : Bagnoles-de-l'Orne/Mont-St-Michel/Bagnoles-de-l'Orne (61) en avril, Plouay (56) en août, La semaine fédérale de la FSGT en août.

CONTACT :
Président : Jean-Louis MALAQUIN
 ☎ 02 31 79 05 75
Vice-président : François LEGRIS
 ☎ 02 31 79 08 82
 🌐 <http://ussacyclo.canalblog.com>



Un nouveau groupement voit le jour, regroupant les communes suivantes : May-sur-Orne, Saint-Martin-de-Fontenay, Saint-André-sur-Orne, Laize-Clinchamps et Fontenay le Marmion sous le nom GSIVO : Groupement Sportif Intercommunal de la Vallée de l'Orne. Ce groupement concerne à l'heure actuelle les catégories jeunes Baby-Foot à U18 en passant également par les féminines.

Des permanences pour des informations sont prévues les mercredis du mois de juillet, au stade de May-sur-Orne de 16h à 19h.

Les inscriptions sont ouvertes !

Sportivement.



CONTACT :
Régis Pinaud : responsable de l'école
 ☎ de foot : 06 06 41 87 12
Isabelle Gibassier : responsable
 ☎ féminines : 06 22 03 77 30
Bryan Cachelou : secrétaire :
 ☎ 06 12 88 11 78



USSA 14-EPGV-2002
EDUCATION PHYSIQUE GYMNASTIQUE VOLONTAIRE (Adulte)
N° agrément à Jeunesse et sport : 14.03.030



NOUVEAUTÉ :

Un cours de Pilates sera mis en place le mercredi de 16h à 17h, dispensé par Jenny. Le Pilates se vit, se ressent et s'exerce... Il est possible d'essayer, ainsi que les autres cours.

Les animatrices proposent un ensemble de séances différenciées :



Activités	Animatrices	Jours	Heures	Lieux
Gym Form/détente	Sylvie	Mardi	9h30 à 10h30	Salle de judo à l'espace Coisel
Gym Form/détente	Sylvie	Mardi	10h45 à 11h45	St-André-sur-Orne
Gym Form/détente	Sylvie	Jeudi	9h30 à 10h30	Salle de judo à l'espace Coisel
Gym Douce	Sylvie	Jeudi	10h45 à 11h45	St-André-sur-Orne
Body Form	Isabelle	Lundi	18h30 à 19h30	Salle des fêtes à May-sur-Orne
Body Form	Isabelle	Mercredi	18h30 à 19h30	Salle de judo à l'espace Coisel
FIT'TENDANCE	Isabelle	Jeudi	20h15 à 21h15	Salle des fêtes à May-sur-Orne
FIT'TENDANCE	Jenny	Lundi	19h50 à 20h50	Salle des fêtes à May-sur-Orne
Danse en ligne	Claudie	Mercredi	14h à 15h	Salle des fêtes à May-sur-Orne
Danse en ligne	Corinne	Jeudi	15h à 16h	Salle des fêtes à May-sur-Orne
Pilates débute le 30 septembre	Jenny	Mercredi	16h à 17h	Salle des fêtes à May-sur-Orne

La saison 2020/2021 reprendra à partir du lundi 7 septembre 2020.

Pour chaque cours, les règles de sécurité sanitaires devront être respectées en fonction de l'évolution de la situation. **Un certificat médical est obligatoire pour les nouvelles inscriptions. Il est valable 3 ans.**



Les inscriptions se feront :

- le lundi 31 août, de 18h à 19h30, à la salle des fêtes de May-sur-Orne.
- le jeudi 3 septembre, de 10h à 11h30 à la salle du Coisel.
- L'association sera présente lors du Forum des associations le samedi 5 septembre, à l'Espace Coisel, de 10h à 14h.

Adultes

Un cours par semaine	*Communes 104€	Hors Communes 127€
Deux cours par semaine	*Communes 122€	Hors Communes 142€
Trois cours et plus par semaine	*Communes 138€	Hors communes 163€

*pour les communes de St Martin-de-Fontenay / St-André-sur-Orne / May-sur-Orne

RENSEIGNEMENTS :

<https://ussa14gymnastique.wordpress.com/>

Présidente : Monique RONFARD : 06 70 76 17 85

Vice présidente déléguée : Sylvie DUMONT : 02 31 79 89 83

gym14epgv@gmail.com

Trésorière : Sylvie LEGRIX, **Secrétaire :** Claudine FOUQUES.

JEET KUNE DO



Le Jeet Kune Do (la voie du poing qui intercepte) est un concept créé aux Etats-Unis par Bruce Lee. Notre pratique est une lecture moderne de la self-défense, incluant les techniques pieds - poings sur toutes les distances, mais aussi le corps à corps et le travail au sol, dans l'esprit du combat libre sous toutes ses formes. Dans cet enseignement, il n'y a ni grade ni compétition. Chacun évolue à son rythme et suivant ses possibilités.

Les pratiquants sont également initiés au Jun Fan Gung Fu, art martial développé par Bruce Lee et popularisé dans tous ses films, ainsi qu'au kali et autres arts martiaux philippins.



Entraînements :

Dojo - gymnase du Coisel à St-André-sur-Orne

Le mardi, **de 21h à 22h30**

Le mercredi, **de 20h à 22h30**

Gymnase du collège

Le vendredi, **de 18h30 à 20h30**

Cotisation annuelle : 150 € (habitants de St Martin, St-André et May)

165 € (autres communes)

Pièces à fournir :

- Certificat médical
- Deux photos d'identité
- Autorisation parentale pour les mineurs (âge minimum 15 ans)

Inscriptions :

Lors du Forum des associations le 5 septembre 2020 et avant chaque séance d'entraînement en septembre.

Reprise des cours : mercredi 9 septembre.



HORAIRE DES ENTRAÎNEMENTS :
Tous les entraînements se déroulent au dojo du gymnase du Coisel.

	Mardi	Jeudi	Samedi
Eveil Judo (2015-2016)			10h15 à 11h
Pré-Poussin(e)s (2013-2014)		17h15 à 18h15	
Poussin(e)s (2011-2012)	17h30 à 18h30	18h15 à 19h15	
Benjamin(e)s Minimes (2009-2010 2007-2008)	18h30 à 19h45	19h15 à 20h15	
Cadets Juniors Séniors Vétérans (né en 2006 et avant)	19h45 à 21h (préparation physique)	20h15 à 21h30	11h à 12h30
Jujitsu self défense (né en 2006 et avant)		20h15 à 21h30	11h à 12h30
Taïso (renforcement musculaire et assouplissements)	19h45 à 21h		9h15 à 10h15

COTISATIONS :
Licence FF Judo : **40 € est obligatoire pour toute activité.**

	Communes	Hors communes
Cotisation éveil judo	65 €	82 €
Cotisation pré-poussins	68 €	85 €
Cotisation judo et/ou jujitsu	96 €	122 €
Cotisation taïso	75 €	101 €

- Remise de 40€ sur la 3^e cotisation et 20€ sur les suivantes (même foyer)
- Remise de 5€ pour les licenciés de la saison 2019-2020 se réinscrivant pour la saison 2020-2021.
- Remise de 5€ (1 seule remise par foyer) si le dossier est rendu complet, prise de licence incluse.

Documents nécessaires à l'inscription pour un dossier complet :

- Un certificat médical (+passeport signé pour les judokas ayant un passeport sportif) ou

attestation relative au questionnaire QS-SPORT Cerfa n°15699*01 (sur le site de la FFJudo)

- Une photo d'identité pour toute nouvelle inscription
- Formulaire de licence validé sur le site de la FFJudo (avec adresse mail valide qui nous servira à vous communiquer les infos, manifestations, convocation à l'AG etc...).
- Règlement intérieur lu, daté et signé
- Autorisation de droit à l'image remplie et signée
- Règlement de la cotisation annuelle et licence (possibilité de payer en 3 fois).

Inscription possible au Forum des associations le samedi 5 septembre 2020, de 10h à 14h, au Coisel et toute la saison, sur les heures de cours, au dojo du Coisel.



Renseignements :
ALLANET Anne-Laure (Présidente) :

☎ 06 10 12 98 99
✉ president.ussa14judo@gmail.com

FEREY Isabelle (Professeure) :

☎ 07 66 17 35 97
✉ isajudo@orange.fr

105 licenciés - 53 jeunes - 52 adultes - 45 joueurs classés - 540 heures d'enseignement

Rentrée sportive le mardi 15 septembre 2020

ACTIVITÉS :

Pour les enfants, pédagogie, matériel et terrains, tout est fait pour leur permettre de jouer dès les premières séances. Ils s'amuse, se dépensent et progressent tout en échangeant la balle ou en tentant de gagner des points.

Cinq niveaux permettent à l'enseignant de les faire évoluer progressivement, du mini-court au court « des grands », en évaluant régulièrement leurs compétences.

- Les cours Tennis adultes sont un apprentissage à la carte qui s'adapte à leur niveau et à leurs objectifs, loisirs ou compétition.

- Le Fit Tennis s'adresse à tous. Ce sont des cours en musique. Chacun gère sa séance à son propre rythme et maîtrise ses efforts.

- Pour les personnes qui ne jouent pas au tennis, adeptes du sport qui cherchent un cours efficace, fun et ludique : cardio, renforcement musculaire, exercices de Fitness.

- Pour les joueurs de tennis qui souhaitent compléter leur entraînement.

HORAIRE DES COURS :

Mardi	17h - 22h	Collège
Mercredi	19h - 22h	Collège
Jeudi	20h - 22h	Collège
Vendredi	17h - 22h	Collège
Samedi	9h - 13h45	Coisel

TARIFS EN € :

Catégories	Résident	Sans compétition	Avec compétition
Cours Jeunes	Communes	110	130
	Hors communes	150	170
Cours Adultes	Communes	175	205
	Hors communes	215	245
Fitennis	-	90	-

½ tarif sur cotisation la moins chère à partir du 3^e adhérent.
Communes = St-André-sur-Orne, St-Martin-de-Fontenay, May-sur-Orne

Renseignements et inscriptions :

Corinne BABÉ

☎ 06 79 98 12 51

✉ ussatennis14320@gmail.com

🌐 <https://ussatennis.wixsite.com/ussatennis>

📌 <https://www.facebook.com/ussatennis14320>

Nous serons présents au Forum des associations le samedi 5 Septembre 2020
10h - 14h00
Salle du COISEL 14320 St André s/Orne



USSA14 TENNIS DE TABLE

n° d'adhérent FFTT : 09140078 - 80 licenciés : 40 Adultes et 40 jeunes

HORAIRES 2020/2021 :

Lundi	16h - 24h	Adultes
Mardi	18h - 20h	Jeunes
Mercredi	16h - 20h	Adultes
Jeudi	-	-
Vendredi	18h - 20h	Jeunes
	20h - 24h	Adultes
Samedi	15h - 22h	Adultes

Les entraînements sont dirigés pour les jeunes par 2 entraîneurs diplômés FFTT.

Les entraînements sont libres pour les adultes, chacun vient à son rythme 2h par semaine pour certains et beaucoup plus pour d'autres.

Plusieurs jeunes évoluent dans le championnat adulte.

Une quinzaine de personnes est inscrite en loisirs (pas de compétition).

Pour les nouveaux, 3 à 4 séances d'essais sont possibles.

TARIF 2020-2021 :

- 70€ pour les jeunes et licence loisirs
- 110€ pour une licence adulte compétition

PRÉSENCE DU CLUB AU FORUM DES ASSOCIATIONS

Président : M NOGRE Yannick
 ☎ 06 84 43 55 39
Trésorier : M MARTIN Benoît
Secrétaire : M MARIE Michel
 ✉ ussatennistable@gmail.com
 🌐 USSATT.FR



MUSIQUE ET DANSE

ECOLE INTERCOMMUNALE DE MUSIQUE ET DE DANSE
 COMMUNAUTÉ DE COMMUNES DES VALLÉES DE L'ORNE ET DE L'ODON
 SAINT-ANDRÉ-SUR-ORNE

INSCRIPTIONS RENTRÉE 2020-2021 :

- 🕒 **Mercredi 2 septembre 2020, de 18h30 à 20h**
 - 🕒 **Vendredi 4 septembre 2020, de 18h à 19h30**
- Mairie de Saint-Martin-de-Fontenay

En 2019/2020, l'école de musique et de danse a accueilli 114 élèves, répartis dans 8 disciplines (Formation musicale, piano, guitare, violon, flûte à bec et traversière, batterie et danse classique). Du jardin musical (4 ans) jusqu'aux cours adultes, toutes les générations se côtoient. Des auditions et concerts sont programmés régulièrement. Une collaboration entre les classes de musique et de danse permet aux élèves de présenter un gala en fin d'année.

Présent au forum.

🕒 HORAIRES D'OUVERTURE SECURÉTARIAT :

Le mardi, de 16h à 18h30
Le mercredi, de 9h à 12h
(Fermé au public pendant les vacances scolaires)



TARIFS ANNÉE 2020/2021 EN €	SECTEUR (COMMUNAUTÉ COMMUNES VALLÉES DE L'ORNE ET DE L'ODON + SAINT-ANDRÉ-SUR-ORNE)				
	1 ^{er} enfant	2 ^{ème} enfant	Adulte	Enfant	Adulte
Danse classique	228€	203€		241€	
Danse classique + Solfège	286€	286€		296€	
Danse classique + Instr (/solf)	476€	476€		938€	
Jardin musical	85€	85€		90€	
Solfège seul	170€	139€	170€	181€	349€
Instrument seul	340€	286€	661€	729€	729€
Instrument +solfège	340€	286€	661€	729€	729€
2 Instruments /élève	522€	455€	975€	1043€	1068€
Instrument + Harmonie	286€		587€	584€	604€

Location guitare : 28 €/an
 Loc autre instr : 85 €/an



Contact :

Syndicat mixte de l'école de musique et de danse - Annexe Mairie-Bureau A
 17, rue de Biganos, 14320 - Saint-Martin-de-Fontenay

☎ 02 31 79 56 16

✉ sivos.smf@orange.fr

Secrétariat : Mme PROVICOVA

HARMONIE

Association Intercommunale Harmonie INTERMEZZO

Amies musiciennes, amis musiciens,

Il existe au sein de nos trois communes May-sur-Orne, Saint-André-sur-Orne et Saint-Martin-de-Fontenay depuis de nombreuses années, une harmonie Intermezzo regroupée avec l'harmonie Lamido de Verson.

Celle-ci est composée de musiciens amateurs qui viennent de nos communes et alentours et qui ont plaisir à se retrouver pour pratiquer leur instrument et présenter au public des concerts ou participer aux événements communaux (commémorations, fêtes de pays).

Notre jeune chef d'orchestre, Alexandre Plé-

kan, est au Conservatoire de Caen en cycle jazz, il étudie l'harmonisation, l'improvisation, la culture jazz. Professeur de trompette en école de musique (Vire, Ouistreham), il intervient en orchestre à l'école primaire (Vire, Pottigny). Il est aussi chanteur du groupe caennais MomentuM qui reprend tout le répertoire de Matthieu Chedid.

Les répétitions se font **le mardi soir à 20h**, alternativement à Saint-Martin-de-Fontenay dans les locaux de l'école de musique ou à Fontaine-Etoupéfour.



Contact :

St-André-sur-Orne : M. Géhan Daniel
☎ Tél: 02 31 79 53 56 - @ danielgehan@orange.fr
May-sur-Orne : M. Godes Bruno
☎ Tél: 06 28 67 15 10- @ b.godes@wanadoo.fr



CHORALE

LA CAMPANELLA

La « Campanella », dirigée par Isabelle Lemaitre, est une chorale amateur, implantée à Saint-Martin-de-Fontenay depuis 1985.

Elle est composée de 21 altos, 5 basses, 14 sopranos et 3 ténors.

Nous nous retrouvons le lundi (sauf vacances scolaires et jours fériés) de 20h à 22h, au sous-sol de l'école primaire de Saint-Martin-de-Fontenay pour beaucoup de travail, mais toujours dans la bonne humeur et partager avec vous quelques instants de plaisir lors de nos concerts.



Reprise lundi 7 septembre à 20h

COTISATIONS

Une participation peut vous être demandée au cours de l'année selon la trésorerie (pour information, en 2019/2020, celle-ci était de 10€).

COMPOSITION DU BUREAU

Présidente : Yvelise BOUVIER ; **trésorière** : Nadège POTIER ; **secrétaire** : Séverine MEURIOT

Renseignements :

☎ Yvelise : 06 50 41 35 59 ; Séverine : 06 84 73 34 57 ;
@ lacampanella.smf.14@gmail.com
f <https://www.facebook.com/La-campanella-106051251146891/>
globe <http://lacampanella-chorale.over-blog.com/>



APE SAINT-ANDRÉ

L'APE est une association qui a pour objectif de créer du lien entre les parents d'élèves des écoles et d'apporter des fonds pour contribuer aux sorties et activités scolaires des enfants de la commune.

Pour ce faire, nous organisons des événements tout au long de l'année scolaire.

Présidente : Mathilde TURINA



Contact :

Pour nous rejoindre, n'hésitez pas à nous contacter

✉ ape-saintandre@hotmail.fr

☎ 07 66 72 01 58

APE SAINT-MARTIN

L'Association des Parents d'Élèves « les P'tits de Saint Martin » regroupe des parents bénévoles qui se mobilisent tout au long de l'année pour aider financièrement l'école élémentaire Charles-Huard et l'école maternelle Jacques-Prévert.

Différentes manifestations sont organisées tout au long de l'année, afin d'assurer ce soutien financier : marché de Noël, soirée dansante, foire aux greniers...

Pour les nouveaux parents qui souhaitent nous rejoindre, n'hésitez pas à nous contacter.

Vous êtes les bienvenus !

Présidente : Estelle Cabaret ; **trésorière :** Ysaline Sablery ; **secrétaire :** Thibault Lefebvre.



Contact :

☎ 07 83 29 95 75

✉ lesptitsdesaintmartin@gmail.com

🌐 <https://www.facebook.com/lesptitsdesaintmartin/>

🌐 <http://ape-lesptitsdesaintmartin.e-monsite.com/>



BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE DE ST-ANDRE-SUR-ORNE

La bibliothèque dispose d'un fonds permanent de 6 000 ouvrages (dont 500 CD). Ce fonds est aussi régulièrement approvisionné par l'achat de nouveautés et par la Bibliothèque départementale de prêt du Calvados.

Vous pouvez également emprunter des magazines (*Que choisir, Système D, Avantages images Doc, les Belles Histoires etc...*)

Sans oublier *La Boîte numérique*, (service de contenus en ligne) et notamment pour les enfants, l'application MUNKI, qui vous permet d'écouter des centaines d'albums de musique et de contes jeunesse (téléchargeable aussi sur vos tablettes et smartphones). Des animations sont proposées régulièrement : heure du conte, tapis-lecture, après-midi jeux, expositions, baluchons surprise, goûters...

Voici l'adresse :

<https://fr.padlet.com/biblistandre/culture>
(liens vers des sites de livres numériques, de sites virtuelles de musées, d'activités pédagogiques, de vidéos, de contes...). Cette page est la vôtre et à chacun de la faire vivre en partageant ses coups de cœur littéraires notamment et autres idées !

Vous pouvez également consulter le site de la BDP <http://bdp.calvados.fr> avec son catalogue.



🕒 Votre bibliothèque est ouverte :

Mardi : 16h30 - 18h30
Mercredi : 14h30 - 18h30
Judi : 10h30 - 12h
Vendredi : 16h30 - 18h30
Samedi : 10h30 - 12h30

L'inscription et le prêt sont gratuits. Vous pourrez trouver l'actualité de la bibliothèque, les nouveautés et les dates d'animations sur la page Facebook de la bibliothèque. N'hésitez pas à vous y abonner ! Un padlet (mur collaboratif) a également été créé.

Contact :

1 rue Gombeaux
📞 Tél : 02 31 79 46 01
📧 bibli@saint-andre-sur-orne.com

Vous pouvez consulter la liste des nouveautés ainsi que le programme des animations sur le site internet de la mairie www.saint-andre-sur-orne.fr.

BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE DE ST-MARTIN-DE-FONTENAY

La bibliothèque municipale de St-Martin-de-Fontenay vous propose un large choix d'ouvrages avec plus de 5000 titres et un fonds presse d'une vingtaine d'abonnements. Véritable lieu de vie convivial, vous aurez loisir à vous essayer à un jeu de société, laisser les tout-petits s'orienter vers les jouets en bois ou encore partager un café le mercredi matin.

HORAIRES : 🕒

Mardi : 16h - 19h
Mercredi : 10h - 12h30 (accueil café)
14h - 18h30
Judi : 16h - 18h30
Vendredi : 16h - 18h15
Samedi : 10h - 12h

De nombreux services sont présents à la bibliothèque :

- Activités numériques : la Boîte numérique, les rendez-vous cinés-goûters ou encore les 2 Ipad avec leurs jeux éducatifs OSMO. Wifi et portail en ligne sont également à disposition du public.
- L'espace ludothèque avec sa cinquantaine de jeux de société pour jouer sur place, les jeux d'éveil et autres jouets en bois.
- Animations régulières et diversifiées : spectacles, ateliers créatifs, tapis-lecture, soirées jeux, expositions, escape game...

Fermée les 3 premières semaines d'août et pendant les vacances scolaires de Noël.



Contact :

Amandine PAGNY (responsable bibliothèque)
📞 02 31 27 13 96 - 📧 bibliotheque@saintmartindefontenay.fr
🌐 <https://bibliotheque-saintmartindefontenay.fr/>

Inscription gratuite

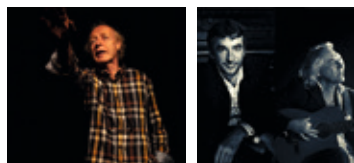
Acquisitions régulières et navettes de réservation avec la Bibliothèque du Calvados.

C'EST COISEL ?

SAISON 2020-2021

Quel que soit votre âge, quelle que soit votre envie, nous sommes certains que vous trouverez dans cette programmation de quoi satisfaire votre curiosité, de quoi partager un moment en famille ou entre amis. Alors, c'est encore plus nombreux que nous vous espérons à l'Espace Coisel cette année, sourire aux lèvres et yeux pétillants, l'âme légère et le cœur joyeux. Belle saison à tous !

Anne-Marie LONGUET, Présidente



18/09/2020	19h gratuit	Les Fouteurs de joie	Musique
16/10/20	20h30	Une voix, six cordes	Musique
13/11/20	20h30	Notre Dame de Paris	Théâtre musical
04/12/20	20h30	Dis à quoi tu danses ?	Danse hip-hop
Janvier 2021		Extérieur	
12/02/21	20h30	Rage Dedans	Théâtre
5/03/21	20h30	La Lochante	Musique
2/04/21	19h	Folksong Suite	Soirée cabaret
25&27/05	20h30	Max & Maurice	Cirque

TARIF :

Adulte : 10€
 Abonnés : 7€
 Carte abonnement : 5€
 Jeunes moins de 18 ans : 4€
 Etudiants moins de 25 ans et demandeurs d'emploi : 4€



SOPHROLOGIE

ASSOCIATION L'ATELIER DE L'ÊTRE

Cette association a pour objectif d'améliorer le bien-être par la sophrologie.

Qu'est-ce que la sophrologie ?

La Sophrologie Caycédiennne est une méthode basée sur des techniques de relaxation et d'activation du corps et de l'esprit.

Médiatisée, notamment pour ses applications en médecine et dans les milieux sportifs, elle est utilisée dans de nombreux domaines où il faut soutenir les performances des personnes.

Elle peut également être utilisée au quotidien pour améliorer son bien-être, et, à titre préventif, pour se préparer à des situations ou événements précis.

Elle permet de se relaxer et se recentrer, gérer le stress et calmer l'anxiété, optimiser ses capacités, augmenter sa confiance en soi, améliorer son sommeil...

La sophrologie s'appuie sur la respiration, les expériences positives, les sensations corporelles et l'entraînement.

Pratiquée avec régularité, cette méthode est très efficace dans la vie de tous les jours comme dans des situations ponctuelles.

Pour qui ?

La sophrologie est ouverte à tous.

Elle peut nécessiter des adaptations dans certains cas de handicap. Elle est déconseillée uniquement dans de rares cas de maladies mentales ou respiratoires.

Elle se pratique généralement assis, parfois avec des phases debout.

Où ? Quand ? Comment ?

La sophrologie peut se pratiquer en individuel ou en collectif.

Les séances collectives sont motivantes et stimulent rapidement la confiance en soi.

Concrètement, les séances de sophrologie devraient reprendre mi-septembre 2020 et devraient être dispensées les lundis soir, dans la salle des associations de May-sur-Orne.

D'autres créneaux et lieux sont à l'étude pour la période 2020/2021.

La sophrologie permet de se détendre profondément et offre un temps pour soi et une respiration dans le rythme souvent trépidant de nos activités. Sa pratique régulière permet également à chacun de retrouver harmonie et bien-être, de développer sa confiance, ses potentialités et de poser un nouveau regard sur soi.

La pratique en groupe offre également un moment de partage et de convivialité.

Dans un premier temps, chacun apprend à se relaxer. La pratique peut ensuite être enrichie afin d'approfondir la détente, de multiplier les expériences positives. Il est également possible d'y introduire des séquences mettant le corps en mouvement, mobilisant la voix...

Contact :
Venez essayer gratuitement en septembre

@ atelierdeletre@gmx.com

☎ Laurence CATEZ : 06 79 07 48 60



ACCUEIL DE LOISIRS DE SAINT-MARTIN DE-FONTENAY

Ouvert toute l'année (mercredis et vacances scolaires) pour les enfants de 3 à 12 ans. Il est situé dans la salle Revel (cantine de l'école).

VACANCES SCOLAIRES

Uniquement en journée complète.

Accueil du matin : 7h30 - 10h
Accueil du soir : 17h - 18h30

MERCREDIS

En journée complète, demi-journée avec ou sans repas.

Contact :
Séverine Martinez
@alsh.smf@gmail.com

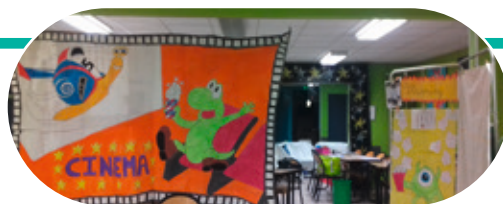
LES ACCUEILS :

- 7h30 - 10h
- 11h45 - 12h15
- 13h30 - 14h
- 17h - 18h30

Les inscriptions doivent se faire par mail au minimum une semaine avant.

Des activités manuelles, sportives, culinaires, artistiques... seront proposées à vos enfants dans la joie et la bonne humeur.

C'est avec un grand plaisir que nous accueillons vos enfants.



Du lundi au vendredi, de 10h à 18h, avec une soirée par semaine jusqu'à 21h. Les deux sites sont ouverts.

Au programme, dans les locaux, diverses activités (jeux de société, baby, console, atelier cuisine...), des sorties (kayak, cinéma, accrobranche...) et des projets proposés par les jeunes (séjour été)

Contact :
Responsable des locaux jeunes :
Sandra DEROUET, 07 84 35 79 43
@ locauxjeunes@vallees-orne-odon.fr
Animateur locaux jeunes :
Armel Montajault, 06 07 14 00 77



LOCAL JEUNES SAINT-ANDRÉ-SUR-ORNE



C'est un lieu d'accueil destiné aux jeunes de 11 à 17 ans. Il se situe au cœur de la commune au stade Brion. L'animation de la structure est déléguée à l'association d'éducation populaire les FRANCAS du Calvados.

Inscription : Auprès de l'animateur en présence d'un parent.

Adhésion : 5 € pour l'année.

HORAIRE DU LOCAL :

Mardi de 17h à 18h30
Mercredi de 14h à 18h
Vendredi de 17h à 19h et de 19h à 21h (sur demande des jeunes)
Samedi : sur projet
Pendant les vacances : du lundi au vendredi de 10h à 18h (sauf pour les soirées ou certaines sorties). Fermé à Noël.

Les jeunes ont accès à :

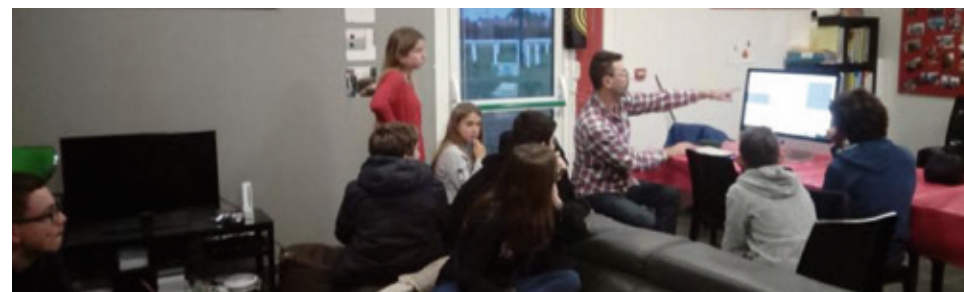
Un espace multimédia, du matériel pour les loisirs créatifs, un local équipé d'un baby-foot, d'une cuisine, un espace de réalisation de projets, des jeux de société, de plein-air, un espace information (santé, prévention, formation, vie pratique.....).

Le local permet aux jeunes de se retrouver, de mettre en place des projets individuels ou collectifs, d'organiser des activités, sorties, séjours, de lier connaissance.

Le local jeunes est un espace d'autonomie, de socialisation et d'apprentissage de la citoyenneté.

Son action se décline au travers du PEDT projet éducatif de territoire.

Contact :
Julien SURIRAY : 06 86 06 04 01
@ jsuriray.localjeune@gmail.com



AUTRES ASSOCIATIONS

Karaté Kontakt Caen Sud :
@ karatekontaktcaensud@yahoo.com
Tél : 06 74 37 88 72

Club de l'amitié du 3^e âge de Saint-Martin
Présidente :
Geneviève JOUIN : 02 31 79 51 60

Association Don du sang
Présidente : Monique Bednarek
Renseignements : 02 31 79 84 66

FESTI'MARTIN14, Comite des fêtes
Présidente : Amandine PAGNY
Contact : festimartin14@gmail.com

Association des anciens combattants
Président : Jean Claude FRANÇOIS

ESPACE COISEL

SAM. 05 SEPT. 2020

FORUM

des associations
ET ACTIVITÉS
sportives et culturelles

Saint-Martin-de-Fontenay
Saint-André-sur-Orne
May-sur-Orne

Ouvert à tous
Venez nombreux

Annulation possible en cas de problème sanitaire.

de 10h à 14h