

LEMPDES *Info*

Spécial vie associative



FORUM DES ASSOCIATIONS
SAMEDI 14 SEPTEMBRE
10H - 18H
COMPLEXE SPORTIF

AOÛT 2024

3 ACTIVITÉS *Sportives*

Groupe bouliste de Lempdes
 Atlético Tennis Club
 Yoseikan Budo ...

7 AMICALE, *Solidarité*

APE France-Bénin ...

10 ENVIRONNEMENT *Santé*

Anis Etoilé
 Les jardiniers des Pays d'Auvergne
 Don du sang

11 ART *Culture*

Association artistique Lempdaise
 Objectif Image 63 Lempdes ...

12 SPECTACLE *animation*

Le Comité des Fêtes

12 SPORTS *automobiles*

Les Vieilles Bielles

12 TRAVAUX *Manuels*

Les Doigts de Fée
 Les Petits Petas

13 F.J.E.P

18 LISTE DES ASSOCIATIONS

Lempdes Info - Editeur : Mairie de Lempdes - 63370 Lempdes
 Directeur de publication et responsable de rédaction :
 Henri Gisselbrecht

Textes / photos vie associative : communiqués par les associations

Réalisation / Composition : Anne-Gwénaëlle Delahaye,
 service Communication, Mairie de Lempdes -

Impression : Imprimerie Decombat - Gerzat - 04 73 25 06 62

Régie publicitaire : Italique - Christiane Jalicon, chef de publicité

Tél. 04 73 14 00 01 - Fax 04 73 14 11 22

Date du dépôt légal : à parution - Imprimé sur papier 50% recyclé, 50% issu de
 forêts gérées durablement



Forum des associations 2024 Nouveau lieu, nouvelle formule

Cette année, nos associations si importantes dans la vie de notre commune, disposeront d'une nouvelle vitrine pour leur forum qui se déroulera le 14 septembre dans un format très différent de celui des précédentes éditions.

Changement de lieu d'abord, le forum se tiendra en effet au complexe sportif rue du stade et non plus à l'espace culturel de la 2Deuche.

Ce lieu a été choisi avec et pour nos associations. Au plus près des installations sportives, il permettra d'organiser de nombreuses animations qui seront autant de démonstrations de l'immense palette des activités proposées.

Un changement de formule ensuite, puisque le forum se déroulera de 10h00 à 18h00.

Cela laissera le temps à chacun de découvrir tranquillement l'ensemble de nos associations présentes.

Les talents lempdais qui nous offrent l'occasion d'honorer les personnes que les associations souhaitent distinguer seront remis à 11h00.

De plus si malheureusement la météo n'est pas favorable, il sera toujours possible de se replier à l'intérieur.

Nous pouvons remercier nos associations, non seulement pour le travail qu'elles accomplissent au quotidien dans notre commune qui serait bien différente sans cela mais aussi pour leur participation à l'organisation de ce forum nouvelle formule. Cela nécessite beaucoup d'abnégation et de passion de la part des bénévoles qui offrent leur temps pour les autres.

Nous vous espérons nombreux pour venir découvrir, vous informer et échanger avec les responsables de nos associations présentes et faire de cette journée la fête de notre formidable tissu associatif.

Sincèrement,

Henri Gisselbrecht
 MAIRE DE LEMPDES

Cyclo Club Lempdais

Etape par étape et avec une trentaine de licenciés, le CYCLO CLUB LEMPDAIS poursuit son cheminement sur les routes auvergnates toujours agrémentées de sites exceptionnels : cols

montagneux, lacs, vallées ou villages classés.

En dehors des sorties hebdomadaires les lundis et jeudis et pour conserver un bon esprit de convivialité, le club organise des sorties

à la journée dans le Sancy, le Forez, le Cézallier ou même l'Aubrac. Par ailleurs, certains participent aussi aux rallyes locaux, Montée du Puy-de-Dôme et Semaine Fédérale



Rando' Lempdes

Le club de randonnée RANDO'LEMPDES est dans sa 26ème année de fonctionnement et compte 76 adhérents. Chaque semaine, le club organise trois randonnées ; le mercredi 2 randonnées de niveaux différents et une le samedi. Les personnes éventuellement intéressées peuvent venir faire un ou deux essais sans obligation de s'inscrire afin de déterminer si notre mode de fonctionnement leur convient. En fin de saison un séjour d'une semaine est organisé hors région.

Cette année un séjour a été organisé du 1er au 8 juin en Ardèche à Laurac en Vivarais près de Vallon Pont d'Arc. 24 personnes ont participé à ce séjour. Grâce à une belle météo ensoleillée les participants ont pu profiter pleinement des belles randonnées qui leur ont été proposées. Tous sont revenus enchantés d'avoir pu partager de bons moments dans l'amitié et la bonne humeur. Rendez vous début septembre pour la reprise des activités.



Pétanque de Lempdes

De nouvelles tenues pour nos pétanqueurs, avec l'arrivée de sponsors : réparation Jantes 63 et Thelem assurances Clermont-Ferrand, sans oublier le Conseil départemental du Puy-de-Dôme.

Félicitations à la triplète masculine : *Romain Chappe; Pascal Farges et Hervé Baptiste*, vices-champions du Puy-de-Dôme en triplète promotion qui se qualifient pour la ligue AURA à St-Félix

(74), malheureusement perdue en 8^{ème} de finale.

Félicitations à la triplète féminine : *Adela Dos Santos; Patricia Dunaud et Colette Rouby*, qui se qualifient pour la ligue AURA à Andrézieux (42), mais ne sortiront pas de poule.

Deux belles prestations dans l'année des 70 ans de la Pétanque de Lempdes !



Groupe Bouliste de Lempdes

Malgré toutes les intempéries, la société a eu un mois de mai et de juin très compliqués car tous les dimanches nous avons organisé soit un concours départemental, soit un concours AURA (Double Masculin, doubles Mixtes, Finale des AS Féminines AURA).

Mais le plus important c'est que **Mme DALLE Marièm est qualifiée** à nouveau pour la finale des fempoints AURA qui se déroulera début septembre à Chambéon (42).

Notre assemblée générale aura lieu le 29 septembre 2024 au local, cette année nous revotons pour un **nouveau bureau**.



MARIÈM DALLE

Basket Club de Lempdes

Présent sur la commune depuis 1971, nous sommes un club qui défend les valeurs du sport collectif : RESPECT, ESPRIT D'EQUIPE et PERSEVERANCE.

Venez partager notre passion.



Access Padel Club

NOUVEAU À LEMPDES : LE PADEL !

Le padel est aujourd'hui un sport très à la mode en France et qui connaît une augmentation considérable de son nombre de licenciés. Le padel est un **mélange de squash et de tennis**. Avec 2 pistes extérieures, Lempdes se devait d'avoir son club de padel. **Access Padel Club** a été créé en octobre 2023 et compte déjà près d'une centaine de joueurs.

Malgré son jeune âge, de nombreuses manifestations ont déjà été initiées par le club, des tournois allant du non homologué pour les débutants au P500 pour les plus aguerris.

Nous serons présents lors du forum des associations au mois de septembre, afin de vous faire découvrir ce nouveau sport qui **vous donnera l'envie de (re)jouer**.



Atlétic Tennis Club de Lempdes

Découvrez l'ATC Lempdes, le club de tennis où **la passion et la convivialité se rencontrent !** Niché au cœur du complexe de Lempdes, notre club dispose de deux terrains extérieurs et d'un terrain couvert, parfaits pour **jouer toute l'année**. Avec notre entraîneur qualifié, nous offrons des cours adaptés à tous les âges et niveaux, des enfants aux adultes, en passant par les compétiteurs aguerris.

Chaque année, nous organisons divers tournois, y compris des matchs par équipe, pour dynamiser le club et renforcer les liens entre les membres. Venez découvrir une **ambiance chaleureuse et conviviale**, où une équipe soudée vous attend pour partager ensemble la passion du tennis. **Rejoignez-nous et vivez des moments sportifs à l'ATC Lempdes !**



L'heure de la reprise a sonné à l'école Hu Ying Dao

Après un stage à Canton en Chine à étudier les techniques du Choy Lee Fut, les entraînements reprendront le 16 septembre 2024 avec de nouvelles méthodes de travail.

En mai 2024 et durant quinze jours, le professeur du club de Lempdes, Alexandre Lepron, 4ème dan, accompagnés des hauts gradés du Kung Fu Hu Ying Dao se sont rendus en Chine pour s'entraîner dans l'une des plus emblématiques écoles des boxes du sud. « Nous avons eu la chance de nous travailler exclusivement avec Maître Pan qui a stoppé toute activité pour nous entraîner. C'est une chance inouïe de pouvoir bénéficier des conseils individuels d'un expert de ce niveau. Ce fut un stage intensif et éprouvant avec 7 à 8 heures d'entraînement par jour sous une chaleur quasi-tropicale ».



Bien entendu, la qualité et la précision de l'enseignement chinois seront transposées en France dans les prochains entraînements du Club de Lempdes. Venez découvrir dans un esprit de progression et d'échange le Sanda : boxe pied, poing, projections et suivi au sol ; mais aussi, les techniques de self-défense issues d'enchaînements traditionnels (Taolu) et les armes (sabre, épée, bâton, lance, hallebarde...).



Présent au forum des associations, les entraînements reprendront le 16 septembre à 19h15, à raison de 2 fois par semaine. Quatre stages annuels viennent regrouper tous les clubs de France et compléter l'enseignement. « Cette année, nous comptons bien présenter des compétiteurs volontaires du club à des championnats régionaux, voire nationaux s'ils sont qualifiés. » Encore une saison qui s'annonce riche en événements !

Pratique au Dojo Gymnase B. BORDIAU Rue du Stade

- Adolescents à partir de 12 ans : lundi et jeudi de 19h15 à 20h45
- Adultes : lundi de 19h15 à 20h45 et jeudi de 19h15 à 21h15
- Tarifs annuels dont licence : 180 euros

Plus d'informations : Tél. 06.11.38.73.48 ou sur le site de l'école hu ying dao : <https://huyingdao.wixsite.com/hydao>



Découvrez l'ASPTT Clermont Omnisports : Votre Passion, Notre Communauté !

Vous rêvez de vivre pleinement votre passion sportive au sein d'une famille dynamique et accueillante ? Ne cherchez plus ! L'ASPTT Clermont Omnisports est l'endroit idéal pour vous épanouir et repousser vos limites.

Depuis 1938, notre club incarne l'excellence sportive et les valeurs humaines. Que vous soyez débutant enthousiaste, amateur passionné ou athlète confirmé, nous avons la discipline qui vous fera vibrer ! De l'athlétisme au football, en passant par le rugby touch, le tennis, la natation et bien d'autres, nos installations de qualité et nos coachs expérimentés vous attendent.

Chez nous, le sport va bien au-delà de la simple pratique. C'est une école de vie où l'esprit d'équipe, la persévérance et le respect sont au cœur de chaque entraînement. Rejoignez une communauté soudée où chaque membre compte et contribue à la réussite collective.

L'ASPTT Clermont Omnisports, c'est aussi :

- Des programmes adaptés à tous les âges et niveaux
- Une ambiance conviviale et motivante
- Des opportunités de compétition pour ceux qui le souhaitent

- La possibilité de nouer des amitiés durables

Prêt à vivre une aventure sportive unique ? Rejoignez le mouvement ASPTT Clermont Omnisports dès aujourd'hui !

N'attendez plus, contactez-nous : téléphone : 04 73 61 72 00 - Mail : asptt.clermont@asptt.com - Site web : clermont-ferrand.asptt.com

Ensemble, écrivons le prochain chapitre de notre histoire sportive.



Et pourquoi pas la boxe française ?...

Avec le « *Lempdes Savate Perf* » la boxe française est dans notre ville. Cette discipline est reconnue comme une excellente école en matière de boxe pieds-poings.

LES ATOUS DE LA BF(SAVATE) :

C'est est une activité physique, technique et mentale, combinant **souplesse** et **efficacité**. Elle est à la fois un sport de compétition et de loisir. Les rencontres se déroulent en plusieurs reprises, les boxeurs(euses) sont évalués(ées) sur leur technique, sur leur côté tactique. Dans notre discipline, nous n'avons pas de soucis avec la **parité homme-femme**. Mais la boxe ne se résume pas seulement à des coups de poing et de pied. Elle incarne la **discipline**, la **détermination** et la **maîtrise de soi**.



L'ESPRIT DU CLUB :

Suite à de longues années d'expérience, et animés d'une passion qui perdure, nous vous proposons de nous rejoindre dans un **esprit d'échange, d'enrichissement et de perfectionnement**.

Notre groupe cumule une grande expérience en la matière. Nous sommes avant tout un groupe passionné et enieux de partager notre discipline et de permettre à chacun de progresser (PERF comme perfectionnement). Notre sérieux et notre recette nous ont permis de nous illustrer brillamment avec un **titre décroché au championnat du Monde et au championnat de France** (PERF comme Performance)

Venez-vous surpasser, surmonter vos craintes ou vous révéler stratège dans l'effort. Nous tâcherons de vous donner les clés de l'autonomie.



OÙ NOUS REJOINDRE ?

Les entraînements ont lieu au complexe sportif, dans la salle modulaire.

Nous nous entraînons :

- les lundis de 19h30 à 21h
- les mercredis de 18h30 à 20h30
- les vendredis de 18h15 à 20h15

La section est ouverte à partir de 16 ans. Vous voulez rejoindre un groupe dynamique, vous rechercher une activité physique, vous voulez **développer votre côté tactique et mental** ou **simplement transpirer** ! Nous vous attendons dans la bonne humeur !

Pour toute information : Tel au 07 83 71 88 30 ou par mail à lempdes.savateperf@gmail.com

Rejoignez le LYBC à Lempdes et découvrez le Yoseikan Budo !



Le Lempdes Yoseikan Budo Club (LYBC) vous propose de pratiquer un **art martial unique**, alliant **techniques traditionnelles** et **modernes**. Que vous soyez débutant ou pratiquant confirmé, nos cours sont adaptés à tous les âges et niveaux.

POURQUOI CHOISIR LE LYBC ?

- **Entraînement Complet** : Développez force, souplesse et coordination.
- **Valeurs** : Apprenez discipline, respect et dépassement de soi.
- **Communauté** : Rejoignez un groupe dynamique et accueillant.

Venez essayer un cours gratuit et découvrez les bienfaits du Yoseikan Budo !

Contactez-nous pour plus d'informations ou visitez notre Instagram



Lempdes Solidaire



LempdesSolidaire, association humanitaire laïque œuvre au profit de l'enfance défavorisée, de l'éducation et de la santé, en milieu rural, au Tchad et au Cambodge. Elle reverse ses fonds à 2 ONG reconnues qui interviennent respectivement dans ces 2 pays. C'est ainsi qu'au Cambodge, une aide est apportée à un centre d'accueil pour enfants défavorisés, une école de village et à des étudiants. Cette aide peut prendre plusieurs formes : réalisation de travaux, achat de matériel scolaire, paiement de salaires d'enseignants ou soutien financier direct ..

Au Tchad, il s'agit de participer au fonctionnement de 4 dispensaires de brousse: achat de médicaments et de matériel, rémunération et formation de soignants, implication dans l'éducation sanitaire et la prévention en matière de santé (maternité, diabète, sida..).

LempdesSolidaire qui entretient des relations suivies avec ces 2 ONG, leur verse chaque année 3000 € à chacune. Pour recueillir ces fonds, elle organise divers événements comme du théâtre, des concerts, la vente d'œufs en



chocolat à Pâques, un repas, la vente d'artisanat cambodgien ... Durant l'année écoulée ces diverses actions ont encore permis à l'association de tenir ses engagements, toujours grâce à la générosité des lempdais !

AGENDA :

- Participation à l'afterwork Solidaire dans le cadre de la semaine du Développement Durable jeudi 26 septembre, stand dans le parc de la mairie.

- **Repas** : (tajine) avec animation, salle des Fêtes, dimanche 27 octobre à midi .

- **Théâtre** : pièce jouée par la troupe des Volpailoux : « Ciel mon maire », dimanche 19 janvier après midi.

Vous pourrez aussi nous retrouver :

- au **Forum des associations** le 14 septembre
- au **Marché de Noël** les 30 novembre et 1^{er} décembre.



Bureau : Présidente : Marie-Françoise Fournier / Trésorière : Gisèle Madic (06 82 46 06 72) Secrétaire : Colette Jarrige (06 88 07 05 41)

LempdesSolidaire : Maison des Associations 63370 Lempdes. Courriel : Lempdesolidaire@gmail.com

Le Secours Lempdais

Le secours lempdais vous rappelle que nous vous accueillons tous les jeudis après-midi de 14h à 17h dans nos locaux, 1, rue des Granges à Lempdes. Nous demandons à tous nos généreux donateurs de **ne plus déposer de sacs devant les portes ou le portail de l'association**. En effet, en cas d'intempéries, ces dons sont abîmés et ne peuvent plus être distribués. En vous remerciant de votre compréhension, nous attendons avec plaisir votre visite.

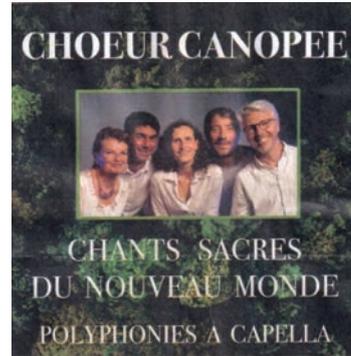
Action Partage Entraide France Bénin



Action Partage Entraide France Bénin soutient des centres de pesée et de suivi des nourrissons au Bénin. Pour financer ses actions, l'association vous convie :

DIMANCHE 6 OCTOBRE 2024 à 18 H à LEMPDES.

Retrouvez le **CHŒUR CANOPEE** et ses polyphonies A Capella autour de chants du nouveau monde. Un moment musical extraordinaire au profit de l'association APE France Bénin. Participation libre.



A.F.U.S : Association des Femmes Unies Solidaires

A.F.U.S Association de Femmes Unies Solidaires a été créée en mai 2023. C'est une association de femmes de tous horizons qui se retrouvent pour organiser des moments festifs et des activités socioculturelles et propose des cours de langue arabe et de cuisine. **Si vous voulez plus d'informations n'hésitez pas à nous contacter.**



Secouristes Français Croix Blanche des Volcans



Secouristes Français

**Croix Blanche
PUY-DE-DÔME
Les Volcans**

L'association des Secouristes Français Croix Blanche des Volcans a son siège social sur votre commune depuis une quarantaine d'années.

Ses missions : **transmettre les gestes de Premiers Secours** lors de différentes formations ainsi que d'effectuer des **couvertures sanitaires** lors des manifestations culturelles et sportives.

Sur votre commune, nous sommes présents lors :

- du Cross des Ecoles,
- de la course Cycliste,
- de l'événement de la Caisse à savon
- du repas du 3^{ème} âge.

Si vous éprouvez le désir de connaître les premiers gestes de secours, vous pouvez nous contacter au 04 73 61 70 50

Comité du Souvenir français du canton de Pont-de-Château

Le souvenir français est une association créée en 1887 qui a pour objet de **conserver la mémoire de celles ou de ceux qui sont morts pour la France, d'animer la vie commémorative locale, de transmettre le flambeau du souvenir** aux générations successives en leur inculquant l'amour de la patrie et le respect du devoir de mémoire. Ainsi, le Comité du Souvenir français du Canton de Pont-du-Château a tenu son assemblée annuelle en présence de nombreux participants, tous engagés à faire vivre localement nos valeurs républicaines et humanistes.



Après avoir salué l'action du précédent bureau et de son président Ludovic Anglade démissionnaire, un nouveau bureau a été élu avec Gérard Betenfeld à sa présidence afin de poursuivre le travail accompli et de pérenniser les actions mémorielles et éducatives.

Composition du nouveau bureau : Gérard Betenfeld, président ; Jean-Bernard Lieutaud, président honoraire ; Didier Bourrassier, Dominique Caillault et Loïc Piallat, vice-présidents ; Paule Roux, trésorière ; Marie Cluzel, secrétaire.

Pour nous rejoindre ou pour tout renseignement, contactez Marie Cluzel au 06 64 24 35 73 ou mariecluzel@outlook.fr.



Solidarité Paysans En Auvergne



AGRICULTEURS EN DIFFICULTÉ: DES SOLUTIONS EXISTENT !

Inquiétudes sur l'avenir de votre exploitation? Trésorerie tendue ? Soucis de santé ? Des tensions dans votre collectif de travail ?

N'hésitez pas à contacter l'association **Solidarité Paysans** pour prendre le temps d'échanger. Une **écoute professionnelle** et **sans jugement** vous sera apportée **gratuitement**.

SOLIDARITÉ PAYSANS », QU'EST-CE QUE C'EST ?

« Solidarité Paysans » est une association de défense et d'accompagnement des agriculteurs en difficulté. Lorsqu'un agriculteur en fait la demande, il peut bénéficier gratuitement de soutien et être accompagné dans la réflexion sur les évolutions de son système de production, dans le repérage des marges de manœuvre technico-économiques (coûts, choix techniques...), dans les démarches à engager (gestion administrative, rencontres et conciliations avec les créanciers et les partenaires, procédures d'étalement de la dette...).

L'ACCOMPAGNEMENT, QUELS BÉNÉFICES ?

Les agriculteurs et leurs proches s'ils le souhaitent, sont accompagnés par un binôme composé d'un bénévole professionnel (agriculteur ou retraité) et d'un salarié de « Solidarité Paysans ». L'expérience et la vision nouvelle qu'apportent les accompagnateurs permettent de prendre du recul sur la situation et d'envisager des solutions là où l'agriculteur n'en voyait plus. Le soutien moral est également un aspect important de l'accompagnement.

ET LORSQUE LA COMMUNICATION SEMBLE ROMPUE ?

Solidarité Paysans développe son service de médiation. A chaque fois que les différences de points de vue qui s'affrontent se traduisent en difficultés relationnelles au sein des collectifs de travail, Solidarité Paysans propose de renouer le dialogue. C'est une condition à la pérennité des exploitations et pour que chacun dure dans son métier.

La médiation permet l'expression de chacun. Elle repose sur une écoute des différentes parties, sur des principes de confidentialité et d'impartialité de la médiatrice. Cette dernière construit un terrain d'entente entre les acteurs en restaurant le lien, en réouvrant le dialogue. Au-delà de l'analyse et clarification de la situation, Solidarité Paysans accompagne l'élaboration d'un plan d'action accepté par chacun.

LES MOTS D'UNE AGRICULTRICE ACCOMPAGNÉE :

« Vous m'avez vraiment aidé à un moment qui n'était pas facile, vous m'avez facilité la compta, donné des petites astuces que j'utilise pour pas me perdre et calculer rapidement mes besoins et même sans parler de ça, juste le fait de venir sur place, de discuter sans jugement ça m'a fait du bien et ça m'a permis de faire le point pour continuer ou me repositionner en cas de besoin. J'aurai foiré ou je me serai découragée si vous ne m'aviez pas accompagnée.»

Contact : Solidarité Paysans En Auvergne - Maison des paysans - Marmilhat 63 370 LEMPDES 04 73 14 36 10 - auvergne@solidaritepaysans.org ou l.gaillard@solidaritepaysans.org
Notre Site internet : <http://www.solidaritepaysans.org/>
www.facebook.com/SPauvergne

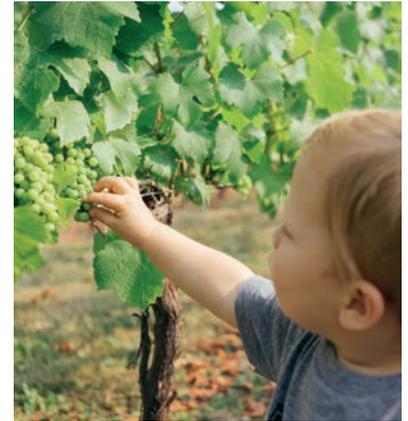


A.N.I.S Etoilé



Vous avez envie d'en savoir plus sur ce que vous mettez dans vos assiettes, vous vous posez des questions sur le fonctionnement de notre système alimentaire, sur la composition de vos aliments, sur la façon dont ils sont produits, rejoignez l'association A.N.I.S. Etoilé à Lempdes. Pour tout savoir sur nos prochaines activités (Projection-débats, stages, ateliers cuisine, balades découverte plantes sauvages comestibles, visite de lieux de production et transformation...), visitez la page actu de notre site <https://www.anisetoile.org/>

NOUVEAU : A partir de la rentrée 2024-25, A.N.I.S. Etoilé vous propose des ateliers Cuisine et Repas de Saison en famille « les Tabliers Gourmands » avec une approche pédagogique, créative et ludique. Au-delà des connaissances, des conseils et astuces pour améliorer vos compétences culinaires à partir d'aliments bruts de saison, c'est l'occasion de renforcer les liens entre parents et enfants (à partir de 6 ans), de faire ensemble, d'expérimenter des ingrédients nouveaux et d'innover pour optimiser une cuisine saine au quotidien. Novices en cuisine ou chefs amateurs, nos ateliers s'adaptent à tous les niveaux de compétences. Les ateliers se dérouleront une fois par mois, le samedi matin de 9h30 à 13h30, le premier atelier aura lieu le samedi 28 septembre. Pour tout complément d'information (programme détaillé des différents ateliers) : contact@anisetoile.org



Jardiniers des Pays d'Auvergne – Club de Lempdes



Le Club JPA de Lempdes vient de fêter ses 10 ans cette année. Créé en juillet 2014 avec 19 adhérents, il en compte aujourd'hui 67. Le

club lempdais, constitué en association depuis sa création en 2014, fait partie des 26 clubs de l'Association départementale « Jardiniers des Pays d'Auvergne » qui gère actuellement 1.772 adhérents. Son objectif principal : proposer à ses adhérents (jardiniers amateurs, débutants ou confirmés) des conseils, lors des divers ateliers et réunions, basés sur des méthodes de jardinage au naturel respectueuses de l'environnement et de la santé en favorisant le partage des connaissances et du savoir-faire « jardin ».

C'est également, tout au long de l'année, des propositions de commandes groupées à des prix négociés auprès de partenaires locaux : graines, plantes potagères, fleurs, terreaux, racines d'endives, plants de pommes de terre, engrais verts (phacélie, moutarde), corne broyée ainsi que des fournitures de jardin (grelinettes, voiles de forçage, voiles anti-insectes, paillis innovants à base de cheveux et de laine recyclés...) Un partenariat privilégié avec le Lycée horticole de Marmilhat permet d'acquérir des plants de légumes bio en

minimottes à des prix particulièrement attractifs.

En début de chaque mois, chaque adhérent reçoit une lettre mensuelle d'informations (travaux du mois, conseils de culture, calendrier des réunions, ...). Toutes les réunions sont gratuites. Par ailleurs, le fait d'adhérer à JPA permet d'assister à n'importe quelle réunion organisée par les autres clubs.

JPA Lempdes organise ses réunions mensuelles le jeudi soir à 20 heures et durent environ 1h à 1h30. Elles sont suivies de discussion entre jardiniers. Les thèmes proposés sont toujours en lien avec le jardinage ou la nature. Les intervenants sont tous des professionnels ou spécialistes du sujet présenté. Les ateliers (taille des fruitiers, rosiers, greffage) se déroulent en journée. Un troc'plants annuel a lieu au mois de mai. Il est ouvert à tout public. Quelques ateliers sont parfois spécialement réservés aux adhérents lempdais : vannerie (tressage de paniers en osier), aiguisage de couteaux ou sécateurs, ... La reprise des activités aura lieu le jeudi 10 octobre. Thème de la soirée : Les engrais verts.

Les responsables du club JPA Lempdes seront présents au Forum des Associations et seront heureux de vous accueillir à leur stand pour répondre à toutes vos questions jardinage.

Renseignement : 06 72 50 75 40 ou 06 81 66 47 65 - Site internet : www.jardinierspaysauvergne.com



Don du sang

L'Association pour le Don de Sang Bénévole de Lempdes, créée en 1974, a pour objectif de promouvoir le don de sang en fidélisant les donneurs réguliers et en recrutant de nouveaux. Elle regroupe 17 adhérents, donneurs ou anciens donneurs. Elle est affiliée à la Fédération Française qui représente tous les donneurs de sang auprès des pouvoirs publics. Proche du terrain, l'association locale assure le lien entre les donneurs et l'Établissement Français du Sang. Elle entretient des relations privilégiées avec le site de prélèvement de Clermont Ferrand et avec les équipes mobiles de collecte de l'EFS. Elle conduit des actions de sensibilisation dans les établissements scolaires et notamment au collège de Lempdes.

Au cours de l'année cinq collectes de sang sont organisées à Lempdes. Pour ce faire l'association assure la promotion de la manifestation ainsi que l'organisation logistique de la collecte afin de faciliter la tâche des équipes médicale et administrative de l'EFS qui réalisent les prélèvements de sang. Elle accueille les donneurs pour que cet acte de générosité soit un moment

convivial tant lors du prélèvement que pendant la collation qui suit.

Depuis le début de l'année 2024, trois collectes ont été organisées. Elles ont rassemblé 244 donneurs. La fréquentation a été équivalente à celle de 2023 qui en avait comptabilisé 249. Par contre les nouveaux donneurs ont été plus nombreux (15 contre 13 en 2023).

Après la période estivale qui connaît une moindre fréquentation des sites de prélèvement, la mobilisation des donneurs est toujours d'actualité. La dernière collecte de l'année aura lieu le 4 novembre à la 2Deuche. Toute personne souhaitant participer à cet élan de solidarité et donner son sang, doit privilégier la prise préalable de rendez-vous en s'inscrivant sur le site dondusang.efs.sante.fr.

Contact : JP.Meunier - mail : dondusanglempdes63@gmail.com - tel : 04.73.61.80.88



R.E.P.L.I.C



REPLIC est une association qui regroupe diverses activités de loisirs et culturelles. Elle propose des cours de portugais, des cours de country (avec 2 bals), des rencontres de généalogie, un club de lecture, un atelier de partage de savoirs (autour de l'utilisation des objets numériques), des conférences, et plusieurs visites de patrimoine sur une ou plusieurs journées réalisées la plupart du temps en autocar. Ainsi la saison dernière, sur

3 journées en septembre 2023, les adhérents ont visité Ancey et ses environs. Ils ont aussi découvert Le Puy et également Moulins avec son remarquable musée national du costume de scène.

AGENDA 2024 :

- le 14 septembre Bal country à la 2Deuche
- les 27, 28 et 29 septembre, voyage découverte en Bretagne

- le 16 octobre conférence : « la mine des Roys » de Dallet par Madame Daval.

Le programme complet des activités 2024/2025 sera disponible avant le forum des associations du 14 septembre et distribué dans les boîtes aux lettres. **Contact : REPLIC : Maison des Associations - Place Roger Cournil Lempdes - Site internet : <http://www.replic-lempdes.fr> - Tél. : 06.70.65.54.51 - Courriel : replic@laposte.net**



le groupe REPLIC au Grand Café à Moulins (Café-Brasserie qui a conservé sa décoration depuis 1899)

LE GRAND CAFÉ À MOULINS



Visite de l'abbaye de Brou

VISITE DE L'ABBAYE DE BROU



Promenade en bateau à Ancey

PROMENADE EN BATEAU À ANCEY

Orchestre à Cordes de Lempdes

VIOLONS D'HIVER - A Day In New-York - Direction Patrick Brun

Samedi 14 décembre 2024 à 18h30 et 20h30 à la salle Alexandre Vialatte, le 2Deuche

L'Orchestre à Cordes de Lempdes à nouveau sur scène pour un concert original ! Il accueille Patrick Saltel, saxophoniste, et William Gex, comédien et scénographe, pour une **journée d'immersion dans les rues de New-York**. Une déambulation enthousiasmante de salles de concerts en boîtes de jazz. De Miles Davis à Lady Gaga !

Places limitées - Tarif normal : 15 € - Adhérents, élèves des écoles de musique : 12 €

Réservation uniquement au 04.73.72.34.92 ou sur le site : www.orchestrecordesdelempdes.fr



Association Artistique Lempdaise

L'Association Artistique Lempdaise vous propose des **cours d'arts plastiques** en générale (Inscriptions limitées à 27 personnes. Tout au long de l'année, des **visites d'expositions**, des **voyages culturels**, des **réalisations de fresques** dans différents lieux de la commune, viennent rythmer le programme.

Sous la direction d'Isabelle, notre professeure, nous nous réunissons les mercredis de 18H à 21H dans notre atelier rue de la jeunesse, (entrée par le terrain de basket sous le groupe scolaire des Vaugondières).

PROGRAMME 2024/25 :

Thèmes : La neige - Le blanc et le noir

Trois stages d'une journée entière (1 par trimestre)

sont proposés en plus :

- Travail de l'ombre et lumière
- Technique de l'aquarelle
- Construction aux pinceaux

(Les propositions peuvent être modifiées en fonction de l'actualité artistique).

Une **exposition** est également organisée pour présenter le travail effectué au sein de l'atelier.

Inscriptions le jour du forum de Associations au complexe sportif (110€ pour l'année, et le **mercredi 18 septembre** à l'atelier. **Pour plus de renseignements, contactez : Brigitte VENUAT ; 06.61.70.92.41 ou Renée DELAIGUE au 06.83.53.48.24.**



Objectif Image 63-Lempdes

OBJECTIF IMAGE 63-LEMPDES c'est la passion des images sous toutes leurs formes : photographie, vidéo, courts-métrages audio-visuels, mais c'est aussi un lieu de partage pour l'initiation informatique, pour l'apprentissage de la photo. Les mots clefs de l'association sont partage, convivialité, formation, échanges.

SPORTS Mécaniques

Les Vieilles Bielles



Si vous avez une voiture de plus de trente ans, si vous voulez faire des balades sur nos petites routes, venez nous voir.

Nous faisons plusieurs sorties dans l'année :

- Décarrassage, remisage
- Sortie de 3 jours

- Expo

Réunion mensuelle tous les premiers mardis du mois à la maison des associations, salle du bas à droite en attendant que la salle Voûtée soit rénovée.

SPECTACLE Animation

Comité des Fêtes



Le Comité des Fêtes de Lempdes une équipe de bénévoles dynamiques et engagés qui oeuvre sans relâche pour créer une ambiance chaleureuse et festive lors des événements locaux.

Grâce à l'implication et à l'enthousiasme de ses membres, le CDF est un véritable moteur de convivialité et de bonne humeur qui contribue à animer la ville de Lempdes, à renforcer les liens entre les habitants et à partager des moments de joie tous ensemble. Si vous souhaitez faire partie de cette chouette équipe n'hésitez pas à nous contacter !

Mail : comite.des.fetes.lempdes@gmail.com Tél. : 06 75 87 74 82 <https://www.facebook.com/cdflempdes/>

TRAVAUX Manuels

Les Petits Petas

L'association « Les Petits Petas » est un groupe de patchwork qui se réunit tous les jeudis à la Maison des Associations, de 13h30 à 17h.

Nous sommes un petit groupe dynamique et convivial, effectuant de nombreux travaux variés.

La reprise de nos activités est prévue le jeudi 12 septembre 2024.

Nous devrions participer au marché de Noël les 30 novembre et 1^{er} décembre prochains.



Les Doigts de Fée

L'association de loisirs créatifs « Les Doigts de Fée » se retrouve tous les mardis et vendredis de 14h à 16h30 (sauf pendant les vacances scolaires) salle AGORA.

L'ouverture de la saison 2024/2025 se fera le 17 septembre 2024.

Nous serons présents au Forum des associations le 14 septembre de 14h à 16h

au complexe sportif où vous pourrez découvrir certaines de nos réalisations: (peinture sur soie, sur tissu, sur verre, tricotage, points comptés, et bien d'autres articles faits main).

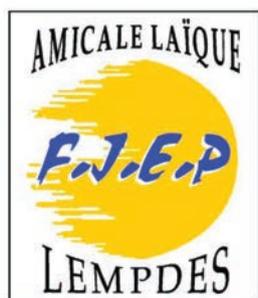
Notre exposition se déroulera du 22 au

24 novembre un grand choix de travaux réalisés par nos artistes seront exposés.

Nous participerons au marché de Noël qui se déroulera le 30 novembre et 1^{er} décembre à la 2Deuche.

Pour plus de renseignement vous pouvez contacter Annie TISSEYRE : 06 83 34 92 99





Aquagym

L'aquagym est une activité physique bénéfique pour la santé permettant :

- de travailler de nombreux muscles (abdominaux, fessiers, cuisses, bras, épaules),
- d'améliorer la circulation sanguine,
- de tonifier le rythme cardiovasculaire grâce à la résistance de l'eau en douceur.

L'aquagym est également une source de relaxation, de bien-être tout en remodelant sa silhouette.

Accessible à tous, hommes, femmes, adolescents qui doivent être accompagnés d'un parent, quelque soit l'âge, sans obligation d'être sportif ou de savoir nager.

Les cours, d'une durée de 45 mn sauf le vendredi d'1h sont proposés :

- lundi à 19h15, 20h et 20h45
- mercredi à 20h45
- jeudi à 19h15 et 20h
- vendredi à 19h30.

Les séances à 19h15 sont très convoitées et complètes suite au renouvellement des adhésions des adhérentes de l'année écoulée mais les autres créneaux ont encore des disponibilités.

Le tarif annuel est de 142€ pour une séance par semaine, 190 euros pour 2 séances par semaine, pas de cours pendant les vacances scolaires.

Si vous souhaitez nous rejoindre, rendez-vous à la 2deuche le samedi 14 septembre 2024 au forum des associations de 10h à 18h.

Pour tout renseignement, vous pouvez contacter Joëlle FERRIE au 06.65.01.75.60 ou par mail joelleferrie@gmail.com.



Gym - Fitness

Pour se tonifier, se dépenser, s'assouplir, améliorer son endurance dans une ambiance rythmée et conviviale, le FJEP propose plusieurs activités.

- **CARDIO-FITNESS**

Exercices alternant phase cardio et renforcement musculaire pour tout le corps.

- **PILATES**

La méthode Pilates permet de renforcer les muscles profonds. Cette discipline allie le corps et l'esprit, se base sur des placements précis et des principes fondamentaux alliant fluidité, stabilité, et contrôle associé à une respiration spécifique. Le Pilates a pour bénéfice d'harmoniser la silhouette et de créer une grande force intérieure.

- **HITT'N BOXE** (High Intensity Interval Training) : cours de 45 mn

Enchaînements d'exercices inspirés des mouvements de sports de combat mais sans aucun contact, effectués.

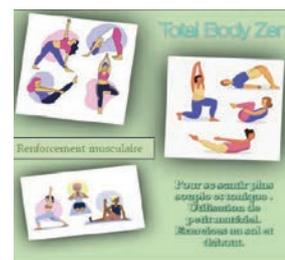
- **RENFORCEMENT MUSCULAIRE**

Musculation posturale et assouplissement. La plupart des exercices sont réalisés au sol permettant un bon soutien mais aussi d'éviter de penser à la gravité. La position allongée facilite les alignements et les placements.

- **STRETCHING**

Étirement des muscles sur musique douce et apaisante. Permet de travailler sur la souplesse et l'amplitude articulaire.

- **TOTAL BODY & TOTAL BODY ZEN**



Lundi		
18 h 30 - 19 h 30	Cardio renfo	Petit Prince
Mardi		
13 h 30 - 14 h 30	Stretching	Complexe sportif
14 h 30 - 15 h 30	Renforcement musculaire	Complexe sportif
17h - 18h	Pilates	Complexe sportif
18 h 15 - 19 h 15	Cardio renfo	Petit Prince
19 h 15 - 20 h	Hiit'n box	Petit Prince
20 h - 21 h	Pilates	Petit Prince
Jeudi		
18 h - 19 h	Cardio renfo	Petit Prince
19 h - 20 h	Stretching	Petit Prince
Vendredi		
9 h - 10 h	Total body cardio	Complexe sportif
10 h - 11 h	Total body zen	Complexe sportif

Les cours durent 1 heure SAUF le cours de hitt'n box (45 mn). Il est possible de faire une séance gratuite d'essai dans TOUS les cours avant de choisir. Tarifs à l'année de 99 euros pour une séance de 45 mn et 130 euros pour 1 heure.

Contact : Françoise CASAJUS-GIL 06 10 75 47 17

Relaxation



La relaxation peut vous aider à trouver la **sensation de bien être** qu'apporte la détente. Vous êtes stressés, tendus, nerveux.... **Venez nous rejoindre !**

Chaque séance se décompose en 2 parties : l'une dynamique et l'autre statique. *Pensez à prendre un tapis de sol et une petite couverture.*

Places limitées.

- Lundi : 18h /19h Salle F. Giroud avec Danielle

- Mercredi : 9h30/10h30 Salle F.Giroud avec Danielle

- Jeudi : 18h30/19h30 Salle F.Giroud avec Norah.

Tarif : 150 € par an.

Contact : 06.89.53.12.85 (après 19h ou sms)

Arts plastiques



Depuis plus de 30 ans pour les jeunes et les moins jeunes, Jeanne Bourdier (professeur) fait découvrir « **le beau** », « **l'original** », « **l'authentique** » !

Elle intéresse ! Et ses cours sont suivis plusieurs années de suite par un grand nombre de participants. Elle nous pousse et nous aide à dépasser nos retenues. **Découvertes, convivialité sont toujours au rendez-vous.** De très bons moments....

- **Enfants** (de 7 à 15 ans) : mercredi 13h30-15h30

- **Adultes** : mercredi 15h30-17h30

Maison des Associations, salle Yves Montand

Responsable : Marie-Hélène AUPETIT
06.48.98.74.38

Sophrologie



Pour tous ceux qui cherchent à améliorer mieux être et détente, à appréhender stress et anxiété, n'hésitez pas à venir profiter de cette méthode de relaxation.

La sophrologie pour quoi ?

- **Mieux dormir** : elle accompagne les personnes ayant des difficultés d'endormissements ou de réveils nocturnes.
- **Gérer le stress** : elle apprend à lâcher-prise sur les contrariétés et mieux gérer son stress
- **Gérer les émotions** : elle apprend à reconnaître les différents types d'émotions et à réagir de façon adaptée pour mieux les gérer au quotidien.

- **Se préparer à un évènement important** : examens, vie professionnelle, mariage, compétition.

- **Gérer les douleurs** : elle va permettre à la personne de retrouver un équilibre entre son corps et son mental et mieux vivre avec ses douleurs. Celles ci ne vont pas disparaître mais seront mieux supportées au quotidien.

Séance le mercredi de 18h30 à 19h45 à la Salle F.Giroud

Pour de plus amples renseignements concernant cette discipline, vous pourrez rencontrer la sophrologue certifiée en charge de l'animation de cette section au forum des associations de Lempdes le 14 septembre.

Tarifs : 190€

Pour les informations concernant les inscriptions, s'adresser à la Responsable de section Mme Andrée DANCHAUD 06.32.28.24.01 .

Oenologie



Crée en 1996, la section oenologie du FJEP a pris le nom de « **La Chabanelle** », du nom d'un coteau viticole réputé de la commune de Lempdes.

Le but de la section n'est pas seulement celui de la **science du vin** mais également celui de sa **découverte**, de sa **connaissance**, de sa **démystification**. C'est aussi celui de la **convivialité autour du vin**.

L'activité de la section se fait principalement autour de séances de dégustation qui ont lieu le lundi soir à partir de 20 heures une fois par mois environ.

Les séances de début de saison sont plus initiatiques : initiation à la dégustation, au goût et aux arômes, découverte des cépages, des terroirs.

La section organise également une fois par an une séance « **spéciale de dégustation** » non consacrée au vin. Selon les années, nous avons pu découvrir les whiskies, les bières, les rhums, les cognacs....

Les adhérents apprécient également le **repas gastronomique annuel** dans un restaurant de la région qui permet d'associer les vins et les mets. Des **repas amicaux** sont également organisés au moment de Noël et de la nouvelle année pour la traditionnelle galette.

La saison se termine traditionnellement en juin par une séance dite « **grands vins** » pendant laquelle, au cours d'un repas, de grands, voire très grands crus sont dégustés.

Les responsables de la section seront présents au Forum des Associations le 14 septembre 2024 au complexe sportif.

Vous pouvez également contacter les responsables de la section : JC DANCHAUD au 06.47.33.65.78 et F. CASAJUS-GIL au 06.10.75.47.17.

Qi Gong / Tai Chi



QI GONG

Cours les lundis de 18h à 19h15, les mercredis de 9h à 10h15 et les samedis de 9h à 10h15 (Qi Gong du bâton, Qi gong contre les douleurs et Qi gong des animaux).

TAI-CHI

- Tai-chi style yang ancien, les samedis de 10h30 à 11h45 avec Annick FOURNIER.

- Tai-chi moderne et tai-chi avec éventail et épée les jeudis de 17h30 à 19h00 et les mercredis de 18h45 à 20h15 avec Sylvain CHOSSON.

Contact Alain FOURNIER Tel : 06.61.64.54.87

Judo



A partir de 4 ans. Joris, entraîneur, vous attend pour des cours le mardi et vendredi au Dojo du Complexe sportif. (places limitées)

- **Eveil 4/5 ans débutant** : mardi 17h30/18h30
- **5/6 ans (2^e année)** : vendredi 17h30/18h30
- **7/8 ans** : vendredi 18h30/19h30
- **9/14 ans** : mardi 18h30/19h30 et vendredi 19h30/20h30

Tarif : à partir de 144€ par an licence FFJDA comprise.

Contact : 06.89.53.12.85 (après 19h ou sms)

Musculation



LANCEZ-VOUS !

Une salle **rénovée** dans une ambiance conviviale, nouvel éclairage, cours abdominaux avec une nouveauté : le circuit training. Avec un **espace cardio** : vélos, tapis de course et rameurs et un **espace musculation** sur des nouveaux appareils avec un programme personnalisé sur les conseils d'un coach sportif diplômé d'état.

Nous serons présents au forum des associations le **14 septembre**.

Profitez de cet événement pour découvrir notre salle de musculation lors de cette **journée portes-ouvertes** de 10h à 18h non stop, au 1^{er} étage de la Maison des Sports (à côté de la piscine), rue du stade.

CONSERVER OU RETROUVER LA FORME ET LES FORMES !

N'hésitez plus ! À partir de 16 ans. **Visitez nos installations** en présence d'un éducateur sportif et des responsables de la section.

CALENDRIER DES INSCRIPTIONS SAISON 2024 - 2025

Les permanences d'inscriptions se font au clubhouse de la maison des sports.

En septembre :

- Mercredi 4 de 17h30 à 19h30
- Mercredi 11 de 17h30 à 19h30
- Mercredi 18 de 17h30 à 19h30
- Mercredi 25 de 17h30 à 19h30

En octobre :

- Mercredi 2 octobre de 17h30 à 19h30. **Attention, le mercredi 2 octobre sera la date de clôture des inscriptions.**

Contact BERNARD MAGNOL : 06.18.19.34.36
fjep-lempdes.e-monsite.com

Badminton



La section Badminton du FJEP LEMPDES vous attend avec impatience pour la saison 2024/2025. **Tous les niveaux sont acceptés, du débutant à l'expert, pour des matchs en simple ou en double, en équipe mixte ou unisexe.** Attention, cette section est réservée aux adultes uniquement. Nous vous accueillerons le jeudi de 18h à 20h30 et le vendredi de 20h30 à 23h30 au COSEC de Lempdes. L'ensemble des terrains est consacré au jeu libre, nous n'avons pas d'entraîneur. Les plus chevronnés expliquent les règles et donnent des conseils aux novices, le tout dans un esprit de partage et de respect.

La bonne ambiance et la convivialité sont de rigueur chez nous. Nous jouons tous ensemble et nous organisons également des moments d'échange entre adhérents tout au long de l'année.

Attention en raison d'un fort intérêt pour le badminton, nous avons aujourd'hui une liste d'attente pour les nouveaux arrivants.

Pour plus de renseignements, vous pouvez contacter : Simon TAURAND au 06.88.71.20.77 ou Mireille REBOUL au 06.15.03.91.42.

Zumba



NOUVEAUTE

Un cours de Zumba vous est proposé cette année à la Salle des Fêtes le jeudi soir après 20h. Pour saisir l'ambiance et les bienfaits d'un cours de Zumba, le plus simple est encore de venir tester ! Vous auriez tort de vous priver : « on saute, on s'amuse, on danse, on transpire sur des musiques que l'on aime, c'est une heure où l'on oublie tous ses soucis ».

Tarif : 130 € par an.

Contact : 06.89.53.12.85 (après 19h ou sms)

Baby Gym



La section Baby-gym s'adresse aux enfants de 2 ans et demi à 5 ans. Aux programmes: **motricité, courses, obstacles, roulades, équilibre...** L'activité amène l'enfant à **respecter les règles du jeu, à mesurer les prises de risques et à maîtriser son énergie.** Le mercredi de 9h45/10h30 ou 10h30/11h15 au Complexe sportif B.Bordiau. Tarif : 102 € par an.

Responsable : Claude Daulat 06.71.66.55.51

Yoga Zen Do



YOGA ASIATIQUE

Horaires des cours le mercredi de : 17h à 18h et 18h à 19h , professeur Mr Nguyen Gervais.

Contact : FOURNIER Alain 06.61.64.54.87

Foot en Salle



Activités : COSEC à Lempdes.

Horaires : Samedi de 9h30 à 11h.

Contact : LANGLADE William 06.37.45.14.30

Marche nordique



POURQUOI FAIRE DE LA MARCHÉ NORDIQUE ?

C'est un **sport complet, de plein air**, qui se pratique toute l'année et qui fait travailler les jambes, les bras, le dos, les fessiers, les pectoraux, les abdominaux, mais aussi la coordination, les automatismes et la respiration.

A Lempdes **deux groupes** existent :

- le mercredi matin, un groupe à allure soutenue
- le vendredi matin un groupe à allure plus lente.

Dans tous les cas, le rendez-vous se situe sur le parking de la rue de la Maugagnade à 8h50.

Prêt de bâtons pour une séance d'essai et il est possible de passer d'un groupe à l'autre en fonction de vos capacités du moment.

Renseignements : Nadine (mercredi). Tél. : 06.66.84.55.71 - Eveline (vendredi) 06.88.01.43.24

L'Echiquier Lempdais



Après une belle saison marquée par le retour de **l'open de Lempdes** et la **montée en nationale 4** du club, nous serons heureux de vous accueillir pour cette nouvelle année ; que vous soyez fille, garçon, débutant, joueur confirmé, avide de compétition ou joueur du dimanche, vous serez les bienvenus pour **partager notre passion** du jeu d'échecs !

Le club est ouvert les mercredis de 18h à 21h et les vendredis de 19h à 22h.

Renseignements par mail : echiquierlempdais@gmail.com ou tél : 06.27.01.73.36

Danse



L'association FJEP Danse vous propose 5 styles de danse pour le plaisir de danser :

L'oriental, le girly, l'urban et tribal fusion avec Amandine et le **modern jazz** avec Crysline. Pour les danseurs et les danseuses de tout âge à partir de 4 ans ainsi que les adultes, du débutant au plus avancé.

Nos professeurs sont passionnés et nous concoctent chaque année de **fabuleux galas**.

N'hésitez pas à nous contacter pour tous renseignements :

Sandra au 06.64.63.29.09 ou Floriane au 07.78.55.69.37 (cours URBAN, TRIBAL FUSION, ORIENTAL et GIRLY)

Marie-Noëlle au 06.99.06.19.19 ou Virginie au 06.71.20.47.97 (cours MODERN JAZZ)

Tennis de table



La section est ouverte aux Juniors à partir de 16 ans, Séniors et Vétérans aussi bien pour la gente féminine que masculine.

Les horaires des séances sont : mardi de 20h à 22h et vendredi de 20h à 22h au complexe sportif, rue de la Piscine.

Un certificat médical est obligatoire à l'inscription. Tarifs à partir de 45 €

Responsables : Lionel RINALDI : 06.07.10.73.60 et Gaël LAMBERT : 06.23.44.31.72

Remue méninge



SPECIAL SENIORS

REMUE MENINGE permet d'entretenir ou d'améliorer ses capacités cognitives, que sont la mémoire, sous toutes ses formes mais aussi l'attention, la concentration, la réflexion, les stratégies tout cela en s'amusant.

Le mot d'ordre est : pas de compétition chacun fait ce qu'il peut et progresse à son rythme.

Venez réveiller vos neurones dans une ambiance conviviale et très sympathique. N'hésitez pas à venir tester pendant 1h lors d'une séance le mardi matin à 9h, 10h ou 11h à la maison des associations.

Renseignement : Bureau 04-73-61-77-26

Retraite Tonic - Gym douce



SPECIAL SENIORS

L'activité physique est reconnue comme un gage de maintien en bonne santé, Retraite Tonic / Gym douce est parfaitement adaptée aux personnes plus âgées mais aussi aux moins âgés, à ceux qui n'aiment pas beaucoup le sport, à ceux qui ont des pertes d'équilibre, à ceux qui ont peur de tomber, à ceux qui veulent faire partie d'un groupe sympa.

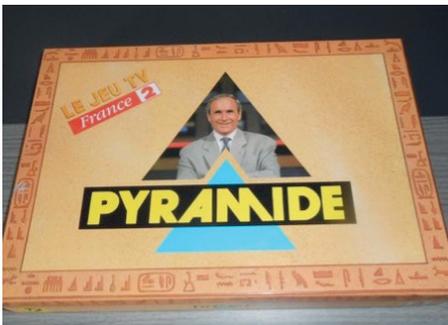
Bon pour le moral comme pour le physique, animé par MOUSS et sa bonne humeur, vous pouvez participer à 1 ou 2 séances par semaine

N'hésitez pas à venir tester cette activité, puis à y adhérer afin de vieillir mieux.

Séances le lundi de 10H45-11H45, le jeudi de 9H45-10H45 et 10H45-11H45 au complexe sportif (covoiturage possible).

Renseignement : Eveline DUCREUX 06.88.01.43.24

Pyramide



« Faire travailler ses neurones en jouant »

Telle est la devise de notre section. Tiré d'un jeu télévisé, PYRAMIDE permet de découvrir la richesse du vocabulaire de la langue française en jonglant avec les mots.

Point n'est besoin d'être un érudit même si une bonne gymnastique intellectuelle et un minimum de culture générale s'avèrent nécessaires pour résoudre les énigmes.

Les séances se déroulent à la maison des associations, salle Georges BRASSENS.

Horaires : Le Lundi de 14h à 18h.

Tarifs : 32 €

Responsable : Gérard RAUCHE Tél. : 04.73.61.73.93




Scannez-moi pour plus d'infos ou rdv sur www.ville-lempdes.fr

SEMAINES EUROPEENNES

du

Développement Durable

A LEMPDES

DU 21 AU 29 SEPT. 2024



ACTIVITÉS SPORTIVES

ACCESS PADEL CLUB	M. Philippe ANTUNES	06.83.88.75.67
AR'CLUB LAND	M. Bruno CAHUZAC	06.10.88.01.36
ASC AIA RUGBY LEMPDES	M. Gérard LEROY	06.63.56.56.07
ASPTT CLERMONT	Secrétariat	04.73.61.72.00
ATLETIC TENNIS CLUB DE LEMPDES (A.T.C)	M. Jean-Claude BONDIFFLARD	06.61.53.39.09
BASKET CLUB DE LEMPDES	Mme Stéphanie TARDIEU	06.86.85.45.16
CLUB HANDBALL PONT-DU-CHATEAU / LEMPDES	M. Sébastien QUET	07.67.41.55.15
CYCLO CLUB LEMPDAIS	M. Michel BOHAT	06.21.63.47.60
GRAINES DE BAROUDEURS	Mme Caroline SEGONI	hello@grainesdebaroudeurs.com
GROUPE BOULISTE DE LEMPDES	M. Jean-Michel DALLE	07.87.01.98.81
GYM FEMININE LEMPDAISE	M. Jacques DELALANDE	06.01.48.66.89
JSP LEMPDES (JEUNES SAPEURS POMPIERS)	M. JC PUYJALON	06.30.66.38.16
KUNG FU - BOXE CHINOISE HU YING DAO LEMPDES	M. Alexandre LEPRON	06.11.38.73.48
LEMPDES ATHLETISME ET LOISIR	Mme Patricia SANCHIS	06.62.41.90.99
LEMPDES BMX AUVERGNE	M. Franck SABATIER	06.64.69.84.25
LEMPDES GYM	Mme Valérie HUGUET	06.79.57.00.54
LEMPDES SAVATE PERF	M. Bernard VAYSSIÉ	07.83.71.88.30
LEMPDES SPORT FOOTBALL	M. Jérémy MAGNIER	06.50.09.19.59
LEMPDES SPORT FUTSAL	M. Jérémy TOURNAIRE	06.46.62.73.87
LEMPDES SPORT NATATION	M. Patrick MONEGO	06.06.46.36.92
LEMPDES 63 TRIATHLON	M. Didier TABARANT	06.80.00.80.81
LEMPDES YOSEIKAN BUDO CLUB		contact@lempdes-yoseikan.fr
MODELISME CLUB DE LEMPDES	M. Loïc GRANGEVERSANNE	06.18.01.57.10
PETANQUE DE LEMPDES	M. Yves LATALLERIE	06.45.09.26.83
PILATES POUR TOUS	Mme Caroline DARNE	06.62.40.76.46
RANDO LEMPDES	M. Gilles SPREAFICO	06.95.63.38.49
SKI CLUB DE LEMPDES (S.C.L)	M. Didier VOUTE	06.63.15.90.06
SOCIETE DE CHASSE	M. Vincent POUGET	lempdeschasse63@gmail.com
USEP LEMPDES	E.T.A.P.S	04.73.61.65.08
ZUMBA STEP GYM TONIC	M. Jean-Pierre MONTCRIOL	06.81.41.73.79

AMICALE - FAMILLE - JEUX - QUARTIER - SOLIDARITE

4LEMPDAISE	M. Romain CHIROUX	06.67.06.65.79
A.F.U.S	Mme Lynda BOUTOUBA	07.83.59.87.28
ACTION PARTAGE ENTRAIDE FRANCE BÉNIN	M. Robert VIVIER	06.85.24.45.38
AMICALE LEMPDAISE CLASSE 70	Mme Evelyne RASTOIX	04.73.61.82.97
AMICALE DES SAPEURS POMPIERS DE LEMPDES	M. Nicolas BOUTIER	amicale.lempdes@gmail.com
ASSOCIATION DES SECOURISTES FRANÇAIS CROIX BLANCHE DES VOLCANS	Mme Francine PRUVÔT	06.62.10.25.22
CLUB TAROT	M. Christian BRADIER	06.62.95.54.13
COMITE DU SOUVENIR FRANÇAIS DU CANTON DE PONT-DU-CHÂTEAU	Mme Marie CLUZEL	06.64.24.35.73
F.N.A.C.A (anciens combattants en Afrique du Nord)	M. Robert TOLSA	04.73.61.77.30
LEMPDES SOLIDAIRE	Mme Marie-Françoise FOURNIER	lempdesolidaire@gmail.com
LES AMANDIERS	Mme Joëlle ANDRE	06.31.30.65.40
PAROISSE St PAUL du VAL d'ALLIER	Père Paul CARBONARO	04.73.84.80.50
SECOURS LEMPDAIS	M. Jean-Pierre DOLEUX	06.68.26.47.22
SOLIDARITE PAYSANS EN AUVERGNE	Mme Laure GAILLARD	07.81.56.12.77

ART- CULTURE - DANSE- MUSIQUE - THEATRE

ASSOCIATION ARTISTIQUE LEMPDAISE	Mme Brigitte VENUAT	06.61.70.92.41
ASSOCIATION DES MEMBRES DE L'OHL (Orchestre d'Harmonie de Lempdes)	M. Sébastien LEAL	07.70.01.47.41
CHORALE EN.VO.L (ensemble vocal de Lempdes)	M. Marc BOURGUET	06.61.58.25.34
CROQU'NOTES	Mme Chantal GHESQUIERE	06.64.12.60.79
JAZZ LEMPDES	M. Thomas THIERRY	jazzlempdes@gmail.com
LEMPDES ACCORDEON	M. Yvon BERTHEOL	06.37.12.64.68
LEMPDES DIVERTI DANSES	Mme Chantal FOURNET-FAYARD	06.85.07.78.23
LEMPDES Minéraux	M. Gilbert BOUDRIOT	07.83.67.90.46
LES AMIS DE L'O.C.L (Orchestre à Cordes de Lempdes)	Mme Aude GABORIT	06.67.34.01.39
LES A'TRACTIONS DE LA 2DEUCHE	M. Michel BOUCHET	michel.bouchet2@wanadoo.fr
LOU BELLADAIRES	Mme Sarah WILLAY	loubelladaires63@gmail.com
NOTE A NOTE	M. Louis BARD	04.73.61.87.68
OBJECTIF IMAGE 63 LEMPDES	M. Gérard DIEBOLD	06.71.96.55.45
REPLIC	M. Jean-Marie JARRIGE	replc@laposte.net

SPORTS MÉCANIQUES

CLUB DES AMIS DE LA 2CV	M. Jacques DESVIGNES	06.07.63.23.29
LES VIEILLES BIELLES	M. Roland BEAUQUIER	06.83.24.82.40
STOCK CAR CLUB de LEMPDES	M. Thierry PAULIN	06.23.69.43.48

ENVIRONNEMENT – NATURE – SANTE

ANIS ETOILE (Agriculture, Nutrition, Interculturel, Solidarités)	Mme Nathalie GREGORIS	contact@anisetoile.org
ASSOCIATION DES COMMUNES FORESTIERES DU PUY-DE-DÔME	M. Guillaume DAVID	04.73.83.64.67
ASSOCIATION POUR LE DON DU SANG BENEVOLE DE LEMPDES	M. Jean-Paul MEUNIER	04.73.61.80.88
BRIGADES VERTES A.L.P.N.	M. Jean-Pierre MARTIN	06.24.09.85.12
GENETIQUE LEMPDES	Mme Nicole PUYJALON	06.02.36.71.27
JARDINIERS DES PAYS D'AUVERGNE	Mme Evelyne LEPLUS	06.72.50.75.40
L.A.V.E (Lempdes Association Vie Environnement)	M. Jacques MARTIN	06.86.93.28.85
RIRE ET MIEUX ETRE	M. Patrick BRUNETTI	04.73.61.87.25

AIDE AUX DEVOIRS – JEUNESSE - SCOLARITE

3AVE VETAGRO SUP	M. Romain BLANC	3ave@vetagro-sup.fr
DES COULEURS POUR L'ENFANCE	Mme Laurence ALLIRAND	descouleurspourlenfance@gmail.com
F.C.P.E Fédération des Conseils de Parents d'Elèves	Mme Annabel DABRIGEON	06.87.46.82.69
LES ENFANTS DU BOURGNON		lesenfantsdubourgnon@gmail.com
LES PARENTS DU PETIT PRINCE	Mme DE SOUSA GOMES Julie	gomes_julie@hotmail.fr
LES PTIS BOUGNATS	Mme Cindy LOPEZ	06.25.03.07.35

JUMELAGE- PATRIMOINE- TRADITIONS

COMITE DE JUMELAGE HALLSTADT	M. Christian FOUILHOUX	06.80.33.03.72
COMITE DE JUMELAGE MANGUALDE	M. Philippe MARTINS	tins.philippe63@gmail.com

SPECTACLE – ANIMATION

COMITE D'ACCUEIL ET DES FÊTES	M. Philippe GOIGOUX	06.75.87.74.82
-------------------------------	---------------------	----------------

TRAVAUX ARTISTIQUES ET MANUELS

LES DOIGTS DE FEE	Mme Annie TISSEYRE	06.83.34.92.99
LES PETITS PETAS	Mme Nadine BOYER	06.69.45.06.38

FOYER des JEUNES et D'EDUCATION POPULAIRE (F.J.E.P.)

TOUTES ACTIVITES	BUREAU	04.73.61.77.26
AQUAGYM	Mme Françoise CASAJUS-GIL	06.10.75.47.17
ARTS PLASTIQUES	Mme Joëlle FERRIE	06.65.01.75.60
BADMINTON	Mme Marie-Hélène AUPETIT	06.48.98.74.38
BADMINTON	M. Simon TAURAND	06.88.71.20.77
BAD MINTON	Mme Mireille REBOUL	06.15.03.91.42
BABY GYM	Mme Claude DAULAT	06.71.66.55.51
DANSE	Mme Sandra BETTIOL (sauf jazz)	06.64.63.29.09
DANSE	Mme Floriane BION (sauf jazz)	07.78.55.69.37
DANSE	Mme Marie-Noëlle DE STAERKE (jazz)	06.99.06.19.19
DANSE	Mme Viginie CELLIER(jazz)	06.71.20.47.97
FOOT EN SALLE	M. William LANGLADE	06.37.45.14.30
GYM FITNESS	Mme Françoise CASAJUS-GIL	06.10.75.47.17
GYM FITNESS	Mme Christiane FOURNIER	06.61.64.54.87 (mardi après-midi)
JEUX D'ECHECS	M. Philippe BOYADJIS	06.27.01.73.36
GYM DOUCE	Mme Eveline DUCREUX	06.88.01.43.24
JUDO	Mme Barbara CHARBOTIER	06.89.53.12.85 (après 19h ou sms)
MARCHE NORDIQUE	Mme Nadine OKULEWICZ	06.66.84.55.71 (séance du mercredi)
MARCHE NORDIQUE	Mme Evelyne DUCREUX	06.88.01.43.24 (séance du vendredi)
MUSCULATION	M. Bernard MAGNOL	06.18.19.34.36
CENOLOGIE « La Chabanelle »	M. Jean-Claude DANCHAUD	06.47.33.65.78
PYRAMIDE	M. Gérard RAUCHE	04.73.61.73.93
QI GONG	M. Alain FOURNIER	06.61.64.54.87
RELAXATION	Mme Barbara CHARBOTIER	06.89.53.12.85 (après 19h ou sms)
REMUE MENINGES	Mme Françoise CASAJUS-GIL	06.10.75.47.17
RETRAITE TONIC	Mme Eveline DUCREUX	06.88.01.43.24
SOPHROLOGIE	Mme Andrée DANCHAUD	06.32.28.24.01
TAI-CHI	M. Alain FOURNIER	06.61.64.54.87
TENNIS DE TABLE	M. Lionel RINALDI	06.07.10.73.60
TENNIS DE TABLE	M. Gaël LAMBERT	06.23.44.31.72
YOGA ZEN DO	M. Alain FOURNIER	06.61.64.54.87
ZUMBA	Mme Barbara CHARBOTIER	06.89.53.12.85 (après 19h ou sms)

SI VOUS NE FIGUREZ PAS DANS CETTE LISTE MERCI DE CONTACTER LE SERVICE CULTUREL DE LA MAIRIE DE LEMPDES AU 04.73.61.53.30



**AU DÉLICE
ROMAIN**

*vous souhaitez
une bonne
rentrée !*



Découvrez notre nouvel espace de vente pour commander au comptoir et retirer vos commandes passées par téléphone.



7/7
service du soir

**La 11^{ème} pizza
offerte !**

Demandez votre
carte de fidélité



Uniquement
sur commande
téléphonique



Commandez
vos pizzas par
téléphone et venez
les retirer au drive.



Retrouvez une sélection de nos pizzas, entièrement fabriquées par nos soins, dans notre kiosque distributeur 24h/24 et 7 jours/7.



Horaires d'ouverture :

En hiver : Du lundi au jeudi : 17h30/21h30

Vendredi et samedi : 17h30/22h

Dimanche : 17h30/21h30

www.audelicetomain.com



Suivez-nous sur
facebook

Rond Point de Cora
63370 LEMPDES

04 73 61 79 15



J.-P. SCHILLACI

Couverture - Étanchéité - Bardage - Bassin de rétention
Réparation - Nettoyage - Entretien

04 73 61 58 70

56 rue de Milan BP 38 - 63370 Lempdes



INSTALLATION - ENTRETIEN - DÉPANNAGE

Favier

Partenaire du soleil pour votre confort

04 73 61 79 53 - www.favier-63.fr

- **Chauffage**
- **Plomberie**
- **Sanitaire**
- **Climatisation**
- **Energie solaire**



NEUF et RÉNOVATION

PORTE-ENGINS - TRACTO-PELLE - SAVOYARDE



TRANSPORTS
TB BOUSQUET

Livraison de sable,
gravier, terre en toutes
quantités. Pose de
bennes de 1m³ à 10 m³.

Rue Julien Champclos
ZAC de la Fontanille
63370 LEMPDES

Fax 04 73 61 97 96

04 73 61 72 56 www.transportsbousquet.fr



msh **Matussiere**
stores
habitat &

STORES - PERGOLAS - VOLETS ROULANTS

MENUISERIES PVC/ALU - PORTES DE GARAGE

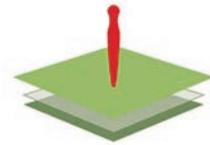
PORTAILS - MOBILIER DE JARDIN

☎ **04 73 61 61 70**

✉ stores@matussiere.com

🔍 www.matussiere-stores-habitat.fr

📍 Rue du Fangeas, 63370 LEMPDES



GEOVAL

AU SERVICE DU TERRITOIRE ET DES CITOYENS

GÉOMÈTRES-EXPERTS

Maîtres d'œuvre voirie et réseaux

A COURNON : 04.73.37.91.01

cournon@geoval.info

ENTREPRISE
DANCHAUD
Ludovic

DÉPANNAGE
7j/7

Port : 06 22 34 80 66

Mail : ent.danchaud@sfr.fr

6 impasse des primevères 63370 Lempdes

Entretien de chaudière, Fioul, Gaz, Bois,
Solaire, Ramonage de cheminée

Electricité Climatisation Plomberie

AUVERGNE
Synergie

Installation
Rénovation
Dépannage

8, rue Guynemer - 63370 Lempdes

Tél./Fax 04 73 83 69 04

auvergnesynergie@laposte.net