

- ✓ **Mardi 03 mars 14h30 : Le chariot de Sophie** à la Cassotte
(Chansons d'humour)
Inscription au Club (Participation **2€**)
- ✓ **MARDI 10 mars 14h30** : Harmonica et Accordéon avec Christian et Michel salle du Club sur inscription
- ✓ **Mardi 17 mars 14h : Jeux Divers**
- ✓ **Mercredi 18 mars** : Grenouilles à Francourt (voir au dos)
- ✓ **Mardi 24 mars 14h 15** : Loto
- ✓ **Mardi 31 mars 14h30** : diaporama avec Gabriel Egron, intitulé « les insolites de Gabriel » Sur inscription (au club)

=====

Activités permanentes du Club (salle d'animation du Club)

Scrabble en duplicate : lundi et jeudi à **14 h 30**

Jeux divers : Jeudi à 14h

=====

Sorties pédestres : Marches libres 100 pattes lundi 14h 15

- ✓ **Lundi 02 Mars** : Départ de Chalezeule (term tram 1) village de Chalezeule, rives du Doubs, Charmarin, près de vaux
- ✓ **Lundi 09 Mars** : Départ Polygone, Tram 1 et 2, La Grette, La Vosselle, chemin des pêcheurs, la Roche d'Or, la Malcombe.
- ✓ **Lundi 16 Mars** : **Départ** Tilleroyes (Bus 9), circuit La Ménère, retour par la route, Tilleroyes.
- ✓ **Lundi 23 Mars** : Départ Bregille, Term bus 5, le grand Désert, la Mouillère
- ✓ **Lundi 30 Mars** : Départ Micaud, Tram 1et2, la Rhodia, chemin Grammont, la passerelle, la Malate, Rivotte
- ✓ **Lundi 06 Avril** : Départ Lycée St Paul, bus 5, rue Arrachard, rue de l'Avenir, la passerelle, Rivotte, le Tunnel, la gare d'eau, Chamars

1000 pattes Mercredi 14h15

- ✓ **Mercredi 04 Mars** : **Départ** Canot Tram 1 et 2, la Grette, Le Rosemont, chemin du Coyotte, Rosemont
- ✓ **Mercredi 11 Mars** **Départ Rivotte, terminus bus 11**, la Jourande, Chapelle des Buis, Rivotte.
- ✓ **Mercredi 18 Mars** : Marches libres (sortie grenouilles)
- ✓ **Mercredi 25 Mars** **Départ Montarmots, bus 12**, chemin des plaines, les Grandes Baraques, Palente.
- ✓ **Mercredi 01 Avril** : Départ Polygone, tram 1&2, la Grette, le Rosemont, chemin du Coyotte, Rosemont tram

=====

Activités Artistiques et Sportives :

- ✓ Dessin/peinture : Lundi et mercredi de 14H à 16 H avec Jennyfer
- ✓ Gymnastique adaptée pour les séniors : Mardi 9H30 - 10H30 avec Christopher et jeudi 9H30 - 10H30 avec Caroline
- ✓ Gymnastique prévention des chutes et équilibre : Vendredi 9H30 - 10H30 avec Lexie et 10H45 - 11H45 avec Corinne
- ✓ Danse en ligne : vendredi 15H30 - 16H30 au Carrousel des Arts rue Xavier Marmier avec Caroline
- ✓ Chorale : lundi matin 9H30 11H avec Claire DAVID
- ✓ Gymnastique Pilate : jeudi après-midi à 14h30 Bains Douches
- ✓ Evasion Créative : 1 mercredi sur 2 de 14h à 16h Salle des Bains Douches.
- ✓ Piscine Lafayette lundi de 15h à 16h hors vacances scolaire, entrée gratuite avec la carte Orpab

L'adhésion annuelle est fixée à 30 €. Renseignements et inscriptions au Club de loisirs du Centre, 27 rue de la République, aux heures d'activités du club.

Tél. : 07 71 24 36 46, Courriel : orpabcentre@gmail.com



Mercredi 18 mars Sortie Grenouilles à Francourt

Menu

Apéritif (Petits fours 4 /Pers)

Grenouilles en crème persillée

Pause glacée

Sauté de veau à la provençale

Ecrasée de pommes de terre, Flan de choux fleurs

Et carotte tige

Omelette norvégienne et son coulis de fruits rouges

Café-vins

Prix 60.50€ (détail : menu 43€ - musique 5.50€ - bus 12€ = 60.50€)

Départ centre ST PIERRE 10h30

Retour vers 18h 30

Inscriptions le jeudi 26 février de 9h30 à 11h

Prochaine sortie Ornans le 14 avril 2026

Et aussi avec l'Orpab

+ Concerts sur réservation (7 €) :

- **24 février à 20h – Théâtre Ledoux – Cendrillon – Opéra-comique de chambre** composé par la cantatrice Pauline Viardot. **Reste 5 places**
- **27 février à 20h – Théâtre Ledoux – OVH – Mozart-Malher**
Reste 1 place
- **3 mars à 20h – Théâtre Ledoux – Carmen** relecture joyeuse et sensible de l'œuvre de Bizet à travers les figures féminines chantée par Rosemary STANLEY (chanteuse de Moriarty)
Reste 4 places

+ Visites Guidées sur inscription :

- **Avril (date à définir) : BIOME, jardin botanique**
- **21 Mai à 15h : Musée Beaux-Arts, exposition Ceija Stojka « Garder les yeux ouverts »**

Pour nous joindre : orpab25@gmail.com & www.orpab.fr