

**SOPHROLOGIE AU QUOTIDIEN**

Présidente : Nathalie GAUMÉ  
 Sophrologue : Christelle SIMON  
 ☎ 06 78 53 01 06  
 ✉ sophrologieauquotidien53@gmail.com  
 📍 Salle des Roseaux

**CULTIVER SON ENTHOUSIASME**

Co-Présidente : Nelly MALDIDIÉ  
 ☎ 06 49 49 75 49  
 ✉ cultiversonenthousiasme@gmail.com  
 📍 Salle des Charmilles  
 🌐 www.cultiversonenthousiasme.fr  
 📺 Cultiver son enthousiasme

**YOGA TAI CHI CHANGÉ**

Président : Christian GOULARD  
 ☎ 06 04 46 15 68  
 ✉ yogataichichuan.change53@gmail.com  
 📍 Salle des Charmilles et salle de danse de l'Atelier des Arts vivants

**LA BONNE ENTENTE CHANGÉENNE**

Co-Présidents : Jacqueline BABIN  
 et Jean-Pierre GARNIER  
 ☎ 06 84 50 73 80 / 06 20 44 11 82  
 ✉ labonneentente.changeenne@gmail.com  
 📍 Salle des Joncs

**JARDINS FAMILIAUX**

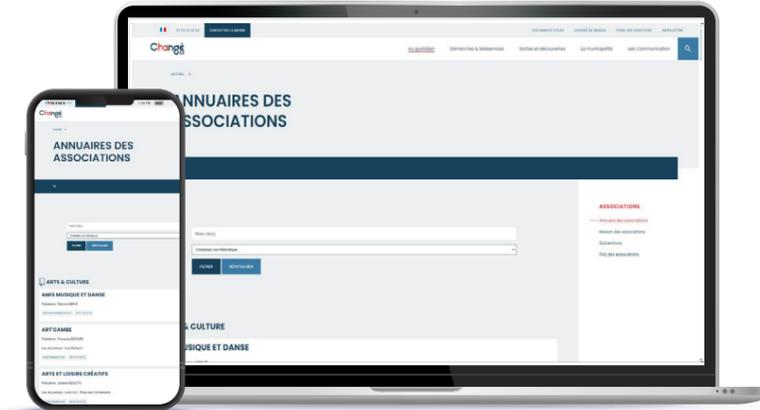
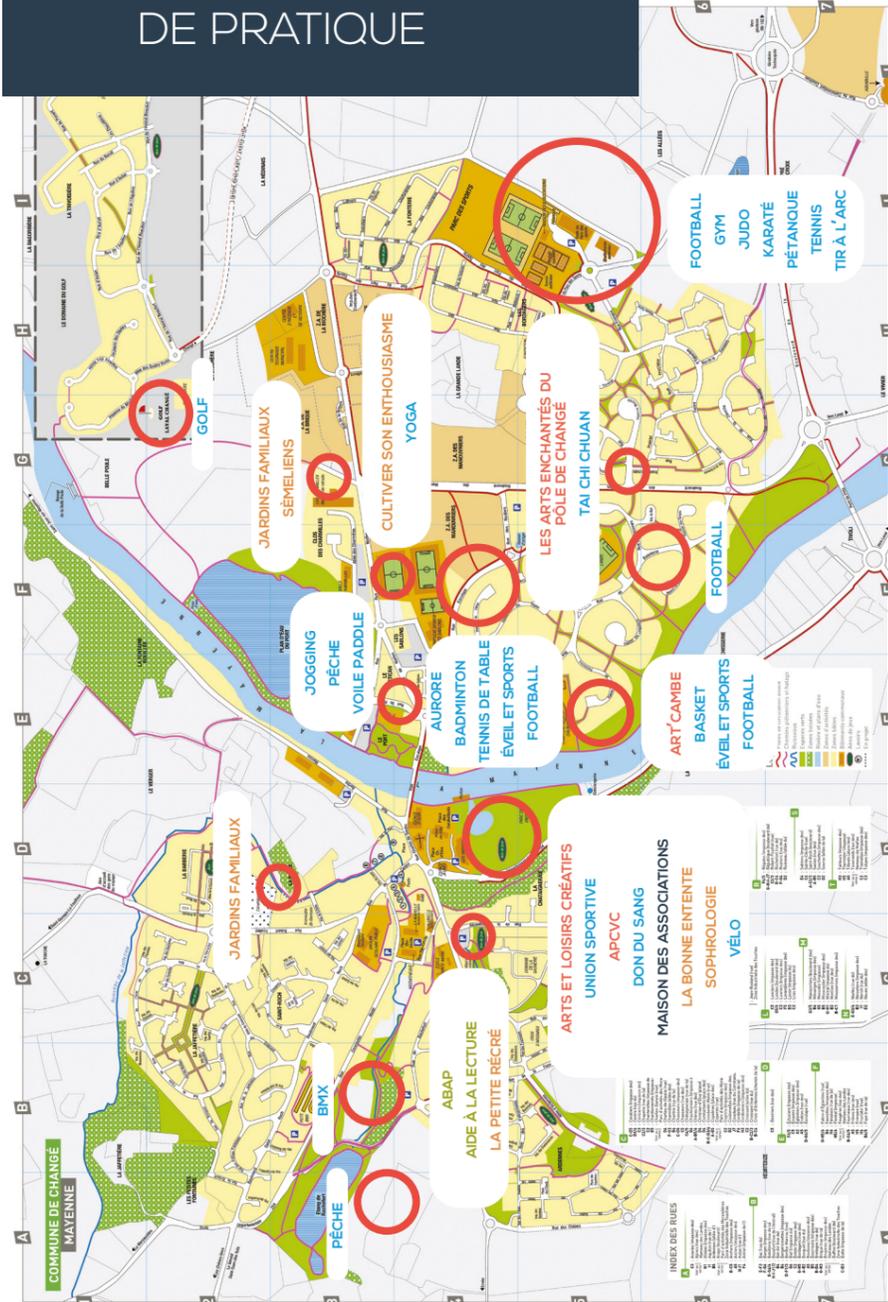
Président : Alain FERRE  
 ☎ 06 86 67 27 01  
 ✉ jardinsfamiliaux53810@gmail.com  
 📍 Quartier de la Barberie,  
 Parc environnemental

**SÈMELIENS**

Co-présidente : Adeline FERNANDEZ  
 ☎ 07 82 22 11 69  
 ✉ contact@semeliens.fr  
 📍 Parc environnemental  
 🌐 www.semeliens.fr  
 📺 Le jardin de sèmeliens

**COMITÉ DE JUMELAGE**

Président : Jean-Michel TOUGERON  
 ☎ 06 87 49 11 11  
 ✉ jojmtougeron@wanadoo.fr

**LES LIEUX DE PRATIQUE**

Retrouvez l'annuaire des associations  
 ainsi que l'agenda des événements  
 sur le site internet

[www.change53.fr](http://www.change53.fr)

**Changé**  
53

HÔTEL DE VILLE DE CHANGÉ  
 6 place Christian d'Elva - 53810 Changé  
 02 43 53 20 82 · mairie@change53.fr  
[www.change53.fr](http://www.change53.fr)



**Changé**  
53

25  
-  
26

GPAC GUIDE PRATIQUE  
 des ASSOCIATIONS  
 CHANGÉENNES



SPORTS

ÉCOLES, PÉRISCOLAIRE  
 & PARENTALITÉ

EXPRESSION ARTISTIQUE  
 & CULTURE

HUMANITAIRE  
 & SOLIDARITÉ

LOISIRS

COMITÉ  
 DE JUMELAGE

**US CHANGÉ**

Présidente : Roselyne GUILLEUX  
 ☎ 06 73 50 05 29  
 ✉ uschange53810@gmail.com  
 📍 Parc des sports  
 🌐 www.uschange.fr  
 📱 US Changé 53

**US CHANGÉ AURORE**

✉ aurore.change@orange.fr  
 📍 Complexe sportif des Sablons  
 🌐 www.aurore53.com  
 📱 US Changé Aurore  
 📱 aurore\_de\_change

**US CHANGÉ BADMINTON**

Président : Michel PINEAU  
 ☎ 02 43 53 48 16  
 ✉ uschangebad53@gmail.com  
 📍 Complexe sportif des Sablons  
 🌐 uscb53.clubeo.com  
 📱 Union Sportive Changé Badminton

**US CHANGÉ BASKET**

Président : Maxime RECTON  
 ☎ 06 99 05 33 66  
 ✉ uschangebasket@orange.fr  
 📍 Complexe sportif Auguste Dalibard  
 🌐 www.uschangebasket.fr

**US CHANGÉ ÉVEIL ET SPORTS**

✉ uschange.eveiletsports@gmail.com  
 📍 Complexes sportifs des Sablons et Auguste Dalibard

**US CHANGÉ BMX**

✉ bmxuschange@gmail.com  
 📍 Piste de BMX  
 📱 US Changé BMX

**US CHANGÉ FOOTBALL**

☎ 07 57 19 06 11  
 ✉ accueil@uschange-football.com  
 📍 Complexe sportif Auguste Dalibard et Parc des sports  
 🌐 www.uschange-football.com  
 📱 US Changé Football  
 📱 uschangefootball

**US CHANGÉ GYM**

Présidente : Sophie DENIAU  
 ✉ uschange-gym@gmail.com  
 📍 Parc des sports  
 🌐 uschange-gym53.com  
 📱 US Changé gym 53

**US CHANGÉ JOGGING**

✉ contactuschangejogging@gmail.com  
 📍 Parc environnemental  
 🌐 www.uschangejogging.fr  
 📱 US Changé jogging

**US CHANGÉ JUDO**

Président : Geoffroy GLEDEL  
 Éducateur : Philippe LEPAGE  
 ☎ 06 44 79 13 94  
 ✉ judo-change53@live.fr  
 📍 Parc des sports  
 🌐 www.judo-change53.fr  
 📱 US Changé Judo Club  
 📱 usco\_change\_judo

**US CHANGÉ KARATÉ DO**

Président : Sébastien RASTOLL  
 ✉ karatedo.change@gmail.com  
 📍 Parc des sports  
 🌐 www.uschange.fr  
 📱 karate do change  
 📱 karatedo53

**US CHANGÉ PÉTANQUE**

Président : Dominique BRUNEAU  
 ☎ 06 17 49 43 69  
 ✉ uschangepetanque@gmail.com  
 📍 Parc des sports  
 🌐 www.uschangepetanque.com

**US CHANGÉ RANDONNÉE PÉDESTRE**

Présidente : Christine BÈRGÈRE  
 ☎ 06 71 36 66 49  
 ✉ randochange53@laposte.net  
 🌐 randochange53.wixsite.com/monsite

**US CHANGÉ TENNIS**

Président : Jean-François COTRET  
 Contact : accueil  
 ☎ 02 43 53 17 40  
 ✉ uschangetennis@gmail.com  
 📍 Parc des sports  
 🌐 https://club.fft.fr/uschangetennis  
 📱 US Changé tennis  
 📱 uschangetennis53

**US CHANGÉ TENNIS DE TABLE**

Président : Alexandre GRISON  
 Éducateur : Clément MAGUERY  
 ☎ 06 49 35 47 39 - 06 59 52 25 29  
 ✉ agrison.uschangett53@outlook.fr  
 📍 Complexe sportif des Sablons  
 🌐 www.uschangetennisdetable.fr  
 📱 US Changé tennis de table  
 📱 uschangett

**US CHANGÉ TIR À L'ARC**

Présidente : Stéphanie MORAN  
 ☎ 06 86 21 90 97  
 ✉ uschangetiralarc@gmail.com  
 📍 Parc des sports  
 🌐 https://tirarc53810.sportsregions.fr  
 📱 US Changé 53 Tir à L'arc

**US CHANGÉ VÉLO**

✉ uschange.velo@gmail.com  
 📍 La Mayenne et ses environs  
 📱 US changé vélo 53

**US CHANGÉ STAND-UP PADDLE**

Président : Yannick BOUILLON  
 ☎ 06 87 82 93 24  
 ✉ uschangevoilepaddle@gmail.com  
 📍 Plan d'eau du Port  
 📱 US Changé 53 stand up paddle

**SOCIÉTÉ DE PÊCHE**

Président : Maurice GÉHARD  
 ☎ 06 75 37 40 62  
 ✉ uschangepeche@gmail.com

**GOLF CLUB DU PAYS DE LAVAL ET DE LA MAYENNE**

☎ 02 43 53 16 03  
 ✉ accueil@golfdelaval.fr  
 📍 La Chabossière  
 🌐 www.golfdelaval.fr

**AIDE À LA LECTURE**

Contact : Philippe COLLET  
 ☎ 06 19 05 38 53

**AMICALE LAÏQUE CHANGÉENNE**

Secrétaire : Sophie HOCDE  
 ☎ 06 80 34 60 92  
 ✉ amicalelaique53@gmail.com  
 📱 Amicale Laïque Changéenne

**APEL ÉCOLE SAINTE-MARIE**

Présidente : Dany LEMOINE  
 ☎ 06 83 20 05 70  
 ✉ apelsaintemarie53@gmail.com  
 📱 APEL Ecole Ste Marie Changé 53

**OGECE ÉCOLE SAINTE-MARIE**

Président : Jean-Hugues RENOUL  
 ☎ 06 45 20 13 99  
 ✉ ogece@ecole-sainte-marie-change.fr  
 🌐 www.ecole-sainte-marie-change.fr

**LES P'TITS PAS CHANGÉENS**

Co-Présidente : Marjorie QUESTEL  
 ☎ 06 73 76 90 28  
 ✉ lesptitpaschangeens@gmail.com  
 📍 Parc des sports  
 🌐 www.change53.fr  
 📱 Pédibus Les P'tits Pas Changéens

**LA P'TITE RÉCRÉ**

Présidente : Isabelle HESLOT  
 ☎ 07 70 68 92 71  
 ✉ laptiterecre53810@gmail.com

**AU BONHEUR D'APPRENDRE ET DE PARTAGER**

Présidente : Christine NADAU  
 ☎ 07 82 12 50 72  
 ✉ abapchange53@gmail.com  
 📍 Annexe de la Médiathèque  
 🌐 http://association-abap-parentalité-éducation-montessori-laval.fr

**AMICALE DES ANCIENS COMBATTANTS**

Président : Henri HOUDAYER  
 ☎ 02 43 49 96 39

**AMICALE DES SAPEURS POMPIERS**

Président : Julien THEREAU  
 ☎ 06 22 86 78 44  
 ✉ amicalespchange53@gmail.com

**ASSOCIATION POUR LE DON DU SANG BÉNÉVOLE DE CHANGÉ**

Président : Jérémy BARTHE  
 ☎ 06 08 67 04 81  
 ✉ dondusangchange53@orange.fr  
 📍 Salle des Nymphéas  
 🌐 dondusangchange53.wixsite.com/monsite  
 📱 dondusangchange53

**CHANGÉ SOLIDAIRE**

☎ 07 71 22 82 44  
 ✉ change.solidaire53@laposte.net

**RIVES DE LA MAYENNE CONTRE LA MUCO**

Présidente : Isabelle LOMBART  
 ☎ 06 03 48 86 00  
 ✉ changemucoviscidose@gmail.com  
 📱 Virade de l'espoir Changé

**LES ARTS ENCHANTÉS DU PÔLE DE CHANGÉ**

Présidente : Patricia HERVÉ  
 ☎ 06 61 40 27 78  
 ✉ lesartsenchantes53810@gmail.com  
 📍 Atelier des Arts vivants

**ART'CAMBE**

Présidente : Françoise BOISARD  
 ☎ 06 81 64 38 40  
 ✉ artcambe53@gmail.com  
 📍 Atelier des Arts vivants

**ARTS ET LOISIRS CRÉATIFS**

Présidente : Isabelle HESLOTS  
 ☎ 07 70 68 92 71  
 ✉ alc.53810@gmail.com  
 📍 Local ALC - Place des Comabattants  
 🌐 www.alc53.org

**APCVC**

Président : Claude MANCEAU  
 ☎ 07 82 18 88 54  
 ✉ apcvc53810@gmail.com  
 📍 Local APCVC - Place des Comabattants  
 🌐 www.apcvc.org  
 📱 Club Photo Vidéo de Changé 53

**THÉÂTRE DE L'ONDE**

Présidente : Martine MADELMONT  
 ☎ 06 14 57 44 40  
 ✉ martine7337@gmail.com  
 📍 Atelier des Arts vivants  
 📱 Le théâtre de l'Onde

**LES SOUDEURS DANS LA NUIT**

Co-Président : Gilles GUERRIER  
 ☎ 07 71 74 39 23  
 ✉ lessoudeursdanslanuit@gmail.com  
 📱 Les soudeurs dans la nuit