

## INFORMATIONS PRATIQUES BALADES-DÉCOUVERTES

### Inscriptions les 21 et 22 mai, de 9h à 12h au Pôle Séniors d'Hérouville Saint-Clair.

- En cas d'indisponibilité vous pouvez appeler au **06 30 40 67 74**.
- L'inscription est individuelle : une personne ne peut pas inscrire une autre personne.
- Vous pouvez choisir 1 sortie à la journée ou 2 sorties à la 1/2 journée.
- Ces balades sont **réservées aux Hérouvillais de plus de 65 ans**.
- Une priorité sera donnée aux personnes qui n'ont pas profité de ces voyages en 2025.
- Pour les sorties à la journée : il est obligatoire de **venir avec son pique-nique**.  
Il ne sera pas possible de déjeuner dans un restaurant, ni de se séparer du groupe.

### Fatigabilité et accessibilité

- Choisissez une sortie en fonction de vos capacités physiques et précisez-les lors de votre inscription.

Balades accessibles aux personnes à mobilité réduite : ♿

Mobilité : \* Faible \*\* Modérée \*\*\* Forte \*\*\*\* Sportive

### Tarifs

**JOURNÉE COMPLÈTE** : 12€ / personne - **DEMI-JOURNÉE** : 6€ / personne

Une aide, dans la limite de cette dépense, peut vous être accordée par le CCAS sous condition de ressources. Paiement par chèque, espèces, CB.



### Flânez dans les villes de bord de mer en juillet et août grâce aux tickets Twisto

La Ville d'Hérouville Saint-Clair propose aux séniors hérouvillais 2 tickets du réseau Twisto (aller-retour) par mois (pour juillet et août) de Caen ou d'Hérouville Saint-Clair vers certaines villes du bord de mer. Informations et retrait de ces tickets au Pôle Séniors à partir du 6 juillet 2026

POUR TOUT RENSEIGNEMENT

### Pôle Séniors de la Ville d'Hérouville Saint-Clair

504 quartier du Val  
14200 Hérouville Saint-Clair

Tél. : 02 31 45 77 77

Courriel : seniorsccas@herouville.net

Site : [www.herouville.net](http://www.herouville.net)

Cet été,  
n'oubliez pas...  
vos chapeaux,  
bouteilles d'eau,  
et crème solaire !



## SÉNIORS HÉROUVILLAIS

© Maquette : Ville d'Hérouville Saint-Clair - Photo de couverture : © Mont-Saint-Michel - Imprimerie Caen Repro 02 31 95 27 66



La Ville organise pour vous

# Les balades-découvertes

EN JOURNÉE ET DEMI-JOURNÉE

DE JUIN À DÉCEMBRE

2026



**Mercredi 17 juin 2026**

**Du château au canal \*\*\***  
Château de Caen et balade sur l'eau

**DEMI JOURNÉE**



© Ville d'Hérouville Saint-Clair

- **13h15** : Départ du Pôle Séniors
- **13h30** : Parking Montmorency
- **14h et 15h** : Promenade et visite commentée en bateau sur le canal de Caen à la mer et visite commentée du château et du musée de Caen (en 2 groupes qui alternent)
- **15h** : Changement de groupe
- **Vers 17h30** : Retour à Hérouville Saint-Clair

**Jeudi 2 juillet 2026**

**Pays d'Auge \*\***  
Du fromage à la ferme



**JOURNÉE**



© Graindorge

- **8h15** : Départ du Pôle Séniors
- **8h30** : Parking Montmorency
- **10h** : Visite de la fromagerie Graindorge
- **14h** : Visite guidée et temps libre à la ferme de Ouezy
- **Vers 18h** : Retour à Hérouville Saint-Clair

**Jeudi 6 août 2026**

**Le Pays de Caux \*\***  
Veules-les-roses, Saint-Valery-en-Caux



**JOURNÉE**



© Tous droits réservés

- **07h30** : Départ du Pôle Séniors
- **07h45** : Parking Montmorency
- **Matin** : Visite commentée «Circuit du plus petit fleuve de France»
- **Après-midi** : Sortie en bateau à Saint-Valery-en-Caux
- **Vers 19h** : Retour à Hérouville Saint-Clair

**Mercredi 16 septembre 2026**

**Balade Ornaise \*\*\***  
Petites cités de caractère

**DEMI JOURNÉE**



© Tourisme pays bellémois - CC BY-SA 4.0, <https://commons.wikimedia.org> - Bellême et La Perrière

- **12h30** : Départ du Pôle Séniors
- **12h45** : Parking Montmorency
- **Après-midi** : Balade guidée dans deux petites cités de caractère Ornaises Bellême et La Perrière (2,5km)
- **Vers 19h** : Retour à Hérouville Saint-Clair

**Mercredi 24 juin 2026**

**Balade iodée \***  
Ferme ostréicole et balade sur la plage



**DEMI JOURNÉE**



© Photo: Unsplash.com - Mitili Mitili

- **12h40** : Départ du Pôle Séniors
- **13h** : Parking Montmorency
- **14h** : Visite et dégustation de la ferme ostréicole, balade au bord de la mer
- **Vers 17h** : Retour à Hérouville Saint-Clair

**Jeudi 23 juillet 2026**

**Le Mont-Saint-Michel**  
À pieds dans la baie \*\*\*\*

**JOURNÉE**



© Mont-Saint-Michel

**BONNE CONDITION PHYSIQUE NÉCESSAIRE**

- **7h45** : Départ du Pôle Séniors
- **08h45** : Parking Montmorency
- **Matin** : Traversée à pieds de la baie du Mont Saint-Michel
- **Après-midi** : Temps libre dans le Mont-Saint-Michel
- **Vers 18h30** : Retour à Hérouville Saint-Clair

**Mardi 25 août 2026**

**D'aiguilles en abbaye**  
Trésors du Perche \*\*

**JOURNÉE**



© Tous droits réservés

- **07h30** : Départ du Pôle Séniors
- **07h45** : Parking Montmorency
- **10h** : Visite des ateliers Bohin (aiguilles)
- **14h** : Balade et visite de l'abbaye de la Trappe
- **Vers 18h30** : Retour à Hérouville Saint-Clair

**Mardi 8 décembre 2026**

**L'Orne en lumières**  
Décorations lumineuses pour les fêtes



**DEMI JOURNÉE**



© Tous droits réservés

- **14h15** : Départ du Pôle Séniors
- **14h30** : Parking Montmorency
- **Après-midi/début de soirée** : Visite guidée en autocar des villages illuminés de l'Orne
- **Vers 21h** : Retour à Hérouville Saint-Clair