

30 SEPT. > 6 OCT. 2024

SEMAINE BLEUE

UNE SEMAINE ENTIÈRE D'ÉVÉNEMENTS
DÉDIÉS AUX SENIORS !

Jeunes depuis
LONGTEMPS

RENÉE ODETTE LAMIA
MARCEL BRAHIM ROLAND



Plus d'infos

Service Animations Seniors

03 20 11 34 20 (lun > ven | 9 h > 12 h)

RÉSERVATIONS
OBLIGATOIRES

C.C.A.S.
Centre Communal d'Action Sociale



Tourcoing

Chères Tourquennoises, chers Tourquennois,

Alors que les couleurs de l'automne reviennent, je suis très heureuse de vous annoncer le retour tant attendu de la Semaine Bleue. Les équipes d'animation du CCAS ont mis les bouchées doubles pour vous concocter un programme riche et captivant.

Du 30 septembre au 6 octobre, retrouvez des activités sportives, amusantes et relaxantes mais aussi des animations collectives : thé dansant, théâtre, tir à l'arc, yoga, bien-être...

La "**Semaine Bleue**", c'est l'occasion de mettre à l'honneur nos aînés et de les célébrer. C'est également le moment de se rencontrer, de passer du temps ensemble et de créer des liens plus forts entre nous !

Avec mon collègue Christophe Desbonnet, nous vous souhaitons une bonne lecture et **une très belle Semaine Bleue !**



DR.

Doriane Bécue
Maire de Tourcoing
Présidente du CCAS



DR.

Christophe Desbonnet
Adjoint au Maire
Vice-Président du CCAS

Retrouvez
le programme
sur
**bien-veillir-a-
tourcoing.fr**
et **Tempo
Connect®**



GRATUIT

Tempo Connect®

L'application dédiée aux seniors
tourquennois à télécharger
sur **seniorconnect.fr**



LE PROGRAMME DE VOTRE SEMAINE BLEUE 2024

LUNDI 30 SEPTEMBRE

LES COULISSES D'UNE CRÉATION ARTISTIQUE

Par le Théâtre du Nord l'Idéal, 19 rue des champs
Assistez aux répétitions du spectacle
« Chasselay et autres massacres »
15 h. Théâtre du Nord
Sur inscription au 03.20.14.24.24
accueil@theatredunord.fr

PÉTANQUE

Par TLS⁽¹⁾, 96 bis rue de Lille
9 h 30 > 11 h 30 Complexe de l'Atelier
Sur inscription au 03.20.11.10.15
tlsassoc@gmail.com

DESSIN PEINTURE

Par TLS⁽¹⁾, 96 bis rue de Lille
14 h > 16 h. Salle Manczur
Sur inscription au 03.20.11.10.15
tlsassoc@gmail.com

PATCHWORK TRICOT/PEINTURE SUR SOIE

Par TLS⁽¹⁾, 96 bis rue de Lille
14 h > 17 h. Maison des Associations
Sur inscription au 03.20.11.10.15
tlsassoc@gmail.com

DANSE

Par TLS⁽¹⁾, 96 bis rue de Lille
14 h > 15 h 30. Palais des sports
Sur inscription au 03.20.11.10.15
tlsassoc@gmail.com

JEUX DE SOCIÉTÉ

Par TLS⁽¹⁾, 96 bis rue de Lille
14 h > 17 h. Maison des Associations
Sur inscription au 03.20.11.10.15
tlsassoc@gmail.com

MARCHES 6 km ou 10 km

Par l'ARIC, 100 rue de Lille
9 h 15. Parc de L'Yser
(entrée rue de L'Yser)
Sur inscription au 06.11.55.03.80
aric.residence@gmail.com

YOGA DE SAMARA

Par YOGAVITAL, 115 rue de Roubaix
12 h 20 à Yogavital
Sur inscription au 06.70.96.22.21
muriellestanis@gmail.com

LOTO

Par la résidence Isabeau du Bosquel,
14 h 30 à la résidence
Sur inscription au 03.20.23.43.00
gerontologie@ch-tourcoing.fr
cvincent1@ch-tourcoing.fr

KARAOKÉ

Par la résidence Les Orchidées
15 h 30. Salon de la résidence
Sur inscription au 03.20.28.54.54
accueil.tourcoing@lesorchidées.fr

MARDI 1^{ER} OCTOBRE

BAL BLEU

Par le service Animations seniors du CCAS
14 h > 18 h
Salle des fêtes de l'Hôtel de Ville
Entrée libre

PING PONG

Par TLS⁽¹⁾, 96 bis rue de Lille
9 h > 11 h. Salle Marissal
Sur inscription au 03.20.11.10.15
tlsassoc@gmail.com

TRICOT

Par TLS⁽¹⁾, 96 bis rue de Lille
9 h > 11 h 30. Maison des Associations
Sur inscription au 03.20.11.10.15
tlsassoc@gmail.com

DESSIN PEINTURE

Par TLS⁽¹⁾, 96 bis rue de Lille
14 h > 17 h rue de Courtrai. Salle n°1
Sur inscription au 03.20.11.10.15
tlsassoc@gmail.com

YOGA DE SAMARA

Par YOGAVITAL, 115 rue de Roubaix
19 h à Yogavital
Sur inscription au 06.70.96.22.21
muriellestanis@gmail.com

CONFÉRENCE

« Les Beffrois du Nord »
Par la résidence Les Orchidées
15 h 30. Salle Polyvalente de la résidence
Sur inscription au 03.20.28.54.54
accueil.tourcoing@lesorchidées.fr

CHANSONS FRANÇAISES Piano/voix

Par la résidence Isabeau du Bosquel,
15 h. Salon de la résidence
sur inscription au 03.20.23.43.00
gerontologie@ch-tourcoing.fr
cvincent1@ch-tourcoing.fr

EXPOSITION

Paroles d'objets
Par le Centre d'Histoire Locale et Service Ville
d'art et d'histoire, 100 rue de Tournai
14 h > 16 h. Visite + atelier ludique
et créatif à la découverte des objets
du centre d'Histoire Locale
sur inscription au 03.59.63.43.66
mdubolpaire@ville-tourcoing.fr

SÉANCE DE GYM

Par l'ARIC⁽²⁾, 100 rue de Lille
10 h. Salle de gymnastique
Maison des Associations
Sur inscription au 06.11.55.03.80

MERCREDI 2 OCTOBRE

MARCHE BLEUE INTERGÉNÉRATIONNELLE

Par le service Animations seniors du CCAS
9 h 30 Parvis de l'Hôtel de Ville
Sur inscription au 03.20.11.34.20

SALON JEUX PART'ÂGES

Par le service Animations seniors du CCAS
14 h > 18 h. Hôtel de Ville
Entrée Libre (voir Tempo#35 page 4)

SPECTACLE

Tour du Monde en musique pour bouger ensemble

Par la résidence Les Maisonnées,
14 h 30. Grande salle des Maisonnées
sur inscription au 03.20.69.47.50
gerontologie@ch-tourcoing.fr
gmilito@ch-tourcoing.fr

TOURCOING FAIT SON CINÉMA Découverte des décors de tournages

Par le centre d'Histoire Locale et Service Ville
d'art et d'histoire, 100 rue de Tournai
14 h > 17 h. Visite guidée, à pieds,
en centre-ville + goûter quiz
à l'Hospice d'Havré
sur inscription au 03.59.63.43.66
mdubolpaire@ville-tourcoing.fr

INITIATION TAI CHI CHUAN

Par le CTAM⁽³⁾,
10 h 45. Complexe de l'Atelier
Ouvert à tous
Informations au 07.60.03.33.56
ctam-tourcoing@live.fr

ATELIER D'ÉCRITURE

Et si on se sentait en vacances à Tourcoing

Par la Ludomédiathèque Colette, 27 rue Roger Salengro
Avec les résidences Mahaut de Guisnes,
les Maisonnées et Isabeau du Bosquel,
dans le cadre d'atelier sur le voyage.
10 h 30 > 12 h. À la Ludomédiathèque
Sur inscription au 03.59.63.43.00
mlefebvre@ville-tourcoing.fr

RÉCITAL D'ELSA DREISIG

Par l'Atelier Lyrique, 82 boulevard Gambetta,
Cycle de mélodies de Robert Schumann
20 h. Théâtre municipal Raymond Devos
Tarif : seniors 10 €
Billetterie : 03.20.26.66.03
billetterie@atelierlyrique.com

⁽¹⁾TLS : Tourcoing Loisirs Sortir. ⁽²⁾ARIC : Amicale des Retraités, Indépendants et Cadres

⁽³⁾CTAM : Club Tourquennois d'Arts Martiaux

INSCRIVEZ-VOUS SANS COMPTER ! LES ACTIVITÉS SONT **GRATUITES** (sauf tarifs indiqués)



PIANO

Par la résidence Les Orchidées
15h30. Salon de la résidence
Sur inscription au 03.20.28.54.54
accueil.tourcoing@lesorchidées.fr

TIR À L'ARC

Par TLS⁽¹⁾, 96 bis rue de Lille
9h > 12h. Complexe de l'Atelier
Sur inscription au 03.20.11.10.15
tlsassoc@gmail.com

PÉTANQUE

Par TLS⁽¹⁾, 96 bis rue de Lille
9h30 > 11h30. Complexe de l'Atelier
Sur inscription au 03.20.11.10.15
tlsassoc@gmail.com

JEUX DE TABLE

Par TLS⁽¹⁾, 96 bis rue de Lille
14h > 17h. Maison des Associations
Sur inscription au 03.20.11.10.15
tlsassoc@gmail.com

YOGA SUR CHAISE

Par l'ARIC⁽²⁾, 100 rue de Lille
9h45. Espace ARIC
sur inscription au 06.11.55.03.80
aric.presidence@gmail.com

JEUDI 3 OCTOBRE

INFORMATIQUE

Par TLS⁽¹⁾, 96 bis rue de Lille
9h > 11h45. CCAS
Sur inscription au 03.20.11.10.15
tlsassoc@gmail.com

ANGLAIS

Par TLS⁽¹⁾, 96 bis rue de Lille
15h30 > 17h. Salle rue de Strasbourg
Sur inscription au 03.20.11.10.15
tlsassoc@gmail.com

YOGA DE SAMARA

Par YOGAVITAL, 115 rue de Roubaix
19h. à Yogavital
Sur inscription au 06.70.96.22.21
muriellestanis@gmail.com

PORTES OUVERTES AU PASA⁽³⁾

Par la résidence Mahaut de Guisnes,
Venez découvrir la vie du service
10h30 > 12h - 14h30 > 16h30
à la résidence
Sur inscription au 03.20.69.47.00
gerontologie@ch-tourcoing.fr
iwarrot@ch-tourcoing.fr

GRAND QUIZZ

spécial « Jeux Olympiques »
Par la résidence Les Maisonnées,
14h30. Grande salle des Maisonnées
Sur inscription au 03.20.69.47.50
gerontologie@ch-tourcoing.fr
gmilito@ch-tourcoing.fr

VENDREDI 4 OCTOBRE

REPAS DANSANT

Par le service Animations seniors du CCAS
La Bonne franquette à Halluin
Tarifs : 45 €/50€⁽⁴⁾
Sur inscription au 03.20.11.34.20

SPECTACLE FRANCO-PICARD

Les Gins d'« Tourco »
Par l'association des amis de Tourcoing
et du Carillon en partenariat avec le CCAS
Théâtre Municipal Raymond Devos
Séances à 15h & 20h
Tarif : 8 €/Gratuit pour les -12 ans

CONFÉRENCE

Simone Veil, une femme d'exception
Par le service Animations seniors du CCAS
Sur inscription au 03.20.11.34.20

« LES OISEAUX DE PASSAGE »

Par La résidence Les Orchidées
15h30. Salon de la résidence
Sur inscription au 03.20.28.54.54
accueil.tourcoing@lesorchidées.fr

SOPHROLOGIE

Par TLS⁽¹⁾, 96 bis rue de Lille
9h > 10h. Complexe de l'Atelier
Sur inscription au 03.20.11.10.15
tlsassoc@gmail.com

PING PONG

Par TLS⁽¹⁾, 96 bis rue de Lille
9h > 11h. Salle Marissal
Sur inscription au 03.20.11.10.15
tlsassoc@gmail.com

MARCHE RELAIS

avec transmission de la flamme
Par INTER EHPAD
Parc Clémenceau (selon météo)
14h15. Résidence Isabeau du Bosquel
Sur inscription au 03.20.23.43.00
gerontologie@ch-tourcoing.fr
cvincent1@ch-tourcoing.fr

JEUX DE SOCIÉTÉ

Par la Médiathèque Andrée CHEDID,
156 rue Fin de la Guerre
14h > 16h à la médiathèque
Sur inscription au 07.83.93.71.23
mediatheque@ville-tourcoing.fr

MARCHE + PIQUE-NIQUE

Par Mardi Gym, 100 rue de Lille
Départ 10h45. Quai du Halot
Marche de 2x5 km. Arrêt pique-nique
à la ferme Dehaut/Wasquehal
sur inscription au 07.83.93.71.23
ou 06.68.22.85.39
assomardigym@gmail.com

DANSE

Par TLS⁽¹⁾, 96 bis rue de Lille
10h > 11h30. Salle Manczur
Sur inscription au 03.20.11.10.15
tlsassoc@gmail.com

CONFÉRENCE

Prosper Mérimée
« Nous lui devons tant »
Par la résidence Les Orchidées,
15h30. Salle polyvalente de la résidence
Sur inscription au 03.20.28.54.54
accueil.tourcoing@lesorchidées.fr

SAMEDI 5 OCTOBRE 2024

MARCHES

4 km ou 8 km
Par TLS⁽¹⁾, 96 bis rue de Lille
14h30. Parking Centrakor,
119 rue des Francs
Sur inscription au 03.20.11.10.15
tlsassoc@gmail.com

DIMANCHE 6 OCTOBRE 2024

SPECTACLE

Cabaret Folies
Par la résidence Mahaut de Guisnes,
14h30 > 16h à la résidence
Sur inscription au 03.20.69.47.00
gerontologie@ch-tourcoing.fr
iwarrot@ch-tourcoing.fr



Tempo Connect®
L'application dédiée
aux seniors tourquennois
à télécharger sur
seniorconnect.fr

ADRESSES :

- Théâtre du Nord 19 rue des champs
- Complexe de l'Atelier 81 Rue des Piats
- Salle Manczur 147 rue de la Blanche Porte
- Maison des Associations 100 rue de Lille
- Palais des sports 21 Rue du Calvaire
- Salle Marissal 125 rue de Courtrai
- Théâtre municipal Raymond Devos 1 place du Théâtre
- Espace ARIC, 10 rue Alexandre Ribot
- CCAS 26 rue de la Bienfaisance
- RÉSIDENCES :
Isabeau du Bosquel, 89 rue nationale
Les Orchidées, 75 rue de la cloche
Les Maisonnées, 155 rue du Président Coty
Mahaut de Guisnes,
135 rue du Président Coty

ODETTE AMIA
ROLAND BRAHM
RENÉE MARTEL

⁽⁴⁾Tarif pour les non Tourquennois. ⁽⁵⁾PASA : Pôle d'activités et de soins adaptés

Vous n'allez pas vous ennuyer !

OCTOBRE

Inscriptions à partir du :

Tourquennois/06 sept.
Non Tourquennois/09 sept.

SEMAINE BLEUE : 30 SEPT
08 OCT
2024

Programme complet :
voir pages précédentes

• LUNDI 07 • **GRATUIT**

GYMNASTIQUE COGNITIVE
Séance CREADIAZ


• MERCREDI 09 • **GRATUIT**

MARCHE  
Découverte
de la voie verte

• JEUDI 10 • **GRATUIT**

SALON SENIOREVA
LILLE
(Titre de transport Ilevia
à prévoir)

• MARDI 15 •

BETHUNE 
Balade guidée en forêt
et goûter
Tarif : 20 € / 30 €*

• MERCREDI 16 • **GRATUIT**

OLYMPIADES NUMÉRIQUES 

• JEUDI 17 •

BOWLING
Formule Goûter
Tarif : 20 € / 30 €*

• MARDI 22 • **GRATUIT**

GYMNASTIQUE COGNITIVE
Séance CREADIAZ

Légende :



Animation
Intergénérationnelle



Marcheur

*Non Tourquennois

NOVEMBRE

Inscriptions à partir du :

Tourquennois/04 oct.
Non Tourquennois/07 oct.

• MARDI 05 • **GRATUIT**

CAFÉ NUMÉRIQUE
« Photos avec
son smartphone »

• VENDREDI 08 •

ARQUES 
Visite guidée
de l'usine GOUDALE
et de la cristallerie
Repas libre à SAINT-OMER
Tarif : 28 € / 38 €*

• MARDI 12 • **GRATUIT**

GYMNASTIQUE COGNITIVE
Séance CREADIAZ

• JEUDI 14 •

BOWLING
Formule Repas
Tarif : 38 € / 48 €*

• VENDREDI 15 •

LOTO DES SENIORS
Salles des fêtes de l'Hôtel de Ville
Tarif : 20 € le carnet de 12 grilles

• JEUDI 21 •

ABBAYE DE VAUCELLES
Marché de Noël
Tarif : 15 € / 25 €*

• VENDREDI 22 •

CONFÉRENCE **GRATUIT**
« La Sainte Cécile.
La fête des musiciens
et des Choristes »

JEUX INTERVILLES

• LUNDI 25 • **GRATUIT**

GYMNASTIQUE COGNITIVE
Séance CREADIAZ

• JEUDI 28 • **GRATUIT**

AUTOUR DU FILM
Médiathèque André Chedid

ATELIER ART FLORAL

Création d'une couronne de fleurs
sur le thème de Noël
Tarif : 25 € / 35 €*

DÉCEMBRE

Inscriptions à partir du :

Tourquennois/25 oct.
Non Tourquennois/28 oct.

• MARDI 03 • **GRATUIT**

AUTOUR DU JEU
Médiathèque André Chedid

• VENDREDI 06 •

AIX LA CHAPELLE 
+ **MONSCHAU**
Marché de Noël
Tarif : 26 € / 36 €*

• JEUDI 12 •

BOWLING
Formule Goûter
Tarif : 20 € / 30 €*

• LUNDI 16 •

VISITE GUIDÉE
de l'usine de Jean's
NEUVILLE-EN-FERRAIN
Tarif : 5 € / 8 €*

• MARDI 17 •

SPECTACLE DE NOËL
Théâtre Municipal
Raymond Devos
Tarif : 5 € / 8 €*

• JEUDI 19 •

ARRAS 
Visite guidée
de la carrière Wellington
et marché de Noël
Tarif : 18 € / 28 €*



Avant de vous inscrire
à une activité, vérifiez la date
à partir de laquelle
les inscriptions sont ouvertes !
(voir en haut des colonnes du tableau)

Retrouvez
le programme
sur
**bien-veillir-a-
tourcoing.fr**
et **Tempo
Connect®**



Tempo Connect®
L'application dédiée aux seniors
tourquennois à télécharger
sur **seniorconnect.fr**

03 20 11 34 20
(lundi > vendredi de 9h à 12h)

Dès
60
ans

**RÉSERVATIONS OBLIGATOIRES
& INFORMATIONS PAR TÉLÉPHONE**