

PROGRAMME SENIORS

SEPTEMBRE À DÉCEMBRE
2026



Programmation proposée par le Service Animation du CCAS de Wattrelos
Pour plus d'informations et inscriptions : 03 20 81 65 09 ou 03 20 83 73 48
06 85 09 09 82 ou 06 69 29 97 73

Programmation proposée par le Service Animation Seniors du CCAS de Wattrelos.

Des activités variées

Ce programme est fait pour vous !

Vous ne direz plus jamais que vous ne savez pas quoi faire.
Vous n'aurez plus d'excuses pour ne pas reprendre le sport,
les sorties culturelles, ateliers créatifs, jeux de sociétés, ...

Chaque activité a été pensée pour répondre à vos attentes
et pour vous offrir des moments de partage et de
convivialité.

Venez vous détendre en bonne compagnie et en toute
sécurité.

Et comme il n'y a pas d'âge pour s'amuser, le CCAS vous
donne l'occasion de faire de nouvelles rencontres et de
dynamiser votre quotidien. Le Service Animation Seniors,
les associations seniors de la ville, les résidences
autonomie, vous dévoilent leurs animations, conçues rien
que pour vous.

Conservez ce programme toute l'année ou retrouvez-le sur
site de la ville : www.ville-wattrelos.fr. et sur l'application

**Panneau
Pocket**

Activités SPORTIVES Régulières 2026

GYMNASTIQUE DOUCE

Une activité douce adaptée
à votre rythme et vos capacités.

- **Lundi 10h à 11h**
Domaine de la Roselière, 89 rue Léon Blum
- **Mardi 10h à 11h**
Résidence du Parc, 101 rue Georges Philippot
- **Mercredi 10h à 11h**
Résidence du Touquet, 437 rue du Mont à Leux
- **Vendredi 10h à 11h**
Résidence de la Houzarde, 167 rue Jules Guesde

Animé par Laurent MIRISKY : 03.20.81.65.09
ou 03.20.83.73.48 ou 06.73.62.58.85 @
laurent.mirisky@ville-wattrelos.fr

GYMNASTIQUE

Une activité adaptée à tout le monde.

Gym Douce et Adaptée : Mardi à 10h00

- **Gym : Mercredi à 10h00 et Vendredi à 10h00**
Résidence du Touquet, 437 rue du Mont à Leux
Tel : 03.20.26.29.27

- **Gym Tonic : Mardi à 10h00 (tous les 15 jours)**
Résidence de la Houzarde, 167 rue Jules Guesde
Tel : 03.20.02.84.63

GYMNASTIQUE COGNITIVE

Un moyen de stimuler sa mémoire tout en
faisant des petits exercices physiques.

- **Gym Cognitive**
Mercredi : 10h00 à 11h00
Résidence du Parc, 101 rue Georges Philippot
Tel : 03.20.82.87.74
- **Gym adaptée : Mardi 9h30 à 10h15**
- **Taï chi : Vendredi 9h15 à 10h30**
- **Renforcement Musculaire :**
Vendredi 13h45 à 14h30
Lundi 14h00 à 15h00
- **Gym Zen : Vendredi 14h30 à 15h15**
- **Danse Fitness : Samedi 9h30 à 10h15**
10h15 à 11h15
C.S.E, rue Gustave Delory Tel : 03.20.81.59.03

LA MARCHÉ

La marche est bénéfique pour maintenir
les articulations flexibles et agiles.

- **La Marche : Mardi 14h30 à 17h00**
Lieu de rendez-vous déterminé à l'inscription.

Animée par Laurent MIRISKY : 03.20.81.65.09
ou 03.20.83.73.48 ou 06.73.62.58.85
@ laurent.mirisky@ville-wattrelos.fr

Activités SPORTIVES Régulières 2026

AQUAGYM

L'aquagym se pratiquée en piscine évite les chocs et minimise le risque de blessures.

- **Tous les lundis à 15h00**
Au Centre Nautique le CALYPSO
46 rue Lavoisier à Wasquehal

Tarif 5 séances : 13 € Wattrelosiens

Les séances sont réservées aux seniors Wattrelosiens.

Accompagnateur et encadrant
Laurent MIRISKY : 03.20.81.65.09
ou 03.20.83.73.48 ou 06.73.62.58.85
@ laurent.mirisky@ville-wattrelos.fr

BADMINTON

Le badminton se joue en simple ou en double.

- **Lundi, mercredi, vendredi 20h00 à 22h00**
Débutant et expert.
Amicale Jean-Zay, 34 rue Alfred Delecourt
Tel : 06.27.38.32.48

LA PÉTANQUE

La pétanque est un sport de boules d'origine française. Le but du jeu est de placer ses boules le plus près possible d'un petit cochonnet en bois. Elle se joue souvent en équipes de trois. Elle sollicite adresse, concentration et équilibre.

- **Du Lundi au vendredi 16h30 à 20h00**
Débutant et expert.
Amicale Jean-Zay, 34 rue Alfred Delecourt
Tel : 06.64.67.49.40

LA BOURLE

Le jeu de bourle est pratiqué en Flandre belge et française. Wattrelos compte aujourd'hui sept bourloires.

- **Mardi au vendredi à 14h00 et Samedi matin**
Les Amis de la Bourle, Maison des Jeux et Traditions, rue Jean Castel
Tel : 03.20.83.72.76
- **Le Cercle Saint Joseph**
Fédération des Sociétés de Bourles, 41 rue Saint Joseph Tel : 03.20.75.14.95
- **La Société de Bourles La Concorde**
La Concorde, 60 rue du Commandant Bossut
Tel : 06.66.03.94.38

Activités BIEN - ÊTRE

Régulières 2026

MASSAGE AYURVEDIQUE

Le massage ayurvédique est un des fondements de la médecine traditionnelle indienne. Il permet d'atteindre un état de profonde relaxation.

- **Vendredi 16h30**

Résidence du Touquet, 437 rue du Mont à Leux
Tel : 03.20.26.29.27

Résidence de la Houzarde, 167 rue Jules Guesde
Tel : 03.20.02.84.63

QI GONG

- **Mardi à 10h30**

Résidence de la Houzarde, 167 rue Jules Guesde
Tel : 03.20.02.84.63

YOGA

Le yoga est un ensemble de technique mêlant les pratiques respiratoires, la relaxation profonde et les postures physiques.

- **Yoga avec Djamila**

Samedi 10h00 à 11h00 ou de 11h00 à 12h00

C.S.E, rue Gustave Delory
Tel : 03.20.81.59.03

SOPHROLOGIE

- **Mardi à 17h00**

Résidence du Touquet, 437 rue du Mont à Leux
Tel : 03.20.26.29.27

- **1 Fois par mois de 14h00 à 15h30
(limité à 15 pers) Gratuit**

Centre Social de l'Avenir, 4 rue Herriot
Tel : 03.20.75.75.74

DANSE

Le corps devient l'instrument à partir duquel on apprend à être bien dans sa peau.

-
- **Zumba Fitness : Lundi 19h00 à 20h00
Mercredi 19h15 à 20h15**
 - **Danse Intuitive : Mardi 10h15 à 11h00**
 - **Danse de société**

(Rock, Salsa, Tango, Cha cha ...)

Dimanche de 10h30 à 11h30

C.S.E, rue Gustave Delory
Tel : 03.20.81.59.03

- **Danse Country : STOM & KICK**

Mercredi 18h00 à 20h00 (débutants)

La Maison des Associations, 2 rue Pierre
Brossolette
Tel : 06.64.09.15.59

CHANT / RESPIRATION / MUSIQUE

Chanter est une activité sans artifice et accessible à tous. La musique favorise une et bonne santé mentale, physique et émotionnelle.

- **Chant et Respiration : Jeudi 10h00**

Résidence du Touquet, 437 rue du Mont à Leux
Tel : 03.20.26.29.27

- **Chorale : Jeudi 20h00 à 22h00**

Avec "Grain d'Phonie"
C.S.E, rue Gustave Delory
Tel : 03.20.81.59.03

- **Percussion : Vendredi à 10h00**

Résidence du Touquet, 437 rue du Mont à Leux
Tel : 03.20.26.29.27

Activités **BIEN - ÊTRE** Régulières 2026

ATELIER MÉMOIRE

Activité conçue pour stimuler la mémoire des seniors.

- **Mardi 14h30**

Résidence du Touquet, 437 rue du Mont à Leux
Tel : 03.20.26.29.27

- **Mercredi 14h30 "Mémo Move" tous les 15 jours**

Résidence de la Houzarde, 167 rue Jules Guesde
Tel : 03.20.02.84.63

- **Mercredi 15h00**

Domaine de la Roselière, 89 rue Léon Blum
Tel : 03.20.02.00.80

- **Mercredi 15h00**

Résidence du Parc, 101 rue Georges Philippot
Tel : 03.20.82.87.74

EXPRESSION CORPORELLE

Elle permet aux individus de canaliser les émotions, en prenant conscience de la capacité d'expression du corps sur un mode non-verbal et gestuel.

- **Jeudi 10h30**

- Domaine de la Roselière, 89 rue Léon Blum
Tel : 03.20.02.00.80

DANSES EXPRESSIVES

Danses Orientales et Kabyles

- **Mercredi 18h30 à 19h30**

Convergences, 127 rue Lerustre
Tel : 03.20.82.95.28 ou 07.56.83.45.00

PRANA'MASTÉ

Association de pratiques du Bien-être, éducatrice sportive propose des séances :

- **Yoga sur chaise : Jeudi de 11h à 12h00**

- **Pilates : Mardi de 18h30 à 19h30
Mercredi de 19h00 à 20h00**

- **Pilates/Stretching : Lundi de 18h00 à 19h00**

- **Hatha Yoga Doux : Vendredi de 19h00 à 20h00
Mercredi de 9h45 à 10h45**

- **Spirothérapie : Jeudi 11h15 à 12h00**

C.S.E, rue Gustave Delory
Tel : 03.20.81.59.03

THÉÂTRE

Développer la présence et l'expression orale, exprimer son dynamisme et sa force de conviction à travers des jeux scéniques.

Théâtre pour Adultes asso "Théâtre et Vous"

- **Mardi de 18h30 à 20h30**
- **Jeudi de 18h30 à 20h30**
C.S.E, rue Gustave Delory
Tel : 03.20.81.59.03

Activités MANUELLES

Régulières 2026

ATELIERS CULINAIRES

Un atelier culinaire est un moment de partage et de convivialité pour ceux qui aiment la cuisine facile et créative.

- **Lundi 9h30 à 11h30**
Résidence du Touquet, 437 rue du Mont à Leux
Tel : 03.20.26.29.27
- **1 goûter par mois les jeudis à 15h00**
- **1 atelier cuisine internationale par mois les mardis de 9h00 à 14h00**
- **1 fois par mois Vita'Alim (Diététicien sur place)**
Centre Social Avenir - Groupe Beaulieu Aventure
4 rue Edouard Herriot
Tel : 03.20.75.75.74

ATELIER COUTURE

La couture est restée une activité essentielle pour la création de vêtements, de bijoux ou de pièces spécifiques

- **Lundi de 10h00 à 12h00 et de 14h00 à 16h00**

Centre Social de l'Avenir Groupe Beaulieu Aventure
4 rue Edouard Herriot
Tel : 03.20.75.75.74

TRICOTHÈQUE

Le tricot booste la créativité et l'imagination. C'est un bon moyen de lutter contre le stress et prévenir les maladies articulaires.

- **Mercredi 17h00**
Résidence du Touquet, 437 rue du Mont à Leux
Tel : 03.20.26.29.27
- **Mercredi 14h00 à 16h00**
Club du Sapin Vert, rue Alfred Delecourt
Tel : 07.82.34.47.11
- **Lundi et Vendredi de 14h00 à 16h30**
Centre Social Avenir - Groupe Beaulieu Aventure
4 rue Edouard Herriot
Tel : 03.20.75.75.74

Activités MANUELLES

Régulières 2026

OUTILOTHÈQUE

Elle permet d'emprunter une gamme variée d'outils gratuitement : outillage à main et outillage électroportatif

- **Mardi 9h00 et Jeudi 16h00**

Centre Social de l'Avenir Groupe Beaulieu Aventure
4 rue Edouard Herriot
Tel : 03.20.75.75.74

ATELIER DÉCO

- **Jeudi de 13h30 à 16h00**

Centre Social de l'Avenir Groupe Beaulieu Aventure
4 rue Edouard Herriot
Tel : 03.20.75.75.74

ATELIER JARDINAGE

Le jardinage aide à combattre la sédentarité.
C'est une activité bénéfique pour la santé mentale et physique des seniors.

- **Mardi 15h00**

Domaine de la Roselière, 89 rue Léon Blum
Tel : 03.20.02.00.80

- **Mardi, mercredi, jeudi 14h00**

Centre Social Avenir - Groupe Beaulieu Aventure
4 rue Edouard Herriot
Tel : 03.20.75.75.74

TRAVAUX MANUELS

Ces activités permettent de développer l'imagination, l'esprit d'esthétique, la dextérité, le goût et l'esprit de créativité.

Jeudi 14h00 :

Centre Social de l'Avenir Groupe Beaulieu Aventure
4 rue Edouard Herriot
Tel : 03.20.75.75.74

Jeudi 15h00 :

Domaine de la Roselière, 89 rue Léon Blum
Tel : 03.20.02.00.80

Tout les 15 jours : Arts Plastique :

Résidence de la Houzarde, 167 rue Jules Guesde
Tel : 03.20.02.84.63

Activités CULTURELLES & NUMÉRIQUES Régulières 2026

ATELIERS NUMÉRIQUES

- **Mardi 10h30 - Initiation informatique :**
- **Lundi 15h00 - Quizz sur tablette :**

Résidence Damécosi, 89 rue Louis Dornier
Tel : 03.74.09.69.25

(Sur inscription uniquement)

- **Vendredi de 9h30 à 11h30 (1 fois par mois)**
Consultation Internet + Bar à IPAD
Accès libre aux postes informatiques
- **Jeudi de 14h00 à 16h00 (tous les 2 mois)**
 - Initiation à la tablette
 - Ateliers numériques sur des thèmes différents

(Facebook-Snapchat-Internet...)

Bibliothèque Municipale Centrale - 2 rue Emile Basly
Tel : 03.20.81.66.38

(Sur inscription uniquement)

- **Espace Multimédia**

Bibliothèque Annexe du Sapin Vert - Maison des services - 47 rue de l'Union

Tel : 03.20.28.44.45

et

Bibliothèque Annexe de Beaulieu - Espace de lecture

Léon Blum - 4 rue Edouard Herriot

Tel : 03.20.65.51.33

BIBLIOTHÈQUE

- **Tous les 15 jours**

BIBLIOBUS - Le Bibliobus circule dans tous les quartiers de la ville selon la semaine A et B (itinéraires et horaires disponibles à la bibliothèque de votre quartier).

Le Bibliobus
Tel : 06.08.96.27.58

- **Atelier lecture - 1 fois par mois**

Depuis plusieurs années, une animatrice intervient une fois par mois pour des lectures à "Haute voix" auprès des seniors. C'est souvent l'occasion d'une belle rencontre autour d'un texte d'humour, d'une poésie, d'un récit de vie.

Bibliothèque Municipale Centrale, 2 rue Emile Basly
Tel : 03.20.81.66.38

CINÉMA

- **Tous les lundis à 15h00 :** Amicale Ciné de Leers, 35 rue Joseph Leroy à Leers.

Tarifs pour 5 séances (valable 8 mois):

25 € Wattrelosiens

30 € Non-wattrelosiens

Tarifs pour 10 séances (valable 12 mois):

45 € Wattrelosiens

55 € Non-wattrelosiens

Transport possible du C.C.A.S

Programme sur 3 semaines disponible au service animation par téléphone.

Mme DI FLORIO : Accompagnatrice et chauffeur

Tel : 03.20.83.73.48 ou 06.69.29.97.73

@ Nathalie.HOLVOET@ville-wattrelos.fr

Activités DÉTENTE & LOISIRS

Régulières 2025

JEUX DE CARTES

Jeux de Cartes (Belotes, Rami...) :

- **Lundi - jeudi - samedi de 17h30 à 20h00**
- **Dimanche de 10h00 à 13h00**
Amicale Jean Zay, 34 rue Alfred Delecourt
Tel : 06.27.38.32.48

TOUS LES JOURS DANS LES RESIDENCES AUTONOMIE

Résidence du Touquet, 437 rue du Mont à Leux
Tel : 03.20.26.29.27

Résidence de la Houzarde, 167 rue Jules Guesde
Tel : 03.20.02.84.63

Domaine de la Roselière, 89 rue Léon Blum
Tel : 03.20.02.00.80

Résidence du Parc, 101 rue Georges Philippot
Tel : 03.20.82.87.74

JEUX DE SOCIÉTÉ

- **Vendredi de 18h00 à 20h00**

Centre Social Avenir - Groupe Beaulieu Aventure,
4 rue Edouard Herriot
Tel : 03.20.75.75.74

TOUS LES JOURS DANS LES RESIDENCES AUTONOMIE

Résidence du Touquet, 437 rue du Mont à Leux
Tel : 03.20.26.29.27

Résidence de la Houzarde, 167 rue Jules Guesde
Tel : 03.20.02.84.63

Domaine de la Roselière, 89 rue Léon Blum
Tel : 03.20.02.00.80

Résidence du Parc, 101 rue Georges Philippot
Tel : 03.20.82.87.74

ÉVÈNEMENTS

Septembre 2026

Inscriptions au banquet des aînés
du 16 septembre au 6 novembre
pour le grand public (Hors
affiliation club ou association).
Renseignements service
animation.

Mercredi 09
SEPTEMBRE
de 10H00 à 18h00

Tournoi de Pétanque

Tournoi de pétanque en triplette organisé
par le Club du Sapin Vert au Boulodrome
Jean Zay, avec 2 parties à 10h00 et 14h00,
suivies d'un barbecue.

Tarif : 7 € /joueurs +2,50 €
(Sandwichs avec viandes grillée)

Inscription au Club du Sapin Vert
40 rue Alfred Delecourt

Tel : 07.82.34.47.11 et 07.77.26.66.98



Jeudi 10
SEPTEMBRE
à 14h00

Spectacle - Cabaret

La Troupe "EXOTISME" Show Cabaret avec
les strass et paillettes....au C.S.E

Tarif : 7 € Wattelosiens
9 € Extérieurs



Samedi 12
Dimanche 13
SEPTEMBRE

Fête des Berlouffes



Mardi 15
SEPTEMBRE
à 8h00

Journée à Boulogne

10h00 : Temps libre au Vieux Boulogne ou la
Plage de Boulogne

12h00 : Repas "Les Copines" au centre de
Boulogne.

14h30 : Balade à bord du bateau "Le Vent
d'Opale" nouvelle attraction de Nausicaa

Tarif : 31 € Wattelosiens
41 € Extérieurs

Transport autocar limité à 53 places.

ÉVÈNEMENTS

Septembre 2026

Samedi 19
SEPTEMBRE
De 14h00 à 17h00

Journées du Patrimoine

Week-end riche en visite avec pour visite libre et gratuite " La Cave d’Affinage de la Maison César de Losfeld" à Roubaix

GRATUIT

Places limitées et transport assuré par le CCAS Animation.

Samedi 19
SEPTEMBRE
à 14h00

Loto de la rentrée

Organisé par le Centre Social de l’Avenir

Inscription au Centre Social Avenir

82 rue Léon Blum

Tel : 03.20.75.75.74

Samedi 19
SEPTEMBRE
à 12h00

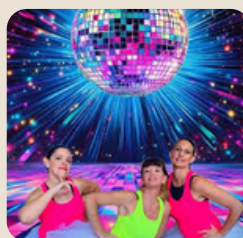
Repas Dansant

Repas Moules/ Frites organisé par le Club de Lyautey

Inscriptions au club de Lyautey

Rue des Patriotes

Tel : 03.20.27.51.04



Mardi 22
SEPTEMBRE
à 14h30

Spectacle

Après-midi Spectacle Show "DISCO" à la salle Wattremez à Roubaix.

Tarif : 7 € Wattelosiens

9 € Extérieurs

Places limitées.

Transport assuré par le C.C.A.S animation.

ÉVÈNEMENTS

Septembre 2026

Samedi 26
Dimanche 27
SEPTEMBRE

Fête des Associations

Rassemblement de plusieurs associations et structures de la ville de Watrelos avec Animations Festives prévues...à la salle Salengro.

Samedi 26
SEPTEMBRE
à 14h00

Super Loto Bingo

Avec petite restauration, organisé par le Club du Nouveau Laboureur

Inscription au C.A.N.L

Rue d'Halluin

Tel : 03.20.80.64.43

ÉVÈNEMENTS

Octobre 2026



Vendredi 02
OCTOBRE
à 19h30

Automne de l'Humour

“Mel, 43 ans et toutes ses dents”
Avec la compagnie “La Belle Histoire”
à la Boite à Musiques .

Tarif : 6 € tarif réduit
9 € tarif plein

Billetterie au Wattrelos Découverte et
au C.S.E ou en ligne www.billetweb.fr

Samedi 03
OCTOBRE
à 18h00

Fête des Allumoirs

Au Centre Social de l' Avenir

Inscription au Centre Social Avenir
82 rue Léon Blum
Tel : 03.20.75.75.74

Jeudi 08
OCTOBRE
à 15h00

Théâtre Patoisant

Avec la bonne humeur et l'humour garanti de
Christian et Valentin LADOË au C.S.E

Tarif : 2 €

Billetterie au Wattrelos Découverte
et au C.S.E



Samedi 10
OCTOBRE
à 10h45

Inauguration de la Semaine Bleue

**“Relions tous les âges dans des territoires
engagés ! “**

Animations : Chorale théâtrale par des séniors de
résidences autonomes et mini-concert
intergénérationnel avec le conservatoire de
musique de Wattrelos.

GRATUIT

Places limitées.

Transport assuré par le C.C.A.S animation.

ÉVÈNEMENTS

Octobre 2026



Samedi 10
OCTOBRE
à 19h00

Repas Spectacle Cabaret

Humour- Danse et Comédie Musicale
au C.S.E au programme en 3 parties :
le Grand Hôtel- Hollywood- Paris
Repas entrée froide- plat chaud-
Dessert.

Tarif : 49 €

Billetterie en ligne :

<https://my.weezevent.com/spectacle-cabaret-troupe-evasion> |



Samedi 10
OCTOBRE
à 14h00

Atelier Coupe et Couture

Exposition : Puces des Couturières
avec la Maison du Projet “La Lainière”.

GRATUIT

Places limitées.

Transport assuré par le C.C.A.S animation.



Dimanche 11
OCTOBRE
à 14h00

Spectacle Cabaret

Humour-Danse et Comédie Musicale
au programme en 3 parties :
le Grand Hôtel- Hollywood-Paris
Café ou thé Gourmand (Mignardises)

Tarif : 20 €

Places limitées.

Transport assuré par le C.C.A.S
animation.

Billetterie en ligne :

<https://my.weezevent.com/spectacle-cabaret-troupe-evasion> |



Dimanche 11
OCTOBRE
à 18h00

Concert

Hommage à Freddie King l'un des plus
influent musiciens de Blues pour les
guitaristes de rock....Freddie's King à
Wattrelos

Tarifs : 6 € (tarif réduit)

9 € (tarif plein)

Places limitées.

Transport assuré par le C.C.A.S animation.

ÉVÈNEMENTS

Octobre 2026



Lundi 12
OCTOBRE
à 8h00

Journée : Histoire du Nord

Au programme :

10h00 : Visite de la Cité des
Electriciens à Bruay-la Buissonnière

12h00 : Repas à la "Pataterie" à
Bruay-la -Buissonnière

14h00 : Visite du Musée de la Mine
"Jacques DERAMAUX" à Auchel.

Tarif : 26 € Wattrelosiens

31 € Extérieurs

Transport autocar limité à 54 places.



Lundi 12
OCTOBRE
de 10h à 11h

Gymnastique Douce

Au Domaine de la Roselière

GRATUIT

Animé par Laurent MIRISKY :

06.73.62.58.85

@ laurent.mirisky@ville-wattrelos.fr



Lundi 12
OCTOBRE
de 9h30 à 11h30

Atelier Pâtisserie

Résidence du Touquet

437 rue du Mont à Leux

Tel : 03.20.26.29.27

GRATUIT

Places limitées.

**Transport assuré par le C.C.A.S
animation.**



Lundi 12
OCTOBRE
de 15h à 16h00

Atelier de Chant

Résidence du Parc

101 rue Georges Phiippot

Tel : 03.20.82.87.74

GRATUIT

Places limitées.

**Transport assuré par le C.C.A.S
animation.**

ÉVÈNEMENTS

Octobre 2026



Mardi 13
OCTOBRE
à 14h30

La Marche Bleue Intergénérationnelle

Au Parc Lion accompagné des enfants de l'école élémentaire "Jean Macé", avec un guide botanique en terminant sur la visite libre de la ferme pédagogique.

GRATUIT Animé par Laurent MIRISKY :
06.73.62.58.85
@ laurent.mirisky@ville-wattrelos.fr



Mardi 13
OCTOBRE
de 14h30 à 17h30

Porte Ouverte

"Grand Quiz Intergénérationnel avec le lycée Emile Zola et Tournoi de Pétanque
À la Résidence de la Houzarde,
167 rue Jules Guesde
Tel : 03.20.02.84.63

GRATUIT Places limitées.
Transport assuré par le
C.C.A.S animation.



Mardi 13
OCTOBRE
de 17h00 à 18h00

Sophrologie

Résidence du Touquet
437 rue du Mont à Leux
Tel : 03.20.26.29.27

GRATUIT

Places limitées.

Transport assuré par le C.C.A.S
animation.



Mercredi 14
OCTOBRE
de 08h00 à 17h30

Journée du SISM

Ateliers intergénérationnels dans le cadre de la Semaine d'Information sur la Santé Mentale :
Recherche de 10 seniors pour partager une journée d'échanges avec 10 jeunes de 16 à 25 ans de la Mission Locale, afin de favoriser le lien social et lutter contre l'isolement.

GRATUIT

Places limitées.
Transport assuré par le C.C.A.S animation.

ÉVÈNEMENTS

Octobre 2026



Mercredi 14
OCTOBRE
de 14h30 à 17h30

Porte Ouverte

Atelier “Top Chef Pâtisserie
Intergénérationnel “ avec des enfants du
Centre d’Accueil Loisir d’Anatole France
À la Résidence du Touquet,
437 rue du Mont à Leux
Tel : 03.20.26.29.27

GRATUIT

Places limitées.

**Transport assuré par le
C.C.A.S animation.**



Mercredi 14
OCTOBRE
de 14h30 à 15h30

Atelier Mémor Move

À la Résidence de la Houzarde,
167 rue Jules Guesde
Tel : 03.20.02.84.63

GRATUIT

Places limitées.

**Transport assuré par le
C.C.A.S animation.**



Jeudi
OCTOBRE
de 09h00 à 11h00

Visite et Jeux

Le Musée des Arts et Traditions Populaires de
Wattrelos nous accueille pour échanger lors de
la visite d’une exposition sur “Estaminets
d’antan” avec l’accès au jeux anciens en
compagnie de seniors et d’enfants collégiens de
Gustave Nadaud pour finir autour d’une
collation conviviale.

GRATUIT

Places limitées.

**Transport assuré par le
C.C.A.S animation.**



Jeudi 15
OCTOBRE
de 10h30 à 11h30

Expression Corporelle

Séance d’Expression Corporelle adapté aux
seniors favorise le bien-être physique et
émotionnel

Au Domaine de la Roselière,

89 rue Léon Blum

Tel : 03.20.02.00.80

GRATUIT

Places limitées.

**Transport assuré par le C.C.A.S
animation.**

ÉVÈNEMENTS

Octobre 2026



Jeudi 15
OCTOBRE
De 14h00 à 17h00

Le Bal des Séniors

La Bande à Lyli vient nous faire chanter et danser sur les meilleures souvenirs et variétés françaises..au C.S.E

Tarif : 7 € Wattelosiens

9 € Extérieurs

Places limitées.

Transport assuré par le C.C.A.S animation.



Jeudi 15
OCTOBRE
à 14h00

Porte Ouverte

Atelier “Floral “ avec des résidents et des personnes habitués d’extérieurs

À la Résidence du Parc,
101 rue Georges Philippot
Tel : 03.20.82.87.74

GRATUIT

Places limitées.

Transport assuré par le C.C.A.S animation.



Jeudi 15
OCTOBRE
à 20h00

Concert

Jovin Webb chanteur et harmoniciste avec une voie sublime qui incarne l’âme du blues du Sud à la Boite à Musiques.

Tarif : 8 € (tarif réduit)

13 € (tarif plein)

Places limitées.

Transport assuré par le C.C.A.S animation.



Vendredi 16
OCTOBRE
De 09h00 à 11h00

Atelier “Jeux et Partage”

Atelier intergénérationnel autour des jeux d’hier et d’aujourd’hui avec les seniors et les enfants de l’école Voltaire, suivi d’une collation conviviale à la bibliothèque annexe du Sapin Vert.

GRATUIT

Places limitées.

Transport assuré par le C.C.A.S animation.

ÉVÈNEMENTS

Octobre 2026



Vendredi 16
OCTOBRE
de 10h00 à 11h00

Atelier de Percussion

Les Bienfaits des percussions
apportent au corps et à l'esprit un
bien-être ... **Résidence du Touquet**

GRATUIT

437 rue du Mont à Leux

Tel : 03.20.26.29.27

Places limitées.
Transport assuré par le
C.C.A.S animation.



Vendredi 16
OCTOBRE
de 14h30 à 16h30

Super Loto Bingo

Rencontre intergénérationnelle au
Hameau du Bel Âge avec les élèves
du collège Saint-Joseph autour d'un
goûter préparé par l'EHPAD.

GRATUIT

Places limitées.
Transport assuré par le
C.C.A.S animation.



Vendredi 16
OCTOBRE
De 14h30 à 17h30

Porte Ouverte

Exposition du projet Culturel "Mémoire en partage
- Regards croisés sur Wattrelos" conçu par des
séniors bénévoles et des enfants du Centre Social
Avenir

Au Domaine de la Roselière,

89 rue Léon Blum

Tel : 03.20.02.00.80

GRATUIT

Places limitées.
Transport assuré par le
C.C.A.S animation.



Vendredi 16
OCTOBRE
à 19h30



Automne de l' Humour

"Dieu est une caissière" au C.S.E

Tarif : 6 € (tarif réduit) Places limitées.
9 € (tarif plein)

Transport assuré par
le C.C.A.S animation.

Billetterie au Wattrelos Découverte et
au C.S.E ou en ligne www.billetweb.fr

ÉVÈNEMENTS

Octobre 2026



Samedi 17
OCTOBRE
de 14h30 à 17h30

Musée des Écoles

Sortie intergénérationnelle : plongez dans les souvenirs d'école des années 1930 à 1960 à travers une salle de classe, des jeux et des goûters d'époque, à partager en famille avec enfants et petits-enfants.

**Tarif : 3 € Séniors et Adultes
et 1 € Enfants Wattrelosien**

**Tarif : 5 € Séniors et Adultes
et 2 € Enfants Extérieur**

Transport autocar limité à 38 places.



Dimanche 18
OCTOBRE
de 13h00 à 18h00

Loto Rose et Bleu

Spécial Semaine bleue et Octobre Rose ...la participation de ce loto se reverser à une association de lutte contre les maladies cancéreuses..au C.S. E avec petite restauration et buvette prévues.

GRATUIT Places limitées.
Transport assuré par le
C.C.A.S animation.



Vendredi 23
OCTOBRE
à 19h30

Automne de l' Humour

“Les Colocs “ avec A tes souhaits
production au C.S.E

Tarif : 6 € (tarif réduit)

9 € (tarif plein)

**Billetterie au Wattrelos Découverte et
au C.S.E ou en ligne www.billetweb.fr**

Samedi 24
OCTOBRE
à 14h30

Loto d'Automne

Organisé par le Centre Social de
l'Avenir

Inscription au Centre Social Avenir

82 rue Léon Blum

Tel : 03.20.75.75.74

ÉVÈNEMENTS

Octobre 2026



Dimanche 25
OCTOBRE
à 16h00

Automne de l' Humour

“Meutres, sexe e trahison” avec Léz’ Arts Prod
au C.S.E

Tarif : 6 € (tarif réduit)
9 € (tarif plein)

**Billetterie au Wattrelos Découverte et
au C.S.E ou en ligne www.billetweb.fr**



Vendredi 30
OCTOBRE
à 19h30

Automne de l' Humour

“Une bonne tête” avec Valentin LADOË
au C.S.E

Tarif : 6 € (tarif réduit)
9 € (tarif plein)

**Billetterie au Wattrelos Découverte et
au C.S.E ou en ligne www.billetweb.fr**

ÉVÈNEMENTS

Novembre 2026



Dimanche 08
NOVEMBRE
à 17h30

Automne de l' Humour

“Plan à 3 “ avec Corcange Production au
C.S. E

Tarif : 6 € (tarif réduit)

9 € (tarif plein)

**Billetterie au Wattrelos Découverte et
au C.S.E ou en ligne www.billetweb.fr**

Jeudi 12
NOVEMBRE
à 15h00

Théâtre Patoisant

Avec la bonne humeur et l'humour garanti de
Christian et Valentin LADOË au C.S.E

Tarif : 2 €

**Billetterie au Wattrelos Découverte
et au C.S.E**

Samedi 14
NOVEMBRE

Journée de l'Handicap

Evènement avec plusieurs activités
à la Salle Salengro



Samedi 14
NOVEMBRE
à 19h30

Automne de l' Humour

“La Moustache” avec Compagnie Rivéria
au C.S.E

Tarif : 6 € (tarif réduit)

9 € (tarif plein)

**Billetterie au Wattrelos Découverte et
au C.S.E ou en ligne www.billetweb.fr**

ÉVÈNEMENTS

Novembre 2026



Dimanche 15
NOVEMBRE
à 16h00

Automne de l' Humour

“En attendant le divorce, marions-nous !”
avec Compagnie Rivéria au C.S.E

Tarif : 6 € (tarif réduit)
9 € (tarif plein)

Billetterie au Wattrelos Découverte et
au C.S.E ou en ligne www.billetweb.fr

Lundi 16
NOVEMBRE
à 14h00

CONCOUR DE BELOTE

Inscriptions au club de l'Amitié
Rue des Basanos
Tel : 03.20.65.57.50



Vendredi 20
NOVEMBRE
à 14h30

Sortie Culturelle

Musée du Terroir avec visite
guidée et confection + dégustation
de gaufres et collation à Villeneuve d'Ascq.

Tarif : 3 € Wattrelosiens
7 € Extérieurs



Samedi 28
NOVEMBRE
à 8H00

Marché de Noël

Dans les grottes de Valkenburg

Inscriptions au club de Lyautey
Rue des Patriotes
Tel : 03.20.27.51.04

ÉVÈNEMENTS

Décembre 2026



Mardi 01
DÉCEMBRE
à 14h30

Spectacle

Revue "Les Stars du Cabaret" à la salle
Watremez à Roubaix

Tarif : 7 € Watrelosiens
10 € Extérieurs



Mercredi 02
DÉCEMBRE
à 12h30

Banquet des Aînés

Repas des Aînés à la Salle Salengro à 12h30
Repas caritative pour l'achat de jouets aux
enfants défavorisés au Noël qui approche

Tarif : 10 € Watrelosiens
26 € Extérieurs

Inscription et règlement
au C.C.A.S Animation
Tel:06.85.09.09.82 ou 06.69.29.97.73

Samedi 05
DÉCEMBRE
à 8h00

Marché de Noël à Béthune

Organisé par le Centre Social Avenir
Inscription Lundi 2 et Mardi 3 Novembre .

Tarif : 15 €
Inscription au Centre Social Avenir
82 rue Léon Blum
Tel : 03.20.75.75.74



Mardi 08
DÉCEMBRE
à 14h30

Marché de Noël à ARRAS

10H00 : Visite et dégustation à la Ferme de
la Chiconette à Achiet-le-petit.

12h00 : Repas au restaurant "L'entre Nous"
sur la place d'ARRAS

14H00 : Temps libre au Marché de Noël

Tarif : 30 € Watrelosiens
36 € Extérieurs

Transport autocar limité à 53 places.

ÉVÈNEMENTS

Décembre 2026

Jeudi 10
DÉCEMBRE
à 8h00

Théâtre Patoisant

Avec la bonne humeur et l'humour garanti de
Christian et Valentin LADOË au C.S.E

Tarif : 2 €

**Billetterie au Wattrelos Découverte
et au C.S.E**

**Du Vendredi 11
au Jeudi 24**
DÉCEMBRE

**Marché de Noël de Wattrelos
à la salle Salengro
avec ses animations et illuminations
féériques à Wattrelos.**



Mardi 15
DÉCEMBRE
à 14h30

Musée de la Poupée et du Jouet ancien

Les Portes de l'Enfance s'ouvrent à
vous !

**Tarif : 2 € Wattrelosiens
4 € Extérieurs**

Mardi 19
DÉCEMBRE
à 10h30

Repas Dansant

Repas de Fin d'année à Rinxent à la
Hêtraie

**Inscriptions au club de Lyautey
Rue des Patriotes
Tel : 03.20.27.51.04**

CLUBS SÉNIORS

*Pour rompre l'isolement
et favoriser le lien social par des activités
ludiques et des rencontres*

LYAUTEY

Mardi et Jeudi 14h - 18h

258 rue des Patriotes
Tel : 03.20.27.51.04
@ : ndmn@orange.fr

Présidents : M. et Mme NOÉ

L'AMITIÉ

Lundi - Mercredi et Vendredi 14h - 18h

Rue des Basanos
Tel : 03.20.65.57.50

Présidente : Mme Arlette Rousselle

LE LABOUREUR SARTEL

Mardi et Jeudi 14h - 18h

Rue Charles Quint
Tel : 03.20.45.10.36

Présidente : Mme Josiane MICHEL

LE SAPIN VERT

Lundi et Vendredi 14h - 18h

Rue Alfred Delecourt
Tel : 07.82.34.47.11
@ Clubdesamisduapinvert@gmail.com

Président : M. Pascal LUCAS

LE CRÉTINIER-BALLONS

Mardi et Jeudi 14h - 18h

64 rue St Vincent de Paul Rangée Moutarde
Tel : 03.20.45.10.57
@ : joelle.watteau@laposte.net

Présidente : Mme Joëlle WATTEAU

LE NOUVEAU LABOUREUR

Mardi et Vendredi 14h - 18h

Rue Pierre d'Halluin
Tel : 03.20.80.64.43
@ : canl.wattrelos1971@gmail.com

Président : M. Bernard Roossel

LA BAILLERIE

Mardi et Jeudi 14h - 18h

Rue du Maréchal de Lattre de Tassigny
Tel : 03.20.02.94.05

Président : M. Lucien PUGLIESE

ENSEMBLE

1er et 3ème lundis du mois 14h - 18h

Rue Jean Castel
Tel : 06.84.17.29.84

Président : M. Jean-pierre ANTOSZKIEWICZ

CENTRES SOCIAUX & AMICALES

Favoriser le lien social

Centre Social le Laboureur

Lundi - Mardi - Jeudi 8h30 à 12h - 13h30 à 18h
Mercredi et Vendredi 8h30 à 12h - 13h30 à 20h

Square de l'Enfance

Tel : 03.20.75.87.51

@ : djamila.ouali@centresociallaboureur.com

Centre Social de l'avenir

Lundi - Mardi - Jeudi 8h30 à 12h - 13h30 à 18h
Mercredi et Vendredi 8h30 à 12h - 13h30 à 20h

82 rue Léon Blum

Tel : 03.20.75.75.74

@ : jocelyne.lefevre@orange.fr

Centre Social la Mousserie

Lundi - Mardi - Jeudi 8h30 à 12h - 13h30 à 18h
Mercredi et Vendredi 8h30 à 12h - 13h30 à 20h

1 rue Frédéric Chopin

Tel : 03.20.28.45.90

@ : laetitia.di-lauro@centresocialmousserie.com

Amicale du Crétinier

Vendredi et Samedi 18h - 22h
(1er Dimanche du mois) 9h - 14h

2 rue du Syndicat

Tel : 03.20.83.43.74

Amicale Jean-Zay

34 rue Alfred Delecourt

Tel : 03.20.11.04.52

Facebook : jeanzaygymwattrelos

Damier club

Samedi 14h30 - 18h30

Mercredi 17h - 20h

51 rue Jean Jaurès

Tel : 06.61.08.20.55 - 03.20.66.01.81

Jeux et partages

Lundi et Jeudi 14h - 17h

5 rue Saint-Vincent de Paul

Tel : 06.29.65.42.39

@ : lydieacquaviva@hotmail.fr



Le Relais Autonomie CLIC RIVÂGE est un lieu de ressources à destination des personnes âgées de plus de 60 ans et des personnes en situation de handicap.

C'est un service de proximité gratuit.

Lundi et Mercredi 9h - 12h30 / 13h30 - 17h30
Mardi et Vendredi 13h30 - 17h30

4 rue des Poilus

Tel : 03.20.94.94.32

@ : relaisautonomie@clicrivage.fr

Seniors, pour votre sécurité, ayez les bons réflexes !



Ne restez pas seul(e).
Gardez le contact et
participez à la vie de
votre quartier.



Privilégiez vos
déplacements
(commerces,
banque...)



en vous faisant
accompagner.

Les policiers
et les gendarmes
sont à votre service,
demandez leur
conseil, signalez
tout fait suspect.



Bénéficiez de l'opération « tranquillité seniors » : si vous vous sentez isolés, menacés ou inquiets, faites-vous connaître auprès des organismes sociaux, de votre mairie, de votre commissariat de police ou de votre brigade de gendarmerie. Des patrouilles seront organisées aux abords de votre domicile, **lorsque les circonstances le justifient**.



Ayez un téléphone à
portée de main en cas
d'urgence, composez
le 17 ou le 112. Votre
appel sera immédiatement
pris en compte.



Protégez votre domicile
par un système de
fermetures fiables et un
entrebâilleur à votre
porte d'entrée.



N'ouvrez jamais à un
inconnu si une personne
se présente sans rendez-vous
comme un professionnel
(plombier, électricien...),
vérifiez sa qualité auprès de
son entreprise avant de
lui ouvrir.



Sur internet, ne communiquez
jamais vos coordonnées bancaires
par e-mail. Pour vos transactions
commerciales, vérifiez que vous
êtes sur un site sécurisé (« https »).



Évitez d'en détenir trop
d'espèces ; privilégiez les
paiements par carte bancaire.



Dans la rue, portez votre
sac fermé et en bandoulière
sous le bras.



Au distributeur automatique
de billets, soyez vigilant et ne
vous laissez pas distraire par
des inconnus.



Votre sécurité, c'est aussi la sécurité
routière. Soyez prudent à pied
comme en voiture. Piéton, la nuit,
équipez-vous d'un gilet
réfléchissant.



Pour en savoir plus, consultez le guide
« Seniors, pour votre sécurité, ayez les bons réflexes ! »
sur le site www.interieur.gouv.fr

Le Pôle Autonomie du CCAS de Wattrelos, c'est aussi ...



- **Le Service de Soins à Domicile (SSIAD)**

Notre SSIAD fournit des soins de qualité pour aider les personnes âgées à gérer leur santé, prévenir les maladies et améliorer leur bien-être général. Nos infirmiers et aides-soignants expérimentés se déplacent directement chez vous pour fournir des soins personnalisés adaptés à vos besoins individuels. Contactez nous dès aujourd'hui pour en savoir plus sur nos services et pour planifier une visite à domicile de notre équipe de soins.

Coordonnées :

23 rue Maxence Van der meersch,
Téléphone : 03 20 83 95 50



- **Le Service d'Aide à Domicile (SAAD)**

Le Service d'Aide et d'Accompagnement à Domicile (SAAD) est un soutien précieux pour les seniors. Les services proposés sont conçus pour aider les personnes à maintenir leur qualité de vie et leur indépendance à la maison. Ils comprennent des tâches telles que l'entretien du logement, de la literie et de la vaisselle, ainsi que la préparation des repas. Il aide les personnes à maintenir un environnement propre et confortable sans avoir à se soucier de ces tâches quotidiennes.

Coordonnées :

C.C.A.S. Mairie, Place Jean Delvainquièrre
Téléphone : 03 20 81 59 47



- **Quatre Résidences Autonomie**

La résidence autonomie permet aux seniors de pouvoir rester indépendants plus longtemps, de continuer à vivre seuls dans un environnement adapté et sécurisé, et d'ainsi repousser l'échéance éventuelle d'un déménagement en Ehpad. Des services collectifs comme une restauration et des animations sont proposés aux résidents, tout en les aidant à conserver une vie sociale et de loisirs. De plus, les résidences autonomie présentent l'avantage indéniable d'être soumises à des loyers modérés.

Contactez nous dès aujourd'hui pour en savoir plus sur nos résidences.

Résidence Autonomie du Touquet

437, Rue du Mont À Leux, 59150
Téléphone 03 20 26 29 27

Résidence Autonomie du Parc

101, Rue Georges Philippot
Téléphone : 03 20 82 87 74

Résidence Autonomie La Houzarde

167, Rue Jules Guesde, Carrière André
Téléphone : 03 20 02 84 63

Résidence Autonomie La Roselière

89, Rue Léon Blum
Téléphone : 03 20 02 00 80



**Le Pôle
Autonomie
c'est
également**



LA PLATEFORME "SOLIDARITÉ NOUVEL ÂGE"

PLATEFORME “SOLIDARITÉ NOUVEL ÂGE”

Le CCAS de Wattrelos propose un service d'appels et d'écoute pour les seniors fragilisés et/ou isolés de plus de 65 ans.

Un simple appel et vous trouverez :

- Une écoute bienveillante : des conseillers formés pour échanger avec vous.
- Un lien social : discuter, partager, rompre la solitude.
- Des informations utiles : conseils pratiques, services d'aide à domicile (ménage, repas, courses, bricolage, jardinage, ...) , activités locales, animations seniors, aides administratives, logements, informations aux droits.

Que vous soyez un proche, un ami ou un voisin.
Que vous soyez ou connaissez une personne en détresse.

Appelez-nous dès maintenant, nous sommes là pour vous !



UN NUMÉRO UNIQUE

03.20.65.51.15

Service gratuit et confidentiel

Parce qu'un appel peut tout changer.
Ensemble, agissons pour maintenir les liens sociaux et luttons contre l'isolement.

N'hésitez pas à nous contacter pour vous renseigner.

Dumardiau vendredi **8h00 - 12h00 / 14h30 - 17h**

Le samedi **8h30 - 12h**

Le Service Animation Seniors du CCAS se situe au 101 rue Georges Philippot, dans les locaux de la résidence autonomie "Le Parc".

Toutes les inscriptions se font sur place (sur rendez-vous) ou par téléphone.

Le Service Animation Seniors vous reçoit sur rendez-vous :
du Mardi au Vendredi
de 8h30 à 12h00 et de 14h00 à 17h30



COORDONNÉES

kaoukeb.ouhba@ville-wattrelos.fr

Tel : 06 85 09 09 82 ou 03 20 81 65 09

nathalie.diflorio@ville-wattrelos.fr

Tel : 06 69 29 97 73 ou 03 20 65 51 48

marie-jose.poppe@ville-wattrelos.fr

Tel : 03 20 65 51 49 ou 03 20 83 73 48