

Programme d'animations seniors



Centre Communal d'Action Sociale
Pôle de l'Action en faveur des Retraités et des Personnes Âgées
67, rue du Général-Leclerc 59350 Saint-André-Lez-Lille

Chers Andrésien, Chères Andrésienne,

Le bien-être de nos aînés constitue une des préoccupations essentielles de notre municipalité. L'allongement de la durée de la vie, le rôle des personnes âgées en tant qu'acteurs au sein de notre ville ainsi que la solidarité intergénérationnelle représentent autant de défis qu'il nous faut relever. Avec l'équipe municipale, nous veillons à adapter et à améliorer la qualité de vie des seniors, afin que personne ne se sente isolé.

Dans cette édition 2024, vous retrouverez des rendez-vous conviviaux comme les repas dansants, des ateliers créatifs et sportifs ou encore des sorties culturelles, mais aussi diverses occasions pour les seniors de se rencontrer et de partager des moments chaleureux. Aussi, nous mettons tout en œuvre pour faciliter le maintien à domicile des personnes âgées : portage de repas, transport accompagné, Plan Prévention Isolement, accompagnement aux démarches administratives ... Autant de services de proximité proposés pour faciliter votre quotidien et vous permettre de vivre en autonomie le plus longtemps possible.

En proposant une offre culturelle et sociale diversifiée en direction du public senior, la ville de Saint-André entend préserver le capital bien-être et bien vivre de ses aînés.

L'avancée en âge s'accompagne de modifications du mode de vie, qui peuvent être prises en compte et compensées, en partie, par des aides spécifiques de soutien et d'accompagnement. Vous trouverez au CCAS et au sein de la France Services les informations pour vous aider à parfaire votre quotidien.

Enfin, au nom de toute l'équipe municipale et du CCAS, nous vous souhaitons une excellente découverte de cette programmation. Que cette année soit synonyme de joie, de santé et de moments mémorables pour toutes et tous !

Marie MARCHAND



Vice-Présidente du CCAS

Elisabeth MASSE
MAIRE



Présidente du CCAS

SOMMAIRE

Animations collectives

➤ Page 1

Sorties culturelles

➤ Page 2

Ateliers Inter-Seniors

➤ Page 3

Ateliers d'expressions

➤ Page 4

Activité physique adaptée

➤ Page 5

Ateliers numériques

➤ Pages 6-7

Repas à thèmes

➤ Page 8

Solidarité et Convivialité

➤ Page 9

Transport

➤ Page 10

Service de restauration

➤ Page 11

Accompagnement dans les démarches

➤ Page 12

Services et aides administratives

➤ Page 13

Associations

➤ Page 14

ANIMATIONS COLLECTIVES

Animations gratuites dans les foyers et à la maison des associations

- Tricot / Couture

Ces ateliers, ouverts à tous, se déroulent au foyer Jeanne-de-Flandres au 14, rue de l'Église, de 14h00 à 16h30 les lundis et mardis.

- Ateliers ludiques - créatifs animés par Madame Mélanie Talleu

Ces séances se déroulent au foyer Jeanne de Flandres, 14, rue de l'Eglise les jeudis de 14h00 à 15h00

- Ateliers dessin - Arts plastiques animés par Monsieur Gérard DAEMS

Ces séances se déroulent les mardis de 14h30 à 16h30
Au foyer Colin 5, rue Thiers.

- Ateliers mémoire animés par Monsieur Gaëtano FAZIO

Ces séances se déroulent les lundis de 14h15 à 15h45 (sauf pendant les vacances scolaires)
Au foyer Colin 5, rue Thiers.



- Ateliers mémoire animés par Mesdames Annie SENEZ et Florence FERSING

Ces séances, se déroulent selon le planning ci-après au 1, rue Lavoisier - Maison des associations de 14h30 à 16h30.

30 janvier

20 février

12 et 26 mars

16 avril

7 et 28 mai

18 juin

- Ateliers danses de salons :

Initiations aux danses de salons les jeudis de 14h00 à 16h00
Au foyer Colin 5, rue Thiers.



- Ateliers jeux de société :

Venez avec vos jeux et votre bonne humeur les vendredis de 14h00 à 16h30
Au foyer Colin 5, rue Thiers.

Inscription au 03.20.21.81.31

SORTIES CULTURELLES

- **Jeudi 28 Mars** : Sortie à la Manufacture de Roubaix (visite guidée) - Départ du CCAS à 13h30 - tarif sur demande - **inscription avant le 7 mars 2024**
- **Jeudi 25 Avril** : Sortie au Musée du terroir de Villeneuve d'Ascq - Départ du CCAS à 13h30 - (visite guidée et atelier de fabrication de gaufres) - tarif sur demande - **inscription avant le 5 avril 2024**
- **Jeudi 18 Juillet** : Sortie au Musée d'Autrefois à Lille - Départ du CCAS à 13h30 - tarif sur demande - **inscription avant le 26 juin 2024**
- **Jeudi 8 Août** : Visite du Parc Mosaïc à Houplin Ancoisne - départ du CCAS à 13h30 - tarif sur demande - **inscription avant le 22 juillet 2024**
- **Jeudi 22 Août** : Sortie inter-générationnelle à l'aquarium Nausicaa à Boulogne sur Mer - Départ à 8h30 (parking Collège Jean Moulin - 71, rue Vauban) - Retour à 18h30 - **inscription avant le 8 août 2024**

Tarifs : sur demande en fonction de l'âge.

- **Sortie Cinéma (programmation sur demande) :**

Le Pont des Arts - Marcq-en-Barœul (groupe de 8 personnes)

Tarif réduit : 4,60€ le mardi (séance à partir de 14h) + de frais de transport et un justificatif d'identité obligatoire en cours de validité - Départ du Foyer Jeanne de Flandres à 13h30

- **Mardi 13 février**
- **Mardi 2 avril**
- **Mardi 25 juin**



ATELIERS INTER-SENIORS

- Au sein de la résidence API seniors - 32, rue Gisèle Halimi - Saint-André-Lez-Lille à 15h00 (animateur: Rémy Le Goff)

Mardi 13 février : Mardi gras et crêpes party. Venez déguisés !

Mercredi 13 mars : Karaoké

Mercredi 27 mars : Loto

Vendredi 12 avril : salon "vitalité seniors", avec des exposants qui regroupent des professions tournées autour du bien-être des seniors.

Tarifs sur demande et inscriptions auprès de la résidence API Valérie au 06.89.82.80.54



- A La bibliothèque: (23 rue Alsace Lorraine) Après-midis ludiques autour des jeux de société, de 14h45 à 16h45.

Vendredi 16 février : 14h45 jeux de société d'hier et aujourd'hui. Venez expérimenter, échanger, et surtout jouer! (inscription par SMS 06.42.07.09.34)

- Au sein de la Résidence SIA - 59, rue Pasteur Bat E- Saint-André-lez-Lille (animatrice: Isabelle Peier)

- Yoga du rire : **Vendredi 9 février** de 14h30 à 15h30

- Cirque "du bout du monde" : de 14h30 à 15h30

Lundi 18 mars

Lundi 8 avril

Lundi 17 juin

Inscription au 03.20.21.81.31.



ATELIERS D'EXPRESSION

Théâtre : « Passage à l'acte »

Passage à l'Acte est une association qui produit des œuvres dans le domaine du spectacle vivant.

Son antenne de Saint-André-lez-Lille propose une activité théâtre ouverte aux séniors.

Vous avez déjà pratiqué l'expression en public, vous avez envie de participer à l'activité d'une troupe, de préparer un spectacle et de monter sur scène pour le présenter à différents publics. Vous souhaitez participer à une aventure collective unique, dans une ambiance bienveillante ?

Alors n'hésitez plus et contactez Brigitte au 06.67.85.02.76 ou Eddy au 06.80.58.02.12.

Rendez-vous tous les lundis et vendredis de 14h00 à 16h00 à La Petite Maison 2 bis, rue des Alouettes.

Adhésion annuelle : 20 €



ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

GYMNASTIQUE DOUCE

La gym adaptée permet de mettre en mouvement votre corps, stimuler vos muscles et mobiliser vos articulations, mais toujours en douceur.

Cette discipline inspire également le calme et la concentration. Elle permet de "déconnecter" le temps d'une séance et d'en ressentir tous les bienfaits.

Deux cours sont proposés :

Karine GOUOT, à l'association la Kadémy

25, rue Emile Vandamme (accès en voiture par le parking rue Félix Faure)

- Le lundi à 15h00 et 16h00,
- Le vendredi à 14h00 et 15h00.



Pascal DUCROCQ, à la Maison des Associations

1, rue Lavoisier

- Le jeudi à 9h30, 10h30, 11h30, 14h00 et 15h00.



Inscription au CCAS, chaque trimestre, avec les pièces suivantes :

- Un chèque de 20 euros (pour les Andrésiens), ou de 25 euros (pour les extérieurs), à l'ordre du Trésor Public (tarifs en vigueur en janvier 2024)
- Un certificat médical d'aptitude de moins d'un an.

Renseignements au 06.42.07.09.34

ATELIERS NUMÉRIQUES



PRENEZ RENDEZ-VOUS !



Je découvre les équipements informatiques



J'apprends à utiliser mon smartphone, ma tablette



J'apprends à naviguer sur Internet



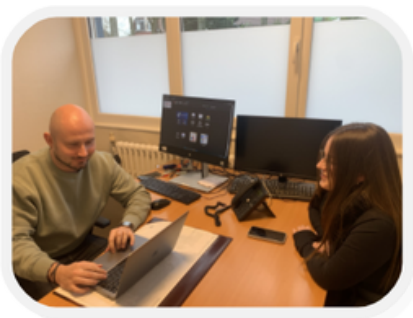
Je crée et je gère mes contenus numériques



J'apprends à envoyer et à gérer mes courriels



J'apprends à faire des démarches en ligne



**CONSEILLER
NUMÉRIQUE**
France
services

Maxime WOZNICZAK
Conseiller Numérique
conseillernumerique@ccas59350.fr
Tel : 03.20.21.81.38

ATELIERS NUMÉRIQUES

Café-numérique et Happy visio



Bénéficiez d'un accès gratuit à l'application HAPPYVISIO avec le code : 59350

Ce site internet propose des thématiques diverses et variées via la visioconférence: nutrition, culture, activité physique, bien être, numérique, vie pratique, happy quiz ...

- **Ateliers thématiques et café-numérique gratuits sur inscription :**

24 janvier et 31 janvier : la gestion des mots de passe,
7 et 14 février: Réussir ses photos avec son smartphone,
21 février et 28 février: la gestion des e-mails.

Puis tous les **mercredis après-midis de 14h00 à 16h00** (thématiques définies lors des ateliers).



Toutes ces activités sont ouvertes gratuitement aux Andrésiens et se déroulent en salle de réunion

Au CCAS 67, rue du Général Leclerc

Inscription au 03.20.21.81.38

REPAS À THÈMES

- **Repas BOLLYWOOD avec l'orchestre Lou Clarck: Mercredi 21 février à 12h00** Salle André Wauquier.

- inscription avant le 14 février 2024.

Tarifs: 16€ pour les Andrésiens
20€ pour les extérieurs



- **Repas spectacle Cabaret Vieux Berquin: Jeudi 23 mai** - départ 71, rue Vauban Saint-André-Lez-Lille à 10H30. (à côté du Collège Jean Moulin)

- inscription avant le 02 mai 2024.

Tarif: sur demande



- **Anniversaires des aînés et représentation Théâtrale : Mercredi 3 juillet**
Salle André-Wauquier: (tarif : repas foyer)

12h00 - Salle André-Wauquier : repas anniversaires pour les aînés fréquentant le foyer restaurant Jeanne de Flandres et/ou utilisant le service de repas à domicile.

15h00 - représentation théâtrale par l'association Théâtre de Pinocchio - ouverte aux seniors - entrée gratuite - sur réservation - (places limitées)

- **Repas barbecue à la Guinguette : Jeudi 1er août** sur les bords de la Deûle à Saint-André-Lez-Lille (rue de la Fontaine)

-inscription avant le 12 juillet 2024 (places limitées)

Inscription au 03.20.21.81.31

CONVIVIALITÉ ET SOLIDARITÉ

- **LE PLAN PREVENTION ISOLEMENT**

Ce dispositif s'inscrit dans une dynamique de lutte contre la solitude en vous procurant, par le biais d'un réseau de bénévoles, une écoute et une disponibilité. Il se décline par des conversations téléphoniques régulières.

La ville, par le biais de son CCAS, propose en partenariat avec le SIVOM, l'engagement d'une jeune en service civique volontaire afin de proposer des visites de courtoisie aux aînés les plus isolés. (jeux de société, lectures, promenades aux alentours du quartier...).

Inscription au 03.20.21.81.37

Fabiola Bert , service civique volontaire au CCAS :



- **ACTIVITÉS ET SORTIES CULTURELLES**

Des sorties et ateliers de pratique avec des personnes de 60 ans et plus isolées à domicile visent à favoriser l'autonomie des personnes en proposant des actions culturelles, afin de mobiliser les capacités d'agir. Ces activités sont menées en partenariat avec l'atelier de préformation de Marquette et ouvertes aux personnes inscrites sur le Plan Prévention Isolement.

Inscription et renseignements au 03.20.21.81.31



TRANSPORT

- **Bénéficiaire d'un service de transport accompagné pour :**

- vos rendez-vous médicaux,
- vos visites à des personnes hospitalisées,
- vos déplacements dans les administrations (mairie, la poste, centre des impôts, ...).

Tarifs en vigueur en janvier 2024

Ville de destination	Conduite aller	Conduite aller-retour	Forfait aide aux courses	Forfait accompagnement
*Saint-André, Lambersart, Marquette, Marcq en Baroeul Wambrechies, La Madeleine, Lomme, Pérenchies, Lompret, Verlinghem	3.50 €	6 €	6 €	+4 €
*Lille	5 €	9 €	9 €	+4 €
*Autres communes de la MEL	7 €	13 €	15 €	+4 €

* Parking payant à votre charge selon tarif en vigueur

- **Bénéficiaire d'un transport vers les marchés locaux (transport collectif en minibus)
Saint - André : Gratuit / Autres communes : 3€ / personne**
- **Bénéficiaire d'une livraison de colis de légumes à domicile (10€ le colis)**

Services disponibles aux heures d'ouverture du CCAS :
De 8h30 à 12h00 et de 13h15 à 17h00 du lundi au vendredi

**Inscription 5 jours ouvrés minimum avant la date de la conduite envisagée
(sous réserve de disponibilité).**

Renseignements :

CCAS- Pôle de l'Action en faveur des Retraités et des Personnes Agées
67, rue du Général Leclerc, 59350 Saint-André-Lez-Lille
et réservations au : 03.20.21.81.31

SERVICE DE RESTAURATION

- **Le foyer restaurant Jeanne de Flandres vous accueille du Lundi au Vendredi :**

- Tarif plein* : 6,10€ / repas
- Tarif réduit * : 4,90€ / repas
- Tarif accompagnant * : 8€ / repas (proche : enfants, petits-enfants, frères et sœurs, dans la limite de 2 repas par mois)
- Tarif extérieur* : 7,50€ / repas

Réservation et inscription uniquement les lundis et les mardis
au service restauration du CCAS : 03.20.21.81.31



- **Repas à domicile**

Livraison à domicile du lundi au vendredi.

Le repas du samedi midi est distribué le vendredi après-midi.
Réservations et inscriptions uniquement les lundis et les mardis
au Service Restauration du CCAS : 03.20.21.81.31.

- Tarif plein* : 7,10€ / repas
- Tarif réduit* : 5,50€ / repas

*** Tarifs en vigueur en janvier 2024**

ACCOMPAGNEMENT DANS LES DÉMARCHES

• FRANCE SERVICES

La solidarité est une valeur fondamentale à Saint-André. Le Centre Communal d'Action Sociale met en œuvre la politique sociale définie par la Ville en direction des familles, personnes en situation de handicap, seniors et toute personne en situation de précarité ou de difficulté sociale. Le CCAS et ses partenaires apportent des solutions pour améliorer le quotidien et faire face aux difficultés de la vie.

Le CCAS déploie une offre de services pour rapprocher le service public des usagers : un guichet unique qui vous accompagne pour toutes vos démarches administratives du quotidien (santé, famille, retraite, droit, logement, impôts, recherche d'emploi, accompagnement au numérique).

Vous pourrez être accompagné dans vos démarches pour :

- La Caisse d'Allocations Familiales (CAF),
- Le Pôle Emploi,
- La Caisse d'Assurance Retraite et de la Santé au Travail (CARSAT),
- La Poste,
- La Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM),
- Les Finances Publiques,
- La Mutuelle Sociale et Agricole (MSA),
- Le ministère de la Justice et de l'intérieur.



• Point Justice

Ce guichet propose aux Andrésiens et aux administrés des communes environnantes, de **rencontrer gratuitement un avocat, un notaire, un commissaire de justice, un conciliateur de justice ou toute autre association partenaire** susceptible d'apporter une première réponse à leur problème ou de les orienter dans les démarches.

Portes ouvertes Vendredi 24 mai (renseignements au CCAS)

Rendez-vous gratuit au CCAS au 03.20.21.81.30 ou au 03.20.51.75.51

SERVICES ET AIDES ADMINISTRATIVES

Compétences du Pôle Seniors :

- **Il propose le service « Jardins dans la Ville »**

L'association Initiatives Emplois Familiaux (IEF) et le CCAS de Saint-André-Lez-Lille proposent un service de jardinage aux personnes retraitées Andrésiennes non imposables (prise en charge par le CCAS de 6.25€ de l'heure avec un quota de 30h maximum par an).



- **Il informe et oriente les aînés sur :**

- Les services de maintien à domicile utiles au quotidien ou lors d'une sortie d'hospitalisation,
- Les établissements pour personnes retraitées et âgées,
- Les services de soins infirmiers à domicile (SSIAD).



- **Il assure l'aide dans les démarches administratives**

- La délivrance de la carte « Pass Pass» (carte de bus pour les personnes non imposables de plus de 65 ans),
- L'instruction des dossiers de demande d'APA (allocation personnalisée d'autonomie), aide à l'autonomie, aides sociales, MDPH,
- L'instruction de dossier de téléassistance : Mondial assistance, Assystel.



- **Il propose des permanences avec la « Mutuelle Santé Citoyenne les 1ers et 3ème mardis du mois**

- Inscription sur rendez vous au 03 20 55.97.01 (Solidaire Assur)



ASSOCIATIONS

Association Club des seniors

14, rue de l'Eglise

Tél: 03.20.39.38.45

Permanences tous les mardis matin de 10h00 à 12h00

Syndicat d'initiative

Modalités et réservations - Tél : 06.12.55.32.58

Permanences au Syndicat d'initiative,

1, rue de Lambersart

Le mardi et le samedi de 9h30 à 12h00

Comité de Jumelage

Tél : 06.11.49.50.22

Adresse mail : comitejumelage59350@yahoo.com



Pour tous renseignements :

CCAS accueil :

Louise HOUZET / Lahbib BIGHARASSN
03.20.21 81.30

**Adjointe aux Affaires Sociales,
Vice-présidente du CCAS :**
Marie MARCHAND

Directrice de l'action sociale:
Estelle BLONDEAU
03.20.21.81.35

Responsable du Pôle Seniors :
Priscilla DELANGUE
03.20.21.81.37

Responsable Prévention Santé :
Eric BERNIER
03.20.21.81.34

Responsable logement / PASS :
Isabelle KEIGNAERT
03.20.21.81.39

FRANCE SERVICES :

Louise HOUZET / Lahbib BIGHARASSN
03.20.51.75.51

Travailleur social
Valérie MERCHIER
03.20.51.75.73

Conseiller numérique :
Maxime WOZNICZAK
03.20.21.81.38

Référente RSA :
Mélanie TALLEU
03.20.21.81.33

Responsable des chantiers d'insertion :
Fabienne QUEHEN
03.20.51.75.95

Animation - restauration seniors :
Mélanie TALLEU - Elodie VANHALWYN
03.20.21.81.31