



**MARCQ-EN-BARŒUL** UN ART DE VIVRE

# Guide Seniors



[marcq-en-baroeul.org](http://marcq-en-baroeul.org)





# Sommaire

**P.4**    **Edito**  
**P.6**    **Être senior à Marcq-en-Barœul**  
**P.8**    **Participer à la vie de la cité**

P.10 Plaisirs artistiques  
P.12 Sport et bien-être  
P.16 Plaisirs gourmands  
P.17 Échanges, rencontres  
P.19 Loisirs et découvertes  
P.20 Animations traditionnelles et évènementielles  
P.22 Activités de bénévolat  
P.26 Calendrier des événements

**P.28**    **Bien vivre**

P.29 Les Instances  
P.30 Structures  
P.38 Mobilité

**P.42**    **Prévention**

P.43 Autonomie  
P.47 Les allocations et aides financières  
P.50 Registre communal des personnes vulnérables  
P.50 Sport sur ordonnance  
P.52 Aidants et derniers secours  
P.54 Numérique  
P.58 Sécurité numérique et physique

**P.60**    **Annexes**

P.61 Numéros utiles  
P.62 Carte des lieux  
P.64 Grille des tarifs  
P.65-66 Signalement des personnes vulnérables  
P.67 Inscription au colis de fin d'année  
P.68 Inscription au banquet des aînés  
P.69-70 Inscription au fichier seniors



**Edito**

# Des infos, des solutions pour tous les seniors afin de mieux vivre la ville au quotidien.

## Chers lecteurs

C'est avec grand plaisir que nous vous présentons le guide seniors de Marcq-en-Barœul pour l'année 2025. Ce guide, né de l'engagement et de la collaboration active du Conseil des seniors, a pour ambition de faciliter votre quotidien, d'encourager l'autonomie et de renforcer le lien social au sein de notre belle ville. Cette nouvelle édition met en lumière un panel enrichi d'activités, adapté à vos attentes et conçu pour rendre votre vie plus agréable. Vous y découvrirez de nouvelles initiatives, des moments de convivialité, des opportunités pour maintenir votre vitalité et des informations pour bien vieillir chez soi, dans le respect de vos besoins et de vos envies.

À travers ce guide, nous réaffirmons notre volonté de promouvoir un vieillissement actif, une citoyenneté engagée et une solidarité intergénérationnelle. Nous remercions les membres du Conseil des seniors et toutes les personnes impliquées dans cette démarche, pour leur dévouement à construire une communauté soudée et bienveillante. Nous espérons que ce guide saura répondre à vos questions, inspirer vos activités, et renforcer votre sentiment d'appartenance à notre ville. Ensemble, faisons de Marcq-en-Barœul un lieu où chacun, quel que soit son âge, trouve sa place et contribue au bien-être de tous.

Bien sincèrement.



### **Bernard GÉRARD**

Maire de Marcq-en-Barœul, Vice-président de la Métropole Européenne de Lille, Conseiller régional, Ancien Député



### **Loïc CATHELAIN**

1<sup>er</sup> Adjoint au Maire, Action sociale, Solidarités, Politique de la ville, Lien armée-nation, Protocole, Coordination des politiques publiques, Vice-président du CCAS, Conseiller métropolitain, Vice-président du Conseil départemental



### **Marie-Pierre JANSSENS**

Adjointe au Maire Solidarités intergénérationnelles, en charge des quartiers Plouich/Clemenceau/Calmette et Pont/Monplaisir. Vice-Présidente déléguée du CCAS, Conseillère métropolitaine



Guide co-construit avec le Conseil des seniors : Dany Arlot, Mauricette Baudry, Charles-Louis Beuscart, Miliane Crepy, Josée Delauttre, Marc Deleu, Luc Delva, Martine Joigneaux, Jean-Marc Ketels, Patrick Lefebvre, Rita Malras, Brigitte Montury, Jean-Marc Richard



# Être senior

02



## à Marcq-en-Barœul

# Ce guide s'adresse à tous les Marcquois de 60 ans et plus,

en activité professionnelle ou non, mobiles ou à mobilité réduite.



Charles-Louis BEUSCART, Luc DELVA, Martine JOIGNEAUX et Rita MALRAS • crédits : Victor Mahieu

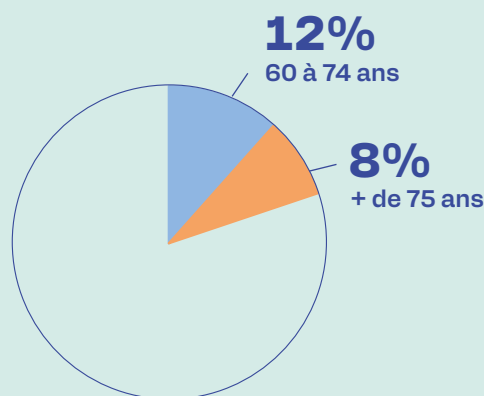
**L'enjeu :** L'allongement de l'espérance de vie est un défi : vieillir en bonne santé et en situation d'autonomie.

Le vieillissement est aussi un apport pour l'ensemble de la société ! Il convient à chacun d'entre nous de participer à l'évolution du regard de la société sur les seniors d'aujourd'hui.

À Marcq-en-Barœul, on se démarque : La ville s'inscrit dans une volonté du bien vieillir des seniors. Chacun doit pouvoir trouver sa place citoyenne et bien vivre. Il s'agit de valoriser le vieillissement actif et acteur, de montrer que les seniors sont des spécialistes de la vie, des personnes ressources expertes qui sont épanouies.

Dans le cadre de sa politique de maintien à domicile, les services du CCAS et de la Ville accompagnent les personnes en difficulté.

## Répartition des seniors sur la ville



La ville engage chacune et chacun à s'inscrire sur le registre des seniors :

### Par formulaire papier :

- Cf. annexe 2 P.69-70
- Le formulaire est aussi disponible à la Mairie - au CCAS (103 avenue Foch) ou à l'accueil de la médiathèque La Corderie (56 rue Albert Bailly) et dans les foyers d'animation

### Sur le site de la ville :

[marcq-en-baroeul.org/mon-quotidien/seniors/inscription-au-fichier-senior](http://marcq-en-baroeul.org/mon-quotidien/seniors/inscription-au-fichier-senior)



# Participer



à la vie  
de la cité



# Trois types d'activités sont proposés

## Les actions dites évènementielles

↳ banquets des aînés, colis de fin d'année, Dance party seniors, Semaine bleue...

## Les animations

↳ individuelles, collectives encadrées par des agents du CCAS, des bénévoles ou des partenaires : visites de courtoisie, ateliers mémoire, initiation au numérique...

## Les actions

↳ socioculturelles, sportives, de bien-être et artistiques encadrées par des prestataires : escapades, ateliers culinaires, gym cognitive, gym adaptée, qi gong...

## Principes généraux

Portées par le CCAS, les animations individuelles, collectives ou à domicile et les actions dites évènementielles sont gratuites à l'exception des conjoints ne remplissant pas les conditions d'âge pour les banquets. Seules les activités socioculturelles, sportives, de bien-être et artistiques sont soumises à une tarification par tranche en fonction du revenu fiscal de référence. Les activités sont facturées pour leur entièreté quel que soit le nombre de séances. Les non-Marcquois peuvent bénéficier des activités socioculturelles sous réserve de places disponibles. Ils pourront également participer aux animations collectives s'ils ont participé à une activité payante dans l'année civile en cours.



crédits : Victor Mahieu

Les animations ou actions peuvent être soumises à des conditions d'âge. Celles-ci seront précisées lors de la campagne de communication des inscriptions et précisées dans les prérequis des activités référencées ci-dessous.

Une lettre d'information mensuelle numérique est envoyée par le CCAS aux seniors inscrits sur le fichier et qui ont validé cette proposition.

### (\*) Modalités d'inscription au CCAS :

Les activités fonctionnent en année civile. Les inscriptions se font, toute l'année, au CCAS, au service Vie des seniors.

Prochaines permanences les 13, 14 et 15 janvier de 9h30 à 11h30, au château Vanderhaghen.

Puis les 6 février, 6 mars, 3 avril, 7 mai, 5 juin, 04 septembre, 2 octobre, 6 novembre de 9h à 11h au CCAS, salle du rez-de-chaussée.

\* *Merci d'apporter votre dernière feuille d'imposition sur le revenu.*



## Aquarelle

Un atelier d'initiation créatif vous est proposé sur le thème des fêtes et saisons. À la fin de chaque séance, vous repartirez avec votre création pour le plaisir de votre entourage.

**Infos**

**Aucun Prérequis**

### Château Vanderhagen

72 rue Nationale (Quartier du Pont)

Le lundi de 9h30 à 11h30

20 séances, 12 places

**Dates** • 27 janvier, 3 et 24 février, 3, 17, 31 mars, 28 avril, 12 et 26 mai, 2, 16, 30 juin, 1, 15, 29 septembre, 13 octobre, 3 et 17 novembre, 8 et 15 décembre

### Avec contribution

selon les tranches d'imposition

Modalités d'inscription : au CCAS (\* p9)

**Nouveauté**

## Atelier Céramique Poterie

Participez à un atelier créatif de poterie et céramique, où vous pourrez découvrir les bases de ce savoir-faire ancestral. Au cours de la séance, vous apprendrez à façonner l'argile, à créer des formes uniques et à maîtriser les techniques de modelage. Que vous soyez débutant ou amateur, cet atelier vous permettra d'explorer votre créativité tout en réalisant des objets fonctionnels ou décoratifs que vous pourrez personnaliser et emporter chez vous.

**Infos**

**Aucun Prérequis**

### Espace Boréal, Parc du Petit Prince,

63 boulevard Clemenceau (Quartier Mairie)

Le vendredi de 9h à 10h30

10 séances, 12 places

**5 parcours de 2 dates** • 24, 31 janvier, 7, 28 février, 7, 28 mars, 4, 25 avril, 16, 23 mai

### Avec contribution

selon les tranches d'imposition

Modalités d'inscription : au CCAS (\* p9)



## Chorale Nouveauté intergénérationnelle

La chorale les « âges-itateurs » est animée par un chef de chœur. À l'unisson, seniors et plus jeunes parcourent un répertoire dynamique d'hier et d'aujourd'hui pour le plaisir. Des temps forts et concerts seront prévus dans les établissements de la ville.

**Infos**

**Aucun Prérequis**

**Maison de la jeunesse du Plouich**  
2bis rue des entrepreneurs (Quartier Plouich)

Le mercredi de 16h30 à 17h30

25 séances, places illimitées

**Dates** • 22 janvier, 5 février, 12, 26 mars, 2, 23 avril, 7, 14, 21, 28 mai, 4, 11, 18 juin 17, 24 septembre, 1, 8, 15 octobre, 5, 12, 19, 26 novembre, 3, 10, 17 décembre

### Avec contribution

selon les tranches d'imposition sous réserve du financement Phosphor'âge

Modalités d'inscription : au CCAS (\* p9)

**Nouveauté**

## Peinture sur pochoirs

Art Taddam est un atelier familial spécialisé dans la création de pochoirs artistiques uniques. Ils proposent une gamme de produits allant des pochoirs décoratifs aux créations personnalisées pour divers projets de bricolage et d'artisanat. Leur travail se distingue par la précision du découpage et la qualité des motifs, permettant d'ajouter des touches créatives à divers supports tels que murs, textiles, ou meubles. L'atelier valorise la créativité accessible à tous à travers des projets faits à la main.

**Infos**

**Aucun Prérequis**

**Salle Georges Lambrecq**  
15 rue Chaban Delmas (Quartier Bourg)

Le lundi de 10h à 12h

5 dates, 8 places par date

**Dates** • 3 février, 28 avril, 16 juin, 15 septembre, 17 novembre

### Avec contribution

selon les tranches d'imposition

Modalités d'inscription : au CCAS (\* p9)





### Nouveauté

## Photographie (cyanotypie)

Découvrez la magie de la cyanotypie, une technique photographique ancienne qui utilise la lumière du soleil pour créer des impressions uniques en bleu profond. Durant cet atelier, vous apprendrez à composer vos propres œuvres en utilisant des objets naturels ou des motifs de votre choix, tout en explorant les différentes étapes de ce procédé artistique. Aucune expérience préalable n'est nécessaire, laissez simplement libre cours à votre créativité pour repartir avec des créations originales et inspirantes.

#### Infos

Aucun Prérequis

#### Salle Georges Lambrecq

15 rue Chaban Delmas (Quartier Bourg)

Le mardi de 10h à 12h

5 parcours de 2 dates, 8 à 12 places par date

#### Dates

- Session 1 : 28 janvier, 4 février
- Session 2 : 4 mars, 11 mars
- Session 3 : 22 avril, 29 avril
- Session 4 : 13 et 20 mai
- Session 5 : 10 et 17 juin

#### Avec contribution

selon les tranches d'imposition

Modalités d'inscription : au CCAS (\* p9)



crédits : Victor Mahieu

## Aquagym

La piscine municipale de Marcq-en-Barœul vous accueille pour des séances réservées aux aînés de 62 ans et plus. 3 cycles vous sont proposés chaque année et nécessitent une inscription.

#### Infos

**Prérequis:** un certificat médical de moins d'un an et justificatif de domicile si vous n'êtes pas encore enregistré dans le fichier « Seniors ».

**Piscine municipale** de Marcq-en-Barœul, rue de la Briqueterie (Quartier Briqueterie)

2 séances au choix le vendredi de 11h à 11h45 ou de 11h45 à 12h30. Hors vacances scolaires.

30 places par séance

#### Dates

- Cycle 1 du 10 janvier au 28 mars
- Cycle 2 du 25 avril au 27 juin
- Cycle 3 du 19 septembre au 28 novembre

**3 euros la séance**, prix d'entrée compris à régler directement à la piscine municipale

Modalités d'inscription : au CCAS (\*p9) (salle du rez-de-chaussée) de 9h à 11h

Dates d'inscription : les 6 mars, 4 septembre, 11 décembre

Les personnes n'ayant pas encore pu bénéficier d'un créneau seront prioritaires.

## Action de Prévention des chutes

**Nouveauté**

" Chuut ! Je m'entraîne ", atelier de prévention des chutes et maintien de l'équilibre en partenariat avec Educ chute. Le vieillissement s'accompagne d'un risque de chute, d'une appréhension à maintenir une activité sportive et souvent d'une perte de confiance. Pour pallier ces risques et vous redonner du « peps », cet atelier se décline en 7 séances dont une réunion.

**Infos**

**Aucun Prérequis**

### Château Vanderhaghen

72 rue Nationale (Quartier du Pont)

Le vendredi de 9h à 12h

Parcours obligatoire de 7 séances, 12 places

### Dates

16, 23 et 30 mai, 6, 13, 20 et 27 juin

### Gratuit

Modalités d'inscription : au CCAS (\* p9)



## Après-midi Chouchout'âge

**Nouveauté**

Bulle de bien-être : atelier massage, relooking, soin des mains et mobilité en partenariat avec Nouvoullook, massage nomade et Wimoov.

**Infos**

**Aucun Prérequis**

### Espace Serge Charles

entrée par le parc Valmy, (Quartier du Buisson)

Le jeudi de 14h à 17h

2 séances, 15 places

### Dates

22 mai et 18 décembre,  
inscription le 3 avril et 6 novembre

### Avec contribution

selon les tranches d'imposition  
sous réserve du financement Phosphor'âge

Modalités d'inscription : au CCAS (\* p9)

**Nouveauté**

## Escapade en trike

L'escapade en trike est une découverte attractive sur les circuits de mobilité douce le long de la Marque, promenade bucolique et sécurisante, en vélo confortable, facile et ludique. (Matériel fourni sur place)

**Infos**

**Prérequis** : tenue souple et confortable

### Passerelle du Risban

(à côté de la poste)

Le mercredi 4 départs, 9h30, 10h45, 14h, 15h15

4 séances par date, 6 places par séance  
30 avril et 21 mai

### Avec contribution

selon les tranches d'imposition sous réserve du  
financement Phosphor'âge

Modalités d'inscription : permanence les  
6 mars, 3 avril et 7 mai Au CCAS (\* p9)





crédits : Victor Mahieu

## Qi gong

Au programme : mouvements souples, lents et faciles. Vous allez apprendre à équilibrer et harmoniser les 4 éléments qui sont le corps, la respiration, l'esprit et la conscience.

### Infos

**Prérequis** : tenue souple et confortable

#### **Espace Tabarly**

2 bis rue des Entrepreneurs (Quartier Plouich)

Le jeudi de 16h à 17h

Parcours de 30 séances, 25 places

**Dates** • 16, 23, 30 janvier, 6, 27 février, 6, 13, 20, 27 mars, 3, 24 avril, 15, 22 mai, 5, 12, 19, 26 juin, 3 juillet, 4, 11, 18, 25 septembre, 2, 9 octobre, 6, 13, 20, 27 novembre, 11, 18 décembre

#### **Avec contribution**

selon les tranches d'imposition

Modalités d'inscription : au CCAS (\* p9)

## Gym adaptée

Initiation à la pratique de la gymnastique douce. Activité physique qui permet de rétablir l'équilibre du corps et de l'esprit.

### Infos

**Prérequis** : tenue souple et confortable

#### **Espace Tabarly**

2 bis rue des Entrepreneurs (Quartier Plouich)

Le vendredi de 9h30 à 10h30

30 séances, 20 places

**Dates** • 17, 24 janvier, 7, 28 février, 7, 14, 21, 28 mars, 4, 25 avril, 16, 23 mai, 6, 13, 20 et 27 juin, 4 juillet, 5, 12, 19, 26 septembre, 3, 10 octobre, 7, 14, 21 et 28 novembre, 5, 12, 19 décembre

#### **Avec contribution**

selon les tranches d'imposition

Modalités d'inscription : au CCAS (\* p9)



## Gym cognitive

Par un entraînement régulier, vous pourrez entretenir votre mémoire et développer les capacités liées à la motricité.

**Infos**

**Aucun Prérequis**

### Château Vanderhagen

72 rue Nationale (Quartier du Pont)

Le mardi de 10h à 11h

20 séances, 15 places

**Dates** • 28 janvier, 4, 25 février, 4, 18 mars, 22, 29 avril, 13, 27 mai, 3, 17 juin, 1<sup>er</sup> juillet, 2, 16, 30 septembre, 14 octobre, 4, 18 novembre, 9, 16 décembre

### Avec contribution

selon les tranches d'imposition

Modalités d'inscription : au CCAS (\* p9)



## Les poils dans la main avec Natsu, un Golden Retriever

**Nouveauté**

Envie de vivre un atelier canin ? L'atelier de médiation animale permet de vivre une expérience unique en partenariat avec « animal and you ». Natsu a été spécialement éduqué par un club cynophile pour réaliser avec vous des exercices de motricité, mobilité et d'équilibre. Vous aurez l'occasion de diversifier les contacts en favorisant les interactions positives : parcours, jeu d'intelligence, cani-marche... Il n'y a pas lieu d'amener son animal, le pétillant Natsu saura vous séduire.

**Infos**

**Aucun Prérequis**

### Château Vanderhagen

72 rue Nationale (Quartier du Pont)

Le vendredi de 10h à 11h

2 sessions de 6 séances de 5 places ou inscription à la séance

Session 1 : 24 janvier, 7 février, 14 et 21 mars, 18 et 25 avril,

Session 2 : 23 mai, 13 juin, 12 septembre, 3 octobre, 14 novembre, 5 décembre

### Avec contribution

selon les tranches d'imposition sous réserve du financement Phosphor'âge

Modalités d'inscription : au CCAS (\* p9)  
inscription à la séance



**Nouveauté**

## Atelier cuisine intergénérationnel inclusif

Animé par l'association des Papillons Blancs, accompagné de 6 jeunes travailleurs de l'ESAT, le principe est de cuisiner ensemble pour l'élaboration d'un repas puis de partager sa dégustation. La transmission et l'entraide sont au cœur de cet atelier.

**Infos**

**Aucun Prérequis**

**Centre social et culturel**  
69 boulevard Clemenceau

Une fois par trimestre, de 9h30 à 14h  
4 séances soit 6 places

**Dates** - Lundi 3 février, Lundi 28 avril,  
Lundi 16 juin, Lundi 17 novembre

**Avec contribution**

moins de 10 euros (en espèces), à régler le jour de la séance.

Inscription le 13, 14 et 15 janvier de 9h30 à 11h30, au château Vanderhaghen (\* p9)

## Atelier cuisine

Vous apprendrez à préparer des plats savoureux et équilibrés tout en découvrant des astuces de cuisine. Durant la séance, vous serez accompagné pas à pas par une intervenante passionnée qui vous initiera aux techniques de base ou vous aidera à perfectionner vos compétences. L'atelier se terminera par une dégustation conviviale des plats réalisés, pour partager un moment gourmand dans une ambiance chaleureuse et créative.

**Infos**

**Aucun Prérequis**

**Espace Tabarly**

2 bis rue des Entrepreneurs (Quartier Plouich)

Une fois tous les 2 mois

5 séances 10 places

**Dates** - vendredi 28 février, vendredi 25 avril,  
vendredi 26 septembre, vendredi 7 novembre,  
vendredi 12 décembre

**Avec contribution**

selon les tranches d'imposition sous réserve du financement Phosphor'âge

Inscription: permanences de janvier au château Vanderhaghen ou 6 février, 3 avril, 4 septembre, 2 octobre, 6 novembre de 9h à 11h au CCAS\* (p9)





## Le thé disco change de nom : Dance Party Seniors

4 thés dansants avec DJ sont proposés pour le plaisir des amateurs de danse (seul ou en couple). Petite restauration sur place.

**Infos**

**Aucun Prérequis**

Salle festive du Pont des Arts,  
place Doumer (Quartier du Pont)

**Dates** : 31 janvier, 3 avril, 24 juin, 22 septembre  
250 places

De 14h30 à 18h

**Gratuit**, accès libre

## Oenologie

Plongez dans l'univers fascinant du vin lors de séances d'œnologie. Vous apprendrez à identifier les différents cépages, à décrypter les arômes, et à comprendre l'influence des terroirs sur les vins. Grâce à une dégustation guidée, vous affinerez votre palais et découvrirez les bases des accords mets-vins. Que vous soyez débutant ou amateur éclairé, cette séance vous invite à un voyage sensoriel à travers les vignobles.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé.

**Infos**

**Aucun Prérequis**

### Château Vanderhaghen

72 rue Nationale (Quartier du Pont)

Le mercredi de 10h à 12h

2 dates, 15 places

**Dates** : 5 mars, 24 septembre

### Avec contribution

selon les tranches d'imposition

Inscription : permanence du 4 septembre, 6 mars au CCAS \* (p9)

## Échanges internationaux

Dans le cadre des jumelages, sont proposées des formations linguistiques au Château Vanderhaghen, des échanges culturels et sportifs avec :

- Les Amis d'Ealing : anglais
- Les Amis de Gladbeck : allemand
- Les Amis de Kuurne : néerlandais
- Les Amis de Poggibonsi : italien
- Les Amis d'Antelias-Liban : arabe
- L'association Instants Latins : espagnol

La solidarité dépasse les frontières. Plusieurs associations caritatives œuvrent à l'échelle internationale.

Les associations Marcq Madagascar et Quart Monde s'engagent à l'égalité de dignité de toutes et tous.

L'accueil et le soutien apportés aux réfugiés ukrainiens traduisent la volonté des Marcquois de s'engager encore davantage pour la solidarité internationale.



## Café causette

Le groupe Bien vieillir du Conseil des seniors vous invite à un moment de convivialité dans la bonne humeur pour partager vos centres d'intérêt, vos passe-temps ainsi que vos connaissances sur un thème particulier.

**Infos**

**Aucun Prérequis**

**Judi 6 février - 14h30 - 16h** : Dictée niveau certificat de fin d'études, à l'Espace Serge Charles, entrée par le parc Valmy (Quartier du Buisson)

**Judi 22 mai - 15h - 16h30** : Goûter philosophique aux Marronniers

**7 Octobre** : Ciné-débat dans le cadre de la semaine bleue, au Pont des Arts

De 14h30 à 16h

**Gratuit** (cinéma à votre charge), accès libre

Lors de la Semaine bleue 2024, 80 personnes ont assisté à la projection du long métrage «Un petit miracle» de Sophie Boudre (scénario inspiré de faits réels).

*La séance était organisée par le groupe Bien vieillir du Conseil des seniors dans le cadre de son café causette, en collaboration avec le cinéma Le Pont des Arts. À la suite du film, un débat animé par Amandine Pitula, responsable du cinéma s'est ouvert.*

*Puis, nous avons accueilli Marine Destroye, conceptrice d'un mode d'hébergement pour personnes âgées en colocation, la Villa Nouvelle, une maison familiale située sur la commune de Croix.*

*Nous avons pu bénéficier d'une présentation de l'établissement, de l'opportunité et des avantages potentiels de l'habitat collectif pour seniors. Elle était accompagnée de résidentes qui ont pu apporter leur témoignage sur cet habitat partagé.*

**Luc Delva**





## Escapade visite de Dunkerque

Envie de découvrir la région, le patrimoine, le CCAS organise une escapade d'une journée en autocar. Vous visiterez Dunkerque (1h15) les monuments incontournables du centre-ville mais également l'architecture balnéaire de Malo-les-Bains et le quartier Excentric de Rosendaël, le « Val de Roses ». Repas libre à votre charge (pique-nique ou restaurant)

### Infos

**Prérequis** : sortie bons marcheurs

Départ 8h30 mairie de Marcq-en-Barœul - Retour vers 18h30 à Marcq-en-Barœul

53 places

Le vendredi 16 mai 2025

**Tarif** : 6.90 € (sortie non remboursable)

Modalités d'inscription : au CCAS, permanence le 3 avril de 9h à 11h.



## Visite du marché de Noël d'Amiens

Vous baignerez dans la magie de Noël en passant par la visite guidée de la cathédrale (1h30). Repas libre à votre charge (pique-nique ou restaurant)

### Infos

**Prérequis** : sortie bons marcheurs

Départ 9h mairie de Marcq-en-Barœul - retour vers 18h à Marcq-en-Barœul

53 places

Le vendredi 12 décembre 2025

**Tarif** : 11.40 € (sortie non remboursable)

**Modalités d'inscription** : au CCAS, permanence le 6 novembre de 9h à 11h.

### Plus de loisirs

Tout au long de l'année, la ville propose tout au long de l'année un florilège d'événements culturels, retrouvez l'agenda culturel proposé par la ville sur le site de la ville :

[marcq-en-baroeul.org/mon-quotidien/culture/agenda-culturel](http://marcq-en-baroeul.org/mon-quotidien/culture/agenda-culturel)



Les animations traditionnelles (banquet des aînés, colis de fin d'année) sont ouvertes aux Marcquois de 67 ans et plus ayant fait la démarche de s'inscrire au fichier « Seniors » auprès du service.



crédits : Victor Mahieu

## La Semaine bleue

La Semaine bleue est l'occasion de valoriser la place des seniors ainsi que les liens intergénérationnels quel que soit l'âge. Le CCAS et ses partenaires proposent un programme d'activités à partager au sein des foyers, dans les structures de la Ville, avec des spectacles, des visites, des rencontres...

Infos

Aucun Prérequis

Au sein des foyers d'aînés  
et dans les structures de la ville

À partir de fin septembre

Gratuit sauf le cinéma et l'escapade en trike  
sous réserve du financement Phosphor'âge

Modalités d'inscription :

Plaquette disponible au CCAS début septembre

## Les spectacles

Dans le cadre de la convivialité, chaque année, 2 spectacles gratuits sont proposés : l'un en mai, l'autre en octobre.

Infos

Aucun Prérequis

### Au Théâtre Charcot

122 rue du Docteur Charcot

De 15h à 18h

350 places

- Lundi 5 mai 2025,

- Lundi 6 octobre 2025,

Gratuit

Modalités d'inscription : au CCAS (\* p9)  
à partir d'avril et septembre

Possibilité de transport gratuit

## Les banquets des aînés

Les Marcquois de 67 ans et plus bénéficient d'un banquet avec une animation dansante au choix le 15 ou 16 octobre (sous réserve) sur inscription entre le 1<sup>er</sup> juillet jusqu'au 25 septembre 2025.

### Infos

**Prérequis** : Inscription au fichier « Seniors », être marcquois de 67 ans et plus

**Hippodrome**, 137 boulevard Clemenceau (Quartier Mairie-Hippodrome)

600 places

Le 15 ou le 16 octobre

**Gratuit** sauf conjoint de – 67 ans

Formulaire à remplir sur le site de la ville ou à retirer au CCAS ou dans Image de Marcq, entre le 1<sup>er</sup> juillet et le 25 septembre 2025, accompagné d'un justificatif de domicile de moins de 3 mois. Possibilité de bénéficier d'un transport gratuit à l'inscription

## Les colis de fin d'année

Les Marcquois de 67 ans et plus bénéficient d'un colis festif offert par la municipalité. La campagne d'inscription démarre le 1<sup>er</sup> juillet 2025 jusqu'au 10 octobre 2025.

### Infos

**Prérequis** : inscription au fichier « Seniors », être marcquois de 67 ans et plus

**Distribution** : début décembre à l'Espace Serge Charles (quartier du Buisson) et livraison aux personnes les plus isolées

**Du 1<sup>er</sup> décembre au 5 décembre de 9h à 12h et de 14h à 17h**

Formulaire à remplir sur le site de la ville ou à retirer au CCAS ou dans le magazine mensuel Images de Marcq - accompagné d'un justificatif de domicile de moins de 3 mois

Inscriptions du 1<sup>er</sup> juillet 2025 au 10 octobre 2025



## Les activités associatives Marcquoises en direction des seniors

### Nord Madame

Conférences au Théâtre de la Rianderie (tarif : 4 euros / gratuit pour les adhérentes)

### Association Re-création

(réservé aux cadres retraités)

Activités diverses et nombreuses :

- Sportives
- Culturelles
- Escapades et voyages
- Conférences

### Infos

350 associations contribuent à l'animation de la ville. Vous pouvez les retrouver sur le guide des associations :

[marcq-en-baroeul.org/mon-quotidien/loisirs/les-associations](http://marcq-en-baroeul.org/mon-quotidien/loisirs/les-associations)







crédits : Victor Mahieu

## Être bénévole :

« Est bénévole toute personne qui s'engage librement pour mener une action non salariée en direction d'autrui, en dehors de son temps professionnel et familial »\*. Le bénévolat est la situation dans laquelle une personne apporte temps et compétences à titre gratuit pour une personne ou un organisme. Il se distingue donc de la situation de travail (ou salariat) essentiellement par les critères suivants : le bénévole ne perçoit pas de rémunération. Il peut être dédommagé des frais induits par son activité (déplacement, hébergement, achat de matériel...). Le bénévole n'est soumis à aucun lien de subordination juridique. Sa participation est volontaire : il est toujours libre d'y mettre un terme sans procédure, ni dédommagement. Il est en revanche tenu de respecter les statuts de l'association, ainsi que les normes de sécurité dans son domaine d'activité. Le bénévolat est donc à la fois le résultat d'une implication personnelle libre et volontaire au service d'intérêts collectifs et le socle indispensable à la dynamique associative. Il est intimement lié à la vie des associations puisqu'il en constitue le fondement. Ce capital humain est la première ressource collective de l'association.

Marcq-en-Barœul se distingue par la diversité de son tissu associatif. Ce qui en fait une véritable richesse renforçant le dynamisme de notre ville, où vous pouvez apporter une aide.

Être senior, c'est aussi être acteur, contribuer à la vie citoyenne. Vous avez du temps libre, des compétences à partager, l'envie de vous rendre utile, mais comment faire ? Il existe des associations qui recherchent et encadrent les bénévoles.

Ci-après quelques exemples – dont certains se trouvent dans le guide des associations – qui vous aideront à choisir en fonction de vos préférences (liste non exhaustive).

### Infos

Renseignements et informations au CCAS ou sur les sites :

- La plateforme publique du bénévolat par la Réserve Civique [JeVeuxAider.gouv.fr](http://JeVeuxAider.gouv.fr) | Devenez bénévole dans une association en quelques clics |
- France Bénévolat, du cœur à l'action - France Bénévolat [francebenevolat.org](http://francebenevolat.org)

\* Extrait du "Guide du bénévolat 2018-2019", d'après l'avis rendu par le Conseil économique et social le 24 février 1993.



crédits : Victor Mahieu

## Le Centre social et culturel

Transmettre vos compétences, proposer un projet ou l'envie de partager une passion, un savoir ou un savoir-faire, que ce soit dans le domaine de l'accompagnement à la scolarité, de la culture, de l'inclusion, de l'animation (confection des décors, participation aux bourses ou à l'organisation de manifestation, aide aux distributions mensuelles du service d'aide alimentaire).

### Contact

**Centre social et culturel,**  
69 boulevard Clemenceau,  
Marcq-en-Barœul  
03 20 51 82 46 (accueil)  
[accueil.info@centresocialetculturel-marcqenbaroeul.fr](mailto:accueil.info@centresocialetculturel-marcqenbaroeul.fr)

## L'Outil en main

Initier des jeunes âgés de 9 à 14 ans aux métiers manuels de l'artisanat, du patrimoine et de la technologie, dans les spécialités suivantes : boulangerie pâtisserie, couture, cuisine, électricité, électronique, impression 3D, imprimerie, jardinage, menuiserie, peinture décorative, photographie, plomberie, poterie, réparation vélo, robotique, tapisserie, charcuterie traiteur, vernissage sur bois...

Vous partagerez, encadrerez et transmettez votre savoir-faire avec de vrais outils, dans de vrais ateliers.

### Contact

**Centre social et culturel,**  
69 boulevard Clemenceau  
salle au parc du Petit Prince,  
Marcq-en-Barœul  
Président : Didier Lemaître  
06.20.95.04.42  
[loutilenmainmarcq@free.fr](mailto:loutilenmainmarcq@free.fr)







## L'AASDAF

Aider les enfants à prendre conscience de leurs compétences et à s'épanouir grâce à un accompagnement individuel à domicile une fois par semaine à la convenance du bénévole et de la famille et/ou par un atelier enfant et parent collectif avec le même souci de valorisation des uns et des autres. Ces temps se veulent ludiques et adaptés pour cultiver le plaisir d'apprendre à partir des compétences des enfants.

Toutes les actions sont coordonnées par une éducatrice qui assure également la formation et reste à la disposition du bénévole et de la famille si besoin.

### Contact

[aasdaf.com](http://aasdaf.com)

06 46 78 91 77 (responsable éducatif)

[asso.asdaf@gmail.com](mailto:asso.asdaf@gmail.com)



## Duo for a job

Valoriser et transmettre votre expérience professionnelle au contact de jeunes issus de l'immigration en recherche active d'emploi.

### Contact

[www.duoforajob.fr/fr/accueil/](http://www.duoforajob.fr/fr/accueil/)

06 16 79 88 22





## Les Petits Frères des Pauvres

Tout au long de l'année, les Petits Frères des Pauvres recherchent des bénévoles pour des missions variées. L'Association propose aux bénévoles des visites à domicile ou en EHPAD pour briser la solitude des personnes âgées, de l'accompagnement des personnes âgées malades et/ou en fin de vie, de l'écoute téléphonique anonyme, de l'accompagnement des personnes âgées en situation de précarité, d'accompagner des personnes isolées en vacances, de devenir chauffeur ou encore d'aider au fonctionnement.

### Contact

[petitsfreresdespauvres.fr/devenir-benevole](https://petitsfreresdespauvres.fr/devenir-benevole)  
08 00 833 822  
[plateforme.benevolat@petitsfreresdespauvres.fr](mailto:plateforme.benevolat@petitsfreresdespauvres.fr)



## Les maisons de la jeunesse

Des enfants sont accueillis par des bénévoles et les responsables de maisons de la jeunesse pour un temps de goûter et d'accompagnement à la scolarité ainsi que des jeux.

### Infos

Envie de vous investir au moins 1h30 par semaine ? Contactez : [annelise.deprez@marcq-en-baroeul.fr](mailto:annelise.deprez@marcq-en-baroeul.fr)  
03 20 45 46 23

Maisons de la jeunesse du Pont, Plouich, du Buisson et à l'espace Quesne.

Les lundis, mardis et jeudis de 16h30 à 18h

hors vacances scolaires

Marcq-en-Barœul se distingue par la diversité de son tissu associatif. Ce qui est, en fait, une véritable richesse, renforçant le dynamisme de notre ville. Vous pouvez les retrouver sur le site : [marcq-en-baroeul.org/mon-quotidien/loisirs/les-associations](https://marcq-en-baroeul.org/mon-quotidien/loisirs/les-associations)



# Janvier

Lundi 13

Mardi 14

Mercredi 15

Permanence d'inscription aux activités  
Château Vanderhaghen, 9h30 - 11h30

Vendredi 31

Dance Party Seniors  
Salle festive du Pont des Arts, 14h30 - 18h

# Février

Jeudi 6

Permanence d'inscription aux activités  
CCAS, 9h - 11h

Jeudi 13

Café causerie: dictée niveau certificat de  
fin d'études, à l'espace Serge Charles  
Espace Serge Charles

# Mars

Jeudi 6

Permanence d'inscription aux activités  
CCAS, 9h - 11h

# Avril

Jeudi 3

Dance Party Seniors  
Salle festive du Pont des Arts, 14h30 - 18h

Lundi 7

Début campagne d'inscription à l'excursion  
de mai et au spectacle  
CCAS, 9h - 11h

# Mai

Lundi 5

Spectacle Théâtre Charcot, 15h

Mercredi 7

Permanence d'inscription aux activités  
CCAS, 9h - 11h

Vendredi 16

Excursion visite de Dunkerque

Jeudi 22

Goûter philosophique aux marronniers  
15h - 16h30

# Juin

Jeudi 5

Permanence d'inscription aux activités  
CCAS, 9h - 11h

**Mardi 24****Dance Party Seniors**

Salle festive du Pont des Arts, 14h30 - 18h

# Juillet

**Mardi 1<sup>er</sup>****Début campagne d'inscription**  
aux banquets et colis

# Sept.

**Lundi 1<sup>er</sup>****Campagne d'inscription** Semaine bleue**Jeudi 4****Permanence d'inscription** aux activités  
CCAS, 9h - 11h**Lundi 22**Ouverture de la **Semaine bleue**,  
**Dance Party Seniors**  
Salle festive du Pont des Arts, 14h30 - 18h

# Octobre

**Jeudi 2****Permanence d'inscription** aux activités  
CCAS, 9h - 11h**Lundi 6**Spectacle **semaine bleue**,  
Théâtre Charcot, 15h**Mardi 7****Ciné débat**  
Pont des Arts, 14h**Mercredi 15****Jeudi 16****Banquet des seniors**  
Hippodrome Serge Charles, 12h

# Nov.

**Jeudi 6****Permanence d'inscription** aux activités  
Début **campagne inscriptions** au marché  
de Noël  
CCAS, 9h - 11h**Lundi 17**Démarriage des permanences  
de **renouvellement de la carte Pass Pass**

# Déc.

**Du 1<sup>er</sup> au 5****Distribution des colis**  
au foyer Serge Charles (sous réserve)**Vendredi 12****Escapade** au marché de Noël d'Amiens





04

Bien  
vivre



Jean-Marc RICHARD, Marie-Pierre JANSSENS (élue adjointe au Maire aux solidarités intergénérationnelles), Brigitte MONTURY, Martine JOIGNEAUX, Josée DELAUTTRE, Miliane CREPY, Jean-Marc DUFOUR · crédits : Victor Mahieu



## Le Conseil des Seniors

Créé par voie de délibération prise lors du Conseil Municipal de la Ville de Marcq-en-Barœul, la durée du mandat du Conseil des Seniors est calée sur la durée d'une mandature municipale. Il se met en place dès que le Conseil Municipal en prend la décision. Il est présidé par le Maire ou l'Adjointe au Maire, en charge des solidarités intergénérationnelles.

### L'instance a pour vocation de :

- Favoriser la réflexion et le dialogue entre la municipalité et tous les seniors dans tous les quartiers
- Faciliter, au vu de ses avis et de ses propositions, la vie quotidienne des seniors
- Favoriser les actions intergénérationnelles
- Proposer et participer aux thématiques adoptées au sein de cette instance, validées par l'élue.

Le Conseil des seniors travaille en toute indépendance dans le plus grand respect des libertés fondamentales, de pensée et d'opinion. Ses membres sont tenus, dans l'exercice de leur mandat, à un devoir de réserve. Ils s'engagent à garder la confidentialité des débats et des informations ou documents qu'ils ont à connaître dans le cadre de leur mission. L'expression du Conseil des seniors est collective.

Il est composé de 28 personnes âgées de plus de 62 ans, issues des différents quartiers et de trois membres suppléants. L'appel à candidatures se fait par le biais des supports d'information utilisés par la Ville de Marcq-en-Barœul. Il faut :

- avoir 62 ans minimum
- être domicilié(e) à Marcq-en-Barœul et figurer sur la liste électorale de la ville
- être retraité(e) de son activité professionnelle
- ne pas être élu(e) municipal(e)
- pas de couple dans le conseil
- la parité Femme - Homme doit être recherchée

Après réception des candidatures, les membres sont pour moitié tirés au sort et pour les autres, désignés par arrêté du Maire. Les postes vacants en cours de mandat pourront être pourvus sur la liste des suppléants.

L'ensemble des membres désignés constitue l'assemblée plénière du Conseil des seniors. Des groupes de travail sont créés pour traiter des thèmes de réflexion abordant :

- L'intergénération : créer et renouer les liens entre les publics, les générations
- La communication : améliorer les informations à destination des seniors
- Le numérique : développer des actions pour lutter contre l'illectronisme et la fracture numérique
- Le bien vieillir : proposer des actions, des activités socioculturelles, sportives, de prévention, de bien-être pour que chaque Marcquois qui le souhaite se sente utile et épanoui dans sa ville.



## Les foyers d'aînés

Les mots «foyers» et «aînés» ne doivent pas vous rebuter. Ce sont des associations créées il y a plus de 50 ans où le mot «senior» n'était pas encore à la mode. Aujourd'hui, il existe six associations réparties dans la ville où vous pourrez, dans une atmosphère conviviale, jouer aux cartes, à des jeux de société, participer à des thés ou repas dansants, des lotos, des excursions, des séjours dans des villages vacances et bien d'autres choses encore que vous pourriez proposer.

Six associations pour les plus de 60 ans couvrent le territoire de la ville de Marcq-en-Barœul, elles ont pris le nom de «Foyer d'Aînés» à leur création, il y a plus de 50 ans. Vous pouvez retrouver leur programme trimestriel d'activités sur le site internet de la ville rubrique : Seniors puis Loisirs. Les calendriers sont également disponibles dans les associations aux jours d'ouverture où vous êtes cordialement accueilli pour découvrir les multiples activités qui y sont pratiquées.

**Témoignages recueillis**  
par Jean Marc Ketels

*Très contente de mon foyer qui m'apporte beaucoup de joie.*

**Christiane, 68 ans**

*J'y rencontre des gens sympathiques avec qui je partage ma passion pour le tarot.*

**Jean-Claude, 76 ans**

*Je vis seule et c'est l'occasion de rencontrer du monde.*

**Françoise, 72 ans**

*J'ai besoin d'aller dans les foyers pour rompre ma solitude, c'est une question de santé.*

**Monique, 85 ans**

## Association des Aînés du Bourg

Quartier du Bourg  
Salle Georges Lambrecq  
15 rue J. Chaban Delmas

Présidente : M<sup>me</sup> Lucienne Vermant

Lundi, mardi et jeudi  
14h00 - 17h30

06 65 13 81 79 | 03 20 98 20 30

## Association des Aînés du Plouich

Quartier du Plouich  
Salle Bourvil  
Rue des Tisserands

Présidente : M<sup>me</sup> Evelyne Leirens

Lundi, mardi et jeudi  
14h00 - 17h30

06 24 32 68 28 | 09 86 15 55 58

## Association des Aînés du Buisson

Quartier du Buisson  
Espace Serge Charles  
391 rue des Rouges Barres

Président :  
M. Jean-Marc Ketels  
[kdjm5@orange.fr](mailto:kdjm5@orange.fr)

Mardi, mercredi et vendredi  
14h00 - 17h30

06 61 80 67 20

## Association des Aînés du Croisé

Quartier du Croisé  
Espace Croisé/Rouges-Barres  
26 rue du Château d'eau

Présidente :  
M<sup>me</sup> Monique Decreus  
[monique.decreus@gmail.com](mailto:monique.decreus@gmail.com)

Lundi et jeudi  
14h00 - 17h

06 08 70 96 66

## Association des Aînés du Pont

Quartier du Pont  
Château Vanderhagen  
72 rue Nationale

Présidente : M<sup>me</sup> Evelyne Leirens

Lundi, mardi, mercredi et vendredi  
14h00 - 17h30

06 24 32 68 28 | 09 86 15 55 58

## Association des Aînés du Quesne

Quartier Mairie  
Salle de l'Aviateur  
Boulevard Clemenceau

Présidente : M<sup>me</sup> Annette Moulart

Lundi, jeudi et vendredi  
14h00 - 17h30

06 04 65 66 14





## Le CCAS

(Centre Communal d'Action sociale)

Le CCAS est un établissement public administratif qui est présidé de plein droit par le maire de la commune. Son conseil d'administration est constitué de 17 membres paritairement d'élus locaux désignés par le conseil municipal et de personnes qualifiées dans le secteur des associations familiales, un représentant des associations de personnes handicapées, un représentant des associations de retraités et personnes âgées, et un représentant des associations œuvrant dans le domaine de la lutte contre les exclusions.

Le CCAS met en œuvre la politique sociale de la ville :

**« une ville solidaire envers toutes les générations et toutes les populations ».**

Le CCAS est un établissement public administratif distinct des services de la ville, qui a :

- Une personnalité juridique de droit public ;
- Une existence administrative et financière distincte de celle de la commune ;
- Un conseil d'administration qui détermine les orientations et les priorités de la politique sociale locale.

Le CCAS assure directement la gestion de ses affaires générales indispensables au bon fonctionnement de l'établissement, notamment dans la préparation, le secrétariat, et l'exécution des décisions du Conseil d'Administration, dans la gestion complète de toutes les questions relatives à ses affaires générales (marchés, sinistres, contrats d'assurances, entretien et gestion de son patrimoine) et à ses relations avec les partenaires (contrats, conventions, subventions) et dans la gestion financière, par la préparation, l'adoption et l'exécution du budget, la comptabilité de ses services.

**Ses compétences obligatoires :**

- La domiciliation administrative des personnes sans domicile stable ayant un lien avec la commune
- L'instruction des demandes d'aides sociales légales
- Une analyse des besoins sociaux dans l'année suivant le renouvellement du mandat municipal

Le CCAS anime également une action générale de prévention et de développement social dans la commune en liaison avec les institutions publiques, privées et les associations. Il développe aussi des activités facultatives pour une ville plus solidaire.

**Ses missions facultatives relèvent de la volonté de la municipalité :**

- Un portage de repas à domicile (déjeuner) auprès des personnes âgées
- Des actions d'animation et de prévention : encourager le bien vieillir, lutter contre la précarité sociale, contre l'isolement, préserver la santé mentale
- Des actions au domicile des personnes : visites de courtoisie, aide au numérique, soutien pour le maintien de l'habitat
- La tenue et la gestion pour le compte de la ville du registre des personnes vulnérables
- Le soutien à la mobilité des seniors par le transport de personnes et le remboursement d'abonnements selon conditions, la mise à jour des cartes Pass Pass
- L'accompagnement dans la prospection d'un logement social et la participation aux attributions des logements sociaux
- Il coordonne et achemine l'aide alimentaire aux associations du territoire,

- L'accompagnement à la transition numérique
- L'accompagnement au titre de la référence des allocataires du RSA
- Une aide alimentaire
- L'attribution d'aides financières facultatives, selon un règlement intérieur adopté par le conseil d'administration

Le CCAS gère les situations de crise par la mise en œuvre du Registre des personnes vulnérables.

Le budget est établi en majorité par une subvention de la Ville. Les autres ressources proviennent de la participation des usagers aux actions et des contributions d'organismes publics financeurs de projets.

**Son organisation :**

Le CCAS est intégré au Pôle Famille et Solidarités, comprenant deux directions de la ville : la Famille et les Services à la Population. Le CCAS est maintenant organisé en 2 services : Action sociale et guichet logement social et Vie des Seniors, sous la direction d'un pôle Ressources Internes, Affaires générales et Partenariat.

**Infos**

Pour recevoir la lettre d'information du service vie des seniors du CCAS, nous vous invitons à envoyer un mail à l'adresse indiquée ci-dessous avec vos noms et prénoms:

[animation.senior@marcq-en-baroeul.fr](mailto:animation.senior@marcq-en-baroeul.fr)

CCAS, Service Vie des Seniors,  
103 avenue du Maréchal Foch  
(sous la résidence Agora)

Ouverture du lundi au vendredi  
de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h

Tél. du service Vie des Seniors: 03 20 45 46 67

Tél. de l'accueil : 03 20 45 46 61

[animation.senior@marcq-en-baroeul.fr](mailto:animation.senior@marcq-en-baroeul.fr)



## Le CLIC Relais Autonomie

Cœur de Métropole  
(Centre Local d'Information  
et de Coordination)

Mis en œuvre par les départements et animé par divers acteurs (associations, CCAS, établissements hospitaliers, Conseil départemental du nord), un CLIC est composé d'un chargé d'accueil, d'un coordonnateur et de professionnels de santé et du secteur social. Ils ont un rôle de proximité. Ils s'adressent aux personnes âgées et aux personnes en situation de handicap, ainsi qu'à leur entourage et plus largement à toute personne impliquée dans la perte d'autonomie.

Leur but est de faciliter l'accès des personnes âgées à leurs droits en mettant en réseau tous les professionnels du secteur pour :

- Une simple information - des questions de solidarité ou d'entraide

- Une écoute - une information centralisée au niveau local
- Des conseils pratiques ou d'ordre général - un soutien et un accompagnement dans les démarches relatives à la perte d'autonomie et à la vie quotidienne (services à la personne, soins divers, dossier APA...).

L'accueil, l'information et les conseils proposés par les CLIC sont personnalisés, gratuits et confidentiels.

Le CLIC propose également des activités de prévention (sommeil, alimentation, sophrologie, numérique, sécurité routière...).

### Infos

Pour tout renseignement et inscription :  
CLIC Relais Autonomie Cœur de Métropole,  
97 bis rue du Quesne (Quartier Bourg)  
03 20 89 65 35 | 03 20 89 65 36



## Le Centre Social et Culturel

Un projet d'innovation sociale, durable et solidaire porté par des habitants pour les habitants.

Situé au carrefour des quartiers de la Briqueterie, du Pont et du Plouich, le Centre social et culturel est une association à vocation sociale, globale et participative financée par la Caf du Nord, la ville de Marcq-en-Barœul et le Département du Nord. Le projet de l'association couvre les domaines de la petite enfance, de la réussite éducative, de l'insertion sociale et professionnelle, de la promotion de la santé, de la culture et de la citoyenneté autour des valeurs de dignité humaine, de liberté, de solidarité, de fraternité, de laïcité et de démocratie.

Agréé par la Caisse d'Allocations Familiales, l'équipement s'adresse à tous grâce à une équipe de 30 salariés permanents et 130 bénévoles qui s'investissent avec bienveillance au service d'un projet créateur de mixité sociale, culturelle et générationnelle, porté par des habitants pour les habitants dans une démarche non-prosélyte et apolitique. Espace d'innovation sociale et solidaire, le Centre social et culturel développe également des actions pour accompagner la transition numérique, améliorer l'accès aux droits, la mobilité, favoriser le mieux vivre ensemble, lutter contre les inégalités et les discriminations.

### Infos

69 boulevard Clemenceau à Marcq-en-Barœul (Quartier Mairie/Hippodrome)

03 20 51 82 46

[accueil.info@centresocialetculturel-marcqenbaroeul.fr](mailto:accueil.info@centresocialetculturel-marcqenbaroeul.fr)

[csc-marcqenbaroeul.fr](http://csc-marcqenbaroeul.fr)



## Solution de logement

Vous êtes une personne de plus de 60 ans et avez une chambre disponible à votre domicile. Pourquoi ne pas accueillir un étudiant ! Grâce à l'association ensemble2générations, vous pouvez aider un jeune à se loger à moindre coût, tout en bénéficiant d'une présence rassurante le soir et la nuit ou d'une entraide, voire un complément de revenus.

### Infos

Delphine Petit (Chargée de mission)

07 49 86 52 29

[contact@ensemble2generations.fr](mailto:contact@ensemble2generations.fr)

[ensemble2generations.fr/senior/](http://ensemble2generations.fr/senior/)





## Structures d'accueil

pour personnes âgées autonomes et/ou dépendantes

La Ville de Marcq-en-Barœul dispose sur son territoire de **7 établissements** accueillant des seniors :

- 5 EHPAD
- 2 Résidences Autonomie



### Résidence Paul Cordonnier Quartier Bourg

Résidence d'accueil pour personnes autonomes dont quelques lits pour EHPAD, Etablissement Hébergeant des Personnes âgées Dépendantes. Eligible à l'aide sociale.

4 rue Maurice Genevoix,  
Marcq-en-Barœul  
03 20 98 44 05



### Les Provinces du Nord Quartier Bourg

Établissement éligible à l'aide sociale, disposant d'une unité spécifique pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer (UVA) ainsi que d'un accueil de jour.

44 rue du Lazaro,  
Marcq-en-Barœul  
03 20 89 34 69



### Résidence EHPAD les Marronniers Quartier Croisé-Laroche

Non éligible à l'aide sociale. Établissement privé associatif médicalisé du groupe UNIVI

45 avenue de la Marne,  
Marcq-en-Barœul  
03 20 72 65 75



**EHPAD Rose May**  
Quartier Buisson

Établissement privé UGECAM, médicalisé, éligible à l'aide sociale, disposant d'une unité spécifique pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer

14 rue Jules Boet,  
Marcq-en-Barœul  
03 20 55 06 99



**Korian les Marquises**  
Quartier Pont

Établissement privé non éligible à l'aide sociale. Korian Les Marquises accueille les personnes âgées autonomes, dépendantes et atteintes de la maladie d'Alzheimer

68 rue Nationale,  
Marcq-en-Barœul  
03 20 74 12 13



**EHPAD Tiers Temps Saint-Maur**  
La Madeleine

Établissement privé associatif, non éligible à l'aide sociale. Accueille des personnes âgées autonomes, dépendantes en séjour permanent ou court séjour. Dispose d'un accueil de jour et un PASA

15 avenue Saint-Maur,  
La Madeleine  
03 20 15 68 68



**Résidence Services Domitys Olympe**  
Quartier Bourg

Résidence autonomie, résidence services pour seniors, établissement privé non éligible à l'aide sociale

2 rue Simone Veil,  
Marcq-en-Barœul  
03 74 28 24 00



## Nouvelle aide aux transports

Pour préserver le lien social et lutter contre l'isolement des seniors, une aide financière aux adhérents Marcquois des foyers d'aînés pour un trajet par semaine vers ces foyers par un service de transport adapté est proposée aux personnes de 65 ans et plus, non imposables et dont la perte d'autonomie ne permet plus l'accès aux navettes TULIP. L'aide financière accordée par le CCAS évoluera selon les conditions tarifaires du service de transport de la métropole lilloise (6.20 € pour un aller-retour selon le tarif en vigueur 2 x 3.10 €). Cette aide est soumise à éligibilité sur présentation de justificatifs. Permanences tous les mardis de 9h à 11h au CCAS, remise des justificatifs chaque trimestre.



## Ilevia Transports en commun de la Métropole

La gratuité, c'est inciter les Marcquois de 65 ans et plus, non imposables, à se déplacer. Et c'est pour répondre à cet objectif que le CCAS rembourse intégralement les abonnements mensuels d'Ilevia et les trajets unitaires X10 (dans la limite de 4 par an), pour leur permettre de se déplacer plus facilement, de conserver leur autonomie et donc de lutter contre l'isolement.

Infos

[ilevia.fr](http://ilevia.fr)

Permanences au CCAS tous les mardis de 9h à 11h, remise des justificatifs chaque trimestre. Formulaire à télécharger sur le site de la ville.

[marcq-en-baroeul.org/mon-quotidien/seniors/la-ville-sengage-pour-la-mobilite-des-seniors](http://marcq-en-baroeul.org/mon-quotidien/seniors/la-ville-sengage-pour-la-mobilite-des-seniors)

### Renouvellement des cartes Pass Pass

Des permanences seront organisées en novembre et décembre 2025 pour les +65 ans au 1<sup>er</sup> janvier 2026 (non imposables ou imposables jusque 300 euros) ayant déjà une carte Pass Pass. Merci de prendre contact auprès du CCAS pour plus d'informations.

Il faut se munir d'une pièce d'identité, de son dernier avis d'imposition et de sa carte Pass Pass.

### Bus et Tramway

#### traversant Marcq-en-Barœul

Plusieurs lignes de bus et Tramway traversent la ville de Marcq-en-Barœul. Voir le site Ilevia : [ilevia.fr](http://ilevia.fr)

#### Tramway ligne R

Gare Lille Flandres ↔ Roubaix Eurotéléport

Arrêts : Saint Maur, Buisson, Brossolette, Clemenceau Hippodrome, Croisé Laroche et Acacias.

#### Tramway ligne T

Gare Lille Flandres ↔ Tourcoing Centre

Arrêts : Saint Maur, Buisson, Brossolette, Clemenceau Hippodrome, Croisé Laroche, Foch, Le Quesne, Cerisaie Centre d'Affaires, Château Rouge et Triez.

#### Bus L5

Marcq Piscine / La Madeleine Montgolfier / Ferme aux oies ↔ Haubourdin Le Parc

#### Bus L91

Gare Lille Europe ↔ Halluin Gounod

#### Bus C10 (Citadine de Marcq)

Marcq Pavé Stratégique ↔ Marcq Pavé Stratégique

#### Bus C03

Englos Centre Commercial ↔ Villeneuve d'Ascq Hôtel de Ville

#### Bus 50

Marcq Collège ↔ Saint André

#### Bus 86


Comines Gare ↔ Gare Lille Europe

#### Bus 88

Comines-Wambrechies ↔ Gare Lille Europe





 en été 2025, KEOLIS procède à la rénovation de ses quais de tramways. Des bus relais seront mis en place afin d'assurer la continuité du service





## Sortir plus

Ce dispositif gratuit dans la limite d'un plafond (300 euros pour 2024) propose d'aider les seniors pour leurs sorties que ce soit à pied ou en véhicule. Vous pouvez être accompagné d'une personne de confiance salariée d'un organisme d'aide à domicile ou de transport trouvé par un téléconseiller.

Ce dispositif est accessible aux seniors à partir de 75 ans, retraités d'une Caisse de retraite complémentaire du groupe AGIRC ARRCO ayant des difficultés de mobilité, éloignés de leur famille. L'inscription se fait auprès d'un conseiller de votre caisse de retraite complémentaire qui vérifiera votre éligibilité et gèrera pour vous la prestation.

### Infos

0971 090 971

de 8h30 à 18h30 service gratuit,  
prix d'un appel local

[agirc-arrco.fr](http://agirc-arrco.fr)

[services75ans.agirc-arrco.fr](http://services75ans.agirc-arrco.fr)



## L'association Le Fiacre

L'association Le Fiacre vous propose son service d'aide à la mobilité 6 jours sur 7 pour l'accompagnement de seniors ainsi que des personnes à mobilité réduite dans tous les déplacements : médicaux, sorties, loisirs, courses, départ en voyage.

### Infos

03 20 74 31 72

06 99 06 67 88



## Société TOC TOC

Toc Toc est un service de transport en commun. Le service propose des trajets dans la métropole avec une flotte de véhicules modernes et confortables. Les conducteurs sont professionnels et expérimentés, assurant un voyage agréable et sécurisé pour les passagers. Toc Toc vise à offrir des trajets ponctuels et fiables pour répondre aux besoins des résidents locaux.

### Infos

03 20 19 51 89



## Handipole

Handipole est un service de transport collectif de la MEL, dédié aux personnes à mobilité réduite. Le service Handipole fonctionne sur réservation, vous devez réserver chaque trajet auprès du service client. Vous pouvez voyager depuis et vers les adresses que vous souhaitez, dans toutes les communes de la Métropole Européenne de Lille.

### Infos

#### Prérequis :

- Charger les titres Handipole sur une carte pass pass personnelle,
- ou souscrire au prélèvement automatique en agence pour régler les voyages réalisés une fois par mois
- Être titulaire d'une Carte Mobilité Inclusion (CMI) portant la mention «invalidité» ou titulaire d'une carte d'invalidité présentant un taux d'incapacité d'au moins 80%

Coût du trajet aller 3,10€ (Tarif octobre 2024)

Possibilité d'être accompagné sur le réseau

Pour plus d'informations,  
consultez le guide handipole

Par courriel à [handipole@ilevia.fr](mailto:handipole@ilevia.fr)

Par téléphone au 03 20 40 40 40, puis tapez 2.



## La navette TULIP

Un service municipal de Transport Urbain de Liaison Inter quartiers pour Personnes âgées (uniquement dans la ville). Les Marcquois autonomes sans assistance ni troubles cognitifs de + de 60 ans peuvent bénéficier d'une navette tous les matins, du lundi au vendredi, de 8h30 à 12h sauf les jours fériés, entre leur domicile et une destination spécifique par jour.

### Destinations proposées

- Lundi au cimetière du Bourg
- Lundi au cimetière des Rouges-Barres
- Mercredi à la Ferme aux Oies
- Mercredi à la Médiathèque la Corderie
- Jeudi aux commerces du Pont
- Vendredi à l'Hotel de Ville, au CCAS
- Vendredi au marché

Ce service gratuit est disponible sur simple réservation la veille du trajet avant 12h. Le chauffeur vous contacte pour préciser son heure de passage. La navette se déplace au plus près de votre domicile. Le retour, deux heures plus tard environ, se fait de la même façon.

Sur réservation la veille avant 12h  
03 20 45 46 67



## Les circuits de randonnée

Pour partir à la découverte des Belles Terres, la zone agricole au nord du Pavé Stratégique de Marcq-en-Barœul, deux circuits de randonnée pour toute la famille ont été créés. Ils combinent développement durable, biodiversité, culture, patrimoine et histoire. Alors, serez-vous plutôt oie ou grenouille ? L'aventure et le dépaysement peuvent être au coin de la rue et vous pouvez vous retrouver en pleine campagne dans un cadre calme et bucolique sans quitter Marcq-en-Barœul. La Ville a mis en place deux circuits de randonnée pour découvrir les Belles Terres à votre rythme, à pied, à vélo ou à cheval.

### Le Circuit des Grenouilles axé sur la biodiversité

Ce circuit est une boucle de 4,3 kilomètres au départ de la Ferme aux Oies. Vous empruntez le chemin Poivré, la carrière Dal, la rue de Bondues et le pavé Stratégique pour 1h15 de randonnée facile dans la campagne. Arrêtez-vous aux quatre bornes pédagogiques pour en savoir plus sur les amphibiens qui peuplent les Belles Terres, les insectes que vous pourrez croiser ou les auxiliaires de culture qui aident les agriculteurs.

### Le Circuit des Oies autour du patrimoine des Belles Terres

Le Circuit des Oies emprunte le début et la fin du Circuit des Grenouilles. Arrivé carrière Dal, vous continuez sur le chemin de Ghesles, puis le chemin de la Beuvrecque et le chemin des Saules avant de rattraper le Circuit des Grenouilles. Le long de cette boucle de 7,4 kilomètres facile pour tous, découvrez le patrimoine marcquois : les toits en chaume, la Becque, le chemin de Ghesles ou le plan centré et l'ancre qui caractérisent l'architecture des fermes du Ferrain, sans oublier le saule têtard. Pour ne pas vous perdre sur les deux circuits, guettez bien les clous de chaussée au sol ! Une empreinte de grenouille, vous êtes sur le Circuit des Grenouilles, une patte d'oie, vous êtes sur le Circuit des Oies. Si les deux clous sont ensemble, vous êtes sur la partie commune aux deux circuits.

### Les parcours « Baludik »

Pour découvrir un quartier sous forme de jeu interactif plein de défis et d'énigmes à résoudre (application à télécharger)

#### *Belles Terres*

- Une marche de 4,2km (environ 2h) qui démarre devant l'entrée de la ferme aux oies.

#### *Quartier du Plouich : Le vol de la médaille*

- Une marche de 3,5 km (environ 1h15) qui démarre de l'Église Saint Louis.

#### *Quartier des Rouges-Barres : À la recherche de la statue*

- Une marche de 2,6km (environ 1h15) qui démarre du cimetière de Rouges-Barres.

#### *Quartier du Croisé-Laroche : Mystère au Croisé-Laroche !*

- Une marche de 3,3km (environ 1h15) qui démarre de l'Église du Sacré-Cœur.



← Téléchargez l'application



# Prévention



## Le portage des repas à domicile

Un service de portage de repas à domicile 7 jours sur 7 (livraison 5 jours sur 7 du lundi au vendredi) qui s'adresse à tous les seniors à partir de 60 ans et aux personnes en situation de handicap. Ce service est proposé par le CCAS. Chacun est assuré de recevoir une alimentation équilibrée et adaptée. L'objectif est de favoriser, dans les meilleures conditions, le maintien à domicile. Un tarif dégressif est proposé selon les revenus.

### Infos

Renseignements et inscription : au CCAS  
De 8h30 à 12h, 03 20 45 46 64,  
[restauration.domicile@marcq-en-baroeul.fr](mailto:restauration.domicile@marcq-en-baroeul.fr)



## Les visites à domicile

Les animations sont encadrées par des agents sociaux et de prévention du CCAS, elles permettent aux seniors les plus isolés de bénéficier d'une activité adaptée qui peut se décliner en visite de courtoisie, atelier mémoire, atelier de sensibilisation au numérique, atelier cuisine, sorties etc. Les actions à domicile s'adressent aux seniors marcquois à partir de 60 ans dont la vie sociale est peut-être limitée ou dégradée pour différentes raisons (mobilité réduite liée au grand âge, problèmes de santé, vulnérabilité). L'activité est gratuite.

### Infos

À domicile deux fois par mois  
Tout au long de l'année  
Du lundi au vendredi  
Entre 8h et 17h les jours.

Les horaires sont définis par téléphone  
Gratuit

Modalités d'inscription : au CCAS (\* p9)





## Le portage de livres à domicile

Un service gratuit proposé par la médiathèque La Corderie pour les seniors empêchés pour raisons de santé. Il s'agit de s'adapter aux besoins de chaque personne afin de répondre au désir concret de lire pour certains, pour d'autres, de bénéficier d'un peu de lien social... L'utilisateur s'inscrit auprès de la médiathèque et bénéficie d'un rendez-vous mensuel de septembre à juin. La bibliothécaire assure les déplacements à vélo. Les documents sont sélectionnés selon les goûts du lecteur et remis, au choix, sur le pas de la porte ou à l'intérieur du domicile par la bibliothécaire qui récupère alors les livres lus. La médiathèque La Corderie dispose d'un large fond de livres en grands caractères et de livres audio. Il suffit de télécharger et compléter le formulaire d'inscription.

### Infos

03 20 81 91 48

Du mardi au vendredi

De 10h à 12h et de 14h à 18h

[corderie@marcq-en-baroeul.fr](mailto:corderie@marcq-en-baroeul.fr)



## Le Défi autonomie seniors

Le Défi autonomie seniors propose l'animation d'actions collectives gratuites de prévention à destination des personnes de plus de 60 ans. Il est financé par les caisses de retraites.

### Pourquoi participer aux ateliers du « Défi autonomie seniors » ?

- Parce qu'en consacrant quelques heures à votre santé, vous aurez une retraite plus sereine,
- Parce que vous recevrez des conseils simples et clairs pour adopter les bons réflexes chaque jour,
- Parce que cela se passe près de chez vous,
- Parce que vous passerez un bon moment en compagnie de personnes qui rencontrent les mêmes préoccupations que vous,
- Parce qu'il n'est jamais trop tôt ou trop tard pour s'occuper de soi.

### Infos

[defi-autonomie-seniors.fr](http://defi-autonomie-seniors.fr)

03 21 24 61 28



### Le site et l'application **HappyVisio**

HappyVisio, l'expert en prévention à distance, propose un service de consultations individuelles avec de nombreux spécialistes (juristes, diététiciens, psychologues, coaches...). Un savoir-faire unique depuis 2017 en matière de prévention dans les domaines de la santé, du bien-être. HappyVisio propose des conférences et des ateliers gratuits en ligne :

- Conférences
- Consultations individuelles en visioconférence : avocat, diététicien, psychologue... prenez rendez-vous avec nos experts.

#### Infos

Rue Molière, 94200 Ivry-sur-Seine  
01 76 28 40 84,  
[twitter.com/happyvisio](https://twitter.com/happyvisio)



### Le site et l'application **Tempoforme**

Pour aider les seniors actifs à allonger leur espérance de vie en bonne santé, Tempoforme propose des bilans et des formations. Le site rend accessible des ressources et des partenaires. Tempoforme est la nouvelle application numérique pour prévenir des maladies liées au vieillissement. Elle est développée par le CHU de Lille et les équipes du Professeur Éric Boulanger, portée par la CARSAT Hauts-de-France et soutenue par la Région. Tempoforme est plus qu'une application. C'est un programme qui répond aux grands défis démographiques, économiques et sociétaux auxquels est confronté le système de santé français. Un grand nombre de pathologies peuvent être évitées avant 60 ans et ainsi permettre de rallonger la durée de vie en bonne santé. Pour cela, il faut repérer les fragilités assez tôt. «C'est la mission que s'est donnée Tempoforme, en proposant aux citoyens un programme de prévention santé constitué d'une application, d'un site internet, d'un numéro vert gratuit, d'un lieu physique, au CHU de Lille et d'un réseau de professionnels».

#### Infos

Centre Hospitalier Universitaire de Lille  
Hôpital CALMETTE  
1 boulevard du Professeur Jules Leclercq,  
59000 Lille  
03 20 44 59 62



# « NON À L'ISOLEMENT DE NOS AÎNÉS »



## La télé-assistance

La téléassistance à domicile permet de sécuriser les personnes qui vivent seules chez elles. En cas de problème (chute, malaise...), la personne peut contacter une plateforme téléphonique joignable 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7. Plusieurs solutions existent, il convient de se renseigner auprès de son organisme de mutuelle, sa caisse de retraite, du Clic, ou auprès de la CARSAT.



## Les Petits Frères des Pauvres

Les Petits Frères des Pauvres, ce sont des bénévoles et des salariés qui agissent ensemble, pour favoriser le lien social des seniors souffrant d'isolement et de solitude, prioritairement les plus démunis. Plusieurs actions sont mises en place :

- Visites à domicile, en hébergement collectif, à l'hôpital et aux personnes en fin de vie
- Écoute téléphonique « solitud'Ecoute »
- Actions collectives : séjours de vacances, réveillons de fin d'année, sorties culturelles, fêtes, ateliers d'expression créative et artistique
- Aider à retrouver un toit
- Aide financière en complément des organismes et partenaires publics
- Protéger les personnes fragilisées par des dispositifs de prévention (lutte contre la maltraitance...)
- Alerter et témoigner : ils œuvrent à changer le regard sur le vieillissement.

### Infos

24 rue Jean Moulin, Lille  
03 20 74 01 02





## L'aide à l'habitat et au logement

SOLIHA Métropole Nord est une association historique qui vient en aide aux personnes en difficulté et améliore leur condition d'habitat, acteur social reconnu sur l'ensemble du territoire et à l'échelle nationale, l'association est labélisée par la MEL et la CARSAT.

L'association propose un accompagnement administratif et financier personnalisé. Elle offre des conseils et accompagne le projet d'adaptation de son logement, pour rester chez soi en toute sérénité.

Différentes aides sont proposées.

### Infos

[soliha.fr](http://soliha.fr)

112 rue Gustave Dubled, 59170 Croix

03 20 67 67 30

08 01 01 02 03 (service et appel gratuit)



## Aide pour adapter votre logement

Ma Prime Adapt, nouveau dispositif depuis 2024, qui simplifie différentes aides de l'État visant à financer des travaux d'adaptation du logement afin de permettre de vivre à domicile le plus longtemps possible.

### Pour qui ?

Pour les personnes en situation de handicap, pour les personnes de plus de 70 ans, pour les personnes âgées de 60 à 69 ans en perte d'autonomie.

### Quels types de travaux ?

Travaux d'isolation, de rénovation énergétique, installation d'une douche de plain-pied, d'un monte-escalier, d'un volet roulant électrique, d'une rampe d'accès, d'une cuisine adaptée...

### Quels montants ?

Le coût des travaux peut être pris en charge entre 50% et 70%, avec un plafond fixé à 22 000 euros, selon le revenu fiscal de référence et la composition du foyer

### Infos

[France-renov.gouv](http://France-renov.gouv)

ou Service Amélio au 03 20 67 67 23





## Aides au maintien à domicile (humaines et techniques)

Les Caisses de retraite financent l'autonomie, les actes courants à la vie quotidienne (ménage, entretien de la maison, vitres...) soit les personnes en GIR 5 ou GIR 6. Le Conseil Départemental du Nord propose une aide financière pour soutenir l'autonomie à domicile des personnes âgées. L'aide est calculée et octroyée en fonction de la perte d'autonomie soit les actes essentiels à la vie quotidienne (se lever, manger, se laver...). L'APA (aide personnalisée à l'autonomie) finance la dépendance GIR 1 à GIR 4.

Pour toute demande, il convient de s'adresser au CLIC, au service Action Sociale du CCAS ou de remplir en ligne le formulaire. Le médecin traitant remplira le formulaire Cerfa.

Une fois la demande reçue par l'organisme, le demandeur bénéficiera d'une visite à domicile par un professionnel représentant ces institutions (assistante sociale, infirmier...) dont l'objectif est d'établir le degré d'autonomie et de construire un plan d'aide personnalisée pour le domicile.

Les aides à l'autonomie possibles : aides humaines (pour s'habiller, se lever, manger, entretenir son logement, faire des courses...), des aides techniques (fournitures pour l'hygiène, téléassistance, barre de soutien, accueil temporaire (accueil de jour et hébergement temporaire) et des travaux d'aménagement du logement.

### Infos

**Lien vers le formulaire :**

[service-public.fr/particuliers/vosdroits/F10009](https://service-public.fr/particuliers/vosdroits/F10009)

**Renseignements et inscription :**

Conseil Départemental du Nord

Hôtel du département

51 rue Gustave Delory

03 59 73 73 73

[services.lenord.fr/allocation-personnalisee-d-autonomie-apa-a-domicile](https://services.lenord.fr/allocation-personnalisee-d-autonomie-apa-a-domicile)



## Demande d'une carte mobilité inclusion (CMI)

Pour bénéficier d'une carte de mobilité inclusion d'invalidité ou de priorité et/ou de stationnement pour personnes handicapées, il convient de remplir le dossier d'APA, la demande simplifiée est accessible dans le formulaire.

### Infos

Lien vers le formulaire :

[service-public.fr/particuliers/vosdroits/R19993](https://service-public.fr/particuliers/vosdroits/R19993)



## Aide de la MDPH (maison départementale des personnes handicapées)

La MDPH est la maison départementale C'est l'endroit où les personnes handicapées font les demandes d'aide. Vous avez parfois le choix entre l'APA et la PCH (Prestation de Compensation du Handicap). Pour faire un choix adapté à sa situation personnelle, il faut connaître les différences entre l'APA et la PCH. Il peut être plus intéressant de choisir la PCH ou plus intéressant de choisir l'APA. Cela dépend de sa situation personnelle. L'APA et la PCH ne sont pas cumulables.

### Infos

21 Rue de la Toison d'Or,

59650 Villeneuve-d'Ascq

(déménagement prévu à Lille début 2025)

03 59 73 73 73

[mdph.lenord.fr/site/dac\\_50770/accueil](https://mdph.lenord.fr/site/dac_50770/accueil)



## Aide au bien vieillir CARSAT

L'aide au bien vieillir chez soi est une prestation d'action sociale extra-légale et facultative. Elle est versée dans la limite d'une dotation allouée par la Caisse Nationale d'Assurance Vieillesse (CNAV) et réservée aux personnes les plus fragilisées et isolées socialement, économiquement ou géographiquement.



## Caisse de retraite

Toutes les caisses de retraite proposent des informations, des conseils et des activités gratuites pour chaque affilié. Elles peuvent également participer à l'accompagnement à domicile et apporter une aide à une situation exceptionnelle (sortie d'hospitalisation, décès d'un conjoint, perte d'autonomie, télé assistance, adaptation du logement, aide à domicile, aide pour faire les courses, accompagnement informatique, financement d'un déménagement, conférences, ateliers de prévention...).

Leurs politiques d'action sociale se développent et permettent de bénéficier de nombreuses aides et activités. Il suffit de se renseigner directement auprès de votre conseiller.

### Bon à savoir

Les maisons départementales de l'autonomie sont mises en place dans certains départements dans une logique de rapprochement entre les services du Conseil départemental et ceux de la MDPH (Maison départementale des personnes handicapées). Prochainement dans le département du Nord, la Maison départementale de l'autonomie sera un lieu unique où les personnes âgées, les personnes handicapées et leurs aidants pourront accéder à l'information sur les dispositifs les concernant. Il sera possible d'y déposer des demandes de prestations d'aide à l'autonomie.

13 Chemin du Château d'Eau  
59700 Marcq-en-Barœul  
03 59 73 99 00



**Nominatif, ce registre réunit les coordonnées des personnes à protéger, du fait de leur fragilité ou de leur isolement, notamment les personnes âgées et/ou en situation de handicap, en cas de risque exceptionnel (canicule, grand froid, épidémie...).**

Ainsi, en cas de déclenchement du plan d'alerte et d'urgences, les personnes recensées sur le registre seront contactées de manière ciblée et périodique, afin de bénéficier de soutien, de conseils et d'assistance.

#### Qui peut s'inscrire ?

- Les personnes âgées de 65 ans et plus, résidant à leur domicile,
- Les personnes âgées de plus de 60 ans reconnues inaptes au travail résidant à leur domicile,
- Les personnes adultes handicapées.

#### Infos

#### Comment s'inscrire sur le registre ?

L'inscription sur le registre se fait :

- Soit par les personnes elles-mêmes,
- Soit par un tiers (membre de la famille, représentant légal, professionnels médico-sociaux...)

Il suffit de compléter le formulaire d'inscription en annexe (Cf. P.57-58) et de le renvoyer :

- Par courrier, au 103 avenue Foch  
59704 Marcq-en-Barœul cedex
- Par mail au CCAS,  
[animation.senior@marcq-en-baroeul.fr](mailto:animation.senior@marcq-en-baroeul.fr)
- Informations par téléphone  
au 03 20 45 46 61

*Toutes les informations contenues dans ce registre sont strictement confidentielles et ne peuvent en aucun cas être communiquées.*

*Seul le Préfet de la Région des Hauts-de-France est autorisé à consulter le registre.*



**De l'activité physique adaptée au profit de chaque patient, pratiquée en toute sécurité avec un suivi continu, une prise en charge personnalisée et un enseignant qualifié spécialisé APA.**

Les études de l'OMS démontrent que l'activité physique réduit le risque de cardiopathie coronarienne, d'AVC, de diabète, d'hypertension, de cancers (colon, sein) et de dépression.

Le cadre légal permet aux médecins traitants de prescrire à leurs patients atteints d'Affection de Longue Durée (ALD) une activité physique adaptée (APA) à la pathologie, aux capacités physiques et au risque médical.

La ville de Marcq-en-Barœul, propose aux Marcquoises et aux Marcquois atteints d'une ALD (diabète type 2, obésité, lombalgies chroniques, cancers en rémission, pathologies cardiovasculaires, maladie de Parkinson), le programme Sport Santé sur Ordonnance:

- Prise en charge d'une année, 2 séances par semaine
- 2€ la séance
- Un large choix d'activités
- Une prise en charge sécurisée et adaptée
- Un suivi régulier
- Un professionnel de l'activité physique adaptée.



## Les activités proposées

Gym douce, badminton, randonnée, tir à l'arc, renforcement musculaire, aquagym, volley, golf.

## Les étapes du programme

- Prescription par le médecin traitant
- Prise de contact
- Bilan d'entrée : entretien de motivation et tests physiques
- Programmation de la prise en charge
- A l'issue du programme : orientation vers une structure partenaire ou reconduction.

### Infos

#### Prérequis

Prescription médicale par le médecin traitant et détermination du niveau de pratique.

Pris en charge une année

2 € la séance

À raison de 2 séances par semaine





## Maison des aidants

La Maison des Aidants est une plateforme de répit qui permet aux aidants d'être accompagnés par des professionnels, et d'obtenir toutes les informations nécessaires au maintien à domicile de leur proche. Elle accueille les aidants familiaux accompagnant un proche en perte d'autonomie de plus de 60 ans (y compris les aidants de malades Alzheimer et maladies apparentées, Parkinson et sclérose en plaques, de moins de 60 ans).

### La Maison des Aidants est :

- Un lieu d'information, de formation afin de partager vos expériences et de trouver les réponses aux questions de votre proche. Vous pourrez participer à des conférences médicales, administratives, juridiques...
- Un lieu de soutien afin de bénéficier gratuitement et sur rendez-vous d'un soutien psychologique individuel ou collectif mais également d'activités de détente pour apprendre à mieux prendre soin de soi (Qi Gong, yoga, sophrologie...)
- Un lieu de resocialisation afin de partager avec votre proche et d'autres aidants des moments agréables de loisirs partagés (après-midi en chansons, après-midi créative...)
- Un lieu de répit afin d'organiser le relais à domicile durant votre absence par l'intervention d'un ASG (Assistant de Soins en Gérontologie), de 4h à 10h consécutives, à un tarif accessible.



### Infos

Maison des aidants de Lille

[soutenirlesaidants.fr/la-scalaa/scala](https://soutenirlesaidants.fr/la-scalaa/scala)  
117 rue de Condé, 59000 Lille, France  
03 20 42 50 82

[maisondesaidants@feron-vrau.com](mailto:maisondesaidants@feron-vrau.com)

Maison des aidants de Roubaix,  
1 place de la Gare, 59100 Roubaix,  
03 20 28 64 49

Dans le cadre de l'aide aux aidants, une infirmière coordinatrice de la Maison des aidants assure une permanence sur rdv, tous les vendredis après-midi au centre social et culturel, inscription et renseignement  
03 20 51 82 46

Famille, proche, voisin s'occupant d'une personne en perte d'autonomie liée au vieillissement ou une situation de handicap, vous trouverez soutien, écoute, et informations.

Le Centre social et culturel de la ville a répondu à l'appel à projets du Conseil départemental. Il propose ainsi, en lien avec la maison des aidants et tous les partenaires sociaux, des activités gratuites pour les aidants.



## Permanences du CIDFF (Centre d'Information des Droits des Femmes et des Familles)

Le CIDFF Nord/territoires propose de nombreuses permanences ouvertes à toutes et tous. Ce maillage territorial permet une plus grande proximité pour répondre à vos demandes d'information.

### Infos

Permanences organisées uniquement sur rdv, à la mairie de Marcq-en-Baroeul, le mardi de 13h45 à 16h45  
03 20 70 22 18



## Derniers secours

La formation gratuite et ouverte à tous ! Derniers Secours est une formation qui a pour but de sensibiliser, d'informer et de guider les participants dans l'accompagnement des derniers moments de vie de leurs proches. Derniers Secours enseigne quelques étapes clés, apporte des repères et conseils simples pour des gestes, des mots : un savoir être pour accompagner, entourer et prendre soin d'une personne gravement malade. À travers 4 thèmes : "La mort fait partie de la vie", "anticiper et se préparer", "soulager les souffrances" et "dire adieu". La formation est proposée en format journée ou demi-journée. Elle est animée bénévolement par un binôme soignant/non soignant expérimenté en soins palliatifs. Elle s'adresse aux proches aidants mais aussi à toute personne désireuse de mieux appréhender la fin de vie, sa réalité et ses questionnements.

*Cette séquence m'a fait prendre conscience que tout cela n'allait pas de soi : « Face à la fin de vie, à la mort et le deuil, nous partageons, Toutes et Tous une grande incertitude » (Andreas Heller) La formation aux « Derniers Secours » vous éclaire. Elle m'a permis de mieux appréhender ce moment de vie. Je conseille vivement à chacun de participer à cette formation, riche en information et qui vous invite à une réflexion sur un sujet sensible.*

*Luc Delva, Marcquois*

### Infos



La formation est dispensée par un médecin et par Dany Arlot, Marcquoise, membre du conseil des seniors  
[derniers-secours.fr](http://derniers-secours.fr)



## Atelier individuel et personnalisé "dompter son smartphone"

Deux jeunes en mission de service civique vous accueillent sur rendez-vous les matins au château Vanderhaghen pour des ateliers individualisés d'1 heure (smartphone, tablette, pc portable).

### Infos

#### Prérequis

Apportez votre matériel et vos questions  
Château Vanderhaghen,  
72 rue nationale (Quartier du Pont)

Gratuit • Sur inscription

Ateliers ouverts jusqu'au 1<sup>er</sup> juillet 2025  
puis reprise en novembre 2025

Rdv possible à 9h30 ou 10h30

Modalités d'inscription : au CCAS (\* p9)



## Café numérique

Un café numérique est proposé. Il s'agit de séances collectives d'Initiation au numérique et à ses avantages. Il aide à comprendre le fonctionnement et le maniement des outils informatiques et internet. Cette sensibilisation aux bonnes pratiques amènera peu à peu à une bonne maîtrise du numérique.

Les ateliers sont animés par des Bénévoles : Fanny Anscutter, Anne-Marie Destrebecq et Michel Grosselet

#### Gratuit

Modalités d'inscription : au CCAS (\* p9)

**3 thématiques ↗**

## Atelier A - Les bases

### A1/ Conférence sur le numérique

Avec projection d'un diaporama reprenant les bases du numérique :

- Visite guidée d'un ordinateur
- Notions d'anglais
- Accès à certains sites, au wifi
- Cookies
- Décrypter les icônes

### A2/ Atelier en commun

- Partage de connaissances,
- Apprentissage de la corbeille
- Comment se servir de Google
- Résolution de petits problèmes
- Questions et mise en pratique.

#### Infos

Aucun Prérequis

2 séances, 8 participants  
Apportez votre matériel chargé

### Au CCAS

7 et 21 janvier, 4 et 18 mars, 6 et 20 mai,  
12 novembre (mercredi), 18 novembre

## Atelier B - La messagerie

Pour un public de seniors débutants (la priorité sera donnée à ceux qui ont suivi les ateliers précédents), souhaitant se perfectionner dans l'utilisation de sa messagerie électronique.

### B1/ Présentation d'une boîte mail

- Se repérer dans sa boîte mail
- Envoyer, répondre à un mail
- Envoyer un mail à plusieurs destinataires (CC et Cci)
- Répondre et transférer un mail
- Questions et mise en pratique

### B2/ Suite de l'utilisation de la boîte mail

- Comment envoyer une pièce jointe, des fichiers volumineux
- Utiliser une liste de « contacts »
- Classer les mails ou les supprimer

#### Infos

### Prérequis

- Avoir déjà une adresse mail
  - Avoir suivi l'atelier A pour les débutants
- 2 séances, 6 participants  
Apportez votre matériel chargé

### Au CCAS

4 février, 22 et 29 avril, 10 et 17 juin, 7 et  
14 octobre, 9 et 16 décembre

## Atelier C - Choisir son PC, sécurité, paramétrage, (application, mise à jour, antivirus)

Les ateliers C sont plus indiqués pour un public de seniors souhaitant aller plus loin dans le numérique. La priorité sera donnée aux seniors ayant assisté aux ateliers A et B. Chaque atelier C est proposé sur deux après-midis consécutifs et bimestriels - 4 à 8 participants, pour un moment de partage de connaissances et d'expérience. Présentation avec projection d'un Powerpoint (diapositives)

### Thèmes proposés :

- Bien choisir son PC avant achat
- Les courrielleurs
- Les cookies et spams
- La sécurité
- Bien paramétrer son PC (installation et désinstallation des programmes, mises à jour, antivirus...)

#### Infos

### Prérequis

- Disposer d'un PC récent (Windows 10 ou 11)
- Avoir une adresse mail
- Avoir suivi les ateliers A et B

2 séances, 8 participants  
Apportez votre matériel chargé

### Au CCAS

14, 15 janvier, 10, 11 février, 10, 11 mars,  
12, 13 mai, 9 et 10 juin, 15, 16 septembre,  
20, 21 octobre, 3, 4 novembre, 1<sup>er</sup>, 2 décembre





## Pour retrouver la cartographie des lieux d'inclusion numérique proches de chez moi

**Le numérique pour tous !**

Trouver un organisme pour se former aux usages du numérique, pour bénéficier d'un accompagnement personnalisé ou tout simplement un point d'accès internet ? C'est désormais possible grâce à la cartographie des acteurs du numérique à Marcq-en-Barœul.

### Un dispositif pour tous les Marcquois

Ce dispositif est le fruit d'une consultation des habitants menée il y a deux ans par la Ville, sous la forme d'un questionnaire pour connaître les usages et les besoins des Marcquois dans le domaine de l'inclusion numérique.

Les questions d'accessibilité pour tous au numérique sont au centre des sujets de la ville de Marcq-en-Barœul, qui s'engage, notamment, dans l'amélioration de la lisibilité et de l'identification des initiatives locales d'inclusion numérique. L'objectif est de vous aider à progresser, pas à pas, qu'il s'agisse d'un accompagnement spécifique (démarches administratives, la mise en forme d'un CV...) pour les moins initiés ou vous faciliter l'accès à un ordinateur et à internet.

### Une cartographie pragmatique...

Sur cette cartographie, vous trouverez différents niveaux d'accompagnement : accès au matériel, aide complète ou partielle pour la réalisation d'une démarche et l'apprentissage et familiarisation avec les outils...

### ... pour une orientation réussie

Cette cartographie permet d'identifier les structures qui seront en mesure d'apporter un accompagnement personnalisé en fonction des besoins :

- Le degré d'accompagnement souhaité (individuel, collectif) ;
- La localisation des structures.

Elle répond à trois objectifs :

- Orienter de façon pertinente les publics éloignés des nouvelles technologies vers des lieux dédiés ;
- Valoriser les acteurs du territoire et leurs services d'inclusion numérique destinés aux Marcquois ;
- Assurer un maillage territorial dense et une action efficace pour lutter contre la fracture numérique à Marcq-en-Barœul.

## Légende

À Marcq-en-Barœul

### CCAS 1



103 avenue Foch - 03 20 45 46 61

Cafés numériques : 3 parcours possibles de 2 séances proposés par des bénévoles pour maîtriser les outils informatiques et internet. Infos et inscriptions auprès du CCAS.

### Centre social et Culturel 2



69 boulevard Clemenceau

03 20 51 82 46

[accueil.info@centresocialetculturel-marcqenbaroeul.fr](mailto:accueil.info@centresocialetculturel-marcqenbaroeul.fr)

- **Ateliers informatiques** : Apprentissage de l'utilisation de l'ordinateur et du numérique (cours collectifs annuels).
- **Restez Connectés** avec les centres sociaux connectés : perfectionnement dans les usages du numérique au quotidien.
- **Les P'tits Déj connectés** : café numérique convivial sur l'utilisation d'internet et des outils informatiques.
- **Permanences informatiques** : accompagnement individuel sur le numérique.
- **Le numérique durable et solidaire** : récupération de matériels informatiques.
- **Clic Pass** : perfectionnement individuel dans l'utilisation des outils informatiques. Inscriptions auprès du Centre social et culturel.

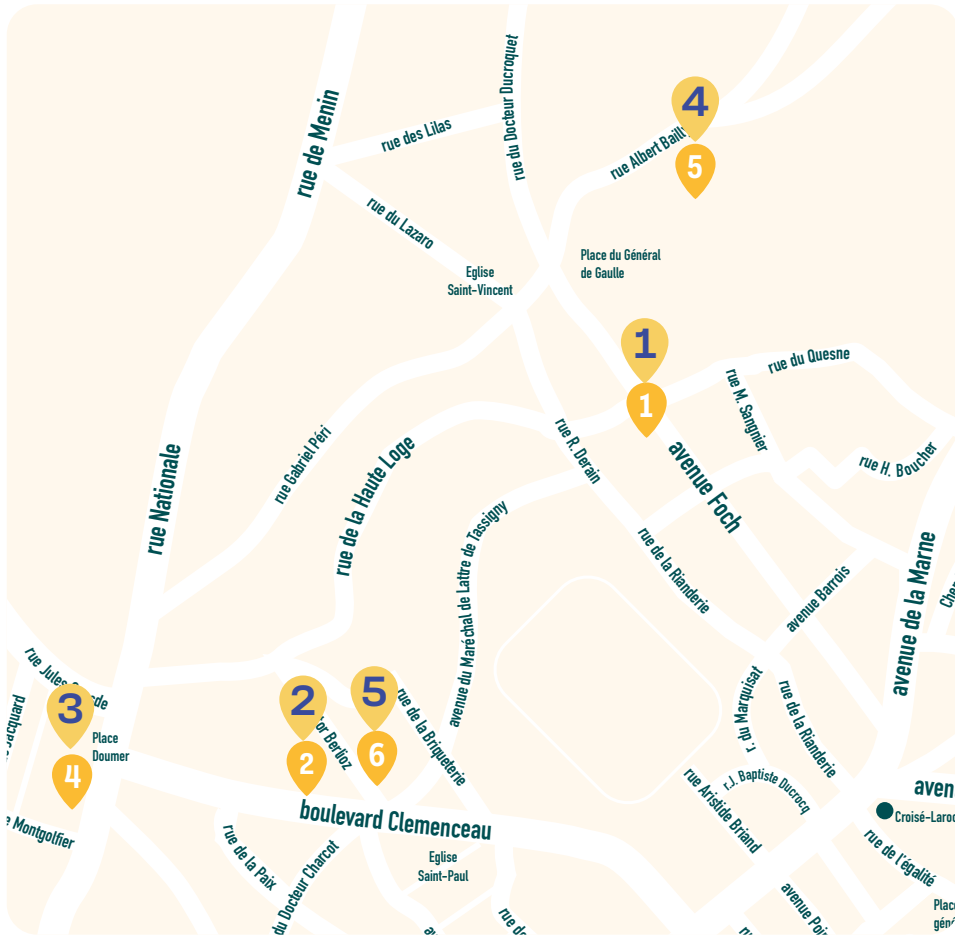
### Château Vanderhaghen 3



72 rue Nationale - 06 02 62 49 64

Ateliers individuels personnalisés : séances dédiées à la bonne utilisation et à la maîtrise du smartphone ou de la tablette. Infos et inscription auprès du CCAS.

Cycles d'ateliers numériques : initiation à Android ou Apple IOS. Inscription auprès du CCAS.



- 60 Seniors (60 ans et +)
- Demandeurs d'emploi
- Tous publics
- Accès aux équipements
- Aide administrative
- Formations / ateliers

**Les partenaires**



**Médiathèque La Corderie**



56 rue Albert Bailly - 03 20 81 87 45  
[corderie@marcq-en-baroeul.fr](mailto:corderie@marcq-en-baroeul.fr)  
 Mardi et jeudi : 14h à 18h / Mercredi et samedi :  
 10h à 18h / Vendredi : 14h à 20h.  
 Partenaire du réseau des bibliothèques  
 en ligne de la MEL.  
 Ateliers ponctuels proposés par la Ville sur des  
 thématiques liées aux démarches administratives,  
 sécurité, Espace Familles/Citoyens...  
 Informations sur [marcq-en-baroeul.fr](http://marcq-en-baroeul.fr)

**La Fabrique Numérique (Fabnum)**



2 rue Hector Berlioz • 06 02 62 49 64 / 07 50 55 21 23  
[lafabriquenumeriquemel@gmail.com](mailto:lafabriquenumeriquemel@gmail.com)  
 Ateliers collectifs autour de la créativité numérique  
 et aide individuelle. Infos sur les réseaux sociaux.

**Dans la Métropole**

**Emmaüs Connect**



83 rue de l'Abbé Aerts - Lille • 01 80 05 98 80  
[lille@emmaus-connect.org](mailto:lille@emmaus-connect.org)  
 Accueil : mardi-jeudi : 9h15-12h30/14h-17h30 ;  
 vendredi : 9h15-12h30 ; samedi : 9h30-12h

**Maison France Service**



67 rue du G<sup>al</sup> Leclerc - Saint-André-lez-Lille •  
 03 20 51 75 51  
[st-andre-lez-lille@france-services.gouv.fr](mailto:st-andre-lez-lille@france-services.gouv.fr)  
 Du lundi au vendredi de 8h30 à  
 12h et de 13h15 à 17h.  
 Accompagnement numérique individuel  
 sur les démarches administratives.



## Ateliers numériques - initiation Android et iOS

Les membres du Conseil des seniors, animent des ateliers tous les 15 jours, hors vacances scolaires, avec alternance « Android » et « Apple iOS ». Au cours des ateliers Android, il ne sera traité que des fonctions Android. Au cours des ateliers iOS, il ne sera traité que des fonctions iOS. La première partie de l'atelier est consacrée à la présentation des thèmes à partir d'un support qui est donné. La deuxième partie est consacrée à des exercices pratiques sur les thèmes présentés et à la réponse aux questions.

### Infos

Château Vanderhaghen,  
72 rue nationale (Quartier du Pont)  
De 10h à 12h

### 4 cycles de 5 séances

#### Android : 10 places

**Cycle 0** : 8, 22, janvier, 5 février,  
**Cycle 1** : 19 février, 12, 26 mars, 9 avril, 7 mai  
**Cycle 2** : 21 mai, 4, 18 juin, 17 septembre,  
1<sup>er</sup> octobre  
**Cycle 3** : 15 octobre, 5, 19 novembre,  
3, 17 décembre

#### iOS (Apple) : 6 places

**Cycle 0** : 8, 22, janvier, 5 février,  
**Cycle 1** : 19 février, 12, 26 mars, 9 avril, 7 mai  
**Cycle 2** : 21 mai, 4, 18 juin, 17 septembre,  
1<sup>er</sup> octobre  
**Cycle 3** : 15 octobre, 5, 19 novembre,  
3, 17 décembre

#### Gratuit

Modalités d'inscription : au CCAS (\* p9)



## Comment sécuriser votre domicile ?

- 1 • Réduire les risques de chutes...
- 2 • Connecter les alarmes incendie 24h/24 à une plateforme...
- 3 • Installer des détecteurs de monoxyde de carbone...
- 4 • Adapter les escaliers à la mobilité...
- 5 • **Sécuriser** l'accès aux espaces sanitaires
- 6 • **En cas de doute, appeler la police municipale** au 03 20 45 43 36



## Arnaque aux personnes vulnérables : déjouer les escrocs

Attention aussi au démarchage à domicile  
Les fraudeurs et escrocs n'agissent pas que sur Internet. Les abus de faiblesse passent aussi par les arnaques téléphoniques, mais font aussi des victimes à domicile. Comment rester vigilant face au démarchage à domicile ?

Voici quelques conseils pour déjouer les arnaques et vols à domicile.

▪ La personne vient vous vendre quelque chose, vous proposer un service, sans rendez-vous, sans appel, sans que vous n'ayez demandé quoique ce soit : ceci doit vous alarmer. Bien sûr le démarchage honnête existe, mais en règle générale, si vous écoutez jusqu'au bout le « commercial », prenez le temps par la suite de discuter avec un ou plusieurs proches de l'offre que l'on vous a faite.

▪ Demandez la carte professionnelle de la personne qui vous rend visite. Ceci est très important pour vous renseigner ensuite sur la société, le service ou le produit vendu. N'hésitez pas à effectuer la recherche sur internet. Si besoin, faites-le en la présence d'un proche ou demandez-lui de vérifier les informations sur la carte professionnelle. S'il n'a pas de carte professionnelle, cela doit vous mettre la puce à l'oreille. Un commercial n'est jamais sans carte de visite.

▪ Ne donnez aucune information personnelle : pas de numéro de carte bancaire, de numéro client de banque, aucunes coordonnées bancaires, de codes quelconques. Ne donnez pas non plus de numéro de téléphone afin d'éviter les relances.  
▪ S'il vous montre les produits, dont le « commercial » vente la solidité, la beauté, etc. méfiance, il peut aussi s'agir de fausse qualité.



▪ L'escroc vous propose une « offre spéciale », une « promotion limitée », une « offre de bienvenue » qui n'est valable que jusqu'à ce soir, ou demain. Il tente de vous faire comprendre que c'est maintenant ou jamais, qu'il faut « signer sinon vous paierez plus cher quand vous vous déciderez ». Ne cédez surtout pas, ou appelez un proche au téléphone, lui expliquant la situation, l'offre en détail, demandez-lui de faire des recherches et demandez-lui son avis. N'ayez pas peur de déranger ou honte de demander de l'aide. Un proche préférera toujours perdre quelques minutes plutôt que de vous laisser faire une erreur et perdre de l'argent.

### Les arnaques par e-mail, courriel : vérifier l'expéditeur !

Vérifiez l'expéditeur de l'e-mail. Vous pouvez ouvrir le mail sans soucis, mais veillez à ne cliquer nulle part et à ne pas télécharger de pièces jointes tant que vous n'êtes pas sûr(e) de la légitimité de l'expéditeur. Cliquez sur l'expéditeur afin d'afficher les coordonnées qui se cachent derrière son nom. En cliquant, voyez ou non si le texte après le « @ » correspond à l'entreprise de l'expéditeur.

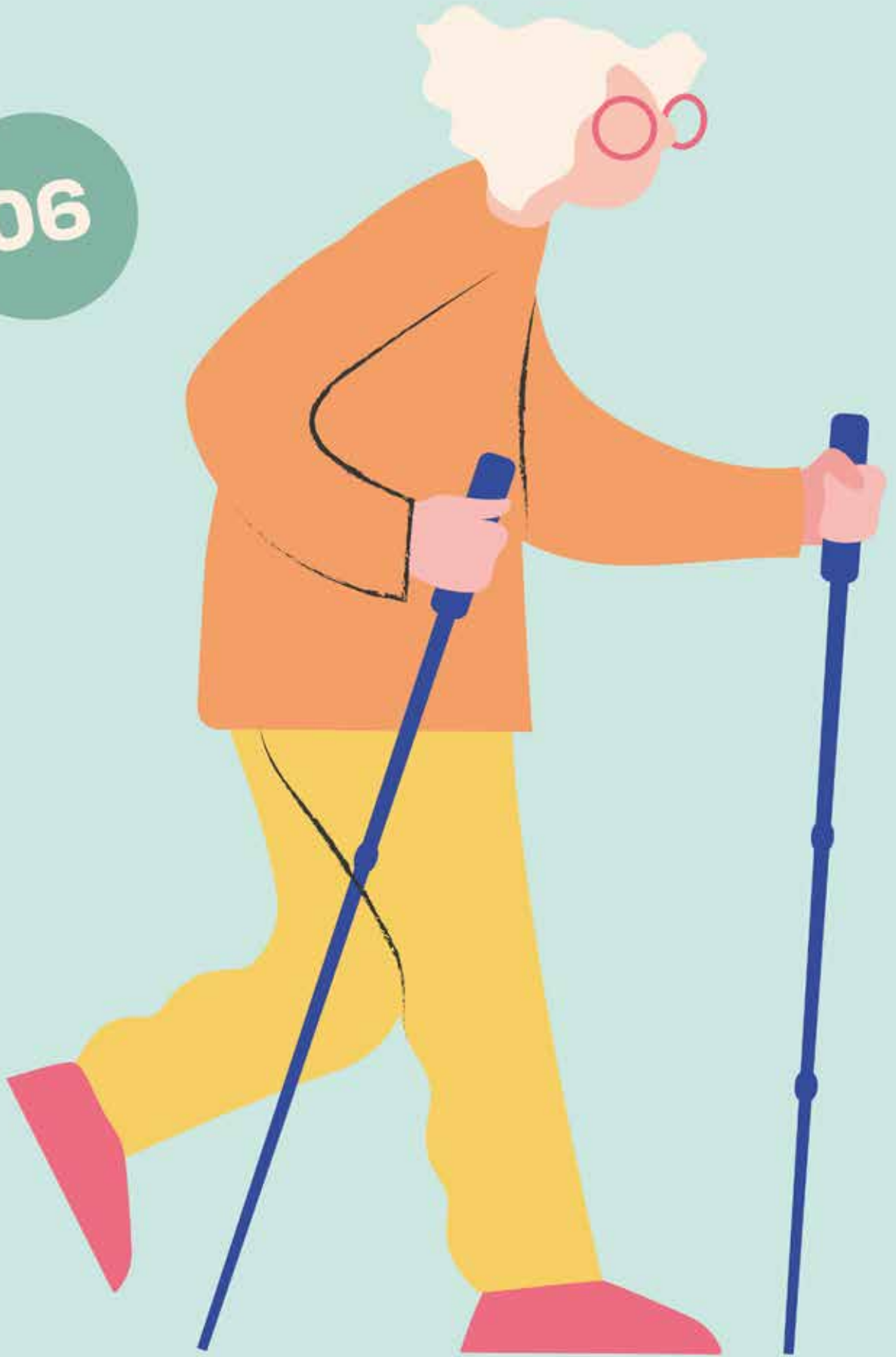
### Les arnaques par SMS, vérifiez aussi l'expéditeur

Comme pour l'email, vous pouvez ouvrir le SMS sans danger. Veillez simplement à ne pas :

- Cliquer sur le lien,
- Répondre,
- Appeler.



06



# Annexes



Hôtel de ville	03 20 45 45 45	<a href="http://marcq-en-baroeul.org">marcq-en-baroeul.org</a> / <a href="mailto:mairie@marcq-en-baroeul.fr">mairie@marcq-en-baroeul.fr</a>
Dentiste et médecin de garde	03 20 33 20 33	<a href="http://www.cdodc59.fr">www.cdodc59.fr</a>
Pharmacie de garde	08 25 74 20 30	
Police nationale	17	
Police municipale	03 20 45 43 36	
Pompiers	18	
Samu	15 / 03 20 44 00 97	
SOS mains	03 59 75 57 55	<a href="http://clinique-lille-sud.ramsaysante.fr">clinique-lille-sud.ramsaysante.fr</a>
CHR Lille Centre Hospitalier Régional	03 20 44 59 62	
Centre Anti-poisons Lille	08 00 59 59 59	
Clinique du Croisé Laroche	03 59 75 77 57	<a href="http://clinique-du-sport-et-chirurgie-orthopedique-marcq-en-baroeul.ramsaysante.fr">clinique-du-sport-et-chirurgie-orthopedique-marcq-en-baroeul.ramsaysante.fr</a>
Prévention du suicide	31 14	<a href="http://3114.fr">3114.fr</a>
Canicule info service	0800 06 66 66	
Vétérinaire de garde	31 15	<a href="http://vet24.fr">vet24.fr</a>
Aéroport de Lesquin	08 91 67 32 10	<a href="http://lille.aeroport.fr">lille.aeroport.fr</a>
Agence postale du Croisé Laroche	36 31	<a href="http://laposte.fr">laposte.fr</a>
CCAS Centre Communal d'Action Sociale	03 20 45 46 61	<a href="http://marcq-en-baroeul.org">marcq-en-baroeul.org</a>
Centre Social et Culturel de Marcq-en-Barœul	03 20 51 82 46	<a href="http://csc-marcqenbaroeul.fr">csc-marcqenbaroeul.fr</a>
Centre d'information des Droits des Femmes et des Familles (Marcq-Roubaix-Tourcoing)	03 20 70 22 18	<a href="http://nord-territoires.cidff.info">nord-territoires.cidff.info</a>
CLIC Centre Local d'Information et de Coordination		<a href="http://clicrelaisautonomie-cdm.fr">clicrelaisautonomie-cdm.fr</a>
Cinéma Ponts des Arts	03 20 06 82 26	<a href="http://lepontdesarts-cinema.fr">lepontdesarts-cinema.fr</a>
Conservatoire de musique de Marcq-en-Barœul	03 20 45 63 40	<a href="mailto:conservatoire@marcq-en-baroeul.fr">conservatoire@marcq-en-baroeul.fr</a>
Conseil des Prud'hommes de Tourcoing	03 20 76 35 90	<a href="http://justice.gouv.fr">justice.gouv.fr</a>
Déchèterie communautaire	08 00 711 771	
Conseil départemental du nord	03 59 73 59 59	<a href="http://lenord.fr">lenord.fr</a>
Enedis	09 72 67 50 59	
Esterra	08 25 12 59 62	<a href="http://esterra.fr">esterra.fr</a>
GRDF	08 00 47 33 33	
Iléo	09 69 32 22 12	<a href="http://mel-ileo.fr">mel-ileo.fr</a>
Ilévia	03 20 40 40 40	<a href="http://ilevia.fr">ilevia.fr</a>
LPA Lille (animaux trouvés)	03 20 52 52 16	<a href="http://lpa-nf.org">lpa-nf.org</a>
Médiathèque La Corderie	03 20 81 87 45	<a href="http://corderie.marcq-en-baroeul.fr">corderie.marcq-en-baroeul.fr</a>
Météo France	3250 / 08 92 68 02 59	<a href="http://meteofrance.com">meteofrance.com</a>
Métropole Européenne de Lille	03 20 21 22 23	<a href="http://lillemetropole.fr">lillemetropole.fr</a>
Objets trouvés	03 20 45 43 36	<a href="http://objets.trouve.com">objets.trouve.com</a>
Piscine municipale	03 20 72 49 21	<a href="http://piscine.marcq-en-baroeul.fr">piscine.marcq-en-baroeul.fr</a>
Poste Centrale	36 31	<a href="http://laposte.fr">laposte.fr</a>
Préfecture du Nord	03 20 30 59 59	<a href="http://nord.gouv.fr">nord.gouv.fr</a>
Région Hauts-de-France	03 74 27 00 00	<a href="http://hautsdefrance.fr">hautsdefrance.fr</a>
SNCF	36 35	<a href="http://sncf.connect.com">sncf.connect.com</a>
Trésorerie Principale	03 20 72 15 13	<a href="http://impots.gouv.fr">impots.gouv.fr</a> / <a href="mailto:t05028@dgfip.finances.gouv.fr">t05028@dgfip.finances.gouv.fr</a>
Tribunal d'Instance et de Police de Tourcoing	03 20 76 35 90	
Tribunal Judiciaire de Lille	03 61 05 40 00	<a href="mailto:tj1-lille@justice.fr">tj1-lille@justice.fr</a>



# Carte des lieux

## Les structures de la ville

- 1 CCAS, 103 avenue du Maréchal Foch (sous la résidence Agora) (Quartier Mairie/Hippodrome)
- 2 Château Vanderhaghen, 72 rue nationale (Quartier Pont/Monplaisir)
- 3 Foyer Serge Charles, 391 rue de Rouges Barres (Quartier Buisson/May-Four/Pellevoisin)
- 4 Galerie Le Minorelle, 25 rue Raymond Derain (Quartier Bourg/Centre-Ville)
- 5 Médiathèque La Corderie, 56 rue Albert Bailly (Quartier Bourg/Centre-Ville)
- 6 Piscine municipale 102 rue de la Briqueterie (Quartier Briqueterie)
- 7 Salle festive du Pont des Arts, place Doumer (Quartier Pont/Monplaisir)
- 8 Théâtre Charcot, rue Charcot (Quartier Plouich/Clemenceau/Calmette)
- 9 Hippodrome Serge Charles, 137 boulevard Clemenceau (Quartier Mairie/Hippodrome)
- 10 Théâtre Colisée Lumière 55 rue Montgolfier (Quartier Pont/Monplaisir)
- 11 Théâtre de la Rianderie 2 Rue du Marquisat (Quartier Mairie/Hippodrome)
- 12 Centre social et culturel 69 boulevard Clemenceau (Quartier Mairie/Hippodrome)

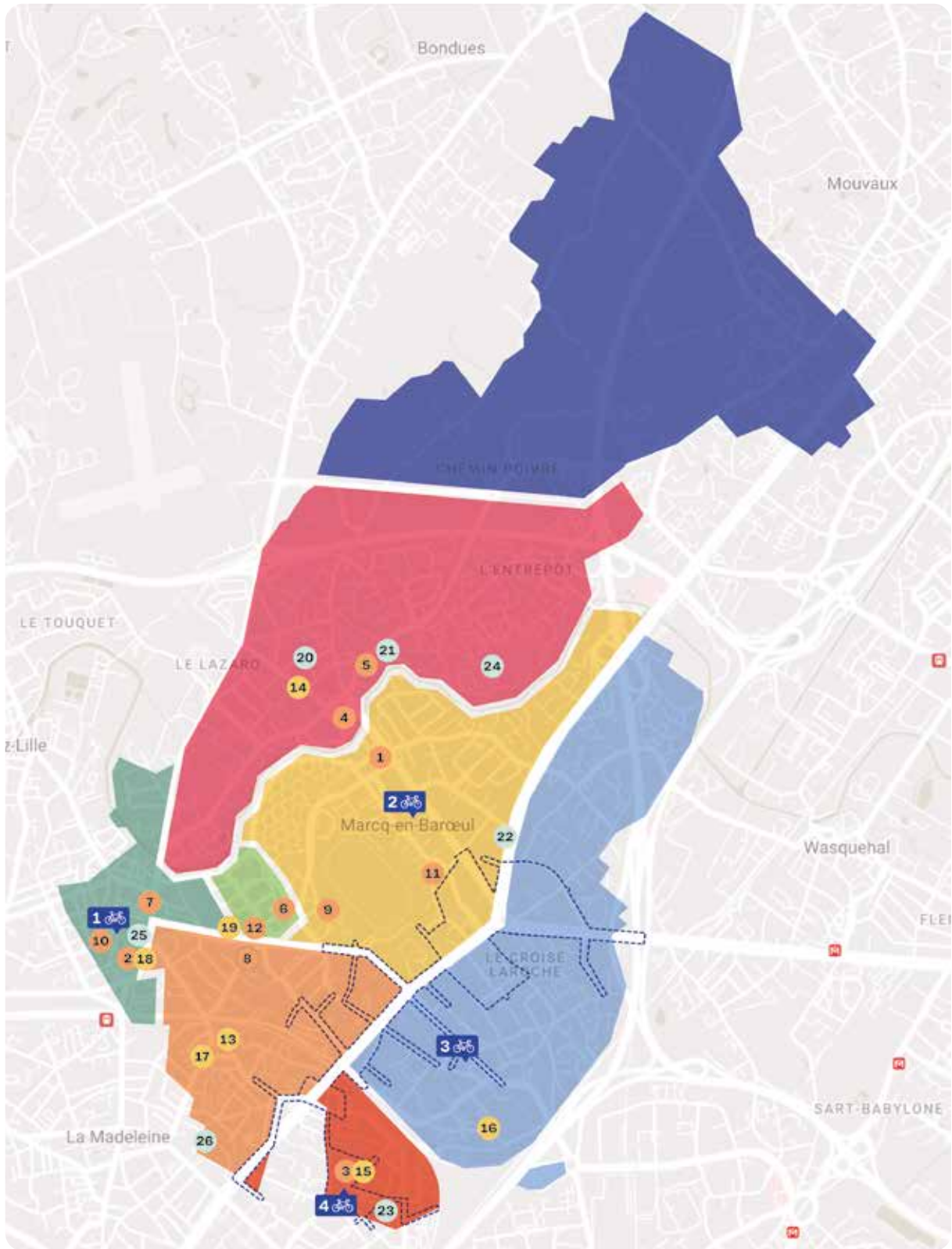
## Les espaces, salles et foyers d'aînés

- 13 Espace Tabarly, 2 bis rue des entrepreneurs (Quartier Plouich/Clemenceau/Calmette)

- 14 Association des Aînés du Bourg Salle Georges Lambrecq 15 rue Jacques Chaban Delmas (Quartier Bourg/Centre-Ville)
- 15 Association des Aînés du Buisson Espace Serge Charles - 391 rue de Rouges Barres (Quartier Buisson/May-Four/Pellevoisin)
- 16 Association des Aînés du Croisé Espace Croisé/Rouges Barres 26 chemin du Château d'eau (Quartier Croisé-Laroche/Rouges-Barres)
- 17 Association des Aînés du Plouich Salle Bourvil - rue des Tisserands (Quartier Plouich/Clemenceau/Calmette)
- 18 Association des Aînés du Pont Château Vanderhaghen 72 rue Nationale (Quartier Pont/Monplaisir)
- 19 Association des Aînés du Quesne Salle de l'Aviateur 63 boulevard Clemenceau (Quartier Mairie/Hippodrome)

## Les établissements pour personnes âgées et résidences autonomes

- 20 Les Provinces du nord 44 rue du Lazaro (Quartier Bourg/Centre-Ville)
- 21 Résidence Paul Cordonnier 4 rue Maurice Genevoix, (Quartier Bourg/Centre-Ville)
- 22 Résidence Les Marronniers 45 av Marne (Quartier Croisé-Laroche/Rouges-Barres)
- 23 EHPAD Rose May 14 rue Jules Boet (Quartier Croisé-Laroche/Rouges-Barres)
- 24 Résidence Domitys Olympe 2 rue Simone Veil (Quartier Bourg/Centre-Ville)
- 25 Résidence Korian Les Marquises, 68 rue Nationale (Quartier Pont/Monplaisir)
- 26 Résidence Tiers Temps Saint-Maur 15 avenue Saint-Maur, La Madeleine



**Quartiers**

- Belles Terres
- Bourg/Centre-ville
- Mairie/Hippodrome
- Pont/Monplaisir

- Croisé-Laroche/Rouges-Barres
- Plouich/Clemenceau/Calmette
- Briqueterie
- Buisson/May-Four/Pellevoisin

**Box à vélos sécurisés**

- 1 Rue Montgolfier
- 2 Rue de la Rianderie
- 3 Place Léon Cornil
- 4 Rue Clovis Tiers

**Stationnement en zones bleues**



## Grille des tarifs (selon délibération du CCAS du 27 novembre 2024)

### Participation des conjoints aux banquets des aînés ne remplissant pas les conditions d'âge

Conditions de ressources du couple	Tarif pour une personne pour un banquet
Imposable	20,60 €
Non imposable	10,30 €

### Les tranches d'imposition pour la participation aux activités, selon le Revenu Fiscal de Référence (RFR)

RFR	Personnes seules		Couples	
	Minimum	Maximum	Minimum	Maximum
Tranche 1	0€	11 005€	0€	18 709€
Tranche 2	11 006€	13 224 €	18 710€	22 480€
Tranche 3	11 225€	+ de 13 225€	22 481 €	+ de 22 481€

### Participation aux activités socioculturelles, sportives, de bien-être et artistiques

	Tranche 1	Tranche 2	Tranche 3	Non-marcquois
Activités de plusieurs séances	20,60 €	41,20€	61,80 €	72,10 €
Activité d'une séance	10,30 €	14,40 €	18,50 €	25,80 €
Atelier culinaire (repas)	10,30 €	14,40 €	18,50 €	25,80 €

### Activités spécifiques dans le cadre des ateliers Phosphor'âge

À la séance	Tranche 1	Tranche 2	Tranche 3	Non-marcquois
Médiation animale et escapade en trike	5 €	7 €	9 €	11 €

# Formulaire d'inscription au registre du CCAS des personnes vulnérables - Page 1/2

## À compléter et à adresser au CCAS

103 avenue Foch - CS 44029 - 59704 Marcq-en-Barœul Cedex

Nom .....

Prénom .....

Date de naissance ..... /..... /.....

Nationalité .....

Situation familiale :  Divorcé(e)     Veuf(ve)     Célibataire

Vit seul(e) :  Oui     Non

Adresse ..... 59700 Marcq-en-Barœul

Tél. fixe ..... Tél. portable .....

Courriel .....

### L'inscription est demandée par un tiers :

Non     Oui, en qualité de .....

### L'inscription est demandée au titre de :

- Personne de + de 65 ans  
 Personne de 60 ans reconnue inapte au travail  
 Personne adulte handicapée

### Personnes référentes à prévenir en cas d'urgence :

#### Personne 1

Nom .....

Prénom .....

Adresse .....

.....

Tél. portable .....

Courriel .....

#### Personne 2

Nom .....

Prénom .....

Adresse .....

.....

Tél. portable .....

Courriel .....

**Verso à compléter →**

**Formulaire d'inscription au registre du CCAS des personnes vulnérables - Page 2/2****Coordonnées du médecin traitant :**

Nom ..... Prénom .....

Adresse .....

Tél. fixe ..... Tél. portable .....

**Coordonnées de l'infirmier(ère), du SSIAD ou du centre de soins :**

Nom ..... Prénom .....

Adresse .....

Tél. fixe ..... Tél. portable .....

**Coordonnées du kiné :**

Nom ..... Prénom .....

Adresse .....

Tél. fixe ..... Tél. portable .....

**Date de la demande :****Signature :**

Toutes les données recueillies par ce formulaire sont facultatives. Elles font l'objet d'un traitement informatique uniquement destiné à aider les pouvoirs publics dans la mise en place d'un dispositif permanent et général d'alerte à la population dit « Plan Communal de sauvegarde » (PCS) et l'organisation des secours déclenchés en cas de nécessité. Le responsable de ce registre nominatif, mis à jour chaque année, est le Maire de Marcq-en-Barœul. Les destinataires des données recueillies sont le Maire, les agents du service de prévention des risques et de gestion de situation de crise de Marcq-en-Barœul, ainsi que, sur sa demande, le Préfet.





# Inscription au colis de fin d'année 2025

Offert aux Marcquois de 67 ans et plus

**À compléter et à remettre impérativement avant le 12 septembre 2025 :**

ou à envoyer par mail à : [animation.senior@marcq-en-baroeul.fr](mailto:animation.senior@marcq-en-baroeul.fr)

## **Personne 1**

Nom .....

Prénom .....

Adresse .....

.....

Tél. portable .....

Courriel .....

## **Personne 2 (facultatif)**

Nom .....

Prénom .....

Adresse .....

.....

Tél. portable .....

Courriel .....

### **Situation familiale :**

En couple     Marié(e)     Divorcé(e)     Veuf(ve)     Célibataire

### **Au choix:**

**Je retire le colis de fin d'année**, sur présentation d'une pièce d'identité. Les dates et modalités de retrait seront communiquées ultérieurement dans le magazine municipal Images de Marcq, la newsletter du CCAS ou encore par courriel.

**Une personne de confiance retire le colis**, sur présentation d'une pièce d'identité. Les dates et modalités de retrait seront communiquées ultérieurement dans le magazine municipal Images de Marcq, la newsletter du CCAS ou encore par courriel.

Nom et Prénom du tiers : .....

**Pour les personnes en perte d'autonomie ou en incapacité de se déplacer**, une livraison pourra être envisagée.

.....

### **Documents à joindre impérativement au dossier d'inscription :**

Justificatif de domicile de moins de 3 mois

### **Documents supplémentaires à joindre impérativement au dossier d'inscription si vous n'êtes pas inscrit au fichier Senior du CCAS :**

Copie carte d'identité ou passeport

Pour les couples uniquement : copie du livret de famille

.....

Pour tout renseignement, vous pouvez contacter le service vie des seniors au 03 20 45 46 67.







# Inscription au banquet des aînés

**À compléter et à remettre impérativement avant le 12 septembre 2025 :**

ou à envoyer par mail à: [animation.senior@marcq-en-baroeul.fr](mailto:animation.senior@marcq-en-baroeul.fr)

## **Personne 1**

Nom .....

Prénom .....

Adresse .....

.....

Tél. portable .....

Courriel .....

## **Personne 2 (facultatif)**

Nom .....

Prénom .....

Adresse .....

.....

Tél. portable .....

Courriel .....

## **Situation familiale :**

En couple     Marié(e)     Divorcé(e)     Veuf(ve)     Célibataire

## **Au choix:**

Mercredi 15 octobre 2025 à 12h à l'Hippodrome Serge Charles

Jeudi 16 octobre 2025 à 12h l'Hippodrome Serge Charles

## **Souhaitez-vous bénéficiaire d'un transport ?**

Oui

Non

.....

## **Documents à joindre impérativement au dossier d'inscription :**

Justificatif de domicile de moins de 3 mois

## **Documents supplémentaires à joindre impérativement au dossier d'inscription si vous n'êtes pas inscrit au fichier Senior du CCAS :**

Copie carte d'identité ou passeport

Pour les couples uniquement : copie du livret de famille

.....



## Inscription au fichier des seniors

### Personne 1

Nom .....

Prénom .....

Date de naissance ..... /..... /.....

Nationalité .....

Tel. portable .....

Courriel .....

### Personne 2 (facultatif)

Nom .....

Prénom .....

Date de naissance ..... /..... /.....

Nationalité .....

Tel. portable .....

Courriel .....

#### Situation familiale :

En couple     Marié(e)     Divorcé(e)     Veuf(ve)     Célibataire

Tel. fixe .....

Adresse .....

..... 59700 Marcq-en-Barœul

Téléphone d'un proche ou personne de confiance :

.....

#### Lien avec la personne de confiance

Famille     Ami/voisin     Médecin

#### Je souhaite recevoir par mail les informations relatives aux activités

Oui     Non

### Documents à fournir

- Copie de la carte d'identité ou du passeport des membres du couple
- Pour les couples uniquement : copie du livret de famille
- Justificatif de domicile de moins de 3 mois

*Le CCAS de Marcq-en-Barœul, agissant en tant que responsable de traitement, traite les données collectées à caractère personnel dans le cadre des activités relatives aux seniors. Conformément au Règlement Général sur la Protection des Données à caractère Personnel entré en vigueur le 25 mai 2018 et à la loi du 6 Janvier 1978 modifiée, vous pouvez accéder aux données vous concernant, et demander leur rectification ou leur effacement sous certaines conditions. Vous pouvez également obtenir la limitation du traitement de ces données ou vous opposer à ce traitement pour un motif légitime. La diffusion de ces données est soumise au consentement de la personne concernée qui peut la retirer à tout moment. Vous pouvez exercer ces droits directement auprès du Responsable de traitement ou de sa déléguée à la protection des données à l'adresse postale suivante : Hôtel de Ville de Marcq-en-Barœul, à l'attention de la Déléguée à la Protection des données, 103 Avenue Foch, CS 44029 - 59704 Marcq-en-Barœul ou par courriel à l'adresse suivante : si après nous avoir contactés, vous estimez que vos droits ne sont pas respectés, vous pouvez adresser une réclamation auprès de la CNIL. Ces dispositions sont portées à ma connaissance, dans le cadre de l'application de la législation relative au respect du droit à l'image et au respect de la vie privée.*

J'ai lu et j'accepte ce règlement et déclare en avoir pris connaissance.

Fait à Marcq-en-Barœul, le ..... /..... /.....

Signature précédée de la mention « Lu et Approuvé »

# Questionnaire d'évaluation du Guide seniors

L'année 2024, a été marquée par la parution du tout premier Guide des seniors marcquois. Confié quant à sa rédaction aux membres du Conseil des seniors, nous espérons que vous avez pris plaisir à le parcourir et qu'il vous a été utile dans votre quotidien, dans vos démarches. C'est pourquoi, dans le souci de toujours mieux vous accompagner, et faire évoluer ce guide, les membres du groupe communication du Conseil des seniors souhaitent recueillir vos attentes, vos idées et vos interrogations afin d'améliorer la prochaine édition. Nous avons besoin de vous ! Pour ce faire, vous êtes invité(e) à répondre au questionnaire ci-dessous. Merci de votre contribution.

**Vous avez consulté le Guide Seniors en format...**  Papier  Numérique

**Combien de fois ?**  Une fois  Plusieurs fois

**Comment vous êtes-vous procuré le guide ?**

- En mairie  Au CCAS  Sur le site de la ville  
 un membre du conseil des seniors, un(e) ami(e), voisin(e),  
 EHPAD, Résidence service, Foyer logements  Foyers d'aînés, Associations des Aînés  
 Autre : .....

**Vous a-t-il été utile ? Sur une échelle de 1 à 10 (10 étant la meilleure note)**

- 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

**Les informations vous ont-elles permis de trouver une activité en rapport avec vos besoins ?**

Oui  Non

**Quelle partie vous a le plus intéressé ? (Plusieurs réponses possibles)**

Participer à la vie de la cité  Bien vivre  Prévention  Annexes

**Quelle(s) améliorations souhaiteriez-vous apporter ?**

- Taille des polices  Lisibilité des articles  Révision des thématiques  
 Visuel du document  Développement d'informations  
 Autre : .....

**Quelle(s) rubrique(s) souhaiteriez-vous voir apparaître ?**

.....

**Pour mieux vous connaître (Factultatif)**

**Vous êtes :**  Un homme  Une femme

**De :**  60 -74 ans  75 - 84 ans  plus de 85 ans

**Vous êtes :**  En activité  En recherche d'emploi  Retraité

**Votre quartier de résidence :**

- Bourg / Centre Ville  Briqueterie  Buisson / May-Four / Pellevoisin  
 Croisé-Laroche / Rouges-Barres  Les Belles Terres  Mairie / Hippodrome  
 Plouich / Clemenceau / Calmette  Pont / Monplaisir

**Merci de retourner ce questionnaire complété:**

au CCAS, service vie des seniors,  
103 avenue foch, 59700 Marcq-en-Baroeul







## Hôtel de Ville

8h30 - 12h 13h30 - 17h

du lundi au vendredi

Permanence de l'accueil mercredi midi  
(uniquement en période scolaire)

## CCAS de Marcq-en-Barœul

8h30 - 12h 13h30 - 17h

du lundi au vendredi

## Service vie des seniors

03 20 45 46 67

03 20 45 46 69

[animation.senior@marcq-en-baroeul.fr](mailto:animation.senior@marcq-en-baroeul.fr)

[restauration.domicile@marcq-en-baroeul.fr](mailto:restauration.domicile@marcq-en-baroeul.fr)