MARCQ-EN-BARŒUL UN ART DE VIVRE

Guide Seniors



Édition 2026

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 Plaisir artistique
P.12 Sport et bien-être
P.16 Plaisirs gourmands
P.16 Échanges, rencontres
P.18 Loisirs, découvertes
P.19 Animations traditionnelles et évènementielles
P.22 Activités de bénévolat
P.26 Calendrier des évènements

P.28 Bien vivre

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

P.42 Prévention

P.43 Autonomie
P.47 Allocations et aides financières
P.50 Sport sur ordonnance
P.51 Registre communal des personnes vulnérables
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 Inscription au registre communal des personnes vulnérables
P.67 Inscription au colis de fin d'année
P.68 Inscription au banquet des aînés
P.69 Inscription au fichier seniors

La programmation est suscptible d'évoluer en cours d'année.



01

Edito

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



Bernard GÉRARD
Maire de Marcq-en-Barœul
Président du CCAS



Loïc CATHELAIN
1er Adjoint au Maire,
Action sociale, Solidarités, Politique de la ville, Lien armée-nation, Protocole, Coordination des politiques publiques
Vice-président du CCAS



Marie-Pierre JANSSENS
Adjointe au Maire
Solidarités intergénérationnelles
Vice-présidente déléguée du CCAS

Chers lecteurs

C'est avec grand plaisir que nous vous présentons le guide seniors de Marcq-en-Barœul pour l'année 2026.
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 ville.
Cette nouvelle édition met en lumière un panel d'activités en réponse à vos attentes et conçu pour rendre votre vie plus agréable. Vous y découvrirez 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. Nous espérons que ce guide saura répondre à vos questions, inspirer vos activités, et renforcer votre sentiment d'appartenance à notre ville. Ensemble, contribuons à faire 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.



Guide co-construit avec le Conseil des seniors : Dany Arlot, Mauricette Baudry, 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

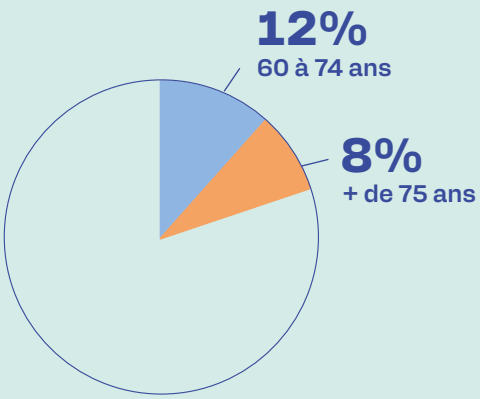
Ce guide s'adresse à tous les Marcquois de 60 ans et plus,

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



De gauche à droite : Rita Malras, Méliane Crépy, Martine Joigneaux, Jean-Marcq Ketels, Jean-Marc Richard, Luc Delva, Josée Delautrée, Brigitte Montury, Mauricette Baudry, Marie-Pierre Janssens (adjointe au Maire en charge des Solidarités intergénérationnelles)

Répartition des seniors sur la ville



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 leurs missions de maintien à domicile, les services du CCAS et de la Ville accompagnent les personnes en difficulté.

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

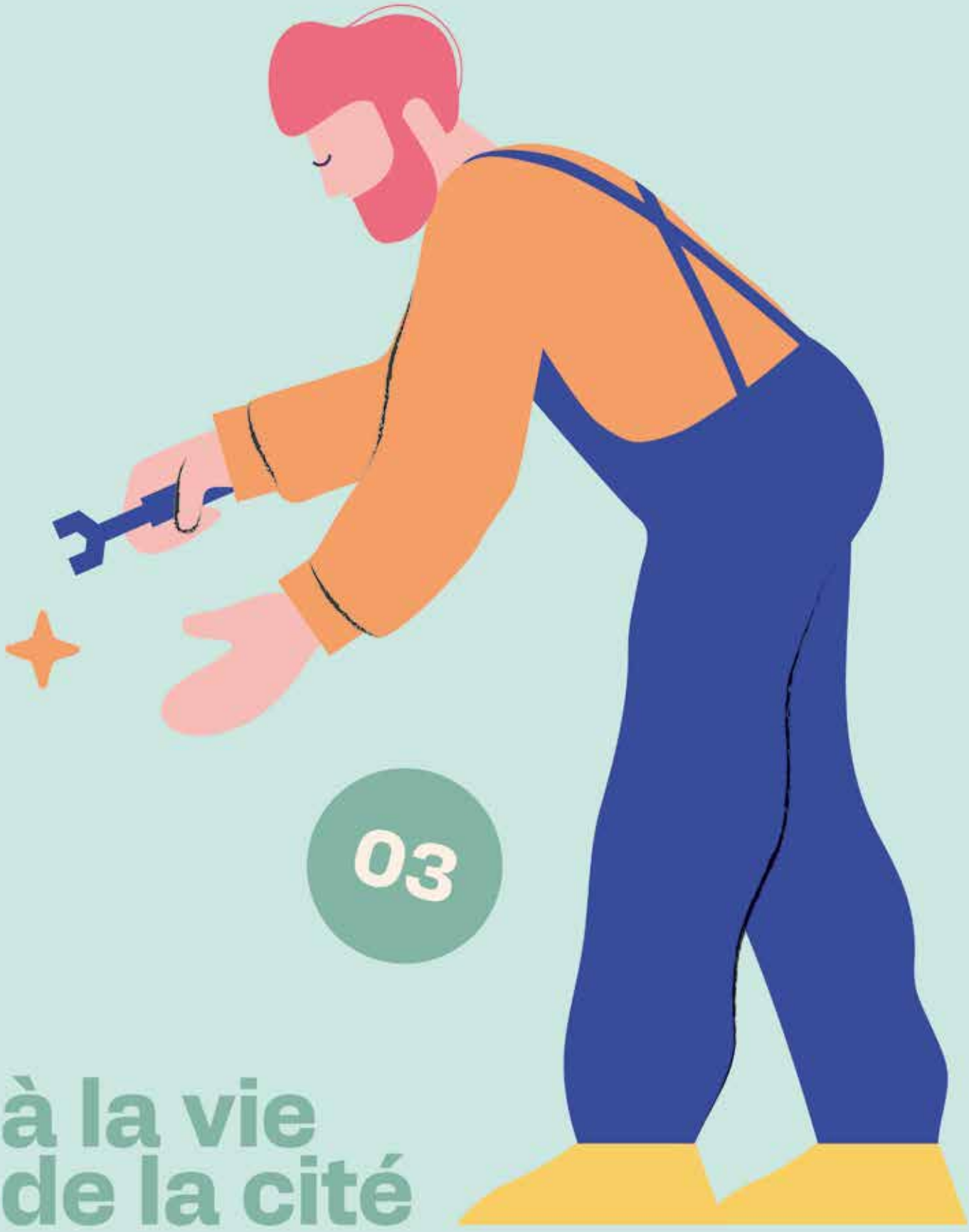
Par formulaire papier :

- Cf. P.69
- 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

Participer



03

à la vie de la cité

Trois types d'activités sont proposés



Les animations

→ socioculturelles, sportives, de bien-être et artistiques encadrées par des prestataires : danses latines, pilates, atelier peinture sur céramique.

Les évènements

→ banquets des aînés, colis de fin d'année, Dance party seniors, semaine bleue.

Les actions

→ individuelles et collectives encadrées par du personnel du CCAS, des bénévoles ou des partenaires : visites de courtoisie, atelier mémoire, initiation au numérique.

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.

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. Le CCAS se réserve la possibilité de modifier ces conditions en cours d'année. Prochaines permanences les jeudis 22 janvier, 26 février, 19 mars, 16 avril, 28 mai, 25 juin, 24 septembre, 29 octobre et 19 novembre 2026.
Nouveaux locaux du CCAS, rue du Quesne (anciennement Trésor Public), de 9h à 11h (attention, le lieu est susceptible de changer).

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



Cours de danses latines (son, cha-cha-cha, bachata)

La danse latine, qu'il s'agisse du son cubain, de la bachata, du cha-cha-cha ou du merengue, est bien plus qu'un simple loisir : c'est une véritable source de vitalité et de bien-être pour les seniors. En effet, les bienfaits sont nombreux, la danse latine offre en outre la coordination et la souplesse, renforce les muscles, prévient les chutes, stimule la concentration. De plus, c'est un véritable remède contre la solitude, favorisant les rencontres et la convivialité et ainsi tisser du lien social. La danse agit à la fois sur le corps, le cœur et l'esprit.

Infos **Aucun Prérequis**

Parc du petit Prince (salle des aviateurs),
63 Boulevard Clemenceau (Quartier Mairie)
Le jeudi de 10 à 11h · 29 séances, 15 places
Dates · session 1
Le 05, et 12 février, 05, 12, 19 et 26 mars, 02 et 09 avril, 07, 21 et 28 mai, 04, 11, 18 et 25 juin 2026
Dates · session 2
03, 10, 17 et 24 septembre, 01, 08, et 15 octobre, 05, 12, 19 et 26 novembre, 03, 10 et 17 décembre
Avec contribution
selon les tranches d'imposition
Inscription au CCAS (*p9). Permanences le 22 janvier et le 25 juin de 9 à 11h



Popcup Café : atelier peinture sur céramique

Plongez dans un moment de créativité et de détente avec cette activité de peinture sur céramique. C'est un moment convivial et apaisant où vous pourrez laisser place à votre âme d'artiste et laisser libre cours à votre imagination, tout en profitant d'une ambiance chaleureuse et détendue.

Infos **Aucun Prérequis**

Popcup café céramique,
251 rue Pasteur (quartier Plouich)
Le jeudi de 13h30 à 16h30
3 séances, 25 places par séance
Dates · 12 Mars, 11 juin, 17 septembre
Avec contribution
selon les tranches d'imposition
Inscription au CCAS (*p9). Permanences le 26 février, le 28 mai et le 25 juin de 9h à 11h.



Chorale 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**

Lieu : se rapprocher du CCAS
Le mercredi de 16h30 à 18h
Dates · 7 et 21 janvier, 4 et 18 février, 4 et 18 mars, 1er et 15 avril, 13 et 27 mai, 3 et 10 juin. Répétition générale le 17 juin au théâtre Raymond Devos de Tourcoing et restitution le 18 juin 2026 le soir et samedi 27 juin en après-midi.
Tarif : en fonction de la tranche d'imposition sous réserve de financement Phosphor'âge
Inscription au CCAS (*p9)



Yoga sur chaise

Le yoga sur chaise est une pratique adaptée à tous les niveaux de forme physique et à tous les âges, il permet de renforcer les muscles, d'améliorer la flexibilité, de favoriser la relaxation et le bien-être, et de réduire le stress et l'anxiété. Il est important de se rappeler de choisir des postures adaptées à son niveau de forme physique, de ne pas forcer sur les mouvements et de progresser progressivement dans la pratique. Vous l'avez compris, le yoga sur chaise est une pratique bénéfique pour tout le monde, et qui est particulièrement adaptée aux personnes à mobilité réduite, aux personnes âgées ou aux personnes ayant des difficultés à pratiquer au sol ! Le yoga sur chaise est finalement tout simplement recommandé pour tous ceux qui souhaitent améliorer leur forme physique, réduire le stress et l'anxiété et favoriser la relaxation, quelle que soit leur condition physique.

Infos **Aucun Prérequis**

Au CCAS, le vendredi de 15h à 16h
2 sessions de 12 places chacune
Dates · session 1
6 et 13 février, 6, 13, 20 et 27 mars, 3 et 10 avril, 15, 22 et 29 mai, 5, 12, 19 et 26 juin
Dates · session 2
4, 11, 18 et 25 septembre, 2,9 et 16 octobre, 6, 13, 20 et 27 novembre, 4, 11 et 18 décembre
Avec contribution
selon les tranches d'imposition
Inscription au CCAS (*p9). Permanence le 22 janvier et le 25 juin



Cours de Pilates

L'objectif des cours de Pilates est de créer un équilibre dans le corps en se centrant sur les régions de l'abdomen, du bassin et des fessiers avec comme résultat, une amélioration de la force, de la souplesse et du maintien. Elle aide à oxygéner les muscles, à renforcer la concentration et à coordonner les mouvements. Le centre du corps, souvent appelé "powerhouse", est le pilier de la méthode. En engageant les muscles profonds, le Pilates renforce la stabilité, améliore l'équilibre et protège la colonne vertébrale.

Infos **Aucun Prérequis**

Salle Tabarly
2 rue des entrepreneurs (quartier du Plouich)
Le vendredi de 14h à 15h
25 séances de 20 places chacune.
Dates
6 et 13 février, 6 et 27 mars, 3 et 10 avril, 15 et 29 mai, 12, 19 et 26 juin (à partir de septembre date à venir)
Avec contribution
selon les tranches d'imposition
Inscription le 22 janvier de 9h à 11h au CCAS (*p9)



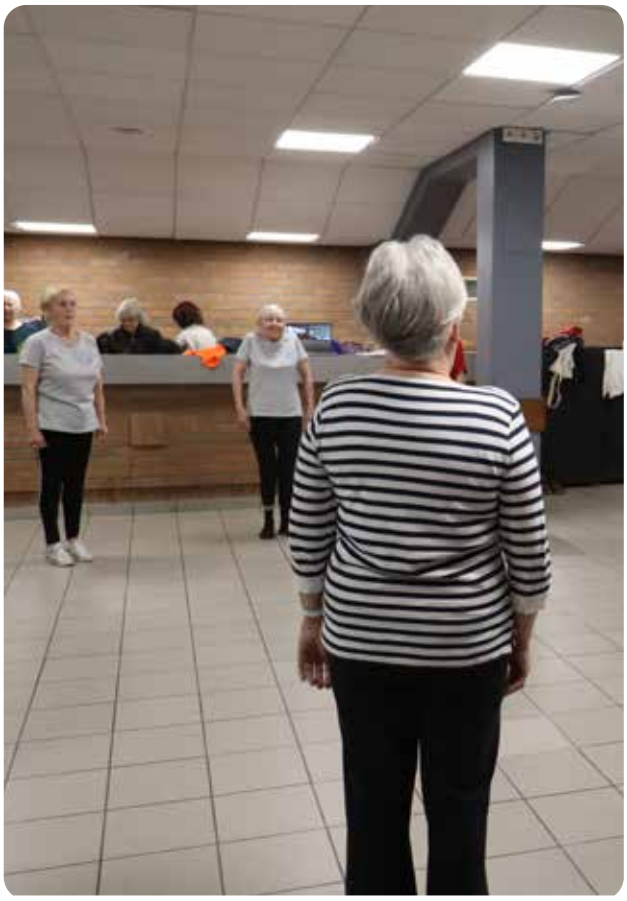
Aquagym

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. Veuillez respecter les horaires et la sortie de bassin après la séance.
Dates
- Cycle 1 du 9 janvier au 27 mars
- Cycle 2 du 3 avril au 26 juin
- Cycle 3 du 11 septembre au 27 novembre

3 euros la séance (se rapprocher de la piscine municipale).
Inscription le 19 mars et le 25 juin de 9h à 11h au CCAS (*p9)
Les personnes n'ayant pas encore pu bénéficier d'un créneau seront prioritaires.





Action de Prévention des chutes

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, une appréhension à maintenir une activité sportive et souvent une perte de confiance. Pour pallier ces risques et vous redonner du « pep's », cet atelier se décline en 7 séances dont une réunion.

Infos **Aucun Prérequis**

Dates
Dates communiquées au cours du 1er semestre 2026. Se rapprocher du CCAS
Tarif : sous réserve du financement Phosphor'âge

Après-midi Chouchout'âge

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

Infos **Aucun Prérequis**

Espace Serge Charles
Entrée par le parc Valmy, (Quartier du Buisson)
Le jeudi de 14h à 16h30
2 séances, 15 places
Dates
21 mai et 26 novembre
Tarif : sous réserve du financement Phosphor'âge
Inscription au CCAS (*p9)



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
Dates
4 séances par date, 6 places par séance
29 avril, 20 mai et 7 octobre
Sous réserve du financement Phosphor'âge
Inscription au CCAS (*p9)

Transition écologique

Visite du centre de tri des déchets.

Infos **Aucun Prérequis**

Port Fluvial
3ème Avenue, 59000 Lille
Date · 24 septembre de 9h30 à 11h30
Horaires
se rapprocher du CCAS
Avec contribution
selon les tranches d'imposition
Départ : Mairie de Marcq-en-Barœul,
horaire communiqué ultérieurement
Inscription le 25 juin de 9h à 11h au CCAS (*p9)



Golf des flandres

Encadré par un professionnel, vous apprendrez les bases du swing (c'est le mouvement que vous faites avec le club lorsque vous tirez) et du putting (cela consiste à faire rouler la balle), le tout dans une ambiance détendue et sans engagement. L'apprentissage du golf est bien plus qu'une simple introduction au jeu. C'est une véritable immersion dans un univers riche en défis et en gratifications. Ni trop long ni trop court, les cours d'initiation au golf tels qu'ils sont généralement proposés, vous permettent de vous faire une première idée par vous-même de ce sport.

Infos **Aucun Prérequis**

Hippodrome Serge Charles
Le jeudi
Parcours de 30 séances, 25 places
Dates
Session 1 : 12 et 19 février, les 5, 12 et 19 mars
Session 2 : 2, 9, 16, 23, 30 avril
Session 3 : 7, 14, 21 et 28 mai
Session 4 : 3, 10, 17 et 24 septembre
Avec contribution
selon les tranches d'imposition
Inscription au CCAS (*p9). Permanence le
22 janvier, le 19 mars, le 16 avril et le 25 juin
de 9h à 11h.



La Jardine hier

Plongez dans l'esprit d'autrefois avec La Jardine hier, un jardin d'antan où se mêlent savoir-faire, senteurs et traditions. Ici, on cultive avec soin les plantes aromatiques, les fruits et les légumes d'autrefois. Les récoltes se transforment ensuite en délices faits maison : confitures savoureuses, vinaigres parfumés, potages réconfortants et bougies naturelles. Un lieu où la nature inspire, où chaque geste rappelle le temps où l'on prenait le temps — pour goûter, créer et partager.
« Ici, tout se cultive : la terre, les saveurs et le bonheur. Du jardin à la table, tout est fait maison ! »

Infos **Aucun Prérequis**

Atelier 1
Confection de confiture
27 avril, 14h-16h, 160 rue de Bondues
Atelier 2
Confection de vinaigre aromatisé
15 juin, 14h-16h, 160 rue de Bondues
Atelier 3
Préparation de soupe d'automne
19 octobre, 14h-16h, Maison de la transition écologique au 137 rue du docteur Ducroquet
Atelier 4
Confection de bougie
7 décembre, 14h-16h, Maison de la transition écologique au 137 rue du docteur Ducroquet

15 places par atelier
Avec contribution
selon les tranches d'imposition
Inscription au CCAS (*p9). Permanence le 19 mars, le 28 mai, le 24 septembre et le 19 novembre de 9h à 11h



Les poils dans la main

Envie de vivre un atelier canin ? La médiation animale, en partenariat avec "à l'évidence" constitue un outil de prévention, d'accompagnement et de soutien psychologique. Le binôme animal médiateur et son collaborateur humain dans les séances favorisent un climat apaisant, stimulent la communication non verbale et agissent comme catalyseur de lien social.

Infos **Aucun Prérequis**

Lieu
Se rapprocher du CCAS
Activité le vendredi ; 23 janvier, 6 février, 13 mars 30 avril, 29 mai, 26 juin, 4 septembre, 02 octobre, 06 novembre et 04 décembre 2026
Horaires
10h30 - 12h
Sous réserve du financement Phosphor'âge
Inscription au CCAS (*p9).







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
Boulevard Clemenceau
4 séances soit 6 places
Le lundi une fois par trimestre,
de 9h30 à 14h
Dates: communiquées dans le courant du premier semestre 2026
Tarif : sous réserve du financement Phosphor'âge

Dance Party Seniors : thé dansant

Au nombre de 4 thés dansants avec DJ 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 : 30 janvier, 2 avril, 2 juin, 21 septembre
220 places, de 14h30 à 18h
Gratuit, accès libre

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
- 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'égale dignité de toutes et tous.

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**

12 février : *Quiz sur le thème de la culture générale au Château Vanderhaghen*
5 mai : *à la Jardine hier pour le café causette "nature" ▪ 160 rue de Bondues 59700, Marcq-en-Barœul*



Lors de la Semaine bleue 2025, 63 personnes ont assisté à la projection du film documentaire « les vieux » de Claus Drexel.
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.
En préambule, Alexandra, représentante de l'UDAF 59 a exposé aux spectateurs le dispositif lire et faire lire qui favorise les liens entre générations par la lecture à haute voix dans les écoles et les structures petite enfance. L'engagement lire et faire lire s'inscrit pleinement dans l'esprit de la semaine bleue : valoriser la place des aînés dans la société et encourager les échanges intergénérationnels.



Escapades

Envie de découvrir la région, le patrimoine, le CCAS organise 2 escapades d'une journée en autocar.

Visite du parc naturel de Zwin

Le parc naturel de Zwin situé à la frontière entre la Belgique et les Pays-Bas, est une réserve naturelle qui s'étend sur plus de 300 hectares. Ancien estuaire de la mer du Nord, ce site unique par sa biodiversité exceptionnelle, notamment une grande variété d'oiseaux, de plantes et de paysages maritimes comme les vasières et les marais salées, surnommé « aéroport international pour les oiseaux », offre une immersion fascinante dans un écosystème préservé.

Infos

Prérequis : Sortie bons marcheurs
Date : vendredi 29 mai 2026 • 55 places
Départ 8h30 mairie de Marcq-en-Barœul - Retour vers 18h30 sur Marcq-en-Barœul
Tarif : 15,70 € (sortie non remboursable)
Inscription au CCAS (*p9). Permanence le 16 avril de 9h à 11h.



Visite du marché de Noël de Reims

Le Marché de Noël de Reims est le 3e plus grand marché de Noël de France. Les Promenades Jean-Louis Schneiter sont le parfait écrin des 150 chalets du marché de Noël et du village des artisans. Elles invitent à la flânerie au milieu des échoppes colorées, des chants de Noël et des odeurs de pain d'épices. Déjeuner libre à votre charge (pique-nique ou restaurant).
Dans l'après-midi, nous organisons une visite guidée de la « Biscuiterie Fossier » avec une dégustation.

Infos

Prérequis : Sortie bons marcheurs
Date : vendredi 27 novembre 2026 • 55 places
Départ 8h mairie de Marcq-en-Barœul - Retour vers 19h30 sur Marcq-en-Barœul
Tarif : 15,70 € (sortie non remboursable)
Inscription au CCAS (*p9). Permanence le 29 octobre 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'évènements culturels, retrouvez l'agenda culturel proposé par la ville sur le site de la ville : 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.





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
Date : ciné-débat le 6 octobre
Gratuit sauf le cinéma,
Horaire communiqué courant 1er semestre 2026
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**

Théâtre Charcot
rue Charcot (Quartier Clemenceau)
De 15h à 18h, 350 places
Dates : 11 mai et 12 octobre
Gratuit
Inscription au CCAS (*p9)
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 14 ou 15 octobre 2026 sur inscription entre le 1er juillet et le 25 septembre 2026.

Infos

Prérequis : Inscription au « fichier Seniors », être marcquois de 67 ans et plus
Hippodrome, 137 boulevard Clemenceau (Quartier Mairie-Hippodrome)
1100 places, le 14 ou le 15 octobre
Date : Au choix le 14 ou le 15 octobre 2026
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 1er juillet et le 25 septembre 2026, accompagné d'un justificatif de domicile de moins de 3 mois et de la carte d'identité
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 du 1er juillet 2026 jusqu'au 9 octobre 2026.

Infos

Prérequis : Inscription au « fichier Seniors », être marcquois de 67 ans et plus
Distribution : Les modalités de retrait seront communiquées ultérieurement dans le magazine municipal Images de Marcq, la newsletter du CCAS ou encore par courriel
Du 30 novembre au 3 décembre 2026
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 et de la carte d'identité
Inscriptions du 1er juillet au 9 octobre 2026

Les activités associatives Marcquoises en direction des seniors

Nord Madame
Conférences au Théâtre de la Rianderie

Association Re-création
(réservé aux cadres retraités)
Activités diverses et nombreuses :
- Sportives
- Culturelles
- Escapades et voyages
- Conférences

Sport-santé
Rando-Santé est une activité physique douce pour des personnes aux capacités diminuées provisoirement ou plus durablement. Elle a lieu 3 lundis après midis par mois de 13h 30 à 16h 30 avec des circuits de 5 km sur terrain plat, à allure modérée, une ouverture culturelle de découverte des villages du Nord
Comment s'inscrire pour la première fois?
Envoyer un SMS au 06 64 94 25 17 ou un mail à pierrevd59@gmail.com ou à mimymercier48@gmail.com en précisant nom, tél mobile, mail

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



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 au service" (extrait du guide du bénévolat).

Infos

Renseignements et informations
au CCAS ou sur les sites :

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

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

**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) :**



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 d'urgence).

Contact

Centre social et culturel,
69 boulevard Clemenceau,
Marcq-en-Barœul
03 20 51 82 46 (accueil)
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 transmettrez 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



L'AASDAF

Aider les enfants à prendre conscience de leurs compétences et à s'épanouir par 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 au besoin.

Contact

aasdaf.com
06 46 78 91 77 (responsable éducatif)
asso.asdaf@gmail.com

DUO FOR A JOB
intergenerational coaching

Duo for a job

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

Contact

duoforajob.fr
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
08 00 83 38 22
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
03 20 45 46 23
Maisons de la jeunesse du Pont, du Plouich, du Buisson et dans le quartier du Quesne (école Niki de Saint Phalle).
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

Janvier

Jeudi 22

Permanence d'inscription
aux activités
De 9h à 11h au CCAS

Vendredi 30

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

Février

Jeudi 12

Café causette
Quiz culture générale
Château Vanderhaghen
14h30 à 16h

Jeudi 26

Permanence d'inscription
aux activités
De 9h à 11h au CCAS

Mars

Jeudi 19

Permanence d'inscription
aux activités
De 9h à 11h au CCAS

Avril

Jeudi 2

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

Jeudi 16

Permanence d'inscription
Campagne d'inscription pour
l'excursion de mai et spectacle,
De 9h à 11h au CCAS

Mai

Mardi 5

Café causette à la Jardine hier,
thème "nature"
De 14h30 à 16h

Jeudi 28

Permanence d'inscription
Excursion au Parc Zwin de 9h à 11h au CCAS

Lundi 11

Spectacle Théâtre Charcot, 15h

Vendredi 29

Excursion : visite du parc naturel
de ZWIN (Pays-Bas)

Juin

Mardi 2

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

Jeudi 25

Permanence d'inscription
aux activités de 9h à 11h au CCAS

Juillet

Mercredi 1er

Début campagne d'inscription
aux banquets et colis

Sept.

Mardi 1er

Campagne d'inscription
semaine bleue

Jeudi 24

Permanence d'inscription
aux activités
De 9h à 11h au CCAS

Lundi 21

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

Octobre

Mardi 6

Ciné débat
Pont des Arts

Lundi 12

Spectacle semaine bleue,
Théâtre Charcot, 15h

Mercredi 14 **Jeudi 15**

Banquet des seniors
Hippodrome Serge Charles, 12h

Jeudi 29

Permanence d'inscription
à l'excursion "visite du marché de
Noël à Reims" de 9h à 11h au CCAS

Nov.

Du lundi 16 au lundi 30*

Permanences de mise à jour de la carte
Pass Pass, de 9h à 11h
*Sauf les vendredis

Jeudi 19

Permanence d'inscription
aux activités
De 9h à 11h au CCAS

Vendredi 27

Excursion : visite du marché de Noël
de Reims

À partir du lundi 30

Distribution des colis de fin d'année

Déc.

Jusqu'au 3

Distribution des colis de fin d'année

Du lundi 7 au jeudi 17*

Permanences de mise à jour de la carte
Pass Pass, de 9h à 11h
*Sauf les vendredis



04

Bien vivre



Jean-Marc RICHARD, Brigitte MONTURY, Martine JOIGNEAUX, Josée DELAUTTRE, Miliane CREPY, Jean-Marc DUFOUR

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'élu(e)

Il 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 de 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
- 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 Elu(e) Municipal
- 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 leurs créations, il y a plus 50 ans. Vous pouvez retrouver leurs programmes trimestriels 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

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

Jean-Claude

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

Françoise

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

Monique

Association des Aînés du Bourg

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

Présidente : Mme 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 : Mme 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

Présidente :
Marie Claude Deruelle
marieclaude.deruelle@wanadoo.fr

Mardi, mercredi et vendredi
14h00 - 17h30

06 48 13 65 86

Association des Aînés du Croisé

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

Présidente :
Mme Monique Decreus
monique.decreus@gmail.com
06 08 70 96 66

Lundi et jeudi
14h00 - 17h

Contact : M. Segar 06 83 05 75 55

Association des Aînés du Pont

Quartier du Pont
Château Vanderhaghen
72 rue Nationale

Présidente : Mme 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 : Mme 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 isolées et vulnérables : 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
- L'attribution d'aides financières facultatives, selon un règlement intérieur adopté par le conseil d'administration du CCAS.

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

Infos

Pour recevoir la lettre d'information 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
ou sur le site de la ville :
marcq-en-baroeul.org/mon-quotidien/seniors/inscription-au-fichier-senior



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 Général), l'équipe d'un CLIC est composée d'un chargé d'accueil, d'un coordonnateur et d'un travailleur social. 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 51 60 83

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, le Département du Nord et la ville de Marcq-en-Barœul.
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
03 20 51 82 46
accueil.info@centresocialetculturel-marcqenbaroeul.fr
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 complément de revenus.

Infos

Delphine Petit (Chargée de mission)
07 49 86 52 29
contact@ensemble2generations.fr
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

GROUPE Orchidées
ASSOCIATIONS AU SERVICE DES SÉNIORS

Point d'information groupe Orchidées

Les Orchidées à domicile est une association à but non lucratif spécialisée dans l'accompagnement des seniors à domicile. L'association s'appuie sur son expertise développée au sein de ses résidences services seniors, EHPAD et habitats partagés pour offrir un large panel de services répondant aux besoins et attentes des seniors.

03 62 27 90 00
5 avenue de la Marne, Marcq-en-Barœul
Du mardi au vendredi de 10h-12h et 14h-17h
Le samedi de 10h-12h



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

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 évolue 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

Les Marcquois âgés de 65 ans et plus, non imposables, peuvent solliciter le remboursement à 100% de leur abonnement mensuel ou de leurs trajets unitaires x10 (carnet) pour les transports en commun. 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 la Ville rembourse intégralement les abonnements mensuels d'Ilévia et élargit le dispositif pour les trajets unitaires X10 (carnet) 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. Imprimés à télécharger sur le site de la ville. marcq-en-baroeul.org/mon-quotidien/seniors/la-ville-sengage-pour-la-mobilite-des-seniors

Infos ilevia.fr

Bus et Tramway

traversant Marcq-en-Barœul

Plusieurs lignes de bus et Tramway traversent la ville de Marcq-en-Barœul. Voir le site Ilévia : 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 CO3
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


La Quenouille
Fort de Bondues
Aérodrome
Marcq Pavé Stratégique
C10
Marcq Ferme aux Oies
L5 50
LIANE 91 EXPRESS
Triez
Grand Cottignies
Lazaro
Cheval Blanc
Ducroquet
Bailly
MARCQ-EN-BARŒUL
Centre Commercial
Adenauer
Cartelot
Roubaix
Clemence
Château Rouge
Parc Europe
Pôle Sportif
R. de Croix
Jaurès
Molinel
Croix Gare
Lavoisier
Cerisaie
Centre d'Affaires
Place Gambetta
Le Quesne
WASQUEHAL
Wasque Hôtel D
Péri
Marcq Place
Quesne Mairie
Meunier
Marcq Mairie
La Fayette
Verdun
Barrois
Cimetière Bourg
Hautes Loges
Croisé Laroche
Foch
Acacias
Pont de Wasquehal
Wasquehal Pavé de Lille
Doumer
Clemenceau
Piscine
La Madeleine Montgolfier
L5
Charcot
Hippodrome
Clemenceau Hippodrome
Brossolette
Place Tiers
Jean Jaurès
32
La Terrasse
Gare
St Louis
Abbé Bonpain
Buisson
Z.I. de la Pilaterie
Rouges Barres
Gladbeck
Pilaterie
Les Prés Edgard Pisani
60E 851
St Maur
Voir Zoom au verso
Vandenbergue
Léon Blum
Botanique
Pilon
Gassendi
Ballon
Dieu de Marcq
MONS-EN-BARŒUL
Trocadéro
Fort de Mons
L6 C9 13
Gendarmerie
Colpin
Ancienne Mairie
Montesquieu
Bourgogne
Sablière
Mairie de Mons
Chappe
St Maurice Pellevoisin
L91E
re Lille Europe
L5 L90 L91
91E 50 51
86 88

La navette TULIP

Un service de transport urbain de liaison inter-quartiers pour personnes âgées (uniquement dans la ville). Les Marcquois autonomes de 60 ans et + ayant une bonne mobilité physique et sans trouble cognitif) peuvent bénéficier d'une navette les lundis, mercredis, jeudis et vendredis, de 8h30 à 12h, sauf les jours fériés, entre leur domicile et une destination spécifique par jour.

Destinations proposées pour les activités du matin :
- Lundi : Cimetière du Bourg et Rouges Barres
- Mercredi : médiathèque la Corderie et Ferme aux oies
- Jeudi : commerces du Pont
- Vendredi : Hôtel de ville, CCAS, marché du Bourg

Ce service **gratuit** est disponible sur simple réservation la veille du trajet avant 12h après un essai et la signature de la charte. 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 pour les activités du matin (service unique dans la Métropole) **03 20 45 46 67.** L'après-midi, le TULIP achemine, après essai et signature d'une charte, les seniors autonomes et sans troubles cognitifs de leur domicile aux foyers d'aînés et les ramène gratuitement.

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 les 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

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 gérera pour vous la prestation.

Infos

0971 090 971
de 8h30 à 18h30 service gratuit, prix d'un appel local
agirc-arrco.fr
services75ans.agirc-arrco.fr

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 3,20€ (Tarif novembre 2025)
Possibilité d'être accompagné sur le réseau
Pour plus d'informations,
consultez le guide handipole
Par courriel à handipole@ilevia.fr
Par téléphone au 03 20 40 40 40, puis tapez 2.

Les circuits de randonnée

Pour partir à la découverte du quartier des Belles Terres, 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)
« ***À la découverte des Belles Terres*** »
- Une marche de 4km (environ 2h) qui démarre devant l'entrée de la ferme aux oies.

« ***À la découverte du quartier du Plouich : Le vol de la médaille*** » - Une marche de 3,5 km (environ 1h30) qui part de l'Eglise Saint Louis. Projet lauréat du 3ème Budget Participatif de la ville.
« ***À la découverte du quartier des Rouges-Barres : À la recherche de la statue*** »
- Une marche de 2,6km (environ 1h15) qui démarre du cimetière de Rouges-Barres.

← **Télechargez l'application**



05

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



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 de sensibilisation au numérique, promenades...
Les actions à domicile s'adressent aux seniors marcquois à partir de 60 ans inscrits au registre communal des personnes vulnérables ou aux bénéficiaires de la restauration à domicile. L'activité est gratuite.

Infos

À domicile jusqu'à deux fois par mois
Tout au long de l'année
Du lundi au vendredi
Entre 8h et 17h
Les horaires sont définis par téléphone
Modalités d'inscription au registre communal des personnes vulnérables : p. 65-66





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 livres pour certains, pour d'autres, de bénéficier d'un peu de lien social... L'usager 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

Le Défi autonomie seniors

Le Défi autonomie seniors propose l'animation d'actions collectives gratuite 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
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, coachs...). 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 des : 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



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, et 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

Portail officiel d'information

Portail officiel d'information pour les personnes âgées et leurs familles : pour-les-personnes-âgées.gouv.fr



L'aide à l'habitat et au logement

SOLIHA Métropole Nord est une association historique qui vient en aide aux personnes au regard de l'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, il permet de donner des conseils et d'accompagner le projet d'adaptation du logement au vieillissement, afin de rester vivre chez soi le plus longtemps possible et en toute sécurité.

Différentes aides financières peuvent être proposées sous conditions d'éligibilité.

Infos

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.

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
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

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

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

Aide de la MDPH (maison départementale des personnes en situation de handicap)

La MDPH est la Maison Départementale du Handicap. Elle peut octroyer des aides si vous êtes bénéficiaire d'un plan d'aide avant l'âge de 60 ans.
Vous avez parfois le choix entre la PCH (Prestation de Compensation du Handicap) et l'APA.
Pour faire un choix adapté à sa situation personnelle, il est préférable de se rapprocher des relais autonomies du territoire du CCAS et de la MDPH.

Infos

73 Av du Président John F Kennedy 59800 Lille
03 59 73 73 73
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).
Dans le département du Nord, la maison départementale de l'autonomie est un lieu unique où les personnes âgées, les personnes handicapées et leurs aidants peuvent accéder à l'information sur les dispositifs les concernant. Il est possible d'y déposer des demandes de prestations d'aide à l'autonomie.
Maison Nord Solidarités (ex Unité Territoriale de Prévention et d'Action Sociale)

Maison Nord Solidarités
(ex Unité Territoriale de Prévention
et d'Action Sociale)
13 Chemin du Château d'Eau
59700 Marcq-en-Barœul
03 59 73 99 00



De l'activité physique adaptée au profit de chaque patient, pratique en toute sécurité par un suivi continu, par une prise en charge personnalisée, par 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 cardio-vasculaires, maladie de Parkinson), le programme Sport Santé sur Ordonnance:

- Prise en charge d'une année, 2 séances par semaine pendant 1 an renouvelable une fois
- 2€ la séance
- Un large choix d'activités
- Une prise en charge sécurisée et adaptée
- Un suivi régulier
- Un professionnel de l'activité physique adapté



Les activités proposées

Gym douce / Badminton / Marche / Tir à l'arc / Renforcement musculaire / Aquagym Volley santé / Rugby santé

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
- À 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

Inscription et renseignement auprès de
Loic Harnequaux 06 31 30 03 10
loic.harnequaux@marcq-en-baroeul.fr



Par délégation municipale, le CCAS a en charge la gestion communale des personnes vulnérables.

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, etc.). 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 en situation de handicap.

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 pages 65 et 66 et de le renvoyer :
- **Par courrier**, au 103 avenue Foch 59704 Marcq-en-Barœul cedex
- **Par mail** au CCAS, ccas-accueil@marcq-en-baroeul.fr
- **La demande peut également se faire 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.





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'activité 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
117 Rue De Condé, 59000 Lille, France
03 20 42 50 82
maisondesaidants@feron-vrau.com
Maison des aidants de Roubaix,
1 Pl. 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

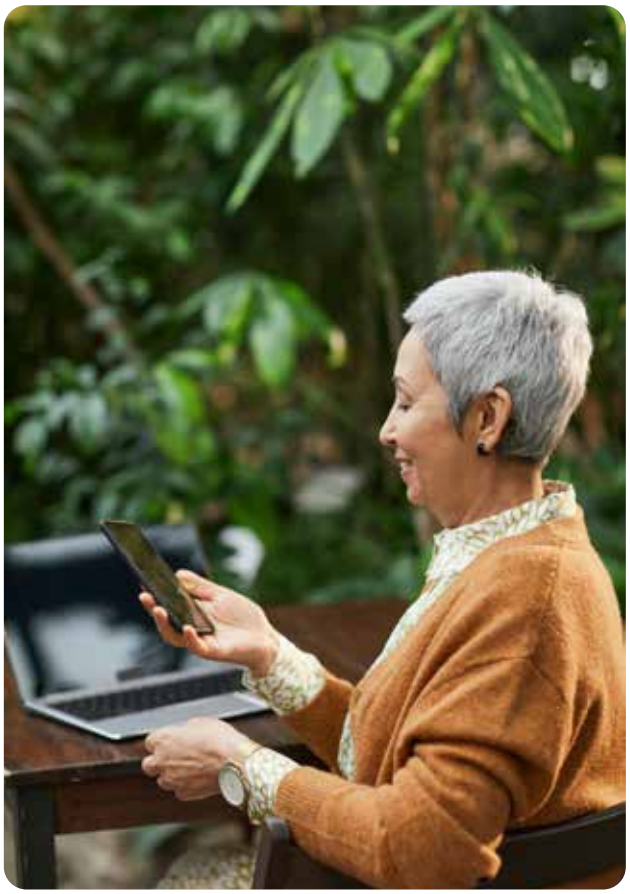
La formation gratuite et ouverte à tous !
Derniers secours est une formation courte, ouverte à tous et gratuite. Elle a pour but de sensibiliser, d'informer et de guider les participants dans l'accompagnement des derniers moments de vie de leurs proches. Derniers Secours enseigne quelques étapes clés, apporter 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



Atelier individuel et personnalisé dompter votre appareil numérique

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 AU CCAS (*P.9)
Ateliers ouverts jusqu'au 1er juillet 2026
puis reprise en novembre 2026
Rdv possible à 10h ou 11h
Modalités d'inscription : Au CCAS (* p9)



Ateliers numérique initiation Android et iOS (Apple)

Les membres du conseil des seniors, animent des ateliers toutes les semaines, 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 des questions.

Infos **Aucun Prérequis**

Château Vanderhaghen,
2 rue nationale (Quartier du Pont)

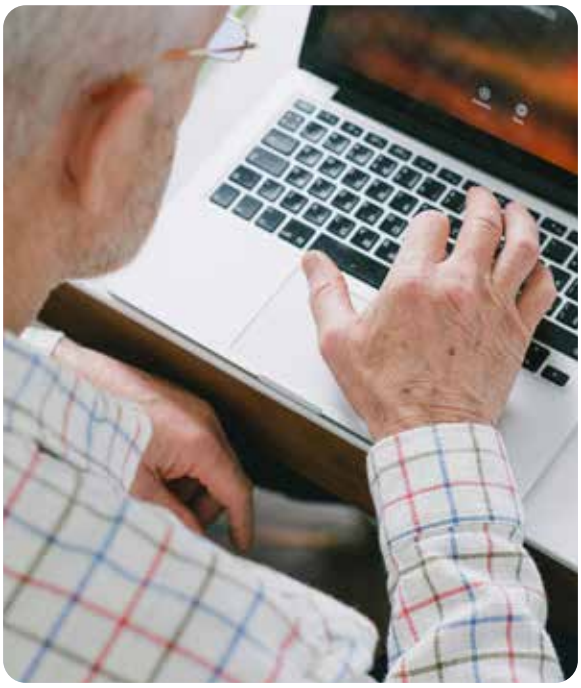
Mercredi de 10h à 12h
parcours progressif de 5 séances

Dates
Cycle 1 : le 7-14-21-28 janvier et le 4 février
Cycle 2 : le 4-11-18-25 mars et le 1 avril
Cycle 3 : le 29 avril, 6-13-20 et le 27 mai
Cycle 4 : le 9-16-23-30 septembre et le 7 octobre

Gratuit
Modalités d'inscription : Au CCAS* (p9)
03 20 45 43 25

Rendez-vous numérique

Il est composé de séances collectives au numérique et à ses avantages, il aide à mieux comprendre le fonctionnement et le maniement des outils informatiques et internet. Cette sensibilisation aux bonnes pratiques tend peu à peu vers une meilleure maitrise du numérique. Les ateliers sont animés par des bénévoles : Anne-Marie Destrebecq et Michel Grosselet



A. « Atelier messagerie »

Adressé au public senior débutant souhaitant se perfectionner dans l'utilisation de sa messagerie électronique
Thèmes proposés :
-Se repérer dans la boite mail
-Envoyer, répondre à un mail
-Envoyer un mail à plusieurs destinataires
-Questions et mise en pratique
-Comment envoyer une pièce jointe, des fichiers volumineux
-Utiliser une liste de « contact »
-Classer les mails ou les supprimer

Infos

Prérequis :
- Avoir une adresse mail
- Apportez votre matériel chargé : pc portable

Nombre de séances et de participants :
Inscriptions au 03 20 45 43 25

Dates
3 et 10 février, les 10 et 17 mars, les 5 et 12 mai, les 9 et 16 juin, les 8 et 15 septembre, les 6 et 13 octobre, les 10 et 17 novembre de 14h à 16h

B. « Atelier informatique Windows »

Pour un public senior souhaitant aller plus loin dans l'apprentissage du numérique, chaque atelier est proposé sur deux après-midis
Thèmes proposés :
-Cycle 1 : ce que vous ne voyez pas, principes de bases et bien choisir son pc
-Cycle 2 : Sauvegarde restauration-paramètre système
-Cycle 3 : La sécurité informatique-VPN-cookie et Spam

Infos

Prérequis :
- Disposer d'un PC (Windows 10 ou 11)

Nombre de séances et de participants :
Inscriptions au 03 20 45 43 25

Dates
Cycle 1 les 9 et 16 mars,
Cycle 2 les 4 et 11 mai
Cycle 3 7 et 14 septembre de 14h à 16h
Prérequis : Lieu : CCAS

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'accompagnements : accès au matériel, aide complète ou partielle pour réaliser une démarche et d'apprentissage et se familiariser 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

À domicile

Solidartié intergénérationnelle face à la fracture numérique avec **l'URCEAS**. Des étudiants issus d'écoles d'ingénieurs de Lille se déplacent chez vous pour vous accompagner dans l'utilisation des outils informatiques. Gratuit sur demande au 06 19 81 12 01 ou urceas@gmail.com

CCAS 1

60

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.

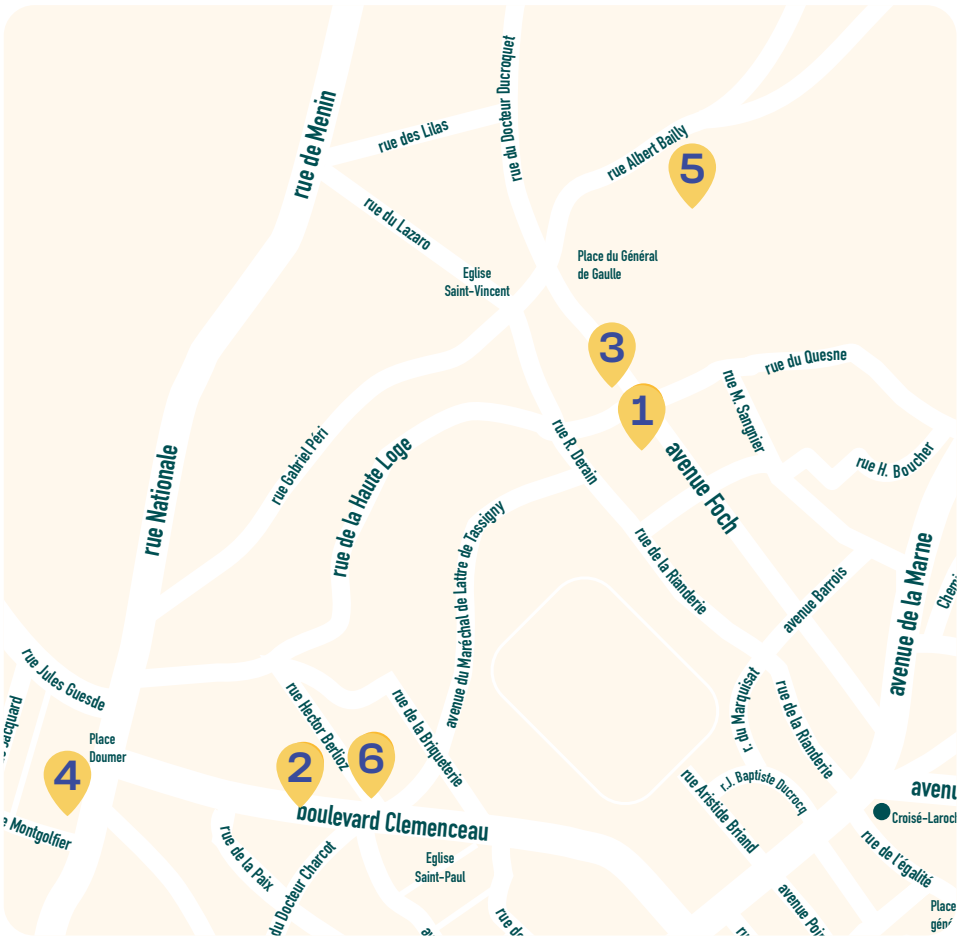
Centre social et Culturel 2

69 boulevard Clemenceau
03 20 51 82 46
accueil.info@centresocialetculturel-marcqenbaroeul.fr

- **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.

Mission locale Métropole Nord-Ouest 3

111 avenue Foch - 03 20 72 30 92
antenne.marcqenbaroeul@mlmno.fr
Destiné aux jeunes de 16 à 25 ans, ou plus, en insertion, un espace numérique, le Cyber-Base Emploi, pour accéder à l'outil informatique dans le cadre des démarches liées à l'emploi, à la formation, ou encore à la création d'entreprise. Gratuit.



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

Les partenaires

Accompagnement dans la recherche d'emploi sous forme d'ateliers numériques.
Accès libre ou sans rendez-vous : 9h-12h30 et 13h30-17h sauf lundi matin et vendredi après-midi.

Château Vanderhaghen 4

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.

Médiathèque La Corderie 5

56 rue Albert Bailly - 03 20 81 87 45
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 Famille/Citoyen, Parcours Sup, démarches liées à l'emploi...
Informations sur marcq-en-baroeul.fr

La Fabrique Numérique (Fabnum) 6

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

Dans la Métropole

Emmaus Connect

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

Maison France Service

67 rue du Gal Leclerc - Saint-André-lez-Lille • 03 20 51 75 51
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.



Comment sécuriser votre domicile ?

1. Réduire les risques de chutes.
2. Connecter les alarmes incendie 24h24 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 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 faiblesses 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 préfèrera toujours perdre quelques minutes plutôt que de vous laisser faire une erreur et perdre de l'argent.

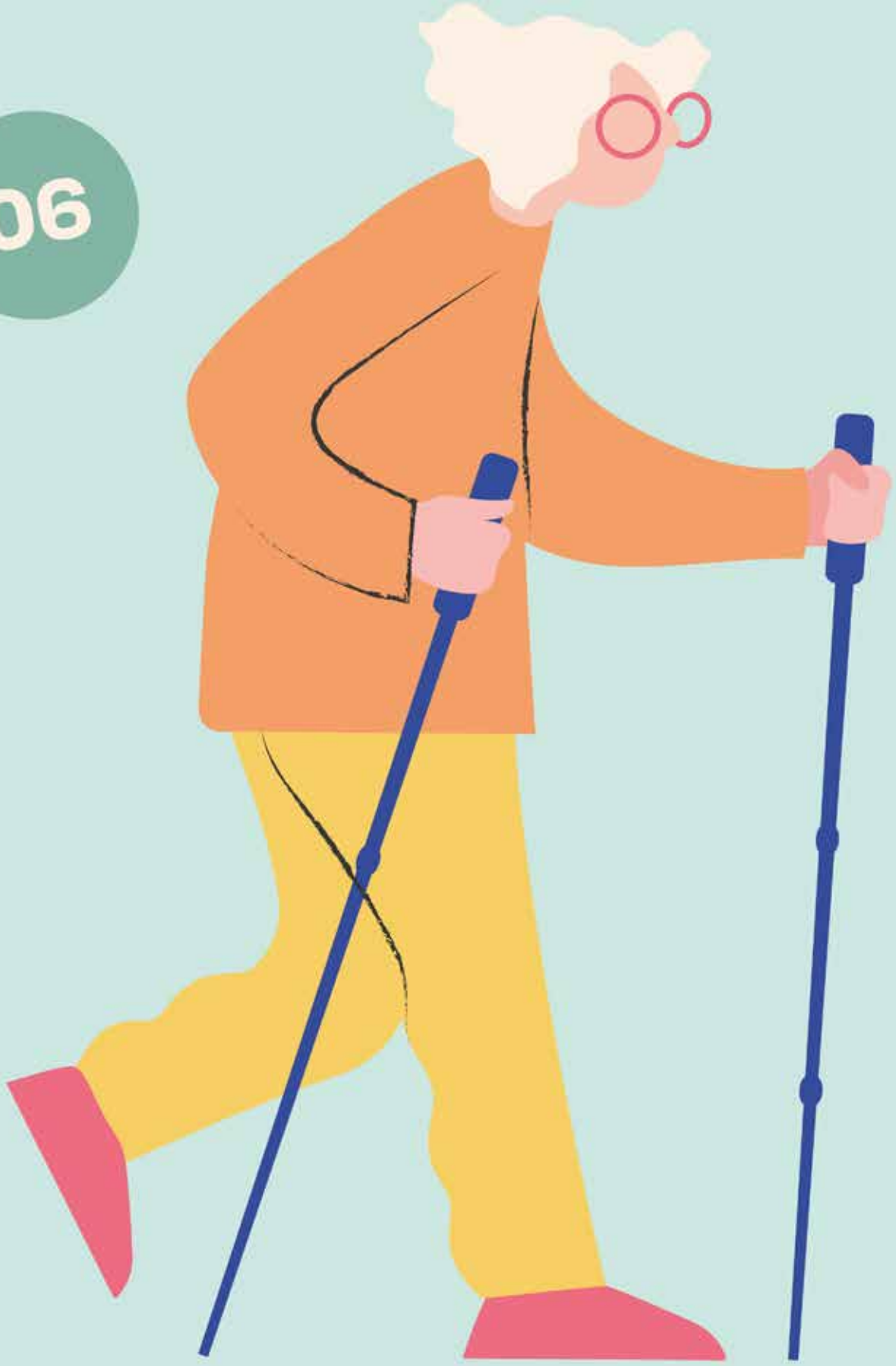
Les arnaques par e-mail, courriel : vérifier l'expéditeur !

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

Annuaire & numéros utiles

Hôtel de ville	03 20 45 45 45	marcq-en-baroeul.org / mairie@marcq-en-baroeul.fr
Dentiste et médecin de garde	03 20 33 20 33	
Pharmacie de garde	08 25 74 23 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	clinique-lille-sud.ramsaysante.fr
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	clinique-du-sport-et-chirurgie-orthopedique-marcq-en-baroeul.ramaysante.fr
Prévention du suicide	31 14	3114.fr
Canicule info service	0800 06 66 66	
Vétérinaire de garde	31 15	vet24.fr
Aéroport de Lesquin	08 91 67 32 10	lille.aeroport.fr
Agence postale du Croisé Laroche	36 31	laposte.fr
CCAS Centre Communal d'Action Sociale	03 20 45 46 61	marcq-en-baroeul.org
Centre Social et Culturel de Marcq-en-Barœul	03 20 51 82 46	csc-marcqenbaroeul.fr
Centre d'information des Droits des Femmes et des Familles (Marcq-Roubaix-Tourcoing)	03 20 70 22 18	nord-territoires.cidff.info
CLIC Centre Local d'Information et de Coordination		clicrelaisautonomie-cdm.fr
Cinéma Ponts des Arts	03 20 06 82 26	lepontdesarts-cinema.fr
Conservatoire de musique de Marcq-en-Barœul	03 20 45 63 40	conservatoire@marcq-en-baroeul.fr
Conseil des Prud'hommes de Tourcoing	03 20 76 35 90	justice.gouv.fr
Déchèterie communautaire	08 00 711 771	
Conseil départemental du nord	03 59 73 59 59	lenord.fr
Enedis	09 72 67 50 59	
Esterra	08 25 12 59 62	estera.fr
GRDF	08 00 47 33 33	
Iléo	09 69 32 22 12	mel-ileo.fr
Ilévia	03 20 40 40 40	ilevia.fr
LPA Lille (animaux trouvés)	03 20 52 52 16	lpa-nf.org
Médiathèque La Corderie	03 20 81 87 45	corderie.marcq-en-baroeul.fr
Météo France	350 / 08 92 68 02 59	meteofrance.com
Métropole Européenne de Lille	03 20 21 22 23	lillemetropole.fr
Objets trouvés	03 20 45 43 36	objets.trouve.com
Piscine municipale	03 20 72 49 21	piscine.marcq-en-baroeul.fr
Poste Centrale	36 31	laposte.fr
Préfecture du Nord	03 20 30 59 59	nord.gouv.fr
Région Hauts-de-France	03 74 27 00 00	hautsdefrance.fr
Sncf	36 35	sncf.connect.com
Trésorerie public Tourcoing	08 09 40 14 01	impots.gouv.fr / t07506@dgfip.finances.gouv.fr
Tribunal d'Instance et de Police de Tourcoing	03 20 76 35 90	
Tribunal Judiciaire de Lille	03 61 05 40 00	tj1-lille@justice.fr

Carte des lieux

Les structures de la ville

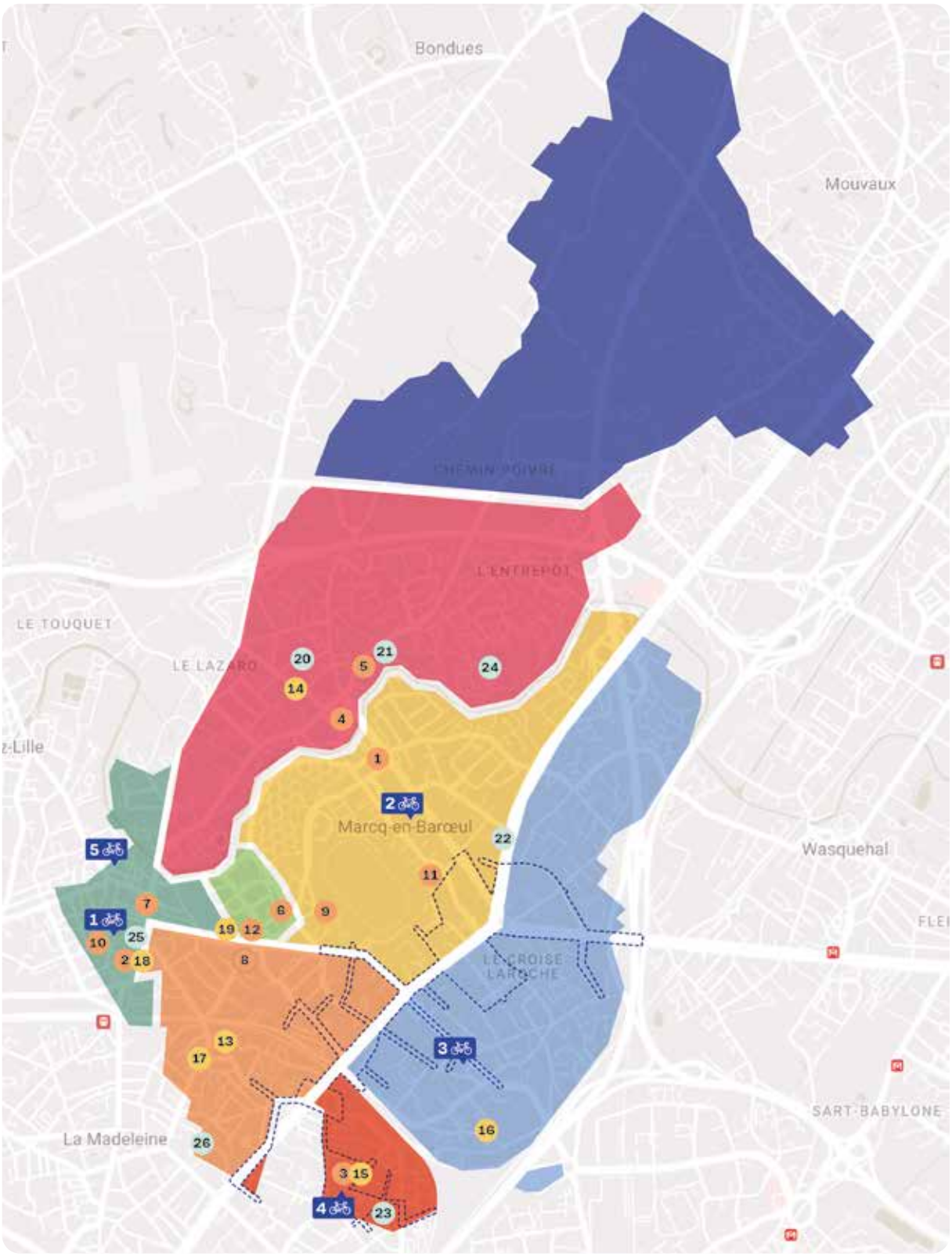
1. CCAS, rue du Quesne (anciennement Trésor Public) (Quartier Mairie)
2. Château Vanderhaghen, 72 rue nationale (Quartier du Pont)
3. Foyer Serge Charles, 391 rue de Rouges Barres (Quartier Buisson)
4. Galerie Le Minorelle, 25 rue Raymond Derain (Quartier Bourg)
5. Médiathèque La Corderie, 56 rue Albert Bailly (Quartier Bourg)
6. Piscine municipale 102 rue de la Briqueterie (Quartier Briqueterie)
7. Salle festive du Pont des Arts, place Doumer (Quartier du Pont)
8. Théâtre Charcot, rue Charcot (Quartier Clemenceau)
9. Hippodrome Serge Charles, 137 boulevard Clemenceau (Quartier Mairie-Hippodrome)
10. Théâtre Colisée Lumière 55 rue Montgolfier
11. Théâtre de la Rianderie 2 Rue du Marquisat
12. Centre social et culturel 69 boulevard Clemenceau 97 bis rue du Quesne (quartier Bourg)

Les espaces, salles et foyers d'aînés

13. Espace Tabarly, 2 bis rue des entrepreneurs (quartier Plouich)
14. Association des Aînés du Bourg Salle Georges Lambrecq 15 rue Jacques Chaban Delmas (Quartier Bourg)
15. Association des Aînés du Buisson Espace Serge Charles - 391 rue de Rouges Barres (Quartier Buisson)
16. Association des Aînés du Croisé Espace Croisé/Rouges Barres 26 chemin du Château d'eau (Quartier Croisé Laroche)
17. Association des Aînés du Plouich Salle Bourvil - rue des Tisserands (quartier Plouich)
18. Association des Aînés du Pont Château Vanderhaghen 72 rue Nationale (Quartier du Pont)
19. Association des Aînésdu Quesne Salle de l'Aviateur Boulevard Clemenceau (Quartier Mairie)

Les établissements pour personnes âgées et résidences autonomies

20. Les Provinces du nord 44 rue du Lazaro (Quartier Bourg)
21. Résidence Paul Cordonnier 4 rue Maurice Genevoix, (Quartier Bourg)
22. Résidence Les Marronniers 45 av Marne (Quartier Croisé Laroche)
23. EHPAD Rose May 14 rue Jules Boet (Quartier Buisson)
24. Résidence Domitys Olympe 2 rue Simone Veil (Quartier Bourg)
25. Résidence Korian Les Marquises, 68 rue Nationale (Quartier Pont)
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 x2
4. Rue Clovis Tiers
5. Rue Louiset

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)

	Personnes seules		Couples	
RFR	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 €

Formulaire d'inscription au registre communal des personnes vulnérables • Page 1/2

À compléter et à adresser au CCAS

103 avenue Foch - CS 44029 - 59704 Marcq-en-Baroeul 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 communal 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 :**

Conformément au règlement Général sur la protection des Données à caractères Personnel entré en vigueur le 25 mai 2018 de 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-Baroeul, à l'attention de la Déléguée à la Protection des données, 103 avenue Foch, CS 44029, 59704 Marcq-en-Baroeul Cedex ou par courriel à l'adresse suivante: rgpd@marcq-en-baroeul.fr Si après nous avoir contactés, vous estimez que vos droits ne sont pas respectés, vous pouvez adresser une réclamation auprès de la CNIL.

Inscription au colis de fin d'année 2026

Offert aux marcquois de 67 ans et plus

À compléter et à remettre impérativement avant le 9 octobre 2026 :

ou à envoyer par mail à: 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**, entre le 30 novembre et le 3 décembre 2026, sur présentation d'une pièce d'identité. Les 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** entre le 30 novembre et le 3 décembre 2026, sur présentation d'une pièce d'identité. Les 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 : .....

☐ Je ne peux pas me déplacer et aucune personne de confiance ne peut venir retirer le colis : **j'opte pour une livraison à domicile** entre le 30 novembre et le 3 décembre 2026.

Documents à joindre impérativement au dossier d'inscription :

☐ Justificatif de domicile de moins de 3 mois

☐ Copie carte d'identité ou passeport

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 25 septembre 2026 :

ou à envoyer par mail à: 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:

☐ 14 octobre 2026 à 12h à L'Hippodrome Serge Charles

☐ 15 octobre 2026 à 12h L'Hippodrome Serge Charles

Souhaitez-vous bénéficier d'un transport ?

☐ **Oui**

☐ Non

Documents à joindre impérativement au dossier d'inscription :

☐ Justificatif de domicile de moins de 3 mois

☐ Copie carte d'identité ou passeport

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

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

☐ 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 »

Notes

Notes

MARCQ-EN-BARŒUL UN ART DE VIVRE



Hôtel de Ville
103 avenue Foch
8h30 - 12h / 13h30 - 17h
du lundi au vendredi
Permanence de l'accueil mercredi midi
(uniquement en période scolaire)

CCAS de Marcq-en-Barœul
Rue du Quesne (anciennement
Trésor Public)
8h30 - 12h / 13h30 - 17h
du lundi au vendredi

Service vie des seniors
03 20 45 46 67
animation.senior@marcq-en-baroeul.fr
03 20 45 46 64
restauration.domicile@marcq-en-baroeul.fr