

PROGRAMMATION des ACTIVITÉS



2024

Seniors & retraités

JANVIER

Jeudi 11.01

Atelier Fortier

Thème: yoga du rire

Centre de loisirs Fortier – 14 h 30

Jeudi 18.01 **limité à 25 pers.**

Karaoké

Animé par Damien, DJ animateur

Bistro de Lolo – 15 h - 18 h

Vendredi 19.01 **limité à 15 pers.**

Visite de la résidence

Happy Seniors à Valenciennes

Visite de la résidence, suivie d'un concert et d'une collation avec les résidents

Départ au centre Fortier – 13 h 45

Vendredi 26.01 **limité à 3 pers.**

Parta'jouons

Explorons la banquise

Espace Cécile Gallez, avenue Schuman
10 h

Lundi 29.01

Jeu de piste: Saint-Saulve éternelle

Découverte des endroits emblématiques de la ville grâce à un jeu de piste

Départ devant le CCAS – 14 h 30

FÉVRIER

Lundi 05.02 **limité à 15 pers.**

WIMO OV: 1^{er} atelier

Se déplacer en transport en commun

Connaître les transports en commun de son territoire, choisir et repérer les trajets, préparer une sortie en transports en commun

Salle du Bosquet – 14 h 30

Vendredi 09.02 **limité à 15 pers.**

WIMO OV: 2^{er} atelier - se déplacer

en transport en commun

Mise en pratique du 1^{er} atelier

Départ devant la mairie – 13 h 30

Vendredi 09.02 **limité à 20 pers.**

Visite de la résidence

Domitys à Valenciennes

Départ devant le CCAS à 13 h 30

(pour le groupe Wimoov)
ou rendez-vous sur place à 14 h

Vendredi 09.02 **limité à 15 pers.** 26€/pers.

Découverte de l'œnologie

Par le club d'œnologie de la MJC.

Animation et dégustation de 6 vins et apéritif dînatoire

MJC, espace Athena – 19 h 30

Mercredi 14.02

Thé dansant de la Saint-Valentin

Animé par le club Danses et Découvertes

Salle des fêtes – 14 h

Jeudi 15.02

Atelier Fortier

Thème: scrapbooking

Centre de loisirs Fortier – 14 h 30

Vendredi 16.02 **limité à 15 pers.**

Portes ouvertes

bibliothèque et ludothèque

MJC, espace Athena – 14 h 15

Mardi 20.02 **limité à 15 pers.**

Atelier de création artistique

MJC, espace Athena – 14 h

Vendredi 23.02 **limité à 3 pers.**

Parta'jouons

Atelier culinaire, dégustation de crêpes

Espace Cécile Gallez, avenue Schuman
9 h 30

Mercredi 28.02

Découverte de l'école

de musique de Saint-Saulve

Balade au gré de la musique par groupe de 5 personnes toutes les 10 min

École de musique – 14 h 30

Jeudi 29.02 **limité à 15 pers.**

Activités manuelles

Thème: l'hiver

Salle du Bosquet

14 h 30

MARS

Lundi 04.03

Jeu de piste: Saint-Saulve éternelle

Découverte des endroits emblématiques de la ville grâce à un jeu de piste

Départ devant le CCAS – 14 h 30

Jeudi 07.03 **limité à 15 pers.**

WIMO OV:

se repérer dans l'environnement

Comprendre et s'approprier l'espace urbain, s'orienter et se repérer dans le temps et l'espace grâce aux cartes, plans...

Salle du Bosquet

14 h 30

Jeudi 14.03

Atelier Fortier

Thème: jardinage

Centre de loisirs Fortier – 14 h 30

Jeudi 14.03 **limité à 10 pers.**

Soirée astronomie

Découverte de l'observatoire, observation

Observatoire Uranie – 19 h 45

Vendredi 22.03 **limité à 3 pers.**

Parta'jouons

Lecture et comptines « Raconte-moi une histoire »

Espace Cécile Gallez, avenue Schuman
10 h

Lundi 25.03 **limité à 10 pers.**

Visite de la résidence La Girandière à Valenciennes

Départ du centre Fortier – 13 h 45

AVRIL

Jeudi 04.04 **limité à 10 pers.**

Activités manuelles

Thème: plantation de graines

Salle du Bosquet – 14 h 30

Mercredi 10.04

Initiation aux mobilités douces

Diverses animations autour de la mobilité douce: initiation au vélo électrique, trottinette électrique, parcours de marche sportive dans le parc, stand de réparation de vélo, connaître les aides à l'acquisition d'un vélo électrique...

Centre de loisirs Fortier – 14 h 30

Jeudi 11.04

Atelier Fortier

Thème: forme équilibre

Centre de loisirs Fortier – 14 h 30

Mercredi 17.04 **limité à 6 pers.**

Atelier sucré

Confection d'une tarte meringuée à l'atelier sucré, à Saultain. Venez découvrir de nouvelles techniques de pâtisserie et repartez avec votre chef d'oeuvre

Départ au centre de loisirs Fortier
13 h 45

Vendredi 26.04 **limité à 3 pers.**

Parta'jouons

Tapis lecture « Bienvenue le printemps »

Espace Cécile Gallez, avenue Schuman
9 h 30

Lundi 29.04 **limité à 20 pers.**

JP2S fait son fit!

L'association de Judo Passion vous propose une session fit pour travailler votre équilibre, souplesse et endurance

Salle de sport Coubertin – 14 h 30

MAI

Lundi 06.05 **limité à 15 pers.**

Balade méditative

Ascension du terril de la mare à Goriaux pour un moment de plénitude assuré

Départ du centre Fortier – 14 h

Mardi 14.05 **limité à 15 pers.**

WIMO OV: Se déplacer grâce aux nouvelles technologies

Familiariser le public à l'utilisation des outils numériques appliqués à la mobilité

Lieu à définir – 14 h 30

Mercredi 15.05 **limité à 24 pers.**

Sortie intergénérationnelle au forum des sciences de Villeneuve d'Ascq

Accompagnez les enfants du centre de loisirs lors d'une sortie scientifique et de découverte (notamment le planétarium et l'exposition Léonard de Vinci)

Lieu et horaire à définir

Jeudi 16.05

Atelier Fortier

Centre de loisirs Fortier – 14 h 30

Dimanche 19.05 **limité à 20 pers.**

Sortie champêtre

Venez découvrir la ferme du pont de l'Ayau à Escaupont

Horaire à définir

Mercredi 22.05 **limité à 10 pers.**

Activités manuelles

Thème: plantation de fleurs et légumes au potager

Centre de loisirs Fortier – 9 h 30

Jeudi 23.05

Spectacle de danses folkloriques

par la troupe La Joyeuse Farandole

Salle des fêtes – 14 h 30

Vendredi 24.05 **limité à 3 pers.**

Parta'jouons

Jardinage « Tous au potager »

Espace Cécile Gallez, avenue Schuman
10 h

Mardi 28.05

Découverte musicale

Partagez un moment convivial et musical

École de musique – 14 h 30

Vendredi 31.05

Jeu de piste: Saint-Saulve éternelle

Découverte des endroits emblématiques de la ville grâce à un jeu de piste

Départ devant le CCAS – 14 h 30

Osez danser !

Les 8, 10, 12, 16 et 18 janvier, le club Danses Découvertes vous propose des cours de danse.

14 h - 15 h: line dance

15 h - 16 h: danses de salon

à la MJC, espace Athena

Participation de 5 €/pers.

et par jour. 20 €/pers.

pour les 5 jours.

Action hebdomadaire Potager Fortier

Tous les mercredis
du 13 mars au 25 octobre
à 9 h 30, au centre de loisirs
Fortier.

Participez à l'aménagement et à la culture d'un potager afin de transmettre votre savoir aux plus petits.

Restauration Manger avec les enfants

À partir du 13 mars, vous aurez la possibilité de prendre votre repas avec les enfants, tous les mercredis, à la restauration municipale.

Réservation auprès du Guichet Unique Jeunesse (GUJ), en mairie, maximum 1 semaine avant la date souhaitée.

Renseignements au GUJ:
03 27 14 58 37

JUIN

Jeudi 06.06 (limité à 20 pers.) **PAYANT**
Sortie à la brasserie
du Baron à Gussignie
Départ du centre de loisirs Fortier
Horaire à définir

Mercredi 12.06 (limité à 24 pers.)
Sortie intergénérationnelle
au parc Mosaïc de Lille
Accompagnez les enfants du centre
de loisirs lors d'une sortie printanière.
Au programme: balade fluviale et visite
du parc
(attention: prévoyez votre pique nique)
Départ du centre de loisirs Fortier
Horaire à définir

Jeudi 13.06
Atelier Fortier
Centre de loisirs Fortier – 14h30

Mercredi 19.06
Initiation pétanque
Boulodrome – 10h

Jeudi 20.06 (limité à 15 pers.)
WIMOOV: sécuriser
ses déplacements piétons
Choisir et optimiser ses trajets à pieds
Salle du Bosquet – 14h30

Vendredi 28.06 (limité à 3 pers.)
Parta'jouons
Jardinage «La petite graine»
Espace Cécile Gallez, avenue Schuman
9h30

JUILLET

Jeudi 04.07
Journée bien-être
Divers ateliers et stands dédiés
au bien-être. Programme à venir
Parc Fortier

Jeudi 18.07 (limité à 12 pers.)
Grand jeu d'été avec
les enfants du centre de loisirs
Venez partager un moment ludique avec
les enfants
Centre de loisirs Fortier – 14h-16h

Lundi 22.07
Jeu de piste: Saint-Saulve éternelle
Découverte des endroits emblématiques
de la ville grâce à un jeu de piste
Départ devant le CCAS – 14h30

Vendredi 26.07 (limité à 3 pers.)
Parta'jouons
Rando-poussette
«1,2,3 baskets et poussettes»
Espace Cécile Gallez, avenue Schuman
10h

AOÛT

Jeudi 08.08 (limité à 12 pers.)
Grand jeu d'été avec
les enfants du centre de loisirs
Venez partager un moment ludique avec
les enfants
Centre de loisirs Fortier – 14h-16h

Vendredi 23.08 (limité à 3 pers.)
Parta'jouons
Atelier sensoriel: réalisation d'une fresque
collective «Balade en mer»
Espace Cécile Gallez, avenue Schuman
9h30

SEPTEMBRE

Jeudi 05.09 (limité à 10 pers.)
Activités manuelles
Thème: automne
Salle du Bosquet – 14h30

Jeudi 12.09
Atelier Fortier
Centre de loisirs Fortier – 14h30

Jeudi 26.09 (limité à 15 pers.)
WIMOOV: se déplacer autrement
Orienter vers les solutions alternatives
et douces
Salle du Bosquet – 14h30

Vendredi 27.09 (limité à 3 pers.)
Parta'jouons
Lecture et comptines
«Raconte-moi une histoire»
Espace Cécile Gallez, avenue Schuman
10h

Du 30.09 au 04.10
Semaine bleue
Programme à venir

OCTOBRE

Jeudi 10.10
Atelier Fortier
Centre de loisirs Fortier – 14h30

Mardi 15.10 (limité à 20 pers.)
Semaine du goût:
dégustation à l'aveugle
Venez profiter d'une nouvelle expérience
en dégustant les légumes du jardin solidaire
de la ville
Lieu à définir – 14h

Mercredi 16.10 (limité à 6 pers.)
Atelier sucré
Confection d'un royal chocolat à l'atelier
sucré, à Saultain. Venez découvrir
de nouvelles techniques de pâtisserie
et repartez avec votre chef d'oeuvre!
Départ du centre de loisirs Fortier
13h45

Vendredi 18.10 (limité à 15 pers.)
WIMOOV: s'initier à la mobilité
Savoir anticiper sa mobilité
Salle du Bosquet – 14h30

Mercredi 23.10
Découverte musicale
Partagez un moment convivial et musical
École de musique – 14h30

Vendredi 25.10 (limité à 3 pers.)
Parta'jouons
Atelier motricité
«Promenons-nous dans les bois»
Espace Cécile Gallez, avenue Schuman
9h30

NOVEMBRE

Lundi 04.11
Yoga du rire
Salle du Bosquet – 14h30

Jeudi 14.11
Atelier Fortier
Centre de loisirs Fortier – 14h30

Mardi 19.11 (limité à 10 pers.)
Activités manuelles
Thème: décoration de Noël
MJC, espace Athena – 14h30

Jeudi 21.11 (limité à 20 pers.)
Sortie bowling de l'Arsenal
à Valenciennes
Départ du centre de loisirs Fortier
14h30

Mardi 26.11 (limité à 10 pers.)
Activités manuelles
Thème: décoration de Noël
MJC, espace Athena – 14h30

Jeudi 28.11 (limité à 15 pers.)
WIMOOV: connaître les aides
techniques à la mobilité
S'informer sur les aides techniques
et de financement pour vous faciliter
vos déplacements
Salle du Bosquet – 14h30

Vendredi 29.11 (limité à 3 pers.)
Parta'jouons
Manipulation d'automne: «Les feuilles
d'automne se ramassent à la pelle»
Espace Cécile Gallez, avenue Schuman
10h

DÉCEMBRE

Jeudi 05.12 **PAYANT**
Sortie de Noël
à définir

Jeudi 12.12
Atelier Fortier
Centre de loisirs Fortier – 14h

Lundi 16.12
Goûter de Noël
Centre de loisirs Fortier – 14h30

Vendredi 20.12 (limité à 3 pers.)
Parta'jouons
Éveil sensoriel «Avec les motifs Noël»
Espace Cécile Gallez, avenue Schuman
9h30

Idées sorties culturelles

L'Exposition
«AUDACIEUSE MOSAÏQUE»
de Marie-Odile Laurent
du 8 au 30 janvier

La séance CINESOUPÉ
mardi 23 janvier à 19h30

Concert à TRAVERS CHANTS
FRANCK CHANTE L'AMOUR
Le mardi 2 avril à 14h30
Franck Vandecastee, chanteur
du célèbre groupe nordiste
«Marcel et son orchestre»

Projection du film
documentaire «Les Solèls
de Trovic - Une odyssée cousue
main» consacré à l'artiste aninois
Jacques TROVIC, en présence
de la réalisatrice Francine Auger-Rey
Le mardi 16 avril à 20h

à la MJC - Espace Athena
Place du 8 Mai 1945

Le programme complet sera
disponible à la MJC, dès janvier.

Renseignements et réservations:
accueil@mjc-athena.org
03 27 28 15 30

Inscriptions & renseignements

Toutes les animations/activités sont gratuites sauf indication
dans le programme.

Inscriptions obligatoires dans la limite des places disponibles
et renseignements auprès du service Seniors ou du CCAS.

**Si vous souhaitez recevoir la newsletter du service
Seniors, n'hésitez pas à le signaler par mail.**

Service seniors :
03 27 45 05 80 – seniors@ville-saint-saulve.fr

Réservé aux Saint-Saulviens retraités