Informations

Concernant les festivités de fin d'année, faite votre choix entre le colis ou le chéquier d'une valeurs de 30 euros :

Conditions : être âgé(e) de 68 ans et habiter sur la commune
Pièces obligatoires : pièce d'identité et justificatif de domicile

Les inscriptions se font à l'espace SolACiTé (CCAS, 286 rue Kléber) : tous les matins de 9h30 à 12h, du 1er au 30 septembre 2026.

Les retraits se dérouleront au mois de décembre de 9h à 12h et de 14h à 16h30 :
Le mardi 1er et mercredi 2 décembre, salle Jacques Brel, rue Hoche ;
Le jeudi 3 et vendredi 4 décembre, espace SolACiTé, 286 rue Kléber.

Conduite au marché



sur inscription

Les mercredis matins : rue Édouard Vaillant place de la salle baron
Les jeudis après-midis: place Victor Hugo

Modalités d'inscription

Tous les ateliers ou actions font l'objet d'une inscription auprès du pôle Autonomie du Centre Communal d'Action Sociale (CCAS)

N'hésitez pas à nous contacter pour toutes informations ou réservations pour les séances
Pôle Autonomie du CCAS
Espace SoLACiTé 286 rue Kléber, Faches-Thumesnil
03.28.16.07.90 / ccas@ville-fachesthumesnil.fr



PROGRAMME DES ANIMATIONS

OCTOBRE > DÉCEMBRE 2026

FACHES-THUMESNIL

Sport adapté

sur inscription

Animé par Kevin
Il n'est jamais trop tard pour bouger et se mettre au sport, surtout quand on sait que l'on en retirera des bénéfices. Ne remettez pas à plus tard ce que vous pouvez faire dès maintenant ! L'activité physique aide à bien vieillir.

Les vendredis 2, 9, 16, 23 et 30 octobre 2026 de 13h30 à 14h30
Les vendredis 6, 13, 20, 27 novembre 2026 de 13h30 à 14h30
Les vendredis 11 et 18 décembre 2026 de 13h30 à 14h30



Socio-esthétique

sur inscription

Angélique vous proposera un moment d'échange et de convivialité et apportera des techniques adaptées pour contribuer à votre bien-être

Les mardis 6 et 20 octobre 2026 de 9h30 à 11h30
Les mardis 3 et 17 novembre 2026 de 9h30 à 11h30
Les mardis 1er et 15 décembre 2026 de 9h30 à 11h30



Activités physiques adaptées

sur inscription

Avec le Lille université club

Les mercredis 7 et 14 octobre 2026 de 10h à 11h
Les mercredis 4, 18, 25 novembre 2026 de 10h à 11h
Les mercredis 2, 9 et 16 décembre 2026 de 10h à 11h



Sophrologie

sur inscription

Atelier animé par Laurence
La pratique de la sophrologie a de nombreux bénéfices. Elle s'appuie sur des techniques de relaxation, de respiration et de visualisation positive pour l'amélioration de la qualité de vie .

Le mercredi 7 octobre 2026 de 14h15 - 16h
Le jeudi 8 octobre 2026 de 14h15 - 16h
Le mercredi 4 novembre 2026 de 14h15 - 16h
Le jeudi 5 novembre 2026 de 14h15 - 16h
Le mercredi 18 novembre 2026 de 14h15 - 16h
le jeudi 19 novembre 2026 de 14h15 - 16h
Le mercredi 2 décembre 2026 de 14h15 - 16h
Le mercredi 16 décembre 2026 de 14h15 - 16h
Le jeudi 17 décembre 2026 de 14h15 - 16h



ACTIONS du CCAS

• Lundi 19 octobre de 14h à 17h - Permanence pour l'Assurance Habitation communale (sur rendez-vous auprès du CCAS)

• Mardi 3 novembre à 14h - Atelier Mieux-être sur le stress et l'anxiété animé par l'AISSMC et d es professionnels de santé

• Jeudi 5 novembre de 14h à 17h30 - Rendez-vous 100% Santé pour faire le point sur sa santé et ses droits avec : la CPAM, un dépistage auditif proposé par Aurylis et un dépistage visuel par Op'Optique

• Mercredi 9 décembre de 14h à 16h - Maitriser sa consommation d'énergie en hiver, animé par EDF (sur inscription auprès du CCAS)

Nous vous invitons à participer aux événements de la Semaine Bleue, du 5 au 13 octobre 2026. Consultez dès maintenant le programme complet.