

Édition 2025

Guide Pass Tempo®

Des offres disponibles dès 60 ans

Le Pass Tempo®,
LA CARTE
DES BONS PLANS
à Tourcoing
(voir page 31)



170 lieux
Commerces,
culture,
loisirs
...

Présentez
votre carte
avant chaque
utilisation

**CARTE
GRATUITE**

**VALABLE
À VIE !**

Animations seniors du CCAS,
26 rue de la Bienfaisance
Tél. 03 20 11 34 20 / bien-veillir-a-tourcoing.fr

C.C.A.S.
Centre Communal d'Action Sociale



Tourcoing

ÉDITO

SOMMAIRE

3 PLAISIR GOURMAND

- Boulangeries, épicerie fine...
- Restauration

11 APRÈS-MIDI SHOPPING

- Habillement, accessoires
- Santé
- Services
- Autres commerces
- Fleurs

22 BESOIN DE RÉNOVER

- Énergie
- Isolation
- Décoration & aménagement de l'habitat

24 MOMENT BIEN-ÊTRE

- Coiffure
- Esthétique
- Zen attitude

29 ENVIE DE BOUGER

- Spectacles
- Musées
- Sports

32 DÉCOUVRIR LA VILLE



©CDR Ville de Tourcoing



Carte Pass Tempo®

La carte préférée des seniors !

Pour une nouvelle année encore, la carte **Pass Tempo®** revient avec toujours plus d'avantages pour les seniors de plus de 60 ans !

Cette carte, **nominative et gratuite**, vous permet de bénéficier d'offres et de réductions dans plus de 170 commerces de proximité à Tourcoing mais également des accès privilégiés à des événements culturels et sportifs.

N'attendez plus et découvrez dans ce Guide 2025, de nouvelles offres et une programmation riche et variée.

Vous retrouverez aussi dans cette dernière édition

toutes les nouveautés de votre ville ! ””

Doriane Bécue

Maire de Tourcoing
Présidente du CCAS

Christophe Desbonnet

Adjoint au Maire
Vice-président du CCAS

Les tarifs et offres indiqués sont valables de la date de parution du guide au 31 octobre 2025.

La carte Pass Tempo est strictement personnelle et valable à vie (voir page 31).

PLAISIR GOURMAND

Boulangeries, restaurants, ou encore cavistes, vous ouvrent leurs portes afin de vous faire profiter de réductions immédiates.

Laissez-vous tenter, la gourmandise n'est pas toujours un vilain défaut !

Boulangeries, épicerie fine...

4 GRAINES

Boulangerie - Pâtisserie

21 rue de la cloche

03 59 05 66 74

gauthier@boulangerie-4graines.fr

■ 5 % de remise pour tout achat

AU BONHEUR DU PAIN

Viennoiserie

295 rue de la Croix Rouge

03 20 23 97 03

bacoholiday@hotmail.com

■ 4 pains au chocolat ou croissants
achetés, le 5^{ème} offert

■ 4 baguettes achetées,
la 5^{ème} offerte

■ 4 pâtisseries achetées,
la 5^{ème} offerte

AU PAIN D'ANTAN

Boulangerie - Pâtisserie

92 rue du Pont de Neuville

03 20 94 70 91

emarle59110@gmail.com

■ 15 % de remise
à partir de 12 € d'achat

AUX SAVEURS DE XAVIER

Traiteur - Plats cuisinés

35 rue de la Cloche

03 74 67 39 45

auxsaveursdexavier@sfr.fr

■ 5 % de remise
pour tout achat en magasin

BOULANGERIE PAUL

Boulangerie - Pâtisserie

Restauration

44 rue Saint Jacques

03 20 26 95 48

p5tcv@orange.fr

■ Le samedi midi : 1 viennoiserie
ou 1 pâtisserie offerte à emporter
pour tout menu de la carte
consommé sur place

■ Le samedi après-midi :
venez goûter à 4,
le 4^{ème} goûter offert
(Jeux de société à votre disposition)

PLAISIR GOURMAND

BRUNO TOULEMONDE

Fromager - Charcuterie - Vins
Bières - Épicerie
15 Grand Place
03 20 14 05 76
bt@brunotoulemonde.fr

■ 5% de réduction

CAVAVIN

Vente au détail de vins - Bières
Champagnes - Spiritueux
4-6 rue de Lille
03 20 94 64 03
tourcoing@cavavin.fr

■ 5% de réduction
sur tous les produits de la cave

DEHERRIPON

Boulangerie - Pâtisserie - Traiteur
Chocolatier - Glacier
9 rue Racine
03 20 94 52 51
deherripon.yvesantoine@orange.fr

■ 10% de remise sur 1 entremet
acheté 4-6-8 personnes (Offre non
valable sur les tartes-flans-merveilleux)

HOORNAERT FRANCOIS

Boucherie - Charcuterie - Traiteur
97 rue Roger Speybrock
03 20 76 35 89
fhoornaert@yahoo.fr

■ 5% de remise
sur toute la charcuterie
(Hors période de fêtes de fin d'année)

JEFF DE BRUGES

Chocolaterie
2 passage Alfred Mongy
03 20 70 78 29
jeffdebruges.tourcoing@gmail.fr

■ 10% de remise uniquement
sur l'achat de chocolats
(Hors glaces et dragées)

LA CAVE D'ANTOINE

Caviste - Découvreurs de vins
Locations de pompes et fûts de bière
8 bis avenue de la Marne
03 20 70 70 77
antoine@lacavedantoine.com

■ 5% de remise sur toute la gamme
et les activités de location
de la cave d'Antoine

LA CAVE DE FRÉDÉRIC

Caviste
311 chaussée Denis Papin
06 66 71 75 25
lacavedefrederic@laposte.net

■ 10% de remise
(Hors promotions, hors champagnes)

LA MIE CÂLINE

Boulangerie
1 place de la république.
03 20 03 73 17 lmctourcoing@orange.fr

■ 10% de remise sur les produits
à l'unité (Hors réductions et lots)
■ 5% de remise sur les menus
et concept (Hors réductions et lots)

LA TORREFACTORY

Torrefactory artisanale
Espace dégustation
23 Grand'Place
03 62 13 32 09

contact@latorrefactory.com

- 5 % de remise sur le café et thé en vrac à partir de 10 € d'achat en café et thé en vrac

LENOIR JEREMY

Boulangerie - Pâtisserie
Chocolaterie
16 rue de Lille
03 20 26 34 83

lenoirjeremy@live.fr

- 2 baguettes tradition française achetées = 1 offerte

PAUL BOULANGERIE

Boulangerie - Pâtisserie
Restauration
Espace Saint Christophe
2 passage Alfred Mongy
03 20 36 91 30

- 10 % de remise sur la formule goûter (Sur place)
- 10 % de remise sur la formule classique (Sur place)

PLANCKAERT & FILS

Boulangerie - Pâtisserie
341 rue de la Croix Rouge
03 20 25 25 27

- 10 % de remise sur les tartes et entremets

POUPETTE

Epicerie fine
17 rue de Tournai
06 59 31 49 24

lefebvre.rodolphe@gmail.com

- 5 % sur toute la boutique

Restauration

4 FEUILLES DE THE

Salon de thé
19 bis rue de la Cloche
09 72 65 97 07

gauthier@boulangerie-4graines.fr

- 5 % de remise pour tout achat

AU BRADFORD

Restaurant
45 rue de Bradford
03 20 24 24 85

cathydelabassée@gmail.com

- 1 apéritif maison (Avec ou sans alcool) offert pour tout repas consommé sur place et par carte

AU FEU DE CÈDRES

Restaurant, spécialité Libanaise
17 rue Nationale
06 10 93 09 82

michelkaram1974@hotmail.com

- 5 % de remise sur la formule « Mezze »
- 10 % sur la carte

PLAISIR GOURMAND

BRASSERIE DES FRANCS

Restaurant
65 rue de la Vigne
03 20 36 36 67

brasseriedesfrancs65@orange.fr

- 1 kir ou 1 porto blanc ou rouge offert pour tout repas consommé sur place et par carte

CHEZ SHAO

Restauration chinoise
39 place Charles Roussel
03 20 26 51 09

dingleshao@hotmail.fr

- 1 café offert pour tout repas consommé

FRITERIE CHEZ NAT

Friterie
95 rue du Canal (Parking Match)
03 20 70 05 52

- 1 petite frite achetée = une sauce offerte
- 10% de remise à partir de 5 € d'achat

FRITES AND CO

Restauration rapide - Friterie
208 Bd Gambetta
03 66 96 15 15

djahid06@gmail.com

- 10% de remise sur l'ensemble des menus (Hors bières et vins)

Pour une balade digestive, profitez de la Voie verte !

Longue de 11 km, de l'Union au canal de Roubaix/Tourcoing, elle compose un véritable corridor végétal, propice aux belles promenades à qui souhaite "se mettre au vert".



GABO

Restauration - Bar
99A Boulevard Constantin Descat
(la Plaine images)
06 33 86 17 39
contact@restaurant-gabo.com

■ 1 café offert pour 1 menu

LA BARATTE

Restaurant
395 rue du Clinquet
03 20 94 45 63
la.baratte@wanadoo.fr

■ Apéritif « la coupe d'héritage
rosé brut » offert pour tout repas
consommé et par carte

LA CAPRICIEUSE

Pizzeria sur place ou à emporter
23 rue de la Marlière
03 20 25 40 40
linda.aouiche@orange.fr

■ 5 % de remise

LA PATATINE

Restaurant - Friterie
127 bis rue de la Fin de la Guerre
09 51 25 26 32
patatine.tg@hotmail.fr

■ 1 café offert
pour un repas consommé
■ Dégustation de sauces
parmi les 40 proposées

LA TABLE DU HAZE

Restaurant
10 rue du Haze
09 82 49 80 53
asilem@aife59.com

■ 10 % de remise sur le ticket
de caisse ou un café offert

LA TOUR DE PIZZA

Restauration rapide - Pizzeria
72 rue Nationale
03 20 11 44 19
latourdepizza@gmail.com

■ 15 % de remise sur la 2^{ème} pizza
■ 10 % de remise sur toutes les pizzas

L'ABBAYE

Bar - Brasserie
36 Grand'Place
03 20 24 95 28
leleffe.tourcoing@laposte.net

■ 1 café offert pour tout repas
ou sandwich + boisson

LE PLATEAU

Restaurant
22 rue du Fresnoy
07 49 74 81 36
leplateau@lefrenoy.net

■ 5 % de remise sur l'addition

PLAISIR GOURMAND

OSTERIA DEL PADRE

Restaurant
9 place Charles et Albert Roussel
03 20 36 66 60

■ 10% de remise sur l'addition

.....

LE CITY BAR

Bar - FDJ - PMU
Espace Saint Chistophe
2 passage Alfred Mongy
03 20 27 81 10
lecitybartourcoing@gmail.com

■ 10% de remise
sur le bar et snacking

.....

LE COIN D'ELIS

Restaurant traditionnel
Concept original : pas de carte.
Menu au jour le jour sur Facebook
ou Instagram
2 ter rue de Fleurus (parking Match)
03 59 89 07 43
elis.peracchio@gmail.com

■ Café ou thé offert
pour tout repas consommé

.....

LE GAMBETTA

Brasserie
38 Bd Gambetta
06 80 70 68 48

■ 10% de remise sur l'addition

LE GRENIER

Restaurant
88 rue Nationale. 03 20 36 23 79
pizzerialegrenier@yahoo.fr

■ 10% de remise sur l'addition

.....

LE PARADOXE

Restaurant traditionnel
Bistrot - Bars à vins
Réceptions - Séminaires
3 rue d'Havré
03 20 28 57 53

leparadoxeandco@orange.fr

- Du mardi au vendredi 5% de remise
sur la carte (Avantage offert
au détenteur de la carte + 1 invité)
 - Le samedi et dimanche un kir offert
pour l'achat d'un menu (Avantage offert
au détenteur de la carte + 1 invité)
-

LE RENAISSANCE

Restaurant cuisine traditionnelle
et régionale
29 Avenue Alfred Lefrançois
09 54 91 97 45
lerenaissance59@gmail.com

- 1 soft sur la carte des boissons
ou
- 1 premium Saint Omer 25 cl
(bière pression)

LE QUAI 263

Bar - Brasserie
263 rue de Paris. 03 62 10 11 86
quai263@gmail.com

- Un kir offert
pour tout repas consommé
-

LE STUDIO

Restauration traditionnelle
7 rue du Haze.
07 63 70 04 73
direction@lestudiorestaurant.fr

- Café ou thé offert
pour tout menu midi ou soir
pour le détenteur de la carte
+ 1 invité.
 - 1 coupe de champagne offerte
le jour de votre anniversaire
(justificatif obligatoire)
-

LES NOUVELLES SYLPHIDES DE TOURCOING

Résidence senior services
8 Avenue de la Marne
03 20 25 65 00
nsgtourcoing@gmail.com

- Apéritif du moment offert
au restaurant lors du repas
- 20% de réduction sur la chambre
d'hôte : 60€ au lieu de 75€
(La nuitée avec petit déjeuner)

LES SAVEURS D'ASIE

Restaurant japonais
15 rue Saint Jacques
09 86 44 35 65
linmaud@outlook.com

- 1 cocktail maison
(Avec ou sans alcool) ou café offert
pour tout repas consommé
sur place et par carte
-

LES TEMPS MODERNES

Restaurant
208 bis rue de Roncq
03 59 89 13 95

- 10% de remise sur l'addition
-

L'ÉTOILE D'ASIE

Restaurant traditionnel
29 rue de Tournai
03 20 25 26 75

- Cocktail maison (Sans alcool) ou café
offert pour tout repas consommé
-

L'UNION FAIT LA SAUCE

Restaurant
73 rue de la Tossée
03 20 76 76 76
lunionfaitlasauce@outlook.fr

- 10% de remise sur l'addition

PLAISIR GOURMAND

O BARBECUE

Rôtisserie - Feu de bois
à emporter ou sur place
43 rue du Blanc Seau
03 20 76 71 21
rotisserie-obarbecue@yahoo.com

■ Café offert pour un menu sur place

OZ URGENCES

Bar
37 Grand'Place
06 18 30 30 42
oz.urgences@gmail.com

■ 10% de remise
sur tous les produits

PICCOLA NAPOLI

Pizzeria
95 rue du Canal
03 20 76 13 41
shakib_omari@yahoo.fr

■ 15% de remise sur l'addition

PIZZERIA PERI

Restauration rapide
Pizzas artisanales
334 rue de la Croix Rouge
03 20 25 45 88
pizzeriaperi@gmail.com

■ 10% de remise sur l'addition
sur place ou à emporter
(Hors livraison)

PLAN B

Restauration
2 Place Charles et Albert Roussel
07 77 38 40 44
faziaferrahi.cashweb@gmail.com

■ 1 café offert à l'achat d'un menu

QUAI 31

Bar - Brasserie
31 Avenue Alfred Lefrançois
07 49 76 39 59
le5emequai@gmail.com

■ Remise de 10% sur l'addition

SAINT MARTIN

Café - Brasserie
220 rue de Menin
03 20 01 42 01

■ 1 café offert
pour 1 repas consommé

TOUT FEU TOUT FLAMME

Restaurant italien
à emporter et livraison
131 rue du Flocon
03 20 36 77 09
info@toutfeutoutflamme.net

■ 10% de remise sur le total
du ticket de caisse pour la vente
à emporter (Offre non cumulable)

APRÈS-MIDI SHOPPING

L'un des avantages majeurs de votre carte ? Pouvoir faire de bonnes affaires partout, peu importe vos besoins et envies. Mobilier, livres, fleurs ou cadeaux vous sont désormais accessibles à prix réduits grâce à l'engagement de nombreux commerçants tourquennois. Finalement la carte Pass Tempo®, c'est pouvoir se faire plaisir toute l'année !

Habillement, accessoires

BOUTIQUE DE L'HEXAGONE

Prêt à porter féminin
482 rue de Gand
03 20 46 45 29
sid.delphine@gmail.com

■ 10 % de remise
sur toute la collection

CENDRILLON

Chaussures mixtes
Prêt à porter féminin
97 rue du Brun Pain
03 20 37 41 41
chaussures.cendrillon59@orange.fr

■ 5 % de remise en caisse
(Hors carte de fidélité, soldes
et promotions)

CLAUDY FANTASIES

Bijoux fantaisies
34 rue Saint Jacques
03 20 36 17 97
nadette.62@live.fr

■ 10 % de remise (Hors soldes)

FASHION STAR

Prêt à porter - Chaussures - Accessoires
1 rue de la Cloche
03 20 76 59 17

■ 10 % de remise (Hors soldes
et promotions, sacs à main, bijoux)

LA JEANNETTE

Vente bijoux - Vêtements - Décoration
13 Avenue Gustave Dron
07 70 07 82 75
jeanne.gulchak@gmail.com

■ 10 % sur toute la boutique
(Hors promotions)

MISS CO'KETE

Produits de beauté, soins des
cheveux, corps et accessoires
31 Place Charles et Albert Roussel
misscokete59@gmail.com

■ Carte de fidélité au bout de 5 achats,
un cadeau vous est offert

APRÈS-MIDI SHOPPING

PRETTY WOMAN

Prêt à porter - Bijoux - Accessoires
219 rue du Brun Pain. 09 81 45 64 19
juliedefoor@hotmail.fr

- 10% de remise sur toute la boutique

ROSE ET ÈVE

Prêt à porter féminin - Accessoires
54 rue Saint Jacques. 06 60 44 14 26
roseeteve@gmail.com

- 10% de remise
(Hors promos en cours, soldes et prix ronds)

Santé

AFFLELOU

Optique
1 rue du Général Leclerc
03 20 26 34 33
afflelou_tourcoing@wanadoo.fr

- 2^{ème} équipement offert
(Condition Tchou Tchou)
- Verres solaires à la vue offerts
(Vision de loin ou progressifs)

AUDIKA FRANCE

Audioprothésiste
Prestations de service
3 rue du Général Leclerc
03 20 70 13 49
jfourez@audika.com

- 5% de remise sur les aides
auditives et accessoires
(Non cumulable avec d'autres opérations)

CABINET D'OPTIQUE

Optique
104 rue Nationale
03 20 26 80 25
cabinet.optique@numericable.fr

- 50€ de remise pour l'achat
d'un équipement complet multifocal
- 30€ de remise pour l'achat
d'un équipement complet unifocal
- Contrôle de la vue offert

CARREFOUR MÉDICAL SERVICES

Matériel médical
26-36 Rue Charles Wattinne
09 72 52 71 23
a.gueye@carrefourmedicalservices.com

- 10% de remise

CROIX ROUGE OPTIC

Optique
248 rue de la Croix Rouge
03 20 76 58 00
croixrougeoptic@free.fr

- 10% de remise sur la monture
ou
- 2^{ème} paire solaire à la vue pour 1€
- 1 vérification de la correction
ou nouvelle correction

GÉNÉRALE D'OPTIQUE

Optique

Espace Saint Christophe

Passage Alfred Mongy

03 20 76 01 04

directeur.tourcoing@generale-optique.com

Pour un achat comprenant

1 monture adulte (Hors The One)

+ 2 verres correcteurs avec option
ou traitement :

- 100 € de remise pour un minimum
de 150 € d'achats (Monture adulte
+ 2 verres unifocaux. Non applicable
sur la 2^{ème} paire. Non cumulable)
- 200 € de remise pour un minimum
de 300 € d'achats (Monture adulte
+ 2 verres progressifs. Non applicable
sur la 2^{ème} paire. Non cumulable)

LABORATOIRE D'AUDIOLOGIE RENARD

Audioprothésiste

17 avenue Gustave Dron

03 20 01 70 27

tourcoing@labrenard.fr

- Bilan auditif gratuit

LES OPTICIENS KRYs

Optique

15 rue du Général Leclerc

03 20 36 23 85

julien.dubois@krys-group.com

- 20% de remise sur monture et verres
(Offres non cumulables)
- 20% de remise sur vos lunettes
de soleil (Offres non cumulables)

L'OPTICIEN QUI BOUGE MB OPTIQUE

Opticienne à domicile

07 55 59 89 84

ithibaudeau@lopticienquibouge.fr

- Bon de réduction de 25 €
pour l'achat d'un équipement
complet montures + verres.
(Offre non cumulable
et hors offre 100 % santé)

OPTIQUE DELATTRE

Optique

68/70 rue de Mouvaux. 03 20 26 91 12

optique.delattre@free.fr

- 2^{ème} paire offerte

OPTIQUE MADELAINE

Optique

25 rue de Tournai

03 20 76 39 71

optiquemadelaine@wanadoo.fr

- 20% de remise sur les verres
(Hors période de soldes
conditions en magasin)

VIVASON

Audioprothèse

14-16 rue du Général Leclerc

03 52 79 04 00. tourcoing@vivason.fr

- Bilan auditif gratuit
(Non cumulable avec d'autres opérations)
- 50 € de remise
par aide auditive achetée
(Non cumulable avec d'autres opérations)

APRÈS-MIDI SHOPPING

Services

AD VITAM

Service à domicile
151 rue de Gand. 03 20 68 11 32
direction@advitam59.fr

- 10 % de remise pour 2 h minimum de prestations par semaine
(Hors prise en charge CARSAT, APA, PCH)

AGENCE AXA BOUCHE ET VERLOO

Assurance - Banque
N°Orias : 07013953 - 07013807
64 avenue Lefrançois - bât.3
03 20 68 97 97
agence.boucheverloo@axa.fr

- Entre 25 et 30 % de réduction sur la mutuelle santé
(Pour toute nouvelle souscription)
 - 10 % de remise sur la garantie obsèques
(Pour toute nouvelle souscription)
 - 10 % de remise sur l'assurance habitation
(Pour toute nouvelle souscription)
- ou
- 6 mois remboursés
(Pour toute nouvelle souscription)

AGENCE GENERALI HUBERT

Agence générale d'assurance
N°Orias : 07005916
R.D.C résidence Faidherbe
rue Fidèle Lehoucq
03 20 28 85 11
lhubert@agence.generalif.fr

- 10 % de remise sur la mutuelle santé, auto ou assurance logement
+ 20 € en chèques cadeaux
(Pour toute nouvelle souscription)

ALLIANZ SEVERINE MORTIER & PAUL NICOLAÏ

Agents généraux en assurances
Santé - Prévoyance - Placement
N°Orias : 10058293 - 10058292
167 rue de Gand
03 20 25 41 42
severine.mortier@agents.allianz.fr

- 2 mois d'assurance offerts
(Pour toute nouvelle souscription)
- et/ou
- 10 à 25 % de remise en fonction des offres promotionnelles du moment, en mutuelle santé seniors, auto, habitation et prévoyance
(Pour toute nouvelle souscription)
 - Bilan patrimonial offert avec nos spécialistes, pour vos projets de dons manuels, retraite, compléments de revenus, solutions d'épargne, succession, obsèques
(Pour toute nouvelle souscription)

APA SERVICES

Services et aides à domicile
18 rue du Haze
03 28 35 42 60

philippe.delinotte@apaservices.fr

- Offre découverte : 1 repas 100 %
gratuit et sans engagement
-

AUTOMOBILE CLUB DE TOURCOING

Centre de contrôle technique
automobile
28 rue Faidherbe
03 20 11 17 17

autoclubtourcoing@orange.fr

- 15 % de remise
sur les visites de contrôle technique
 - 15 % de remise
sur les contre-visites
-

AVIVA ASSURANCES

Dutilleul et associés
Assurances habitation, automobile,
santé, épargne, placements
N°Orias : 10057431
55 rue Saint Jacques
03 20 70 68 68
dutilleul-xavier@aviva-assurances.com

- 1^{er} mois gratuit
pour toute nouvelle souscription
d'une complémentaire santé

CABINET LECAT ET WAELENS

Agence générale d'assurance
N°Orias : 07020808 - 07020809
69 Bd Gambetta 03 20 26 28 20
76 rue de Mouvaux 03 20 28 27 57
christian.waelkens@allianz.fr

- De 1 à 2 mois d'assurance offerts
(Pour toute nouvelle souscription)
et/ou
 - Des réductions allant jusqu'à 20 %
(Pour toute nouvelle souscription)
-

DOMIDOM

Services à la personne
et aides à domicile
2 rue d'Havré
03 20 27 29 13
s.ponche@domidom.fr

- 15 % de remise
les 2 premiers mois
-

GENERALI ASSURANCES

Assurances automobile,
habitation et santé
N°Orias : 12064843
12 Bd Gambetta
03 20 26 73 30
tourcoing@agence.generalif.fr

- 15 % de remise
sur les contrats auto et habitation
(Pour toute nouvelle souscription)
- 10 % de remise
sur les complémentaires santé
(Pour toute nouvelle souscription)
- Chèques cadeaux 30 € possible
(Pour toute nouvelle souscription)

APRÈS-MIDI SHOPPING

INTER PROXIM

Aide à domicile
51 rue de Wailly
03 20 28 84 00

contact@interproxim.fr

- 10% de remise pour 2h minimum de prestations par semaine
(Hors prise en charge CARSAT, APA, PCH)

PARAMED

Aide à domicile
137 rue du Moulin
03 20 26 80 50

paramedmd@orange.fr

- Adhésion annuelle offerte
(Hors plan d'aide, dimanche et jours fériés)
- Application d'un tarif préférentiel à 21€ de l'heure en semaine
(Hors plan d'aide, dimanche et jours fériés)

Autres commerces

ANIMALERIE

DE LA CROIX - ROUGE

Animalerie - Aquariophilie
Oisellerie - Graineterie
241 rue de la Croix Rouge
06 87 21 12 09
erigo25@neuf.fr

- 20% sur la totalité des achats à partir de 30€ d'achat

ARTISANS DU MONDE

Commerce équitable - Sensibilisation
14 rue Nationale
03 20 24 99 38

artisansdumonde59200@gmail.com

- 5% de remise pour tout achat alimentaire ou artisanal à partir de 20€ d'achats

AU BONHEUR DES DAMES

Mercerie - Laines - Broderies
Retouches
21 rue du Haze. 03 20 36 35 42
mercerie592@bbox.fr

- 15% de remise à partir de 30€ d'achats (Hors retouches)

AU FUMEUR

Presse - Tabac - Loto - Carterie
Couteaux - Briquets
20 Grand'Place. 03 20 26 14 25
aufumeur1@orange.fr

- 10% de remise
(Hors presse, tabac, Française des jeux)

BOUTS DE LAINE & CIE

Mercerie - Lingerie
118 rue du Pont de Neuville
03 20 45 00 85
info@boutsdelaine.com

- 20% de remise sur la collection lingerie nuit de la saison en cours ou
- 1 catalogue tricot offert dès 40€ d'achats

FEE DES BULLES

Objets de personnalisation,
décoration, ballons
30 Place Charles et Albert Roussel
09 50 95 23 15

feedesbulles59@gmail.com

- 20 % de remise
sur l'ensemble de la boutique
 - 10 % de remise
sur les prestations extérieures
-

GITEM

Vente, dépannage électroménager
4 rue du Général Leclerc
03 20 26 76 65

mediatm@free.fr

- Un bon d'achat de 5 € offert
par tranche de 100 € d'achat
dans le magasin
(Hors remises et promotions en cours)
-

HOTEL B&B

Hôtel
83 rue de Tournai. 03 20 28 83 01
bb_4523@hotelbb.com

- 10 % de remise sur le tarif chambre
-

IDEAL COPIE

Photocopie - Imprimeur
Centre De Gaulle. Rue d'Havré
03 20 25 11 59

idealecopie@orange.fr

- 20 % de remise
sur une copie noir et blanc
- 25 % de remise
sur une copie couleur

IMPRIMERIE DURAND

Imprimeur
146 rue de Dunkerque
03 20 24 24 61
imprimerie-durand@wanadoo.fr

- 10 % de remise sur toutes
les commandes imprimées
(Hors promotions)
-

INFORMATIQUE ZEN

Maintenance informatique
20 rue du Haze. 03 20 24 02 68
contact@informatique-zen.fr

- 10 % de remise
sur la maintenance et la réparation
(Hors pièces et matériels)
-

LA BOÎTE DE RETOUCHES

Retouches
184 rue du Brun Pain
09 52 07 53 22

- 5 % de remise
jusque 15 € de prestations
 - 10 % de remise
à partir de 15 € de prestations
-

LA PETITE COUTURIÈRE

Retouches femme, homme, enfant
Vêtements femme sur mesure
166 rue de Paris
09 50 54 88 84
lapetitecouturiere59@gmail.com

- 10 % de remise sur les ourlets
pantalons et jupes

APRÈS-MIDI SHOPPING

LIVRES EN NORD

Librairie - Papeterie

Carterie - Jeux

8 rue de Lille.

03 66 72 58 08

librairie@livresennord.fr

- 5% de remise
à partir de 25 € d'achat
(Hors promotions, cartouches encre,
calculatrices. Non cumulable
avec le compte fidélité)

MADELEINE ET ROGER

Décoration intérieure

29 Grand Place.

07 45 15 07 46

jerome@madeleineetroger.com

- 10% de remise
pour les ateliers créatifs

MAV INFORMATIQUE

Maintenance

et vente de matériels informatiques

28 rue de Lille

09 73 55 85 06

mavinformatique@gmail.com

- 10% de remise pour tout achat
- 20% de remise
pour toutes réparations

MEGA FÊTE

Vente d'accessoires de fête et location
de déguisements

296 Bd Gambetta.

03 20 01 51 51

megafetetourcoing@outlook.fr

- 10% de remise
sur le ticket de caisse (
Hors promotion en cours, hors hélium,
non cumulable)

MEUBLES A NOTRE REVE

Meuble - Salon - Literie

174 chaussée Watt.

03 20 94 45 21

meubles-a-notre-reve@orange.fr

- 20 à 25% de remise sur la literie
(Hors promotions et soldes)
- 20% de remise sur les fauteuils
relax de la marque Himolla
(Hors promotions et soldes)
- 10% de remise sur les meubles
et salons (Hors promotions et soldes)

PHOTO CAVEL

Magasin studio photo et labo photo

3 place Victor Hassebroucq

07 82 00 13 40

contact@photocavel.com

- 10% de remise (Hors promos
et photos d'identité par 6 et moins)
- 5% de remise sur le tirage photo

PHOTODISCOUNT

Photographie - Tirage photo - Shooting
174 bis chaussée Watt
03 20 46 82 34

156 rue de Mouvaux
03 20 94 00 09

photodiscount59@gmail.com

- 20 % de remise
sur la restauration de photo

L'ATELIER CRÉA COEUR

Boutique d'artisans et de créateurs
locaux, ateliers créatifs.

37 Place Charles Roussel
06 50 18 12 95

creacoeur59200@gmail.com

- 5 % de remise sur tout achat
ou inscriptions aux ateliers

Fleurs

À LA FLEUR QUI PARLE

Fleuriste
3 place Semard. 03 20 76 40 65

villers.bernard0192@orange.fr

- Livraison gratuite sur Tourcoing

FLORALYS

Fleuriste
141 avenue de la Fin de la Guerre
03 20 46 96 30

bgillard@orange.fr

- 10 % de remise
à partir de 25 € d'achat
(Hors promotions et carte de fidélité)

LA FLEUR

Fleuriste
41 rue de Tournai
03 20 03 59 87

lafleur-tourcoing@ovh.fr

- 10 % de remise pour tout achat

MEERSSEMAN ART FLORAL

Fleuriste
155 rue du pont de Neuville
03 20 94 51 13

meersseman.e@orange.fr

- 10 % de remise
à partir de 25 € d'achat
(Non cumulable avec la carte de fidélité)

MJ FLEURS

Fleuriste
221 rue du Brun Pain
09 51 50 82 17

mjfleurstourcoing@hotmail.com

- 5 % de remise à partir de 20 €
d'achat + livraison gratuite
sur Tourcoing



Consultez et partagez Tempo Connect®

L'appli' qui informe et rassemble
les seniors tourquennois **GRATUIT**



**ACTUALITÉS
TOURCOING**



**AGENDA
LOISIRS
ANIMATIONS**



**ANNONCES
D'ENTRAIDE**



**PARTENAIRES
PASS TEMPO®**



Téléchargez **gratuitement** la nouvelle appli' réservée
aux seniors tourquennois sur le site internet **seniorconnect.fr**
ou **flashez le QR code**



Vous avez besoin d'explications pour utiliser l'application ?
Contactez le Conseiller numérique du CCAS
03 20 11 34 20 (du lundi au vendredi. 9 h > 12 h)
jonathan.saobento@ccas-tourcoing.fr



**CONSEILLER
NUMÉRIQUE**
France
services

C.C.A.S.

Centre Communal d'Action Sociale



Tourcoing

Des services personnalisés pour tous !

Aides à domicile

Personnes âgées
ou en situation de handicap

Aide et accompagnement

Entretien du logement, courses,
aide à la personne...

Livraison de repas

Soins infirmiers à domicile

Équipe spécialisée Alzheimer à domicile

Un seul contact :

✉ spasad@ccas-tourcoing.fr

Accueil de jour Alzheimer

« Les Feuillantines »

✉ accueildejour@ccas-tourcoing.fr



Établissements seniors

Résidences autonomie

EHPAD (personnes âgées dépendantes)

UVA (Unités de vie Alzheimer)

Un seul contact :

✉ admissionresidences@ccas-tourcoing.fr

Visitez virtuellement nos résidences
en scannant les QR Code ci-dessous



Roseaie



Hortensias



Acacias



Flandres



26 rue de la Bienfaisance
59200 TOURCOING

Accueil du public du lundi au vendredi
de 8 h 30 à 11 h 45 et de 13 h 30 à 17 h

03 20 11 34 34

M Ligne 2 (St Philibert/Hôpital Dron) Station Colbert

Ⓢ Arrêt Colbert

BESOIN DE RENOVER

**Vous souhaitez améliorer votre habitat pour un meilleur confort ?
Les artisans tourquennois vous proposent de nombreuses réductions !**

Énergie

BOSQUET

Electricité - Plomberie - Chauffage
20 rue Vauban
03 20 36 21 64
bosquet.sarl@free.fr

- Thermostat d'ambiance offert pour tout remplacement de chaudière
- 10 % de remise (Sur montant HT) sur l'appareillage salle de bain (Robinetterie, receveur de douche, paroi, vasque, WC...)
- 10 % de remise (Sur montant HT) sur l'appareillage électrique pour une installation complète (Hors tableau électrique)

DUTILLEUL ENTREPRISE

Chauffage - Plomberie - Sanitaire
Climatisation
387 rue Colbert. 03 20 03 28 95
dutilleul.entreprise@gmail.com

- 5 % de remise sur l'ensemble des prestations de chauffage, plomberie, sanitaire, climatisation

Isolation

AQUAJEROME

Couverture - Zinguerie - Plomberie
Chauffage - Sanitaire
232 rue de la Croix Rouge
03 20 66 01 12
aquajerome@hotmail.fr

- 10 % de remise sur le prix total (Sur montant HT) sur les travaux de couverture, zinguerie

EURO PVC SERVICE

Fabrication et installation de menuiserie extérieur en PVC, bois, aluminium
214 Bd Gambetta. 03 20 28 48 00
client.tourcoing@europvc.com

- 5 % de remise supplémentaire pour tous devis

TILLIEUX MENUISERIE

Menuiserie - Charpente et agencement - Menuiserie bois, PVC et aluminium
400 rue de Gand
03 20 94 70 05
delphine@tillieux-menuiserie.com

- 5 % de remise sur la fabrication et pose des menuiseries (Sur le montant brut)

Décoration & aménagement de l'habitat

L'INGENIEU

Cuisine - Salle de bain - Placard,
Plomberie - Sanitaire - Peinture
Décoration - Électricité
Carrelage - Plâtrerie
31 place Foch. 09 81 24 60 52
contact@lingenieu.fr

- 5 % de remise sur les projets d'accessibilité salle de bain, cuisine et placards

NATUBAT

Distributeur matériaux écologiques
2 rue Charles Gounod
03 20 27 08 55
contact@natubat.fr

- 5 % de remise sur toute la gamme de peinture écologique

PASCAL FONTAINE

Plomberie - Sanitaire - Chauffage
Agrée Handibat
205 rue de Dunkerque
03 20 03 81 83
contact@pascal-fontaine.com

- 10 % de remise sur toutes les installations PMR*

MOMENT BIEN-ÊTRE

Envie de vous détendre et de vous faire dorloter : coiffure, esthétique, hammam... Les commerçants tourquennois prennent soin de vous.

Coiffure

ARCADES COIFFURE

Coiffure mixte
47 avenue Gustave Dron
03 20 25 07 84
ben_fraj@live.fr

- 20 % de remise sur toutes prestations le jeudi

ATTITUDE COIFFURE

Coiffure
1 rue de la Vigne
03 20 01 41 76
attitude-coiffure@hotmail.fr

- 20 % de remise le mardi, mercredi et jeudi

AZ COIFFURE

Coiffure
72 rue Condorcet
03 20 27 74 46
azey@free.fr

- 10 € de remise à chaque passage lors d'une prestation couleur ou balayage avec un forfait coupe brushing

CENTIMÈTRE CARRÉ COIFFURE

Coiffeur visagiste
246 bis chaussée Denis Papin
03 20 94 10 60
cm2.coiffure@gmail.com

- 10 % de remise sur coupe brushing et coupe mise en plis le mercredi
- 1 soin avec massage le jour de votre anniversaire

DELAMARRE GILLES

Coiffure
19 rue de Tournai
03 20 36 41 14
gilles.delamarre59@gmail.com

- 20 % de remise sur toutes prestations la semaine de votre anniversaire
(Sur présentation de la carte d'identité)

FUZION HAIR

Coiffure
7 place de la Croix Rouge
03 20 26 09 41
fuzionhair.visagiste@gmail.com

- 10 % de remise sur le shampooing, brushing, coiffage et coupe homme tous les jeudis

GUEST COIFFURE

Coiffure

27 rue du Brun Pain

03 66 64 77 33

- 10% de remise
sur la coupe homme
-

JMD COIFFURE

Coiffure mixte

225 rue du Brun Pain

03 20 94 21 17

jmdcoiffure@gmail.com

- 20% de remise
sur tous les services dame
-

LA COIFFERIE

Coiffure mixte

2 rue Jules Simon

(angle rue de la Bourgogne)

06 84 28 53 28

paty-15@hotmail.fr

- 5% de remise
sur toutes les prestations le jeudi
 - 10% de remise sur toutes
les prestations le vendredi
-

L'ATELIER DE BEAUTÉ

Coiffure mixte

13 rue de la Cloche

03 20 01 57 82

margauxamiour@hotmail.fr

- 10% de remise sur les forfaits
(Avec coupe) le mardi, mercredi
et jeudi

LES MERVEILLES D'ALICE

Coiffure mixte

125 rue de Roncq

03 61 97 52 01

lesmerveillesdalice@hotmail.fr

- 20% de remise
sur toutes prestations
-

LOOK COIFFURE

Coiffure

163 rue de Gand

03 20 25 38 50

france.torrens@orange.fr

- 10% de remise
sur le forfait homme
 - Fixateur offert pour le forfait
shampooing coupe coiffage Dame
-

RS COIFFURE

Coiffure

9 rue de Tournai

03 20 26 23 42

paulo_fanny59@hotmail.com

- 5% de remise sur toute prestation
(Hors promotions, carte de fidélité
et vente)
-

SALON BÉRÉNICE

Coiffure

18 place de la République

03 20 11 00 11

berenicenancy59@gmail.com

- Offre soin (Valeur 6€)
avec modelage crânien

MOMENT BIEN-ÊTRE

SALON D'ANGEL

Coiffure

229 rue du Brun Pain

03 20 87 05 56

lesalondangel@outlook.fr

■ 5% de remise sur prestation
coiffure à partir de 15€
(Hors produits et accessoires)

.....

SHAMPOO

Coiffure

12 Grand'Place

03 20 26 78 07

piniloupe@hotmail.fr

■ 20% de remise sur le forfait
shampooing/coupe/coiffage

.....

STÉPHANIE COIFFEUR VISAGISTE

Coiffure

142 chaussée Gramme

03 20 94 54 07

scv59200@gmail.com

■ Fixateur offert pour toutes
prestations coiffure dame
■ 10% de remise pour les messieurs

.....

Esthétique

AS BEAUTY

Institut de beauté

34 rue de la Cloche

07 54 07 20 37

as.beautylille@gmail.com

■ 20% de remise

.....

CENTRE ESTHÉTIQUE VÉRONIQUE ROBIN

Esthétique - Soin à la personne

3 rue Nationale

03 20 70 57 48

veronique.micoureau0040@orange.fr

■ 10% de remise sur les soins visage

.....

ESTHE ART

Prothésiste ongulaire

Technicienne de cils

50 rue Fidèle Lehoucq

06 28 48 46 08

contact.estheart@gmail.com

■ 10% de remise
sur toutes les prestations

.....

ISA'BELLE ESTHÉTIQUE

Esthéticienne

26 rue d'Alger

06 64 79 28 06

isabellecurcio@hotmail.com

■ 10% de remise
pour tout rendez-vous

SOINS DE SOIE

Esthétique

73/2 rue de Dunkerque

06 64 67 75 61

contact@soinsdesoie.fr

- 15 % de remise sur les prestations
(Hors produits de vente et promotions)
-

UNIVERS BEAUTÉ

Esthétique

Centre Général De Gaulle

rue d'Havré

03 20 23 00 16

thyssem1@hotmail.fr

- 5 % de remise
sur les prestations esthétiques
(Hors promotions et produits de vente)
-

YVES ROCHER

Parfumerie - Produits de beauté

Esthétique

37 rue Saint-Jacques

03 20 11 12 11

sasethynne@gmail.com

- 15 % de remise sur toutes
les prestations en institut
(Hors offres promotionnelles,
soins en cours. Non applicable
sur un forfait, un abonnement
ou une cure)

Zen attitude

CHRISTELLE GAMBEE

Thérapie florales et alternative

Cours de Yoganidra et méditation

20 rue Saint Eloi

06 21 80 68 53

quintessencebienetre@gmail.com

- 25 % de remise sur les cours
de méditation et de Yoganidra
-

BIEN-ÊTRE DU MONDE

Masseur en relaxation

29 rue Albert Calmette

06 78 74 44 89

nicolas.riveron@gmail.com

- 45€ au lieu de 60€
soit 25 % de remise
-

CORPOREL ZEN

Massage - Amma Assis

18 rue de Chantilly

06 07 97 35 61

corporelzen@gmail.com

- 35€ les 2 massages
- 5€ de remise
et frais de déplacement gratuit

MOMENT BIEN-ÊTRE

ÊTRE SIMPLEMENT SOI

Soins esthétique - Massages

Réflexologie plantaire

Conseil en image - Hypnose

Méditation

59 rue des Villas

06 37 47 67 82

frederique.morin@hotmail.fr

- 5% de remise
sur les soins esthétiques
 - 10% de remise sur les massages,
réflexologie plantaire, hypnose,
conseil en image, méditation
-

O DOUX MURMURE

Cours - Stage de Yoga

Yoga sur chaise

1, place de la Victoire

06 26 45 64 98

odouxmurmure@gmail.com

- 10% de remise
sur les abonnements trimestriels
-

YOGAVITAL

Yoga de Samara et énergétique

11 rue Balzac

06 70 96 22 21

muriellestanis@gmail.com

- 20% de remise sur la séance
de yoga au 115, rue de Roubaix
- 20% de remise sur la séance
d'énergétique au 11, rue Balzac

Profitez !

AVEC LE CCAS DE TOURCOING

Retrouvez le programme
des animations seniors
du CCAS sur

bien-vieillir-a-tourcoing.fr
rubrique "Services à domicile
> Animations et sorties"
et dans votre journal **Tempo**.



ENVIE DE BOUGER

Que vous ayez envie de sortir, de prendre l'air, de faire du sport ou de voyager, Tourcoing regorge de bonnes adresses pour vous maintenir en forme et profiter de votre temps libre.

Spectacles

ASSOCIATION CULTURELLE TOURQUENNOISE (ACT)

Organisation de concerts

Actions culturelles

5 Place Notre Dame

03 20 76 98 76

elahousse@tourcoing-jazz-festival.com

- Accès au tarif réduit sur l'ensemble des concerts de la saison Ecouter-Voir + concerts Tourcoing Jazz club + concerts Tourcoing jazz festival

ATELIER LYRIQUE DE TOURCOING

Opéras - Concerts

82, Bd Gambetta. 03 20 26 66 03

www.atelierlyriquedetourcoing.fr

- Réduction spéciale sur les spectacles selon le programme proposé
(Sur réservation, par téléphone)

ANIMATIONS SENIORS DU CCAS

Activités de loisirs pour les seniors

26 rue de la Bienfaisance

Sur rendez-vous au 03 20 11 34 20

animations.seniors@ccas-tourcoing.fr

- Remise spéciale sur le prix selon l'animation événementielle choisie

LA VIRGULE

Théâtre - Création de spectacles

82 Bd Gambetta

03 20 27 13 63

rp@lavirgule.com

- Spectacles catégorie A :
14€ au lieu de 20€
- Spectacle catégorie B :
20€ au lieu de 25€

L'AUDITO

Organisation de soirée :

spectacle, concert, théâtre, etc...

5 place de la république

06 68 03 96 06

fabianflament@hotmail.com

- Abonnement DUO offert au porteur de la carte soit 25€ de réduction

LE FRESNOY - STUDIO NATIONAL DES ARTS CONTEMPORAINS

École d'art - Expositions - Cinéma

22 rue du Fresnoy. 03 20 28 38 00

communication@lefresnoy.net

- Expositions (toute l'année) :
1 place achetée au tarif +60 ans
= 1 place offerte pour l'accompagnant

ENVIE DE BOUGER

LE GRAND MIX - LA PASSERELLE

Scène de musiques actuelles
5 Place Notre Dame (Salle de concert)
03 20 70 10 00.

info@legrandmix.com

- Tarif réduit dit « abonné » (Hors concerts gratuits abonnés et productions extérieures)

LE THÉÂTRE DU NORD THÉÂTRE DE L'IDÉAL

Spectacles vivants
17 rue des Champs (Tourcoing)
4 place du Gal de Gaulle (Lille)
03 20 14 24 24

information@theatredunord.fr

- Réduction de 50 % sur tous les spectacles (Soit 9€ au lieu de 18€)

Sports

GINKGO SPORT

Fitness - Musculation - Cardio
Cross training
101 chaussée Galilée
09 52 35 55 06

contact@ginkgo-sport.fr

- Abonnement 1 an : 299,40€ + carte ginkgo 40€ (12 × 24,95€)

LA RUSTINE

Vente et réparation de vélos
(ville, pliant, électrique, VTT, VTC)
27 rue de Lille. 06 11 57 90 53

atelier.larustine@gmail.com

- 7 % sur l'ensemble des produits (Hors prestations ateliers)

L'ORANGE BLEUE TOURCOING

Salle de sport. Cardio - Musculation
Crosstraining - Cours collectifs
avec coach diplômé

39 rue Saint Jacques. 06 22 20 16 70

lorangebleue.tourcoing@gmail.com

- Abonnement 25 mois à 26,90€/mois (Au lieu de 29€90) + Pack adhérent à 20€ (Au lieu de 60€)
- Abonnement 12 mois à 29,90€/mois (Au lieu de 34€90) + Pack adhérent à 20€ (Au lieu de 60€)

TOURCOING-LES-BAINS

Centre de loisirs aquatiques
Rue Aristide Briand. 03 28 35 09 09

- Séance Hydro soft lundi et mardi de 11 h 15 à 12 h au prix de 4,40€ au lieu de 9,50€ (Sur présentation de la carte sport du CCAS)

Musées

MUSÉE DU 5 JUIN 1944

« MESSAGE VERLAINE »

4 bis avenue de la Marne.
03 20 24 25 00

dom1944@numéricable.fr

- 30 % de remise sur l'entrée (Soit 3,50€ au lieu de 5€)

Carte Pass Tempo®

Comment se la procurer ?

Pour obtenir votre Pass Tempo®, rien de plus simple. Il vous faut :

- 1 Habiter Tourcoing
- 2 Avoir 60 ans (ou +)
- 3 Prendre rendez-vous auprès du Service animations seniors du CCAS au **03 20 11 34 20** (lundi > vendredi/9 h > 12 h)
- 4 Vous munir :
 - d'une pièce d'identité
 - d'un justificatif de domicile (de moins de 3 mois)
- 5 Faire votre plus beau sourire pour la photo **et le tour est joué !**

Présentez votre carte avant chaque utilisation

170 lieux
Commerces,
culture,
loisirs
...

CARTE GRATUITE

VALABLE À VIE !



Retrouvez les offres du Guide Pass Tempo sur **bien-vieillir-a-tourcoing.fr** rubrique "Bons plans" et sur **Tempo Connect®**

Tempo Connect®

L'application dédiée aux seniors tourquennois à télécharger sur **seniorconnect.fr** (voir p. 20)



TOURCOING, UNE VILLE SUR LE BON

Vivre à Tourcoing, c'est à la fois bénéficier de bons plans chez nos nombreux partenaires toute l'année mais c'est également l'occasion de profiter d'animations régulières, des nombreuses structures culturelles et associatives et d'un cadre de vie idéal.

À voir, à faire toute l'année...

Une programmation culturelle intense...



MUBA EUGÈNE LEROY

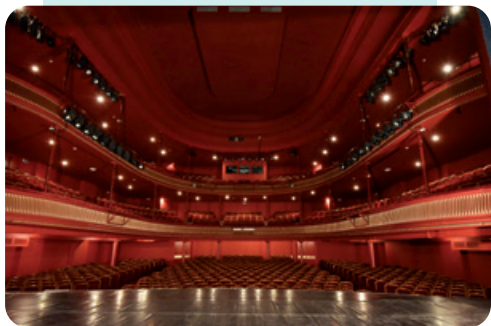
Musée des Beaux-Arts
de la Ville de Tourcoing,
expositions permanentes
et temporaires.

2 rue Paul Doumer
03 20 28 91 60
www.muba-tourcoing.fr

THÉÂTRE MUNICIPAL RAYMOND DEVOS

De nombreux artistes
de variété viennent
s'y produire. Le théâtre
demeure le lieu d'accueil
privilegié pour les concerts
et productions de l'Atelier
Lyrique et les représentations
théâtrales de la Virgule.

1 place du Théâtre
03 20 26 31 20



TEMPO !



MAISON FOLIE HOSPICE D'HAVRÉ

Expositions, conférences,
spectacles, ateliers d'écriture
et d'arts plastiques.

100 rue de Tournai
03 59 63 43 53

- > Gratuité des expositions
- > Gratuité des visites guidées
(Sauf exceptions)

> Plus d'informations
sur www.tourcoing.fr

LE RÉSEAU DES IDÉES : 4 MEDIATHÈQUES À VOTRE SERVICE

Prêt de livres, de documents
numériques, expositions,
rencontres littéraires...
mediatheque@ville-tourcoing.fr

- Médiathèque André Malraux
26 rue Famelart
03 59 63 42 50
- Médiathèque Aimé Césaire
285 Boulevard Descat
03 20 25 61 19
- Ludomédiathèque Colette
27 avenue Roger Salengro
03 59 63 43 00
- Médiathèque Andrée Chédid
156 avenue Fin de la Guerre
03 59 63 44 00



Une Ville vivante et animée

Tourcoing est reconnue pour la richesse de sa programmation culturelle et événementielle.

TOURCOING JAZZ FESTIVAL

Il anime la ville en octobre depuis plus de 30 ans.
tourcoing-jazz-festival.com

TOURCOING PLAGE

3 semaines d'animations estivales. C'est gratuit, et pour tous les âges !

[Et bien d'autres !]

LES MARCHÉS ET LES FÊTES FORAINES

animent les quartiers et le Centre-Ville tout au long de l'année. Chaque semaine, vous pouvez profiter des marchés tourquennois près de chez vous.

MARCHÉS RÉGULIERS :

■ CENTRE-VILLE

Grand'Place :
lundi, jeudi et samedi matin.

■ PHALEMPINS

Place des Phalempins :
mercredi matin.

■ BOURGOGNE

Place de la Bourgogne :
vendredi après-midi.



LES MARCHÉS NOCTURNES

À découvrir l'été en Centre-Ville.

LA FÊTE FORAINE D'ÉTÉ

Dernière semaine de juillet
et première semaine d'août.

LA FÊTE FORAINE D'HIVER

Deuxième quinzaine de février et début mars.

Une Ville accessible

Grâce au réseau de transport de la ville, transports en commun, vélos ou voitures en libre service, circuler à Tourcoing n'a jamais été aussi facile !

À VOTRE DISPOSITION :

- **1 ligne de métro :**
la ligne 2, qui rallie Lomme à Tourcoing.
- **1 ligne de tramway :**
la ligne T, qui rallie la Gare Lille Flandres à Tourcoing Centre.
- **Des lignes de bus** dont la Liane, qui est une ligne à haut niveau de services.
- **Des stations de location de vélos** réparties dans toute la ville.
- **Un réseau important de pistes cyclables** pour se déplacer simplement et en toute sécurité.
- **Une grande gare** stratégique pour se rendre notamment chez nos voisins belges. La gare accueille OUIGO, filiale lowcost de la SNCF, qui peut vous permettre de voyager économiquement dans toute la France.
- **Voiture en libre service :**
www.lille.citiz.coop

EN CENTRE-VILLE DE TOURCOING, LE STATIONNEMENT EST DÉSORMAIS :

- Gratuit et limité à 1h
- Réglementé par un disque bleu
- Opérationnel tous les jours de la semaine de 9h à 12h et de 14h à 18h30 (Sauf dimanche et jours fériés)



Tempo mobilités

Tram/Bus/Métro REMBOURSÉS !

dès
65
ans

Vous habitez Tourcoing, vous avez 65 ans ou plus et un abonnement Ilevia « senior » valide* ?

Le CCAS vous rembourse votre abonnement !

Informations :

03 20 11 34 34
bien-vieillir-a-tourcoing.fr
rubrique "Bons plans"



Les transports sont aussi adaptés à l'ensemble des usagers, notamment les personnes en situation de handicap, afin d'apporter au quotidien des solutions pratiques pour tous.

*L'offre concerne les abonnements « Permanent 65 ans et plus », « Annuel 65 ans et plus avec quotient familial 1, 2 ou 3 », « Mensuel 65 ans et plus. Non imposable ou moins de 300 € d'impôt ».

Un cadre de vie agréable avec de nombreux espaces verts

Tourcoing compte 28 parcs et jardins, qui représentent 120 hectares en Centre-Ville et dans les quartiers. Elle s'est d'ailleurs vue décerner en 2013 le label "Fleur d'Or", la plus haute distinction du Concours National des Villes et Villages Fleuris. Elle est aussi distinguée "Villes 4 fleurs" chaque année, depuis 2005.

Voici quelques exemples de lieux idéaux pour passer du bon temps en famille ou entre amis.



LE JARDIN BOTANIQUE

Véritable îlot de nature situé en cœur de ville, il est le joyau vert de Tourcoing. La promenade à travers les allées de son jardin traditionnel à la française, sous les glycines centenaires promet d'être inoubliable...

LE PARC CLEMENCEAU

Situé au cœur du quartier de Belencontre, il est le deuxième plus grand parc de Tourcoing et s'étend sur près de 11 hectares. Hêtres, platanes ou cyprès chauves, vous y rencontrerez de nombreux arbres remarquables.



**Les parcs et jardins
tourquennois
sont ouverts :**

En période d'été (du 15 mars au 31 octobre)

Du lundi au vendredi de 8 h à 21 h 30.

Samedi de 9 h à 21 h 30.

Dimanche et jours fériés de 10 h à 20 h 30.

LE PARC DE L'UNION

À cheval sur Tourcoing et Roubaix, ce parc de 10 hectares, avec sa prairie sèche, ses zones humides propices à la biodiversité et son aire de jeux innovants ravira les amateurs de grands espaces ouverts.



LE JARDIN JEAN MOULIN

Composé de différents espaces favorisant la promenade, la pause urbaine ou encore les jeux pour enfants, ce jardin en offre pour tous les goûts !

Plus de renseignements :
www.tourcoing.fr
🔍 Parcs-et-jardins



LE PARC DE L'YSER

Situé à la frontière avec Neuville-en-Ferrain, le parc de l'Yser est le plus étendu de Tourcoing. Ses vastes pelouses et ses aires de jeux vous assureront de passer une belle journée.



En période d'hiver (du 1^{er} novembre au 14 mars)

Du lundi au vendredi de 8 h à 18 h 30.

Samedi de 9 h à 18 h 30.

Dimanche et jours fériés de 10 h à 18 h 30.

> Plus d'informations
sur www.tourcoing.fr

Des projets urbains d'envergure

Attachée à ses traditions, la 3^e Ville de la Région Hauts-de-France se veut à la fois dynamique, créative et innovante.

Voici certains des projets importants qui rythment la Ville.



LA CEINTURE VERTE

Ce projet d'envergure est dédié à l'évolution du boulevard industriel (*rue des Francs, Chaussée Watt, Chaussée Denis Papin et Chaussée Fernand Forest*) pour en rééquilibrer les usages. Une meilleure gestion des mobilités douces, une promenade verte, la valorisation de son riche patrimoine architectural... vont changer le visage de cet axe structurant du nord-ouest de la ville.

Illustration : AGENCE AEI

LE QUAI DU HAVRE

Fraîchement rénové, le Quai du Havre se dévoile à nouveau à proximité du pont hydraulique. Le réaménagement complet de la chaussée a permis la création d'une bande cyclable, la plantation de nouveaux arbres et la végétalisation de nouvelles zones qui habillent désormais un espace piétonnier plus important. L'entrée de la ville est plus agréable et les promenades le long du canal n'en sont que plus belles.





LA COTONNIÈRE

Sur le site de cette ancienne filature, fleuron de l'industrie tourquennoise du siècle dernier, se construit un projet de parc urbain en lien avec les habitants du quartier. Future "pépité végétale", ce nouvel espace de nature en ville viendra compléter la liste des nombreux parcs et jardins de Tourcoing (voir page 36).

QUADRILATÈRE DES PISCINES

Après l'école Charles de Gaulle (2019), le centre multi accueil Simone Veil (2023), et les premiers logements, ce nouveau quartier en centre-ville va accueillir en 2025 les locaux de la nouvelle Maison des Associations ainsi qu'une salle polyvalente. Des lieux attractifs, ouverts à la vie associative de Tourcoing, et conçus de manière durable avec des matériaux écologiques et de réemploi.



PROLONGEMENT DU TRAMWAY

Pour améliorer la mobilité de tous les habitants et renforcer la qualité de service du réseau de transports collectifs, la Ville travaille depuis 2022 avec la MEL, à l'implantation de nouvelles lignes de tramway à Tourcoing :

- du centre-ville à la gare de Tourcoing
- vers Roubaix et Neuville-en-Ferrain.

Illustration : Gaëlle Anastasio





ACTIVITÉS SPORTIVES



INSTANTS BIEN-ÊTRE



JEUX MÉMOIRE



ANIMATIONS CONVIVIALES



ACTIVITÉS DANSANTES



ESCAPADES CULTURELLES

Les animations **100% Seniors** à Tourcoing



SORTIES PLEIN AIR



ESCAPADES GOURMANDES



ACTIVITÉS CRÉATIVES



SPECTACLES



BÉNÉVOLAT



PROJETS
INTERGÉNÉRATIONNELS

Le tout animé par une équipe professionnelle d'animatrices et d'animateurs du CCAS

Pour les contacter :

03 20 11 34 20

Retrouvez le programme des animations seniors du CCAS sur
bien-vieillir-a-tourcoing.fr rubrique "Services à domicile > Animations et sorties"

CCAS Tourcoing. 26, rue de la Bienfaisance. 59200 Tourcoing. 03 20 11 34 34

Ligne 2 (St Philibert/Hôpital Dron) Station Colbert. Arrêt Colbert