

Tempo

NUMÉRO 38 - Été 2025

le magazine de votre génération



Actualités

Du 9 au 27 juillet
Tourcoing plage
retrouve les quais
> p. 4

Dossier

Un été
100% seniors
Programme
des animations
> p. 7 à 10

À ne pas manquer

Culture
et découvertes,
rien que pour vous !
> p. 11



14/04/25

Berck-sur-mer fête le vent



© Service Communication - Ville de Berck-sur-Mer

Les Rencontres internationales de cerfs-volants de Berck ont une fois de plus émerveillé les seniors tourquennois qui ont profité de la sortie organisée par le service animations seniors du CCAS. De la poésie au bout d'un fil...

Programme des animations à venir : pages 7 à 10



29/04/25

1^{er} Forum Budget malin



DR

C'est avec 35 exposants et plus de 220 visiteurs que la première édition de ce forum a eu lieu à l'Hôtel de ville. Dédié aux bon plans, astuces et conseils au quotidien pour mieux maîtriser son budget, le Forum Budget malin a couvert des sujets divers tels que la santé, l'alimentation, les transports ou encore les loisirs.



01/05/25

En résidences, "mai" rime avec "muguet"



DR

C'est toujours avec une certaine émotion que les résidents des établissements seniors du CCAS reçoivent quelques brins de muguet le 1^{er} mai.



12/05/25

Ça va câliner !



DR

Le CCAS a distribué des peluches, dans diverses associations et structures sociales de la Ville. Ces peluches ont été récupérées auprès des supporters lors d'un match du LOSC, sous l'impulsion du Chagnot/Club de supporters tourquennois, avec l'aide de 15 sapeurs-pompiers de la ville. Merci à eux !

■ Sommaire

p.4 > 6 **Actualités**

Le 22 juillet
Balade, pique-nique et Tourcoing plage
Vacances sereines...
Votre journal Tempo,
aussi disponible par e-mail !
Site Internet 100 % seniors :
bien- vieillir-a-tourcoing.fr
L'appétit baisse à la belle saison
Comment adapter son alimentation ?
Les "classiques de l'été"
pour muscler son cerveau
Canicule, fortes chaleurs...
Adoptez les gestes qui sauvent !
Mettez-vous au frais à la mer
Avec le billets ÉTER à très petit prix

p.7 > 10 **Dossier**

Programme des animations seniors
été 2025
Planning des animations seniors
de septembre à décembre 2025

p.11 > 14 **À ne pas manquer**

Visites et découvertes, rien que pour vous !
Le 28 septembre,
les "Vieilles Canailles" sont de sorties
Mercredi 25 juin. Apéritif des "seniors"
à la Guinguette des quais !
Et si on allait au Musée.
L'Office de Tourisme fait le guide.
Et si on sortait !

■ Édito

**Chères Tourquennoises,
Chers Tourquennois,**

Forum budget malin, distribution de peluches
et voyage pour tous à Berck-sur-mer,
ces derniers mois ont été riches en activités
et nous sommes heureux de vous avoir vu
si nombreux pour en profiter !

Désormais l'été se fait sentir
et pour le rendre plus agréable,
nous vous proposons dans ce nouveau numéro
un dossier spécial dédié aux animations
qui rythmeront notre ville : activités sportives,
événements culturels, visites et sorties,
il y en aura pour tous les goûts !

Avec mon collègue Christophe Desbonnet,
nous tenons à remercier chaleureusement
les équipes de la Ville et du CCAS
qui une nouvelle fois, vous feront vivre
un été toujours plus animé et mémorable !

**Profitez pleinement de l'été
et de tout ce que Tourcoing
a à vous offrir !**



DK

Doriane Bécue
Maire de Tourcoing
Présidente du CCAS

Ce magazine est le vôtre,
envoyez vos infos !

**Habitant, membre d'une association, vous pouvez
proposer des sujets à la rédaction de Tempo. Il vous
suffit d'adresser un courrier ou un mail.**

*Toutes les propositions de sujets sont étudiées deux mois avant chaque
parution.*

- tempo@ccas-tourcoing.fr
- Tempo - CCAS - 26 rue de la Bienfaisance
B.P. 60567 - 59208 Tourcoing cédex

Tempo N°38 - Été 2025.

Journal réalisé et édité par le CCAS de Tourcoing
(26 rue de la Bienfaisance. B.P. 60567. 59208 Tourcoing cedex).
tempo@ccas-tourcoing.fr | 03 20 11 34 34

Direction de la publication :
Le Maire de Tourcoing

Création de la maquette : Ville de Tourcoing
Maquette et rédaction des textes :
CCAS de Tourcoing.

Photos/illustrations : Ville de Tourcoing.
CCAS de Tourcoing. shutterstock.com.

Imprimerie : Imprimerie Monsoise

Dépôt légal au 01/09/2017 (ISSN en 2557-0986)

Imprimé en mai 2025 à 10 000 ex.

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



Tourcoing

Détente



Le 22 juillet Balade, pique-nique et Tourcoing plage

GRATUIT

IDÉAL À FAIRE AVEC
LES PETITS ENFANTS !

Le service animations seniors du CCAS vous propose une journée au canal de Tourcoing avec un programme sur mesure, pour vous et vos petits enfants.

Le matin, une balade le long des berges vous fera prendre un véritable bain de verdure, qui se terminera par une pause bien méritée à Tourcoing Plage. Une fois sur place, vous pourrez profiter des espaces de pique-nique pour déguster votre repas ou vous laisser tenter par les divers stands de restauration à votre disposition. Ensuite, l'après-midi est à vous ! Découvrez les nombreuses activités du lieu et les animations encadrées pour les enfants, jusqu'au soir. Retrouvez la programmation complète de Tourcoing Plage sur le site Internet de la ville : tourcoing.fr (Q tourcoing plage).

 Plus d'infos/Inscription nécessaire

➕ À partir du 20 juin au 03 20 11 34 20 (9h > 12h).
Programme des animations senior de l'été en pages 8 et 9
et sur bien- vieillir-a-tourcoing.fr (rubrique Services à domicile
> Animations et sorties "spécial seniors").

Prévention

Vacances sereines...

Que ce soit pour les congés d'été ou tout au long de l'année, profitez de l'« Opération Tranquillité Vacances » pour éviter les cambriolages.



Soyez prévoyant cet été, mais aussi toute l'année, si vous devez vous absenter, en faisant appel au dispositif « Opération Tranquillité Vacances ». Le principe : vous déclarez votre absence à la police nationale, municipale ou de la gendarmerie via un formulaire disponible sur Service-Public.fr, ou en vous rendant directement sur place. Il est nécessaire de faire la démarche au moins 3 jours avant votre départ. Une fois la déclaration faite, des patrouilles régulières auront lieu aux alentours de votre domicile pour voir si tout va bien.

Quelques conseils pratiques (parmi d'autres) :

- Confiez à un proche le soin de passer dans votre logement pour simuler votre présence : ouvrir les volets, allumer une lampe, récupérer votre courrier (une des premières preuves de votre absence).
- Transférez votre ligne téléphonique fixe vers un autre numéro auquel une personne pourra répondre.

Bonnes vacances !

Facile !

Votre journal
Tempo,
aussi disponible
par e-mail !



GRATUIT

Si vous souhaitez passer de la version papier à la version numérique, c'est très simple. Il suffit d'en faire la demande via le formulaire en ligne, disponible sur le site Internet : bien- vieillir-a-tourcoing.fr, dans la rubrique « Bons plans » !

Tout comme la version papier, il vous sera envoyé automatiquement à chaque édition.

Sur ordinateur, tablette et même smartphone, vous restez informé et ne manquez rien des animations seniors du CCAS.

Un petit coup de main pour le numérique ?

Conseiller numérique France Services du CCAS : 03 20 11 34 20
(Sur rendez-vous / lun. > ven - 9h > 12h).
conseillernumerique@ccas-tourcoing.fr

Numérique

Site Internet
100 % seniors :
bien- vieillir-a-tourcoing.fr

Entièrement dédié aux seniors, ce site Internet présente les services du CCAS. Il est construit autour de 3 grandes thématiques :

• Services à domicile :

L'accompagnement dans vos activités de tous les jours (ménage, courses, toilette, repas...), le suivi de vos soins, l'offre des sorties et animations seniors du CCAS.

• Résidences seniors :

La présentation des établissements seniors du CCAS. Vous pouvez même les visiter virtuellement !

• Bons Plans :

Les avantages accessibles aux seniors tourquennois (Journal Tempo, Remboursement de l'abonnement transport Ilevia*, Pass Tempo...) Bref, vous avez tout sous la main pour **bien vieillir à Tourcoing !**

L'appétit baisse à la belle saison Comment adapter son alimentation ?

Les périodes de chaleur perturbent l'organisme et notamment l'appétit. Nous avons tendance à moins manger. Avec quelques réflexes simples, il est facile de rester en forme tout en se faisant plaisir.

Même s'il est vrai que manger plus léger peut être bénéfique, il est dangereux de ne pas suffisamment s'alimenter. Surtout à partir d'un certain âge.

Lors de périodes de fortes chaleurs, la digestion ralentit. Cet effet s'ajoute à un premier ralentissement des fonctions digestives provoqué par l'âge, surtout à partir de 60 ans.

Pour ne rien arranger, en été, le corps a besoin de moins d'énergie pour se réchauffer, il va donc moins travailler, prendre son temps... Si on ajoute à cela la fatigue provoquée par les fortes températures, le fait de ne pas avoir envie de bouger ni de cuisiner, il est facile de se laisser aller.

Alors, pour stimuler son appétit et rester dynamique, il y a quelques réflexes très faciles à mettre en place :

- **Mangez moins, certes, mais plus souvent.**
Ajoutez 3 encas entre les 3 "petits" repas de la journée.
 - **Travaillez la présentation de votre assiette/plat.**
L'envie et le plaisir de manger passe aussi par la vue.
 - **Profitez des produits frais des marchés de la ville** pour faire le plein de bonnes choses.
En plus, la promenade vous ouvrira l'appétit !
 - > Centre ville/Grand'place : jeudi et samedi matin.
 - > Place des Phalempins : mercredi matin.
 - > Place de la Bourgogne : vendredi après-midi.
- N'oubliez pas : la santé passe aussi par l'assiette !

À vous de jouer !

Les "classiques de l'été" pour muscler son cerveau

Stars des magazines estivaux, les jeux de lettres sont souvent de bons compagnons lors des pauses ombragées, bien méritées, au cœur de l'été. Voici deux exemples pour vous donner envie de vous y (re)mettre. À vos stylos !

SOLUTIONS :

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

E	P	E	L	I	C	A	N	E	S
N	H	E	A	N	E	R	H	E	N
G	A	E	N	R	A	N	A	C	P
O	K	E	H	H	G	O	U	E	G
G	A	N	E	U	O	S	R	N	G
I	F	A	I	S	A	N	A	T	G
G	A	N	D	S	C	U	O	G	O
N	O	S	A	I	O	A	F	A	G
I	S	O	C	L	H	U	P	P	E
L	A	G	U	E	L	A	M	I	N
E	C	I	O	P	R	K	E	H	O
P	I	C	T	A	I	S	A	N	S
I	F	L	A	M	A	N	T	G	A
A	F	A	N	E	F	H	G	I	C
F	L	A	M	A	A	P	U	C	W

Sudoku

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

Mots cachés

F	L	A	M	A	A	P	U	C	W
A	F	A	N	E	F	H	G	I	C
I	F	L	A	M	A	N	T	G	A
P	I	C	T	A	I	S	A	N	S
É	C	I	O	P	R	K	E	H	O
L	A	G	U	É	L	A	M	I	N
I	S	O	C	L	H	U	P	P	E
N	O	S	A	I	O	A	F	A	G
C	A	G	N	N	D	S	C	U	O
I	F	A	I	S	A	N	A	T	G
G	C	A	N	E	U	O	S	R	N
O	R	K	E	H	H	G	O	U	E
G	A	E	N	R	A	N	A	C	P
N	W	H	E	A	N	E	R	H	E
E	P	É	L	I	C	A	N	E	S

Retrouvez les mots suivants :

- Flamant / Huppé / Toucan
- Faisan / Casoar / Autruche
- Pélican / Cigogne

Prévention

Canicule, fortes chaleurs... Adoptez les gestes qui sauvent !

Dans le Nord, on parle de « canicule » lorsque les températures dépassent 33 °C le jour et 18 °C la nuit, sur une période de plus de 3 jours consécutifs. Mais n'attendez pas pour appliquer les bons gestes dès qu'il fait chaud !



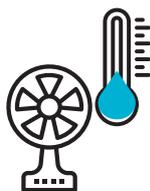
Buvez régulièrement de l'eau



Rafrâchissez-vous, mouillez-vous le corps plusieurs fois par jour



Mangez en quantité suffisante



Passez du temps dans un **lieu frais et évitez de sortir aux heures les plus chaudes**



Plus d'infos/Aide

CLIC-Relais autonomie Lys-Tourcoing
03 20 69 40 40

Pour nous permettre de prendre de vos nouvelles en cas de canicule cet été, inscrivez-vous dès maintenant sur le registre communal (voir au dos de ce magazine)



Évitez les efforts physiques



Maintenez votre **logement frais**. Fermez les fenêtres et volets la journée



Donnez de vos nouvelles à vos proches et si nécessaire, demandez de l'aide



En cas de malaise **composez le 15**

Pour aller + loin :

Consultez le **Plan Communal de sauvegarde** :

tourcoing.fr 🔍 plan communal

Voyage

Mettez-vous au frais à la mer Avec les billets éTER à très petit prix

Nous avons la chance d'habiter non loin de la mer alors, pour se mettre au frais cet été, pourquoi ne pas profiter des trains à quelques euros de l'opération 2025 éTER Hauts-de-France ?

À partir du 19 juin, vous trouverez toutes les informations nécessaires sur le site Internet TER Hauts de France.

Ainsi, du 5 juillet au 24 août 2025, vous pourrez (re)découvrir les côtes du Nord de la France. L'année précédente, des lieux touristiques faisaient aussi partie des destinations possibles avec ce dispositif de billet à petit prix. Espérons qu'il en sera de même cette année !

L'opération est financée par la Région Hauts-de-France et les billets sont vendus par la SNCF.

N'oubliez pas la crème solaire, l'eau et le chapeau !



PROGRAMME

DES ANIMATIONS SENIORS

ÉTÉ 2025

Un été 100 seniors



Plus d'infos

Service Animations Seniors

03 20 11 34 20 (lun > ven | 9 h > 12 h)

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

Tourcoing

DR

Chères Tourquennoises, chers Tourquennois,

L'été arrive, accompagné d'un nouveau numéro de votre Tempo, spécial « Un été 100% seniors » ! Vous découvrirez nombre de précieux conseils pour profiter pleinement de la saison estivale aux côtés de votre famille et de vos amis !

Les équipes du CCAS vous ont concocté un agenda d'activités variées et accessibles à tous ! Lecture à voix haute, bowling, voyage en bord de mer ou encore visite de grottes, la belle saison passera encore une fois bien vite !

Cet été, plus que jamais, la Ville de Tourcoing et le CCAS se mobilisent pour vous offrir des moments de joie et de partage, car l'été est toujours plus beau lorsqu'on le passe ensemble !

Nous vous souhaitons une agréable lecture !



DR

Doriane Bécue
Maire de Tourcoing
Présidente du CCAS



DR

Christophe Desbonnet
Adjoint au Maire
Vice-Président du CCAS

Tourquennois

Inscription dès le 20 juin

Non Tourquennois

Inscription dès le 23 juin

Tourquennois

Inscription dès le 27 juin

Non Tourquennois

Inscription dès le 30 juin

Juillet

Le végétal à l'Hospice d'Havré

JEUDI 03 JUILLET **GRATUIT**

Découverte des jardins de l'hospice d'Havré et de ses plantes tinctoriales et médicinales. L'occasion d'en apprendre davantage sur l'histoire de l'Hospice d'Havré.

Café Numérique

MARDI 08 JUILLET **GRATUIT**

Venez participer à une séance collective de formation numérique sur le thème « Prise en main d'un Smartphone » animé par Jonathan SAO BENTO, Conseiller numérique France services.



DR

Creadiaz

MARDI 08 ET 15 JUILLET **GRATUIT**

Praticables à tout âge et surtout très ludiques, les activités Creadiaz sont conçues pour stimuler le cerveau et le corps simultanément, le tout dans la bonne humeur.

Les voiles de Légendes

JEUDI 10 JUILLET

Venez admirer des voiliers majestueux, rencontrer des marins du monde entier et participer aux festivités. Célébrez le patrimoine maritime et l'esprit de la mer dans une ambiance conviviale et inoubliable à Dunkerque !

Tarif : 12 € | 22 €*



DR Voilesdelegende.fr

Grottes de Han et safari

VENDREDI 18 JUILLET

Découvrez l'une des plus belles grottes d'Europe : galeries mystérieuses, salles majestueuses et rivière souterraine offrent un voyage au centre de la terre. Ensuite, prenez place à bord d'un Safari-car (véhicule panoramique) à la découverte du parc animalier.

Tarif : 47 € | 57 €*

DR Grotte-de-han.be



Lecture à voix haute

MARDI 22 JUILLET **GRATUIT**

Profitez de la lecture à voix haute par les bénévoles Michèle et Maxime de l'association Lire et sourire, suivi d'un temps d'échange convivial sur vos expériences de lectures.



DR

Balade, pique-nique Tourcoing plage

MARDI 22 JUILLET **GRATUIT**

IDÉAL À FAIRE AVEC LES PETITS ENFANTS !

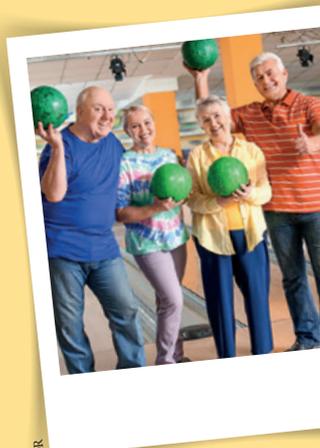
Commencez par une balade, en matinée, le long du canal. Ensuite, profitez de Tourcoing Plage, avec sa petite restauration (ou votre pique-nique) et les nombreuses animations pour tous (programme Tourcoing Plage disponible sur tourcoing.fr/voir p. 4).

Bowling

JEUDI 24 JUILLET

Dans une dynamique collective et un esprit de convivialité, venez partager un Goûter-Bowling.

Tarif : 20 € | 25 €*



DR

Conférence

VENDREDI 25 JUILLET **GRATUIT**

Le premier des 2 volets de cette conférence dédiée à la découverte de la Côte d'Opale, par la conférencière Anne Duquesne (Volet 2 > 29 août).

Tourquennois

Inscription dès le 04 juillet

Non Tourquennois

Inscription dès le 07 juillet

Août

Val Joly

MARDI 5 AOÛT

Le parc du Val Joly, entre nature et aventures se situe à 1 h 30 de Lille. C'est l'endroit idéal pour passer une journée en pleine nature !

Tarif : 15 € | 25 €*



St Valery sur Somme & Le Crotoy

MARDI 12 AOÛT

Direction la Baie de Somme où nous vous proposons de découvrir le Parc du Marquenterre lors d'une visite guidée. Ensuite, petit détour par le Crotoy (repas libre sur place). Puis, découverte de Saint-Valéry-sur Somme, station balnéaire pleine de charme avec sa ville fortifiée et sa digue.

Tarif : 30 € | 40 €*



Balade nature et atelier Land Art

JEUDI 14 AOÛT **GRATUIT**

Découvrez le parc de l'Yser, son histoire, sa richesse botanique et paysagère. Création d'une œuvre collective et éphémère.



Cre Diaz

MARDI 19 AOÛT **GRATUIT**

Praticables à tout âge et surtout très ludiques, les activités Cré Diaz sont conçues pour stimuler le cerveau et le corps simultanément, le tout dans la bonne humeur.

Conférence

VENDREDI 29 AOÛT **GRATUIT**

Le second volet de la découverte de la Côte d'Opale par la conférencière Anne Duquesne (Volet 1 > 25 juillet).

UN AVANT GOÛT DE Septembre

(agenda complet page suivante)

Dossier

Montmartre

JEUDIS 4 OU 11 SEPTEMBRE (AU CHOIX)

Montmartre vous livre ses secrets ! La matinée sera dédiée à la découverte des rues, de l'histoire et des lieux emblématiques du quartier, avec un guide. L'après-midi sera tout aussi intéressant avec la visite, elle aussi guidée, du célèbre cimetière.

Tarif : 45 € | 55 €*

Château et croisière sur l'Ourcq

SORTIE DU MOIS DE MAI REPORTÉE. QUELQUES PLACE DISPONIBLES !

VENDREDI 19 SEPTEMBRE

En visite libre, découvrez le château de Villers-Cotterets et devenez incollables sur la Cité internationale de la langue française qu'il abrite. La journée se poursuivra par une croisière promenade sur l'Ourcq pour un grand bol d'air au fil de l'eau

Tarif : 42 € | 52 €*



Plus d'infos

Service Animations Seniors

03 20 11 34 20 (lun > ven | 9 h > 12 h)

RÉSERVATIONS OBLIGATOIRES

Lors de l'inscription, un rendez-vous vous sera fixé pour le paiement des activités.

*Tarif non Tourquennois

Tempo - Été 2025 - p.9



Avant de vous inscrire à une activité, vérifiez la date à partir de laquelle les inscriptions sont ouvertes !

SEPTEMBRE

Inscriptions à partir du...
22/08 > Tourquennois
25/08 > Non Tourquennois

- **MARDI 02** •
CREADIAZ GRATUIT
(voir page 9)
- **JEUDI 04 OU JEUDI 11** •
(AU CHOIX)
MONTMARTRE
Visite guidée
des rues et du cimetière.
Paris (voir page 9)
Tarif : 45 € / 55 €*
• **À PARTIR DU 11/09** •
YOGA GRATUIT
Cycle de 5 séances
pour réduire les tensions et
tonifier le corps
- **JEUDI 11** •
AUTOUR DU FILM GRATUIT
Médiathèque A. Chedid
- **LUNDI 15** •
**1 000 ANS D'HISTOIRE
EN 1 HEURE** GRATUIT
(voir page 11)
- **MARDI 16** •
CAFÉ NUMÉRIQUE GRATUIT
Intelligence Artificielle
- **CREADIAZ** GRATUIT
(voir page 9)

Inscriptions à partir du...
05/09 > Tourquennois
08/09 > Non Tourquennois

- **VENDREDI 19** •
**CHÂTEAU
DE VILLERS COTTERETS**
+ Croisière promenade
sur l'Ourcq (voir page 9)
Tarif : 42 € / 52 €*
• **CONFÉRENCE** GRATUIT
Les trésors
du Nord - Pas-de-Calais
- **JEUDI 25** •
BOWLING / GOÛTER
Tarif : 20 € / 25 €*
• **MARDI 30** • GRATUIT
LECTURE À VOIX HAUTE
CREADIAZ GRATUIT
(voir page 9)

OCTOBRE

**CETTE SORTIE
EST À RÉSERVER
AU MOIS D'AOÛT !**
Inscriptions à partir du...
22/08 > Tourquennois
25/08 > Non Tourquennois

- **MARDI 14 OU VENDREDI 17** •
(AU CHOIX)
**CENTRALE
DE GRAVELINES**
Visite guidée
Tarif : 20 € / 25 €*
• **VENDREDI 03** •
FORÊT DE MAROEUL
ET TEMPS LIBRE À ARRAS
Tarif : 14 € / 19 €*
SEMAINE BLEUE : 06 OCT
: 12 OCT
: 2025
Programme complet
dans votre Tempo n°39
du mois de septembre !
• **VENDREDI 10** •
CONFÉRENCE GRATUIT
PÉKIN

Inscriptions à partir du...
19/09 > Tourquennois
22/09 > Non Tourquennois

- **LUNDI 13** •
**TOURNAGES
À TOURCOING** GRATUIT
(voir page 11)

Inscriptions à partir du...
26/09 > Tourquennois
29/09 > Non Tourquennois

- **VENDREDI 24** •
CREADIAZ GRATUIT
(voir page 9)
- **JEUDI 30** •
**NOTRE DAME
DE LORETTE - VIMY**
Avec ou sans repas
Tarif : 30 € / 40 €* (sans repas)
Tarif : 55 € / 65 €* (avec repas)

Légende :

Bon marcheur

*Tarif non Tourquennois

NOVEMBRE

Inscriptions à partir du...
03/10 > Tourquennois
06/10 > Non Tourquennois

- **MARDI 04** •
CAFÉ NUMÉRIQUE GRATUIT
Carte de vœux sur Canva
- **JEUDI 06** •
AUTOUR DU FILM GRATUIT
Médiathèque A. Chedid
- **VENDREDI 07** •
CONFÉRENCE GRATUIT
Les batailles de l'Artois
- **LUNDI 10** • GRATUIT
MÉMOIRE D'HOMME
(voir page 11)
- **JEUDI 13** •
BOWLING / GOÛTER
Tarif : 20 € / 25 €*
• **VENDREDI 21** •
INTERVILLES GRATUIT
À RONCQ

Inscriptions à partir du...
10/10 > Tourquennois
13/10 > Non Tourquennois

- **MARDI 18** •
LECTURE GRATUIT
À VOIX HAUTE
(voir page 11)
- **CHÂTEAU DE TRELON**
ET MUSÉE DU MUS'VERRE
Tarif : 27 € / 37 €*
• **JEUDI 27** •
LOUVRE-LENS
Tarif : 25 € / 30 €*
• **VENDREDI 21** •
INTERVILLES GRATUIT
À RONCQ

DÉCEMBRE

Inscriptions à partir du...
24/10 > Tourquennois
27/10 > Non Tourquennois

- **VENDREDI 05** •
MARCHÉ DE NOËL
À AMIENS
Tarif : 15 € / 25 €*
• **CONFÉRENCE** GRATUIT
« Hiver en Sicile »
- **MARDI 09** •
AUTOUR DU JEU GRATUIT
Médiathèque A. Chedid
- **JEUDI 11** •
**ST CHRISTOPHE
ET SES TRÉSORS** GRATUIT
(voir page 11)

Inscriptions à partir du...
31/10 > Tourquennois
03/11 > Non Tourquennois

- **VENDREDI 12** •
MARCHÉ NOËL
À HAARLEM
(Hollande)
Tarif : 26 € / 36 €*
• **MARDI 16** •
SPECTACLE DE NOËL
au Théâtre municipale
Raymond Devos
Tarif : 5 € / 8 €*
• **VENDREDI 21** •
INTERVILLES GRATUIT
À RONCQ

**INFORMATIONS
& RÉSERVATIONS
OBLIGATOIRES
PAR TÉLÉPHONE**

Dès
60
ans

03 20 11 34 20
(lundi > vendredi de 9h à 12h)

À VOS AGENDAS ! COLIS DE FIN D'ANNÉE
Distribution du 18 novembre au 12 décembre

Un courrier explicatif vous sera envoyé début novembre afin de vous informer des dates, lieux et modalités pour récupérer votre cadeau dans un des points de distribution.

Si vous n'avez pas reçu ce courrier mi-novembre, contactez le CCAS (voir ci-dessus).



DR: Photo non contractuelle

Visites et découvertes, rien que pour vous ! **GRATUIT**

Le service animations seniors du CCAS vous a programmé des animations toutes particulières, axées sur la culture et la découverte, avec le concours de l'Hospice d'Havré. Et c'est gratuit !

1 000 ans d'histoire en une heure

LUNDI 15 SEPTEMBRE (après-midi)

Découvrez l'évolution urbaine du centre-ville sur près de 1000 ans à travers l'histoire de lieux et de bâtiments emblématiques de la ville.

Tournage à Tourcoing L'envers des décors

LUNDI 13 OCTOBRE (APRÈS-MIDI)

Les petits meurtres d'Agatha Christie, les invisibles ou encore HPI : toutes ces séries passionnent des millions de téléspectateurs depuis leur canapé. Mais saviez-vous que ces histoires avaient pris vie près de chez vous ? Arpenter les rues de Tourcoing à la découverte des lieux de tournage en compagnie d'un guide-conférencier.

Mémoire d'homme

LUNDI 10 NOVEMBRE (après-midi)

Visite guidée et numérique du cimetière de Tourcoing via l'application « Mémoire d'homme ». Sur tablette numérique, découvrez la biographie illustrée de 21 soldats de 14-18, inhumés dans le carré militaire.

St Christophe et ses trésors : visite du Carillon

JEUDI 11 DÉCEMBRE

200 marches à gravir pour accéder au clocher de l'église Saint-Christophe. Une fois arrivé au sommet, vous découvrirez l'histoire des cloches de cet édifice central de la ville et assisterez à la mise en route du vieux tambour à ritournelles datant du XVIII^e siècle.

Lecture à voix haute

En partenariat avec l'association « Lire et Sourire »

MARDIS 22 JUILLET, 30 SEPTEMBRE ET 18 NOVEMBRE

Venez partager le plaisir des mots avec les seniors de la résidence La Roseraie (*rue Racine*). Les bénévoles de l'association, Michèle et Maxime feront la lecture puis animeront un temps d'échange sur vos expériences en matière de livres.



Plus d'infos

Service Animations Seniors

03 20 11 34 20 (lun > ven | 9 h > 12 h)

RÉSERVATIONS OBLIGATOIRES

Concert/Sosies

Le 28 septembre, les "Vieilles Canailles" sont de sorties

Le "TRIO des LÉGENDES" reprend les chansons et succès de Johnny Hallyday, Eddy Mitchell et Jacques Dutronc, artistes incontournables de la variété française : "Allumez le feu", "Gabrielle", "Pas de Boogie Woogie", "Les Cactus" et bien d'autres.

Les sosies vocaux et physiques des trois légendes (*Johnny Vegas, Eddy DEVILLE et Gabriel Mailly*) vont vous faire chanter et vous faire passer un dimanche après-midi entraînant et joyeux au Théâtre Municipal Raymond Devos.

Dimanche 28 septembre à 15 h 30.

> **Théâtre municipal Raymond Devos** (1, place du Théâtre)

Tarif : **20 €** (paiement par chèque, espèces ou carte bancaire)

Réservation : **06 26 03 75 23**

BON PLAN : Sur présentation de ce Tempo, un café vous sera offert au bar du théâtre.



Rien que pour vous !

Mercredi 25 juin Apéritif des "seniors" à la Guinguette des quais !

Le CCAS vous invite à un apéritif "seniors" à la Guinguette des quais qui, cette année encore, s'ouvre au Pont hydraulique, à hauteur du lycée Gambetta.

Mercredi 25 juin à 16h, venez vous détendre au bord de l'eau dans une ambiance conviviale et chaleureuse.

Un verre vous sera offert pour l'occasion !

Infos :

Service Animations Seniors du CCAS
03 20 11 34 20 (lun > ven | 9 h > 12 h)

Et si on allait au Musée...

• MUba Eugène Leroy

Entrelacer. Collections du MUba
Du 04 avril au 1^{er} septembre 2025



Guillaume Guillon Lethière, La Chasse de Didon (détail), 1819, dépôt du musée du Louvre



Sol LeWitt, Sans titre, Wall drawing 659 (détail), 1990, MUba Eugène Leroy © Ellénore Lemattre

Entrelacer une traversée de la peinture depuis le XVII^e siècle, l'histoire du lieu et un accrochage-manifeste testant dans l'espace l'équilibre entre des œuvres éloignées dans le temps : le MUba Eugène Leroy vous invite à une exposition généreuse et inattendue de ses plus belles collections.

Conçus en miroir dans les deux galeries d'exposition, deux parcours s'éclairent l'un l'autre :

- dans la nef : mélangeant les médiums et les époques, le thème du mouvement est abordé et interroge ce que signifie et ce que provoque la découverte d'œuvres plastiques dans l'espace d'un musée ;
- dans la salle aux colonnes : une traversée de l'histoire de l'art du XVII^e à nos jours. Les plus importantes peintures de la collection du MUba sont regroupées dans un parcours qui aborde l'histoire du musée et de la constitution de ses collections depuis 1860.

Renseignements/Programme complet :

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

MUba Eugène Leroy – Tourcoing [muba_eugene_leroy](https://www.instagram.com/muba_eugene_leroy)
Le musée est ouvert tous les jours de 13h à 18h sauf le mardi.

Tarifs : **Gratuit pour les Tourquennois**⁽¹⁾. Plein 6€ / Réduit 4€⁽²⁾

> Réservation : muba-boutique.tourcoing.fr

• Institut du monde arabe-Tourcoing



**Ya Rayi !
Une histoire
de la musique raï**
jusqu'au
27 juillet 2025

Trio Rimitti Khaled Hasni
© Imene Ziani

En produisant la première exposition consacrée à la musique raï, l'Institut du monde arabe-Tourcoing souhaite

rendre l'hommage nécessaire et indispensable à cet élan musical qui a transcendé les barrières sociales, géographiques et culturelles pour devenir au fil du XX^e siècle un patrimoine commun.

Né dans l'intimité des familles, au début du siècle précédent, en opposition aux contraintes sociales et politiques, le raï est consacré au patrimoine culturel immatériel de l'humanité en 2022, ce qui l'a remis sur le devant de la scène et ce qui nous rappelle qu'il est l'une des expressions populaires majeures de notre époque.

C'est la première fois qu'autant d'objets et d'archives sont réunis. On y retrouve des instruments, des tenues de scène ou encore une impressionnante collection de vinyles et de cassettes audio.

Tarifs : Plein 5€ | Réduit 4€⁽³⁾. Mardi au dimanche de 13h à 17h45.

Visites guidées : tous les samedis et dimanches à 15h30.

Tarifs : Plein 7€ | Réduit 6€⁽³⁾.

Tables rondes, conférences, ateliers et concerts...

Programme complet sur ima-tourcoing.fr

9 rue Gabriel Péri | 03 28 35 04 00 | accueil@ima-tourcoing.fr

IMATourcoing

• Musée du 5 juin 1944 « Message Verlainne »

> Prévoir un vêtement chaud. La température est basse dans le bunker.

**VISITE : 15 juin, 6 et 20 juillet, 3 et 17 août,
7 et 21 septembre** de 9h à 18h.

Tarifs : Libre 6€ - Guidée 8€ | Pass Tempo : 3.50€ (5 pers. et +)
11 à 15 ans : 4€ | jusqu'à 10 ans : gratuit

Pour les visites de groupe hors dimanches d'ouverture, prendre contact avec le musée.

Tarifs : Libre 5€ - Guidée 7€

OUVERTURES EXCEPTIONNELLES
JOURNÉES EUROPÉENNES DU PATRIMOINE 2025

Samedi 21 septembre (14h à 18h)
Dimanche 22 septembre (9h à 18h)

ESCAPE GAME : 21 et 22 juin à 14h (sur réservation)

Durée env. 1h. Arrivée 15 min avant la session

Tarif : 14€ (à partir de 13 ans)

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

museedu5juin1944.asso.fr

Musée du 5 juin 1944 « Message Verlainne »

(1) Aussi pour (sur justificatif) :

- Étudiants en arts plastique/
histoire de l'art/architecture.
- Présentation d'une carte d'invalidité.

(2) Tarifs applicables (sur justificatif) :

- 18-25 ans,
- Plus de 65 ans
- Familles nombreuses.

(3) Tarifs applicables (sur justificatif) :

- Demandeurs d'emploi, allocataires RSA, moins de 26 ans, étudiants.
- Familles nombreuses, habitants de Roubaix et de Tourcoing.
- Agents des membres du GIP IMA-Tourcoing, détenteurs d'une carte Découverte, Curiosité ou Liberté du Musée du Louvres-Lens.

L'Office de Tourisme fait le guide

Sur réservation obligatoire à l'accueil de l'office de tourisme métropolitain, 9, rue de Tournai ou sur le site reservation.lilletourism.com (sauf indication contraire)

Street Art à Tourcoing

Samedi 5 juillet de 10 h à 11 h 30

Laissez-vous guider à travers les quartiers du Virolois et de l'Épidème où les murs sont de véritables toiles.
> Rdv parvis du Lycée Le Corbusier. 80, rue des Piats
Tarif : 6 €

Les secrets du Blanc-Seau

Samedi 5 juillet de 14 h 30 à 16 h 30

Quartier en périphérie de la ville, le Blanc-Seau présente une multitude de facettes : un cimetière, des pavillons indiens, un ancien haut lieu de loisirs...
> Rdv Entrée du cimetière. 496, rue du Blanc-Seau. Tarif : 6 €

L'ancienne chambre de commerce

Samedis 12 juillet et 23 août de 14 h 30 à 15 h 30

Symbole de la puissance économique de la ville, elle domine encore la ville de son orgueilleux beffroi. Pénétrez dans cet imposant édifice de style néo-flamand.
> Rdv devant le beffroi, place Charles et Albert Roussel
Tarif : 6 €

Le musée du Carillon **GRATUIT**

De juin à septembre tous les dimanches de 15 h à 16 h et de 16 h à 17 h

Le musée vous propose l'ascension de la tour du clocher de l'église Saint-Christophe. Découvrez tous les secrets des cloches et assistez à la mise en route du tambour des ritournelles du XVIII^e siècle !

(Raisons de sécurité : l'accès à la chambre des cloches est interdit).

> Rdv parvis de l'église Saint-Christophe
Réservation sur <https://culture-billetterie.tourcoing.fr>

La maison du Collectionneur

Mercredis de juillet à septembre de 10 h 30 à 11 h 30, samedis 19 juillet et 9 août de 14 h 30 à 15 h 30

Datant de 1911, elle se distingue par son bow-window et son intérieur très hétéroclite. Son propriétaire initial,

Ernest Desurmont, était un collectionneur invétéré : la porte d'entrée de la prison de l'ancien hôtel de ville, des bas-reliefs de l'église Saint-Christophe... Une visite à ne pas manquer !

> Rdv 3, rue Alexandre Ribot. Tarif : 6 €

Le pavillon Jean Prouvé

Mercredi 20 août de 14 h 30 à 15 h 30

2 maisons « Métropole », conçues par Henri et Jean Prouvé sont construites à titre expérimental à Tourcoing en 1952. Vous visiterez celle qui a été restaurée en 1999
> Rdv 97, rue du Général Marchand. Tarif : 6 €

Le quartier de la gare

Samedi 6 septembre de 14 h 30 à 16 h

Édifiée en 1905 par l'architecte Sydney Dunnett, découvrez l'histoire de cette œuvre architecturale faite de tradition et de modernité. Terminez la balade par un moment convivial autour d'un verre sur le rooftop du Quai Central
> Rdv devant la gare. Place Semard. Tarif : 10 €

Les femmes de Tourcoing

Samedi 13 septembre de 14 h 30 à 16 h

Ouvrières, artistes, militantes, femmes d'industriels, femmes du monde... Découvrez de figures féminines de la ville, d'hier à aujourd'hui.

> Rdv Office de Tourisme Métropolitain. 9, rue de Tournai
Tarif : 6 €

Entrez chez Ankama ! (Visite guidée)

Mercredi 17 septembre de 15 h 30 à 17 h

Ancienne friche industrielle textile, la Plaine Images est un site d'excellence européen consacré aux industries créatives et culturelles. Participez à une immersion inédite chez Ankama, acteur hors norme du monde du jeu vidéo.
> Rdv devant l'entrée de l'Imaginarium.

99A, bd Constantin Descat
Tarif : 6,50 € / gratuit pour les moins de 6 ans

Et si on se mettait au Vert ! **GRATUIT**

Réservation obligatoire uniquement en ligne sur le site ville-tourcoing.fr

ou par téléphone au 03 59 63 44 48 sauf pour les visites de juillet et août (sans réservation)

• Visite des serres du Jardin botanique (1h30)

Vous voyagez d'un climat à l'autre. La forêt tropicale, la serre des cactus, les plantes carnivores, les succulentes, les fuchsias et pélargonium... seront du voyage.

> Rdv au Jardin botanique, 32 rue du Moulin Fagot

• Visite guidée des serres (Durée : 1 h 30 minimum)

Septembre : jeudi 4 à 14 h, mardi 9 à 10 h, jeudi 11 à 10 h, mercredi 17 à 10 h

• Petite visite guidée de l'été (1h/ Sans réservation)

Du 1 juillet au 31 août : tous les lundis, mardis et mercredis à 11 h. Tous les jeudis à 14 h

- **Dimanche familial** (Durée : 1h/Sans réservation) :

Venez découvrir les plantes en jouant : épreuves physiques et quizz

Dimanche 31 août de 14 h à 18 h

Et si on sortait !

• Atelier Lyrique

Réservation vivement conseillée (voir ci-dessous)

FESTIVAL CHANTS LIBRES

GRATUIT



FESTIVAL NATIONAL DE CHANT CHORAL DE LA FONDATION BETTENCOURT SCHUELLER

La fondation soutient le chant choral et depuis 5 ans, elle organise le **festival Chants libres** en proposant plus de 70 événements musicaux, dans 6 régions de France, **le week-end du 27 au 29 juin**, pour faire découvrir, et aimer, le chant choral (professionnel, amateur et scolaire).

La ville de Tourcoing et l'Atelier Lyrique de Tourcoing accueillent ce festival pour cette 5^e édition.

La programmation ambitieuse est portée dans notre région par AEDES dirigé par Mathieu Romano, avec la participation de l'Atelier Choral du Conservatoire de Tourcoing (dir. Marin Moreste), Atelier des Voix de l'Atelier Lyrique de Tourcoing (dir. Denis Mignien), Jeune chœur des Hauts-de-France (dir. Pascale Diéval -Wils), Chorale Kids (dir. Clémentine Godbille), Chorale Seniors du Grand Mix (dir. Nadège Romer).

Vendredi 27 juin

RÉSONANCES (Concert)

Par AEDES et le Jeune chœur des Hauts-de-France

20h > 21h - Église Saint-Christophe (Réservation conseillée)

Samedi 28 juin

ATELIER DE CHANT

Par AEDES et l'Atelier Choral du Conservatoire de Tourcoing

11h15 > 12h15 - Église du Sacré cœur

(Réservation obligatoire) Événement participatif.

RENCONTRES (3 Concerts)

• Par l'Atelier des voix de l'Atelier Lyrique de Tourcoing, Chorale kids et la Chorale senior du Grand Mix

16h > 17h30 - Scène de la Bourgogne

(Réservation conseillée) Événement participatif.

• Par AEDES et le Jeune chœur des Hauts-de-France

18h30 > 19h15 - Hall de l'Hôtel de ville

(Réservation conseillée) Événement participatif.

• Par AEDES, l'Atelier choral du Conservatoire de Tourcoing et le Jeune chœur des Hauts-de-France

19h30 > 20h30 - Parvis de l'Hôtel de ville (s'il fait beau), **hall de l'Hôtel de ville** (s'il pleut)

(Réservation conseillée) Événement participatif.

Dimanche 29 juin

Dans le cadre de cette journée «**PARTAGES**», des interventions chantées à l'ESAT du Roitelet, à l'EHPAD Les Acacias et à la Maison d'Enfants Saint-Vincent seront proposées par AEDES.

> **Hôtel de Ville** : 10, place Victor Hasebroucq

> **Église du Sacré cœur** : Bd Gambetta

> **Scène de la Bourgogne** : Rue Roger Salengro

> **ESAT du Roitelet** : 105, rue du Roitelet

> **EHPAD Les Acacias** : 2, rue des Carliers

> **Maison d'Enfants Saint-Vincent** : 20, rue de Gand

 **Plus d'infos/réservations**
+ 03 20 26 66 03. atelierlyriquedetourcoing.fr

• Audito/Café de Paris

> **5 place de la République.**

L'accès à la salle est soumis à une adhésion d'1€ à l'association l'Audito, valable 1 an à partir de la souscription.



Catch d'Impro par ImproAcademy

(Théâtre Impro)
Vendredi 20 juin à 20h30

Impr'Audito c'est

des sketches improvisés autour de thématiques données par vous, public ! 5 comédiens, 1 maître de cérémonie intransigeant et (presque) impartial, de la musique et une bonne dose d'humour ! Un spectacle familial inmanquable!

Tarifs* : 8€ | Réduit 6€ | Abonnés 5€



Trumpet and Co fait son cinéma

(Concerts/Quintette de Trompettes)

Dimanche 22 juin à 17h

Trumpet and Co vous invite à un voyage musical autour des grandes musiques de film. De Morricone à Williams, redécouvrez les chefs-d'œuvre du cinéma dans des arrangements éclatants pour quintette de trompettes !

Tarifs* : 8€ | Réduit 6€ | Abonnés 5€



STRONG

La traversée d'une relation toxique (Spectacle)
Vendredi 27 juin à 20h30

Un seul en scène autobiographique, à la croisée du vrai, du poétique et du burlesque. Le public y découvre les aventures de Tutenfous, embarquée dans une relation amoureuse complexe. C'est drôle, parfois cru, souvent touchant, et toujours sincère.

Tarifs* : 8€ | Réduit 6€ | Abonnés 5€

 **Plus d'infos/réservations/progammation**
+ 06 95 36 52 85. cafedeparis-laudito.fr

• Théâtre du Nord - L'Idéal Tourcoing



UNE GRANDE FÊTE DE QUARTIER À L'IDÉAL

Samedi 14 juin

GRATUIT

Venez passer un après-midi convivial à l'Idéal et découvrir le spectacle créé par les habitantes et habitants.

À partir de 15 h 30 : fête de quartier au théâtre

Fanfare, jeux flamands, stands de plats locaux et du monde entier, musique, etc.

GRATUIT

À 14h et à 18h : spectacle DEMOS

GRATUIT

Sur réservation

Écriture et mise en scène : Maxime Séchaud Do Dang
Pour créer ce spectacle, l'artiste Maxime Séchaud a invité sur scène une quarantaine d'habitants de Tourcoing. Une création unique qui emportera toute la famille !



KERMESSE (À partir de 8 ans. Durée 1 h 30)

Du 10 au 12 septembre :

mercredi 10 à 19h 30,

jeudi 11 à 19h 30 et vendredi 12 à 18h

Texte et mise en scène Collectif La Cabale

Fiesta

Dans le cadre de Fiesta,
7^e édition thématique de Lille 3000

« Une comédie façon Monty Python » Sceneweb.

Et si, pour se réconcilier, il suffisait de faire la chenille ? C'est le pari fou du collectif La Cabale : « La chenille est une danse où des gens qui ne se connaissent pas, se prennent par les épaules, regardent et avancent dans le même sens ».

Mais très vite, l'enthousiasme se heurte aux regards des autres, aux hésitations...

Rejet classiste, plaisir coupable ou tradition joyeuse ? La Cabale transforme ce rituel festif en une expérience sociale et théâtrale. À travers cette danse populaire, le collectif interroge notre peur du ridicule.

Tarifs : de 9€ à 18€*

LE BAL DE L'IDÉAL À TOURCOING

GRATUIT

Vendredi 12 septembre à 19 h 30

Pour sa 5^e édition, Le bal de l'Idéal donne les manettes à l'équipe du spectacle Kermesse pour une soirée folle. Commencez la saison en fanfare et laissez-vous emporter dans une chenille géante !

En réservant une place pour le spectacle Kermesse, le vendredi 12 septembre, votre entrée au bal est garantie.

JOURNÉES EUROPÉENNES DU PATRIMOINE ET DU MATRIMOINE

GRATUIT

Samedi 20 septembre à 11 h

> Théâtre de l'Idéal, Tourcoing

Le Théâtre du Nord, vous ouvre ses portes pour une visite guidée.

Réservation : accueil@theatredunord.fr

> Théâtre de l'Idéal. 19 rue des Champs.



Plus d'infos/réservations/tarifs

+ 03 20 14 24 24

theatredunord.fr



Théâtre du Nord.

• Théâtre La Virgule



MAYA, UNE VOIX (Durée 1h15 env.)

Le 12 & 13 juin > Théâtre Raymond Devos

D'Éric Bouvron, Julie DeLaurenti, Tiffany Hoffstetter, Sharon Mann et Elizabeth Wautlet. Mise en scène d'Eric Bouvron.

Maya, était une petite fille qui, violée à l'âge de huit ans, avait été frappée de mutisme. Après six ans de silence, où elle se plonge dans la lecture, sa vie s'est transformée lorsqu'une amie de sa mère, Madame Flowers, s'installe dans son village du sud des États-Unis et la prend sous son aile. Après avoir démontré une résilience hors norme elle retrouve sa voix et devient l'une des femmes les plus emblématiques de la vie artistique et politique américaine. Elle sera romancière, poète, actrice, dramaturge, professeur d'université et militante pour la défense des droits civiques, aux côtés de Martin Luther King et Malcom X.

Tarifs* : 20€ | Réduit 17€ | Étudiant/Demandeur d'emploi 10€

REPRÉSENTATIONS DES PREMIÈRE ANNÉE DE L'ATELIER DE THÉÂTRE.

GRATUIT

Judi 19 et vendredi 20 juin > Salon de Théâtre. 20 h

Sur réservation.

Vous êtes intéressé pour intégrer l'Atelier-Théâtre de La Virgule ? Des auditions sont prévues au mois d'octobre. Renseignements par téléphone (voir ci-dessous) ou par mail : ateliers@lavirgule.com

SOIRÉE D'OUVERTURE DE LA NOUVELLE SAISON

Vendredi 26 septembre

> Théâtre Municipal Raymond Devos.

Jean-Marc Chotteau et les équipes des spectacles accueillis présenteront la saison. Tarif : 5€. **Sur réservation**

> Salon de Théâtre. 82 boulevard Gambetta

> Théâtre Municipal Raymond Devos. 1 place du Théâtre



Plus d'infos/réservations

+ 03 20 27 13 63. resa@lavirgule.com

*Voir conditions auprès de la structure

La Guinguette des quais

QUAI DE BORDEAUX - TOURCOING



BUVETTE - RESTAURATION - ANIMATIONS

OUVERT DU VENDREDI 30 MAI
AU DIMANCHE 14 SEPTEMBRE

HORAIRES

LE MARDI ET MERCREDI - 17H À 21H

LE JEUDI ET VENDREDI - 17H À 22H

LE SAMEDI - 15H À 22H

LE DIMANCHE - 11H À 21H

Recevez
les infos
de la Ville



@laguinguettedesquais



Tourcoing

APÉRITIF DE L'ÉTÉ
MERCREDI
25 JUIN - 16h
UN VERRE VOUS SERA OFFERT
POUR L'OCCASION !
(voir page 11)



**VIGILANCE
CANICULE**

INSCRIVEZ-VOUS **Gratuit et confidentiel**
SUR LE REGISTRE COMMUNAL
NOUS PRENDRONS DE VOS NOUVELLES !*

60 ans et + / Adultes en situation de handicap / À renouveler tous les ans

FORMULAIRE PAPIER
DISPONIBLE
À L'ACCUEIL DU CCAS

26 rue de la Bienfaisance
Lundi au vendredi
8h30 > 11h45
13h30 > 17h



DEMANDEZ À RECEVOIR
VOTRE FORMULAIRE :

03 20 69 40 40

(lun > ven. 8h > 12h)

autonomie-lystourcoing@ccas-tourcoing.fr



INSCRIPTION
EN LIGNE SUR
tourcoing.fr

🔍 Canicule

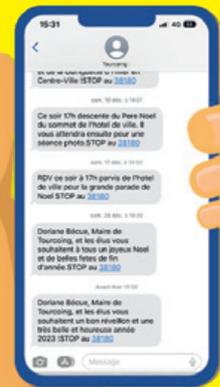
*Par téléphone, entre le 1^{er} juin et le 15 septembre,
en cas d'alerte canicule uniquement.



RECEVEZ
LES ALERTES
MAILS ET SMS
DE LA VILLE



SCANNEZ
CE QR CODE



DR.



DR.

Votre journal Tempo par mail

Pour recevoir les prochains numéros
du magazine trimestriel *Tempo*
directement dans votre boîte mail,
il vous suffit de remplir un formulaire
sur www.tourcoing.fr/tempo
Tempo version papier est aussi diffusé
dans les bâtiments municipaux
(voir page 4).

Conformément aux dispositions des articles 15 à 23 du
Règlement général sur la protection des données et la
loi informatique et liberté 6 janvier 1978, vous disposez
d'un droit d'accès, de modification, de rectification et de
suppression des informations vous concernant. Vous
pouvez exercer ces droits en envoyant un courrier,
accompagné d'une copie d'une pièce d'identité, à :
CCAS de Tourcoing, Madame la Présidente du CCAS,
26 rue de la Bienfaisance, 59208, Tourcoing. Pour plus
d'information sur vos droits : cnil.fr