

# La Semaine des Seniors Actifs

du 11 au 17 octobre 2020



Infos : 03 20 25 99 34 - [www.ville-bondues.fr](http://www.ville-bondues.fr)



## Edito

Il revient à l'équipe nouvellement élue dont je fais partie, la difficile tâche de succéder à Christiane Decanter qui a animé avec brio les 6 dernières éditions de la Semaine des Seniors Actifs. Nous la remercions encore pour le travail accompli !

Vous avez entre les mains le programme qui a été concocté pour cette année si particulière. Nous l'avons souhaité le plus complet et varié possible, malgré le contexte sanitaire. Certains rendez-vous ont certes dû être supprimés, à l'instar du thé dansant ou des tournois de cartes, mais l'événement, organisé avec enthousiasme, vous permettra de passer de bons moments de partage et de convivialité ! Nous en avons tant besoin... Nous vous attendons avec impatience !

Danièle DELBECQUE, 6<sup>e</sup> Adjointe au Maire  
déléguée aux Activités et animations seniors



# Mesures sanitaires

En raison de la crise sanitaire, le **port du masque et la désinfection des mains au gel hydro-alcoolique seront obligatoires** avant d'entrer dans les salles.

**La municipalité doit limiter le nombre de participants :  
INSCRIPTION OBLIGATOIRE À TOUTES LES ANIMATIONS**

par téléphone au 03.20.25.99.34 ou par mél à [aderoubaix@mairie-bondues.fr](mailto:aderoubaix@mairie-bondues.fr)

En fonction de l'évolution de la situation sanitaire, la municipalité se verra peut-être dans l'obligation d'annuler certains ou tous les événements.

Le traditionnel café d'accueil ne pourra être offert.

## Dimanche 11 octobre

15h30 (ouverture des portes à 15h)  
Espace Culturel - Théâtre / Comédie  
« Le gendarme de Saint-Omer »

La brigade de Saint-Omer, loin d'être débordée, va perdre pied lors des préparatifs du 14 juillet. Les choses vont s'accélérer et nos gendarmes seront plongés, malgré eux, dans des situations qui les dépassent.

Des rires et fous-rires, des quiproquos, des passages rocambolesques, bref de la grande comédie ! Venez rire et partager du bonheur à l'état pur !



## Lundi 12 octobre

10 h - Centre Vandaele

Le Centre de Méditation Kadampa de Lille vous propose de venir vous initier à la **méditation** et ses bienfaits.



14h - Centre Vandaele  
**Loto** organisé par le FJEP.



# Mardi 13 octobre



10h - Centre Vandaele

## Atelier « coaching », c'est quand le bonheur ?

Le bonheur est-il un événement ou une aptitude ? il s'agit de faire le point sur ce qu'il représente pour chacun et développer son aptitude à être heureux. Animé par Olivier Baerenzung, facilitateur de changements et coach certifié.

14h - Stade Lefebvre - Tournoi de pétanque

organisé par le FJEP.

14h - Rendez-vous

sur le parvis du Centre Vandaele

Visite guidée de Notre Dame de la Treille

Départ en bus pour Lille - Retour sur Bondues

vers 17h - Durée 1h30.



# Mercredi 14 octobre



À partir de 10h (pour la journée)- Place Bonpain

L'organisme Soliha (Solidaire pour l'Habitat) installe son Truck et vous propose de venir découvrir tous les **aménagements intérieurs qu'il est possible de prévoir chez soi pour améliorer et faciliter le quotidien**. Des conseillers seront à votre disposition pour vous en dire plus et vous présenter les moyens de financement qui existent en la matière.

10h - Centre Vandaele - Concours d'orthographe

Animé par Sylvie Leroux, Marie-France Lotiger et Servane Ortille.

15h - Centre Vandaele

Même sans le thé dansant, **Enzo et Mary seront au rendez-vous** pour vous divertir et vous changer les idées grâce à un chaleureux tour de chant !



# Jeudi 15 octobre

## 10h - Centre Vandaele

Mme Chambord, psychologue, animera un **groupe de discussion sur le thème de la crise sanitaire et des angoisses qu'elle réveille.**

## 10h - Mairie - Quizz de culture générale

Venez passer un moment convivial autour d'un quizz !

## 15h - Espace Culturel - Séance de cinéma

« Mademoiselle de Joncquières » de E. Mouret (2018)



# Vendredi 16 octobre

## 10h - Rencontre amicale au Golf de Bondues

Inscriptions et renseignements sur [www.golfdebondues.com](http://www.golfdebondues.com)

## 10h - Centre Vandaele - Atelier « identifier, comprendre et gérer les sources de stress »

Le bon et le mauvais stress ; les phases du stress, les 3 leviers d'action pour gérer les situations, 6 conseils pour mieux se protéger, proposé par Brain'Up

## 15h - Centre Vandaele - Spectacle « Un coin de paradis » - Hommage à Dalida, par Lisa



# Samedi 17 octobre

## 15h - Espace Culturel

Hello Impro a répondu présent à l'invitation de la municipalité : le **théâtre d'improvisation** divertit et amuse, alors si vous avez besoin de vous changer les idées, réservez vos places !

**L'après-midi se terminera avec la remise des prix de la dictée et la traditionnelle tombola !**

