

PETIT GUIDE
des
ASSOCIATIONS
destiné aux seniors

Édition 2025



par le Conseil des Seniors



Lys-lez-Lannoy
www.lyslezlannoy.fr

Chers lyssois, chères lyssoises,

Devenir senior est une étape de la vie où les possibilités sont infinies. Que vous souhaitiez développer votre cercle social, vous engager dans de nouveaux loisirs, prendre soin de vous ou donner de votre temps pour la bonne cause, il existe de multiples associations sur la commune qui peuvent vous correspondre.

C'est de cette réflexion qu'est issu le guide des seniors, dont la première édition est parue en 2017. Le conseil des seniors a sélectionné de nombreuses associations qui permettront d'élargir vos horizons et pourquoi pas, de développer de nouveaux centres d'intérêts ?

Je vous souhaite une bonne lecture et j'espère que ce guide vous permettra de découvrir des activités qui vous aideront à vous épanouir et qu'il vous accompagnera dans cette nouvelle étape de vie.



**Charles-Alexandre
PROKOPOWICZ**

Maire de Lys-lez-Lannoy
Conseiller Métropolitain

SOMMAIRE

Activités proposées par les association lyssoises	4
Actions proposées par le Conseil des Seniors	8
Activités proposées par le CCAS	9
Activités proposées par le Centre Social des 3 Villes	10
Les Comités de quartiers	11
Les numéros utiles	12



Ont participé à l'élaboration de ce guide

Anne BRIFFAUT - Jocelyne CORNE - Michel DEBAISIEUX - Alain DEBUNE
Odette DE WATTINES - Christian DEWER - Philippe DUBOIS - Robert DUGARDIN
Renée FLEUROUX - Francis GALLOIS - Pierre-Charles HELINCK - Monique INGELAERE
Gaëtan JEANNE - Jacky KETELS - Danièle LAPAUW - Arlette LEANERT - Técla MENAGER
Marguerite PALANDRE - Christian PLONQUET - Halima RICHA - Jean-Claude ROHART
Josiane VAN-GEIRT - Serge WACQUEZ - Françoise MILLE

**Livret d'information élaboré par le Conseil des Seniors
avec la participation de la ville de Lys-lez-Lannoy**

Mairie de Lys-lez-Lannoy

31, rue Jean-Baptiste Lebas BP 7 - 59451 Lys-lez-Lannoy
Tél. 03 20 75 27 07 - www.lyslezlannoy.fr

Directeur de publication : Charles-Alexandre PROKOPOWICZ - Rédaction : Conseil des Seniors
Conception : Service Communication de la mairie de Lys-lez-Lannoy - Photos et illustrations : Adobe Stock
Edition réalisée en mai 2025 – Impression par la mairie de Lys-lez-Lannoy - Papier issu de forêts durablement gérées.

ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR LES ASSOCIATIONS LYSSOISES



ACTIVITÉS SPORTIVES ET DE REMISE EN FORME

COUNTRY ROAD 59

Danse Country

Lundi, mardi et jeudi soirs

Salle des sports de l'école Paul Bert

Rue des écoles

Contact : Mme Annick CODRON

06 87 67 85 00 / pierre.codron@sfr.fr

BODY JAZZ

Pilates

Espace culturel Agora-Maurice Codron

199 avenue Paul Bert

Contact : M. Mick BERY

06 26 56 68 03

ecole.danse.bodyjazz@gmail.com

CORPS ÉQUILIBRE

Hatha yoga

Le mercredi de 18h45 à 20h15

Ferme du Gauquier

49 rue Gambetta

Contact : Mme Anny-Claude GERILS

06 61 43 73 96 / corpsequi@numericable.fr

QI GONG - ART ÉNERGÉTIQUE

Art chinois gestuel, respiratoire et mental

Le mardi de 18h30 à 20h

Ferme du Gauquier, salle Arcade

49 rue Gambetta

Contact : Mme Françoise REBECCA

06 85 02 73 83 / qgaerx@gmail.com

ECHAPPÉE ZEN

Yoga

Le vendredi de 19h15 à 20h30

Espace culturel Agora-Maurice Codron

199 avenue Paul Bert

Contact : Mme Noémie VANDECASTEELE

06 99 39 05 17 / echappezen@gmail.com

CLUB LES AMIS DE POSÉIDON

Plongée, aquagym, cours de natation

Piscine des 3 Villes

350 rue du Docteur Schweitzer à Hem

Contact : M. Francis VERRIEST

06 95 45 10 07 / f6.verriest@gmail.com

PISCINE DES 3 VILLES

Cours de natation, Aquadouceur, séances seniors, aquabike

Piscine des 3 Villes

350 rue du Docteur Schweitzer à Hem

Contact : Piscine des 3 Villes

03 20 75 78 99

www.piscinedestroisvilles.fr

CLUB PONGISTE LYSSOIS

LILLE MÉTROPOLE

Tennis de table

Salle Valeria Borza

Complexe Sportif Jules Ferry

49 rue Gambetta

Contact : M. François LECONTE

03 20 83 43 42

lyssois.club-pongiste@orange.fr

ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR LES ASSOCIATIONS LYSSOISES

LYS RANDONNÉE CLUB

Randonnées pédestres

Sorties organisées le dimanche matin

Contact : M. Bernard DELEU

03 20 82 85 91

bernarddeleu@sfr.fr / www.lysrando.com

BOURLLOIRE ST LUC

Jeu de bourles

- Le mercredi de 14h45 à 20h30

- Le samedi de 16h30 à 20h30

- Le dimanche de 9h30 à 12h

Bourloire

2 bis rue Echevin

Contact : M. Claude MENU

06 67 02 68 40 / menu.claude@gmail.com

APSL ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES LYSSOISES

Gymnastique d'entretien, stretching, gym douce, LIA (Low Impact Aerobic)

Gymnastique d'entretien

- Le lundi de 9h à 10h⁽¹⁾

- Le mardi : 9h-10h et 10h-11h⁽¹⁾

- Le mardi : 9h-10h et 10h-11h⁽²⁾

- Le jeudi de 9h à 10h⁽²⁾

Stretching

- Le mardi de 10h à 11h⁽¹⁾

- Le jeudi : 10h-11h et 11h-12h⁽²⁾

LIA (Low Impact Aerobic)

Le lundi de 10h à 11h au DOJO⁽¹⁾

Gym douce

Le vendredi de 10h à 11h⁽²⁾

⁽¹⁾ DOJO

Promenade de l'Avenir

⁽²⁾ Espace culturel Agora-Maurice Codron

199 avenue Paul Bert

Contact : Mme Anne-Françoise IRWIN

apsl59390@gmail.com

LYS CYCLO

Pratique du vélo en groupe

Sorties organisées le dimanche matin

Local du club

1 rue Descartes

Contact : M. Stéphane VERSTRAETE

06 98 31 24 44 / bureau@lys-cyclo.fr

ÉCOLE DU MOUVEMENT

Volley loisir et/ou compétition

Salle Omnisport

Complexe sportif Jules Ferry

Contact : Mme MARCHAND Laure

09 80 94 04 13 / https://edm-mvbl.fr

edm.volleyball@gmail.com

contact@edm-mvbl.fr



ACTIVITÉS CULTURELLES, ARTISTIQUES ET MANUELLES

CH'TI LYSSOIS

Rencontres patoisantes

Un samedi par mois de 15h à 16h30 (*date de la rencontre précisée dans le Lys infos*)

Espace Culturel Agora-Maurice Codron, salle De Bee

199 avenue Paul Bert

Contact : Mme Monique WILLOCCQ

03 20 82 58 72

chtilysois@gmail.com

ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR LES ASSOCIATIONS LYSSOISES

AQUARELLYS

Pastel, aquarelle, dessin

Le vendredi et le samedi de 9h à 11h
Espace Culturel Agora-Maurice Codron
salle de l'Harmonie, salle Jean Hotton
199 avenue Paul Bert

Contact : Mme Janine HOHM
06 30 59 76 91
janine.hohm.france@gmail.com

ART ET CRÉATION UNIVERSELS

Sculpture et modelage sur argile

Le jeudi de 14h à 20h
Ferme du Gauquier
49 rue Gambetta

Contact : M. Patrick VIDAL
06 16 01 58 30 / pbvidal@neuf.fr

HARMONIE DE LYS & LANNOY

Orchestre

Le mercredi de 19h30 à 21h30
Espace Culturel Agora-Maurice Codron,
salle de l'Harmonie
199 avenue Paul Bert

Contact : M. Christian FROMENT
06 79 31 62 99 / fromentc@hotmail.fr

LES MUSICKOS

Chant, spectacles

Le lundi de 18h30 à 22h
Bains-Douches du Théâtre de l'Eden
rue Jeanne d'Arc

Contact : M. Laurent PETIT
06 65 43 30 12 / lesmusicos@hotmail.fr

CENSUREPRISE

Compagnie de théâtre

Théâtre de l'Eden
rue Jeanne d'Arc

Contact : Mme Sophie DOUCHET
06 63 96 28 84
asso.censureprise@gmail.com

LA TROUPE DU CANCRE FOU

Troupe de théâtre

Le jeudi de 20h à 22h
Bains-Douches du Théâtre de l'Eden
rue Jeanne d'Arc

Contact : Mme Amandine PRUVOT
06 10 40 65 40
latroupeducancrefou@gmail.com

L'EFFET M'ERRE

Troupe de théâtre

Le mercredi de 20h à 21h30
Bains-Douches du Théâtre de l'Eden
rue Jeanne d'Arc

Contact : M. Kevin HANOT
06 61 54 88 01 / leffetmerre@gmail.com

ASSOCIATION LES 3L DE LLL

Aéromodélisme

Le samedi de 14h à 19h
Salle Léo Lagrange
rue Gambetta - à côté du collège Gambetta

Contact : M. Bertrand CAPON
3ailesdelys@gmail.com

LIRE À LYS

Troc de livres

Le 1^{er} samedi du mois de 9h30 à 11h30
Parc Maréchal
14 rue Jules Guesde

Contact : Mme Josiane WILLOQUEAUX
06 25 02 13 41 / lirealys@gmail.com

ESPRIT LIVRE

Salon du livre

ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR LES ASSOCIATIONS LYSSOISES

Contact : Mme Mélanie VANHOVE
06 73 37 47 89 / espritlivre.59@gmail.com

ALC ÉVÈNEMENTS

Salon de la BD Bulles en Nord

Contact : informations à venir sur le site de la ville : www.lyslezlannoy.fr

UN POINT, C'EST TOUT

Club de tricot et de broderie

Le lundi et le jeudi de 14h à 17h

Espace Maurice Titran

24 rue Arthur Bacro

Contact : Mme Marie-Paule MOREAU
vangeirt.j@hotmail.fr



ACTIVITÉS DIVERSES

BILLARD CLUB LYSSOIS

Club de billard

Parc Maréchal

14 rue Jules Guesde

Contact : M. Adelin VERSLUYS
06 10 89 11 67 / al59390@hotmail.fr

ÉCHIQUIER LYSSOIS

Découverte et cours du jeu d'échecs

- Le mardi de 17h à 19h30

- Le samedi de 15h à 19h

Ferme du Gauquier

49 rue Gambetta

Contact : M. Renaud TOUSSAINT

03 20 75 94 15

echiquier.lyssois@gmail.com

ET SI L'ON JOUAIT

Jeux de société, goûters à thèmes

- Les mardis et jeudis de 14h à 16h

Espace Maurice Titran

24 rue Arthur Bacro

LES AMIS DU BÉGUINAGE

Jeux de société

Le mercredi de 14h à 19h

Salle Keunebrock

1 rue Descartes

Contact : Mme Marie-Catherine AMBLOT

03 20 80 95 92 / gmc.amblot@gmail.com

SUMADIJA

Danses folkloriques Yougoslaves

Le mardi de 18h30 à 20h30

Ecole Anatole France

rue Anatole France

Contact : Mme Michèle FORT

03 20 66 00 83 / majka@numericable.fr

PHILATELYS

Regroupement de passionnés de timbres

Les 2^e et 4^e samedis du mois

Espace Culturel Agora-Maurice Codron

salle de l'Harmonie

199 avenue Paul Bert

Contact : informations à venir sur le site de la ville : www.lyslezlannoy.fr

ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR LES ASSOCIATIONS LYSSOISES

AVENIR EUROPÉEN LYSSOIS

Jumelage avec la ville de Lotte en Allemagne

Contact : M. Francis LANDREZ
06 02 73 90 30 / francislandrez@gmail.com

ASSOCIATION HISTORIQUE DE LANNOY, LYS, TOUFLERS

Recueil de photos et de documents anciens

Le lundi de 14h30 à 16h30

Salle Keunebrock

1 rue Descartes

Contact : M. Francis MAHIEU
03 61 92 74 07
histoire.lannoy.lys.toufflers@gmail.com

FRATERNELLE DES ANCIENS COMBATTANTS

Actions de commémoration

Contact : M. Edgard BUINO
06 82 61 40 20 ou 07 88 28 12 09
fraternelle.lannoy.lys.toufflers@gmail.com

SYNDICAT D'INITIATIVES

Le mercredi de 15h à 17h, le samedi de 14h à 17h (*fermé pendant les vacances scolaires*)

Espace culturel Agora-Maurice Codron

199 avenue Paul Bert

Contact : Mme Nathalie PAUWELS
03 20 82 30 90 / natpauwels@gmail.com

ACTIONS PROPOSÉES PAR LE CONSEIL DES SENIORS



BOÎTE À LIVRES

Mises à disposition dans les 5 quartiers de la ville, pour l'échange de livres

MARCHE/PROMENADE

Le mardi matin
RDV Espace culturel Agora-Maurice Codron
199 avenue Paul Bert

Contact : M. Serge WACQUEZ
06 73 34 39 86



LUNDI TOUS AU CINÉ !

Tous les derniers lundis du mois (*sauf en décembre et en juillet et août*), séance de cinéma au Cinéma de Leers

Covoituage possible

RDV à 14h, salle Desmulliez
avenue Paul Bert

Inscription : à partir du 15 de mois au CCAS

Contact : Mme Técla MENAGER
06 52 00 09 67

ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR LE CCAS



ATELIER ART FLORAL

Un mardi par mois de 9h30 à 11h ou de 14h30 à 16h

Espace Maurice Titran
24 rue Arthur Bacro



ATELIER AQUARELLE

Un mardi par mois de 14h à 16h

Espace Maurice Titran
24 rue Arthur Bacro

ATELIER MÉMOIRE

Un mardi par mois de 9h30 à 11h ou de 14h30 à 15h30

Espace Maurice Titran
24 rue Arthur Bacro

BANQUETS DE PRINTEMPS ET D'AUTOMNE ET COLIS

Deux banquets par an sont organisés pour les seniors ainsi qu'une distribution de colis (*paniers garnis*)

+ d'infos : Dans les Lys infos ou au CCAS au 03 20 81 82 06



ATELIER SCULPTURE

Un mardi par mois de 14h à 16h

Espace Maurice Titran
24 rue Arthur Bacro

ATELIER ZÉRO DÉCHET

Création de produits ménagers ou cosmétiques avec des produits naturels

Un jeudi par mois de 14h à 16h

Parc Maréchal
14 rue Jules Guesde

ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR LE CENTRE SOCIAL DES 3 VILLES

ROUBAIX, HEM, LYS-LEZ-LANNOY



MARCHE

Une semaine sur deux, le vendredi à 13h30
(marche d'environ 2 heure)

ATELIER TONICITÉ

Une semaine sur deux, le jeudi de 14h à 16h

SOPHROLOGIE

Le mardi de 14h à 15h



AQUAGYM À LA PISCINE DES 3 VILLES

Le jeudi de 16h30 à 17h30

JEUX DE SOCIÉTÉ/CAFÉ PAPOTE

Le mardi de 14h à 16h
Espace Maurice Titran
24 rue Arthur Bacro

BOXE THÉRAPIE

Une semaine sur deux, le lundi de 14h à 16h

ALPHABÉTISATION

Pour apprendre le français

Une semaine sur deux, le lundi de 14h à 16h



TRICOT

Une semaine sur deux, le jeudi de 9h à 11h

COUTURE

Le jeudi de 16h à 7h30



MARDI CLIC

Atelier numérique
Initiation à la bureautique

Le mardi de 10h à 12h

LES RENDEZ-VOUS DE L'ATELIER PARTAGÉ

Pour réparer vos vieux meubles ou en fabriquer d'autres

Le lundi de 13h30 à 16h30

+ d'infos : Centre Social des 3 Villes
93 avenue du docteur Schweitzer à Hem
03 20 75 49 62 / direction@cs3villes.fr

LES COMITÉS DE QUARTIERS

COMITÉ DE QUARTIER DU BON POSTE

Maison de quartier du Bon Poste

rue des Frères Delreux

Activités et animation proposées :

- Jeux de société les lundis et jeudis de 14h à 17h
- Organisation de la braderie du 1^{er} mai
- Organisation de tombolas
- Distribution des colis aux aînés du quartier

Contact : Mme Odette DESPINOY
03 28 33 89 56 / michelblondeel@sfr.fr

COMITÉ DE QUARTIER COHEM/VERT PRÉ

Salle Leman

Espace culturel Agora-Maurice Codron

199 avenue Paul Bert

Activités et animation proposées :

- Organisation de la braderie du 8 mai
- Distribution des colis aux aînés du quartier
- Organisation d'un loto en octobre

Contact : M. Gaëtan JEANNE
03 20 07 96 97 / 06 11 72 71 68
jeanne.gaetan22@gmail.com

COMITÉ DE QUARTIER DU CENTRE

Maison de quartier du Bon Poste

rue des Frères Delreux

Activités et animation proposées :

- Jeux de société le lundi de 14h à 16h
- Organisation de la braderie du quartier
- Implication du comité au Téléthon
- Distribution des colis aux aînés du quartier
- Organisation de tombolas

Contact : M. Michel BLONDEEL
06 68 24 24 17 / comiteducentre@orange.fr

COMITÉ DE QUARTIER JULES GUESDE/JUSTICE

Espace Maurice Titran

24 rue Arthur Bacro

Activités et animation proposées :

- Chasse aux oeufs
- Braderies des Lavandières et Jules Guesde/Justice
- Voyage d'une journée à la mer
- Goûter de la Saint-Nicolas
- Thé dansant durant la semaine bleue
- Atelier couronne de Noël
- Distribution des colis aux aînés du quartier

Contact : M. Philippe DE BRUILLE
06 19 74 32 86 / debruille.philippe@neuf.fr

COMITÉ DE QUARTIER DU FRESNOY

Maison de quartier du Fresnoy «Xavier Watteau»

31 rue du Fresnoy

Activités et animation proposées :

- Accueil le lundi de 14h à 18h
- Belote le jeudi de 14h à 18h
- Confection d'objets, travaux manuels le jeudi de 14h à 17h
- Banquet des aînés du quartier en novembre
- Distribution des colis aux aînés du quartier
- Festivités du Fresnoy le dernier weekend d'août (*brocante, tournoi de belote, randonnée pédestres, concours de pétanque, tir à l'arc, repas champêtre...*)
- Expositions

Contact : M. Daniel TAVERNIER
06 84 36 47 66 / comitedufresnoy@free.fr



NUMÉROS À COMPOSER GRATUITEMENT EN CAS D'URGENCE

15 - SAMU / Urgences médicales

17 - Intervention de la Police

18 - Intervention des Pompiers

112 - Numéro des urgences sécuritaires, de secours aux personnes. Accessible dans toute l'Union Européenne. Ce numéro unique centralise la police, les pompiers et les services médicaux d'urgence.

114 - Numéro national d'appel d'urgence qui permet aux personnes sourdes et malentendantes d'alerter les services de secours par appel, en visio ou par sms.

115 - Samu social, venant en aide aux personnes démunies

119 - Numéro dédié à la prévention et à la protection des enfants en danger ou en risque de l'être.

197 - Alerte attentat / Alerte enlèvement

3919 - Numéro dédié pour les femmes victimes de violences (*plus particulièrement conjugales*).

39 89 - Tabac info service

09 80 98 09 30 - Alcool info services

0 800 23 13 13 - Drogues info services

31 14 - Prévention suicide, pour les personnes en détresse psychologique

116 006 - France victime - Si vous ou un de vos proches êtes victimes de violences physiques, sexuelles ou psychologiques, d'un accident de la route, d'un vol ou d'une escroquerie, ou de n'importe quel autre fait qui vous porte préjudice...