

Le CLIC de l'Avesnois-Relais Autonomie vous accueille

du lundi au vendredi de 9h00 à 12h00 et de 13h00 à 17h00
au 5 rue Jeanne Lalain - 59440 Avesnes-sur-Helpe

Brain Ball

WILLIES : 4 rue de Liessies
A côté de la mairie (ancienne salle de classe)
Le jeudi de 11h à 12h
16 janvier – 30 janvier – 27 février- 13 mars
27 mars- 24 avril – 22 mai – 12 juin – 26 juin

TRELON : rue Clavon Collignon
Salle de la Voie du Coquelicot
Le jeudi de 11h à 12h
23 janvier – 06 février – 06 mars – 20 mars
03 avril – 15 mai – 05 juin – 19 juin

Ciné Seniors Participatif

FOURMIES au Cinéma le Palace
Ouverture des portes 13h45
20 janvier – 17 février- 17 mars
28 avril – 19 mai
Participation de 2 €

AVESNES au Cinéma le Caméo
Ouverture des portes 13h15
06 janvier – 03 février – 03 mars
31 mars-05 mai- 02 juin
Participation de 2€ pour les 50 premiers inscrit,
4€ pour les suivants

CAFE TRICOT

AVESNES-SUR-HELPE au Clic de l'Avesnois
Lundi de 14h à 17h
27 janvier-24 février-24 mars
14 avril-26 mai-23 juin
Matériel à disposition sur place



Programme seniors
janvier- juin 2025



CLIC de l'Avesnois-Relais Autonomie
5, rue Jeanne de Lallaing - 59440 Avesnes sur Helpe

 **03 27 57 54 33**

 clic.centre@clic-avesnois.fr

 CLIC Avesnois Relais Autonomie

Programme 2025 du « Bien Vieillir » avec le CLIC de l'Avesnois



Café-Deuil

AVESNES-SUR-HELPE au CLIC de l'Avesnois
Jeudi de 14h00 à 16h00
09 janvier – 13 février – 13 mars
10 avril – 15 mai – 12 juin



Seniors au Volant

SAINS DU NORD, Salle du Conseil de la Mairie
Mercredi 9h00 à 12h00

04 juin – 11 juin – 18 juin – 25 juin
02 juillet – 09 juillet



Danse de Salon

OHAIN, Salle des fêtes
Les lundis de 14h à 15h

13 janvier – 27 janvier – 10 février
24 février – 10 mars – 24 mars



« Je(u)dis » des Aidants

AVESNES-SUR-HELPE
Centre Hospitalier du Pays d'Avesnes
De 14h30 à 16h00.
23 janvier-20 février-20 mars

Inscription Plateforme de Répit Sambre Avesnois
07 84 29 21 62



Art Floral

ANOR à la Salle de la Malterie
16 rue du Général de Gaulle
Les Lundis 09h30 à 11h30
10 février – 07 avril – 07 juillet



Atelier Relaxation

PRISCHES à la Salle des Associations
Les Lundis de 14h à 15h
13 janvier – 10 février – 10 mars
Pensez à prendre un tapis et un coussin



SELF Défense

ETROEUNGT tous les mercredis du 15 janvier au 25 juin de 10h à 11h
GLAGEON tous les jeudis du 16 janvier au 26 juin de 10h30 à 11h30
WIGNEHIES tous les mardis du 14 janvier au 24 juin de 10h à 11h

Attention : Activités hors vacances scolaires et jours fériés.

