

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 Lallaing - 59440 Avesnes-sur-Helpe



Brain Ball

***BAIVES :** salle des fêtes

A côté de la mairie (ancienne salle de classe)

Le jeudi de 11h à 12h

22 janvier – 05 février – 05 mars

19 mars – 02 avril – 30 avril

21 mai – 04 juin – 18 juin

TRELON : rue Clavon Collignon

Salle de la Voie du Coquelicot

Le jeudi de 11h à 12h

15 janvier – 29 janvier – 12 février

12 mars – 26 mars – 09 avril – 07 mai

28 mai – 25 juin



Ciné Seniors Participatif

FOURMIES au Cinéma le Palace

Ouverture des portes 13h15

19 janvier – 09 février – 16 mars

27 avril – 18 mai – 15 juin

Participation de 2 €

AVESNES au Cinéma le Caméo

Ouverture des portes 13h15

12 janvier – 16 février – 02 mars

30 mars – 04 mai – 01 juin

Participation de 2€ pour les 50 premiers inscrits,

4€ pour les suivants



Café Tricot

AVESNES-SUR-HELPE au Clic de l'Avesnois

Lundi de 14h à 17h

26 janvier – 23 février – 23 mars –

27 avril – 18 mai – 29 juin

Matériel à disposition sur place



PROGRAMME SENIORS JANVIER À JUIN 2026

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 2026 du « Bien Vieillir » avec le CLIC de l'Avesnois



Café-Deuil

AVESNES-SUR-HELPE au CLIC de l'Avesnois
Jeudi de 14h00 à 16h00
29 janvier – 26 février – 26 mars
***FERON** au siège de l'association
3C rue du Buisson Barbet
30 avril – 28 mai – 25 juin



Seniors au Volant

GLAGEON, Salle le salon d'honneur
« Luce Boulanger » à la Mairie
Mercredi 9h00 à 12h00
04 mars – 11 mars – 18 mars – 25 mars
01 avril – 08 avril



Danse de Salon

OHAIN, Salle des fêtes
Les lundis de 14h à 15h
12 janvier – 26 janvier – 16 février
23 février – 09 mars – 23 mars
13 avril – 20 avril – 04 mai
11 mai – 08 juin – 22 juin



« Je(u)dis » des Aidants

AVESNES-SUR-HELPE
Centre Hospitalier du Pays d'Avesnes
De 14h30 à 16h00.
22 janvier-12 février-19 mars
Inscription Plateforme de Répit Sambre Avesnois
07 84 29 21 62



Le Parcours équilibre

Wignehies, Salle de l'Ecole Henri Matisse
Les jeudis de 14h à 16h :
19 – 26 mars
02 – 09 – 16 – 23 avril
Les jeudis de 14h à 15h30 :
30 avril – 07 – 21 – 28 mai
04 – 11 – 18 – 25 juin



SELF Défense

ETROEUNGT tous les mercredis du
14 janvier au 24 juin de 10h à 11h
GLAGEON tous les jeudis du 15
janvier au 25 juin de 10h30 à 11h30
WIGNEHIES tous les mardis du 13
janvier au 30 juin de 10h à 11h
Attention : Activités hors vacances
scolaires et jours fériés.