



Bienvenue

Plannings des CERA

Centre d'Expression de Rencontre et d'Animation



NOVEMBRE

Villeneuve d'Ascq
Une ville en mouvement

LA MAISON DES AÎNÉS
Villeneuve d'Ascq

LABEL AMI des AÎNÉS

Chères Villeneuvoises, Chers Villeneuvois,

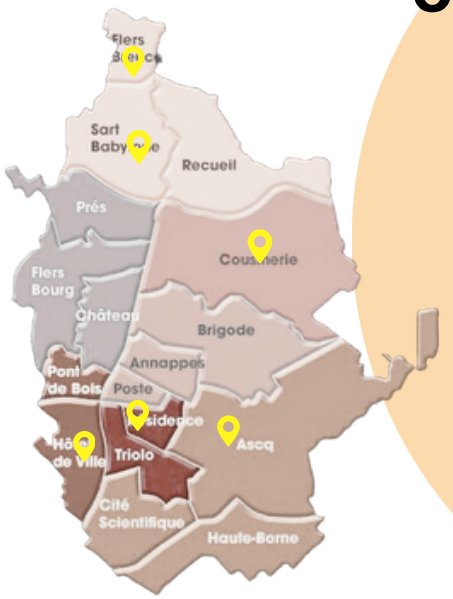
Les Centres d'Expression, de Rencontre et d'Animation (CERA) sont bien plus que de simples lieux d'activités : ce sont des espaces de vie, de partage et de création qui participent pleinement à la vie de notre ville. Chaque mois, nos équipes s'engagent à vous proposer un programme varié, accessible à tous, où culture, détente et rencontres se mêlent pour favoriser le bien-être et le lien social.

Que vous soyez passionné d'art, curieux de nouvelles découvertes ou simplement en quête d'un moment de convivialité, les CERA sont là pour vous. Ces lieux, qui nous rassemblent et nous ressemblent, sont le reflet de notre engagement collectif en faveur d'une ville dynamique et solidaire.
Nous tenons à saluer et à remercier toutes celles et ceux qui, par leur engagement et leur enthousiasme, participent à la dynamique des CERA. Votre énergie et votre enthousiasme sont la clé de leur réussite. Ensemble, faisons de ces lieux des espaces d'épanouissement et de partage.

L'Adjointe au Maire,
déléguée aux Aînés et à la santé

Le Maire,

Où trouver les CERA ?



Les CERA sont répartis dans la ville afin d'être **au plus proche de chez vous** et de favoriser un accès simple et **convivial**. Chaque lieu propose un cadre accueillant, propice aux échanges et aux activités.
Six CERA sont actuellement ouverts aux horaires indiqués sur les plannings, dans une ambiance chaleureuse.

1. **CERA Jean Baptiste Clément**
   3 rue de Copenhague, quartier Cousinerie
2. **CERA Bizet**
   11 boulevard Bizet, quartier Annappes / Poste / Résidence
3. **CERA Delrue**
   165 rue Jean Jaurès, quartier Breucq
   Dans le parc, derrière la mairie du Breucq
4. **CERA Jean Vilar**
   3 rue Jean Vilar - quartier Pont de bois / Centre Ville
   à droite de la ludothèque et de la salle de billard
5. **CERA Delesalle**
   38 Rue du Dr Roux - quartier Ascq
6. **CERA Arc en ciel**
   62 boulevard Albert 1er - quartier Babylone

Qu’est ce que les CERA ?

CENTRE D’EXPRESSION DE RENCONTRE ET D’ANIMATION

Ouverts aux usagers inscrits de la Maison des Aînés
Lieux de rencontre et d'animations à vocation culturelle, cognitive et sportive.
Deux animatrices mobiles vous proposent des activités variées vous permettant de passer un agréable moment de convivialité et de découvrir de nouvelles pratiques.

Demandez le programme !

Chaque mois un planning d’activité vous est envoyé par mail ou donné en main propre à la maison des aînés et dans les CERA.
Ces plannings reprennent toutes les activités proposées dans les cinq CERA ainsi que leurs horaires et modalités d’inscription.

Pour participer à une activité, il vous suffit de vous rendre au CERA souhaité à l’horaire indiqué, les animatrices vous accueilleront.

Seules les activités sur inscription nécessite un SMS à la coordinatrice de CERA dont le numéro est indiqué sur les planning.

Informations et contacts

Maison des aînés : 03 28 77 45 20

Les dates clés !

🎨 **Ateliers d’arts plastiques – Les paysages en transition**
En partenariat avec L’Atelier 2, venez découvrir et expérimenter différentes pratiques artistiques autour du thème des paysages en transition.
Accompagnés par une médiatrice et une artiste, vous pourrez tester une mallette pédagogique conçue dans le cadre d’un projet Erasmus et laisser libre cours à votre créativité.
Mercredi 4 novembre JB Clément, Lundi 9 novembre au CERA Bizet, Lundi 16 novembre au CERA Delrue

🎭 **Sortie théâtre – Le Malade imaginaire de Molière**
Rendez-vous chez QUANTA pour découvrir une adaptation drôle et décalée du célèbre Malade imaginaire de Molière. Cinq comédiens donnent vie à douze personnages dans une mise en scène pleine d’humour. Une belle occasion de profiter d’un moment culturel et convivial !
Vendredi 6 novembre à 13 h 45 chez QUANTA.

🥞 **Atelier cuisine – Un moment de bonheur**
En partenariat avec l’association junior Un Moment de Bonheur, venez préparer et déguster de délicieuses crêpes ! Cet atelier sera l’occasion de partager un moment gourmand et convivial, tout en découvrant une association qui favorise le lien social et la solidarité.
Un temps de rencontre et de partage à savourer ensemble !
Lundi 16 novembre après-midi à JB Clément

💃 **Danse de Noël – Préparons la guinguette !**
Comme l’année dernière, nous préparons la traditionnelle danse de Noël qui sera présentée lors de la guinguette de Noël à l’Espace Concorde ! 🎄
Vous avez envie de participer ? Rejoignez-nous pour apprendre la chorégraphie dans une ambiance conviviale et festive. Que vous soyez à l’aise avec la danse ou simplement curieux de découvrir, vous êtes les bienvenus pour partager ce moment avec nous !

Toutes ces activités sont sur inscription auprès des animatrices CERA





Atelier réalité augmentée avec Lumeen et l'association Artaban à JBC





Atelier culinaire à Delrue

Atelier Pop-Up photomontage avec la compagnie La Vache Bleue à Delrue











Premier atelier couture sur machine à Delesalle





CERA Arc en ciel

	Lundi 2 Nov	Mercredi 4 Nov	Dimanche 8 Nov
9 H 30 – 12 H 00			
14 H 30 - 16 H 30	Belote	Scrabble	Jeux de société

	Lundi 9 Nov	Mercredi 11 Nov	Dimanche 15 Nov
9 H 30 – 12 H 00			
14 H 30 - 16 H 30	Belote	**FÉRIÉ**	Jeux de société

	Lundi 16 Nov	Mercredi 18 Nov	Dimanche 22 Nov
9 H 30 – 12 H 00			
14 H 30 - 16 H 30	Belote	Scrabble	Jeux de société

	Lundi 23 Nov	Mercredi 25 Nov	Dimanche 29 Nov
9 H 30 – 12 H 00			
14 H 30 - 16 H 30	Belote	Scrabble	Jeux de société

	Lundi 30 Nov
9 H 30 – 12 H 00	
14 H 30 - 16 H 30	Belote

CERA Delrue

	Lundi 2 Nov	Mercredi 4 Nov	Jeudi 5 Nov
9 H 30 – 12 H	Quiz Culture G	Jeux de société	Atelier créatif
14 H 30 - 16 H 30			

	Lundi 9 Nov	Mercredi 11 Nov	Jeudi 12 Nov
9 H 30 – 12 H 00	Gym du cerveau	**FÉRIÉ**	Atelier créatif
14 H 30 - 16 H 30			

	Lundi 16 Nov	Mercredi 18 Nov	Jeudi 19 Nov
9 H 30 – 12 H 00	**Atelier par atelier 2***	**FERMÉ**	**FERMÉ**
14 H 30 - 16 H 30			

	Lundi 23 Nov	Mercredi 25 Nov	Jeudi 26 Nov
9 H 30 – 12 H 00	Fresque	**FERMÉ**	Quiz Culture G
14 H 30 - 16 H 30			

	Lundi 30 Nov
9 H 30 – 12 H 00	Danse de Noël
14 H 30 - 16 H 30	

CERA

	Lundi 2 Nov
9 H 30 – 12 H 00	**FERMÉ**
14 H 30 - 16 H 30	

	Lundi 9 Nov
9 H 30 – 12 H 00	Jeux de société
14 H 30 - 16 H 30	**Atelier par Atelier 2***

	Lundi 16 Nov
9 H 30 – 12 H 00	**FERMÉ**
14 H 30 - 16 H 30	

	Lundi 22 Nov
9 H 30 – 12 H 00	Atelier Créatif
14 H 30 - 16 H 30	Jeux de société

	Lundi 30 Nov
9 H 30 – 12 H 00	Gym du cerveau
14 H 30 - 16 H 30	Atelier Créatif

Bizet

Jeudi 5 Nov	Vendredi 6 Nov
Dessiner c'est gagner	**FERMÉ**
Jeux de société	

Jeudi 12 Nov	Vendredi 13 Nov
Gym du cerveau	Jeux de société
Jeux de société	

Jeudi 19 Nov	Vendredi 20 Nov
FERMÉ	**FERMÉ**

Jeudi 26 Nov	Vendredi 27 Nov
FERMÉ	Couture sur machine

CERA Jean Vilar

L'accueil se fera à l'espace 75 Chaussée de l'hôtel de ville !

	Jeudi 5 Nov	Vendredi 6 Nov
9 H 30 – 12 H 00	Jeux de société	
14 H 30 - 16 H 30		**Théâtre Quanta***

	Jeudi 12 Nov	Vendredi 13 Nov
9 H 30 – 12 H 00	Time's Up	
14 H 30 - 16 H 30		Aquarelle

	Jeudi 19 Nov	Vendredi 20 Nov
9 H 30 – 12 H 00	**FERMÉ**	
14 H 30 - 16 H 30		**FERMÉ**

	Jeudi 26 Nov	Vendredi 27 Nov
9 H 30 – 12 H 00	Tous en mouvement !	
14 H 30 - 16 H 30		Jeux de société

CERA Delesalle

	Mercredi 4 Nov	Jeudi 5 Nov
9 H 30 – 12 H 00		
14 H 30 - 16 H 30	Atelier créatif	Time's up

	Mercredi 11 Nov	Jeudi 12 Nov
9 H 30 – 12 H 00		
14 H 30 - 16 H 30	**FÉRIÉ**	Danse de noël !

	Mercredi 18 Nov	Jeudi 19 Nov
9 H 30 – 12 H 00		
14 H 30 - 16 H 30	**FERMÉ**	**FERMÉ**

	Mercredi 25 Nov	Jeudi 26 Nov
9 H 30 – 12 H 00		
14 H 30 - 16 H 30	Jeux de société	Couture sur machine

CERA Jean Baptiste Clément

	Lundi 2 Nov	Mercredi 4 Nov	Jeudi 5 Nov	Vendredi 6 Nov
9 H 30 – 12 H 00	Mots croisés géant			Questions pour un champion
14 H 30 - 16 H	Pétanque	**Atelier Atelier 2***	Jeux de société	**Théâtre Quanta***

	Lundi 9 Nov	Mercredi 11 Nov	Jeudi 12 Nov	Vendredi 13 Nov
9 H 30 – 12 H 00	Puzzle	**FÉRIÉ**		Diamond dioz
14 H 30 - 16 H 30	Pétanque		Jeux de société	Belote

	Lundi 16 Nov	Mercredi 18 Nov	Jeudi 19 Nov	Vendredi 20 Nov
9 H 30 – 12 H 00		Fresque		Danse de noël
14 H 30 - 16 H 30	**Atelier culinaire***	Karaoké	**FERMÉ**	Pétanque

	Lundi 23 Nov	Mercredi 25 Nov	Jeudi 26 Nov	Vendredi 27 Nov
9 H 30 – 12 H 00	Café papote	Fresque		Flechette
14 H 30 - 16 H 30	Belote	Karaoké + Atelier créa	**FERMÉ**	Pétanque

	Lundi 30 Nov
9 H 30 – 12 H 00	Mots croisés géant
14 H 30 - 16 H 30	Pétanque