

# PROGRAMME

Janvier - juin 2025

-  Animations
-  Informations
-  Permanences
-  Démarches participatives



Maisons  
des  
Solidarités

Situées au cœur des quartiers Marais et Mitterrie, au plus proche de vous, les « Maisons des Solidarités » vous accompagnent dans vos démarches participatives en lien avec les évolutions de vos quartiers. A la fois lieu d'information, de permanences, d'échanges et d'activités, les Maisons des Solidarités sont ouvertes à toutes et à tous ! Linda, Xavier, Dominique et Nathalie vous proposent des activités diverses et variées.

## Nos Ateliers

### CUISINE

Cuisine antigaspi, Cuisine terroir, Cuisine du monde, cuisine prévention, cuisine bien vieillir (+ 60 ans) de multiples façons de cuisiner des repas équilibrés



### VIVEZ BOUGEZ

Chaussez vos baskets l'activité physique ce n'est pas que pour les autres, retrouvez le plaisir de marcher, faire de la gym tout en douceur dans la bonne humeur.

### JARDIN PARTAGÉ

Une opportunité de se connecter aux autres et à la nature et de connaître toutes les astuces du jardinage.

### CONSUM'ACTION

Des astuces, des achats en commun, des défis et si la coopération permettait de faire des économies et de mieux gérer son budget.

### MERCREDI FAMILLE

Un temps privilégié avec vos enfants ; sorties, cuisine goûters.

### INITIATION AU FRANÇAIS

Vous souhaitez apprendre à parler, lire, écrire en français ? Des bénévoles vous accompagnent, la solidarité est concrète et l'enrichissement mutuel.

### DO IT YOURSELF

Faire soi-même c'est économique et écologique, couture, tricot.

### TROC DE BIENS ET SERVICES (marais)

De l'or dans les mains ou dans les placards, chaque premier mercredi du mois venez échanger et partager

## Nos Actions Partenariales

### PREVENTION SANTE

Ateliers à destination des publics sénior (+60ans)  
Gym équilibre, mémoire, sénior.

MARAIS	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
MATIN	/	/	CUISINE 	JARDIN ET BRICOLAGE 9h30-11h30  INITIATION AU FRANÇAIS 9h-11h 	COUTURE 9h30-11h30 
					<i>Permanence compost (8h-9h30)</i>
APRÈS-MIDI	CONSUM' ACTION 14h-16h 	JEUX DE SOCIÉTÉ 14h-17h  INITIATION AU FRANÇAIS 14h-16h 	MERCREDI FAMILLE 14h-16h30  ATELIER TRICOT/CROCHET 14h <i>Permanence compost (14h-15h30)</i>	VIVEZ BOUGEZ 14h-15h  COUTURE 14h-16h30 	JEUX DE SOCIÉTÉ 14h-17h 

MITTERIE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
MATIN	/	/	INITIATION FRANÇAIS 9h30-11h30 	VIVEZ BOUGEZ 9h30-10h30 	CUISINE 9h30-11h30 
APRÈS-MIDI	A VOS AIGUILLES (TRICOT/CROCHET) 14h-16h 	INITIATION FRANÇAIS 14h30-16h30 	MERCREDI FAMILLE 14h-16h30  <i>Permanence compost (14h-15h30)</i>	PASSION COUTURE 14h-16h30 	JEUX DE SOCIÉTÉ 14h-16h30 

# Nos Permanences

Ces permanences ont pour objectifs de favoriser la proximité et simplifier l'accès aux services délivrés par la Ville et par les partenaires institutionnels.

## **Pour vous accompagner dans vos démarches quotidiennes (chargés d'accueil juridique et écrivains publics de la Maison du Citoyen et des Solidarités) :**

**À la Maison des Solidarités Marais :** vendredis 10/01, 14/02, 14/03, 11/04, 9/05 et 13/06 de 9h30 à 12h sur rendez-vous

**À la Maison des Solidarités Mitterrie :** vendredis 24/01, 28/02, 28/03, 25/04, 23/05 et 27/06 de 9h30 à 12h sur rendez-vous

## **Maison Nord Solidarités (assistante sociale du Département) :**

**À la Maison des Solidarités Marais :** le lundi de 14h à 16h, sur rendez-vous auprès de la Maison Nord Solidarités (03 59 73 78 20)

**À la Maison des Solidarités Mitterrie :** le mardi de 13h30 à 15h30 sur rendez-vous auprès de la Maison Nord Solidarités (03 59 73 78 20)

## **Association CNL (Confédération Nationale du Logement) :**

**À la Maison des Solidarités Marais :** sans rendez-vous les jeudis 27/02, 27/03, 24/04, 22/05 et 26/06.

**À la Maison des Solidarités Mitterrie :** sans rendez-vous les jeudis 20/02, 20/03, 17/04, 15/05 et 19/06.

## **Infos aux Maisons des Solidarités.**

## **Police Municipale et Brigade Cadre de Vie :**

**À la Maison des Solidarités Marais :** un rendez-vous par mois, les mercredis 19/02, 19/03, 16/04, 21/05 et 18/06 de 16h à 17h.

## **Pour accompagner les adolescents et jeunes adultes (service Jeunesse et Mission Locale Lille Avenir) :**

**À la Maison des Solidarités Marais :** un rendez-vous tous les deux mois avec un temps collectif parents-jeunes le mardi après-midi et un temps individuel avec les jeunes le mercredi après-midi sur rendez-vous

## **Pour vous accompagner dans vos démarches santé (Prev' Santé MEL) :**

**À la Maison des Solidarités Marais :** le mercredi (pour les Lommois orientés par les professionnels de santé auprès de l'association) dans le cadre du dispositif « Mission Retrouve ton Cap »

## **Pour vous accompagner dans vos démarches de consommation durable (vente de produits bio et/ou locaux à des prix accessibles) :**

**À la Maison des Solidarités Marais :** passage des commandes les lundis 6/01, 10/02, 17/03 et 21/04 de 16h à 17h30, et retrait des commandes les lundis 20/01, 24/02, 31/03, 05/05 et 16/06 de 15h30 à 19h.

## **CLCV (consommation logement cadre de vie) :**

**À la Maison des Solidarités Marais :** 1<sup>er</sup> et 3<sup>ème</sup> mercredi du mois de 15h à 17h30

**Maison des Solidarités du Marais**  
16/2 rue Thénard - 59160 Lomme  
Tél. : 03 20 93 03 85

**Maison des Solidarités de la Mitterrie**  
Allée des Châtaigniers - 59160 Lomme  
Tél. : 03 20 93 14 27

[maisondessolidarites@mairie-lomme.fr](mailto:maisondessolidarites@mairie-lomme.fr)

**Lundi et mardi : 13h30 - 17h30**  
**Mercredi, jeudi et vendredi : 8h30 - 12h et 13h30 - 17h30**