

S'informer  
Prendre soin de soi  
Sortir et bouger  
Connaître ses droits  
Se loger  
Vivre ensemble



# Le guide **seniors** 2025





## **Chères Bailleuloises, chers Bailleulois,**

C'est avec une grande joie que je vous présente ce guide réalisé par des seniors pour les seniors.

Ce document émane des idées, des besoins et des envies que vous avez exprimés dans le cadre de l'enquête « Senior à Bailleul : je donne mon avis » menée en 2022 par le Conseil des seniors. Il a été conçu pour vous accompagner dans votre quotidien et vient compléter le guide bailleulois, déjà disponible dans les lieux publics et dans l'ensemble des services de la Ville.

Ce guide s'inscrit pleinement dans le plan d'action 2023-2026 « Ville amie des aînés » : un programme que nous avons mis en place pour favoriser un vieillissement actif à Bailleul.

Je tiens ici à exprimer ma gratitude envers les membres du Conseil des seniors. Ils prennent à cœur leur mandat en menant des projets qui bénéficient à tous, accompagnés par les élus de la municipalité et les agents de la Ville. Leur investissement dans la vie municipale et leur présence lors des grands rendez-vous qui rythment notre collectivité sont essentiels.

« Rester à votre écoute », telle est l'une des raisons d'être du Conseil des seniors et je suis fier de voir cette mission pleinement accomplie à travers l'aboutissement de ce projet.

Je vous souhaite une excellente lecture de ce guide qui, je l'espère, saura être un compagnon utile dans votre vie quotidienne.

**Bien à vous,**

**Antony Gautier,  
Maire de Bailleul**



**Ce guide a été réalisé par le Conseil des seniors de la Ville de Bailleul.**

Le Conseil des seniors est une instance de proposition et de concertation qui a pour but d'aider les Bailleuloises et les Bailleulois seniors dans leur vie de tous les jours. Le Conseil des seniors est un relais entre la population et la municipalité.

# Sommaire

S'informer .....	4
Prendre soin de soi .....	10
Sortir et bouger .....	14
Connaître ses droits .....	18
Se loger .....	22
Vivre ensemble .....	26



## Bailleul, Ville amie des aînés

**En 2021**, la Ville de Bailleul a adhéré au Réseau Francophone « Villes Amies des Aînés ».

**Un plan d'action 2023-2026** a été mis en place pour favoriser le vieillissement actif à Bailleul.





**S'informar**

## La mairie vous accueille

Grand'Place Charles de Gaulle - 03 28 50 06 00

Le lundi, mardi, mercredi et vendredi de 8h à 12h et de 13h30 à 17h30

Le jeudi à partir de 10h et le samedi de 9h à 12h

## CCAS

41 rue d'Ypres - 03 28 50 36 20

Du lundi au vendredi

de 8h à 12h et de 13h30 à 17h30

- Service d'action sociale
- France Services (guichet unique : démarches administratives centralisées)
- Point conseil budget
- Relais autonomie
- Permanences sur rendez-vous (à prendre directement auprès des organismes) : CAF, Centre des impôts, Assurance Retraite Carsat, retraite complémentaire AGIRC ARRCO, association MISS pour la mutuelle communale...

## Rendez-vous

### Maison France Services

41 rue d'Ypres - 01 84 90 36 46

Guichet unique : démarches administratives centralisées

## Point info seniors

Rue Paul Perrier - 03 28 50 36 25

Borne disponible à l'Espace  
Part'âge Joséphine Baker

Du lundi au vendredi

de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h30



## Numéros utiles

- La Poste 3631
- CPAM 36 46
- CAF 32 30
- Centre des Finances Publiques d'Hazebrouck  
03 28 42 61 61 - 0 809 401 401  
(service gratuit + coût de l'appel)
- Assurance retraite Carsat 39 60
- Retraite complémentaire AGIRC  
ARRCO 0 970 660 660 (service gratuit + coût de l'appel)

## Urgences

- SAMU : 15
- Police : 17
- Pompiers : 18
- Appel d'urgence européen : 112
- Centre anti-poison : 08 00 59 59 59
- SOS mains : 03 59 75 57 55

## Sécurité et incivilité

- Gendarmerie : 03 28 49 00 72
- Police municipale : 06 40 60 45 21
- Police nationale : 03 28 50 32 10

## Santé

- SOS médecins ou médecin de garde : 116 117
- Centre Hospitalier Bailleul  
03 28 43 70 00  
40 rue de Lille

Prenez rendez-vous par  
téléphone

03 28 43 70 00 40

**Service de médecine gériatrique**  
de 24 lits dont 5 en soins palliatifs  
**Service de soins de suite  
gériatrique** de 30 lits dont 4 en  
soins palliatifs et 2 en AVC  
**Hôpital de jour** de 4 lits

**Consultations spécialisées :**  
cardiologie, diabétologie,  
diététique, gériatrie, gynécologie,  
néphrologie, ophtalmologie, ORL,  
pédiatrie, pneumologie, sage-  
femme, traumatologie, urologie,  
neurologie...

**Imagerie médicale :** radiologie,  
échographie, panoramiques  
dentaires, cone beam...

## Dépannage

**N° vert urgence sécurité gaz :**  
0 800 47 33 33  
(service et appel gratuits)

**Service dépannage d'Enedis,  
gestionnaire réseau  
d'électricité :**  
09 72 67 50 59 (numéro non surtaxé,  
24h/24 et 7j/7)

## Infirmiers

BAERT Virginie .....	03 28 41 21 83
BOULET Caroline .....	06 81 21 66 32
CALLIEU Nicolas .....	06 01 86 78 25
CRÉNEAU Stéphanie .....	06 24 46 63 22
DEHONDT Claire .....	06 15 20 30 40
DELAIRE Alain .....	06 74 26 31 56
DELELIGNE Karine .....	06 09 62 79 33
DELOBEL Virginie .....	06 68 34 18 47
DERUWEZ Delphine .....	03 28 41 21 18
LEFEBVRE Emmanuelle .....	06 82 45 76 24
LEURS - DELANGUE Sophie .....	06 62 02 18 68
MARTIN Valérie .....	03 28 49 70 58
MOREL Isabelle .....	06 86 69 31 39
PACCOU Christelle .....	06 43 26 58 04
SPEER Virginie .....	06 76 13 89 55
STARK Sandrine .....	06 75 95 54 81
SWYNDAUW Anne-Sophie .....	06 09 62 79 33
TERRIER Jennifer .....	06 66 56 09 73
TOUQUET Céline .....	06 29 70 03 19

## Transport

### Taxis

Luttun 06 08 46 82 88

### Ambulances

Flandres Ambulances

03 28 48 73 16

Bailleul Ambulances

03 28 49 06 98

Arc-en-ciel Ambulances

03 28 41 88 04

### Transport solidaire

Solidarité Handi-Flandres

06 12 21 25 37

### SNCF

La gare est ouverte du lundi au vendredi, de 6h à 13h et de 14h à 19h, le samedi de 9h à 13h et de 14h à 17h et le dimanche (et fêtes) de 15h à 19h

### Autocar interurbain

« Arc en ciel » Point de vente

17 rue Dufour

03 28 50 36 36

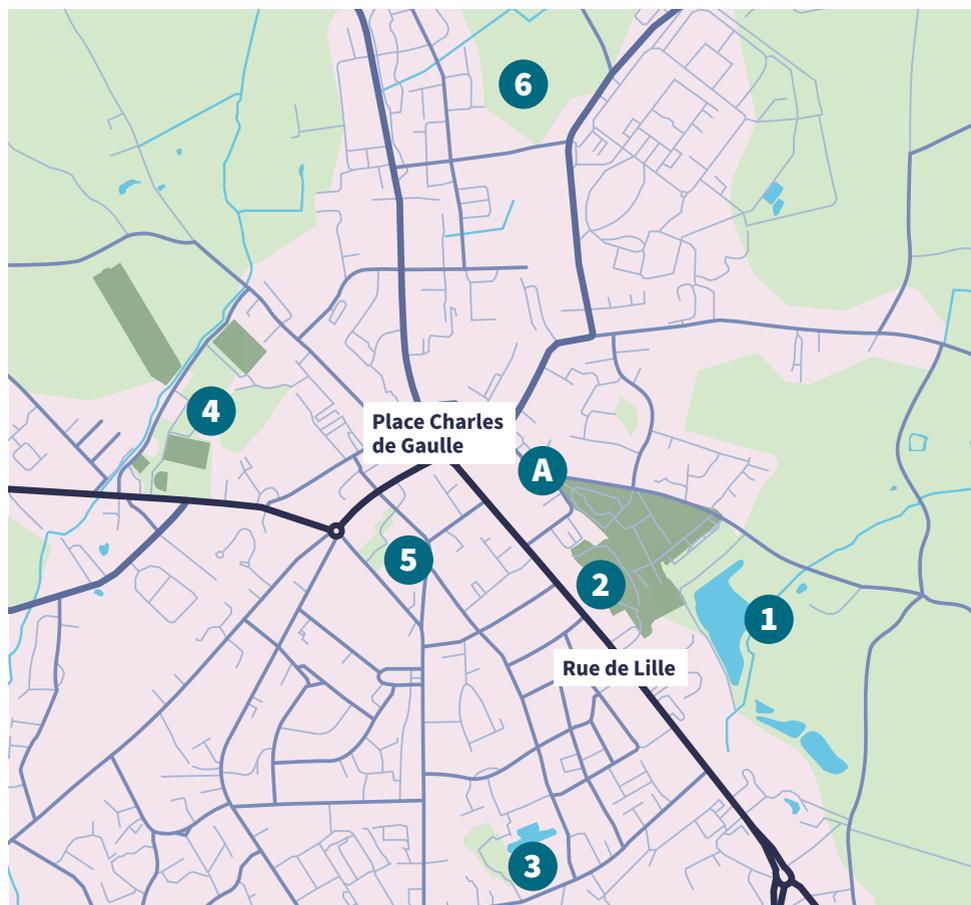
**La Poste**

2 rue de Lille, 59270 Bailleul  
Du mardi au vendredi de 9h à 12h  
et de 14h à 17h  
Le samedi de 9h à 12h

**Déchetterie de Bailleul**

701 rue des Roseaux,  
59270 Bailleul  
Du lundi au samedi sauf le mardi  
de 10h à 12h30 et de 14h à 18h





## Espaces verts

- 1 Espace naturel Bellekindt
- 2 Parc Honoré Declercq
- 3 Parc Pasteur
- 4 Parc Grubbe
- 5 Jardin public
- 6 ZAC des collines

## Cimetières

- A Cimetière Centre  
Rue des Sœurs Noires
- Cimetière d'Outtersteene  
Route de la Belle Croix
- Cimetière de La Crèche  
Rue de la Serpentine
- Cimetière du Steent'Je  
Pluymstraete

**Ouverts tous les jours de 9h à 19h**



**Prendre soin  
de soi**



## Services d'aide à domicile

### CCAS

Le CCAS à Bailleul c'est un peu comme votre allié dans la ville. Il s'occupe des questions sociales qui vous tiennent à cœur, comme l'aide aux personnes âgées, aux personnes handicapées ou même l'assistance pour les familles qui en ont besoin. C'est ici que vous pouvez trouver du soutien, des conseils et des services qui vous aident dans votre quotidien.

### SSIAD

Le SSIAD vous apporte les soins médicaux dont vous avez besoin tout en restant dans le confort de votre foyer. Que ce soit pour changer des pansements, surveiller votre santé ou simplement vous tenir compagnie, le SSIAD vous aide à rester en forme et heureux chez vous.

### SAAD

Le SAAD vous aide pour les tâches de la maison comme le ménage, les courses ou même la préparation des repas. Le SSAD peut également vous accompagner dans vos démarches administratives ou vous apporter un peu de compagnie et de réconfort.

### ESAD

L'ESAD est une équipe spécialisée qui vient chez vous pour vous aider si vous, ou un proche, êtes touchés par les maladies cognitives. Leur objectif est de vous soutenir à domicile en comprenant vos besoins spécifiques liés à la maladie et en vous offrant des conseils et des activités adaptées.

**Le lundi de 13h30 à 17h, du mardi au vendredi de 8h à 12h et de 13h30 à 17h, sans rendez-vous.**  
**41 rue d'Ypres · 03 28 49 24 03**

**Téléalarme du Nord – Mondial Assistance**

0 811 650 700

85 quai de Beauvais,  
59280 Armentières**Association Flandre Lys  
Autonomie 03 59 26 03 20****Centre Local d'Information  
et de Coordination**321 route d'Hazebrouck,  
59190 Caëstre**Maison des aidants 03 20 48 11 54****Centre médical des Monts  
de Flandre**

49 bis rue de Neuve Église

- **Centre de la mémoire**  
03 28 43 47 33  
centredelamemoire@espm-fl.fr
- **Unité Cognito-  
Comportementale**  
03 28 43 47 43
- **Établissement d'hébergement**  
03 28 43 47 43

**Services d'aide  
et d'accompagnement  
à domicile****CCAS de Bailleul**

03 28 50 36 23

41 rue d'Ypres, 59270 Bailleul

**Comité Bailleulois  
Aide Personnes Agées**

03 28 49 02 55

31 pl Charles De Gaulle,  
59270 Bailleul**Adenior Bailleul**

03 28 49 91 93

251 rue Lille,  
59270 Bailleul**Senior Compagnie**

03 28 42 80 26

2 bis rue du Musée,  
59270 Bailleul**Vivat**

03 28 40 07 00

38 bis rue Lille,  
59270 Bailleul**Hors prestations aide  
à la personne****Association Relais Emploi**

03 28 49 19 49

144 avenue de la Libération,  
59270 Bailleul**Au plus près**

03 74 19 01 31

2108 route de Lille,  
59270 Bailleul

# Les réflexes santé



## Que faire en cas de forte chaleur ?

**Selon l'âge, le corps ne réagit pas de la même façon aux fortes chaleurs.**

**Nos conseils :**

- fermer les volets aux heures les plus chaudes ;
- ouvrir les fenêtres la nuit ;
- s'hydrater régulièrement.



## Que faire en cas de grand froid ?

**Pendant l'hiver, les températures avoisinent zéro et peuvent être à l'origine de risque pour la santé.**

**Nos conseils :**

- anticiper (faire des courses, aller chercher ses médicaments...);
- demander de l'aide en cas de besoin.

**Si vous souhaitez être recensé sur le fichier canicule et grand froid, contactez le CCAS au 03 28 50 36 20**



**Sortir  
et bouger**



## Bouger

**Espace Part'âge Joséphine Baker**  
**Section seniors**  
03 28 50 36 25

**Activités sportives et de loisirs**  
Gymnastique, randonnée,  
couture, poterie, pétanque  
ville-bailleul.fr

**Maison de la vie associative  
et citoyenne** 03 28 41 06 19  
Ferme de la Hulotte  
278 rue de Lille  
associations@ville-bailleul.fr  
Du lundi au vendredi de 9h à 12h  
et de 14h à 17h

## Événements culturels

Retrouvez chaque mois la  
programmation culturelle de  
la Ville dans le programme  
disponible dans vos commerces,  
dans les équipements municipaux  
et sur ville-bailleul.fr

**Écoles municipales d'arts  
plastiques, de musique et d'art  
dramatique, de dentelle**  
Informations ville-bailleul.fr

**Sortir****Médiathèque “Au fil des mots”**

03 28 50 06 13

Ce bâtiment remarquable rénové est un lieu de culture, de loisirs et d'information ouvert à tous. Vous pouvez y lire la presse, surfer sur internet, accéder aux ressources numériques (presse, formation), emprunter livres, CD, DVD et jeux. Un large éventail d'activités et d'animations est proposé tout au long de l'année.

22 bis rue d'Ypres

**Musée Benoît-De-Puydt**

03 28 50 06 17

musee@ville-baileul.fr

24 rue du musée

**Piscine AquaBelle**

03 28 49 12 57

Cours de natation, d'aquagym et d'aquajogging

Créneaux horaires réservés aux nageurs

Retrouvez les horaires sur [ca-coeurdeflandre.fr](http://ca-coeurdeflandre.fr)

4 allée Pierre de Coubertin

**Cinéma “Le Flandria”**

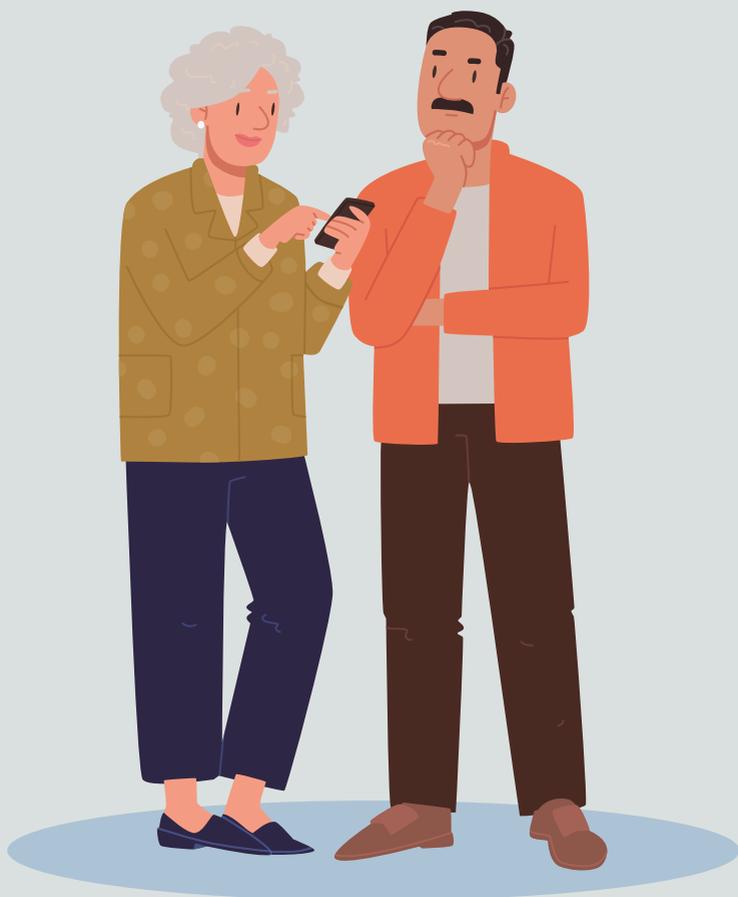
03 28 49 25 96

Le Flandria, labellisé « Art et Essai » est un cinéma offrant une programmation diversifiée, allant des films pour enfants aux œuvres d'auteurs, en passant par les grands spectacles.

45 rue des Viviers







**Connaître  
ses droits**



## CCAS

03 28 50 36 20

## Conciliateur de justice sur rendez-vous au CCAS

03 28 50 36 20

## Aide juridictionnelle

Dossier à retirer au CCAS

## Justice Flandre Intérieure

03 28 43 44 23

5 rue Donckèle (1<sup>er</sup> étage)  
59190 Hazebrouck

## Associations de défenses des consommateurs

**UFC Que Choisir (Union Fédérale des Consommateurs)**

03 20 85 14 66

**DGCCRF (Direction Générale de la Concurrence, de la Consommation et de la Répression des Fraudes)**

0 809 540 550

**60 millions de consommateurs**

01 45 66 20 20

**Consommation Logement et Cadre de Vie (CLCV)**

03 20 85 16 20

[clcv.org](http://clcv.org)

**Information escroqueries informatiques**

0 805 805 817

**Maltraitance des personnes âgées**

3977

**Pour signaler un contenu illicite en ligne**

[internet-signalement.gouv.fr](http://internet-signalement.gouv.fr)

# Prévention des démarches à domicile



## J'adopte les bons gestes pour ma sécurité



Avant d'ouvrir la porte, **utilisez un judas ou une chaîne de sécurité.**



Demandez une **carte professionnelle ou un badge d'identification.**



Si vous n'attendez personne, **soyez prudent.**



Ne donnez **jamais d'informations personnelles ou financières** à un inconnu.



Ne laissez entrer personne que vous **ne connaissez pas** ou dont vous n'avez pas vérifié l'identité.



**Gardez une liste de contacts d'urgence** facilement accessible pour signaler tout comportement suspect.

## Prévention des vols à l'arraché

- **Restez attentif à votre environnement**, surtout dans les lieux publics bondés.
- Évitez d'utiliser votre téléphone portable ou d'afficher des objets de valeur **de manière ostentatoire**.
- **Gardez vos sacs et objets de valeur près de votre corps**, surtout dans les transports en commun.
- **Préférez les rues bien éclairées et fréquentées**, surtout le soir.

## En cas de vol

- **Ne résistez pas physiquement** pour éviter les blessures.
- **Criez pour attirer l'attention** et effrayer le voleur.
- **Contactez immédiatement la police** et décrivez le voleur avec autant de détails que possible.





**Se loger**



### Bien vivre chez soi

- Aide à domicile
- Soins à domicile (sur prescription médicale)
- Repas à domicile
- Télé assistance

**Voir la section Prendre soin de soi**

### Services d'aide à domicile

**Adaptation du logement, aides matérielles et financières**

#### **GUH**

03 62 42 00 31 (guichet unique de l'habitat, information, conseil et orientation - gratuit)

### **Relais autonomie CCAS**

03 28 50 36 20

### **Flandres Lys Autonomie**

03 59 26 03 20

**Les montants dépensés pour des services d'aide à domicile permettent d'obtenir un crédit d'impôt.**

**Les personnes non imposables peuvent aussi en bénéficier.**

## Bien vivre en structure d'hébergement seniors

**Vous avancez en âge et vous souhaitez vivre dans une structure adaptée ? Des solutions existent.**

### Résidence autonomie Pharaon De Winter

La Résidence Autonomie Pharaon De Winter à Bailleul est un lieu idéal pour les seniors autonomes. Cet établissement propose 74 logements confortables, principalement des studios et des deux-pièces, chacun équipé d'un signal d'alarme et d'une ligne téléphonique individuelle. Les résidents peuvent profiter d'un restaurant sur place, de services de blanchisserie et de nombreuses activités.

La résidence est sécurisée 24h/24 et accueille les animaux de compagnie. Elle est située à proximité des commerces et des services de santé.

#### Plus d'informations

03 28 43 80 10

### EHPAD

Un EHPAD de 205 places réparties sur 2 résidences. La Roseraie et les Capucins proposent des chambres doubles et individuelles avec salle d'eau ainsi qu'une unité de 14 lits dédiée à la maladie d'Alzheimer et troubles apparentés et une unité de 14 places de Pôle d'Activité de Soins Adaptés (PASA).

#### Plus d'informations

03 28 43 70 00

### EHPAD du CMMF (Centre Médical des Monts de Flandres)

03 28 43 47 43

### Accueil familial, pôle autonomie Flandre Intérieure Département du Nord 03 59 73 43 88

### Viatrajectoire.fr

Service public, gratuit et sécurisé qui propose une aide à l'orientation personnalisée dans le domaine de la santé





**Vivre  
ensemble**



### **Maison Nord Solidarité**

03 59 73 43 00  
159 rue de Lille,  
59270 Bailleul

### **Épicerie solidaire**

03 28 50 36 20  
Contacter le CCAS

### **Secours catholique**

03 28 49 19 80  
150 bis rue de la Gare,  
59270 Bailleul

Le mardi de 9h à 11h  
et le jeudi de 14h à 17h

### **Secours populaire**

03 28 49 27 99  
676 route de Locre,  
59270 Bailleul

Le mardi de 13h30 à 16h  
et le jeudi de 9h à 11h30

### **Croix Rouge**

03 28 49 34 71  
23 Arnouldstraete, 59270 Bailleul  
Du lundi au vendredi de  
9h à 14h30

### **Caisse d'entraide (CEATN)**

06 75 99 71 56  
Local EATM - Rue Benoît Cortyl,  
59270 Bailleul  
Le mardi de 9h à 11h30  
et le samedi de 14h à 16h30

### **La Recycle'Rit**

07 75 81 65 00  
2379 route de la Blanche,  
59270 Bailleul  
Du mardi au vendredi de  
9h à 18h15



**Mairie de Bailleul**

Hôtel de Ville  
Grand'Place Charles de Gaulle  
59270 Bailleul  
03 28 50 06 00

**CCAS**

41 rue d'Ypres  
59270 Bailleul  
03 28 50 36 20