



HEM'émO JKpCaZW

N°3
Mars 2010

CENTRE SOCIAL des HAUTS-CHAMPS

Accueil

Avenue Laënnec ☎ 03 20 75 49 62
du lundi au vendredi de 9h-12h et de 13h30-17h30.

STRUCTURES

Halte-Garderie «Frimousse»

av. Laënnec, accueille les enfants de 3 mois à 3 ans.
Lundi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h, mardi, jeudi et vendredi de 8h30 à 17h.

Halte-Garderie «Bout d'Chou»

111/2 av. Schweitzer, accueille les enfants de 3 mois à 3 ans.
Lundi, mardi, jeudi de 8h-12h et de 13h30-17h, mercredi 13h30-17h, le vendredi de 8h-12h.

Bibliothèque

Accessible à tous aux heures d'ouverture du Centre social.

ACTIVITÉS

Santé

• Bien dans son corps, bien dans sa tête
Randonnée, aquagym, gymnastique d'entretien, se renseigner à l'accueil.

• Pédiculose
Alerte à Malipoux, prévention hygiène et santé.
renseignement : S. Lesage.

• Manger bien pour mieux vivre
renseignement : J. Bin

• Atelier santé au quotidien / nutrition
Préparation d'un repas convivial
Renseignant : accueil.

• Souvenirs, souvenirs
Souvenirs, anecdotes des anciens à transmettre aux plus jeunes.

Renseignement : Nicole FRAYSSE

• Ça dépend (ances) de toi !
Prévention des dépendances chez les jeunes.
Renseignement : Emilie CHARLIER

Social

• Vivre ensemble avec nos différences
Renseignement : Jérôme Bin.

• Cours d'alphabétisation
Mardi et vendredi. Renseignement : accueil.

• Atelier théâtre à l'emploi
Renseignement : Nicole Fraysse.

Artistique

• Atelier de peinture sur soie
Jeudi et vendredi 14h -17h.

• Atelier d'arts plastiques pour adultes
Encadré par N. Fraysse jeudi 14h - 16h.

Loisirs

• Accueil de loisirs sans hébergement 3/12 ans
Mercredis et vacances scolaires : 7h-18h30.

• Découvrir pour mieux se comprendre
Ensemble d'activités parents-enfants, ateliers de psychomotricité, « conte-livre-langage ».

• Ateliers 3/12 ans
Danse, initiation aux arts du cirque, éveil musical, arts plastiques, activités diverses.

• Activités de loisirs pour les 12/17 ans
Ateliers de remise en forme, Atelier D.J, Foyer en soirée, Foot en salle. En période de vacances : foyer,

sortie cinéma, piscine, parcs d'attractions, foot en salle, concerts, bowling, patinoire, sorties culturelles.
Rens. Ahmed Elyagmouri.

• Danse orientale pour adultes
Lundi 17h30-19h. Renseignement : accueil.

SOCIAL

Permanences

Caisse d'Allocations Familiales: jeudi 14h-17h, CPAM: vendredi 8h30-11h45, ADOT 59 don d'organes, 2^e jeudi 10h-12h, l'équipe « La Ravaude » (soutien psychologique pour les adultes) jeudi 14h-17h.
CRAM: Retraite Mardi 8h30-12h et 13h30-17h.

Point écoute santé (Service de Prévention Santé)
2^{es} et 4^{es} mardis 9h - 11h, accompagnement individuel et collectif, consultations médicalisées sans avance de frais.
Dépistage du sida, infections sexuellement transmissibles. Mise à jour des vaccinations. En dehors du mardi matin téléphoner au : ☎ 03 20 75 39 43.

Accompagnement RMI

Permanences : 10h-12h, lundi avec Jérôme Bin, jeudi avec Nicole Fraysse, vendredi avec Emilie Charlier ou sur rendez-vous.

Accompagnement au logement

Permanence : mardi 14h - 17h ou sur rendez-vous avec M-C. Wattiaux.
Sur rendez-vous.

SSIAD (Service de Soins Infirmiers à Domicile pour personne âgées)
accompagnement à domicile des personnes âgées ayant besoin de soins d'hygiène corporelle.

ESPACE DE VIE SAINT-EXUPÉRY

Accueil

5 allée Saint-Exupéry

☎ 03 20 66 23 20 / Fax 03 20 66 23 29

Mail: accueil@espacevie-hem.fr

<http://www.espacevie-hem.fr>

du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h30.

STRUCTURES

Le multi-accueil

« les petits tambours »

Pour les enfants de 3 mois à 3 ans du lundi au jeudi de 8h à 18h et le vendredi jusqu'à 17h.

Bibliothèque

Lundi, mardi, jeudi, vendredi 16h30-18h30, mercredi 14h-18h30.

ACTIVITÉS

Social

• Garderie périscolaire
7h-8h30 et 16h30-19h.

• Aide aux devoirs
Lundi, mardi, jeudi et vendredi 16h45-18h45 à l'Espace de vie S' Ex et 17h-19h. Antenne de la Lionderie.

• Café des parents
Jeudi 14h-16h. Antenne de la Lionderie.

• Atelier Écriture / lecture
Jeudi 14h-16h.

• Marché solidaire
Vendredi de 10h à 12h. Antenne de la Lionderie.

Santé

• Mémoire
Vendredi 10h-11h.
Gymnastique de la mémoire sous forme de jeux.

• Bouge pour avoir la pêche
Action de prévention de l'obésité.

• Bar « Vis ta santé »

Jeudi 18h-20h (mensuel). Animations, débats et information préventive sur la consommation d'alcool.

• Coatching bien-être
Approche et initiation sportive ou diététique chaque semaine en alternance le jeudi 18h-19h.

Loisirs

• Centre de loisirs
Accueil des enfants de 3 à 16 ans pour les mercredis, samedis récréatifs et les vacances.

• Jardin d'éveil
Mercredi 9h - 11h30.

• Réseau échange des savoirs
Mardi 9h30-11h30.

• Hem point Maille
Mardi 14h-16h.

• Informatique
Jeudi 10h-12h.

• Cuisine
2^e et 4^e Lundi 14h-16h. Antenne de la Lionderie.

• Couture
Mardi 9h30-11h30.

Artistique

• Atelier photo
Mercredi 15h-17h.
« Nos quartiers changent de visage » dans le cadre de la rénovation urbaine.

• Atelier photo
Vendredi 16h30-18h30.

Sport

• Balades pédestres
Tous les 4^e lundis de chaque mois de 14h-18h.

• Piscine
Une fois par mois, 14h-17h30.

• Mouv' Tonic

Lundi 9h-10h: assouplissement / mardi 18h-19h: renforcement musculaire / jeudi 9h-10h

• Yoga
Lundi 14h30-16h.

• Gym
Mardi 9h15-10h15.

• Atelier remise en forme
Mardi et jeudi 19h 21h. +16 ans, maison de la Lionderie.

• Foot en salle
Salle B. Pascal: les 10/12 ans un mercredi sur deux de 10h à 12h, les 12/15 ans le mercredi de 17h30 à 20h et les 18/20 ans le vendredi de 20h à 21h45.

Salle Leplat: les 12/16 ans le lundi de 18h à 20h.

SOCIAL

• Permanences RSA
Actions collectives allocataires du RSA. Ateliers mobilité, cuisine, échantons de savoirs réciproques.

Du lundi au vendredi 9h-17h sur rendez-vous et le mercredi sans rendez-vous.

Le mardi 14h-16h sur RDV à l'Antenne de la Lionderie.

• Permanence assistante sociale
2^e et 4^e Mardi de 14h à 16h.

• Permanence Cal Pact
lundi de 9h30 à 11h30.

• Permanence sociale
à l'antenne sociale de la Lionderie
2^e et 4^e jeudi de 10h à 12h.

Accompagnement social 16/25 ans
Du lundi au vendredi 14h-16h.
Antenne sociale de la Lionderie.

Soutien psychologique

Le 1^{er} et 3^e mardi du mois 10h-12h avec le CMP.



C.C.A.S.

CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

38 rue du Général Leclerc - ☎ 03 20 66 58 13 - FAX: 03 20 66 58 35

AIDE SOCIALE

Délivrance d'imprimés: Aide juridictionnelle, COTOREP,...

Accompagnement social personnalisé: RSA, surendettement...

Demande de Fonds Solidarité Logement, de prise en charge placement en établissement spécialisé personnes handicapées, d'Allocation Personnalisée Autonomie, d'Aide Ménagère, de prise en charge placement en maison de retraite, de carte de transport pour les personnes plus de 65 ans. Inscription à la Banque Alimentaire.

LOGEMENT

Renseignements et réclamations

INFOS SENIORS

Vous avez 60 ans et plus, un seul numéro pour répondre à toutes vos difficultés ou toutes informations

☎ 03 20 66 04 04 du mardi au samedi inclus de 9h à 12h.

REPAS À DOMICILE

À destination de toute personne retraitée. Livraison du lundi au dimanche + jours fériés.

Les repas sont livrés directement dans le réfrigérateur, la chaîne du froid est ainsi respectée.

Inscriptions au C.C.A.S.

sur présentation du livret de famille et d'un avis d'imposition ou de non imposition 2008.

Tarifs 2009: 4,03 € pour les personnes non imposables et 5,00 € pour les personnes imposables.

PERMANENCES SIAVIC

La conseillère juridique du Sivic écoute, soutient, conseille, guide, renseigne toutes les victimes d'agression, de vol, d'accident, de problème avec l'assurance...

Tous les jeudis de 14h à 17h, site A. Diligent, av. Laënnec. RDV à prendre au ☎ 03 20 66 70 10.

CLCV

La CLCV vous soutient et vous aide à vous défendre. Elle écoute et conseille de nombreuses personnes à résoudre leurs litiges. Implantée dans les quartiers, au sein des groupes d'habitats sociaux, elle organise des réunions de locataires et défend leurs intérêts auprès du bailleur. La CLCV peut également vous accompagner lors d'un état des lieux et pour toutes autres démarches concernant le logement, la consommation et le cadre de vie. La CLCV est présente au Conseil de Concertation de Logiciel.

Permanences: les jeudis et samedis 9h30-11h. 78/4 rue Gallée. ☎ 03 62 52 03 84.

MAISON de la PETITE ENFANCE

124, rue des Écoles - Hem

☎ 03 20 02 49 32 - FAX: 03 20 02 13 15

pré-inscriptions en accueil régulier

En crèche collective, en crèche familiale

à domicile et en accueil régulier en multi-accueil,

se rapprocher de M^{me} Béatrice COGHE ou M^{me} Danielle BRIAND



CRÈCHE COLLECTIVE

Ouverte du lundi au vendredi de 8h à 18h.

Inscriptions auprès de Béatrice COGHE.

Renseignements au ☎ 03 20 02 49 32.

CRÈCHE FAMILIALE À DOMICILE

Accueil des enfants du lundi au vendredi, entre 7h et 19h au domicile d'assistantes maternelles.

Renseignements: ☎ 03 20 81 06 57.

Permanences de Monique RICHMOND le lundi de 11h à 12h15.

MULTI-ACCUEIL DE LA MAISON DE LA PETITE ENFANCE

Ouvert les lundis, mardis, jeudis et vendredis de 8h30 à 17h, le mercredi de 8h30 à 11h30. Inscriptions auprès de Danielle BRIAND. Renseignements: ☎ 03 20 02 29 27.

MULTI-ACCUEIL «COQUIN-COQUINE»

AU CENTRE INTERGÉNÉRATIONNEL - Rue Racine

Renseignements: ☎ 03 20 82 96 33.

Ouvert les lundis, mardis, jeudis et vendredis de 8h30 à 17h. Inscriptions auprès de Annie TOMATELLI.

ATELIERS PARENTS/ENFANTS

Tous les lundis de 14h30 à 16h15.

Renseignements: ☎ 03 20 02 49 32. (Pas d'ateliers pendant les vacances scolaires.)

LE RELAIS ASSISTANTES MATERNELLES

Lieu d'informations, d'échanges, de formations à destination des parents, assistantes maternelles et employés familiaux. Organisation de temps d'éveil pour les enfants accueillis chez ces professionnels.

Renseignements auprès de Éveline GILLIS au ☎ 03 20 02 49 32.

Permanences: lundi, mardi, jeudi de 8h30 à 12h30, le mercredi de 14h à 18h, le vendredi de 13h30 à 17h30.

Ateliers d'éveil: le mercredi de 9h à 11h à Coquin-Coquine, le vendredi de 9h à 11h à la MPE.

HÔTEL DE VILLE

42. rue du Général Leclerc - 59510 Hem
Site de la ville : www.ville-hem.fr

OUVERTURE

mardi au vendredi 8h30-12h et 13h30-17h30,
samedi 8h30-12h

PERMANENCE ÉTAT-CIVIL
lundi 8h30-12h

Accueil - Standard
☎ 03 20 66 58 00

Relations avec la Population
☎ 03 20 66 58 04
☎ 03 20 66 58 06
☎ 03 20 66 58 08

Communication
☎ 03 20 66 58 25

Actions Culturelles
☎ 03 20 66 58 09

Sports
☎ 03 20 66 58 02

LA CONCIERGERIE

42, rue du Général Leclerc

Police Municipale
☎ 03 20 66 58 22

Coordination Sécurité et
Prévention de la Délinquance
☎ 03 20 66 58 21

LA CITADELLE

38, rue du Général Leclerc

Service des Actions Éducatives
Caisse des Écoles
☎ 03 20 66 70 05

Service Jeunesse
☎ 03 20 66 70 05

Régie scolaire
☎ 03 20 66 70 02

Centre Communal d'Action Sociale
☎ 03 20 66 58 13

Services Techniques
☎ 03 20 66 58 27

Aménagement et Urbanisme
☎ 03 20 66 58 26

AUTRES STRUCTURES MAIRIE

Espace Culturel Ferme Franchomme
☎ 03 20 66 58 48
1, rue du Général Leclerc

École Municipale de Musique
☎ 03 20 66 58 49
1, place de la République

Point d'Information Jeunesse (PIJ)
☎ 03 20 66 58 11
Parvis Berthelot à Hem

Maison de la Petite Enfance (M.P.E.)
☎ 03 20 02 49 32 - FAX: 03 20 02 13 15
124, rue des Écoles

Résidence de la Marque
☎ 03 20 99 94 70
31, rue du Docteur Coubronne

AUTRES

Maison de l'Emploi du Val de Marque
☎ 03 20 66 70 15
Parvis Berthelot à Hem