

## SAMEDI 10 OCTOBRE



De 13h à 18h,

### SORTIE À BRUAY LA BRUSSIÈRE

Organisée par Image et Pensée

Visite guidée de la cité des électriciens suivie d'un goûter.

Tarif : 13€.

Inscriptions possible  
jusqu'au 30 septembre 2020  
au 06 34 22 05 67

## LUNDI 12 OCTOBRE

### De 14h30 à 18h, au Centre social 3 villes GOÛTER CHANTANT

Organisé par le Centre social 3 Villes

Goûter chantant gratuit sur inscription.

Inscriptions au 03 20 75 49 62

Programme, sous réserve de l'évolution des conditions sanitaires. L'ensemble des animations proposées est soumis aux autorisations sanitaires. Pour assurer votre confort et votre sécurité, les mesures barrières seront strictement appliquées (port du masque obligatoire, respect des distances...). Le nombre de places est limité et l'inscription est obligatoire.

## COVID-19 RAPPEL DES GESTES BARRIÈRES



Se laver régulièrement les mains ou utiliser une solution hydro-alcoolique



Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir



Eviter de se toucher le visage



Respecter une distance d'au moins un mètre avec les autres



Saluer sans serrer la main et arrêter les embrassades



Se moucher dans un mouchoir à usage unique puis le jeter



En complément de ces gestes, porter un masque quand la distance d'un mètre ne peut pas être respectée

## Associations et structures participantes

AJTF

06 68 70 14 18

ALPS

03 20 80 20 20

Club Cin'hem'a

03 20 66 58 48

Espace Culturel

Franchomme

03 20 66 58 48

Espace de Vie St Exupéry

03 20 66 23 20

Les Amis de Beaumont

06 40 90 24 51

Image et Pensée

06 34 22 05 67

Hémix

09 81 60 89 20

Centre social 3 villes

03 20 75 49 62

Maison de l'Eau

de la Pêche et

de la Nature

Besoin d'aide pour vous déplacer  
**Infos seniors 03 20 66 04 04**

Programmation organisée par la ville de Hem et le comité animation seniors.

Composition Ville de Hem - Août 2020

 VILLE DE HEM

La Semaine Bleue

# La SEMAINE BLEUE



INFOS SENIORS : 03 20 66 04 04 - [www.ville-hem.fr](http://www.ville-hem.fr)

## LUNDI 5 OCTOBRE



**À 14h, à la Grand'Place**

### MARCHE SENIORS

Organisée par l'Espace de vie Saint Exupéry

Départ à 14h de la Grand'Place  
à Hem, une collation vous sera offerte.

Inscriptions au 03 20 66 23 20

## MARDI 6 OCTOBRE



**À 15h, au Zéphyr**

### SPECTACLE CABARET

Organisé par la ville de Hem

Tarif du spectacle :

Titulaire du Pass Culture = 10€

Non titulaire du Pass culture

et non Hémois = 13€

Nombre de places limitées.

Renseignements et inscriptions  
au 03 20 66 58 09

## MERCREDI 7 OCTOBRE

**À 9h30, Aux Ateliers Partagés Hémois**

### ATELIER ZÉRO DÉCHET

Organisé par la ville de Hem et la Maison de l'Eau  
de la Pêche et de la Nature

Fabrication d'un baume corps contre le  
rhume ou un problème articulaire et d'un  
baume à lèvres.

Inscriptions au 03 20 75 49 62



©Studio Canal

**À 14h30, au Zéphyr**

### CINÉMA

**« VENISE N'EST PAS EN ITALIE »**

### SUIVI D'UN GOÛTER

Organisé par le club Cin'hem'a et Image et Pensée

Un film d'Ivan Calberac avec Benoît  
Poelvoorde et Valérie Bonneton.

La famille Chamodot est fantasque et inclassable. Bernard, le père, un peu doux-dingue, fait vivre tout le monde dans une caravane, et la mère, Annie teint les cheveux de son fils Émile en blond, parce que, paraît-il, il est plus beau comme ça!!! Quand Pauline, la fille du lycée dont Émile est amoureux, l'invite à Venise pour les vacances, l'adolescent est fou de joie. Seul problème, et de taille, les parents décident de l'accompagner avec leur caravane, pour un voyage aussi rocambolesque qu'initiatique.

Inscriptions possible jusqu'au 3 octobre 2020  
au 06 34 22 05 67

## VENDREDI 9 OCTOBRE



**De 10h à 17h,**

**à l'Espace Culturel Franchomme**

### FORUM SENIORS

Organisé par la ville de Hem

Présentation des services, activités  
et animations de la Ville,  
démonstrations:

- Yoga,
- Danse de salon,
- Destination équilibre...



Divers stands présents tels que :

- Seniors au volant,
- Accompagnement au numérique,
- Préparation à la retraite,
- Les bienfaits de l'aloe vera,
- Prévention santé  
avec la présence de l'IRFO qui permettra d'effectuer mini tests de santé (endurance, souplesse, équilibre, coordination...),
- RPL Radio
- Présentation des animations aux ateliers partagés.



Renseignements  
au 03 20 99 94 79