

La semaine **BLEUE**

Du 13 au 19 Oct. 2025 à Hem



Vieillir,
une force à partager !

programme

infos seniors : 03 20 66 04 04



ville-hem.fr





• LUNDI 13 OCTOBRE

REPAS CONVIVIAL ET CINÉ DÉBAT

12h à 16h, au centre social St Exupéry

Organisé par le Centre Social St Exupéry

Inscription obligatoire 03 20 66 23 20



SUR LE CHEMIN DE SAINT JACQUES DE COMPOSTELLE

à 15h à la Résidence de la Marque

Organisé par le Conseil Séniors

Quand une passionnée fait découvrir ses différents voyages et ces nombreuses photos.

GRATUIT

Ouvert à tous

• MARDI 14 OCTOBRE

ATELIER NUMERIQUE

De 10h à 12h, au CS3V

Organisé par le Centre Social des 3 Villes

Venez avec votre smartphone, votre tablette ou votre ordinateur portable.

GRATUIT

Sans inscription



ATELIER DECOUVERTE DE LA SCULPTURE

10h à 12h, Espace Culturel Franchomme

Organisé par la Ville

Venez jouer les « Rodin » et découvrir la sculpture avec l'atelier Sababou et emporter votre création.

**Atelier destiné aux débutants.
GRATUIT**

Inscription au 03 20 66 04 04
ou contact.senior@ville-hem.fr

GOÛTER MUSICAL

à 14h30, Résidence de la Marque

Organisé par la Résidence de la Marque et Sourire d'Automne

Participation 8 euros (goûter et animation dansante)

Inscriptions et paiement le mardi 12 septembre et le jeudi 14 septembre de 14h à 17h à l'accueil de la Résidence dans la limite des places disponibles.

(Chèque à l'ordre de Sourire d'Automne)
03 20 99 94 70



• MERCREDI 15 OCTOBRE

JEUX INTERGENERATIONNEL

De 14h30 à 16h30, Maison du Foot

Organisé par *Image et Pensée*

Venez partager un moment ludique et de découverte avec vos petits-enfants autour des jeux traditionnels en bois. **GRATUIT** Goûter offert

*Inscription au 03 20 66 04 04
ou contact.senior@ville-hem.fr*

Rendez-vous sur la Grand'Place avec Bruno



ATELIER FLEURS ET PLANTES EN BRIQUES LEGO

10h à 12h, Espace Culturel Franchomme

Réalisez votre composition florale et emportez-la chez vous.

Inscription obligatoire. Places Limitées.

ATELIER MÉMOIRE INTERGÉNÉRATIONNEL

De 14h à 16h

Organisé par le Centre social 3 Villes et Cogni'sport

Création d'un arbre généalogique et partage de souvenirs

GRATUIT

Sur inscription au 03 20 75 49 62

• JEUDI 16 OCTOBRE



MARCHE BLEUE

à 9h30 sur la Grand'Place

Organisée par l'Espace de Vie Saint Exupéry



REPAS CONVIVIAL ET AMBIANCE MUSICALE

à 12h à la Salle Henri DUNANT

Organisé par *Pause et Partage et Hémix*

Couscous ou Saumon tagliatelles

Choix du menu et paiement à l'inscription en espèce ou par chèque à l'ordre de Pause et partage

Participation 13 euros

*Sur réservation jusqu'au 8 octobre 2025
au 06 68 70 14 18*



ATELIER CUISINE « SAVEURS D'ENFANCE »

De 14h à 16h, au CS3V

Organisé par le Centre Social des 3 Villes

Venez confectionner et déguster un gouter qui rappelle votre enfance **avec un Chef**. Dégustation et souvenirs au menu !

Sur inscription au 03 20 75 49 62.



INITIATION MINI GOLF

14h à 17h, Maison du Foot

Mini Golf Intérieur.

Loopings, tremplins, chicanes. Venez faire l'expérience avec un animateur pour vous accompagner dans votre initiation.

Inscription info séniors : 03 20 66 04 04

• VENDREDI 17 OCTOBRE

DÉCOUVERTE « LACHER PRISE »

10h00 à 12h00, Maison du Foot

Organisée par la Ville et animée

par Marie Brouet. Yoga classique-relaxation-initiation à l'auto massage
Tenue confortable et tapis de sol

*Inscription au 03 20 66 04 04
ou contact.senior@ville-hem.fr*

ATELIER MÉMOIRE

De 10h à 12h

Organisé par le centre Social St Exupéry

DÉCOUVERTE PILÂTES

à 15h à la Maison du Foot

Organisé par la Ville et animée par Slow Mouv

Prévoir une tenue confortable et un tapis de gym.

GRATUIT

• SAMEDI 18 OCTOBRE



APRÈS-MIDI À SAINTE CATHERINE LES ARRAS

à 13h30 : Départ Grand Place

Organisé par Image et Pensée

Visite du musée de la fête foraine

15 euros / personnes (visite-gouter-transport)

*Renseignements et inscription
au 06 34 22 05 67*

LOTO GOÛTER

à 14h45 à la Résidence Les Aulnes

Organisé par la Résidence Les Aulnes

Participation 1 euro la carte, 2 euros le goûter. Ouvert à tous

Renseignements et inscription à la Résidence
Les Aulnes - 03 20 65 98 88

• DIMANCHE 19 OCTOBRE



BANQUET DES AINÉS

à 12h au Zéphyr

Organisée par la ville de HEM en collaboration avec Image et Pensée

Offert par la ville de HEM

Inscription obligatoire :

Renseignements info séniors : 03 20 66 04 04

• MARDI 28 OCTOBRE



CINÉ INTERGÉ « LES ENSORCELEUSES »

à 14h à la Ferme Franchomme

Organisé par le Club Cin'Hem'a et Image et Pensée

Venez avec vos petits-enfants !
(à partir de 8 ans)

Synopsis : Elevées par leurs tantes excentriques, Jet et Frances, dans une antique résidence, Sally et Gillian Owens se sont toujours senties différentes. En ce lieu propice à la magie et à la sorcellerie, elles ont appris les rites étranges que leurs ancêtres se transmettaient. Mais jalousees, enviees et redoutees, Sally et Gillian ont été rejetées. La première a tenté de mener une vie normale, mais n'a pu déjouer la malédiction qui pesait sur elle. La seconde a accepté sa différence et sa rencontre avec le satanique Jimmy va déclencher des forces qui la dépassent. **Avec Sandra Bullock et Nicole Kidman.**

Entrée du public à 14h

Début du film à 14h30 - Durée 1h40

GRATUIT. Venez avec votre déguisement le plus effrayant !!!

*Sur inscription jusqu'au 20 octobre 2025
au 06 34 22 05 67*

• DIMANCHE 9 NOVEMBRE

LA PROMESSE BREL

à 16h au Zéphyr

Un spectacle musical pour ceux qui auraient aimé applaudir Jacques Brel. Non Arnaud Askoy n'est pas Brel mais à l'entendre, à le voir on pourrait y croire.

Tarif unique : 34€.

Infos et réservations

zephyrhem.fr - 03 76 01 02 00



ARTCOSCENE Productions
présente

LA PROMESSE

BREL

Arnaud Askoy

Roland Romanelli piano/accordéon

Jean-Philippe Audin violoncelle

En alternance Sébastien Debard et Florence Hennequin

François Marzynski Conseil Artistique

Anne Coudret Conception Lumières

CONCERT LA PROMESSE BREL

Dim. 9 novembre 2025

16h - Zéphyr, Hem

Tarif unique : 34€. Infos et réservations
zephyrhem.fr - 03 76 01 02 00

Photo : Sébastien Malo - Adami - Marion Dufay

Le Zéphyr
Hem

SPEO DAM

Adami

Centre
Culturel
de la Picardie

LA SCÈNE
PARIS-93

ESPACE CULTUREL FRAN-CHOMME

1 rue du Général Leclerc
59510 HEM
03 20 66 58 48

CLUB CIN'HEM'A

03 20 66 58 48

ESPACE DE VIE SAINT EXUPERY

5 allée Saint Exupery
59510 HEM
03 20 66 23 20

CENTRE SOCIAL 3 VILLES

93 avenue Schweitzer
59510 HEM
03 20 75 49 62

IMAGE ET PENSÉE

06 34 22 05 67

PAUSE ET PARTAGE

Maisons des associations
Avenue Dunant
59510 Hem
06 68 70 14 18

RÉSIDENCE DE LA MARQUE ET SOURIRE D'AUTOMNE

31 rue du Dr Coubronne
59510 HEM
03 20 99 94 70

EHPAD LES AULNES

03 20 65 98 88

Besoin d'aide pour vous déplacer ?

Infos séniors 03 20 66 04 04
www.ville-hem.fr

Application Ville de hem



DISPONIBLE
Apple Store
et Play Store

Réseaux sociaux ville de Hem



Ville de Hem



@mairiedehem



@villedehem



ville-hem.fr

Réseaux sociaux Le Zéphyr



Le Zéphyr



@zephyrhem



zephyrhem.fr

Ne pas jeter sur la voie publique

*Conception et impression ville de Hem - Août 2025
Programmation organisée par la ville de Hem*



Le Zéphyr
Hem



centre social
VILLES



**IMAGE &
PENSÉE**
COMPTON D'IMAGES

