

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



LA SEMAINE BLEUE



La semaine **BLEUE**

Du 13 au 19 Oct. 2025 à Hem

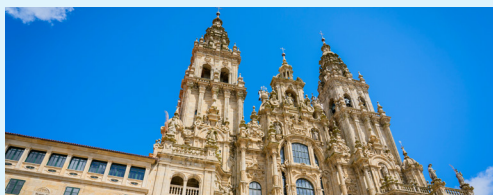
• **LUNDI 13 OCTOBRE**

REPAS CONVIVIAL ET CINÉ DÉBAT

De 12h à 16h au Zéphyr

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 Senior

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 INTERGENERA- TIONNEL

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

ATELIER MÉMOIRE INTERGÉNÉRATIONNEL

De 14h à 16h

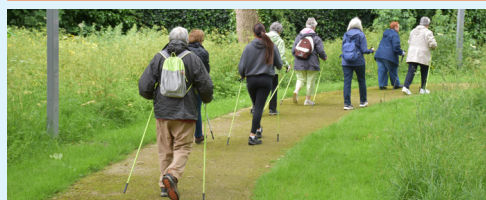
Organisé par le Centre social 3 Villes et
Cogni'sport

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

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.



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 jalosées, enviées et redoutées,
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

ARTOSCENE 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

Le Zéphyr
Hem

SPEDIDAM

Adami

centre
national
de la musique

LA SCÈNE
NORD-PAS DE CALAIS

**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 dépla-
cer ?

Infos seniors 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

Crédit photo : Découverte de la sculpture : Sababou / sistadrum.fr, Les ensorceleuses : Warner Bros France & Village Roadshow Pictures, Promesse Brel : Photo Sandrine Mulas / Affiche Mathias Delfau

Ne pas jeter sur la voie publique

Conception et impression ville de Hem - Août 2025

Programmation organisée par la ville de Hem

