# 18/09/2023 – Atelier « Des Formes et des Couleurs »

# PROGRAMME CULTUREL DES MÉDIATHÈQUES

DE LA PORTE DU HAINAUT

SEPTEMBRE-DÉCEMBRE 2023

## HASNON

**Bibliothèque municipale**

Animation gratuite sur inscription

**03 27 21 67 17**

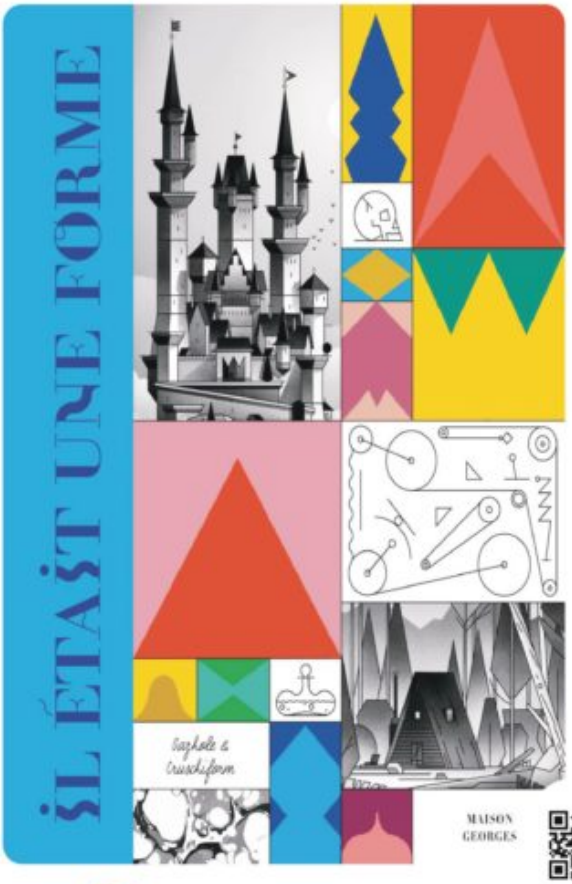
## ATELIER « DES FORMES ET DES COULEURS »

**Samedi 14 octobre > 10h30-12h30**

**Atelier — Parents/enfants dès 3 ans**

Après avoir exploré l'album « Il était une forme » de Cazhole et Cruschiform, jouons et assemblons des formes en bois pour inventer des histoires.

**Animé par Sarah Gallet de l'association Interleukin'**



La Porte du Hainaut
Communauté d'Agglomération

Retrouvez toute la programmation sur le site :
**www.mediatheques-porteduhainaut.fr**

LES MÉDIATHÈQUES DE LA PORTE DU HAINAUT
DES LIEUX DE CULTURE POUR TOUS

# 11/09/2023 – Distribution des calendriers des pompiers

La distribution des calendriers des pompiers commencera ce jour.

Cette vente pourra se poursuivre jusqu’au 31 décembre de domicile en domicile.

# 06/09/2023 – Informations CPAM

l'Assurance Maladie
Agir ensemble, protéger chacun
Hainaut

informations
LA LETTRE #9 - SEPTEMBRE 2023

# Étudiants, adoptez les bons réflexes

Dès vos 18 ans, vous devenez un « assuré autonome », c'est-à-dire que vous n'êtes plus « ayant droit » de vos parents. Pour être vite et bien remboursé par l'Assurance Maladie, il y a quelques réflexes simples à adopter.

**Créez votre compte ameli**
Le compte ameli permet de mettre à jour vos informations personnelles et de réaliser plus de **40 démarches en ligne** pour être mieux remboursé.

**Transmettez vos informations bancaires (RIB)**
Enregistrez votre **relevé d'identité bancaire personnel** sur **votre compte ameli** pour le remboursement de vos frais de santé.

**Mettez à jour votre carte Vitale**
**Une fois par an minimum** et à chaque changement de situation, dans certaines pharmacies.

**Déclarez votre médecin traitant**
Pour un meilleur suivi et remboursement.

**Étudiants étrangers**
Inscrivez-vous sur etudiant-etranger.ameli.fr afin de bénéficier de la prise en charge de vos frais de santé pendant la durée de vos études en France.

**Pour en savoir plus** rendez-vous sur ameli

Vous n'avez pas encore de compte ameli ?
Créez-le dès maintenant sur ameli.fr !
Cliquez sur **Compte ameli**, puis sur **Je crée mon compte** et laissez-vous guider.
Vous pouvez aussi télécharger, l'application ameli, l'Assurance Maladie

Disponible sur App Store
Disponible sur Google play

## MES TIPS SANTE, LE COMPTE INSTAGRAM DE L'ASSURANCE MALADIE

À quoi sert la carte Vitale ? Pourquoi se faire dépister d'une IST ?
Doit-on toujours passer par son médecin traitant ?

Quiz, témoignages, vrai ou faux…
Le compte Instagram « Mes tips santé » répond de manière ludique et interactive aux questions santé que peut se poser un jeune.

S'abonner au compte Instagram « Mes tips santé » de l'Assurance Maladie.

@mes_tips_santé

CNAM du Hainaut - 05/2023 - Studio Romantic - www.stockadobe.com

# 24/08/23 – Prochaines distributions des Restos du Cœur

Les distributions ont lieu un jeudi sur deux de 10h à 12h à l’espace solidarité, rue du rivage.

**Les prochaines distributions auront donc lieu :**

- **le jeudi 31 août**
- **le jeudi 14 septembre**
- **le jeudi 28 septembre**

Pour les nouveaux bénéficiaires les inscriptions sont toujours possibles durant cette période n’oubliez pas de vous munir de votre feuille d’imposition, de votre coefficient familial de la CAF et de vos factures d’énergie.

# 16/08/2023 – Atelier Produits d’entretien naturels

SIAVED
Producteur de Ressources

JEUDI
21 SEPTEMBRE
2023
10H-11H30

# ATELIER

DE FABRICATION DE

# PRODUITS D'ENTRETIEN NATURELS

Inscriptions obligatoires et renseignements :
au 03.27.21.67.15

Atelier Gratuit

Pensez à ramener vos bocaux vides !

Salle de la Gare
Avenue Juste Monier

Ville d'Hasnon
CAPITALE MONDIALE DE LA FLÉCHETTE

SIAVED
Producteur de Ressources

Idées ZD

Le SIAVED vous propose un atelier de fabrication de produits d’entretien naturels le jeudi 21 septembre 2023 à 10 h à la Salle de la gare (avenue Juste Monier)

D’une durée d’1 h 30 environ, lors de cet atelier les participants fabriqueront sur place 2 produits ménagers.

N’oubliez pas de ramener des bocaux en verre vides

**Inscriptions obligatoires au 03 27 21 67 15**

---

# 25/07/2023 – Informations CPAM

l'Assurance Maladie
Agir ensemble, protéger chacun
Hainaut

informations
LA LETTRE #8 - AOÛT 2023

# Et si votre cœur essayait de vous dire quelque chose ?

Aujourd'hui, l'insuffisance cardiaque touche 1,5 million de Français, notamment les plus de 60 ans. Malgré sa progression dynamique, l'insuffisance cardiaque et ses symptômes restent peu connus. Ainsi, en France, entre 400 000 et 700 000 personnes en souffrent sans le savoir.

## 4 signes d'alerte

Pris isolément, ils sont peu spécifiques, mais leur association ou leur survenue récente doit alerter.

- **L'essoufflement ou dyspnée :** difficulté à reprendre son souffle après après un simple effort ou au repos.
- **Les œdèmes :** sur les pieds et chevilles.
- **La prise de poids :** 2 à 3 kgs en quelques jours sans explication.
- **La fatigue physique :** lors d'activités quotidiennes, comme la marche, la montée des escaliers ou le port de charge.

En présence de l'un ou plusieurs de ces symptômes, n'hésitez pas à consulter votre médecin traitant.

## Le diagnostic et la recherche de sa cause

Le bilan médical permet au médecin de confirmer l'insuffisance cardiaque, d'en évaluer la gravité et d'en rechercher la cause. Une prise en charge adaptée ralentit l'évolution de la maladie et prévient la décompensation cardiaque.

- **Un bilan sanguin :** pour rechercher des anomalies des graisses, de la glycémie, des fonctions rénales, hépatiques...
- **Un bilan cardiaque :** pour rechercher des anomalies sur le cœur et les poumons.

**Pour en savoir plus :** rendez-vous sur ameli.fr

## INSCRIVEZ VOTRE ENFANT SUR VOS 2 CARTES VITALE

Vous êtes parents ? Inscrivez votre enfant sur vos deux cartes Vitale.
Ainsi, lors d'une consultation, n'importe quel parent peut présenter sa carte Vitale et être remboursé plus rapidement.

Depuis votre compte ameli, rubrique *Mes démarches*, puis choisissez «Inscription sur deux cartes Vitale»

Vous n'avez pas encore de compte ameli ? Créez-le dès maintenant sur ameli.fr !
Cliquez sur **Compte ameli**, puis sur **Je crée mon compte** et laissez-vous guider.
Vous pouvez aussi télécharger, l'application ameli, l'Assurance Maladie

Disponible sur App Store
Disponible sur Google play

Flashez le QR code pour accéder à ameli.fr

© Pixel Shot - stock.adobe.com

# 24/07/2023 – Plannings ALSH – du 24 au 28 juillet

Pour consulter les plannings de la première semaine des différents groupes, cliquez sur leurs noms :

Groupe Mexique

Groupe Australie

Groupe Chine

Groupe Italie

Groupe Argentine

Groupe Espagne

Groupe Etats-Unis

Groupe France

Groupe Kazakhstan

Groupe Brésil

Groupe Pays Imaginaire

---

# 18/07/2023 – Permanence du samedi matin en mairie

Jusqu’au 26 août inclus, la mairie sera fermée le samedi matin.

Les permanences reprendront le samedi 2 septembre 2023.

---

# 18/07/2023 – Marché semi-nocturne

HASNON

OMSC

# MARCHÉ
## Semi-Nocturne

Animations gratuites

## PRODUITS DE L'ARTISANAT FRANÇAIS

**Vendredi 21 Juillet 2023**
de 18h à 22h

*au Parc du Faisan Doré*
***à HASNON***

**Mascottes**
**Mario & Luigi**

**Restauration sur place**
Balades en poneys
Jeux gonflables et trampolines (gratuits)
**Maquillage enfant (gratuit)**

# 17/07/2023 – Plannings ALSH – du 17 au 21 juillet

Pour consulter les plannings de la première semaine des différents groupes, cliquez sur leurs noms :

Groupe Mexique

Groupe Australie

Groupe Chine

Groupe Italie

Groupe Argentine

Groupe Espagne

Groupe Etats-Unis

Groupe France

Groupe Kazakhstan

Groupe Brésil