

**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](https://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](https://ameli.fr)

Vous n'avez pas encore de compte ameli ?

**Créez-le dès maintenant** sur [ameli.fr](https://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



## 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

3646

Service gratuit  
+ prix appel

**ameli.fr**

---

# **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**

JEUDI

21 SEPTEMBRE  
2023

10H-11H30



**SIAVED**  
Producteur de Ressources

# 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 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](https://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](https://ameli.fr), rubrique **Mes démarches**, puis choisissez «Inscription sur deux cartes Vitale»



Vous n'avez pas encore de compte ameli ? [Créez-le dès maintenant](https://ameli.fr) sur [ameli.fr](https://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



Flashez le QR code  
pour accéder à [ameli.fr](https://ameli.fr)

3646

Service gratuit  
+ prix appel

[ameli.fr](https://ameli.fr)

---

# 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**

**Restauration sur place**

Jeux gonflables et trampolines  
(gratuits)

**Balades en poneys**

**Maquillage enfant**  
(gratuit)

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



---

# 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](#)

# **13/07/2023 – Programme du 14 juillet**

HASNON



# *Fête nationale* **14 JUILLET**

## **Sur la place Clément Larivière**

**17h30** - Stand maquillage pour les enfants

**18h00** - Spectacle "Les jouets magiques"

**19h00** - Mascottes Mickey et Minnie  
en déambulation sur la place

**19h00** - Duo d'artistes Anilka (chant)

## **En déambulation dans les rues d'Hasnon**

**20h30** - Défilé d'Atabak

*(départ de la place Clément Larivière)*

**21h00** - Feu d'artifice à la maison de retraite

**21h30** - Retraite aux flambeaux

*de la maison de retraite vers le parc du Faisan Doré*

## **Au parc du Faisan Doré**

**23h00** - Spectacle Pyrotechnique

*Avec la participation des commerçants locaux (restauration et stands divers)*

Vous pouvez consulter les arrêtés correspondants à cette manifestation en cliquant [ici](#).

---

## **12/07/2023 – L'été au dragon D'eau**

Centre Aquatique de Saint-Amand-les-Eaux

# C'est l'été

Du samedi 8 juillet  
au dimanche  
3 septembre 2023

à partir  
de  
**2€60**

## Au Dragon d'Eau !

**NOUVEAU**

**TOUT L'ÉTÉ**

**Ouverture  
le dimanche**

**De 14h30 à 18h30**

**OUVERTURE LES FÉRIÉS**  
**le 14/07 et le 15/08**  
Plus d'infos sur [dragondeau.fr](http://dragondeau.fr)



**Au dragon  
d'eau**

Centre Aquatique  
Saint-Amand-les-Eaux

Été 2023

# Horaires piscine



|                       | Séance 1        | Séance 2         | Séance 3                                       |
|-----------------------|-----------------|------------------|------------------------------------------------|
| Lundi et mardi        | de 9:30 à 14:00 | de 14:30 à 18:00 | de 18:00 à 21:00                               |
| Mercredi              | de 9:30 à 12:00 | de 14:30 à 18:00 | de 18:00 à 21:00                               |
| jeudi et vendredi     | de 9:30 à 14:00 | de 14:30 à 18:00 | de 18:00 à 21:00                               |
| Samedi <sup>(1)</sup> | de 9:00 à 12:00 | de 14:30 à 18:30 | <b>Venez nager &amp; profiter en famille !</b> |
| Dimanche              | de 8:30 à 12:30 | de 14:30 à 18:30 |                                                |

L'évacuation des bassins se fait 30 min avant la fin des horaires indiqués de chaque séance. (1) le petit bassin est réservé aux bébés nageurs.

## Planning



|          |                                                                                                      |                                                                                                                                                       |                                                                                                                          |                                                                                                                                 |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lundi    | <br>12:15 à 13:00  | <br>18:30 à 19:15                                                   | <br><b>Pilates</b><br>18:30 à 19:15    | <br><b>AQUA<br/>BOXING</b><br>19:30 à 20:15 |
| Mardi    | <br>12:15 à 13:00 | <br>18:30 à 19:15                                                  |                                       | <br><b>WORKOUT</b><br>19:30 à 20:15        |
| Mercredi |                                                                                                      | <br><b>WORKOUT</b><br>18:30 à 19:15                                |                                                                                                                          | <br>19:30 à 20:15                          |
| Jeudi    | <br>12:15 à 13:00 | <br><b>WORKOUT</b><br>18:30 à 19:15                                |                                                                                                                          | <br><b>POWER DUO</b><br>19:30 à 20:15      |
| Vendredi | <br>12:15 à 13:00 | <br>18:30 à 19:15                                                  | <br><b>WORKOUT</b><br>19:30 à 20:15 |                                                                                                                                 |
| Samedi   | <br>09:00 à 11:30 | <br><b>Venez vous dépenser,<br/>bouger et vous<br/>défouler !</b> |                                                                                                                          |                                                                                                                                 |
| Dimanche | <br>08:45 à 09:30 |                                                                                                                                                       |                                                                                                                          |                                                                                                                                 |

# Été 2023 Stages

LEÇONS DE NATATION  
 ENFANTS

**Du lundi  
au vendredi**

10 enfants par session

## Groupe débutant

de 9:30 à 10:15

de 10:30 à 11:15

## Groupe confirmé

de 9:30 à 10:15

de 10:30 à 11:15

L'inscription sera soumise à la réalisation d'un test gratuit pour définir le niveau de chaque enfant.

**Retrouvez  
le Ventrigliss et les  
structures gonflables  
Tout l'été !**

**Réservation en ligne sur notre site  
dragondeau.fr**

Tout achat de Pass' nécessitera une validation avec un justificatif de domicile à l'accueil du centre aquatique

Exclusivité  
**WEB**  
de l'été  
**2023**  
pour tous !



**Entrée Activité.....7.00€**



**Happy Swim Hour.....3.00€**

de 19h15 à 20h30 du lundi au vendredi

RDV à l'accueil pour valider vos entrées web  
Tarif valable uniquement sur le site internet



**Garantie du créneau  
activité réservé**

Aucun déplacement inutile



**Paiement sécurisé**

Par CB



**Recharge des cartes PASS'**

Pour les abonnés

## INFOS PRATIQUES

- Le samedi matin, le bassin ludique est réservé à l'activité Bébé nageur pour les enfants de 6 mois à 5 ans.
- La fermeture des caisses se fera 1 heure avant la fin de chaque séance.
- Pour les vestiaires, prévoyez une pièce d'1 € ou un jeton (en vente à l'accueil du Centre Aquatique au prix de 50 cent.)

 **Au dragon  
d'eau**

 03 27 33 99 00

Toutes les infos sur notre site [dragondeau.fr](http://dragondeau.fr)

Centre Aquatique Amandinois « Au Dragon d'Eau »  
Chemin de l'Empire - 59230 Saint-Amand-Les-Eaux

LIKEZ  
NOTRE PAGE  
FACEBOOK  
  
AuDragonDeau

Été 2023

# Tarifs piscine

À l'accueil du  
centre Aquatique

## Habitants communes SPL \*

## hors SPL \*

|                                               |         |
|-----------------------------------------------|---------|
| Enfant de moins de 3 ans .....                | GRATUIT |
| Entrée enfant de 3 à 16 ans .....             | 3€      |
| Entrée adulte .....                           | 3.50€   |
| Entrée tarif réduit** .....                   | 3€      |
| <b>Entrée Bébé nageur</b> (de 6 mois à 5 ans) |         |
| 1 adulte et 1 enfant .....                    | 7€      |
| 1 adulte et 2 enfants .....                   | 10€     |
| Entrée Activité Aqua .....                    | 11€     |

|                                               |         |
|-----------------------------------------------|---------|
| Enfant de moins de 3 ans .....                | GRATUIT |
| Entrée enfant de 3 à 16 ans .....             | 4.50€   |
| Entrée adulte .....                           | 5.50€   |
| Entrée tarif réduit** .....                   | 3€      |
| <b>Entrée Bébé nageur</b> (de 6 mois à 5 ans) |         |
| 1 adulte et 1 enfant .....                    | 9.50€   |
| 1 adulte et 2 enfants .....                   | 15€     |
| Entrée Activité Aqua .....                    | 14€     |



Forfait ..... 26€  
10 entrées piscine



Forfait tarif réduit\*\* ..... 27€  
Forfait (adulte) ..... 31.50€  
10 entrées piscine



Forfait\*\*\* ..... 35€  
10 entrées Aquagym, Aquadoce  
ou Pilates



Forfait ..... 90€  
10 séances activités au choix



Forfait ..... 160€  
20 séances activités au choix



Forfait ..... 210€  
30 séances activités au choix



Forfait (enfant) ..... 50€  
Leçons de natation : 5 entrées  
consécutives du lundi au vendredi



Forfait ..... 40€  
10 entrées piscine



Forfait tarif réduit\*\* ..... 40.50€  
Forfait (adulte) ..... 49.50€  
10 entrées piscine



Forfait\*\*\* ..... 55€  
10 entrées Aquagym, Aquadoce  
ou Pilates



Forfait ..... 115€  
10 séances activités au choix



Forfait ..... 210€  
20 séances activités au choix



Forfait ..... 285€  
30 séances activités au choix



Forfait (enfant) ..... 65€  
Leçons de natation : 5 entrées  
consécutives du lundi au vendredi

\*Habitants des communes de la SPL : Bousignies, Brillon, Bruille Saint-Amand, Château l'Abbaye, Escaupont, Flines-les-Mortagne, Hasnon, Hergnies, Lecelles, Maulde, Millonfosse, Mortagne-du-Nord, Nivelles, Rosult, Rumegies, Saint-Amand-Les-Eaux, Sars-et-Rosières, Thun-St-Amand, Vieux-Condé.

\*\*Tarif réduit pour les demandeurs d'emploi, les retraités, les lycéens et étudiants, les personnes handicapées et les personnes à mobilité réduite (plus de renseignements à l'accueil).

Les Pass' sont nominatifs et valables 1 an à partir de la date d'achat. Toutes les informations sur les Pass' sur [dragondeau.fr](http://dragondeau.fr)



**LES ACTIVITÉS AQUA BIRTHDAY, SWIM COACH ET SWIM PERF SONT SUSPENDUES PENDANT LES VACANCES**

Possibilité de paiement en 4 fois sans frais à partir de 160€ tout achat confondu **SUR RDV**

Réalisation Ar Communication - Ne pas jeter sur la voie publique