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

13/07/2023 – Programme du 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

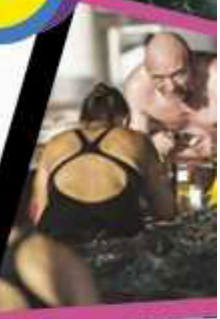
Centre Aquatique de Saint-Amand-les-Eaux

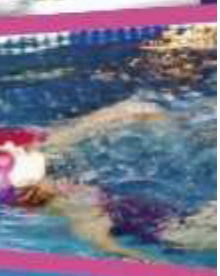
C'est l'été

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

Au dragon d'eau

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 (1)	de 9:00 à 12:00	de 14:30 à 18:30	Venez nager & profiter en famille !
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	Aqua Bike 12:15 à 13:00	Aqua Bike 18:30 à 19:15	Pilates 18:30 à 19:15	Aqua Boxing 19:30 à 20:15
Mardi	Aqua Gym 12:15 à 13:00	Aqua Bike 18:30 à 19:15		Workout 19:30 à 20:15
Mercredi		Aqua Fitness 18:30 à 19:15		Aqua Bike 19:30 à 20:15
Jeudi	Aqua Gym 12:15 à 13:00	Workout 18:30 à 19:15		Power Duo 19:30 à 20:15
Vendredi	Aqua Bike 12:15 à 13:00	Aqua Bike 18:30 à 19:15		Aqua Fitness 19:30 à 20:15
Samedi	Bébé Nageur 09:00 à 11:30	Venez vous dépenser, bouger et vous défouler !		
Dimanche	Aqua Bike 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
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	**Enfant de moins de 3 ans**	GRATUIT
Entrée enfant de 3 à 16 ans	3€	**Entrée enfant de 3 à 16 ans**	4.50€
Entrée adulte	3.50€	**Entrée adulte**	5.50€
Entrée tarif réduit**	3€	**Entrée tarif réduit****	3€
Entrée Bébé nageur (de 6 mois à 5 ans)		**Entrée Bébé nageur** (de 6 mois à 5 ans)	
1 adulte et 1 enfant	7€	1 adulte et 1 enfant	9.50€
1 adulte et 2 enfants	10€	1 adulte et 2 enfants	15€
Entrée Activité Aqua	11€	**Entrée Activité Aqua**	14€
Pass' Famille — Forfait 10 entrées piscine	26€	Pass' Famille — Forfait 10 entrées piscine	40€
Pass' Swim — Forfait tarif réduit** Forfait (adulte) 10 entrées piscine	27€ 31.50€	Pass' Swim — Forfait tarif réduit** Forfait (adulte) 10 entrées piscine	40.50€ 49.50€
Pass' Sénior — Forfait*** 10 entrées Aquagym, Aquadouce ou Pilates	35€	Pass' Sénior — Forfait*** 10 entrées Aquagym, Aquadouce ou Pilates	55€
Pass' Easy — Forfait 10 séances activités au choix	90€	Pass' Easy — Forfait 10 séances activités au choix	115€
Pass' Silver — Forfait 20 séances activités au choix	160€	Pass' Silver — Forfait 20 séances activités au choix	210€
Pass' Gold — Forfait 30 séances activités au choix	210€	Pass' Gold — Forfait 30 séances activités au choix	285€
Pass' Stage — Forfait (enfant) Leçons de natation : 5 entrées consécutives du lundi au vendredi	50€	Pass' Stage — Forfait (enfant) Leçons de natation : 5 entrées consécutives du lundi au vendredi	65€

***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, Nivelle, 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

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