

ASSOCIATION CULTURELLE HEM-LOISIRS

SAISON 2026-2027

Cultiver la curiosité, partager les passions



Aquarelle



Art floral



Bridge



Couture



Echecs



Géo-stratégie



**Culture &
Territoires**



**Histoire
de l'art**



**Invitation
au voyage**



Littérature



**Au rendez-
vous des
mélomanes**



Sophrologie



**Sorties
& Voyage**



**Sport
cérébral**

Bonjour à Toutes et à Tous,

Nous sommes heureux de vous présenter le programme de l'association HEM-LOISIRS pour la saison 2026-2027.

Pour la première fois, notre conférence inaugurale aura lieu à la salle des fêtes, entièrement rénovée, où nous disposerons de 300 places.

Nouveautés de cette année :

- Le club "Echecs" ouvre son activité aux enfants (de plus de 11 ans).
- L'atelier "Couture" propose 10 séances supplémentaires dédiées au perfectionnement technique.

L'ensemble de nos conférenciers vous proposent des thèmes nouveaux et variés.

Rejoignez-nous pour de bons moments d'enrichissement personnel, d'ouverture sur le monde, de créativité, et bien sûr d'amitié.

Nous vous rappelons qu'HEM-LOISIRS est ouvert à tous, habitants de HEM ou non.

Catherine INNEGRAEVE et l'ensemble du conseil d'administration

Avec le soutien de la  VILLE DE HEM

DATES À RETENIR

Séances d'inscription

à l'Espace Culturel Franchomme (salle La Bergerie)

Vendredi 25 septembre 2026 de 14h00 à 17h30

et Samedi 26 septembre 2026 de 10h00 à 12h00



Conférence inaugurale : Jeudi 1er octobre 2026 à 18h00



Assemblée générale : Mardi 3 novembre 2026 à 14h30



Repas festif au Clos de la Source (Hem)

Jeudi 18 mars 2027 à 12h00

CONTACTS

Adresse messagerie : contact@hem-loisirs.fr

Site internet

<https://hem-loisirs.fr>

Facebook

<https://facebook.com/hemloisirs>



Le site internet est tenu à jour régulièrement. Vous y trouverez le programme complet d'HEM-LOISIRS, toutes les informations utiles (l'agenda du mois, les changements de dernière minute), et des articles sur les activités.

CONFÉRENCE INAUGURALE

"LA JOIE DE MANGER"

par le Docteur Jean-Michel LECERF

**Médecin nutritionniste
Spécialiste en endocrinologie et maladies métaboliques
Responsable du Service Nutrition & Activité Physique
de l'Institut Pasteur de Lille (IPL).**

Jeudi 1er octobre 2026 – 18h00

Devons-nous continuer à manger de la viande ? Que penser du véganisme ? À quoi sert-il de jeûner ? La gourmandise doit-elle être pourchassée ? Notre alimentation nous empoisonne-t-elle ? Jamais nous ne nous sommes posé autant de questions qu'en ces temps de préoccupations écologiques, où les registres de la santé et du bien-être se font omniprésents.

**L'entrée est gratuite et ouverte à tous,
adhérents et non-adhérents**

**Venez nombreux et amenez vos amis pour leur faire découvrir
les activités d'HEM-LOISIRS.**

Salle des Fêtes 36 rue du Général LECLERC à Hem.

300 places disponibles !

LES GRANDES CONFÉRENCES

ouvertes à tous : adhérents et non-adhérents

Jeudi 05 novembre 2026–18h00–Salle des Fêtes

Géo-stratégie des religions et des spiritualités

Les Chrétiens déchirés par les conflits. Les démons de l'Amérique trumpiste, le regain de l'orthodoxie russe sont à l'arrière-plan des tensions actuelles. L'Islam dominé par les radicaux pollue la scène internationale, tout comme le judaïsme instrumentalisé. **Christian DEFEBVRE**, *agréé d'histoire* montre comment le fait religieux constitue la toile de fond des relations géo-stratégiques mondiales.

Jeudi 10 décembre 2026-18h00–Espace culturel Franchomme

Le NORD des musiciens et des peintres

De Josquin DES PREZ à Henri DUTILLEUX, de Jehan BELLEGAMBE à Henri MATISSE, COROT, Edouard LALO ou encore Albert ROUSSEL, de grands compositeurs et peintres sont nés, ou ont vécu dans notre région. Du Moyen-Age à nos jours, **Jean-Marc PETIT**, *journaliste et critique musical* propose de (re)découvrir, par le son et l'image, les grands musiciens et peintres qui ont su sublimer la lumière du Nord.

Jeudi 14 Janvier 2027 -18h00–Espace culturel Franchomme

DEGAS collectionneur : "Mon musée à moi"

La collection d'Edgar DEGAS est un cas singulier. Conservatoire de la tradition française, elle s'ouvrit cependant à une avant-garde. Cette collection, ce musée secret, joua un rôle méconnu dans la carrière du peintre. D'une ampleur insoupçonnée, elle ne fut jamais exposée dans son intégralité. Cette conférence par **Grégory VROMAN** offre ainsi au regard du spectateur d'aujourd'hui ce que DEGAS avait jadis refusé à ses rares hôtes.

Jeudi 11 février 2027 – 18h00–Salle des Fêtes

Le Baiser dans l'Art, une histoire passionnée

A l'occasion du Bicentenaire de la photographie en 2026-2027, une conférence pour (re)découvrir quelques mystères sur une photo culte, et s'émerveiller de la diversité des baisers peints, sculptés, photographiés à travers les siècles, depuis une sculpture du 10^e siècle avant notre ère jusqu'à des baisers au pochoir dans la rue. Conférence par **Valérie BUISINE**, *historienne de l'art*.

Jeudi 8 avril 2027 – 18h00–Salle des Fêtes

Marie CURIE, scientifique, mère et femme

La Pologne au moment de sa jeunesse, le pacte entre deux sœurs, la liberté à Paris. La soif de la découverte, l'erreur de Becquerel, l'intuition géniale. La radioactivité, une héroïne de guerre, une exception à l'effet Matilda, une famille de Nobel. Conférence par **Régis THYOT**, *ingénieur*.

Jeudi 13 mai 2027 – 18h00–Espace culturel Franchomme

L'Entre-deux-guerres illustré

A l'aide de dessins humoristiques, et d'affiches de l'époque, **Bruno GRIMONPREZ** décrypte cette période si particulière : un début dans la joie et l'enthousiasme de la fin d'un conflit mondial. Mais en son milieu une crise sociale destructrice d'emplois causant un retour des dictatures dans les pays voisins. C'est aussi le début de l'émancipation des femmes.

Espace Culturel Franchomme 1 rue du Général LECLERC à Hem

Salle des Fêtes 36 rue du Général LECLERC à Hem .

5 € par conférence. Paiement à l'entrée (carte bancaire, espèces, ou carte multi-conférences).

HISTOIRE DE L'ART

Conférencière : **Marie CASTELAIN-LETESSE**, architecte D.P.L.G.,
guide conférencière de la Fédération des Amis des Musées des Hauts
de France.

8 conférences : les **jeudis** de 9h30 à 11h30

La quête du bonheur

Longtemps resté la chasse gardée des philosophes, le bonheur commence pourtant le jour où l'on cesse de croire qu'il est ailleurs. Cet état de félicité peut se produire au quotidien dans la beauté d'un paysage, dans l'émerveillement d'une relation...Et notamment dans la découverte d'œuvres d'art. Comme le dit STENDHAL "Je ne veux désormais collectionner que les moments de bonheur".

8 octobre 2026 **Les artistes à la recherche du bonheur**

Qui n'a pas rêvé, comme STENDHAL, d'atteindre cet état si rare, réputé indicible et considéré comme une idée subjective.

De l'Arcadie rêvée à l'émerveillement d'un paysage ou d'un coucher de soleil, d'une relation intime à un baiser amoureux, comment le bonheur a-t-il été représenté à travers les arts et les époques ?

12 novembre 2026 **Caspar David FRIEDRICH, à la recherche du sublime**

Acteur du romantisme allemand, ses paysages sont reconnaissables entre tous : clairs de lune, crépuscules, bords de mer, paysages enneigés, églises, forêts, rochers, falaises de craie. Ils exhalent une beauté magique, presque mystique, teintée de mélancolie.

26 novembre 2026 **William TURNER, le peintre de la lumière**

Avec CONSTABLE, il est le plus grand peintre paysagiste de l'école anglaise. Considéré comme un précurseur de l'impressionnisme, il se rapproche, à la fin de sa carrière, de l'abstraction pour ses paysages imaginatifs et ses scènes marines, utilisant la lumière de manière expressive.

3 décembre 2026 **RENOIR et l'amour, la modernité heureuse**

Peintre du bonheur, Auguste RENOIR est le chroniqueur de la vie parisienne de son temps. Corps lumineux et gestes tendres composent une vision sensuelle et moderne de la vie. Retour sur le parcours de ce maître jusqu'à sa dernière retraite aux Collettes.

21 janvier 2027 **Mary CASSATT et sa fascination pour les liens familiaux**

Artiste américaine, figure majeure de l'impressionnisme, dont les œuvres célèbrent avec tendresse l'intimité des femmes et des enfants. Par son talent et sa détermination, elle se forge une identité unique, et s'impose à travers ses toiles lumineuses et ses gravures audacieuses.

4 février 2027 **MATISSE, que la couleur soit !**

C'est à la lumière du Sud que l'homme du Nord découvre son inclination pour la couleur pure, révélatrice de cette joie qu'il cherchait dans l'œuvre d'art. Son chemin est aussi riche de sensation et d'harmonie que sa quête colorée.

18 février 2027 **Raoul DUFY et la poésie du quotidien**

Artiste prolifique, Raoul DUFY a commencé par croquer la mer. Influencé par l'impressionnisme, puis par le fauvisme, il s'affirme avec ses grandes bandes horizontales ou verticales dissociées du dessin fait au pinceau. C'est le peintre de la "couleur-lumière".

15 avril 2027 **Beauté du patrimoine et greffe d'une architecture contemporaine**

Sujet à controverse, la greffe contemporaine sur les bâtiments du patrimoine pose la question de la justesse de l'intervention. Agrandir, transformer, changer l'usage sont des opérations délicates pour l'architecte qui relèvent parfois du défi.

Espace Culturel Franchomme 1 rue du Général LECLERC à Hem.
Prix : 40 € les 8 conférences ou payable à la séance avec la carte multi-conférences.

AU RENDEZ-VOUS DES MÉLOMANES

Conférencier : **Denis SIMÁNDY**, pianiste, corniste, chef d'orchestre, professeur et directeur artistique du festival "Lille Clef de Soleil".

7 conférences : les lundis de 9h30 à 11h30

12 octobre 2026 **Bedřich SMETANA**

La Moldau, bien-sûr ! SMETANA fait partie de ces musiciens dont une seule œuvre peut cacher la forêt...

16 novembre 2026 **Histoire de la musique hongroise**

La Hongrie, probablement le peuple le plus "instinctivement" musicien de la planète...

7 Décembre 2026 **Histoire des symphonies**

Des origines aux méandres de leurs évolutions.

11 janvier 2027 **Gioachino ROSSINI**

Quand on a écrit autant de "tubes" et qu'on est capable de s'arrêter de composer pendant 40 ans !

8 février 2027 **Antonio VIVALDI**

STRAVINSKI disait "VIVALDI n'a pas écrit 400 concertos, il a écrit un concerto 400 fois !..."

8 mars 2027 **Johann Sebastian BACH : Dieu le Père**

"Si Dieu doit bien quelque chose à quelqu'un, c'est bien à BACH" écrivait Emil CIORAN.

12 avril 2027 **Mstislav ROSTROPOVITCH**

Ou la réincarnation du génie musical à travers le violoncelle.

La Cantoria – Ecole de Musique - Place de la République à Hem.

Prix : 35 € les 7 conférences ou payable à la séance avec la carte multi-conférences.

GÉO-STRATÉGIE

Conférencier: **Christian DEFEBVRE**, agrégé d'histoire, ancien membre de la commission Justice et Paix, et de la commission nationale interministérielle de Défense.

4 conférences : de 9h30 à 11h30, **vendredis** 9 octobre 2026, 15 et 29 janvier 2027, et **mardi** 8 décembre 2026.

9 octobre 2026 **Géo-stratégie de l'humanitaire**

L'humanitaire a changé en 40 ans : d'un espace perçu comme neutre et moral, il est devenu un champ de tensions, d'instrumentalisations et de rivalités stratégiques. Il doit s'adapter à des conflits complexes, faire face à une crise de financement et de légitimité, et il voit émerger de nouveaux acteurs.

8 décembre 2026 **Géo-stratégie des migrations**

Les migrations internationales sont devenues un enjeu géopolitique majeur, structuré par des dynamiques démographiques, économiques, sécuritaires et climatiques, avec une mondialisation des flux, la politisation de ces flux et la globalisation du phénomène.

15 janvier 2027 **Géo-stratégie des mondes asiatiques**

L'Asie est aujourd'hui le centre de gravité stratégique du monde : poids démographique, puissance économique, rivalités militaires, tensions maritimes, enjeux environnementaux. Cet espace n'est pas homogène (politique, économie, démographie ou culture).

29 janvier 2027 **Géo-stratégie des mondes arabes**

Depuis 2020 de nouvelles dynamiques se développent au sein des mondes arabes. En dehors de rivalités traditionnelles persistantes, les récents conflits génèrent de nouvelles alliances, tandis que ces territoires sont soumis à de multiples pressions extérieures.

Espace Culturel Franchomme 1 rue du Général LECLERC à Hem.

Prix : 20 € les 4 conférences ou payable à la séance avec la carte multi-conférences.

LITTERATURE

Conférencière : **Claudine MAES**

3 conférences : les mardis de 9h30 à 11h30

10 novembre 2026 **Les REPAS dans quelques œuvres littéraires et cinématographiques**

A travers des textes de FLAUBERT, ZOLA, PROUST, Boris VIAN, Annie ERNAUX, illustrés d'extraits de films (*Le Festin de Babette*, *La Grande Bouffe*, etc.) quelles sont les différentes fonctions des repas ? Se nourrir, se réunir pour discuter, disputer, séduire, rire ? Les repas ne sont-ils pas le reflet de notre société ?

17 novembre 2026 **CAMUS aujourd'hui**

Toujours actuel, CAMUS est l'écrivain français du XXe siècle le plus lu dans le monde. Il est de ces rares auteurs qui sont de leur temps et aussi du nôtre. Les romans : *L'Etranger*, *La Peste*, *La Chute* ; les nouvelles : *L'Été*, *Noces* ; le théâtre : *Caligula*, *Les Justes* ; les essais philosophiques : *Le Mythe de Sisyphe*, *L'Homme révolté*, éclairent par la profondeur de leur écriture, l'impression de beauté et de précision des mots qui s'en dégage, par l'exercice d'une pensée libre qui refuse les assignations idéologiques, par le goût de la vérité. Homme complexe, il s'interroge et nous interroge sur la violence, l'injustice et la mort.

24 novembre 2026 **Michel QUINT et la métropole lilloise**

Après une rapide biographie de Michel QUINT et à travers quelques uns de ses romans (*Lundi perdu*, *L'espoir d'aimer en chemin*, *Avec des mains cruelles*, *Fox-Trot*, etc...), nous parcourrons les lieux de la métropole lilloise chers à l'auteur et nous nous interrogerons sur leurs fonctions. Nous verrons ensuite que la métropole lilloise est vraiment un carrefour : entre passé et présent, réel et imaginaire, familiarité et poésie.

Espace Culturel Franchomme 1 rue du Général LECLERC à Hem

Prix : 15 € les 3 conférences ou payable à la séance avec la carte multi-conférences.

BULLETIN D'INSCRIPTION 2026-2027 À L'ASSOCIATION HEM-LOISIRS

Bulletin à détacher et à compléter

3 possibilités pour adhérer à HEM-LOISIRS :

- **Inscription en ligne** avec paiement sécurisé de la cotisation et des activités sur le site internet d'HEM-LOISIRS : <https://hem-loisirs.fr> .

Nos partenaires Yapla et Crédit Agricole : **Yapla** | 

- ou, en rapportant ce bulletin papier d'inscription complété, lors des **2 permanences au Centre Culturel Franchomme** (1 rue du Général Leclerc à Hem) avec possibilité de payer par carte bancaire (ou par chèque) :
 - **vendredi 25 septembre 2026 de 14h00 à 17h30.**
 - **samedi 26 septembre 2026 de 10h00 à 12h00.**
- ou **par courrier** avec ce bulletin d'inscription papier complété et accompagné d'un chèque à l'ordre d'HEM-LOISIRS, du montant total (cotisation + activités choisies) à adresser à notre trésorier :

Pascal SUARIS, 27 rue Victor HUGO, 59510 Hem.

NB : pour vos échanges avec l'association, merci d'utiliser, tout au long de l'année, l'adresse e-mail donnée au moment de votre inscription.

BULLETIN D'INSCRIPTION 2026-2027

À L'ASSOCIATION HEM-LOISIRS

Pour être conforme au RGPD (Règlement Général de Protection des Données, entré en vigueur le 25 mai 2018), les données personnelles collectées par HEM-LOISIRS ne sont utilisées que pour vous transmettre les informations sur les activités d'HEM-LOISIRS. Le fait de remplir ce bulletin implique votre accord sur cette utilisation.

Nom :

Prénom M : Mme :

Adresse :

.....

Code postal : Ville :

Pays (si différent de France) :

Téléphone :

Email (à compléter impérativement en majuscules)

Email M :

Email Mme :

J'autorise HEM-LOISIRS à utiliser mon image pour une utilisation de promotion de HEM-LOISIRS (résultats dans la presse, affichage, site internet ou page Facebook de l'association).

Nom et Prénom

M.....

Mme.

Signature (s)

NB : la politique de confidentialité de l'association HEM-LOISIRS est disponible sur le site internet <https://hem-loisirs.fr>

Cocher les activités choisies et compléter les montants

		€	M.	Mme
	Cotisation obligatoire* : 12€ par personne	12		
CONFÉRENCES				
☐	Au rendez-vous des mélomanes	35		
☐	Géo-stratégie	20		
☐	Invitation au voyage	10		
☐	Histoire de l'art	40		
☐	Culture et Territoires	10		
☐	Littérature	15		
☐	Carte multi-conférences (validité 2 saisons) **	30		
ATELIERS				
☐	Art floral 7 séances 9h30-11h30	70		
☐	Art floral 7 séances 14h30-16h30	70		
☐	Art floral 4 séances au choix 9h30-11h30	50		
☐	Art floral 4 séances au choix 14h30-16h30	50		
☐	Aquarelle (inscription : voir page 19)			
☐	Sport cérébral (inscription : voir page 20)			
☐	Couture-10 ateliers-matin	Inscription : voir page 19	120	
☐	Couture-10 ateliers-après-midi		120	
SOPHROLOGIE				
☐	Sophrologie (à payer sur place)			
CLUBS				
☐	Club d'Échecs (inscription : voir page 17)			
☐	Club de Bridge (inscription : voir page 17)			
	MONTANT TOTAL : Cotisation* + Activités			

*** Cotisation obligatoire pour toutes les activités et toutes les conférences (hors les conférences du soir).**

****** voir page n° 14 l'information sur la carte multi-conférences

La Carte multi-conférences

La carte "multi-conférences" permet d'assister à 5 conférences à choisir parmi les conférences de :

- Au Rendez-vous des Mélomanes
- Géo-stratégie
- Invitation au voyage
- Histoire de l'art
- Culture et Territoires
- Littérature
- Les Grandes Conférences du jeudi soir

La carte "multi-conférences" a une validité de 2 saisons (la saison de son achat, et la saison suivante). Elle peut être renouvelée en cours de saison.

Une carte "multi-conférences" coûte 30 €. Pour se la procurer, il faut être à jour de sa cotisation.

Veuillez commander votre première carte de l'année, au moment de votre adhésion (par courrier ou en ligne) pour la nouvelle saison. La carte vous sera remise lors du prochain passage à l'une de nos conférences.

NB : Les cartes multi-conférences perdues ou volées ne seront plus remboursées.

CULTURE ET TERRITOIRES

"Les Amériques"

Conférencier : **Valérie BUISINE**, historienne de l'art

2 conférences : les mardis de 9h30 à 11h30

19 janvier 2027 **En Amérique Latine**

Peinture, sculpture et textile avec BOTERO, Olga de AMARAL, Tarsila do AMARAL et autres artistes.

Terre de cultures anciennes ayant influencé l'art occidental, l'Amérique Latine a vu éclore dès le XXe siècle un art moderne et contemporain propre. L'enjeu de cette mondialisation est d'affirmer une identité face au passé colonialiste en dévoilant des spécificités locales. Les artistes présenté(e)s révéleront cette diversité haute en couleurs et formes, matières et techniques.

2 février 2027 **En Amérique du Nord**

Entre abstraction et figuration, peinture sublime ou engagée (avec les artistes John Singer SARGENT, Norman ROCKWELL, Mark ROTHKO, Georgia O'KEEFFE et Jean-Michel BASQUIAT).

Au lendemain de la seconde guerre mondiale, New York devient "the place to be" pour les artistes, supplantant Paris comme carrefour international de l'avant-garde artistique. De l'éclosion d'un art proprement américain au rôle de la CIA dans la guerre froide sur le terrain culturel, une aventure passionnante sur les traces d'artistes majeur(e)s.

Espace Culturel Franchomme 1 rue du Général LECLERC à Hem.

Prix : 10 € les 2 conférences ou payable à la séance avec la carte multi-conférences.

INVITATION AU VOYAGE

Conférencier: **Christian DEFEBVRE**, agrégé d'histoire, ancien membre de la commission Justice et Paix, et de la commission nationale interministérielle de Défense.

2 conférences : les vendredis de 9h30 à 11h30

16 avril 2027 **La Jordanie**

Ce voyage nous emmène à la fois sur les pas de MOÏSE au mont Nébo, de JESUS à Béthanie ou de LAWRENCE d'Arabie dans le désert du Wadi Rum. On y découvre aussi la ville antique de Jerash, les forteresses ottomanes ou celles des croisades, la Mer Morte, Petra, le parc naturel de Dana aux canyons extraordinaires et surtout un peuple hospitalier très attachant...

14 mai 2027 **L'Ecosse**

L'Ecosse comprend plus de 790 îles, dont les Hébrides et les Orcades. Sa capitale Édimbourg, est célèbre pour son patrimoine historique et culturel. Le paysage est marqué par les Highlands, les lochs (dont le célèbre Loch Ness) et une côte très découpée. Le « pays des Scots » est un royaume indépendant du IXe siècle à l'Acte d'Union de 1707, formant le Royaume-Uni. C'est un pays à l'identité forte, mêlant paysages spectaculaires, histoire mouvementée, culture vibrante et institutions autonomes. Un territoire où se rencontrent tradition, innovation et un profond attachement à la nature.

Espace Culturel Franchomme 1 rue du Général LECLERC à Hem

Prix : 10 € les 2 conférences ou payable à la séance avec la carte multi-conférences.

CLUB BRIDGE

Animateur : **Denis WIBAUX** – Tel 06 83 93 57 05

Dans une ambiance bon-enfant, nous vous accueillons quel que soit votre niveau.

Le lundi de 14h à 18h, hors vacances scolaires

Salle Maurice SCHUMANN, reprise le lundi 7 septembre 2026

2 rue RACINE à Hem-Beaumont

Le vendredi de 14h à 18h, hors vacances scolaires

Salle BOURNAZEL, reprise le vendredi 11 septembre 2026

allée Henri de BOURNAZEL à Hem.

CLUB ÉCHECS

Animateur : **Pascal SUARIS**

Le club Echecs est ouvert à tous : amateurs, débutants ou confirmés. Encadrés par une équipe motivée, les joueurs développent réflexion, concentration et esprit sportif. Une activité structurée et accessible à tous les âges (à partir de 11 ans) .

Le mardi de 14h30 à 18h00 précises, hors vacances scolaires

Le mercredi de 14h00 à 18h00 , hors vacances scolaires

Reprise le mardi 22 septembre 2026

Espace Culturel Franchomme - Salle La Bergerie

1 rue du Général LECLERC à Hem.

ATELIER D'ART FLORAL

Animatrice : **Valérie STAES**, diplômée de l'institut de Genech

7 ateliers : les vendredis de 9h30 à 11h30 ou de 14h30 à 16h30

9 octobre 2026 **Kilim, perles et roses**

13 novembre 2026 **Cadre végétal stabilisé**

11 décembre 2026 **Cornets étoilés**

15 janvier 2027 **Bougie fleurie**

12 février 2027 **Arc efflorescent**

12 mars 2027 **Couronne printanière**

2 avril 2027 **Une poule sur un mur...**

Maison du Foot - Salle Convivialité, rue de la Lionderie à Hem.

Prix : 70 € les 7 ateliers ou 50 € pour 4 ateliers au choix.

Renseignements auprès de Roselyne COUSIN au 03 20 80 00 08.

INITIATION À L'AQUARELLE

Animateur : **Bernard VERMEULEN**

7 séances : les vendredis de 9h à 12h pour 12 inscrits maximum.

Inscription par e-mail à : aquarelle@hem-loisirs.fr

1^{er} groupe	4 décembre 2026	12 mars 2027
2 octobre 2026	8 janvier 2027	9 avril 2027
13 novembre 2026	5 février 2027	
2^e groupe	18 décembre 2026	26 mars 2027
16 octobre 2026	22 janvier 2027	21 mai 2027
27 novembre 2026	19 février 2027	

Le matériel de base est offert pour une première inscription.

Espace Culturel Franchomme - Carré des arts

1 rue du Général LECLERC à Hem.

Prix : 45 € les 7 ateliers

ATELIER COUTURE

Animatrice : **Valérie STAES**, CAP des métiers de la mode et des vêtements flous. Inscription par e-mail à : couture@hem-loisirs.fr

Le mardi de 9h à 12h (120 € les 10 ateliers)

Le mardi de 14h à 16h (120 € les 10 ateliers de perfectionnement)

13 octobre 2026	26 janvier 2027	13 avril 2027
17 novembre 2026	16 février 2027	18 mai 2027
1 ^{er} décembre 2026	9 mars 2027	
12 janvier 2027	23 mars 2027	

Maison du Foot - Salle Convivialité, rue de la Lionderie à Hem.

SPORT CÉRÉBRAL

Ménagez-vous – Musclez votre mémoire par le jeu

Animatrices : **Isabelle TOULEMONDE et Joëlle DEFFONTAINE**

Les jeudis de 9h30 à 10h30 ou de 10h45 à 11h45

1 ^{er} octobre 2026	28 janvier 2027
15 octobre 2026	11 février 2027
5 novembre 2026	11 mars 2027
19 novembre 2026	25 mars 2027
3 décembre 2026	8 avril 2027
17 décembre 2026	13 mai 2027
7 janvier 2027	27 mai 2027
14 janvier 2027	3 juin 2027

Espace Culturel Franchomme - Salle La Bergerie

1 rue du Général LECLERC à Hem.

L'inscription au Sport Cérébral, se fait uniquement en envoyant un e-mail à Joëlle DEFFONTAINE mdeffontaine@nordnet.fr , chargée de l'organisation des 2 groupes.

Prix : 3 € la séance payable par une carte spécifique de 5 séances à acheter sur place.

Les séances sont ouvertes sous réserve de 8 inscriptions minimum.

SOPHROLOGIE

Oui , le bien-être s'entraîne aussi

Animatrice : **Marie-Christine HORB**, sophrologue diplômée de l'académie internationale de sophrologie Caycédienne.

En séances de groupe.

Les séances sont ouvertes sous réserve de 8 inscriptions minimum

Les lundis de 11h à 12h, hors vacances scolaires

Maison du Foot

rue la Lionderie à Hem.

Les lundis de 18h à 19h, hors vacances scolaires

Salle Maurice SCHUMANN

2 rue RACINE à Hem-Beaumont.

Reprise des séances à partir du lundi 7 septembre 2026

Prix : 11 € la séance (payable au trimestre), à régler à la première séance.

La cotisation à l'association et les séances sont à payer par chèques séparés.

SORTIES

- Visite guidée de l'exposition "Anarchie" au musée La Piscine de Roubaix
- Visite guidée de l'église St CORNEILLE de Hem, avec Anne DUQUESNE
- Exposition William TURNER et les artistes du "Grand Tour" au palais des Beaux Arts de Lille
- Autres projets à l'étude

Les dates et les bulletins d'inscription seront communiqués par mail (expéditeur du mail : **"hem loisirs via Yapla"**). N'oubliez pas de consulter régulièrement vos mails.

VOYAGE

Voyage à ROME (Italie) : 6 jours/5 nuits en mai 2027 (du 3 au 8 mai 2027). Le programme complet du voyage et toutes les informations nécessaires pour s'inscrire vous seront envoyés prochainement.

Christian DEFEBVRE sera notre accompagnateur durant ce voyage.

L'ÉQUIPE

DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

Catherine INNEGRAEVE Présidente
Sylvie BOUSSEKEY Vice-présidente
Pascal SUARIS Trésorier
Bernard VERMEULEN Secrétaire
Marie LEWITTE Secrétaire-adjointe
Joëlle DEFFONTAINE
Hubert DELÉARDE
Armelle DROUFFE
Philippe DROUFFE
Catherine GARET
Philippe GARET
Didier LESTRIEZ
Hervé RUYANT
Ariane WYPYCH

Pour tout contact, utiliser l'adresse de messagerie :

contact@hem-loisirs.fr

TABLE DES MATIÈRES

Le mot de la présidente.....	1
Conférence inaugurale	3
Les grandes conférences.....	4
Histoire de l'art	6
Au Rendez-Vous des Mélomanes	8
Géo-stratégie	9
Littérature.....	10
Bulletin d'inscription	11
La carte multi-conférences	14
Culture et Territoires	15
Invitation au voyage	16
Club Bridge	17
Club Echecs	17
Atelier Art Floral.....	18
Initiation à l'aquarelle	19
Atelier Couture	19
Sport cérébral	20
Sophrologie	21
Sorties et voyage	22
L'équipe du Conseil d'Administration.....	23



HEM
Loisirs