LE JOURNAL DES ADHÉRENTS

LE HERON DE LA SENSEE

Réalisé par et pour les adhérents du Centre Socioculturel





Le journal des Adhérents est réalisé par une équipe de bénévoles plus ou moins stable selon les disponibilités de chacune et chacun.

Nous avons à cœur de vous y présenter un reflet du centre, souvent partiel au regard des programmes proposés par le centre, en donnant la possibilité à tous de prendre "la parole" sur leurs participations, leurs ressentis aux activités diverses réalisées.

Ce numéro met le focus sur les bénévoles qui partagent leurs passions, savoirs, compétences avec vous et vous permettra ainsi de préparer votre rentrée de septembre et les rejoindre dans les ateliers qu'ils nous revoir: le théâtre nous aide à avoir confiance vous proposent.

envie de partager ce que vous aimez avec d'autres notre compagnie rejoignez nous dès septembre. adhérents : N'hésitez pas à oser passer d'adhérent à bénévole cela est très enrichissant nous vous attendons pour les prochains numéros.

Socioculture



Un groupe de 7 à 8 personnes se réunit un vendredi sur deux de 18h00 à 19h30 au centre socio-culturel du SIRA avec notre intervenante Aurélie d'Olie et sa valise. Nous passons un bon moment entre amies, des liens se tissent, Nous sommes contentes de en nous. Cela nous permet de penser à autre chose. Ce n'est pas toujours facile de jouer un autre rôle, Si vous aussi vous désirez rejoindre les bénévoles, mais lorsqu'on y arrive, nous sommes satisfaites . Si rapprochez vous de Christelle pour présenter votre vous êtes intéressés pour passer un bon moment en

ZEN ATTITUDE



Le 07 avril 2023, un groupe de marche intitulé "Zen attitude" a été créé dans le but de découvrir les sentiers de l'agglomération d'Arleux et admirer les paysages environnants. Cette marche se réalise tous les vendredis de 9h30 à 11h (4 - 5 km) au rythme de chacun; pas de course, pas de compétition, juste de la détente et une belle balade au coeur de la

Faites un premier pas, venez nombreux pour garder la forme.

MARCHE



Christine vous emmène le mardi matin de 9h à 11h30 découvrir la nature autour d'Arleux pour les adeptes de la marche rapide environ 10 km. Surtout n'oubliez pas votre bouteille d'eau ainsi que vos chaussures adéquates.

CHANTAB

Vous aimez la musique, les musiques.

Vous aimez chanter, chantonner, fredonner.

Vous voulez vous accompagner à la guitare acoustique (folk ou classique) ou electro.

Venez rejoindre l'atelier CHANTAB animé par Patrick tous les mercredis

de 17h30 à 19h30 et passer un moment agréable et convivial dans la bonne humeur.

Débutants à la guitare acceptés : l'accompagnement à la guitare ne demande pas un gros investissement théorique

Quelques accords simples et un soupçon de rythme avec un peu de pratique et l'affaire est réglée.....Le talent et l'envie feront le reste.

Tous les styles de musiques et de chansons sont approchés , on accède aux souhaits des adhérents .

C'est leur playlist donc c'est que du plaisir.



SCRAP'IN

Après plusieurs sessions d'initiation au scrap, nous avons voulu proposer un temps de rencontre entre scrapeuses pour échanger nos pratiques, nos astuces et que chacune puisse présenter ses projets et les partager.

Christelle nous a suivi en nous permettant de mettre sur pied, grâce aussi à la municipalité de Marcq pour le local et l'armoire de rangement, cet atelier "SCRAP'IN" où nous nous retrouvons chaque mardi de 14h à 16h dans la bonne humeur et la bienveillance.

Nous ne sommes pas des super expertes en scrapbooking mais nous veillons à ce que cet "atelier" puisse permettre à toutes de passer un agréable moment où chacune apporte son savoir faire, ses idées, son tutoriel pour réaliser de jolies créations comme des cartes, des boîtes, du home déco, des albums photos, ...

Cette activité complète bien l'atelier du vendredi matin à Arleux où Elodie nous initie et nous guide pas à pas

Marie Paule et Nelly

NB : si l'article est au féminin c'est parce qu'à l'heure actuelle il n'y a pas encore d'"homme" pour cet atelier

GENEALOGIE



Isabelle CAUDRON est à la création de l'atelier d'initiation à la généalogie qui, par sa patience, le partage de ses connaissances, son implication,... a nécessité qu'elle double ce rendez-vous du lundi matin tant nous sommes nombreux à vouloir connaître nos origines

La santé d'Isabelle fait qu'actuellement cet atelier soit en suspens mais nous lui souhaitons un bon rétablissement afin qu'elle puisse poursuivre auprès de nous ce travail de recherches de nos racines.

GUITARE



Quand on débute, on en a "plein les cordes", la tête tourne dans tous les sens, car haut, bas, droite, gauche sont mis à contribution... Et puis après les cordes, ce sont les doigts qui s'agitent, ne se posent pas toujours comme on le voudrait. Qui l'eut cru! ça fait mal! Tient au fait, il faudra que je demande à Christelle des sparadraps pour soigner les petits bobos aux doigts. Pour finir la panoplie du parfait débutant ail ail ail ... tchick boum, tchick boum... boum boum Tagada, Vous l'aurez compris, trouver le bon rythme c'est tout un programme. Mais quelle joie de partager cet hobby avec Emilie, Catherine1, Catherine2, Lydie, Marc en ce moment. Promis, chacun progresse à son rythme. Des bouquets de notes et champs d'accords fleurissent le lundi de 17h30 à 19h30.

DOIGTS DE FÉÉ



Nous sommes deux bénévoles pour l'atelier Couture le lundi après midi. Un groupe de douze personnes se retrouve pour confectionner des lingettes démaquillantes, des panières vide poches, des bouillottes, au gré des envies et idées des adhérentes pour des projets simples.

JARDINAGE



Sur un terrain mis à disposition par la commune de Féchain, nous bêchons, nous ratissons, nous semons et partageons les récoltes. Nous transmettons nos savoirs, notre bonne humeur.

"Nous" c'est : les adhérents le lundi matin, les allocataires du RSA le jeudi et les enfants avec le relais petite enfance le jeudi matin une fois par mois.

PREVOYEZ VOTRE RENTRÉE
INSCRIVEZ VOUS AUX ATELIERS
LES BÉNÉVOLES VOUS ACCUEILLERONT
BIEN VOLONTIERS.

PÉRIODE ESTIVALE 2023









ET SI VOUS PARTICIPIEZ AU JOURNAL?



Participez à la rédaction du prochain journal des adhérents!
De près ou de loin, vous pouvez venir juste à 1 séance, ou rejoindre le groupe plus régulièrement, mais aussi envoyer un texte, une proposition d'article ou vos photos à cette adresse mail : journal.csc.sira@gmail.com
Il n'y a aucune obligation, c'est juste un lieu de partage et d'échanges autour de la vie du Centre ouvert à TOUS!

Les prochains rendez-vous sont prévus les Vendredis 22 septembre & 13 octobre

de 14h à 16h au Centre Socioculturel.

Ce journal a été rédigé par : Annabelle, Christine, Danielle, David, Irène, Jean-Marc, Nelly, Valérie.

Pour nous contacter : journal.csc.sira@gmail.com

Centre Socioculturel L'Ostrevent & la Sensée - 34 rue du Bias 59151 ARLEUX - 03.27.89.51.74



