



AU ❤ DE LA SENSÉE

Programme d'activités - JANVIER à MARS 2026



UNE NOUVELLE ANNÉE AVEC VOUS
REJOIGNEZ NOUS !

CENTRE SOCIOCULTUREL
L'OSTREVENT & LA SENSÉE ➤

BONNE ANNÉE !

**Chèr(e)s habitant(e)s,
Chèr(e)s adhérent(e)s du Centre socioculturel,**

À l'heure où une nouvelle année s'apprête à commencer, toute l'équipe du Centre socioculturel souhaite prendre un moment pour revenir sur l'année écoulée et partager avec vous un message de gratitude, d'espoir et de convivialité.

2025 a été une année riche de projets, de rencontres et de collaborations. Grâce à votre participation, votre engagement et votre confiance, nos ateliers, nos actions familiales, nos projets culturels et nos initiatives solidaires ont pu se déployer avec une belle énergie. Chaque sourire, chaque échange, chaque idée partagée a contribué à faire du Centre un lieu vivant, accueillant et ouvert à tous.

Nous avons vu de nouvelles personnes franchir nos portes, rejoindes par celles et ceux qui nous accompagnent depuis longtemps. Ensemble, vous formez une communauté bienveillante, diverse et solidaire qui donne tout son sens à nos missions. Cette richesse humaine est au cœur de notre quotidien, et nous vous en remercions du fond du cœur.

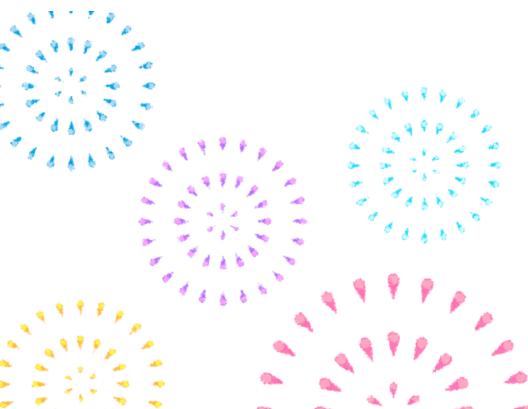
En regardant vers 2026, nous sommes enthousiastes et confiants. L'équipe prépare déjà de nouveaux projets, de nouveaux ateliers, des moments festifs, des partenariats renforcés et des actions toujours plus proches de vos besoins et de vos envies. Nous continuerons à faire du Centre un lieu où chacun peut apprendre, créer, se rencontrer, s'exprimer, être accompagné et trouver sa place.

Puissent ces fêtes de fin d'année être pour vous l'occasion de vous reposer, de vous recentrer et de partager de précieux instants avec vos proches. Que la nouvelle année vous apporte santé, inspiration, sérénité et de beaux projets, personnels comme collectifs.

Merci pour votre présence, votre participation et votre confiance.
Merci pour la chaleur humaine que vous apportez.
Merci de faire vivre le Centre avec autant d'élan.

Au plaisir de vous retrouver en 2026 pour continuer, ensemble, à faire de notre Centre socioculturel un espace vivant, dynamique et profondément humain.

**Très belle année à toutes et à tous !
L'équipe du Centre socioculturel l'Ostrevent & la Sensée.**



Événements !

Tout public

CONTACT :  03 27 89 51 74

MERCREDI
14
JAN
14H À 17H

 CSC ARLEUX

SUR INSCRIPTION



PRÉPARONS 2026 ENSEMBLE !

UN APRÈS-MIDI DE PARTAGE, CRÉATION ET DE CÉLÉBRATION

Rejoignez nous au centre pour divers ateliers gourmands et créatifs afin de partager un moment chaleureux à l'occasion de la **Fête des Rois** et de cette **nouvelle année 2026** !

- **Préparation et dégustation de galette des rois**
pour petits et grands gourmands, qui trouvera la fève ?
- **Atelier création de couronnes**
exprimez votre créativité en fabriquant votre propre couronne royale.
- **Création d'un moodboard**
laissez libre cours à votre imagination en composant un tableau d'inspiration autour du thème des Rois et de la convivialité.

GRATUIT



HAPPY
NEW YEAR!

ÉVÉNEMENT

CONTACT :  03 27 89 51 74

Tout public

VENDREDI

13

FÉVRIER
19H À 22H

Salle polyvalente
Fressain
Sur inscription

soirée loto!



NOMBREUX LOTS
À GAGNER !

- 1 carton : 2 €
- 3 cartons : 5 €
- 6 cartons : 10 €

OUVERT À TOUS



AUTOFINANCEMENT POUR UN
VOYAGE CULTUREL !



RESTAURATION SUR PLACE

Croque Mr, Soupe, Chips,
Friandises, Salade de fruits,
Crêpes

Événements !

CONTACT :  03 27 89 51 74

Tout public

MERCREDI
18
FEV
14HÀ17H

SALLE DES FÊTES
AUBIGNY-AU-BAC

SUR INSCRIPTION



CARNAVAL 2026

REJOIGNEZ NOUS À NOTRE BOOM !

GRATUIT

Remontez le temps et venez faire la fête comme à l'époque des vraies « booms » !

Au programme :

- **DJ set vintage** avec les meilleurs sons des années 70 à 2000 pour enflammer la piste.
- **Jeux de lumière** et ambiance disco, spots colorés et atmosphère festive.
- **Défilé rétro**, sortez vos plus belles tenues d'époque et participez à notre mini-défilé pour élire le look le plus stylé !

Venez danser au rythme de la danse des canards et partager entre petits et grands.



SUR INSCRIPTION À PARTIR DU 26 JANVIER

Événements !

CONTACT :  03 27 89 51 74



LES ANIMATIONS DE L'HIVER

En février, le Centre Socioculturel vous propose un programme d'animations variées pour profiter de la belle saison dans la bonne humeur !

Que vous soyez en famille, entre amis ou en solo, il y en a pour tous les goûts : sorties, ateliers créatifs, activités sportives, moments conviviaux...



UN HIVER À VIVRE ENSEMBLE, TOUT SIMPLEMENT !



Consulter notre planning et contactez nous pour en savoir plus.

LUNDI
23
FÉV
10H À 16H

"CRÉA-MONDE" *

Préparé et animé par les jeunes du centre.

GRATUIT

 CSC - ARLEUX

RÉSERVÉ AUX 6 - 10 ANS

JEUDI
26
FÉV
10H À 11H30

ATELIER CUSINE : SABLÉ ET JUS

Plongez dans un atelier gourmand où bonne humeur et créativité se mélangent à merveille ! Les participants apprendront à réaliser de délicieux sablés maison : pétrir la pâte, façonner de jolies formes et savourer la magie de la cuisson. L'activité se poursuit avec la préparation d'un jus frais et vitaminé, à partir de fruits soigneusement pressés ou mixés, pour créer une boisson colorée et pleine de pep's. Dans une ambiance conviviale et ludique, chacun repart avec ses propres sablés et un grand sourire... prêts à être dégustés !

GRATUIT

 CSC - ARLEUX



MARDI
24
FÉV
10H À 11H30

CRÉATION DE MARQUE PAGE

Participez à un atelier créatif où vous réaliserez votre propre marque-page personnalisé. À l'aide de différents matériaux, papiers décoratifs, feutres, tampons, rubans et petits ornements, vous pourrez créer un modèle unique qui reflète votre style. Une activité simple, conviviale et accessible à tous, idéale pour repartir avec une petite œuvre originale ou un cadeau fait main.

GRATUIT

 CSC - ARLEUX



VENDREDI
27
FÉV

ACTIVITÉ CULINAIRE ADAPTÉE *

Les jeunes du centre se mettent dans la peau des animateurs, de la préparation à l'accompagnement et à la réalisation de l'activité culinaire.

GRATUIT

 CSC - ARLEUX

ACCESIBLE ET ADAPTÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

MERCREDI
25
FÉV
10H À 16H

ACTIVITÉ * INTERGÉNÉRATIONNELLE

Jeux de mémoire, blindtest, quizz et jeux de société préparés et animés par les jeunes du centre.

GRATUIT

 CSC - ARLEUX

RÉSERVÉ AUX SENIORS

* Dans le cadre des journées Sensées, les jeunes du CSC animeront les ateliers !



Possibilité de manger au CSC
N'oubliez pas d'apporter votre repas



ÉVÉNEMENT

CONTACT :  03 27 89 51 74

Tout public

GRATUIT



MERCREDI
18
MARS
16HÀ19H

 À DÉFINIR

Sur inscription



Explorez une structure gonflable impressionnante qui vous fait voyager à l'intérieur d'un côlon grandeur nature.

MARS BLEU[»] 100% INTERVENANTS



“ Apéro bleu ”

Ateliers cuisine intergénérationnels

- 1ère séance : 16h à 17h30
- 2ème séance : 17h30 à 19h

Avec Mme Daniel, nutritionniste, dans une ambiance chaleureuse et participative.

Mini-jeux et animations tout public

Des jeux pensés pour petits et grands, pour apprendre en s'amusant tout au long de l'événement.



SYNDICAT INTERCOMMUNAL
DE LA RÉGION D'ARLEUX
SIRA
L'Ostrevent & la Sensée
Un territoire à vivre



ars
Agence Régionale de Santé
Hauts-de-France



L'appli du Centre
App sira59



Centre Socioculturel
L'Ostrevent & la Sensée

Médiation santé

CONTACT :  07 88 88 94 39

Tout public

SUR INSCRIPTION

BESOIN D'ÊTRE CONSEILLÉ, ACCOMPAGNÉ ?



MERCREDI

21
JAN

9H30 À 11H

NOTRE MÉDIATRICE SANTÉ VOUS ACCUEILLE DANS NOTRE ESPACE

ATELIER PRÉVENTION SUR L'HYGIÈNE DES MAINS

Dans le cadre de nos actions de prévention santé, notre médiatrice santé propose pour les tout-petits un atelier sur la thématique de l'hygiène des mains.

À travers des échanges interactifs et une démonstration pratique, les participants apprendront quand et comment se laver les mains efficacement afin de renforcer les gestes d'hygiène simples mais essentiels pour protéger sa santé et celle de ses proches.



GRATUIT

SALLE DE MOTRICITÉ
ÉCOLE À FRESSAIN

RÉSERVÉ AUX PARENTS-ENFANTS

MERCREDI

28
JAN

14H30 À 16H

ATELIER SUR L'ALIMENTATION

Rejoignez-nous pour un moment convivial autour de l'alimentation !



Venez partager vos expériences et échanger sur vos habitudes alimentaires dans une ambiance chaleureuse et bienveillante. Nous vous proposons de découvrir des astuces pratiques pour bien manger, même avec un budget limité, et d'apprendre à préparer ensemble des repas simples, équilibrés et savoureux.

GRATUIT

CSC - ARLEUX

RÉSERVÉ AUX PERSONNES SUIVIES DANS LE CADRE DU DISPOSITIF RSA

FORMATION PSSM POUR L'ÉQUIPE DU CSC !

18 & 19
JANVIER



Les 18 et 19 janvier, une partie de notre équipe prendra le temps de se former aux **Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM)**.

C'est pour nous l'occasion d'apprendre à mieux comprendre ce que peuvent traverser les personnes en difficulté, de savoir comment être présents, à l'écoute, et comment apporter un premier soutien bienveillant lorsque quelqu'un ne va pas bien.

Cette formation nous tient particulièrement à cœur : elle nous permettra de renforcer notre capacité à accueillir chacun avec plus de douceur, d'attention et d'empathie. Parce qu'ici, prendre soin des autres commence par apprendre à être là, simplement, les uns pour les autres.

Médiation santé

CONTACT :  07 88 88 94 39

Tout public

SUR INSCRIPTION

BESOIN D'ÊTRE CONSEILLÉ, ACCOMPAGNÉ ?

NOTRE MÉDIATRICE SANTÉ VOUS ACCUEILLE DANS NOTRE CENTRE



04 & 11
FÉVRIER
9H30 À 11H

ATELIER PRÉVENTION BUCCO-DENTAIRE

Un sourire en santé, ça commence dès tout petit !

Notre invitons les enfants (accompagnés de leurs parents) à un atelier ludique pour découvrir comment prendre soin de leurs dents.

À travers des jeux, des histoires et des démonstrations amusantes, les petits apprennent à bien se brosser les dents, à reconnaître les aliments amis ou ennemis du sourire, et à comprendre pourquoi leur bouche mérite toute leur attention.

Un moment joyeux et complice pour repartir avec de bonnes habitudes... et un grand sourire !



GRATUIT

SALLE DE MOTRICITÉ
ÉCOLE FRESSAIN

RÉSERVÉ AUX PARENTS-ENFANTS

MARDI
10
FEV
17H30 À 19H30

ATELIER LANGUE DES SIGNES FRANÇAISE

11/18 ANS

Viens découvrir la langue des signes !

Cet atelier, spécialement pensé pour les jeunes, te plonge dans l'univers riche et expressif de la langue des signes. À travers des jeux dynamiques et des petites mises en situation, tu apprendras les bases pour communiquer autrement, comprendre un nouveau langage et développer une sensibilité à l'inclusion.

Une expérience fun, enrichissante et pleine de découvertes... qui t'ouvrira une nouvelle façon d'entrer en relation avec les autres

GRATUIT

CSC - ARLEUX

SANS OBLIGATION D'ADHÉSION
RÉSERVÉ AUX JEUNES



Médiation santé

CONTACT :  07 88 88 94 39

Tout public

SUR INSCRIPTION

BESOIN D'ÊTRE CONSEILLÉ, ACCOMPAGNÉ ?

NOTRE MÉDIATRICE SANTÉ VOUS ACCUEILLE DANS NOTRE CENTRE



MERCREDI

4

MAR
14H30 À 16H

ATELIER PRÉVENTION DES ADDICTIONS

Qu'est-ce qui nous pousse à certaines habitudes ?
Venez en discuter avec nous !

Dans le cadre de la prévention des addictions, nous vous invitons à participer à un atelier de sensibilisation pour mieux comprendre les différents types d'addictions (tabac, alcool, écrans, etc.) et leurs impacts sur la santé et la vie quotidienne.

À travers des discussions ouvertes, des supports visuels et des témoignages, chacun pourra partager son expérience, comprendre les mécanismes de la dépendance et découvrir des pistes pour adopter des habitudes plus saines.

Ce moment d'échange se déroule dans un climat d'écoute, de respect et de bienveillance, afin que chacun puisse s'exprimer librement et avancer à son rythme.

GRATUIT

 CSC - ARLEUX

RÉSERVÉ AUX PERSONNES SUIVIES DANS LE CADRE DU DISPOSITIF RSA



Médiation santé

CONTACT :  07 88 88 94 39

Tout public

SUR INSCRIPTION

BESOIN D'ÊTRE CONSEILLÉ, ACCOMPAGNÉ ?

NOTRE MÉDIATRICE SANTÉ VOUS ACCUEILLE DANS NOTRE CENTRE

MERCREDI
18
MARS
16H À 19H



MARS BLEU

Parce que la prévention peut aussi rimer avec découverte et convivialité, nous vous invitons à vivre un moment unique autour de la sensibilisation au cancer colorectal.

- **16h à 19h - Gaston le côlon géant**

Explorez une structure gonflable impressionnante qui vous fait voyager à l'intérieur d'un côlon grande taille. Découvrez, de façon visuelle et accessible, les différentes lésions et étapes du cancer colorectal, accompagnés par un professionnel de santé et/ou les chargées de prévention.

- **Ateliers cuisine intergénérationnels : "Apéro bleu"**

- **1ère séance : 16h à 17h30**
- **2ème séance : 17h30 à 19h**

Partagez un moment gourmand en réalisant un "**apéro bleu**" aux côtés de Mme Daniel, nutritionniste, dans une ambiance chaleureuse et participative.

Venez vivre une expérience originale, utile et conviviale. Ensemble, faisons de la prévention un moment fort... et un vrai plaisir à partager !

GRATUIT

 A DÉFINIR

LES ATELIERS CUISINE ET LA DÉCOUVERTE DE GASTON LE CÔLON
SE FONT SUR INSCRIPTION

Mini-jeux et animations tout public

Des jeux pensés pour petits et grands, pour apprendre en s'amusant tout au long de l'événement.



Médiation santé

CONTACT :  07 88 88 94 39

Tout public

SUR INSCRIPTION

BESOIN D'ÊTRE CONSEILLÉ, ACCOMPAGNÉ ?

NOTRE MÉDIATRICE SANTÉ VOUS ACCUEILLE DANS NOTRE CENTRE



GROUPE DE PAROLE



Ce groupe de parole offre un espace d'écoute, de soutien et de partage animé par une psychologue. Dans un cadre confidentiel et bienveillant, les participants peuvent exprimer leurs ressentis, leurs difficultés et leurs questionnements du quotidien.

La psychologue accompagne les échanges, aide à mettre des mots sur les émotions et propose des pistes de compréhension ou d'apaisement. Le groupe permet à chacun de se sentir entendu, de rompre l'isolement et de bénéficier de l'expérience des autres, tout en avançant à son propre rythme.

**Cet atelier est encadré par Mme Salez, psychologue.
GRATUIT**

 CSC - ARLEUX

NOS DATES

VENDREDI
09
JAN
9H30 À 11H30

VENDREDI
06
FÉV
9H30 À 11H30

VENDREDI
06
MARS
9H30 À 11H30

SANS OBLIGATION D'ADHÉSION

* DATES RÉSERVÉES AUX PERSONNES SUIVIES DANS LE CADRE DU DISPOSITIF RSA



Petite enfance

0/6 ans

CONTACT :  07 86 14 58 03

16 AU 20
MARS

 SUR LE TERRITOIRE

SUR INSCRIPTION



SEMAINE DE LA PETITE ENFANCE

PRÉPAREZ-VOUS À VIVRE UNE AVENTURE PLEINE DE RIRES, D'HISTOIRES ET DE DÉCOUVERTES !

Pendant toute une semaine, les tout-petits et leurs familles seront invités à plonger dans un univers "**Des équilibres**" accompagnés d'un spectacle et moments de partage tout doux.

Venez vous amuser, explorer, créer, rêver... et rencontrer d'autres familles dans une ambiance chaleureuse et bienveillante ! Que vous veniez pour une activité ou pour toute la semaine, chaque instant promet d'être un joli moment à vivre ensemble sur l'Arleusis.

Retrouvez le programme complet à la page suivante.

GRATUIT



Petite Enfance

0/6 ans

CONTACT :  07 86 14 58 03

SUR INSCRIPTION

PROGRAMME DE LA SEMAINE

MARDI

17
MARS

9H30 À 13H30

LE FESTIN DES LUTINS

Entrez dans l'univers féerique des lutins et partagez un moment gourmand plein de malice !

Le RPE les petits lutins vous invite à venir confectionner le déjeuner, tout en abordant le thème de l'équilibre alimentaire, de la diversification... Nous dégusterons ensuite ce repas tous ensemble dans une ambiance conviviale. Au programme un repas unique adaptable du tout petit (8 mois) à l'adulte.

GRATUIT

 CSC - ARLEUX



MERCREDI

18
MARS

9H30 À 11H

REJOIGNEZ LE CIRQUE "BRUIT DE COULOIR"!

Une journée magique spécialement pensée pour les enfants de 0 à 3 ans !

Plongez dans l'univers délicat et sensoriel du Cirque Bruit de Couloir, un atelier tout en douceur où sons, couleurs et mouvements se mêlent pour éveiller la curiosité des tout-petits. Chaque geste, chaque note et chaque nuance devient une invitation à découvrir, s'émerveiller et rire ensemble.



GRATUIT

 SALLE DE MOTRICITÉ - FRESSAIN

JEUDI

19
MARS

9H30 À 11H

MOTRICITÉ EN FOLIE

Place au mouvement, au jeu et à la découverte !

Cette matinée spéciale invite les enfants à bouger, grimper, sauter et explorer à travers différents parcours et ateliers de motricité adaptés à leur âge. Accompagnés par nos animateurs, ils développeront leur équilibre, leur coordination et leur confiance en eux, tout en s'amusant dans une ambiance bienveillante et ludique. Un moment plein d'énergie et de sourires, où chaque enfant devient le champion de son propre parcours !



GRATUIT

 À DÉFINIR

VENDREDI

20
MARS

DÈS 17H45

"NESTOR"

Venez à la rencontre de Nestor, dans ce spectacle familial ! Nestor est un spectacle jeune public mêlant théâtre corporel, cirque poétique et clown. On y suit un personnage muet, naïf et plein d'émerveillement, qui explore le monde en dansant et en jouant. Fasciné par les objets, il leur donne vie avec une grande virtuosité, révélant sa curiosité et son audace. Malgré ses maladresses, Nestor avance toujours avec courage et construit peu à peu l'univers dont il rêve.

GRATUIT

 SALLE POLYVALENTE - FRESSAIN



Petite enfance

0/6 ans

CONTACT :  07 86 14 58 03

SUR INSCRIPTION

GRATUIT

L'AIR DE 'JE'

LAEP - LIEU D'ACCUEIL ENFANTS PARENTS

Un lieu qui facilite la rencontre entre les familles et les accueillants, dans un climat d'écoute et de confiance. Il favorise les interactions entre les enfants, dans un espace sécurisé pour passer un bon moment ensemble.

 FRESSAIN

 FÉCHAIN

 FÉRIN

NOUS FINALISONS UNE NOUVELLE ORGANISATION QUE NOUS AURONS LE PLAISIR DE VOUS DÉVOILER TRÈS PROCHAINEMENT.



Petite enfance

0/6 ans

CONTACT :  07 86 14 58 03

SUR INSCRIPTION

GRATUIT

RPE - RELAIS PETITE ENFANCE



"LES PETITS LUTINS"

Service de référence de l'accueil du jeune enfant présent sur le territoire pour les parents et les professionnels de l'accueil individuel.



ACCUEIL DU PUBLIC

Sur rendez-vous, par téléphone ou mail :



Aurélie CHRAA

Responsable pôle petite enfance

 07 86 14 58 03

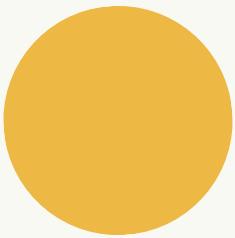
 rpe.csc.sira@gmail.com

Lundi : 17h00 à 18h00

Mardi & Jeudi : 9H00 à 11H30 / 14h à 16H00

Mercredi : 9H00 à 11H30

Vendredi : 14h à 16h



Margot BATAILLE

Animatrice pôle petite enfance

Margot BATAILLE intégrera dès janvier 2026 l'équipe SIRA

LES ATELIERS PARENTS/ENFANTS

PARTAGEZ UN MOMENT DE DÉTENTE ET DE COMPLICITÉ AVEC VOTRE ENFANT !

A LA DÉCOUVERTE DES 5 SENS !

MERCREDI

21
JAN

9H30 À 11H00

ATELIER PRÉVENTION SUR L'HYGIÈNE DES MAINS

0/11 ANS



Dans le cadre de nos actions de prévention santé, notre médiatrice santé propose pour les tout-petits un atelier sur la thématique de l'hygiène des mains.

À travers des échanges interactifs et une démonstration pratique, les participants apprendront quand et comment se laver les mains efficacement afin de renforcer les gestes d'hygiène simples mais essentiels pour protéger sa santé et celle de ses proches.

GRATUIT

 SALLE DE MOTRICITÉ
ÉCOLE FRESSAIN

MERCREDI

28
JAN

9H30 À 11H00

TOUCHER POUR DÉCOUVRIR

0/11 ANS



Préparez-vous à mettre vos mains à l'épreuve !

Partez à la découverte des 5 sens, avec un focus particulier sur le plus rigolo d'entre eux : le toucher.

Parents et enfants explorent ensemble des textures douces, rugueuses, gluantes ou moelleuses, et découvrent comment nos mains peuvent nous tromper, nous étonner ou nous rassurer. Un moment fun, interactif et plein de rires, parfait pour partager un bon temps en famille et réveiller la curiosité de chacun !

GRATUIT

 SALLE POLYVALENTE - GOEULZIN

LES ATELIERS PARENTS/ENFANTS

PARTAGEZ UN MOMENT DE DÉTENTE ET DE COMPLICITÉ AVEC VOTRE ENFANT !

A LA DÉCOUVERTE DES 5 SENS !

ATELIER PRÉVENTION BUCCO-DENTAIRE

0/11 ANS



Un sourire en santé, ça commence dès tout petit !

Nous invitons les enfants (accompagnés de leurs parents) à un atelier ludique pour découvrir comment prendre soin de leurs dents.

À travers des jeux, des histoires et des démonstrations amusantes, les petits apprennent à bien se brosser les dents, à reconnaître les aliments amis ou ennemis du sourire, et à comprendre pourquoi leur bouche mérite toute leur attention.

Un moment joyeux et complice pour repartir avec de bonnes habitudes... et un grand sourire !

GRATUIT

SALLE DE MOTRICITÉ
ÉCOLE FRESSAIN

OUVRONS L'OEIL !

0/11 ANS

Vos yeux vont en voir de toutes les couleurs !

MERCREDI

25

FEV

9H30 À 11H00

Dans cet atelier tout en couleurs, les enfants et leurs parents partent à la découverte de la vue à travers des jeux tout doux et super amusants.

Les petits observent, repèrent, cherchent, comparent..., ils ouvrent grand les yeux ! L'idée ? S'amuser à regarder autrement, s'émerveiller, et découvrir ensemble tout ce que nos yeux peuvent remarquer quand on prend le temps d'observer. Un atelier joyeux, simple et plein de "ohhh !" et de "regarde !" pour partager un moment complice en famille.

GRATUIT

SALLE DE MOTRICITÉ
ERCHIN

LES ATELIERS PARENTS/ENFANTS

PARTAGEZ UN MOMENT DE DÉTENTE ET DE COMPLICITÉ AVEC VOTRE ENFANT !

A LA DÉCOUVERTE DES 5 SENS !

MERCREDI
4 MARS
9H30 À 11H

NOS AMIS LES ANIMAUX 0/11 ANS

Rencontrez nos amis à poils ou à moustaches !



Avec Pet's Paradis, plongez dans un atelier joyeux et plein de surprises où curieux et explorateurs vivent une rencontre inoubliable avec les animaux !

Ici, on caresse, on observe, on écoute, on rigole... et on découvre que chaque animal a sa façon bien à lui de communiquer et de toucher notre cœur. Cette rencontre toute en douceur devient un vrai moment complice, rythmé par la découverte des personnalités de nos compagnons : le gourmand, le timide, le rigolo, le câlin... chacun a son charme et ses petites particularités !

Venez vivre une expérience unique pour apprendre à interagir avec les animaux avec douceur, respect et bienveillance.

GRATUIT

FOYER RURAL - HAMEL

11 & 25
MARS
9H30 À 11H

ŒIL CURIEUX & OREILLE MALIGNE 0/11 ANS

Découvrons le super pouvoir des sens !

Partons à la découverte de deux super pouvoirs que l'on utilise tous les jours sans même s'en rendre compte : le regard et l'écoute.

Explorons les illusions, les formes qui bougent, les couleurs qui trompent l'œil et les images mystérieuses. On observe, on devine, on crée... Jouons avec les sons : ceux qu'on reconnaît, ceux qu'on invente, ceux qu'on transforme.

Un moment créatif et plein de découvertes où petits et grands ouvrent grand leurs yeux, tendent bien leurs oreilles !

GRATUIT

11/03
A DÉFINIR

25/03
SALLE DE MOTRICITÉ
ÉCOLE FRESSAIN



LES ATELIERS BULLES DES FAMILLES

DES ATELIERS POUR VOUS ACCOMPAGNER AU QUOTIDIEN

Le Pôle Famille du Centre Socioculturel s'engage aux côtés des parents pour proposer **des temps de rencontre, de partage et d'activités favorisant les liens familiaux.**

À travers différents dispositifs, nous soutenons les familles ayant des enfants de **0 à 11 ans**, en leur offrant des espaces pour se ressourcer, échanger et vivre des moments complices ensemble.

Tous ces temps sont **gratuits**, et financés par le Fonds National Parentalité de la CAF du Nord.



DÉCOUVREZ LA BULLE DE PARENTS !

Un espace pour échanger, souffler, se soutenir entre parents



Parce qu'être parent, c'est parfois aussi avoir besoin d'écoute et de recul, la Bulle de Parents est un espace bienveillant pour échanger sur le quotidien, les questionnements, les réussites comme les difficultés.

Ces rencontres conviviales, animées par des professionnels, permettent de partager entre adultes, tout en bénéficiant d'un service de garde pour les enfants.

- Selon un planning défini.
- Pour les familles avec enfants de 0 à 11 ans.

GRATUIT

SUR INSCRIPTION

SERVICE DE GARDE INCLUS

NOS DATES

"COMPRENDRE SON ENFANT
AU DELÀ DES MOTS"

ANIMÉ PAR IMAGIN'ELLE

MARDI
21
JAN
DÈS 18H30

EN ATTENTE
EN ATTENTE
FÉV

EN ATTENTE
EN ATTENTE
MARS



DÉCOUVREZ L'OPEN JEUNES !

VENEZ DÉCOUVRIR L'OPEN JEUNES, UN TEMPS D'ACCÈS LIBRE POUR JOUER, ÉCHANGER, CONSTRUIRE DES PROJETS OU BÉNÉFICIER D'UN ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL.

Cet espace pensé pour les jeunes ouvre ses portes chaque jeudi en période scolaire et permet à chacun de :



UN ESPACE TOTALEMENT REPENSÉ POUR LES JEUNES ET PAR LES JEUNES !

Ce nouvel espace dédié aux jeunes a été conçu spécialement pour favoriser la créativité, l'expression et l'épanouissement :

- Un coin recherche avec ordinateur
- Un espace musique pour mettre l'ambiance
- Une télévision pour regarder, découvrir, partager, jouer
- Un espace cosy avec fauteuils et lecture
- Un coin réflexion pour discuter et imaginer ensemble
- Un espace de créations manuelles
- Un mur d'expression pour laisser libre cours à vos idées, dessins, messages...



LES ACTIVITÉS

LES BESOINS DES JEUNES AU CENTRE DU PROJET, PROMOUVOIR L'ÉMERGENCE DE PROJETS COLLECTIFS POUR FAVORISER L'ÉPANOUISSLEMENT, L'AUTONOMIE ET LA SOCIALISATION DES JEUNES.

UNE ANNÉE RICHE EN DÉCOUVERTES !



PROGRAMME
DE JANVIER



PROGRAMME
DE FÉVRIER



PROGRAMME
DE MARS

DÉCOUVREZ LE PROGRAMME DE L'ESPACE JEUNES

Au-delà des temps de détente et de loisirs, l'Espace Jeunes propose aussi de véritables **occasions d'apprendre autrement, de découvrir de nouvelles passions et de s'engager dans des projets collectifs**. Encadrés par une équipe d'animateurs à l'écoute, les jeunes peuvent prendre part à un **large choix d'animations** : sorties, ateliers créatifs, activités sportives, jeux, projets de groupe... mais aussi être force de proposition en apportant leurs propres idées.

L'Espace Jeunes, c'est aussi un lieu d'accompagnement et de valorisation, qui favorise l'autonomie, la responsabilité et l'ouverture aux autres. Chaque activité est pensée pour encourager la créativité, la curiosité et l'esprit d'initiative, dans une ambiance bienveillante.

Pour ce début d'année, un programme riche et varié a été préparé pour les mois de janvier, février et mars. Découvrez sans attendre le programme complet en scannant les QR codes mis à disposition.

Tous les jeunes intéressés sont invités à découvrir le programme et à profiter d'un espace qui leur est dédié, un lieu où chacun peut s'exprimer, partager et vivre de nouvelles expériences.

Suis toutes les infos sur nos réseaux jeunesse pour ne rien manquer !

 CSC - ARLEUX



déplacer les qrcodes vers la présentation des programmes

SUIVEZ NOUS SUR NOS RÉSEAUX !

Activités, sorties et fun : c'est ici que ça se passe !

Pour ne rien rater des activités, sorties et projets de l'espace jeunes, rejoins-nous sur nos réseaux !

+ [DÉCOUVREZ VITE NOTRE PAGE FACEBOOK !](#)

+ [DÉCOUVREZ VITE NOTRE INSTAGRAM !](#)



ZOOM SUR LES JUNIORS ASSOCIATIONS

A DÉCOUVRIR DÈS JANVIER !



DIFFUSION DU FILM

Ne manquez pas la diffusion du court-métrage « Et si c'était toi », réalisé par les jeunes du centre socioculturel autour d'un thème qui nous concerne tous : le harcèlement scolaire.

Avec une mise en scène touchante et des témoignages percutants, ce film invite chacun à prendre du recul et à changer de regard.

Il sera présenté dans les écoles, ainsi qu'à des événements tout public. Un moment fort, à voir absolument pour comprendre, ressentir et agir.

Nous intervenons auprès des écoles du territoire (Fressain, Hamel, Arleux etc).

GRATUIT

NOS DATES

MARDI
20
JAN
DÈS 18H30

FRESSAIN

VENDREDI
23
JAN
DÈS 18H30

HAMEL

VENDREDI
6
FEV
DÈS 18H30

LÉCLUSE

LUNDI
9
FEV
DÈS 18H30

ARLEUX

SUR INSCRIPTION À PARTIR DE JANVIER



Événements !

CONTACT :  03 27 89 51 74

14 - 17 ANS

GRATUIT

JEUDI

02

AVR

19H30

DOUAI
HIPPODROME

SUR INSCRIPTION



“TO LIKE OR NOT”

Un spectacle augmenté sur l'adolescence présenté par la scène nationale TANDEM

Ce spectacle ludique et contemporain explore le processus de construction de soi et offre un portrait parfois glaçant de la jeunesse à l'ère des réseaux sociaux.

Qu'en est-il du rapport à soi et aux autres à un âge où, pour se construire, on se compose souvent une identité qui n'a pas grand-chose à voir avec la réalité ? Que veut-on montrer de soi ou, au contraire, que cherche-t-on à cacher ? Comment trouver sa place dans le groupe ? Sur scène : dix jeunes, filles et garçons, après une fête qui a mal tourné. Mais que s'y est-il réellement passé ? À travers cet enchevêtrement de récits d'une furieuse actualité, Émilie Anna Maillet dresse sans jugement le portrait d'une jeunesse.

SUR INSCRIPTION À PARTIR DU 12/01 AU 16/02

Événements !

CONTACT :  03 27 89 51 74

14 - 11 ANS

GRATUIT

JEUDI

02

AVR

19H30

DOUAI
HIPPODROME

SUR INSCRIPTION



AUTRES DATES

VISITE DE L'HIPPODROME

MERCREDI
04
MARS
14H

DOUAI
HIPPODROME

SENSIBILISATION AU SPECTACLE

MERCREDI
11
MARS
14H

CSC - ARLEUX

SUR INSCRIPTION À PARTIR DU 12/01 AU 16/02



TRANSPORT
ASSURÉ



ZOOM SUR LES JUNIORS ASSOCIATIONS

DES PROJETS PLEIN LA TÊTE POUR



Les jeunes de Brunémont Jeunesse se sont récemment réunis pour faire avancer leur **projet d'animation dans le village**.

De nouvelles idées émergent, et leur motivation est au rendez-vous !

DÉCOUVREZ LEUR PROJET !

Les jeunes ont créé leur page Facebook afin de mieux communiquer sur leurs actions. Suivez-les pour en découvrir plus sur leurs événements associatifs et l'avancé de leur projet.

#BRUNÉMONTJEUNESSE

+ [DÉCOUVREZ VITE LEUR RÉSEAU !](#)



À LA RECHERCHE DE NOUVEAUX MEMBRES !

La Junior Association Jeun's Goeulz **recherche des jeunes prêts à s'investir** pour organiser des événements festifs, des moments partagés en famille, et bien sûr, faire tourner leur célèbre "Smoothyclette" !

Tu veux participer à la vie de ton village ? Rejoins-les !



DÉCOUVREZ CEUX QUI ONT REJOINT L'AVENTURE !

Les jeunes ont créé leur page Facebook afin de mieux communiquer sur leurs actions. Suivez-les pour en découvrir plus sur leurs événements associatifs et l'avancé de leur projet. #JEUN'SGOEULZ

+ [DÉCOUVREZ VITE LEUR RÉSEAU !](#)

UNE NOUVELLE DYNAMIQUE POUR



La Junior Association Teen'Sensée s'est reconstruite cette année avec de nouveaux membres motivés.

Deux teams ont vu le jour :

- **Une team "culturelle"** prépare un **voyage à Barcelone** pour l'été 2026.



- **Une team "sportive"** planifie un **séjour montagne** pour février 2027.



Entre événements, autofinancements et actions solidaires, vous n'avez pas fini d'entendre parler d'eux !

Suivez leurs aventures sur leurs réseaux... une vague d'événements arrive !

DÉCOUVREZ LEURS PROJETS !

Les jeunes ont créé leur page Facebook afin de mieux communiquer sur leurs actions. Suivez-les pour en découvrir plus sur leurs événements associatifs et l'avancé de leur projet. #TEEN'SENSÉE

+ [DÉCOUVREZ VITE LEUR RÉSEAU !](#)

Adultes

CONTACT :  03 27 89 51 74

Dès 18 ans

LES TOQUÉS DE LA CUISINE !

Mettez la main à la pâte lors de l'atelier : un moment convivial autour de la cuisine, pour découvrir, apprendre et partager des recettes variées et accessibles à tous.

Tarifs : 3/6/9€

 CSC - ARLEUX

SUR INSCRIPTION



DEUX MERCREDIS / MOIS
9H30 À 14H



UN NOUVEAU DUO DANS VOTRE ASSIETTE...

MERCREDI
14
JAN
9H30 À 13H30



SUIVEZ NOS RÉSEAUX POUR DÉCOUVRIR
DE NOUVELLES INFORMATIONS

Découvrez comment cuisiner de mille façons et sous toutes les formes !

Recettes simples, astuces gourmandes et conseils santé vous seront proposés prochainement par nos intervenants afin de découvrir, d'apprécier, tout en variant les plaisirs et en respectant votre budget.

AUTRES DATES POSSIBLES

MERCREDI
28
JAN

MERCREDI
04
FÉV

MERCREDI
11
MARS

MERCREDI
23
MARS

LA POPOTE ET PAPOTE DES HABITANTS

MERCREDI
14
JAN
9H30 À 14H

Un habitant de la commune vient partager sa recette fétiche lors d'un atelier convivial, pour transmettre ses saveurs, et ses astuces !

Tarifs : 3/6/9€

 CSC - ARLEUX

SUR INSCRIPTION

Adultes

CONTACT :  03 27 89 51 74

Dès 18 ans



LES ATELIERS PERMANENTS DU CENTRE

REPRISE DES ATELIERS LE 9 JANVIER
INSCRIPTION POSSIBLE DÈS LE 5 JANVIER

+ [EN SAVOIR PLUS...](#)

* Tarif réduit/Tarif normal/Tarif extérieur

LUNDI

ATELIER NUMÉRIQUE

10h à 12h - GRATUIT

DOIGTS DE FÉE

14h à 17h

Tarifs : 5/10/15€*

CROQ'NOTE

17h30 à 19h

Tarifs : 5/10/15€

JEUDI

PAPIER MÂCHÉ

9h à 11h

Tarifs : 15/30/45€

DES MOTS QUI CLAQUENT

17h30 à 19h

GRATUIT

MARDI

MARCHE SOUTENUE

9h à 11h

GRATUIT

SCRAP'IN

14h à 16h30

Tarifs : 10/20/30€

 MARCQ EN OSTREVENT

THÉÂTRE

18h à 19h30

Tarifs : 10/20/30€

VENDREDI

MARCHE ZEN

9h30 à 11h

GRATUIT

SCRAP'IN ARLEUX

9h-10h30 (groupe1)

10h45-12h15 (groupe2)

Tarifs : 10/20/30€

MERCREDI

ACCORDS MAGIQUES

18h-20h

Tarifs : 5/10/15€





NAVETTE COURSES



Informations & inscriptions :

06 84 11 09 16

GRATUIT

 LECLERC - BUGNICOURT

 SUR INSCRIPTION



JANVIER

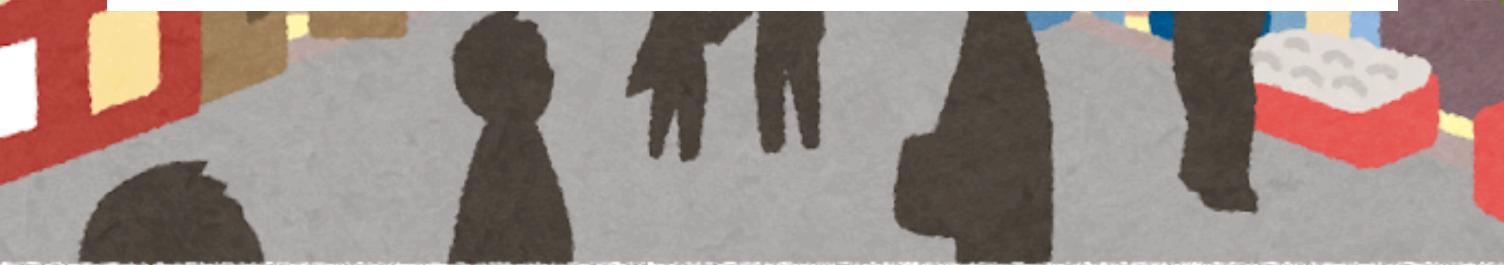
- Mercredi 07/01
- Mercredi 14/01
- Mercredi 21/01
- Mercredi 28/01

FÉVRIER

- Mercredi 04/02
- Mercredi 11/02
- Mercredi 24/02

MARS

- Mercredi 04/03
- Mercredi 11/03
- Mercredi 18/03
- Mercredi 25/03



ATELIERS PERMANENTS DU MARDI



TRANSPORT/
POSSIBLE

GRATUIT 

 SALLE DU CHAUDRON - FÉRIN

 SUR INSCRIPTION



GYM
ADAPTÉE
9H00 À 10H



ATELIER
MÉMOIRE
10H À 11H



ATELIER
YOGA
11H À 12H

 SÉANCE D'ESSAI POSSIBLE LE 13 JANVIER



TRANSPORT
POSSIBLE

DES JEUDIS QUI FONT SOURIRE ET BOUGER !

JEUDI
15
JAN
9HÀ10H

ATELIER PRÉVENTION DES CHUTES

Cet atelier propose des conseils pratiques et des exercices adaptés pour prévenir les chutes et favoriser une meilleure autonomie au quotidien.

Informations & inscriptions :
03 27 89 51 74 ou 06 84 11 09 16
GRATUIT



SUR INSCRIPTION

 BÉGUINAGE - FÉCHAIN

AUTRES DATES POSSIBLES

JEUDI
22
JAN

JEUDI
29
JAN

JEUDI
05
FÉV

JEUDI
12
FÉV

JEUDI
26
FÉV

JEUDI
05
MARS

JEUDI
19
MARS

JEUDI
26
MARS

NOUVELLES ACTIVITÉS DU JEUDI !



TRANSPORT
ASSURÉ

**48€ / SESSION
(12 SÉANCES)**

 À DÉFINIR

SUR INSCRIPTION



**ATELIER
MÉMOIRE**
10H30 À 11H30



**GYM
ADAPTÉE**
11H30 À 12H30



NOUVELLE ACTIVITÉ DU VENDREDI !

VENDREDI
16
JAN
10HÀ11H



MARCHE NORDIQUE

Envie de bouger, de respirer et de passer un bon moment ?

Avec vos propres bâtons de marche, venez profiter d'une activité douce, accessible et pleine d'énergie. Pas besoin d'être un grand sportif : chacun avance à son rythme, dans la convivialité et l'entraide.

C'est l'occasion parfaite pour prendre l'air, garder la forme et partager un vrai moment de plaisir avec d'autres seniors. Une pause bien-être, du sourire et de belles rencontres... On vous attend pour marcher ensemble !

GRATUIT

SUR INSCRIPTION

 CSC - ARLEUX



AUTRES DATES POSSIBLES

VENDREDI
23
JAN
10HÀ11H

VENDREDI
30
JAN
10HÀ11H

VENDREDI
06
FÉV
10HÀ11H

VENDREDI
13
FÉV
10HÀ11H

VENDREDI
21
FÉV
10HÀ11H

VENDREDI
06
MARS
10HÀ11H

VENDREDI
13
MARS
10HÀ11H

VENDREDI
20
MARS
10HÀ11H

VENDREDI
27
MARS
10HÀ11H

ACTIVITÉ PERMANENTE DU VENDREDI



AQUASÉNIORS
9H À 11H

 AQUAFORM - CAMBRAI

SUR INSCRIPTION

Vous avez envie de participer à une activité douce qui améliore votre tonus musculaire, la circulation sanguine et l'endurance ?

Les séances d'Aqua'séniors sont faites pour vous !

Informations : 03 27 89 51 74

GRATUIT

REPRISE LE 16 JANVIER



DÉCOUVREZ LE SALON DES SÉNIORS

JEUDI
11
MARS
DÉPART 6H30
RETOUR 20H

LE SALON INCONTOURNABLE DÉDIÉ AUX 50+ POUR S'INFORMER, ÉCHANGER, SE DIVERTIR, ET S'ÉVADER

Durant 4 jours, du 11 au 14 mars 2026, en un seul lieu retrouvez tout ce dont vous avez besoin pour vivre pleinement votre seconde jeunesse. Plus de 180 exposants sont à votre disposition pour échanger, vous renseigner et vous faire découvrir leurs produits et services. Plus de 200 conférences et animations sont organisés tout au long de la journée.

GRATUIT

SUR INSCRIPTION

 PARIS EXPO

Profitez gratuitement d'un évènement spécialement conçu pour vous !
Pour favoriser l'expression, l'épanouissement, se sentir écouté et accompagné !

- Des experts présents pour faire le point sur votre santé
- Profitez de consultations notariales gratuites
- Trouvez votre prochaine destination vacances
- Testez de nouvelles activités pour rester en forme
- Échangez avec des spécialistes pour réaménager votre logement
- Trouvez la cause pour laquelle vous engager

L'âge de toutes vos envies

**11-14
MARS
2026**

HALL 5.2



TARIFS : 6/9/12€

RETROUVEZ L'ÉVÈNEMENT :

[HTTPS://WWW.SALONDESENIRS.COM/CONTENT/LE-SALON](https://www.salondeseniors.com/content/le-salon)

BÉNÉVOLAT ❤️

Devenez bénévole dans notre centre socio-culturel et faites une réelle différence dans la vie de notre communauté. En rejoignant notre équipe, vous contribuerez à créer des moments de partage, à soutenir des projets locaux et à offrir des opportunités d'épanouissement pour tous.



Que ce soit en participant à l'organisation d'ateliers, en aidant à l'accueil ou en mettant vos talents au service des autres, votre engagement est précieux. Ensemble, nous pouvons enrichir notre territoire et bâtir un avenir plus solidaire.

JOURNAL DES ADHÉRENTS "LE HÉRON DE LA SENSÉE"

Envie de vous exprimer, de partager une passion ou de contribuer à la vie du centre ? Rejoignez l'aventure du Héron de la Sensée, le journal fait par et pour les adhérents ! Vous pouvez participer à une séance ponctuelle, intégrer l'équipe plus régulièrement ou simplement envoyer vos textes, idées d'articles ou photos à journal.csc.sira@gmail.com.



Que vous aimiez écrire, interviewer, illustrer ou photographier, chaque contribution est précieuse pour faire vivre ce journal collaboratif. Venez partager votre regard et vos expériences dans une ambiance conviviale !

REJOIGNEZ NOUS !



EN DEVENANT ADHÉRENT, VOUS ACCÉDEZ À UN LARGE CHOIX D'ACTIVITÉS, D'ATELIERS ET D'ÉVÉNEMENTS ADAPTÉS À TOUS LES ÂGES ET TOUS LES CENTRES D'INTÉRÊT.

Que vous souhaitiez partager des moments en famille, découvrir de nouvelles passions, vous engager dans des projets collectifs ou simplement rencontrer de nouvelles personnes, le centre socioculturel est un lieu d'échange, de convivialité et de solidarité.

Rejoignez-nous et participez à une vie locale dynamique, où chacun peut apporter ses idées et son énergie !

Le Territoire



LE PROJET DE DÉVELOPPEMENT CULTUREL

Nous accueillons dans notre équipe, **Célestine SCHMITT**, chargée de développement culturel, qui propose une culture ouverte à tous grâce à des projets artistiques participatifs, des spectacles et des événements variés.

Nos projets culturels offrent résidences, ateliers (théâtre, écriture, expression) et rencontres avec des compagnies, invitant chacun à vivre des moments d'émotion et de partage. Les actions sont menées en lien avec les pôles du Centre Socioculturel et de nombreux partenaires, permettant d'organiser spectacles adaptés à tous, ateliers parents-enfants, actions culturelles pour les jeunes et sorties culturelles sur le territoire.



Pour tout renseignement :

Célestine SCHMITT

Chargée de développement culturel

07 86 01 21 82

pole.culture.csc.sira@gmail.com

REJOIGNEZ NOTRE RÉSEAU ASSOCIATIF !

VOUS FAITES PARTIE D'UNE ASSOCIATION LOCALE ?

Profitez d'une visibilité accrue en diffusant vos événements et actualités dans notre mensuel !

En nous rejoignant, vous bénéficiez également de la duplication de vos documents et du prêt de matériel pour vos actions. Ensemble, faisons vivre notre territoire en mettant en lumière vos projets et initiatives.

Rejoignez-nous et participez à une vie locale dynamique, où chacun peut apporter ses idées et son énergie !



UN MUR, UNE HISTOIRE

Retrouvez notre nouvelle fresque réalisée pour célébrer le lien entre les générations et l'expression artistique des jeunes.

Merci à Hiz Graff (Thomas Hennerez) et aux jeunes du centre pour cette œuvre haute en couleur !



**CENTRE SOCIOCULTUREL L'OSTREVENT & LA SENSÉE
34 RUE DU BIAS - 59151 ARLEUX
ACCUEIL : 03 27 89 51 74**

SUIVEZ-NOUS !

