



## La Merveilleuse

Juniors, Castors et Grands se sont enfoncés dans les profondeurs de la terre à la découverte de cette grotte à Dinant.

p.20-21

## Recyclons

Durant l'été, les jeunes se sont retrouvés les manches pour nettoyer les bois.  
p. 18



## Tous au Zoo

Nos juniors sont partis à la découverte des animaux exotiques au Zoo d'Anvers.

p.26



## Le harcèlement scolaire

Le harcèlement qu'est-ce que c'est? Voici quelques indices pour le repérer.

p. 8-9

# Édito

Bonjour à tous et à toutes.

J'espère que vous avez passé de belles vacances.

Celles-ci se terminent à l'heure où j'écris ces lignes. Une fois encore durant les mois de juillet et août, nous avons organisé pas moins de 6 semaines d'activités pour des jeunes âgés de 4 à 16 ans. Nous avons accueilli près de 200 jeunes sur ces 6 semaines.

Au programme, baignade à Ostende, visite de grotte, promenade dans différents domaines, jeux, visite du parlement, découverte de Bruxelles, sensibilisation à l'écologie et plein d'autres activités passionnantes.

Je vous invite à découvrir les photos de nos activités sur notre site internet [www.inseraction.be](http://www.inseraction.be).

Toutefois, après ces vacances ensoleillées, voici l'heure de la rentrée scolaire et avec elle, la reprise de nos activités.

Dans ce journal vous découvrirez :

Au niveau de la permanence psychosociale, Ahmed partage une de ses lectures sur l'importance des limites à imposer aux enfants pour leur bon développement.

Coralie vous rappelle les démarches à réaliser pour introduire la demande d'allocation d'études.

Félix aborde le thème du harcèlement scolaire avec les castors au travers d'un jeu de société.

Au niveau des activités éducatives, Roxan évoque la découverte de la grotte la Merveilleuse à Dinant.

Richard a été, avec les castors, à l'initiative de la création d'une compostière à Inser'action...

Beyza et les juniors sont partis à la découverte du zoo d'Anvers et ont assisté à la magie d'histoires racontées dans les parcs durant l'été.

Yousra et les castors se sont retroussés les manches pour nettoyer le bois de Wilder à Berchem-Saint-Agathe.

Je vous laisse découvrir le reste.

Je vous souhaite une bonne lecture

A bientôt à Inser'action

**Steve**  
**Responsable pédagogique**

# Sommaire

<b>Page 2</b>	<b>Edito</b>
<b>Page 4 à 9</b>	<b>Permanence psychosociale</b>
<b>Page 4-5</b>	L'heure de la rentrée a sonné
<b>Page 6-7</b>	Des humains et des arbres
<b>Page 8-9</b>	Le harcèlement scolaire.
<b>Page 10-14</b>	<b>Quelques photos de nos activités</b>
<b>Page 15 à 17</b>	<b>Horaire des activités éducatives</b>
<b>Page 18 à 31</b>	<b>Côté activités éducatives</b>
<b>Page 18</b>	Recyclons...
<b>Page 19</b>	La ferme urbaine
<b>Page 20-21</b>	La Merveilleuse
<b>Page 22-23</b>	Nous les Grands...
<b>Page 24</b>	En avant les poneys
<b>Page 25</b>	Lison dans les parcs
<b>Page 26</b>	Tous au Zoo
<b>Page 27</b>	Au revoir
<b>Page 28-29</b>	La main verte
<b>Page 30-31</b>	Un esprit sain dans un corps sain

# Permanence psychosociale

## L'heure de la rentrée a sonné...

Bonjour à tous,

J'espère que vous avez passé de bonnes vacances. C'est la rentrée et souvent la rentrée scolaire rime avec dépenses extraordinaires.

C'est pourquoi je tenais à vous rappeler si ce n'est pas déjà fait, d'introduire votre demande d'allocation d'études.

La demande d'allocation d'études peut être introduite par les parents qui ont des enfants inscrits dans l'enseignement secondaire de plein exercice et par les étudiants qui font des études supérieures.

La date limite pour introduire sa demande est le 31 octobre 2019, même s'il vous manque des papiers, introduisez-la vous pourrez envoyer les papiers manquants par la suite

Il y a plusieurs conditions qui sont analysées afin de voir si vous êtes dans les conditions pour bénéficier de l'allocation d'études : les revenus du ménage, les revenus cadastraux et les loyers, la nationalité et le parcours scolaire de l'élève pour lequel on demande l'allocation.

Pour les élèves de l'enseignement supérieur qui bénéficieront de l'allocation d'études, ils peuvent également obtenir le remboursement/gratuité de leur minerval. Il faut en faire la demande auprès du

secrétariat de l'établissement fréquenté.

Attention : si l'élève du secondaire ou supérieur abandonne les cours ou n'y va pas régulièrement, l'allocation risque de devoir être remboursée.

Les montants diffèrent d'un élève à l'autre, chacun a sa propre situation et les demandes sont traitées par ordre chronologique.

Il est préférable d'introduire la demande par voie électronique que par papier, c'est plus simple et rapide.

Si vous avez besoin d'aide pour introduire votre demande vous pouvez venir nous voir à la permanence.

De quoi avez-vous besoin ?

Si vous avez déjà un compte utilisateur Cerbère, venez avec votre nom d'utilisateur et mot de passe.

Si c'est la première fois que vous introduisez la demande par Internet il vous faudra :

- Pour les élèves du secondaire : la carte d'identité du chef de ménage ainsi que son code Pin
- Pour les élèves du supérieur : la carte d'identité de l'élève ainsi que son code Pin

# Permanence psychosociale

Les informations demandées concernent les revenus du ménage, il faut savoir quels sont les revenus du ménage et depuis quelle date ces revenus sont perçus : salaire, chômage, CPAS, indemnités de mutuelle, allocation pour personnes handicapées, etc.

A très bientôt.

**Coralie,**  
**Assistante sociale**

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à passer à la permanence ou à nous appeler,



# Permanence psychosociale

## Des humains et des arbres.

Je souhaiterais vous parler ce mois-ci d'un sujet que nous avons déjà abordé à plusieurs reprises.

Cet article paru dans le vif a attiré mon attention par sa phrase d'accroche « Les humains sont comme les arbres : ils ont besoin de vents contraires pour grandir », tel est l'avis du psychiatre Belge DENYS Damiaan. Ce professeur se demande comment est-il possible que nos sociétés investissent de plus en plus dans la santé mentale mais que cette dernière, se dégrade de plus en plus. Il affirme que « Tout le monde veut être heureux partout et toujours, se sentir bien et avoir une vie bien ordonnée et sous contrôle. La peur, la solitude ou la tristesse n'en font plus partie. Mais bien sûr, ce n'est pas possible. La souffrance fait partie de la vie. »

Nous devons l'accepter et ne pas courir immédiatement chez un thérapeute si les choses vont un peu moins bien. Je dirais même que la souffrance peut être une motivation énorme. Demandez aux artistes comment ils sont arrivés à quelque chose et beaucoup parleront de cette souffrance. Vincent van Gogh n'aurait jamais peint autant de chefs-d'œuvre s'il n'avait pas autant souffert. »

Il est donc primordial pour ce professeur de passer par des moments difficiles afin

d'évoluer, de grandir et d'avancer dans la vie.

Afin d'illustrer cela, il donne l'exemple d'une étude menée aux Etats-Unis :

« Une biosphère artificielle a été créée il y a quelques années pour étudier combien de temps on peut survivre isolé du monde extérieur. Les habitants devaient être autosuffisants, cultiver des arbres et des plantes. Pendant longtemps, tout s'est bien passé. Les arbres, par exemple, poussaient incroyablement bien. Mais après environ un an et demi, ils sont tous morts subitement. Par la suite, les scientifiques ont découvert que les arbres mouraient parce qu'il n'y avait pas de vent dans cette biosphère. La force d'un arbre vient apparemment du vent qui le pousse. Et l'humain aussi a besoin de vents contraires ? C'est l'essence de l'être humain.»

En effet, nous vivons aujourd'hui dans une nouvelle société qui a évolué et dont les rapports, jadis verticaux, sont devenus horizontaux (car nous voulons mettre tout le monde sur le même pied d'égalité) avec des exigences de plus en plus importantes dans le sens où nous ne supportons plus la frustration. Nous ne voulons plus dire non, nous voulons moins punir et surtout nous faisons tout notre possible pour que nos enfants ne soient pas confrontés à une quelconque souffrance mais selon ce psychiatre, « nous devons élever les enfants d'une manière complètement différente.

Aujourd'hui, j'ai lu un article au sujet d'un Australien devenu millionnaire à 21 ans. Il explique son succès par le fait qu'il a dû vivre dans la rue comme sans-abri pendant des années et qu'il y a trouvé sa détermination.

# Permanence psychosociale

Tout le monde connaît ce genre d'histoires, mais nous ne les prenons jamais au sérieux. Nous ne voyons pas leurs conséquences sociales parce qu'elles sont tellement contre-intuitives. 2»

Je finirai par cette réflexion que le professeur DENYS avance : Peut-être devons-nous souffrir davantage pour être heureux et Nietzsche et Heidegger avaient raison de le dire.

Mais cela va à l'encontre de notre société qui se veut « drama-free » où tout fonctionne parfaitement, un monde de bisounours.

Remettre cela en question revient à remettre tout en question et cela, comme le dit si bien le professeur DENYS : c'est bouleverser toute la société.

**Ahmed**  
**Travailleur social**

1 [https://www.levif.be/actualite/sante/burn-out-la-souffrance-peut-etre-une-motivation-enorme/article-normal-1180219.html?cookie\\_check-1566907606](https://www.levif.be/actualite/sante/burn-out-la-souffrance-peut-etre-une-motivation-enorme/article-normal-1180219.html?cookie_check-1566907606)

2. Ibidem



# Permanence psychosociale

## Le harcèlement scolaire.

Cet article n'a pas pour objectif de vous faire peur. Au contraire, il faut bien garder en tête que la plupart du temps tout se passe bien à l'école et que les enfants y font de magnifiques découvertes.

Parfois, il peut tout de même arriver que certains comportements soient nuisibles pour celui qui en est victime. Des moqueries, des insultes, une tape sur la tête ... l'ensemble de ces agissements peut rendre l'enfant qui les subit très mal dans sa peau et avoir de sacrées conséquences sur sa vie future.

Comme certains d'entre vous le savent peut-être, j'ai repris des études de bachelier en éducation spécialisée en accompagnement psycho-éducatif. Dans ce cadre, j'ai dû réaliser un travail de fin d'études. J'ai choisi, pour thème, le harcèlement scolaire.

Vous avez certainement déjà entendu parler de ce phénomène. Il a pu toucher un proche, un ami, ou peut-être vous-même. Je pense que nous avons déjà tous été témoins, à un moment ou un autre, de cette problématique.

La difficulté principale du harcèlement est qu'il est souvent très difficile à déceler. C'est une situation invisible pour toute personne qu'y n'y fait pas attention. On peut prendre ça pour un jeu entre enfants ou de la rigolade.

Mais savez-vous exactement ce qu'est le harcèlement ? Il est parfois très compliqué de faire la différence entre du harcèlement et de la violence plus « classique ».

Pour que nous puissions parler de harcèlement, il faut absolument remplir trois critères : il faut que le harceleur ait l'intention de nuire à sa victime, que ce soit des faits répétés et qu'il y ait une disproportion des forces.

La plupart du temps, la victime n'ose pas en parler. Elle préfère se taire par honte ou par peur des représailles.

Il faut absolument surmonter cette peur si l'on souhaite se défaire de l'emprise qu'a sur nous la personne qui nous harcèle.

Il y a pourtant des solutions ! Le plus souvent, pour faire face aux violences scolaires, il suffit d'en parler. Discuter de ce que l'on vit avec un adulte de confiance c'est souvent la bonne solution.

Si vous êtes victime de harcèlement, témoin ou même harceleur, vous pouvez en tout temps rencontrer un éducateur ou un travailleur social d'Inser'Action. Nous avons des horaires plutôt larges et chacun d'entre nous se fera un plaisir de vous recevoir.

Sachez que nous n'agissons jamais sans votre accord. Nous sommes tenus par le secret professionnel. Si vous souhaitez donc que ce que vous nous dites reste entre nous, ce sera le cas.

# Permanence psychosociale

J'ai également conçu un jeu nommé le « Harceloup » pour prévenir les violences scolaires. Il reprend les mêmes règles que le célèbre « loups-garous ».

Les personnages existants ont par contre été remplacés par de nouveaux personnages (harceleurs, témoins, écoliers, parents, etc). Le but du jeu est de trouver les harceleurs et de les dénoncer.

J'espère, par cet article, avoir pu vous apporter des conseils pour faire face à la problématique qu'est le harcèlement. Vous n'êtes pas seuls !

**Félix, Educateur**



## Quelques photos de nos activités



Visite et cueillette à la ferme urbaine



Détente à Ostende partie 1

## Quelques photos de nos activités



Visite du parlement pour les Castors



Soin des animaux

## Quelques photos de nos activités



Découverte de la Merveilleuse à Dinant



Jeux d'eau au parc Royal pour les Juniors

## Quelques photos de nos activités



Atelier cuisine



Détente à Ostende partie 2

## Quelques photos de nos activités



Les Juniors au Zoo



Création de notre compostière

# **Voici le calendrier du mois de Septembre 2019**

Ce calendrier reprend les horaires des activités éducatives du mois, affichez-le à un endroit bien visible afin de ne rien rater des activités de vos enfants.



Les Castors au Parlement

Septembre 2019

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
02	03	04	05	06	07
		JUNIORS 13h30 / 18H CASTORS 13h30 / 18H	JEUX DE SOCIÉTÉ 17H / 19H		CASTORS 13h30 / 18H GRANDS 13h30 / 18H
09	10	11	12	13	14
EDD Primaire 15h30 / 17H Secondaire 17H / 18H	EDD Primaire 15h30 / 17H Secondaire 17H / 18H NATATION 17H / 18h30	JUNIORS 13h30 / 18H CASTORS 13h30 / 18H REMEDIATION 14H / 18H	EDD Primaire 15h30 / 17H Secondaire 17H / 18H JEUX DE SOCIÉTÉ 17H / 19H Théâtre 18h/20h	EDD Primaire 15h30 / 17H Secondaire 17H / 18H INFORMATIQUE 17H / 19H NATATION 17H / 19H	
16	17	18	19	20	21
EDD Primaire 15h30 / 17H Secondaire 17H / 18H	EDD Primaire 15h30 / 17H Secondaire 17H / 18H NATATION 17H / 18h30	JUNIORS 13h30 / 18H CASTORS 13h30 / 18H REMEDIATION 14H / 18H	DD Primaire 15h30 / 17H Secondaire 17H / 18H JEUX DE SOCIÉTÉ 17H / 19H Théâtre 18h/20h	EDD Primaire 15h30 / 17H Secondaire 17H / 18H INFORMATIQUE 17H / 19H NATATION 17H / 19H	<b>Journée des montées</b>
23	24	25	26	27	28
EDD Primaire 15h30 / 17H Secondaire 17H / 18H	EDD Primaire 15h30 / 17H Secondaire 17H / 18H NATATION 17H / 18h30	JUNIORS 13h30 / 18H CASTORS 13h30 / 18H REMEDIATION 14H / 18H	DD Primaire 15h30 / 17H Secondaire 17H / 18H JEUX DE SOCIÉTÉ 17H / 19H Théâtre 18h/20h	<b>Fériede Amo Fermée</b>	CASTORS 13h30 / 18H GRANDS 13h30 / 18H
30					
EDD Primaire 15h30 / 17H Secondaire 17H / 18H					

## Côté activités éducatives

### Recyclons...

Les castors se sont beaucoup amusés et ont fait de chouettes activités durant les vacances du mois d'août mais ils ont aussi contribué à la propreté et au recyclage du bois Wilder à Berchem-Sainte-Agathe.

Chaque groupe avait un sac poubelle et des gants pour ramasser les nombreux déchets du bois.

J'ai d'abord demandé aux enfants si le recyclage est important et pourquoi.

Ils m'ont répondu que oui c'est important car on doit vivre sur une planète propre pour protéger nos familles et les animaux.

J'ai été très satisfaite de leurs réponses et j'espère qu'ils ont pris conscience qu'ils ne doivent pas jeter leurs déchets par terre.

Les enfants ont vraiment bien nettoyé le

bois et ils ont pris ça très à coeur ou plutôt comme un jeu de solidarité. Lorsqu'ils ont terminé ils étaient contents de leur travail.

C'est fou que lors d'une balade dans un bois on peut trouver autant de déchets mais les castors ont bien travaillé.

Ensuite, ils ont trié chaque déchet dans les bonnes poubelles pour bien connaître le recyclage et sauver la nature. Les castors sauront donc comment trier les déchets et ils apprendront à les jeter adéquatement.

Je suis très fière d'eux car ils ont fait du bon travail et ils ont fait un très bon geste pour sauver notre terre.

Merci pour cette expérience et ce grand exploit que vous avez réalisé les castors !

Et je n'oublierai jamais ce jour où les castors ont sauvé notre planète.

**Yousra**



## Côté activités éducatives

### La ferme urbaine.

Pendant les vacances de juillet, nous sommes rendus à la ferme urbaine pour découvrir plein de choses.

Les enfants ont pu nourrir les poules, brosser les ânes, cueillir des fleurs et des groseilles pour en faire une salade. Ils ont même fait un bon gâteau.

J'ai particulièrement aimé la ferme urbaine car nous avons pu remarquer le grand champ s'y trouvant et qui doit être travaillé régulièrement pour fournir la nourriture.

Ce jour-là, les castors ont découvert un milieu différent et ont aimé l'espace qu'il y'avait car pour eux faire des récoltes ou encore promener des ânes était comme un jeu amusant. Ils n'imaginaient pas que le travail à la ferme peut-être aussi fatigant qu'amusant.

Mais les castors seraient-t-ils capables de vivre à la ferme ?

Je pense que tout est une question d'habitude et de travail mais les enfants en général aiment découvrir et participer à n'importe quels défis.

C'est sans doute une des premières fois que les enfants se rendent dans ce type de ferme et ils ont pu observer comment les gens vivent quotidiennement et qu'ils y vivent heureux.

Aller à la ferme urbaine était particulièrement intéressant car c'est très calme. Les enfants m'ont rapporté qu'ils voulaient rester juste pour manger tout ce qui s'y trouvait et que promener les ânes ne les dérangeait pas.

Je garde de merveilleux souvenirs de cette journée car cela m'a rappelé qu'au Maroc aussi beaucoup de personnes ont une ferme et qu'ils y vivent bien.

**Yousra**



# Côté activités éducatives

## La Merveilleuse.

Dans cet article j'aimerais vous parler d'une activité qui a positivement marqué les jeunes d'Inseraction et moi-même. La visite de la grotte « La Merveilleuse » de Dinant...

Pour commencer, notre trajet avec les juniors, castors et grands était assez conséquent, ce fut une grande aventure. Ils étaient excités et impatientes de découvrir ce qui les attendait !

Quand nous sommes arrivés sur place, les juniors ont été un peu déstabilisés car on ne voyait pas l'entrée de la grotte. Le guide est arrivé et les a très vite rassurés en leur montrant par où nous allions passer pour pouvoir rentrer et que bien sûr, toutes les parties où nous allions aller étaient sécurisées.

Les juniors se demandaient ce qu'on allait bien pouvoir trouver à l'intérieur... Est-ce qu'il y a des chauves-souris ? (La question la plus posée !) Allons-nous les voir ? Est-ce qu'il y a des araignées ? Comment est-ce à l'intérieur ? Est-ce grand ? Est-ce qu'il va faire froid ? Des tas de questions fusaient dans leur esprit, dans le mien aussi je dois dire...

Nous avons eu la chance d'avoir un guide très à l'écoute, qui a bien pris le temps de répondre aux questions des enfants et d'en rassurer certains. Il nous a aussi expliqué qu'il fallait parler doucement car ça résonnait assez fort.

Quand nous sommes rentrés, le guide nous a expliqué comment la visite allait se passer, La Merveilleuse répartit ses galeries sur trois étages partant de 155 mètres

d'altitude jusqu'à 100 mètres sous la terre. Ces monuments remarquables ont pour nom Salle des Mamelons, Temple de Diane, Salle des Boers, Le Précipice, Salle des Dentelles, le Glacier, la Rotonde, Salle des Colonnnettes, Salle des Cascades, la Grande Salle avec sa stalactite oblique, la Galerie Albert 1er, le Puit vers la rivière souterraine.

Il nous a aussi expliqué l'histoire de la grotte, qu'elle a été découverte en 1904 à l'occasion du creusement de la tranchée du chemin de fer vicinal de Dinant à Florennes et que la grotte la Merveilleuse est considérée comme l'une des plus belles grottes d'Europe. La grotte, peu modifiée, est présentée telle que l'a façonnée la nature. On peut y admirer de nombreuses stalactites, stalagmites et cascades toutes plus fines et blanches les unes que les autres. Dans cette grotte nous trouvons aussi l'une des plus longues stalagmites d'Europe.

Dans l'une des « salles » il nous a montré que nous pouvions faire jouer notre imagination, en regardant les murs, chacun d'entre nous a pu voir des visages, des animaux, des représentations, etc.

Quand nous sommes sortis, l'air chaud nous a envahis, les enfants ont pu manger avec de belles images en tête. Plusieurs m'ont dit le lendemain qu'ils en avaient rêvé et que c'était très beau, la grotte porte bien son nom, la merveilleuse...

**Roxan**

## Côté activités éducatives



# Côté activités éducatives

## Nous: les Grands...

Cet été, était particulièrement spécial au niveau de l'ambiance du groupe. Nous avons eu des retours de certains jeunes qui ne venaient plus à nos activités et la chance de faire des belles rencontres avec des jeunes que nous connaissions très peu voire pas du tout.

Ainsi, je peux dire au nom du staff des éducateurs du groupe des grands que nous avons ressenti une vraie cohésion et surtout une motivation à être présents aux activités.

D'où l'intitulé de cet article, nous : « le groupe des grands ». Nous avons été étonnés du taux de participation qui était particulièrement élevé ce qui nous a confortés à faire toujours mieux, à proposer et à innover pour ce groupe.

Lors de notre dernière journée, nous avons eu droit à un mot de remerciement de la part des jeunes qui nous ont écrit sous-forme de rap. Nous avons tenu à le partager avec vous.

« Oyé,Oyé c'est le trio de choc d'Inser'action »

*On va vous faire un p'tit rap on espère que vous êtes chauds ?*

*Bon, on va commencer par toi Ali, être multifonctionnel c'est ça la vie que tu mènes. Uber, taxi, animation, gestion un jour il va s'enfuir, l'éducateur au grand cœur, comme ça on peut l'appeler. L'éducateur à la grande main quand il s'agit d'frapper lol mais bon, sans lui on aurait jamais bougé et on serait resté toute la journée à l'atelier, par ce que*

*c'est lui qui conduit la camionnette donc Ali franchement tu mérites une cannette.*

*Croyez pas que c'est fini c'est au tour de Fehmi. Celui qui va à la salle toute l'après-midi, mais qui fait une crise quand il voit une fourmi, on rigole ! C'est une blague ce qu'on vient de dire parce qu'on sait sinon c'est avec des bleus que ça va finir !*

*Avec lui jamais tu vas t'endormir avec son baffle Sony, il nous donne de l'énergie.*

*Tous les jours, il nous a ambiencé et franchement toi tu mérites un bon café !*

*Pour clôturer ce rap, on va finir par Sébastien lui wallah c'est un mec bien ! On peut vraiment l'appeler l'aventurier d'inser'action. Avec ses courses d'orientation il nous mettait la pression.*

*On peut dire aussi qu'il a beaucoup d'imagination comme par exemple : tu l'fixes ou tu cours si tu croises un lion !*

*Mais malheureusement, c'est sa dernière journée et on tient à te dire que tu vas beaucoup nous manquer !*

*Bref ces 3 semaines étaient plus que parfaites. Les gars vous avez géré, nous pouvons faire la fête.*

*Tous les 3 vous avez été au top et ensemble vous formez le trio de choc !!!! »*

**Yasmina, Meriame, Oumayma...**

## Côté activités éducatives



Dessin illustrant les éducateurs réalisé par certains de nos grands.

## Côté activités éducatives

### En avant les poneys...

Lundi 15 juillet nous avons fait une balade à poney au parc Malou avec le groupe des juniors et les enfants ont eu un contact avec l'animal grâce au brossage et aux soins.

J'ai particulièrement aimé cette activité car, les enfants ont pu découvrir le monde des poneys et comprendre ces derniers par l'observation et le toucher.

Les enfants ont dû aussi développer des conduites responsables et autonomes parce qu'ils ont guidé les animaux et il fallait faire attention à ce qu'ils ne s'enfuient pas, les enfants étaient censés bien les tenir et les mettre à l'aise.

D'ailleurs Azer et Naim et plein d'autres comme Hamza, Saranya, Ozan, Jannat, Amina, trouvaient que c'était normal que les poneys veuillent entrer en communication avec nous car, ces derniers ne savent pas parler et veulent devenir nos amis.

Cela a permis également aux enfants de développer des capacités de contrôle postural, de coordination et de perception par le biais d'une grande balade sur le dos des poneys et il y avait une certaine posture à adopter.

Je peux vous avouer qu'Ali m'a vraiment épatée car, il était comme l'ange gardien de son poney qui s'appelait Scoubidou, il lui parlait, le guidait et demandait même la permission pour monter sur son dos.

Il y avait neuf poneys au total et chacun d'entre eux avait ses propres traits de caractère, et un prénom unique comme Caramel, Tictac, Scoubidou, Domino, Cacahuette, Princesse, Chocolat, Flash et Mc Queen. Les enfants ont dû d'abord les observer afin de créer des liens avec eux et choisir le poney qui leur ressemblait.

Je félicite les juniors pour leur courage et leur bienveillance et j'espère les revoir au plus vite !

**Beyza**



## Côté activités éducatives

### Lisons dans les parcs..

Durant l'été, le Centre de Littérature de jeunesse de Bruxelles a organisé la lecture par des animateurs de livres issus de différentes bibliothèques de Bruxelles.

L'objectif de cette organisation, est d'offrir des moments de plaisir aux enfants en découvrant des livres variés et adaptés à leur âge.

A des dates et des lieux précis, des animateurs se rendent vers un parc où habituellement les enfants jouent. Chaque lieu est parrainé par une bibliothèque publique afin d'inviter les enfants à la fréquenter.

Les juniors ont pu découvrir des livres de différentes matières, avec des images diversifiées afin de les faire lire à la lectrice avec une tonalité adaptée pour chaque histoire.

Durant les beaux jours du mois d'août, au parc Bonnevie de la commune de Molenbeek, les enfants se sont installés dans un lieu ombragé pour profiter de la lecture qui les attirait énormément.

Zakaria, Shirine et Alae disaient qu'ils aimaient beaucoup les images qui se trouvaient dans les livres. Ils les trouvaient très attirantes alors que Mohammed, Islam et Jenna préféraient faire travailler leur imagination afin de créer des personnages dans leur tête.

C'est une manière d'interpréter les histoires et de faire des liens avec leur propre histoire. Un livre a sa personnalité propre grâce à sa dimension, à sa couverture ...

De ce fait, un livre même fermé sur une étagère « parle », sa présence est garante des souvenirs qui s'y réfèrent dans la mémoire de son lecteur.

**Beyza**



## Côté activités éducatives

### Tous au zoo...

Le mercredi 31 juillet nous nous sommes rendus au Zoo d'Anvers.

Les juniors étaient très impatients de découvrir les animaux que nous n'avons pas la possibilité de voir dans la vie de tous les jours.

Il y avait des animaux de la jungle comme le lion, le guépard, le léopard. Ils étaient fascinants et terrifiants à la fois.

Il y avait le jardin des papillons, le bâtiment des oiseaux, le bâtiment des reptiles, une savane, une vallée des grands singes ... nous avons eu l'opportunité de visiter tous les coins.

Ce zoo était vraiment énorme et les enfants ont adoré voir des animaux qu'ils ne peuvent voir qu'à la télévision.

Azer était impatient de voir les hippopotames, Sofia voulait absolument voir les éléphants, Malak a adoré les flamants roses, Shirine voulait réveiller les koalas et Jenna a été surprise par la taille de la girafe.

L'ensemble des enfants étaient époustouffés par le lion, les juniors se demandaient si c'était la famille de Simba. Et pourquoi pas ?

Je trouve que la rencontre des animaux est importante pour les enfants, cela favorise leur épanouissement.

Ce fut une très belle journée à Anvers en compagnie des juniors et j'espère les revoir au plus vite.

**.Beyza**



## Côté activités éducatives

### Au revoir...

C'est avec une grande émotion que je vous annonce que je n'y suis plus... Eh oui, il s'agit de mon dernier article au sein de l'amo Inser'action vu que j'ai décidé de quitter celle-ci.

D'autres horizons s'offrent à moi et de ce fait malgré mes dix années passées à inser'action, j'ouvre une nouvelle page dans ma carrière qui sera certainement très prometteuse dans laquelle je croiserai certainement encore quelques personnes parmi vous dans les rues de Saint-Josse. Cela fait dix années que je suis dans l'amo dans laquelle j'ai touché à toutes les disciplines, l'informatique, les jeux de société, l'école de natation, référent des grands...

Des années passées avec mon plus fidèle collègue Ali « éducateur de choc et de charme » qui est devenu un ami et qui le restera. Inser'action est une famille qui a vraiment le cœur de travailler avec vos

enfants et je sais de quoi je parle car il y a aussi le côté interne des animations qui demande un énorme travail de tous pour pouvoir encadrer vos enfants. La tâche que j'exercerai prochainement sera un tout autre défi mais toujours dans le sport avec notamment la jeunesse de Saint-Josse.

Je vais suivre également une formation de guide nature. Mon plus grand défi est de rester en contact avec les ados et de leur inculquer les bons réflexes (tri des déchets,...). D'ailleurs durant les trois semaines d'activités, ma mission fut accomplie car certains jeunes ont ramassé d'eux-mêmes des déchets lors de nos activités en plein air.

Je terminerai en remerciant toutes l'équipe d'Inser'action pour m'avoir soutenu, pour avoir passé des journées exceptionnelles mais aussi pour les excellentes années passées avec vos enfants qui, je l'espère, garderont un bon souvenir des enseignements pédagogiques transmis au travers de nos différentes activités durant ses longues années.

**Sébastien**



# Côté activités éducatives

## La main verte

Une action qui m'a énormément touchée est notre semaine sur l'écologie et j'en profite pour vous raconter les exploits de nos jeunes jardiniers amateurs.

Nous avons en effet suivi un programme chargé sur un thème qui plus que d'être dans l'air du temps chuchote notre passé, nous parle du présent et nous crie un futur.

La nature, primordiale et essentielle est souvent perçue comme lointaine et inaccessible ou simplement distante. Avons-nous encore le réflexe de nous promener dans les bois dès que le soleil pointe dans nos cieux, il y fait pourtant bon vivre lorsque la canicule s'attarde.

Ce contact essentiel que nous entretenons avec les plantes doit être travaillé dès le plus jeune âge pour ne pas se perdre. La nature nous donne tout ce qu'elle a à offrir et sans elle, nous suffoquons sans air, nous desséchons sans eau, nous déprimons sans arbres et restons sur notre faim sans fruits.

Plusieurs activités ont été proposées aux castors, dont une recherche de vers de terre dans un compost collectif avec création de notre propre compostière, une visite de la ferme urbaine, des plantations de graines dans un futur micro-jardin et dispersion de plantes mellifères pour les abeilles.

Méconnu de beaucoup, l'écosystème bas

des décomposeurs se charge de recycler le vivant sous l'ombre des fourrages et dans l'humidité de l'humus. Sous la terre ils travaillent sans cesse et font un travail formidable d'entretien du sol...ils sont les nourriciers qui permettent au végétal de grandir et prospérer. Mais ils sont en danger car pesticides, engrais chimiques et travail intensif de la terre les mettent à mal. Le sol s'il n'est pas bien entretenu se meurt alors que nos déchets alimentaires source de vie pour les arbres finissent souvent à la poubelle...

Avec Worms asbl, une petite association active dans la sensibilisation à l'écosystème, nous avons vu que nos déchets peuvent être facilement transformés grâce aux composts, aux vers de terre et leurs amis. Ces lombrics roses, insectes, acariens et champignons se chargent de valoriser nos restes pour les plantes.

Les enfants très curieux sont restés accrochés aux lèvres de l'animateur, posant de nombreuses questions et s'impliquant énormément dans la chasse aux insectes. Ils couraient dans tous les sens après araignées et autres bêtes affolées par tant d'enthousiasme de nos explorateurs de la biodiversité.

Lors des plantations de fleurs et de légumes de ce qui deviendra bientôt notre micro-jardin collectif, il fallait les voir tourner en chantant autour de nos bacs de culture. Pas étonnant qu'avec tant de bonne énergie, les pousses soient sorties de terre si vite.

## Côté activités éducatives

A la visite de « la ferme urbaine », nous avons passé une demi-journée à récolter fleurs, herbes, fruits rouges et salades pour notre repas fleuri. Tant de couleurs dans nos assiettes que nous mangions autant par les yeux que par la bouche.

Digdem : *C'est chouette cette semaine, on apprend encore plus de choses qu'à l'école.*

Riad : *C'est dégoûtant les vers de terre mais ça fait comme des diamants pour les plantes et les racines...*

Après en avoir discuté lors du conseil des enfants (qui fera l'objet d'un article ultérieur), les castors ont décidé de

lancer plusieurs projets « Nature » cette année dont notamment ;

- Plantations de fleurs et de plantes
- Fabrication de maisons pour oiseaux
- Fabrication d'un hotel à insecte
- Retravailler le tri des déchets et le compostage
- Installer un micro jardin collectif dans la cour

A très bientôt pour de vertes nouvelles fraîches des cultivateurs en herbe.

**Richard**



## Côté activités éducatives

### Un esprit sain dans un corps sain.

Durant les activités de juillet, avec le groupe des castors, nous avons consacré une semaine à l'alimentation.

Les enfants ont découvert de nombreux fruits et légumes par le biais des jeux. Ils ont également participé à une activité culinaire et se sont régalés avec une bonne soupe aux légumes. Ils ont eu la chance de découvrir la ferme urbaine où ils ont dégusté une salade fraîchement cueillie et un cake comme dessert.

Les castors ont visionné un documentaire sur l'importance des aliments pour le corps et ils ont pu établir une pyramide alimentaire en travaillant en petits groupes.

Mais au fait, la "pyramide alimentaire", c'est quoi ?

La pyramide alimentaire est un graphique qui a été utilisé par les diététiciens où sont représentés les aliments selon les recommandations nutritionnelles.

Ce graphique en forme de pyramide est divisé en plusieurs niveaux reprenant chacun différents groupes ou familles d'aliments. Au bas de la pyramide on retrouve les aliments essentiels et bons pour la santé à consommer en grandes quantités. A l'inverse, on retrouve à la pointe, les aliments qui sont à consommer avec modération. Il faut savoir

qu'aucun aliment n'est interdit ; tout est une question de quantité et de fréquence.

Dans la base de la pyramide on retrouve l'eau. Il est très important de boire au moins 1,5 L d'eau par jour pour bien hydrater le corps. En second lieu viennent les fruits et légumes.

Ces denrées sont riches en eau, vitamines et fibres alimentaires, essentielles pour notre santé. En effet, il est conseillé de consommer deux fruits différents par jour et un bol de potage aux légumes.

En troisième lieu viennent les féculents, pomme de terre, riz, pâtes. Ces aliments doivent être présents à tous les repas et en quantité suffisante. Puis vient la famille des produits laitiers. Ce sont des produits riches en calcium. Il est conseillé de consommer deux à trois verres de lait ou yaourts ou encore deux tranches de fromage par jour.

Au même niveau on retrouve la viande, le poisson et les œufs riches en protéines et en fer. La portion idéale correspond à la taille de la paume de la main par jour. En cinquième niveau se trouvent les matières grasses. Ce sont des aliments riches en énergie lipidique. C'est pour cela qu'il faut en limiter la consommation.

Enfin arrive à la pointe les aliments non indispensables mais faisant partie de la vie sociale comme par exemple, chips, boissons gazeuses, bonbons, ... Ce sont des aliments à éviter et à consommer de façon occasionnelle..

## Côté activités éducatives

Manger est un besoin vital de l'être humain qui peut influencer notre santé. C'est pour cela qu'il est très important de bien s'alimenter.

C'est dans ce but que nos éducateurs demandent toujours aux parents et enfants de ramener suffisamment d'eau et au moins un fruit lors des activités.

### Engin





### Utilisation des photos et textes présents dans le journal

Tous les textes, documents pdf, illustrations, photos, logos présents dans ce journal appartiennent à l'asbl Inser'Action. Toute utilisation doit être autorisée.

Nous avons, dans la mesure du possible, demandé aux personnes représentées sur les photos leur accord. Toute personne figurant sur une photo peut demander le retrait du cliché de nos pages en adressant une simple demande au secrétariat dont l'adresse est reprise ci-dessous.

Les photos présentes sur le site et dans le journal ne sont qu'illustratives et non exemplatives. Toute ressemblance entre les personnes qui s'y trouvent et les situations décrites serait purement fortuite et involontaire.

### Inser'action asbl

Permanence sociale/ Secrétariat

48, rue Saint-François

1210 Saint.Josse.

022185841

Email:

[inser.action.asbl@skynet.be](mailto:inser.action.asbl@skynet.be)

### Atelier

10, rue Saint-François

1210 Saint.Josse.

022175378

Email:

[inser.action.asbl@skynet.be](mailto:inser.action.asbl@skynet.be)

Site: [www.inseraction.be](http://www.inseraction.be)

Avec le soutien du programme Cohésion Sociale de la Commission Communautaire Française

