

Remise



Comment réagir face au bulletin de son enfant ? / par Neslihan

Venez trouvez des conseils et des idées pour le bulletin de votre enfant !

p. 4 - 6



Le stage d'insertion professionnelle / par Coralie

De quoi s'agit-il ? A quoi cela me sert-il ? Coralie vous explique...

p. 9 - 11



Interview croisée : Les frères Khadir. / par Kamel

Des frères, des jumeaux... Mais que font-ils ? Comment sont-ils ?

p. 23 - 25



Mon quartier, mon identité. / par Ali

C'est toute une histoire qui s'inscrit dans les années...

p. 29 - 31

Édito

Cher lecteur, Chère lectrice,

Nous voilà au mois de février, déjà ! Il s'agit du mois le plus court de l'année et pourtant il est assez chargé pour notre équipe. Il faut notamment préparer toutes les activités des vacances de carnaval. Pour cela, l'équipe éducative ne ménage pas ses efforts.

Nous vous avons une nouvelle fois concocté un journal rempli d'informations utiles et de retours sur nos actions quotidiennes ainsi que sur nos activités.

Au programme de cette nouvelle édition ;

Au niveau des activités collectives, Ali réalise ce mois-ci un article intitulé « mon quartier, mon identité ». Il s'agit d'un retour sur son histoire dans le quartier botanique. Fehmi, de son côté, a lui écrit deux articles ; l'un sur le sport et l'autre sur la procrastination, une chose que beaucoup d'entre nous connaissons. Kamel a fait deux interviews de jeunes qui fréquentent notre service. Roxan, elle, nous fait un retour sur les activités « patinoire » et « droits de l'enfant. Enfin, Yousra a réalisé un article sur l'importance de garder sa motivation tout au long de la période des examens.

Au niveau de la permanence psychosociale, Coralie nous a préparé un article sur le fonctionnement du stage d'insertion professionnelle. D'ailleurs, si vous avez des questions à ce sujet, n'hésitez pas à franchir la porte de notre permanence. Farida nous relate le témoignage poignant d'une infirmière, maman d'un enfant qui fréquente nos activités, sur ce qu'elle a vécu dans son service durant cette pandémie de coronavirus. Neslihan, elle, nous donne des indications sur la manière la plus adéquate de réagir lors de la réception du bulletin de son enfant. Enfin, j'ai écrit un article sur l'importance du bavardage et de la discussion chez les enfants.

J'espère que vous prendrez du plaisir à lire ce journal et que vous y retrouverez des informations qui vous seront utiles.

A très bientôt,

Félix
Coordinateur de la permanence
psychosociale



Sommaire

Page	2 - 3	Edito
Page	4 - 14	Permanence psychosociale
Page	4 - 6	Comment réagir face au bulletin de son enfant ? / par Neslihan
Page	7 - 8	Vers la disparition du bavardage ? / par Félix
Page	9 - 11	Le stage d'insertion professionnelle / par Coralie
Page	12 - 14	Un témoignage fort pour le vaccin Covid19 ! / par Farida
Page	16	Quelques photos de nos activités
Page	17 - 19	Horaire des activités éducatives
Page	20 - 32	Côté activités éducatives
Page	20 - 21	La semaine des grands avec du sport en grand / par Fehmi
Page	22	La patinoire, tout un art ! / par Roxan
Page	23 - 25	Interview croisée : Les frères Khadir. / par Kamel
Page	26	Qu'est-ce qu'est la procrastination ? : Un problème qui touche tout le monde ! / par Fehmi
Page	27 - 28	Les droits de l'enfant / par Roxan
Page	29 - 31	Mon quartier, mon identité. / par Ali
Page	32 - 33	Interview Erdem Nebi. / par Kamel
Page	34 - 35	Quelques photos de nos activités

Le port du masque est toujours obligatoire.

Nous avons autorisé les enfants et les jeunes à les retirer uniquement pour les photos.

Permanence psychosociale



Comment réagir face au bulletin de son enfant ?

Bonjour tout le monde !

Nous nous retrouvons ce mois-ci avec un sujet important. Je suis persuadée que ce sujet vous intéressera fortement.

Voici la star du mois de février : ***“Comment réagir face au bulletin de son enfant ?”***.

Avez-vous consacré du temps à réfléchir à ce sujet ? Sinon, laissez-vous guider par cette lecture qui devrait vous intéresser.

Chaque parent attend que son enfant réussisse à l'école, qu'il ait de bonnes notes. Mais, comment réagissent-ils face à une ou plusieurs mauvaises notes ? Et les bonnes

notes alors ? Sont-elles valorisées ?

Dans un premier temps, il est primordial de prendre du recul face au bulletin de son enfant afin d'éviter de réagir trop émotivement. Avant d'analyser le bulletin, gardez à l'esprit que chaque enfant est unique et chacun à un rythme d'apprentissage différent. Un enfant n'est pas l'autre. Il faut donc éviter de comparer son enfant avec un autre enfant.

Lors de l'analyse du bulletin, il serait meilleur d'adopter une posture ouverte et positive. N'oubliez pas l'importance de l'écoute. Votre enfant a sans doute plein de choses à expliquer et à vous raconter pour chacune de ses notes qu'elles soient positives ou négatives.

Face aux notes qui ne correspondent pas à vos attentes, au lieu de réagir de façon excessive ou colérique pouvant affecter votre enfant, tendez votre oreille à votre enfant et respirez un bon coup pour garder votre calme. Les phrases comportant une connotation négative telle que “tu es bête”, “regarde ton frère, il est plus intelligent que toi !”, “tu n'es bon à rien”, “tu as plein d'échecs”, “qu'est-ce que c'est que ce bulletin”, etc. risquent d'affecter fortement votre enfant. Effectivement, il pourrait se sentir humilié, triste, coupable. Ceci impacterait également son estime de soi et un sentiment d'échec serait renforcé. Il perdrait également toute motivation à fournir des efforts et à poursuivre le travail fourni habituellement.

En effet, il est préférable de commencer par féliciter son enfant pour ses bonnes notes au lieu de commencer par ses éventuelles notes faibles. L'enfant a besoin de sentir que ses parents sont fiers de lui et du travail qu'il a fourni à l'école ainsi qu'à la maison.

Permanence psychosociale

Lorsque vous discuterez sur les résultats les plus faibles, il est encore une fois important de reconnaître le travail et les efforts fournis par votre enfant, même s'ils ne correspondent pas à vos attentes ni à la moyenne. Si votre enfant perçoit que vous êtes conscient des efforts qu'il fournit à l'école, il a plus de chances de réussite et de persévérance.

Il peut arriver qu'en discutant avec votre enfant vous vous rendiez compte d'un manque d'effort ou d'engagement dans ses apprentissages scolaires, vous pouvez évoquer la notion de responsabilisation. Cela permettrait d'établir une réflexion sur les conséquences de ses choix portés.



Pourquoi la notion d'écoute est-elle importante ?

Votre enfant peut donner plus d'informations au sujet de ses résultats scolaires. Vous ne serez

éclairé qu'en écoutant ce dernier. Il est possible que ses difficultés soient liées à un manque de sommeil, à des problèmes de concentration et d'attention, à des conflits avec ses camarades de classe ou à des problèmes familiaux.

En adoptant une posture ouverte et d'écoute et en le laissant s'exprimer, vous comprendrez mieux les facteurs qui peuvent se cacher derrière les notes les plus faibles. Ainsi, vous serez également mieux outillé en recueillant les informations nécessaires pour trouver, avec votre enfant, des méthodes et des solutions permettant d'atteindre les objectifs adaptés à ses capacités.

En effet, il faut garder en tête que la réussite scolaire et les capacités de votre enfant ne se limitent pas à un seul bulletin. Mais si les difficultés persistent, il serait bénéfique de prendre contact avec un professionnel.

Nous vous conseillons de vous impliquer au maximum aux apprentissages de vos enfants.

N'hésitez pas à leur donner un coup de main en :

- supervisant le moment d'étude et durant la réalisation de ses devoirs
- l'aidant dans l'organisation de son travail
- collaborant avec son enseignant
- animant la période de travail à l'aide d'outils spécifiques et de méthodes différentes.

J'aimerais également vous sensibiliser au sujet des récompenses. Il n'est pas conseillé de promettre des récompenses à prix

Permanence psychosociale

élevé en échange de la réussite scolaire. Votre enfant doit travailler pour apprendre toutes ces matières et non pour obtenir un cadeau coûteux. À la place, je conseillerais plutôt de faire une sortie en famille.

Quant à l'enseignement secondaire, celui-ci demande des ajustements dans la méthode d'apprentissage des jeunes. Un enfant qui passe en première année secondaire risque d'être déboussolé, car un travail plus important et plus conséquent est attendu de sa part. Il faut

donc les outiller et être plus vigilants quant aux attentes concernant les résultats scolaires.

Neslihan

Travailleuse sociale



sources images :

<https://www.pinterest.fr/pin/787144841105621004/>

<http://panda29tdah.canalblog.com/archives/2014/06/25/30137165.html>

<http://ipoweb.bruxelles.be/webschools16/?p=464>

Permanence psychosociale



Vers la disparition du bavardage ?

Cette réflexion fait suite à la lecture d'un article du journal Le Soir intitulé « Les élèves ne bavardent plus suffisamment à l'école ». Mais de quoi parle-t-on ? Quelles sont les causes et les conséquences de ce constat ? Comment faire changer les choses ?

Constat de départ, cause(s) et conséquence(s)

Dans son article, William Bourton constate que le numérique nuit à la communication verbale, à l'utilisation de la parole. Aujourd'hui, il existe énormément d'outils numériques qui sont mis à notre disposition afin de communiquer (réseaux sociaux, email, sms, etc). L'utilisation de ces outils se fait donc au détriment de la

parole, de la discussion. La discussion orale comprend également la communication non verbale (un sourire, une mimique, un regard) qui n'est pas reproductible dans la communication numérique. D'après Aron Wils, en charge de la « responsabilité sociale d'entreprise » chez Samsung Belgique, ce phénomène amène au concept de l'anxiété du téléphone (la peur de téléphoner) qui se repand dans la société.

Michel Hansenne, professeur à l'Université de Liège indique également que la communication (non) numérique est beaucoup plus faible et que toute la richesse de la communication non verbale est perdue. Le sentiment de solitude serait plus important chez les jeunes depuis l'apparition des outils de communication numériques. Les réponses impulsives propres à la communication numérique se

Permanence psychosociale

retrouvent dans la communication orale. Cela n'a cependant pas forcément un bon effet.

Pistes d'actions

Le bavardage est essentiel dans le maintien d'une bonne communication entre les personnes. Il est d'autant plus important chez les enfants et les adolescents dont la personnalité est encore en construction.

A la vue de tous ces éléments, plusieurs pistes d'actions me viennent à l'esprit.

- Sensibilisation à la communication interpersonnelle

Il y a un besoin, pour les enfants et les adolescents, d'un accompagnement concernant leur communication avec autrui. Etant donné que les mœurs changent, nous devons adapter notre accompagnement en conséquence. Dans ce cadre, des ateliers de travail de la communication interpersonnelle pourraient se montrer très utiles.

- Promotion des moments d'échanges en présentiel

Les moments durant lesquels les enfants / jeunes se retrouvent en groupe sont des temps essentiels. Il est important de les promouvoir et de démontrer leur importance.

- Organisation d'événements où les outils de communication numérique sont « interdits »

Méthode simple. Vous êtes invités à condition de ... laisser votre smartphone à l'entrée. Si l'on supprime la possibilité d'utiliser les outils numériques, et par conséquent que l'on efface toute interférence dans la communication orale, nous organisons des moments propices à la discussion entre les personnes.

Le bavardage et la communication en général sont des éléments essentiels qu'il est donc nécessaire de préserver.

Il est clair que la pandémie de coronavirus n'arrange en rien la problématique décrite dans cet article. Cependant, il est important de garder l'espoir d'un retour rapide à la vie normale.

Je vous remercie pour votre lecture.

Félix Giele

Coordinateur permanence psychosociale



Sources :

Les élèves ne bavardent plus suffisamment à l'école, William Bourton. Journal L'Espresso du 05.09.2019.

Permanence psychosociale



Le stage d'insertion professionnelle

A la fin de tes études ou si tu décides d'arrêter, il est fortement recommandé de t'inscrire auprès d'Actiris. Pourquoi ?

L'**inscription** auprès d'Actiris en tant que chercheur d'emploi te permet de maintenir ton droit aux allocations familiales après tes 18 ans si tu arrêtes ou que tu as fini l'école et ce, durant le temps de ton **stage d'insertion professionnelle**.

Il faut que tu t'inscrives le plus vite possible après la fin de tes études ou dès que tu abandonnes, sinon tes parents risquent de devoir rembourser les allocations familiales perçues pendant ce temps où tu n'étais ni scolarisé, ni inscrit chez Actiris.



Cela te permet également de rester à charge de la mutuelle de tes parents.

Pour **maintenir** ces deux **droits sociaux**, tu dois avoir moins de 25 ans et ne pas travailler plus de 240 heures par trimestre.

Mais qu'est-ce que ce stage ?

Le stage d'insertion professionnelle est d'une période d'**un an** avant de pouvoir introduire une demande d'**allocations d'insertion**, une allocation de chômage sur base des études.

Le fait d'être inscrit comme chercheur d'emploi te permet de bénéficier des **avantages** et des services d'Actiris :

- Un conseiller personnel et un plan de carrière
- Conseils et astuces pour postuler
- Formations adaptées et gratuites
- Réseau d'employeurs : Actiris aide les employeurs dans leur quête de nouveaux collaborateurs. Une offre d'emploi en ligne qui correspond parfaitement à votre profil

Permanence psychosociale

? Actiris sera le premier à la découvrir !

- Réseau de partenaires : Actiris a développé tout un réseau de partenaires afin de mieux répondre aux besoins du marché du travail.

Il y a un accompagnement et des aides, mais aussi des obligations, en effet tu dois :

- « signaler à ACTIRIS toute modification de ta situation de demandeur d'emploi (changement d'adresse, reprise des études, travail, etc.) ;
- répondre à toute convocation d'ACTIRIS ;
- être disponible sur le marché de l'emploi ;
- accepter tout emploi convenable ou formation professionnelle proposés par ACTIRIS;
- rechercher activement un emploi et obtenir, au cours de ton stage, deux évaluations positives de ton comportement de recherche d'emploi. Garde précieusement toutes tes preuves de recherche, puisque ACTIRIS te convoquera et te demandera des comptes (sur ta recherche active d'emploi) au 5e et au 9e mois de stage. »

Mais qu'est-ce que signifie rechercher **activement** un emploi et comment **prouver** ses démarches ?

En plus de répondre aux convocations, offres d'Actiris et d'être collaborant, tu dois effectuer des recherches de ton côté :

- En consultant régulièrement les offres d'emploi dans la presse et sur Internet et en postulant aux offres qui correspondent à ton profil

- En mettant en ligne ton CV actualisé sur des sites de références

- En envoyant des candidatures spontanées

- En t'inscrivant auprès d'agences Intérim

Pour prouver toutes tes démarches, garde bien une trace écrite de tout ce que tu as entrepris, conserve :

- L'offre d'emploi pour laquelle tu as postulé, la page originale ou la capture d'écran sur Internet
- La lettre de candidature et le CV que tu as envoyés
- L'accusé de réception si tu en as reçu un
- Si tu as postulé oralement ou par téléphone, note : le nom de l'entreprise, le nom de la personne avec qui tu as communiqué, pour quel poste tu as postulé, la date et la réaction ou la réponse
- La preuve d'inscription délivrée par l'agence Interim
- La preuve d'inscription et l'attestation d'éventuelles formations suivies

- L'attestation de présence à une éventuelle session d'information ou salon pour l'emploi

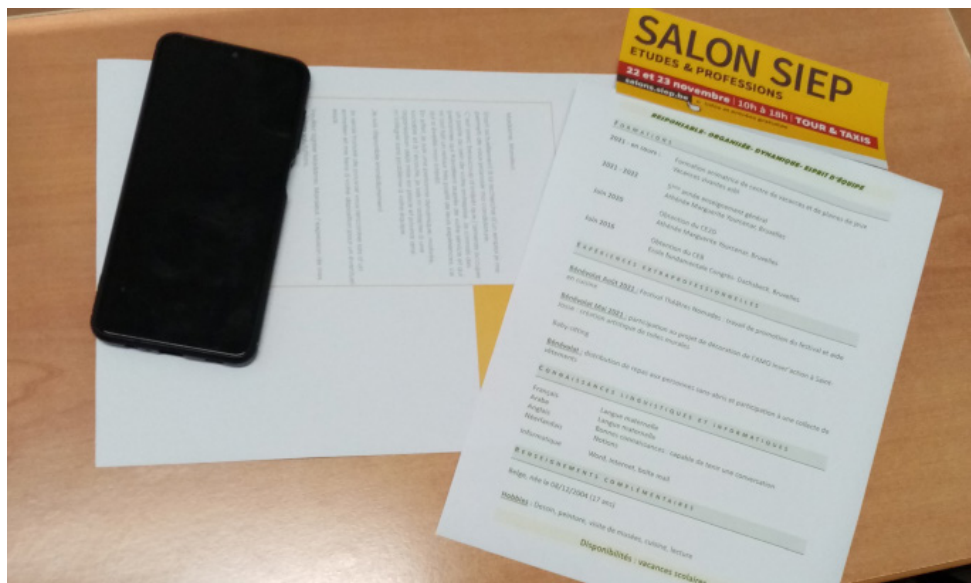
Si malgré tous tes efforts tu te retrouves sans emploi à la fin de ton stage d'attente, tu pourras alors, sous certaines conditions, bénéficier d'allocations d'insertion à solliciter auprès d'un organisme de paiement de ton choix (CSC, FGTB, CAPAC, ...)

Permanence psychosociale

Si tu te poses des questions ou que tu as besoin d'aide pour tes démarches, n'hésite pas à nous contacter à la permanence psychosociale,

A bientôt,

Coralie
Assistante Sociale



Sources :

Fiche : « Le stage d'insertion professionnelle » in www.bruxelles-j.be

Fiche : « Tu termines tes études. Quelles démarches dois-tu effectuer ? » in www.bruxelles-j.be

Annexe Actiris : Guide de recherche d'emploi

Images libres de droit sur <https://pixabay.com>

Permanence psychosociale



Un témoignage fort pour le vaccin Covid19 !

Chères lectrices, Chers lecteurs,

Dans le cadre de mon cours d'alpha qui tournait autour de la discussion et la réflexion sur le Covid19, je me suis rendue compte que la majorité des apprenant.e.s étaient toujours réticents quant à se faire vacciner. Nous avons donc eu l'idée d'inviter la maman d'une de nos jeunes inscrits aux activités à Inser'action. Une maman qui exerce le métier d'infirmière depuis plus de 20 ans ! Une personne engagée, pleine de courage et pourtant encore très touchée par son expérience qui, dit-elle, « était presque comme une guerre, inédit ! Jamais je n'ai vécu une telle situation depuis le début de ma carrière »!

Elle nous livre son vécu avec beaucoup d'émotion afin de nous sensibiliser à l'importance de la vaccination. Je lui donne la parole :

« Bonjour à tous, je me présente, je m'appelle Najoua, je suis Infirmière en Chef depuis plus 20 ans. J'ai travaillé en gériatrie, en soins palliatifs, en chirurgie et pour l'instant, je travaille avec des personnes âgées.

Si je suis là aujourd'hui c'est pour vous sensibiliser à la vaccination Covid19. Avec tout ce qu'on entend aujourd'hui : Covid19, Omicron, Delta..., le trouble s'est installé. Il y a effectivement des gens qui ont peur de ce vaccin et d'autres pas. Il y a également une pression au niveau du gouvernement qui souhaite que le vaccin soit administré à toute la population afin d'éradiquer la pandémie au plus vite.

Permanence psychosociale

Je ne suis pas là pour vous savoir qui est vacciné ou pas parmi vous, mais pour vous dire mon ressenti en tant que « personne » qui vit la situation au quotidien !

J'avais aussi peur au début !!!

On a eu beaucoup de malades, beaucoup de décès et moi personnellement j'ai eu très difficile... « Moment de larmes »...
Donc si je viens vous en parler, c'est que j'ai eu très difficile physiquement et psychologiquement..... « Moment de larmes »... Excusez-moi..... !

Nous avons vécu l'horreur pendant la première vague et ce ne sont pas des choses que nous oublions facilement, bien au contraire ! Nous devons presque nous couper en deux, en quatre pour courir nous occuper d'un patient, puis d'un l'autre. Il y avait ce son du monitoring qui résonnait dans les couloirs... Nous manquions d'oxygène et nous étions parfois finalement amenés à couvrir des morts qui défilaient au fil des heures. Le plus dur était d'informer la famille du décès et de leur expliquer qu'il n'était pas possible de voir le défunt... « Moment de larmes »...!

Je rentrais chez moi le cœur très lourd, les yeux gonflés, la tête qui voulait exploser, bombardée d'images terrifiantes ! S'ajoutait à cela la peur de ramener le virus chez moi, de contaminer ma fille, mon époux ! Il fallait être très, très vigilant ! J'enlevais mes chaussures et ma veste à l'extérieur, puis direction la douche ! Je devenais presque paranoïaque !

Malgré tout, il fallait y retourner le lendemain pour donner le meilleur de soi-même et

« sauver » le maximum de personnes !

Pour les gens qui disent, « cela va nous tuer » ou « ils nous mettent une puce » ou encore « c'est un complot » ...Non !!!
La maladie est là et le vaccin nous aide à la combattre, à nous protéger !!!

Sincèrement, j'invite vraiment les gens à s'informer via de bonnes sources. En effet, avec la facilité d'accès aux réseaux sociaux et aux médias, beaucoup de faux témoignages, de fausses informations circulent et parfois venant de personnes qui se disent même du corps médical. Malheureusement, tout cela vient brouiller les campagnes de vaccination au point où effectivement le doute persiste encore chez une grande partie de la population !

Pourtant, je le vois au quotidien, le vaccin contre le Covid19 sauve pas mal de gens, surtout, les plus fragiles qui ont des soucis de tension, de cœur, de diabète...Et chez nous, ces maladies sont bien connues !

Maintenant, les adultes et les enfants sont aussi concernés. Nous voyons en ce moment défiler des jeunes non vaccinés aux soins intensifs. Des personnes qui n'avaient aucun problème de santé ! Quand nous essayons de comprendre, nous remarquons que la cause vient d'un manque de respect des gestes barrières. Le virus est contracté le plus souvent dans des fêtes de famille ; mariage, baptême, moment « pause-café », « restaurant ».

Le virus circule très vite et agit différemment d'un organisme à l'autre ! Certaines personnes en meurent, d'autres développent des symptômes plus ou moins graves, mais

Permanence psychosociale

certaines personnes ont le Covid19 sans même le savoir, car ils ne présentent aucun symptôme !

J'ai moi-même contracté le Covid19. J'étais alitée pendant deux bonnes semaines. J'en ai souffert au point d'isoler ma fille chez ma mère afin qu'elle ne puisse pas contracter la maladie ! Je ne souhaite à personne de vivre cela !

Du côté travail, et ce, jusqu'à aujourd'hui, tout le corps médical, des secrétaires et des agents de nettoyages en passant par les médecins, les chirurgiens, les infirmiers...Tous, sommes fatigués et submergés. Beaucoup sont en burn out, en quarantaine, ce qui a engendré un manque accru de personnel soignant !!! La situation redevient critique dans les services d'urgence intensifs.

C'est une réalité, on ne va pas se voiler la face, malgré tous les rappels, il est difficile de respecter la distanciation. Il est impossible de ne pas se voir, de ne pas voir notre famille, nos frères, nos sœurs, nos amis qui nous ont tant manqués...et ce en respectant les gestes barrières !

Alors, aujourd'hui, plus que jamais, ne prenez aucun risque, pensez à vous faire vacciner.

Il n'y a pas de quoi avoir peur ! Je suis vaccinée, mes parents, ma famille, la plupart de mes amis et de mes collègues également ! Aucun d'entre eux n'ont présenté jusqu'ici d'effet secondaire grave et pour la majorité pas d'effet du tout suite au vaccin !

Même si cela devient long et pénible, essayez de garder vos distances, de ne pas oublier votre masque et de bien vous laver les mains ! "

Je vous souhaite à tous une très bonne santé et de la patience en ce début d'année 2022 ! »

Au nom de toute l'équipe d'Inser'action et du groupe d'alpha, nous vous remercions, Chère Najoua, pour votre visite très utile !

Farida
Secrétaire



Permanence psychosociale



Sensibilisation à la vaccination Covid-19.

Quelques photos de nos activités.



Quelle concentration et quelle patience au soutien scolaire...



Voici le calendrier du mois de février 2022.

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.



Février 2022

Les juniors dans les transports, toujours avec le sourire !

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	01 Alphabétisation 10H / 13H EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H Piscine : 16H30 / 18H30	02 JUNIORS 13H30 / 18H CASTORS 13H30 / 18H REMEDIATION 14H / 18H	03 EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H Jeux de société 17H / 19H Informatique 16H45 / 18H15 Piscine : 16H30 / 18H45	04 Alphabétisation 10H / 13H EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H Théâtre : 18H / 20H	05 CASTORS 13H30 / 18H GRANDS 13H30 / 18H
07 Alphabétisation 10H / 13H EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H	08 Alphabétisation 10H / 13H EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H Piscine : 16H30 / 18H30	09 JUNIORS 13H30 / 18H CASTORS 13H30 / 18H REMEDIATION 14H / 18H	10 EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H Jeux de société 17H / 19H Informatique 16H45 / 18H15 Piscine : 16H30 / 18H45	11 Alphabétisation 10H / 13H EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H Théâtre : 18H / 20H	12 CASTORS 13H30 / 18H GRANDS 13H30 / 18H
14 Alphabétisation 10H / 13H EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H	15 Alphabétisation 10H / 13H EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H Piscine : 16H30 / 18H30	16 JUNIORS 13H30 / 18H CASTORS 13H30 / 18H REMEDIATION 14H / 18H	17 EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H Jeux de société 17H / 19H Informatique 16H45 / 18H15 Piscine : 16H30 / 18H45	18 Alphabétisation 10H / 13H EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H Théâtre : 18H / 20H	19 CASTORS 13H30 / 18H GRANDS 13H30 / 18H
21 Alphabétisation 10H / 13H EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H	22 Alphabétisation 10H / 13H EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H Piscine : 16H30 / 18H30	23 JUNIORS 13H30 / 18H CASTORS 13H30 / 18H REMEDIATION 14H / 18H	24 EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H Jeux de société 17H / 19H Informatique 17H30 / 19H00 Piscine : 16H30 / 18H45	25 Alphabétisation 10H / 13H EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H Théâtre : 18H / 20H	26 CASTORS 13H30 / 18H GRANDS 13H30 / 18H
28 Alphabétisation 10H / 13H EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H					

Côté activités éducatives



La semaine des grands avec du sport en grand

Bonjour à tous et à toutes,

Durant la semaine de Noël, nous avons fait énormément de sport et notre corps l'a bien senti. Nous avons commencé par un sport sur la glace, donc à la patinoire.

Le patin à glace est un sport où nous utilisons principalement nos jambes et surtout notre équilibre. Il y a eu bien évidemment beaucoup de chutes et de fatigue. Il est presque impossible de rester sur la glace durant toute une journée d'activité vu le mal que ça fait aux pieds. Même si certains sont restés presque toute la journée sur la glace.

Venons maintenant au vif du sujet qui s'est déroulé le mardi et le mercredi au centre sportif de l'Adeps. Nous avons passé deux journées avec 7 sports au total et donc une moyenne de 8 heures de sport non-stop en deux jours. Les jeunes et nous-

mêmes étions au bout du rouleau mais la motivation et le plaisir sont restés présents.

Nous avons eu la chance d'avoir un moniteur qui nous a laissé le choix au niveau des sports. Nous sommes donc partis sur du basket, du handball, du kinball, du foot, du hockey, du ping-pong et du badminton.

C'était vraiment deux jours exceptionnels où tout le monde s'est donné à fond et nous avons senti cette envie de se défouler et de tout donner sur le terrain.

Voici quelques témoignages des jeunes ayant participé à ces journées :

Sohaib Tahiri : la semaine s'est super bien passée pour moi et j'ai bien aimé les deux jours de sport qu'on a passés à l'Adeps. Surtout qu'on pouvait choisir les sports qu'on allait pratiquer et j'ai aussi apprécié la visite de Louvain, néanmoins je trouvais que la patinoire a duré un peu trop longtemps dû au fait que je n'aime pas énormément. J'ai bien aimé

Côté activités éducatives

l'ambiance entre les jeunes et les éducateurs.
En conclusion, la semaine était inoubliable.

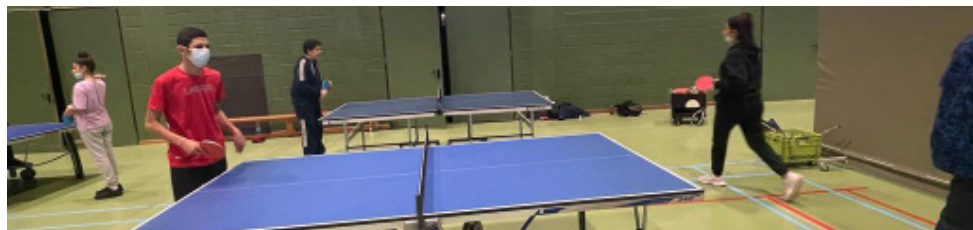
Et voici un retour global des grands sur la journée qui a été repris par leur chère déléguée Rania Boutaybi : - Je pense que malgré la fatigue des grands, tout le monde a bien joué et tout le monde est resté plus ou moins fair-play (en tout cas sans que ça crée des tensions).

Surtout les garçons qui se sont donnés à fond et certains qui ont même laissé la place aux filles pour participer, ça vraiment j'applaudis ! Les filles aussi ont bien participé sauf au début, la motivation n'était pas trop présente mais ça s'est arrangé par la suite.

Même si tout le monde n'était pas d'accord sur les sports que l'on devait faire, ce qui est logique, globalement ils ont eu l'air de bien s'être dépensés et moi avec.

Merci encore aux grands pour cette magnifique semaine et on se retrouve bientôt.

Fehmi
Educateur spécialisé



Côté activités éducatives



La patinoire, tout un art !

Bonjour tout le monde,

Voici un petit partage d'un super moment avec le groupe des castors (7 à 12 ans) et le groupe des grands (12 à 16 ans) de ces vacances d'hiver 2021.

Nous sommes parti le lundi 27 décembre à la patinoire de Woluwe Saint Lambert. Ce fut déjà toute une histoire pour enfiler nos patins à glace et trouver la bonne taille mais alors une fois sur la glace... que de rires ! C'est une activité que nous n'avons pas l'occasion de réaliser régulièrement et qui nous remplit à chaque fois de bonheur, autant enfant qu'éducateur !

C'est une sorte de magie qui nous submerge, être sur des patins et glisser de cette manière est très agréable.

Pour ceux qui étaient en apprentissage, ce fut assez stressant au début mais au final très drôle. On se rend vite compte qu'en respectant quelques règles de sécurité comme de mettre des gants ou de plier ses doigts directement si l'on tombe, ce n'est pas si catastrophique que ça

de se retrouver au sol. Il faut bien sûr veiller au bien être de chacun dans la patinoire et cela permet de pouvoir tenter des expériences. Pour ceux qui avaient déjà des facilités, nous les avons vu partir comme des flèches et nous avons pu faire des sortes de petites courses avec eux.

Pour les éducateurs aussi se fut toute une histoire, entre Louiza qui tenait à peine sur ses patins, Fehmi qui se débrouille assez bien et Martin et moi qui avons un peu plus de facilité, nous avons bien ri.

Nous avons aussi loué une sorte de petite voiture qui allait sur la glace pour amuser les enfants. Les plus petits ont adoré pouvoir se laisser glisser sans aucun risque et les plus grands ont adoré aussi et ont pu prendre une certaine vitesse grâce à l'appui.

Cette journée fut bonne et nous sommes repartis avec des souvenirs plein la tête comme à chaque fois.

Ce type d'activité est aussi super pour pouvoir échanger avec l'autre, le fait d'avoir du temps, d'aller au rythme que l'on veut, de pouvoir faire des petites pauses, ... Tout ceci crée un climat de discussion et donc de socialisation, ce qui est un point essentiel sur lequel nous essayons de travailler le plus régulièrement possible!

Roxan
Educatrice



Côté activités éducatives



Interview croisée : Les frères Khadir.

Voici l'interview de deux de nos jeunes, Omar et Rayan Khadir. Ces deux frères qui sont présents dans la plupart de nos activités, m'ont fait le plaisir de répondre à quelques questions pour qu'on puisse un peu mieux les connaître.



Bonjour à vous deux, présentez-vous, pour ceux qui ne vous connaissent pas.

Omar : Bonjour, je m'appelle Omar Khadir, j'ai 11 ans et j'habite à Saint-Josse, juste à côté d'Inser'Action.

Rayan : Bonjour, moi c'est Rayan Khadir, j'ai aussi 11 ans car on est jumeaux. Comme Omar l'a dit, on habite dans la même rue qu'Inser'Action.

Vous êtes à Inser'Action depuis longtemps, vous êtes arrivés à quel âge ?

Omar et Rayan : ça fait très longtemps qu'on est à Inser'Action. On a commencé dans le groupe des juniors quand on avait 4 ans.

Vous êtes des jumeaux, il est difficile

Côté activités éducatives

pour certains de vous différencier, aidez-nous en donnant quelques conseils ?

Vos différentes caractéristiques.

Omar et Rayan : Un de nos meilleurs amis, Ziad, dit toujours que c'est trop facile de faire la différence entre nous deux, même si on est jumeaux. Il suffit de regarder nos têtes.

Omar : La mienne est plus longue !

Rayan : Oui c'est vrai, et la mienne est un peu plus courte. Un de nous deux est plus grand, vous ferez attention quand vous nous verrez...

Vous êtes dans beaucoup de nos activités, pouvez-vous nous dire lesquelles ?

Omar et Rayan : Oui, nous sommes dans toutes les activités, on est des jeunes motivés. Le mardi, nous avons piscine avec monsieur Fehmi, le mercredi nous avons des activités bibliothèque avec madame Tiffany, mais ce n'est pas toutes les semaines. Enfin, le vendredi on a l'atelier théâtre avec monsieur Kamel et monsieur Nicolas, et ce n'est pas fini... Car le samedi on va aussi aux activités avec madame Yousra et monsieur Kamel. On voit tous les éducateurs comme ça !



Vous avez des préférences ?

Omar et Rayan : Même si c'est tout nouveau, on aime beaucoup le théâtre. On a aussi beaucoup de chance d'avoir des cours de piscine, car on aime bien et c'est juste en face de la maison. Les activités du samedi sont chouettes, mais pas toutes les semaines...

En dehors d'Inser'Action, quelles sont vos passions, vos hobbies ?

Omar : Je suis un jeune de 11 ans, j'adore jouer aux jeux vidéo, surtout Fifa et Fortnite. Mais j'aime aussi faire du foot, avec mon frère on joue en club.

Rayan : C'est vrai, on joue dans un club de foot à Schaerbeek, et on aime trop ça, même si notre équipe manque un peu de niveau, mais ce n'est pas grave. Sinon, j'aime aussi les jeux vidéo.



Côté activités éducatives

Vous êtes également à l'école des devoirs, que pensez-vous de l'école des devoirs ?

Omar : C'est très bien car il y'a beaucoup de personnes qui peuvent nous aider à faire nos devoirs. Mais il y a juste quelque chose que je n'aime pas, c'est qu'il n'y a pas beaucoup d'élèves. *

Rayan : C'est vrai, j'aime beaucoup les personnes qui viennent nous aider mais malheureusement il n'y a pas assez d'élèves à notre goût.

Vous avez intégré l'atelier théâtre cette année, c'est tout nouveau pour vous, qu'est-ce que vous en pensez ?

Omar : J'aime vraiment beaucoup, c'est tout nouveau mais j'ai l'impression que c'est déjà une passion pour moi. J'aime tellement aller au théâtre que j'aimerais plus

de séances, le vendredi ce n'est pas assez. On pourrait aller aussi dimanche non ... ?

Rayan : J'aime beaucoup le théâtre, on s'amuse chaque vendredi et en plus on est avec nos copains.

Un dernier mot à nous partager ?

Omar et Rayan : Non, on a répondu à beaucoup de questions monsieur.... Mais on espère encore s'amuser dans toutes les activités !

Kamel
Educateur



* période covid + engagements des jeunes non-respectés



Côté activités éducatives

Qu'est-ce qu'est la procrastination ?

:

Un problème qui touche tout le monde !

Bien le bonjour à tous les lecteurs et lectrices,

Aujourd'hui nous allons aborder le sujet de la procrastination qui pour moi est un élément-clé à résoudre dans notre vie. La procrastination est le fait de remettre au lendemain ou à encore plus tard ce que nous devons faire. Cela concerne surtout les tâches pénibles de la vie quotidienne.

C'est un problème que nous rencontrons de plus en plus chez les jeunes mais également chez les adultes. Le fait de reporter nos tâches et nos devoirs au lendemain est un frein pour notre vie.

Partons de l'exemple des étudiants, nous avons une période de x temps pour étudier un examen ou réaliser un travail. Le fait de se dire que nous disposons devant nous d'une semaine, cela nous met à l'aise au niveau du temps, c'est le premier pas vers la procrastination.

Par la suite, nous continuons à reporter ça et arrive la veille de l'examen où nous nous retrouvons dans un stress total et nous regrettons de ne pas avoir étudié plus tôt.

Il y a plusieurs causes dans le fait de reporter nos tâches pénibles à plus tard. Le fait de ne pas avoir une estime de soi suffisante ou encore des difficultés de concentration. Le fait de penser à des choses plus positives comme jouer, avoir du temps libre ou encore faire des choses qui nous plaisent.

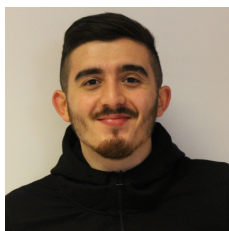
Il y a donc des conséquences à la procrastination comme l'augmentation du stress, le sentiment de culpabilité et surtout une perte de productivité. Tout cela nous descend au niveau de notre estime de soi.

Pour remédier à cela, vous pouvez faire des choses simples dans votre vie comme par exemple avoir une organisation dans votre journée ou votre semaine, donc faire un planning des tâches. Ne pas laisser les tâches pénibles pour la fin de votre semaine ou de votre journée et surtout commencer par celles-là afin de ne pas être démotivé pour le reste des tâches.

Il faut également se faire plaisir et ne pas être toujours dans la démotivation. Comme par exemple, se donner une pause durant ses études et faire une petite activité afin de permettre à notre cerveau de penser à autre chose : regarder un film, manger quelque chose, sortir prendre de l'air.

Tout ça pour vous dire qu'il ne faut pas reporter les choses d'aujourd'hui à demain, car qui sait ce qui va se passer le lendemain. Je vous remercie pour votre lecture et vous dit à la prochaine.

Fehmi
Educateur spécialisé



Côté activités éducatives

Les droits de l'enfant

Bonjour à toutes et à tous,

J'espère que vous allez bien en ce mois de février 2022, déjà le deuxième mois de l'année ! Le temps file à toute vitesse je trouve, et vous ?

Dans cet article je souhaite vous parler d'une activité organisée par les droits de l'enfant. J'ai accompagné deux groupes, celui des castors samedi (10 à 12 ans) et celui des grands (12 à 16 ans).

Nous nous sommes rendus plus précisément dans les bureaux du délégué général des droits de l'enfant.

Nous avons pu apprendre beaucoup de choses sur ce qui se passe dans l'institution, qui s'occupe de quoi, à quoi ça sert et les informations concrètes sur les droits.

Petite question... Est-ce que cette institution est uniquement présente pour les enfants en souffrance ?

Et bien non ! Chaque enfant qui présente un problème un jour ou l'autre dans sa vie peut téléphoner et avoir un soutien de leur part, chaque situation est prise en charge par l'un des travailleurs, chacun ayant une spécification (jeunes placés, jeunes en IPPJ, jeunes migrants, jeunes ayant des problèmes relatifs à sa scolarité, jeunes ayant un handicap, jeunes ayant une déficience mentale, ...).

Vous pouvez vous rendre sur leur site <http://www.dgde.cfwb.be/> pour plus d'informations !

Mais revenons-en aux droits

des enfants eux-mêmes.

Pour commencer, la définition de l'enfant d'après le délégué général des droits de l'enfant :

Si tu as moins de 18 ans, tu es un enfant et la convention te concerne (sauf si ton pays t'accorde la majorité plus tôt).

Dans la convention internationale des droits de l'enfant, nous retrouvons une série d'articles expliquant les droits des enfants.

En voici quelques-uns :

Article 2 : Tu as droit à la non-discrimination

Tous les enfants du monde ont les mêmes droits, même s'ils sont de race, de couleur, de religions différentes. Ton pays doit tout faire pour que tous les enfants soient traités de la même manière.

Article 6 : Tu as droit à la vie et au développement

Tu as droit à la vie. Ton pays doit te donner les moyens de survivre et d'assurer ton développement.

Article 7 : Tu as droit à un nom et une nationalité

Tu as le droit d'avoir un nom et une nationalité. Tu as le droit de connaître tes parents et d'être élevé par eux. Même si tu es apatride, tu as le droit d'acquérir une nationalité.

Article 9 : Tu as le droit de vivre avec tes parents

Côté activités éducatives

Tu ne peux pas être séparé de tes parents, sauf dans ton intérêt (si tu es maltraité, si tu es négligé, si tes parents sont séparés).

Tu as le droit de donner ton avis et de participer à toute décision concernant une éventuelle séparation de tes parents. Ils ont aussi le droit de donner leur avis et de participer à une telle décision.

Si tu es séparé de tes deux parents ou de l'un d'eux, tu as le droit de rester en contact avec eux.

Article 13 : Tu as droit à la liberté d'expression

Tu as le droit d'exprimer tes idées ; cela signifie que tu peux rechercher, recevoir et donner des informations ou exprimer des idées. Il y a cependant des limites à ta liberté d'expression :

- tu dois respecter les droits et la réputation des autres;
- tu ne peux pas mettre la société en danger.

Article 16 : Tu as le droit à la protection de ta vie privée

Personne ne peut se mêler de ta façon de vivre ni de celle de ta famille. Ta maison

et ta correspondance sont également protégées. Personne ne peut entrer dans ta maison sans raison ni lire ton courrier.

Article 31 : Tu as droit aux loisirs

Tu as le droit de te reposer et d'avoir des loisirs, de jouer, de participer à des activités récréatives, culturelles et artistiques.

Il faut savoir qu'il y en a encore beaucoup d'autres, cela vaut la peine de se renseigner en tant qu'enfant à ce dont on a droit.

Je vous remercie de m'avoir lue,

A très bientôt !

Roxan
Educatrice



Côté activités éducatives



Mon quartier, mon identité



Salut la compagnie !

J'espère que vous avez passé de joyeuses fêtes de fin d'année. Comme vous le savez probablement tou(te)s je suis un pur produit tennedois : je suis né à Saint-Josse, j'ai grandi à Saint-Josse, je travaille à Saint-Josse, bref autant dire que notre commune occupe une place de choix dans mon cœur.

Mon quartier, mon identité.

Incontestablement, mon quartier a eu un impact sur moi, sur mon identité et sur la personne que je suis devenue à l'heure actuelle.

J'aurai pu choisir la médecine générale, la

Côté activités éducatives

mécanique ou les arts forains et de la rue ... mais il n'en est rien ! C'est vers le travail social que je me suis orienté et c'est l'une de mes plus belles réussites. Et quelle profession que le métier d'éducateur !... Etre au service des autres. Poser des actions, les penser, les réfléchir, de sorte à favoriser le développement optimal de toutes les ressources et de tous les potentiels des personnes que j'accompagne dans le cadre de mon travail. Reconnaître chaque bénéficiaire comme un sujet à part entière et mettre en œuvre des moyens afin que l'identité et la parole de chacun.e soit rétablie.

J'ai habité moi-même par le passé et particulièrement durant la période de mon adolescence au sein d'un logement social précaire dans le quartier tennedois. J'ai longtemps ressenti un sentiment de rejet, d'abandon par la société. Comme si le simple fait que je vivais au sein d'un tel logement dans un tel quartier, ne pouvait rimer qu'avec chômage, travail précaire, ou, comme on nous appelait, « les assistés de la vie ». J'ai longtemps eu ce sentiment, plus jeune, d'être à tort « un condamné » de la société...

Fort heureusement pour moi, j'ai croisé les personnes qu'il fallait au moment qu'il le fallait, qui m'ont conseillé, qui ont cru en moi et qui ont fait jaillir en moi cette lumière qui me manquait, en provoquant un déclic, ce déclic : « **NON JE NE SUIS PAS CONDAMNÉ À L'ÉCHEC !** »

J'ai eu cette chance de fréquenter Inser'Action durant ma jeunesse (en tant qu'étudiant). Là, on m'a offert une opportunité de reprendre mon souffle par moment, on m'a approché avec bienveillance, on m'a permis de renouer avec moi-même et on m'a même aidé à mobiliser mes

ressources et mes potentialités. Que ce soit lors d'une activité programmée, par le biais d'une

discussion improvisée sur le pas de la porte, lors d'un match de football au parc Botanique....

A travers cet article je m'adresse particulièrement aux jeunes qui perdent par moment espoir en l'avenir, qui pensent - à tort - que leur chemin est déjà tracé d'avance, qui se replient sur eux-mêmes et qui ne croient plus en rien (ni en eux ni en les adultes qui les entourent) ni en la société dans laquelle ils s'inscrivent et qui pensent qu'ils ne sont bons qu'à dealer, à consommer de la drogue ou condamnés purement et simplement à devenir des chômeurs : Vous avez tort ! Vous n'êtes pas condamnés à l'échec comme moi je ne l'étais pas.

Quelquefois, il suffit d'une action ou d'un acte pour tout faire basculer dans une autre direction. Prenez votre courage à deux mains et franchissez les bonnes portes, n'ayez pas honte de demander conseil :

- TOC, TOC, TOC.

- Notre équipe est là pour vous, je suis là pour vous comme on l'a été pour moi à certaines étapes clés de ma vie !

On vous donnera les outils, les moyens, on fera notre possible pour vous (re) donner l'envie : l'envie d'apprendre d'où vous venez, l'envie de sortir des conditions de vie (difficiles) dans lesquelles vous vous trouvez, l'envie de vous outiller, de comprendre, d'exister, de vous émanciper...

Côté activités éducatives

On mettra tout en œuvre afin que vous appreniez à vous connaître, à parler, à accepter vos peines, à reconnaître vos peurs, à extérioriser votre colère et vos frustrations autrement, à vous accepter avec vos différences, à vous aimer tel que vous êtes et à aimer les autres et à vous ouvrir à eux. Dans la bienveillance et le respect de votre personne, bien évidemment, toujours. En vous offrant un cadre et une structure où la place de chacun est respectée.

Vous pouvez sortir des sentiers battus, cheminer vers d'autres horizons, être et exister à votre façon. Vous aussi vous avez

le droit de trouver un certain équilibre, et vous pouvez le faire... Croyez en vous et en vos capacités ! Moi je crois en vous !

Ali Abba

Coordinateur des activités éducatives et administratives



Les photos ont été prise hors période covid.

Côté activités éducatives

Interview Erdem Nebi.



Vous l'avez peut-être croisé à la piscine ou en activité, il est temps d'en savoir un peu plus sur un de nos bénévoles, Erdem Nebi. Il a gentiment accepté de répondre à quelques questions pour le journal d'Inser'Action.

Tout d'abord, bonjour à toi Erdem, pourrais-tu te présenter en quelques mots ?

Bonjour, je m'appelle Erdem, je viens tout juste d'avoir 18 ans. Je suis étudiant en 1ère année à la Haute école Francisco Ferrer en éducation physique. Le sport occupe une grande partie de ma vie. En dehors de l'école, je pratique du mini-foot et aussi du foot.

Pourrais-tu nous dire comment tu as connu notre ASBL ?

Tout a commencé l'année passée ? En effet, j'ai dû réaliser un stage dans le cadre de mon TFE et suite à mes recherches j'ai eu la

chance de trouver une place à Inser'Action. J'ai donc réalisé mon stage dans votre ASBL et j'en garde un très bon souvenir.

Tu es ici en tant que bénévole, nous aimerions en savoir un peu plus sur tes missions.

Si ma mémoire est bonne, j'aide l'institution depuis février 2021, c'est à cette date que mon stage s'est terminé. J'ai pu directement me rendre utile en tentant de donner le maximum. J'ai eu la chance d'avoir eu un pied dans l'institution en tant que stagiaire, ça aide toujours. Au niveau de mes missions, j'apporte mon aide dans les différents groupes en aidant les jeunes au maximum. Que ce soit à la piscine ou en activité.

Si je ne dis pas de bêtise, tu as réalisé ta première semaine d'activité lors des vacances de Noël, qu'en as-tu pensé ?

J'ai vraiment aimé cette semaine de travail. En guise d'expérience personnelle, ça m'a beaucoup apporté. En effet, il y avait toutes sortes d'activités tout au long de la semaine, il fallait donc s'adapter jour après jour. C'était très motivant car la semaine était axée sur le sport, que ce soit à l'ADEPS ou via des jeux en extérieur. Je tiens également à dire que les jeunes étaient au top, ils étaient tous très motivés malgré les conditions parfois difficiles. Ce genre de dynamique permet aussi aux professionnels d'être motivés.

Pour conclure, tu as l'air d'aimer le côté éducatif, d'où vient cette passion ?

Cette passion vient de mon entourage et de mes expériences personnelles. J'aimerais que tous les enfants aient la chance d'avoir

Côté activités éducatives

une aide, un soutien et un accompagnement, si besoin. C'est vraiment vital pour moi. Que ce soit via des activités ou même l'école des devoirs qui est très importante à mes yeux. C'est pourquoi je suis très heureux et motivé à pouvoir apporter mon aide à cette ASBL.

Kamel
Educateur



Quelques photos de nos activités.



Activité extra à koezio !



Quelques photos de nos activités.



De bons souvenirs gravés dans la tête.





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 SaintJosse.

Atelier

10, rue Saint-François
1210 SaintJosse.

Téléphone : 02/218.58.41

Email: info@inseraction.be

Site: www.inseraction.be

Facebook : [@InseractionAmo](https://www.facebook.com/InseractionAmo)

