



Ginan et Mohamed, un duo de choc et de charme.

Deux de nos jeunes à l'honneur...
Apprenez en plus sur eux !

Kazim, 21ans, horticulteur.

Venez découvrir la passion de ce
jeune homme.



La magie de Noël...

Roxan raconte une activité
réalisée avec le groupe des
castors mercredi.



Le musée Belvue.

Le musée, oui mais encore?
Qui est Mimi et Momo?

Édito

Chers parents, chers enfants, chers amis et amies d'Inser'action,

Permettez-moi tout d'abord de vous présenter mes meilleurs vœux pour 2021.

J'espère que bientôt, cette pandémie sera derrière nous et que nous pourrons enfin reprendre normalement le cours de nos activités.

Comme vous avez dû l'apprendre dans son dernier édit du mois de décembre 2020, Steve qui était responsable pédagogique à Inser'action vous a annoncé son départ. Je pense que nous pouvons le remercier pour le travail qu'il a accompli.

Suite à son départ, voici comment nous nous sommes réorganisés :

Ali Abba devient coordinateur des activités éducatives et de l'administration des activités éducatives.

C'est donc à lui que vous devez vous adresser dorénavant lorsque vous souhaitez vous adresser au responsable des activités éducatives.

Félix Giele devient coordinateur de la permanence psychosociale, de l'administration générale et de la comptabilité.

C'est donc à lui que vous devez vous adresser dorénavant lorsque vous souhaitez vous adresser au responsable de la permanence psychosociale de l'administration

LOGIN: membre

MOT DE PASSE :
voeux

générale ou de la comptabilité.

Je reste quant à moi directeur.

Revenons maintenant à 2021, comme vous le savez, en raison de l'épidémie et des mesures prises par le gouvernement fédéral traduites dans des protocoles élaborés par l'ONE, nous ne pouvons plus accueillir les enfants à partir de 13 ans s'ils ne sont plus dans l'enseignement primaire.

A l'école des devoirs, deux suivis individuels pour les jeunes de 12 à 18 ans sont autorisés simultanément dans une même pièce moyennant le respect de la distanciation physique, le port adéquat du masque, l'aération de la pièce à chaque changement de jeune et l'entretien régulier du local.

Tout cela n'est pas simple et nous a obligés à recentrer nos activités sur les moins de 12 ans.

Pour le bilan, je ne reviendrai que sur les 2 semaines de ces vacances de Noël lors desquelles nous avons pu accueillir de 30 à 50 enfants entre 4 et 12 ans pour 8 jours d'activités, le dernier jour s'étant terminé par un grand jeu de nuit en forêt de Soignes.

Bonne lecture de votre journal favori

Freddy
Directeur

Sommaire

Page 2	Edito
Page 4 à 8	Permanence psychosociale
Page 4	A la permanence, ça avance !
Page 5-7	Kazim, 21ans, horticulteur
Page 7 à 14	Quelques photos de nos activités
Page 15 à 17	Horaire des activités éducatives
Page 18 à 31	Côté activités éducatives
Page 18	Le journal télévisé d'Inser'Action
Page 19	Un peu d'effort, un peu de sport en ces temps frisquet
Page 20-21	Ginan et Mohamed, un duo de choc et de charme
Page 22	La magie de Noël
Page 23	Le musée Belvue
Page 24-25	Les bienfaits du sport pour votre vie
Page 26-27	En avant la musique
Page 28-29	L'écriture sous toutes ses formes.
Page 30-31	Quelques photos

Permanence psychosociale

A la permanence, ça avance !

Comme vous avez pu le lire au début du journal, le service se réorganise. La permanence psychosociale ne faisant pas exception à la règle, je vais tenter dans cet article de vous donner un aperçu de ce qui change.

En effet, depuis le début de l'année 2021, Sulamite (notre comptable) et moi-même avons pris nos quartiers dans l'arrière du bâtiment situé au numéro 48. Je suis devenu le coordinateur de la permanence psychosociale, de l'administration et de la comptabilité. Je m'occupe maintenant de l'organisation et de l'orientation de nos actions individuelles et de notre travail social.

Je vais profiter de ce moment pour vous faire un bref rappel des personnes à qui s'adresse la permanence:

Notre service accompagne, sur demande, tous les jeunes de 0 à 22 ans ainsi que leur parents et familiaux. Nous sommes là pour vous accompagner dans l'ensemble de vos questionnements et à vous aider dans la réalisation de vos démarches. Par exemple, certains d'entre vous passent notre porte pour des demandes plus administratives (bourse d'étude, inscription dans une école, etc) et d'autres pour des accompagnements plutôt d'ordre relationnel (difficultés familiales diverses, etc).

Avec la pandémie de coronavirus, nous vous

recevons toujours mais uniquement sur rendez-vous. Les mesures d'hygiène sont bien entendu respectées scrupuleusement (port du masque, gel, vitre, etc). Avant de vous rendre sur place, il vous est donc demandé de prendre contact avec nous (par téléphone au 02/218.58.41 ou par e-mail à l'adresse info@inseraction.be) pour que nous puissions vous fixer un rendez-vous.

Enfin, beaucoup de personnes font appel à nous pour les accompagner dans des démarches qui n'ont pas de liens avec la jeunesse. Je profite donc de cet article pour vous rappeler que nous ne pouvons traiter ces demandes. Non pas parce que nous ne voulons pas, mais bien parce que nous ne sommes pas des experts de ce type d'accompagnement. D'autres services, du quartier et de la commune, sont spécialisés dans ces accompagnements. Nous nous ferons toujours un plaisir de vous réorienter vers ces services si nous sentons que votre demande sort de notre champ d'action.

J'espère vous avoir permis d'en savoir un peu plus sur la permanence psychosociale du service.

N'hésitez pas à consulter notre site internet www.Inseraction.be et notre page Facebook Inseraction amo.

Félix
Coordinateur permanence psychosociale
administration et comptabilité

Permanence psychosociale

Kazim, 21 ans, horticulteur

Depuis quelque temps, nous effectuons en binôme du travail social de rue. Lors de nos rondes dans le quartier nous allons à la rencontre des habitants ou parfois ce sont les habitants qui viennent à nous. Ce travail de rencontre hors les murs trouve tout son sens et plus particulièrement pendant cette crise sanitaire. En effet, cela nous rend visible dans le quartier, cela permet de réexpliquer notre travail car même si souvent nous sommes connus dans le quartier, c'est plus notre pôle activités socioéducatives qui est connu et les jeunes ne savent pas forcément qu'on peut les aider/ accompagner au niveau de la permanence psychosociale jusqu'à leur 22 ans.

C'est dans ce cadre-là que j'ai eu le plaisir de faire la rencontre de Kazim qui vit dans le quartier depuis un certain temps mais que je ne connaissais pas du tout. En effet, Ali le connaissait car c'est un ancien de notre groupe d'activités Castors.

En discutant simplement, nous avons appris qu'il était diplômé et était en recherche d'emploi. Nous lui avons fixé un rendez-vous afin de voir plus en profondeur comment nous pourrions l'aider : dans un premier temps nous avons revu son CV, nous avons réfléchi à des endroits où il serait bien de postuler, à ce qu'il pourrait faire pour acquérir de l'expérience et des compétences en plus qui lui seraient utiles dans sa recherche d'emploi : formation

en langue, obtention du permis c , gestion,...

Le relais était fait : je revois Kazim pour lui transmettre des informations concrètes sur les recherches effectuées et pour qu'il m'en dise un peu plus sur lui et sur son parcours d'horticulteur car c'est une orientation moins connue.

« Je m'appelle Kazim, j'ai 21 ans et je vis à Saint-Josse depuis toujours. Plus jeune, j'étais d'abord perdu quant à mon avenir professionnel. Lorsque j'étais en 5ème primaire, je suis passé directement en 1ère différencié, mais avec le recul, c'est un acte que je déconseille. Je suis passé d'une classe où les élèves étaient calmes, c'était cadré et je suis tombé dans une classe où c'était plus agité, il y avait des bagarres, etc., après c'est peut-être l'école qui était comme ça mais en tout cas, je ne me sentais pas trop à ma place.

Après je me suis cherché, j'avais envie de devenir mécanicien automobile, j'ai fait de la mécanique polyvalente, de la soudure mais cela ne me convenait pas trop. Puis, j'ai eu un accident de travail, ce qui a fait chuter mes points au niveau des travaux pratiques et quand tu n'as pas tes points pour la pratique, tu ne peux pas réussir ton année.

Je me suis rendu à l'Institut Frans Fischer dans l'idée de m'inscrire en travaux de bureau, et là en discutant, le directeur m'a présenté la section horticulture et l'idée m'a plu comme j'étais un peu perdu et que j'aime la nature.

Permanence psychosociale

Du coup j'ai fait cette option de la 3ème à la 7ème professionnelle. »

Comment présenterais-tu cette option à quelqu'un qui pourrait être intéressé ?

« L'horticulture, en fait c'est du jardinage : on faisait de la plantation de légumes, de fleurs, il faut aimer la nature moi j'y ai trouvé mon bonheur.

C'est physique aussi mais agréable car la nature est vivante et c'est toi qui prends soin de sa vie.

Il ne faut pas avoir peur du mauvais temps : tu travailles dans la pluie dans froid, il ne faut pas avoir peur de se salir mais en soi tu es bien équipé. A l'école on travaillait en serres aussi et oui, il y a des serres à Schaerbeek ! Tu dois utiliser des machines aussi, pour retourner la terre par exemple. »

Vous étiez combien en classe ?

« Nous étions maximum 5- 6 en classe et en 6ème et 7ème seulement 4. »

Est-ce qu'il y avait des filles ?

« 1 seule mais elle n'est pas restée longtemps. »

C'est quand même un privilège d'apprendre dans ces conditions.

« Oui c'est un privilège, c'était une ambiance calme. »

Et à part la nature, qu'est-ce que tu aimes dans la vie ?

« La musculation, le fitness mais pour l'instant à cause du Corona c'est plus compliqué, j'en fais un peu à la maison mais c'est plus difficile de trouver la motivation. Je marche beaucoup, j'aime jouer au basket, aux jeux équipe en général car je suis sociable et j'aime la cohésion d'équipe. D'un autre côté aussi j'aime la solitude, c'est important de prendre le temps de réfléchir sur soi-même.

Quand j'étais jeune j'étais chez les Scouts, je suis un ancien aux activités d'Inser'ation, en fait depuis tout petit j'aime être dans la nature, faire des activités en extérieur, j'y suis vraiment dans mon élément. »

Et du coup en vivant ici à Saint-Josse, tu n'es pas en manque de nature, tu ne voudrais pas te retrouver plus en campagne ?

« Ben paradoxalement non, je suis bien ici, tout est facilement à disposition du coup cela vient compenser le manque de nature et on peut facilement aller dans des parcs vu que nous sommes proches de tout, au centre de tout. »

Je te remercie pour cette interview et je te souhaite le meilleur pour tes projets.

Je vous dis à bientôt,

Coralie
Assistante sociale

Permanence psychosociale



Permanence psychosociale



Les bien faits du sport...
Les enfants font du Roller !

Quelques photos de nos activités



Et du squash.



Du dart foot aussi !

Quelques photos de nos activités



Découverte du musée Belvue

Quelques photos de nos activités



Quelques questions ?



Mais qu'est-ce que c'est ?



Quelques photos de nos activités



Les joies des castors.



Petit moment de pause... Les jeux, ça creuse !

Quelques photos de nos activités



On aime les grimaces !

Quelques photos de nos activités



Un jeu tous ensemble...



C'est tellement chouette !

Voici le calendrier du mois de janvier 2021.

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 juniors : Séance film à l'atelier !

Janvier 2021

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

						01	Pas d'activité	02			
						08	Férié AMO fermée	09			
04	EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H	05	EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H	06	JUNIORS 13H30 / 18H CASTORS / 13H30 / 18H REMIEDIATION 14H / 18H	07	EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H Jeux de société 17H / 19H Théâtre : 18H / 20H	08	EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H Informatique 17H / 19H	CASTORS 13H30 / 18H	
11	EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H	12	EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H	13	JUNIORS 13H30 / 18H CASTORS / 13H30 / 18H REMIEDIATION 14H / 18H	14	EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H Jeux de société 17H / 19H Théâtre : 18H / 20H	15	EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H Informatique 17H / 19H	16	CASTORS 13H30 / 18H
18	EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H	19	EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H	20	JUNIORS 13H30 / 18H CASTORS / 13H30 / 18H REMIEDIATION 14H / 18H	21	EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H Jeux de société 17H / 19H Théâtre : 18H / 20H	22	EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H Informatique 17H / 19H	23	CASTORS 13H30 / 18H
25	EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H	26	EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H	27	JUNIORS 13H30 / 18H CASTORS / 13H30 / 18H REMIEDIATION 14H / 18H	28	EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H Jeux de société 17H / 19H Théâtre : 18H / 20H	29	EDD Primaire 15H30 / 17H Secondaire 17H / 18H Informatique 17H / 19H	30	GRANDS 13H30 / 18H

Côté activités éducatives

Le journal télévisé d'Inser'Action.

Bonjour à tous,

Dans cet article, j'aimerais vous parler d'un projet réalisé avec trois jeunes inscrits chez les grands, nous avons réalisé un journal télévisé.

J'ai eu l'honneur de travailler avec les grands car nous pouvons conserver nos activités avec les plus de 12 ans à condition que nous soyons à quatre.

J'étais très contente de partager des moments avec Vénus, Florence et Roddick et de les faire travailler sur la réalisation d'un journal télévisé, cela leur a permis de se mettre dans la peau d'un journaliste ou d'un comédien, de développer leur langue française et le plus important de s'amuser bien sûr.

Je voudrais les remercier pour leur participation, leur motivation, leur courage et pour le travail fourni.

J'espère pouvoir travailler avec trois autres jeunes chez les grands un autre samedi, ça serait avec plaisir de partager une activité avec eux.

Nous avons commencé par choisir des thèmes qui sont le sport, le covid-19 en classe et une maman donne un challenge à sa fille : le fait de rester trois mois sans téléphone ...

Les jeunes ont fait tout d'abord, une mise en scène pour chaque thème et ce fût plutôt marrant et intéressant à la fois.

Après ça, j'ai filmé les jeunes afin d'y faire une vidéo, nous avons comme matériel, une caméra, un micro, des livres à disposition ...

Nous sommes également sortis pour filmer une scène qui reprend la fermeture du parc botanique pour cause de trop de rassemblement et des cas de covid-19.

Les jeunes ont très bien joué leur rôle, le plus difficile était de retenir leurs textes mais en général, ils l'ont bien retenu et bien improvisé.

Roddick jouait le rôle du présentateur du journal, Vénus et Florence jouaient le rôle des témoins et des reporters. Ce fût une belle expérience pour eux et pour moi qui regardait leurs scènes.

Cela serait très intéressant de retravailler sur ce projet avec d'autres jeunes car nous avons passé un bon moment à faire ce journal.

Merci encore à eux

En vous remerciant, je vous salue et je vous dis à bientôt pour de nouvelles aventures et de nouveaux articles.

Yousra
Educatrice

Côté activités éducatives

Un peu d'effort, un peu de sport en ces temps frisquet !

J'ai pu partager une après-midi très agréable avec les castors mercredi il y a peu. Ali et moi avons organisé une après-midi sportive et cela s'est très bien déroulé. J'en étais ravie !

Nous nous sommes rendus au parc de Neder où nous avons profité du terrain bétonné qui nous était nécessaire pour le Handball. Malgré qu'il était un peu boueux à notre arrivée, les enfants ont beaucoup aimé, ils apprécient les endroits « nouveaux », ce que je trouve très positif.

Nous avons fait un échauffement original créé par Ali, suivi d'un match qui s'est aussi très bien passé. Nous avons pris le temps ensuite de discuter du déroulement, certains enfants ont fait remarquer qu'ils avaient moins la balle, qu'ils participaient moins, que d'autres au contraire étaient très présents, peut-être trop. Avec les enfants, nous avons décidé que pour le prochain match, nous ferions tous plus attention. La cohésion de groupe et l'esprit d'équipe est un point très important que nous travaillons à chaque activité. Je suis agréablement surprise de voir l'évolution de notre groupe !

Nous avons aussi pris un petit moment pour fêter la Saint-Nicolas. Les enfants étaient contents de recevoir un petit sachet composé d'une mandarine, de spéculoos et de chocolat.

Nous avons aussi pris un petit moment pour fêter la Saint-Nicolas. Les enfants étaient contents de recevoir un petit sachet composé d'une mandarine, de spéculoos et de chocolat.

Les enfants étaient motivés lors de cette après-midi et ce fut très agréable de jouer avec eux. J'ai bien couru et le lendemain j'ai senti les courbatures dans mes jambes.

Le Handball développe plusieurs objectifs pédagogiques comme la motricité fine, le respect des règles et du cadre, les fautes à ne pas commettre, développe l'endurance, découvrir un sport pour certains, ...

Dans l'ensemble, tous les enfants ont aimé et je constate que c'est un jeu qui plaît généralement à tous, petit, grand, sportif, moins sportif, ... Ce sport accueille tout le monde.

Comme toujours, je suis impatiente de refaire des activités avec les enfants.

Pour début 2021, nous essayerons de nouveaux sports, de nouveaux jeux.

L'équipe d'éducateurs continue encore et toujours de créer pour le bonheur de vos enfants !

Roxan
Educatrice

Côté activités éducatives

Ginan et Mohamed, un duo de choc et de charme !

Bonjour, pouvez-vous vous présenter ?

Je m'appelle Mohamed et pour les plus intimes je suis le mignon. J'ai 11 ans et je suis en 6ème primaire.

Moi je m'appelle Ginan et pour les intimes je suis Benssar. J'ai 12 ans et je suis en 1ère secondaire.

Que faites-vous dans la vie ?

Ginan : Je suis étudiante et je passe mon temps à regarder des mangas. Mon dessin animé préféré est Naruto et je vous conseille également assassinations classroom.

Mohamed : Je suis également étudiant. Moi pour ma part je fais du foot et j'aime aussi les dessins animés. J'aime aussi les cocos bien frais. Pour ma part, le meilleur dessin animé est Tokyo ghoul.

Depuis combien de temps êtes-vous à Inser'Action ? Et que représente pour vous cette institution ?

Nous avons commencé en même temps en été 2019. À cette époque-là, nous étions encore jeunes et sans expérience.

Depuis le camp des castors, nous sommes devenus des stars à Inser'Action. Nous avons

fait le buzz et tout le monde nous aime.

Inser'Action représente pour nous des activités éducatives et ça nous aide à nous divertir.

Quel a été l'élément déclencheur pour nouer autant de liens avec Inser'Action ?

L'élément déclencheur a été le camp en 2020. Mais pas seulement, il y avait aussi les éducateurs qui ont joué un rôle important dans cela. C'était Fehmi, Ali et Engin qui nous ont le plus marqués.

Pouvez-vous me parler de vous en détails ?

Mohamed : J'ai 1 frère et 2 sœurs qui sont également à Inser'Action. Je suis quelqu'un de très important à Bruxelles car tout le monde veut me recruter dans son club et tout le monde m'aime. Je suis très doux et gentil surtout avec les filles.

Ginan : J'ai 2 grands frères. Je suis quelqu'un de très sociable et je suis beaucoup sur les réseaux sociaux. Surtout sur Instagram et TikTok. Je suis quelqu'un de gentil et aimable. J'aime aussi mettre de l'ambiance.

Qu'avez-vous en tête pour le futur ?

Mohamed : Je voudrais devenir footballeur professionnel. Mais pas seulement, je voudrais fonder une famille et avoir 2 ou 3 enfants.

Ginan : Avoir un bon métier. J'aimerais bien être influenceuse et avoir des millions d'abonnés.

Côté activités éducatives

Le mot de la fin :

GINAN : Merci d'avoir lu notre article, salut les BG.

MOHAMED : Et toi FEHMI, qu'est-ce que tu penses de nous ?

FEHMI : Pour ma part, je trouve que vous êtes des jeunes avec plein de qualités. Vous avez apporté une nouvelle dynamique au groupe et je trouve que notre groupe est meilleur depuis votre arrivée.

J'adore votre complicité avec les autres mais aussi entre vous. Vous êtes des

jeunes qui participent, motivés et très sociables. Vous êtes ouverts à tout le monde et ne faites pas de différence avec les plus petits ou les plus grands.

J'espère du fond du cœur que vous aurez un bel avenir et que je pourrais vous voir grandir. Je crois même que vous avez les capacités pour prendre la relève dans le métier du social donc « éducateur, éducatrice ». Qui sait peut être que nous serons amenés à travailler ensemble plus tard.

Fehmi
Educateur spécialisé



Côté activités éducatives

La magie de Noël...

Bonjour à toutes et à tous,

Aujourd'hui, un petit retour sur l'activité création de bougies avec le groupe des castors mercredi !

J'ai demandé aux parents de donner aux enfants un verre. Nous l'avons décoré avec des petites paillettes, des petites formes en plastiques, ...

Cette expérience donne aux enfants l'occasion de laisser leur imagination se développer, ils peuvent essayer, créer, choisir. Ce qui leur a beaucoup plu.

Pendant ce temps, dans des grandes casseroles, j'ai fait fondre la cire de bougie au bain marie.

Une fois les verres décorés, Ali a passé quelques vidéos sur les bougies, sur la fête de Noël, ... Pendant ce visionnage, j'ai demandé aux enfants de venir chacun à leur tour avec les mèches qu'ils avaient précédemment réalisés. Nous avons placé les mèches dans le fond du verre, le plus droitement possible, et nous les avons remplis à la cuillère.

Les mèches que nous avons faites étaient en coton, il suffit de prendre un morceau d'essuie-tout ou de papier toilette, défaire les épaisseurs, n'en prendre qu'une et la torsader le plus possible. La mèche se consume légèrement plus vite mais cela est beaucoup moins cher que les mèches dans le commerce.

J'ai bien rappelé aux enfants de n'allumer les bougies qu'en présence des parents !

En deuxième partie d'après-midi, nous avons fait des barbes de père Noël. Nous avons utilisé des masques en tissu sur lesquels nous avons mis de la colle et de l'ouate. Malgré un petit souci avec notre colle, les enfants ont beaucoup apprécié. Je leur ai expliqué qu'en cette période compliquée, je trouvais cela chouette de rendre quelque chose de plus ou moins désagréable en quelque chose de plus sympathique. Mon but était de leur montrer qu'il est possible de modifier, de créer, ...

Lors du retour sur l'activité, les enfants m'ont dit plusieurs choses, l'un était très content et m'a dit qu'il porterait son masque à l'école le vendredi qui venait pour le dernier jour avant les vacances. Un autre m'a dit qu'il allait le laver et le remodifier autant que possible pour à chaque fois avoir « comme un nouveau masque ».

Plusieurs commentaires qui m'ont réchauffée.

J'ai hâte de refaire une activité comme celle-ci avec les enfants.

Je vous souhaite à tous, de très bonnes fêtes de fin d'année.

Je vous souhaite d'avance beaucoup de bonheur pour l'année 2021.

Roxan
Educatrice

Côté activités éducatives

Le musée Belvue.

Bonjour à tous et à toutes,

Le mercredi 16 décembre 2020, nous nous sommes rendus avec les juniors au musée Bellevue qui se trouve près du Parc Royal. Nous avons reçu une carte recto/verso avec dessiné dessus deux personnages qui s'appellent Mimi et Momo.

Mimi a caché des objets dans le musée au premier et deuxième étage et il fallait les retrouver. Les objets étaient cachés dans des tiroirs avec le dessin de Mimi, lorsque nous le trouvions un objet, nous entourions l'objet sur la carte que nous avons reçu.

Quant à Momo, il a perdu la couleur de ses objets, nous avons parcouru le premier et le deuxième étage pour retrouver les objets et relier l'objet à la bonne couleur. Exemple : nous avons trouvé une voiture rouge, il fallait relier l'objet à la couleur rouge.

Nous avons scindé le groupe en deux, un groupe a fait le premier étage avec Fehmi et un groupe a fait par le deuxième étage avec moi, après nous avons fait un échange.

Mon groupe était intéressé et impatient d'ouvrir les tiroirs pour trouver l'objet, ils ont pu observer la grande pièce d'un euro qui se trouvait dans le musée, ils ont parcouru salle par salle, les objets qui s'y trouvaient.

La visite s'est bien passée, les juniors ont bien participé et ils ont apprécié toutes les choses qui étaient exposés dans le musée. Nous étions les seuls dans le musée, ce qui fait que nous avons le musée que pour nous.

Après la visite, les responsables du musée à l'accueil ont donné une couronne à chacun des juniors et un badge à épingle personnalisé pour nous tous comme souvenir avec écrit : "Mimi et Momo" dessus comme vous avez pu le constaté lorsque vous êtes venus chercher vos enfants.

Ensuite, nous nous sommes rendus au parc Royal pour manger et s'hydrater car c'est très important.

Après ça, les enfants ont pu avoir un temps libre au Parc Royal, le parc était entièrement vide et donc les juniors ont eu le parc que pour eux, ce qui était vraiment super !

Je termine cet article en vous disant que j'ai passé une agréable après-midi avec vos enfants au musée, nous avons pu partager de bons moments ensemble comme tous les mercredis.

Merci à eux !

À bientôt.

Yousra
Educatrice

Côté activités éducatives

Les bienfaits du sport pour votre vie

Bonjours à tous,

C'est Fehmi de l'Asbl Inser'Action, j'espère que vous allez bien.

Aujourd'hui, j'ai décidé de parler des bienfaits du sport. Pourquoi le sport ? Tout d'abord parce que le sport fait partie intégrante de ma vie.

Mais pas seulement car je suis également formé à cela. Pour éclaircir cela, j'ai fait une formation de 3 ans (Bachelier) en tant qu'éducateur spécialisé en activités socio-sportives.

J'ai donc eu une formation sur l'anatomie donc le corps humain, les besoins du corps, l'alimentation, le sport et les bienfaits du sport.

Etant petit, j'étais assez sédentaire et je ne faisais pas de sport. Ceci avait un impact non seulement pour ma santé mais aussi sur ma manière de vivre, sur mes habitudes ainsi que la confiance en moi.

Le sport est un outil qui ouvre la porte vers beaucoup de choses. Tout d'abord, il permet d'avoir une bonne hygiène de vie. Il est important de prendre soin de notre corps dès le plus jeune âge. Pourquoi ? Afin d'éviter des risques de maladies, avoir un bon métabolisme et être en forme.

Qui dit hygiène de vie dit également une bonne alimentation. Qu'est-ce qu'une bonne alimentation ? Il faut savoir ce que notre corps a besoin et pour cela il faut se documenter, s'informer comme on le fait pour beaucoup d'autres choses. Bien évidemment les besoins change en fonction de votre routine de vie ainsi que de votre sexe. Une femme n'a pas besoin d'un apport calorique identique à celui d'un homme.

Par exemple, une femme entre 18 et 40 ans a besoin de 1900 à 2100 calories par jour en fonction de son activité. Un homme en revanche a besoin entre 2350 et 2650 calories par jour en fonction de son activité. Pour les enfants âgés entre 6 et 12 ans l'apport calorique est situé entre 1600 et 2100 calories par jour.

Mise à part l'alimentation, le sport a aussi un effet sur la confiance en soi. Etre en forme, avoir un bon physique, une bonne endurance augmente considérablement notre confiance en nous. Notre corps est conçu pour l'activité physique, il est prouvé scientifiquement que le sport augmente la confiance en soi. L'inactivité est d'ailleurs l'une des causes du manque de confiance en soi.

Il est également prouvé scientifiquement que le sport diminue le stress et l'anxiété. En faisant du sport, nous libérons des hormones comme l'endorphine, la dopamine et la sérotonine. Cela permet au corps de se soulager et donc le sport produit une sensation de relâchement.

Côté activités éducatives

Le sport peut permettre également de canaliser la concentration de votre enfant si celui-ci est vite déconcentré ou est hyperactif. Chaque sport travaille sur différentes caractéristiques. Comme la boxe pour mieux gérer sa colère, les sports collectifs pour la sociabilité et la cohésion de groupe, les sports extrêmes pour les sensations et j'en passe.

Comme vous avez pu le constater, le sport a énormément de bienfaits sur notre vie. Il faut au minimum faire 30 minutes d'activités physiques par jour. L'activité physique n'est pas forcément courir ou aller à la salle. Marcher, faire le ménage à la maison, cuisiner, faire les courses, etc. fait partie de l'activité physique.

Je termine mon article en vous encourageant à commencer le sport, à avoir une meilleure hygiène de vie ainsi qu'à transmettre cela à vos enfants.

Je reste à votre disposition si vous avez besoin de conseils, d'une liste d'alimentation pour perdre du poids ou simplement faire une marche pour en discuter.

N'oubliez pas que votre vie est entre vos mains donc prenez soin d'elle.

Fehmi
Educateur spécialisé



Côté activités éducatives

En avant la musique.

Bonjour chers parents, chers jeunes,

En ce mois de décembre, les fêtes approchant et les examens se trouvant derrière nous, nous avons pensé offrir un petit cadeau aux enfants du soutien scolaire de l'EDD.

La musique s'invite...on dit qu'elle adoucit les mœurs, qu'elle nous emporte et nous fait rêver...C'est aussi une des 9 intelligences de Gardner.

Le fonctionnement de notre cerveau est souvent méconnu et lorsqu'un problème insolvable survient, on a tendance à bloquer sans même savoir qu'il existe des « trucs », des « moyens mnémotechniques » qui peuvent nous aider.

C'est une chose que nous travaillons depuis quelque-temps déjà à l'EDD avec certains enfants faisant preuves de difficultés.

Car l'on n'est pas « intelligent » ou « bête »...il faut dépasser ces idées simplistes et limitatives pour arriver à utiliser et exploiter le vrai potentiel que nous possédons tous.

Il y a, d'après des études universitaires très sérieuses 9 intelligences au total et nous les possédons tous. Seulement voilà, certains en développent une plus que l'autre et toutes ne sont pas utilisées et développées à l'école.

Les professeurs travaillent beaucoup la « Logico-mathématique », la « Linguistique »... les éducateurs s'occupent beaucoup de l'« Interpersonnelle » voir de l'« Intra-personnelle » et les cours d'éducation physique développent la « Corporelle-Kinesthésique » ou l'art du mouvement. Mais qu'en est-il des autres ?

Sachez que Gardner nous décrit en fait 9 types d'intelligence ;

1. Naturaliste : Capacité à comprendre et à interpréter la vie naturelle et végétale.
2. Musicale : Sensibilité accentuée aux sons, aux tonalités et aux rythmes. Facilité à jouer ou créer de la musique.
3. Logico-mathématico-scientifique : Capacité à résoudre des problèmes à l'aide d'analyses, de chiffres et de calculs.
4. Existentielle : Capacité à s'interroger sur la vie et son fonctionnement, capacité à philosopher et capacité spirituelle.
5. Interpersonnelle : Capacité à ressentir les émotions des autres, capacité à analyser et interpréter le comportement des autres et capacité à entretenir des relations saines et durables avec une diversité d'individus.
6. Kinesthésique : Capacité à coordonner le corps et l'esprit, bonne coordination spatiale du corps, capacité à s'exprimer avec le corps, facilité sportive, agilité physique en général.

Côté activités éducatives

7. Linguistique : Capacité à s'exprimer de manière à être compris par son audience, s'adapter à son interlocuteur, capacité à mettre des mots aux émotions ressenties.

8. Visuo-Spatiale : Capacité de visualiser le monde en 3D et sens de l'orientation.

9. Intrapersonnelle. Capacité à se connaître soi-même, capacité à comprendre ses émotions, intuition, exercer son discernement afin de prendre de bonnes décisions.

Gardner nous dit aussi que pour un développement harmonieux, l'enfant a besoin de pouvoir développer chacune de ces intelligences à son propre rythme.

On dit souvent qu'il est inné de savoir se repérer sur une carte mais en fait, tout se travaille. Nous avons chacun toutes ces possibilités mais toutes ne sont pas développées de la même manière et bien-sûr nous aurons toujours une tendance à utiliser celles qui sont plus fortes. Certains auront plus facile à faire de la musique ou à danser que de réaliser des équations mathématiques mais ce n'est pas pour autant que la musicalité ne peut pas nous aider dans diverses matières.

Apprendre par cœur un texte peut être extrêmement difficile pour certains, chanter son texte peut en aider beaucoup. D'autres auront tendance à bouger et théâtraliser leur œuvre, laissons les jeunes trouver leur méthode, développons ces intelligences oubliées.

Nous avons dès lors décidé cette semaine où les devoirs se font plus rare de mettre à disposition des enfants des ordinateurs portables, afin qu'ils se familiarisent avec l'outil mais aussi avec un programme complet de musique ainsi qu'un clavier avec banques de sons et effets de sorte à laisser libre-cours à leur imagination.

Apprendre comment créer un morceau de musique, mixer des pistes, moduler des effets comme des delays, compresseurs et autres equalizers.

Trouver son propre son, celui qui réchauffe nos cœurs et fait chanter nos têtes...partager ce moment et apprendre ensemble dans une douce cacophonie bon enfant, voici ce que nous avons proposé lors de ce module vibrant.

Nos petits DJ's en herbe étaient très enthousiaste et semblent beaucoup aimer cette approche ludique et sonore.

Sachez que de petits programmes gratuits existent pour smartphones et tablettes...n'hésitez pas à laisser vos enfants jouer avec, histoire de mettre les jeux violents de côtés quelques-temps.

A tous, je vous souhaite de très bonne vacances et de joyeuses fêtes de fin d'année.

Richa
Coordinateur du soutien scolaire

Côté activités éducatives

L'écriture sous toutes ses formes

C'est avec une immense joie et un grand enthousiasme que notre troupe de théâtre s'est retrouvée en cette fin de novembre. Comme vous le devinez, l'atelier théâtre peut à nouveau se poursuivre. Bien entendu, nous veillons à ce que les mesures relatives à la COVID-19 soient respectées au maximum. Pour se faire, notre équipe s'est démenée pour réadapter toute notre organisation en faisant preuve d'une grande créativité.

La troupe s'est enfin réunie, par petits groupes certes, mais quand même, ce fût déjà pour nous tous une excellente nouvelle. Nous avons réfléchi ensemble autour d'un atelier théâtre consacré à « l'écriture ».

Nous avons retrouvé un groupe d'enfants et de jeunes, plus motivés les uns que les autres. Nous avons eu le plaisir de découvrir de nombreux talents cachés dont celui de notre cher ami Marouan que nous souhaitons mettre à l'honneur aujourd'hui dans notre journal en vous présentant une partie de son « œuvre » réalisée dans le cadre de notre atelier.

Mais avant tout, une brève et sympathique présentation de Marouan s'impose. Qui se cache derrière ce fabuleux talent ? Qui est-il au juste ? Pourquoi a-t-il choisi de rejoindre notre sacrée troupe ? Quel est son parcours à Inser'Action ? Marouan vous dit tout !

« Je me présente, je m'appelle Marouan et j'ai 12 ans. J'ai commencé cette année à l'atelier théâtre. C'est la première fois que je participe à un atelier créatif comme ça.

Inser'Action occupe une place très particulière dans ma vie puisque j'y ai découvert des amis, des éducateurs et surtout Nicolas Philippe, metteur en scène et animateur théâtre. Je pense que si aujourd'hui, je suis là c'est parce qu'avant tout, j'ai su trouver un cadre qui me rassure, où je me sens bien. Le point de départ de mon aventure à Inser'Action ? La permanence !

La permanence m'a conduit aux activités. Aujourd'hui, confinement oblige, nous n'avons pas pu monter sur scène. La pratique a été remplacée par des ateliers d'écriture. Mais c'était bien aussi. Nicolas nous a fait voyager à travers nos souvenirs d'enfance. Il nous a proposé plusieurs exercices pour travailler et développer encore plus notre créativité.

Notre comédien en herbe a accepté de vous livrer d'ailleurs en toute exclusivité et rien que pour vous l'une de ses œuvres réalisées durant l'un de nos ateliers. Il devait à l'aide d'une liste de mots donnée réussir à créer une histoire ! Les mots sélectionnés étaient : COURAGE, FORCE, LIBERTER. Vous êtes prêts ? C'est PARTI les amis!

« C'est l'histoire de Monsieur LIBERTE qui se retrouve en compagnie de Monsieur FORCE et Madame COURAGE avec qui il entame une marche, une très longue marche.

Côté activités éducatives

« C'est l'histoire de Monsieur LIBERTE qui se retrouve en compagnie de Monsieur FORCE et Madame COURAGE avec qui il entame une marche, une très longue marche.

Monsieur FORCE aimait Madame COURAGE parce qu'ils se retrouvent en elle, selon les dires de Madame LIBERTE qui surveille du coin de l'œil cette relation particulière.

Madame COURAGE n'aimait pas Monsieur FORCE puisqu'il était connu pour avoir une personnalité forte selon les dires de madame LIBERTE. » Lors de notre interview, Marouan m'avoue qu

ce texte qu'il a écrit est très parlant pour lui. Parce que quelque part, ça lui rappelle cette période difficile que nous traversons tous depuis l'arrivée du COVID-19, le confinement et le manque de liberté qu'il implique.

Nous remercions vivement Marouan pour ce si joli témoignage et nous lui souhaitons une très bonne continuation pour la suite.

Ali Abba
Coordinateur prévention sociale et éducative

Côté activités éducatives



Deux de nos castors à Louvain-La-Neuve.

Côté activités éducatives



Les joies de Noël et de découvrir une nouvelle ville.



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

Atelier

10, rue Saint-François

1210 Saint-Josse.

022175378

Email: inser.action.asbl@skynet.be

Site: www.inseraction.be

