

# L'Orée du Golf

*Le Journal de votre centre social*

Novembre 2025



**L'automne est le printemps de l'hiver**

Henri de Toulouse-Lautrec

L'automne est bien là ! Les feuilles sont de rouge et d'or... Les températures sont plus fraîches et la nuit tombe de plus en plus tôt... C'est la saison pour se recentrer sur notre Foyer, sur ce qui nous paraît essentiel.

Au centre social de L'orée du Golf, l'essentiel c'est vous ! Il n'existe que pour vous et par vous, le mois d'octobre qui vient de se terminer et le mois de novembre qui s'annonce en est la preuve !

# La Semaine Bleue

Du 6 au 12 octobre 2025, c'était la semaine bleue. A cette occasion, les acteurs qui travaillent au quotidien auprès des personnes âgées (associations, collectivités locales, centres d'action sociale, établissements pour personnes âgées...) sont invités à organiser des actions pour et avec les aînés.

Ces 7 jours annuels constituent donc un moment privilégié pour informer et sensibiliser l'opinion sur la contribution des personnes âgées à la vie économique, sociale et culturelle. Ils encouragent à reconnaître la force et l'expérience des personnes âgées et à renforcer les liens intergénérationnels.



Cette année, le thème de la semaine Bleue, était : Vieillir est une force à partager !

C'est pourquoi, votre centre social a organisé une journée bleue, entre seniors et enfants du secteurs Enfance le mercredi 8 octobre 2025 !

Les petits, accompagnés par Générations complices ont fait des activités manuelles, tandis que les grands ont participé à un défi intergénérationnel (quizz musical, quizz connaissances...)



# La semaine du goût

Qu'est ce que c'est?

La Semaine du Goût est un événement annuel en France qui s'est déroulé du 13 au 19 octobre 2025 et vise à promouvoir l'éducation au goût et la diversité des saveurs. Elle encourage la sensibilisation à l'importance de bien manger, notamment auprès des enfants, à travers des manifestations, des ateliers et des "Leçons de Goût" animées par des professionnels.

Retour sur toutes les activités proposées par les équipes de votre centre social.

Les petits curieux (3 - 6ans)  
Les grands explorateurs (7- 10 ans)

Le Mercredi 15 octobre était placé sous le signe du goût pour les ACM!

Le matin, grands et petits ont participé à un jeu du Kim goût : les yeux bandés, ils ont dû reconnaître le goût de différents fruits et légumes les yeux bandés!

L'après-midi, les grands ont fait une chasse au trésor, pendant que les petits ont profité d'un atelier cuisine : spécial gâteau au chocolat!

Miam!



# La semaine du goût

## Les Pitchounes

L'équipe des Pitchounes a organisé des ateliers chaque jour de cette semaine du goût!

Les familles ont pu cuisiner, goûter, échanger... et surtout profiter des ateliers DME (diversification menée par l'enfant), atelier pâtisserie et atelier Soupe pour savourer le plaisir d'être ensemble !



## Atelier Soupe

L'atelier soupe était l'occasion pour les enfants de découvrir des légumes de saison et pour les parents de découvrir la dextérité de leurs enfant!



## Atelier DME

L'atelier DME, Diversification menée par l'enfant, était un moment pour échanger sur l'accompagnement de cette transition "lait - alimentation solide", pour rassurer les parents et faire grandir la confiance en soi et en son petit.



## Atelier Pâtisserie

L'atelier Pâtisserie d'automne avec le CarrotCake a été l'occasion d'expérimenter plein de chose: la patience en attendant son tour, la ténacité (mélanger la pâte c'est dur!!) et bien sûr le goût en mangeant les gâteaux!

Quant aux parents, ils ont eu le plaisir de faire de la pâtisserie avec leur enfant sans avoir à nettoyer la cuisine!!



# La semaine du goût

C'est avec plaisir que les Pitchounes vous offre la recette de leur CarrotCake!

## La recette du CarrotCake

Pour 8 personnes

Temps de préparation : 20 min

Temps de cuisson : 40 min

Ingrédients :

250 g de farine

300 g de carottes râpées

250 g de sucre

1 sachet de sucre vanillé

1 sachet de levure chimique

4 œufs

180 g d'huile

1 c. à c. de cannelle

Instructions :

Préchauffez le four à 180°C (thermostat 6) et chemisez un moule rond avec du papier cuisson.

Dans un saladier, mélangez les œufs avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajoutez le sucre vanillé, la cannelle et l'huile, puis mélangez. Ajoutez la farine et la levure, et mélangez jusqu'à obtenir une pâte lisse.

Ajoutez les carottes râpées et mélangez. Versez la pâte dans le moule et enfournez pendant 35 à 40 minutes.

Pour vérifier la cuisson, plantez un couteau au centre : il doit ressortir propre.

Démoulez le gâteau sur une grille et laissez le refroidir.

Pour un glaçage optionnel :

50 g de fromage frais

75 g de sucre glace

1/2 c. à c. d'extrait de vanille

Mélangez tous les ingrédients jusqu'à obtenir une crème lisse, puis étalez-la sur le gâteau une fois qu'il est froid.



Bon appétit!



# Le Forum Les écrans



Retour sur le forum prévention écrans au Centre Social !

Les écrans et leur omniprésence est un paramètre à prendre en compte dans l'éducation et la santé de nos enfants ! C'est pourquoi en collaboration avec l'association "Fête de la Vie", nous avons eu le plaisir d'organiser un forum sur la prévention relative à l'usage des écrans.

Parents, enfants et professionnels se sont retrouvés pour échanger autour de la parentalité numérique, des bons usages des écrans, et de leur impact sur la santé et le bien-être.

Au programme : une exposition interactive, des animations ludiques, des temps d'échange et de sensibilisation pour petits et grands.

Un grand merci à tous les participants, aux partenaires et aux bénévoles pour leur engagement et leur enthousiasme ! Nous vous tiendrons informé du prochain Forum; si vous avez raté celui ci, vous aurez une chance de vous rattraper !

Continuons ensemble à agir pour une utilisation raisonnée et bienveillante des écrans.



D'ici là vous pouvez participer à la soirée Jeux Vidéos en famille du 13 novembre de 18 à 19h30.

Abdel vous accueille pour jouer, discuter, échanger autour du bien fait des jeux et des limites à poser pour la santé de vos enfants et pour préserver/améliorer l'ambiance familiale !

L'Atelier Jeux Vidéos en famille est gratuit, les places sont limitées alors pensez à réserver vos places au 032072724

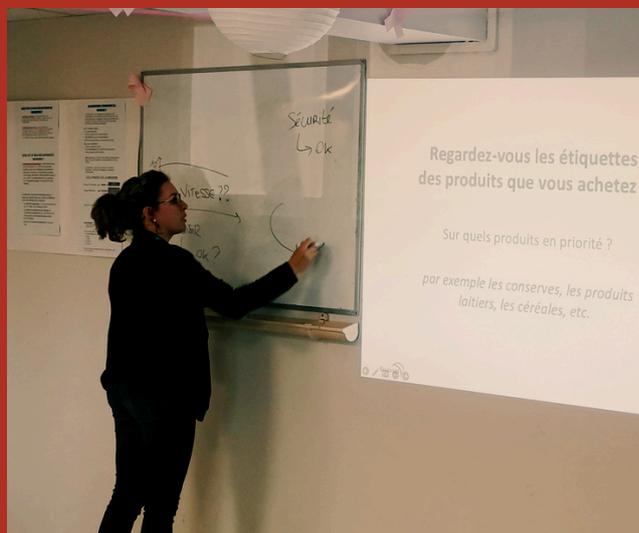


# Bien dans son corps et dans mon assiette

Nous vous l'avions annoncé à la rentrée, la création des ateliers « Bien dans mon corps et dans mon assiette ! » à destination des plus de 60 ans. Ces ateliers étaient animés par Coline FLANDRIN, diététicienne pour l'association Brain up qui propose des actions de prévention autour du bien vieillir.

En quoi ces ateliers sont spéciaux ? Le contenu de ces ateliers est construit avec les participants ! Les personnes présentes partagent leurs habitudes de vie autour de l'alimentation, discutent de leur manière de consommer, de cuisiner et de leur rapport à la nourriture.

La diététicienne répond de façon personnalisée aux questions et propose en fin de séance un temps de réveil musculaire et respiratoire pour apprendre des gestes doux pour soi. Ces gestes répétés quotidiennement augmente votre santé !



# Les p'tits doigts

Atelier parents - enfants

Le 22 octobre 2025, les petits doigts et leur famille se sont réunis autour d'un conte d'Halloween !! Un temps pour se poser, et découvrir son enfant sous un nouveau jour! Car, on peut vite oublier qu'à partir de 3 ans, ils savent déjà faire plein de choses avec leur petits doigts !!



Après la lecture d'un conte d'Halloween, place à la création!!



EN NOVEMBRE

Le prochain atelier aura lieu le 19 novembre 2025 de 10H15 à 11H30, sur le thème de L'Automne!

Pensez à réserver vos places, car l'atelier est un franc succès et les places sont limitées !

On vous a pas dit : c'est gratuit !

Réservations au 0320727246

# Centre de Loisirs Vacances de Toussaint

Avec le mois d'octobre, les premières vacances scolaires sont arrivées !

Pour changer d'ambiance, le centre social a emmené vos enfants au Mexique pendant cette période si particulière des « dias de los muertos » ! Un moment spécial de l'année, où l'on célèbre toutes les bonnes choses de la vie tout en ayant conscience qu'elles ont une fin !

On met de la couleur, des fleurs et des ballons... On joue, on crée, on se déguise... on rencontre de nouveaux copains, on rit, on réfléchit, on dépasse ses peurs....

Nos super animateurs ont prévu et organisé de nombreuses activités adaptées à tous les âges :



Pour les Petits Curieux (3 à 6 ans ans), un programme coloré et créatif était prévu!

- Jeux de connaissances et fresque d'Halloween pour bien débiter la semaine,
- Atelier artistique des bourgeons colorés,
- Confection de la guitarra de Coco inspirée du célèbre dessin animé, suivie du jeu musical La música con la guitarra,
- Création du tableau de Los Muertos ,
- Sans oublier de bouger son corps avec des jeux comme le Zombie Run !





- Et pour les Grands Explorateurs (7- 10 ans), entre créativité et esprit d'équipe, les enfants se sont dépassés à travers des Jeux et des activités manuelles et artistiques comme
  - masques d'Halloween,
  - Jeu sportif Les affectés,
  - Atelier manuel Pedalos del Recuerdo,
  - Jeu d'équipe Zombie Dog Ball,
  - Réalisation du manoir des décors,
- Et pour finir, les défis de l'épouvante !



Nous avons le plaisir d'accueillir Hanane qui sera parmi nous jusqu'au retour de Dayana. Hanane assure la responsabilité du secteur Enfance; elle vous accueille, vous et vos enfants, les mercredi et pendant les vacances.

## Hanane – Responsable ACM

### CE QUE J'AIME DANS LA VIE

Les lectures inspirantes, les moments en famille, la bonne cuisine maison (simple mais réconfortante !) et les projets créatifs. J'aime aussi apprendre, partager et évoluer à travers chaque nouvelle expérience.

### MES EXPÉRIENCES PASSÉES

Depuis plus de 7 ans, je travaille dans le domaine social à travers différents postes : animation, coordination, accompagnement de jeunes et implication associative. Ces expériences m'ont permis de développer une vision globale du terrain, tout en restant profondément attachée à la proximité et à l'humain.

### MA CITATION PHARE

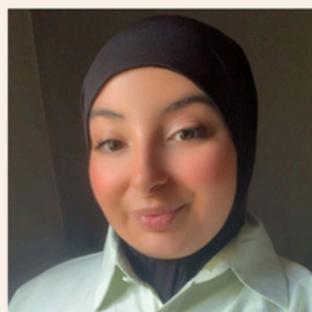
« Ce que tu fais aujourd'hui peut améliorer tous des lendemains. »

### MON RÔLE AU CENTRE

En tant que responsable ACM, j'assure la coordination du centre tout en restant présente sur le terrain. J'accompagne les animateurs, j'organise les temps forts, et je veille à ce que chaque enfant vive des journées riches en découvertes, en rires et en partage. J'aime garder ce lien direct avec les équipes et les enfants, parce que c'est là que tout prend sens.

### CE QUE J'AIME DANS CE DOMAINE

Ce que j'aime avant tout, c'est la dimension humaine. Voir un enfant prendre confiance, un jeune s'impliquer, une équipe progresser... Ces petits moments du quotidien qui montrent que nos actions ont un vrai impact. J'aime créer des projets qui rassemblent et donner du sens à ce qu'on fait, même à travers les choses simples.



# HALLOWEEN chez les Pitchounes

En ce dernier jour de vacances de Toussaint, les Pitchounes ont aussi fêté Halloween aux couleurs mexicaines de "Dia de los muertos!"





## Le petit Point Santé

### Cécile DENISE, votre référente RSAI

Cécile Denis est infirmière puéricultrice depuis plusieurs années. Passionnée par la petite enfance et le lien unique entre parents et enfants, elle intervient à la Crèche les Pitchounes en tant que Référente Santé Accueil Inclusif (RSAI).

Concrètement, elle est là pour :

- Veiller à l'hygiène, la santé et la sécurité des enfants.
- Accompagner les équipes au quotidien.
- Soutenir les familles, notamment sur les questions de santé ou de développement de l'enfant.
- Faciliter l'inclusion des enfants ayant des besoins particuliers ou des maladies chroniques, en lien avec les familles et les professionnels de santé.
- Aider à la mise en place de projets d'accueil individualisés (PAI) si nécessaire

Si vous avez des questions concernant le développement de votre enfant ou votre parentalité, n'hésitez pas à aller vers elle lors de ses passages en crèche ou à poser vos questions à l'équipe qui les lui transmettra.

En dehors de son rôle à la crèche, elle propose aussi (sur demande des parents) : massage bébé, bain enveloppé, réflexologie bébé, accompagnement autour du sommeil et de l'accueil émotionnel des parents. Elle vous recevra dans son cabinet de Lambersart.

*Parce qu'il faut tout un village pour élever un enfant, Cécile est là pour vous accompagner dans vos début de parents!*



Cécile vous reçoit au

5 rue Gustave Nadaud  
59139 Lambersart

[www.petitcoeur-dedouceur.fr](http://www.petitcoeur-dedouceur.fr)  
[petitcoeurdedouceur@gmail.com](mailto:petitcoeurdedouceur@gmail.com)

07.66.22.95.22



## Le saviez vous?

### Ecrivain Public au centre social L'orée du Golf

Besoin d'aide pour rédiger un courrier, remplir un dossier administratif ou comprendre un document officiel ?

Notre écrivain public, Graziella Pillebout, est là pour vous accompagner, gratuitement et en toute confidentialité. Forte de son expérience dans le domaine du secrétariat et de la comptabilité, elle propose bénévolement ses services depuis 2017.

Graziella vous aide à formuler vos demandes, à corriger vos lettres ou à constituer vos dossiers, que ce soit pour une démarche personnelle, sociale ou professionnelle.

Elle vous reçoit au centre social rue Jean Moulin à Wasquehal, le lundi matin sur rendez vous.

N'hésitez pas à venir rencontrer Graziella : un coup de pouce pour vos démarches, un soutien à votre expression écrite !

Vous pouvez prendre rendez vous auprès de l'accueil du centre social au 03 20 72 72 46



# L'Agenda

## Novembre 2025



### JEUX VIDÉO EN FAMILLE

le 13 novembre



### LE TEMPS DES PARENTS

le 4 Novembre



### C'EST BON POUR LE MORAL

a partir du 7 novembre



### BULLE PARENTALE

18 Novembre de 18h à 19h30



### ATELIER LES PETITS DOIGTS

19 novembre  
sur le thème de l'automne



# Merci



Merci à La ville de Wasquehal de mettre a disposition des infrastructures qui permettent aux enfants de vivre des expériences qui deviendra des souvenirs!



Merci à Audrey qui a décoré le hall d'entrée pour Halloween



Merci pour l'eau de la pluie qui fait pousser la pelouse des Pitchounes



Merci aux parents pour les dons de livres pour la nouvelle bibliothèque



A bientôt  
Votre centre social



Merci aux parents pour tous les bons gâteaux d'Halloween