



FLASH

2021 *asso*



SAINGHIN EN MELANTOIS

INFORMATIONS PRATIQUES COMPLEXE SPORTIF

DATES DE FERMETURES PARTIELLES DU COMPLEXE SPORTIF :

► Intraclub de Noël 2021 - Judo :

Fermeture Plateau Multisports & Dojo (salles annexes accessibles)

Le 18/12/2021 de 9h à 19h

► Gala de Danse 2022 :

Fermeture Plateau Multisports & Salle de danse

Du 20/03/2022 à 9h au 27/03/2022 à 8h

► Tournoi de Pâques 2022 - Basket :

Fermeture du Plateau Multisports (salles annexes accessibles)

Du 16/04 à 8h00 au 18/04/2022 à 23h00

► Tournoi MAQUET 2022 - Judo :

Fermeture Plateau Multisports & Dojo (salles annexes accessibles)

Du 08/04/2022 à 17h00 au 10/04/2022 à 20h00

QUELQUES REGLES D'UTILISATION DU COMPLEXE SPORTIF :

► Utilisation du Plateau Multisports :

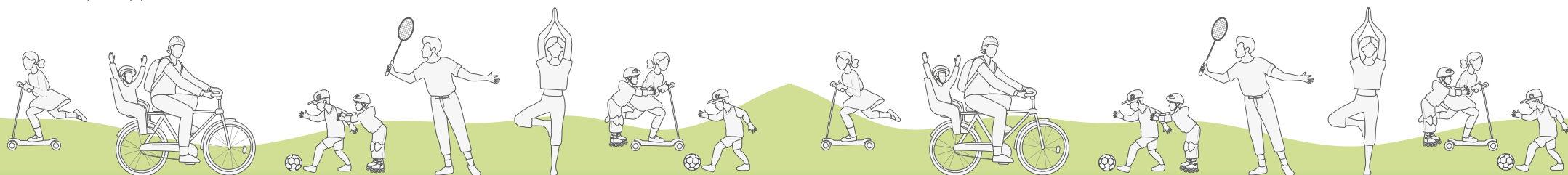
- Le passage au vestiaire est obligatoire avant l'entrée (revêtement fragile au sol)
- Port de chaussures adaptées obligatoire

► Consignes de vigilance :

- Veiller à bien éteindre les lumières en sortant
- Merci de signaler au personnel municipal les dysfonctionnements remarqués (nettoyage, problèmes techniques etc ...)



Directeur de publication : Jacques Ducrocq
Rédaction : Service Communication
Conception graphique : Caroline Popelier
Crédits photos : Freepik
Impression : DB Print à Halluin
Imprimé sur papier certifié PEFC



PLANNING COMPLEXE SPORTIF 2021 / 2022

	08:30	09:00	09:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00	15:30	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30	20:00	20:30	21:00	21:30	22:00	22:30
LUNDI	Salle multisports	N	Badminton	St Exupéry	St Exupéry	St Exupéry	St Exupéry	St Exupéry	St Exupéry	St Exupéry	St Exupéry	St Exupéry	St Exupéry	St Exupéry	St Exupéry	St Exupéry	St Exupéry	St Exupéry	St Exupéry	St Exupéry	St Exupéry	St Exupéry	St Exupéry	St Exupéry	St Exupéry	St Exupéry	St Exupéry	St Exupéry	St Exupéry
MARDI	Salle multisports	AGV	Badminton	St Joseph	St Joseph	St Joseph	St Joseph	St Joseph	St Joseph	St Joseph	St Joseph	St Joseph	St Joseph	St Joseph	St Joseph	St Joseph	St Joseph	St Joseph	St Joseph	St Joseph	St Joseph	St Joseph	St Joseph	St Joseph	St Joseph	St Joseph	St Joseph	St Joseph	St Joseph
MERCREDI	Salle multisports	AGV	Badminton	Activités municipales	Badminton	Badminton	Badminton	Badminton	Badminton	Badminton	Badminton	Badminton	Badminton	Badminton	Badminton	Badminton	Badminton	Badminton	Badminton	Badminton	Badminton	Badminton	Badminton	Badminton	Badminton	Badminton	Badminton	Badminton	Badminton
JEUDI	Salle multisports	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV
VENREDI	Salle multisports	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N
SAMEDI	Salle multisports	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV
DIMANCHE	Salle multisports	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV	AGV

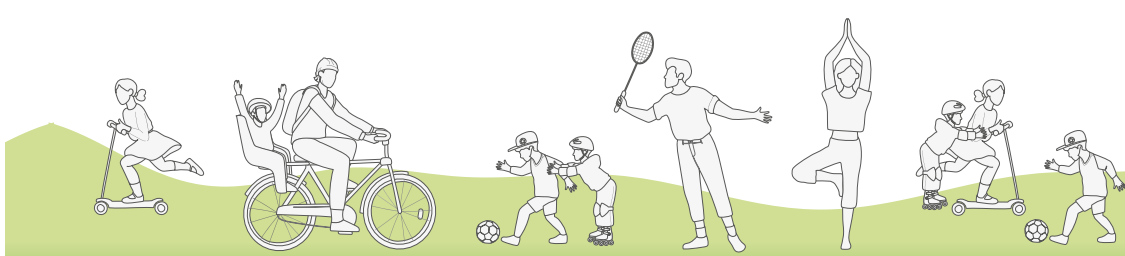
Nettoyage Complexe Sportif (N) : 8h - 11h45	
Lundi	Plateau + Vestiaires / Hall + WC
Mardi	Dojo / Bureaux annexes / Couloirs / Salle Gym / WC
Jeudi	Salle Danse / Hall / Couloirs / WC
Vendredi	Plateau + Vestiaires / Couloirs / WC

Ecoles publiques	
Scolaire P. en Mélançois**	Scolaire Pérama en Mélançois
St Joseph**	St Joseph

** Créneaux temporaires

PLANNING ENTRETIEN DU COMPLEXE SPORTIF

LUNDI	<ul style="list-style-type: none"> - Toilettes d'entrée - Grand nettoyage du plateau multisports (balai & auto laveuse) - Vestiaires dames et hommes du plateau multisports : <ul style="list-style-type: none"> · Balayage & nettoyage à la main des douches et vestiaires · Toilettes - Vestiaires dames et hommes du dojo : <ul style="list-style-type: none"> · Balayage & nettoyage à la main des douches et vestiaires · Toilettes - Couloirs (à l'auto laveuse) - Hall (à l'auto laveuse) - Poubelles
MARDI	<ul style="list-style-type: none"> - Toilettes (Complexe complet) - Grand nettoyage du dojo (aspirateur & auto laveuse) - Bureau & douche du dojo - Bureau danse (douche non accessible) - Couloirs (à l'auto laveuse) - Hall (à l'auto laveuse) - Poubelles
JEUDI	<ul style="list-style-type: none"> - Toilettes (Complexe complet) - Grand nettoyage de la salle de gymnastique <ul style="list-style-type: none"> · (aspirateur & nettoyage des endroits accessibles) - Nettoyage salle de danse (vitres tous les 15 jours) - Couloirs (à l'auto laveuse) - Hall (à l'auto laveuse) - Poubelles
VENDREDI	<ul style="list-style-type: none"> - Toilettes (Complexe complet) - Douches (Complexe sportif complet - à l'auto laveuse) - Balayage du plateau multiports - Couloirs (à l'auto laveuse) - Hall (à l'auto laveuse) - Poubelles



Activités du Judo Club de Sainghin en Mélançois

La saison 2020-2021 du Judo Club de Sainghin en Mélançois nous aura fait connaître toutes les émotions, de la frustration tout d'abord avec une activité quasiment à l'arrêt depuis plusieurs mois et le démarrage du premier confinement le 13 mars 2020 mais aussi une immense joie avec un nombre de licences historique en cette fin de saison, 359, record du club depuis 1975, ce qui place le JCS comme le 2^{ème} plus gros club du Département du Nord sur 180 au total, 3^{ème} plus gros de la Ligue Hauts de France sur 770 et dans les 60 premiers au niveau national sur environ 9 000 structures. Cette saison paradoxale a mis en avant un sentiment d'entraide partagé tout d'abord du club envers ses enseignants en assurant un maintien de salaire global sur toute la saison puis du club envers ses licenciés en faisant le choix de rembourser les cotisations en grande partie en l'absence d'activité. Ces 359 licences démontrent quant à elles un véritable élan de solidarité envers le club et la confirmation d'une réelle confiance envers ce que nous souhaitons mettre en œuvre. Les premiers chiffres d'inscription pour la prochaine saison (plus de 230 à aujourd'hui) témoignent de cet état d'esprit.

Pour cette prochaine saison nous aurons à cœur de nous concentrer sur le tapis et sur l'exercice de nos différentes dis-



ciplines, nous organiserons également nos événements traditionnels : l'intraclub de Noël le 18 décembre 2021, notre tournoi international Christophe MAQUET qui, après deux reports, devrait bien avoir lieu en avril 2022.

Une nouveauté sera également proposée en cette rentrée avec la création d'une section Handi judo le mercredi matin, ce projet mené en collaboration avec des établissements spécialisés de Villeneuve d'Ascq est en cours de finalisation et devrait aboutir, dès septembre à l'accueil d'une dizaine de licenciés porteurs d'un handicap.

Le vendredi 2 juillet la fête du club a quand même pu se tenir, ce fut l'occasion pour remettre les résultats des passages de grade et de mettre à l'honneur les derniers hauts gradés du club.



Louis SCHOREEL au centre à gauche a obtenu son 2^{ème} Dan et son Certificat de Qualification Professionnelle (CQP) « de moniteur d'Arts Martiaux », il intègre l'équipe enseignante et Aël JORDY (au centre à droite) a quant à lui obtenu son 1^{er} Dan



Les enfants retrouvent progressivement le tatami, ici, sous le regard des parents venus en nombre ce vendredi 02.07

Cours et entraînements au club saison 2021/2022 (hors vacances *)

MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
				09h15/10h00 Babyfamille 2018 Isabelle et Louis
	10h00-12h00 Nouvelle Section Handijudo Projet 09/21 ou 01/22			10h00-11h30 Taïso Adultes 2007 et avant Isabelle
	13h30-14h30 Mini-Poussins 2 2014 Kevin et Louis	12h15-13h30 Judo Adultes 2007 et avant Kevin		
	14h30-15h30 Mini-Poussins 1 2015 Kevin et Louis			14h00-16h30 Judo Adultes 2007 et avant Kevin
	15h30-16h30 Baby 2 2016 Kevin et Louis			« Tapis libre » au travail PPG, KATA, RANDORI, etc. (Test saison 21/22)
	16h30-17h15 Baby 1 2017 Kevin et Louis			
	17h15-18h15 Poussins (technique) 2012/2013 Anthony et Louis			
18h00-19h15 Benj/Minimes (Randori) 2008/2011 Anthony et Louis	18h15-19h30 Benj/Minimes (Technique) 2008/2011 Anthony et Louis		18h00-19h00 Poussins (Randori et chutes) 2012/2013 Anthony et Louis	
19h15-20h45 Judo compétition 2007 et avant Anthony et Louis	19h30-21h00 Judo 2007 et avant Anthony et Louis		19h00-20h30 Judo 2007 et avant Anthony et Louis	
	Passerelles entre les cours - Les judokas et jujitsukas peuvent participer au Taïso, car c'est une activité sans progression technique - Les jujitsukas peuvent participer aux cours judo du mercredi et les judokas aux cours de jujitsu du vendredi			20h30-22h00 Jujitsu & Prépa grades CN 2007 et avant Philippe

Equipe d'enseignement au 01/09/2021 :

Anthony DANGRE (Directeur Sportif), Kevin FACON, Isabelle CADIERE, Philippe FRONVAL, Louis SCHOREEL ; aides-enseignants : Christian DILLY, Arnaud DEMARLE et Sébastien NAESENS (enseignants bénévole CFEB)

Inscriptions à partir du 1er juillet, **exclusivement en ligne**, via notre plateforme Njuko :

https://www.njuko.net/saison-2021-22-jcs/select_competition

Pour toute information, tél 06 24 49 03 56, anthonydangre@jcsainghin.com

Les licenciés de la saison 2020/2021, qui auront la possibilité de se réinscrire avant le 30 juin, perdront leur priorité d'inscription le 1er juillet, pour libérer les places dans les cours limités en capacité d'accueil, merci de leur compréhension.

LA COTISATION COMPREND :

l'adhésion au JCS, la licence/assurance FFJDA (20 € ou 40€, selon les cas, intégralement reversés à la FFJDA), les cours encadrés par des professeurs diplômés ou en formation, l'écusson du club pour tout nouveau licencié sauf kimono logoté (**merci de conserver l'ancien écusson en cas de changement de judogi**), la ou les nouvelles ceintures obtenues durant la saison.

Attention, prévoir 10 € pour le passeport (validité 8 ans) pour les jeunes souhaitant participer aux championnats à partir des Poussins.

La réduction famille ne peut s'appliquer que s'il y a plusieurs cotisations ; dans ce cas, dégressivité selon le nombre de personnes d'une même famille s'inscrivant en même temps, pour une même adresse officielle :

- 2 personnes au foyer, 5% de remise sur l'ensemble licence+cotisation
- 3 personnes au foyer, 10% de remise sur l'ensemble licence+cotisation
- 4 personnes au foyer, 15% de remise sur l'ensemble licence+cotisation
- 5 personnes et + au foyer, 20% de remise sur l'ensemble licence+cotisation

Attention, les places sont limitées dans les cours des plus jeunes !

Baby Famille : 20 maximum
 Baby judo 1ère année : 25 maximum
 Baby judo 2ème année : 25 maximum
 Mini-poussins 1ère année : 30 maximum
 Mini-poussins 2ème année : 35 maximum
 Poussins : 40 maximum

Pour un essai, 3 conditions : 1 inscription **au préalable** sur notre plateforme Njuko en ligne, 2 certificat médical * valide et 3 un règlement de 40 € par chèque ou en espèces à l'ordre du JCS, 2 et 3 étant à transmettre au plus tard le jour de l'essai.

* Attention : **sauf parrainage aucune tolérance en cas d'absence de certificat médical à jour, pour rappel, un certificat médical est valable une année ! Pas de certificat = pas de tatami !** ** dans le cadre des opérations de parrainage possibles, seule la signature du document de parrainage par un parent sera demandée

Grille de cotisations saison 2021/2022 (licence comprise ^{*3}) :

Section	Jours	Né(e) en	Catégorie	Tarif
Babyjudo	SAM	2018	Baby Famille (0.75h) *5	128.00 €
	MER	2017	Baby Judo 1 (0.75h)	128.00 €
	MER	2016	Baby Judo 2 (1h)	150.00 €
Judo Jeunes	MER	2014 - 2015	Mini-poussins 1 ou 2 (1h)	150.00 €
	MER/VEN	2012 - 2013	Poussins (2h) *1	160.00 €
	MAR/MER MAR/MER	2011 - 2008 2011 - 2008	Benjamins Minimes *2 (2.5h)	165.00 €
Taïso Adultes	SAM	2007 & avant	Cadets/Juniors/Seniors *2 (1.5h)	155.00 €
Jujitsu Adultes Loisir	VEN/SAM	2007 & avant	Cadets/Juniors/Seniors *2 (1.5h)	155.00 €
Judo Adultes Loisir	MER/VEN/SAM	2007 & avant	Cadets Juniors Seniors *2 (5.5h)	170.00 €
Prépa CN	MER/JEU/VEN SAM (KATA)	2007 & avant	Cadets Juniors Seniors *2 (8h25)	186.00 €
Compétition	MAR/MER/JEU VEN/SAM	2007 & avant	Cadets Juniors Seniors *2 (9h75)	202.00 €

*1 Sauf certains Poussins, sur décision exceptionnelle de l'enseignant, selon niveau ou gabarit

*2 Sauf certains Minimes, sur décision exceptionnelle de l'enseignant, selon niveau ou gabarit

*3 Tarif des extérieurs 32 €/trimestre à régler en début de trimestre (*photocopie de la licence et preuve du certificat médical à transmettre pour le 1er cours*)

*4 En période de vacances scolaires, seuls les cours adultes du mardi et du vendredi soirs sont maintenus (parfois regroupés Judo/Jujitsu le vendredi), les cours du samedi uniquement le 1er samedi des vacances)

*5 En babyfamille, la licence des adultes accompagnant est obligatoire, 40 € pour le 1er, offerte pour le 2nd

Dates de rentrée, sous réserve ouverture & protocole sanitaire

Judo Benjamins/Minimes et Adultes compétition :mardi 31/08/21

Babyjudo, Minipoussins, Poussins et Adultes Loisir :mercredi 01/09/21

Jujitsu Loisir Adultes :vendredi 03/09/21

Babyfamille, Taïso :samedi 04/09/21

Handijudo :mercredi 08/09/21

Pour toute information ayez le réflexe

www.jcsainghin.com / Page Facebook du Judo Club de Sainghin en Mélançois.

Association Sainghinoise de Badminton



A la recherche d'une activité sportive en famille ?

Besoin de vous défouler après votre semaine de travail ou de faire une coupure durant votre pause du midi ?

Rejoignez l'Association Sainghinoise de Badminton !

Cinq terrains sont mis à disposition des adhérents au Complexe Sportif de la commune du lundi au vendredi midi de 12h00 à 13h30, le vendredi soir de 19h00 à 21h00 et le dimanche matin de 9h00 à 12h30.

Que vous soyez seul ou accompagné, vous trouverez vite d'autres partenaires ou adversaires de jeu ; le partage et les échanges sont de mise sur les terrains !

A l'ASB, l'ambiance se veut conviviale et chaleureuse et régulièrement l'Association rassemble ses membres autour de pots de l'amitié, rencontre amicale, carnaval, barbecue ou encore son tournoi avec d'autres clubs alentours.

Certains dimanches matin des entraînements permettent d'acquérir les bons gestes et les bonnes pratiques et ainsi d'apprécier encore plus ce sport aux multiples bénéfices.

Les tarifs sont abordables, dégressifs et encore plus avantageux pour les jeunes et les habitants de Sainghin-en-Mélantois.

Vous avez envie de tester et de découvrir le badminton à Sainghin ? N'hésitez pas à venir nous rencontrer en ayant au préalable prévenu un membre du bureau.

Plus d'informations et tarifs sur notre site :
<https://badsainghin.kalisport.com>



Emmanuel LEVEUGLE - Président : 06.88.91.06.06
Laure DUHAMEL - Vice-Présidente : 06.84.03.51.42
Julien CAPELLE - Secrétaire
Sandrine WACQUEZ - Secrétaire adjointe
Céline GHEYSSSENS - Trésorière

badsainghin@wanadoo.fr



<https://www.facebook.com/bad59262>

Cysoing Sainghin Bouvines Basket

Le Cysoing Sainghin Bouvines Basket est un club intercommunal dont l'activité se déroule sur les communes de Sainghin en Mélantois et Cysoing ; il est fort de plus de 300 licenciés depuis cinq saisons, animé par une équipe de bénévoles dynamique et solidaire. Notre objectif est de permettre un accueil et une formation des joueurs de qualité avec un encadrement technique formé en permanence.

Pour la saison 2021/2022, 26 équipes accueilleront les jeunes et moins jeunes, la catégorie U4-U5 permet aux enfants dès leurs 3 ans de découvrir le basket sous forme de jeu et d'atelier moteur.

En U6-U7, on découvre les fondamentaux basket à travers des activités ludiques ; dès 8 ans et l'entrée en compétition, les effectifs ne sont plus mixtes et on apprend à s'entraîner.

Le Cysoing Sainghin Bouvines a des équipes dans toutes les catégories d'âge en filles et en garçons. Les enfants profitent de leurs deux entraînements hebdomadaires pour découvrir et apprendre les techniques nécessaires à la pratique du basket.

Des stages de perfectionnement dès l'âge de 8 ans sont proposés à chaque vacances scolaires.



Antonin, joueur U13M



U4-U5-U6 en activités extérieures



Seniors B, évoluant en Départemental 2

Côtés adultes, 3 équipes garçons en compétition avec l'équipe A évoluant en championnat Régional 2 (montée obtenue sur dossier à l'issue de cette saison particulière avec peu de compétitions) ; une équipe Seniors Filles qui va découvrir le niveau Départemental 1 puisqu'elle n'a pas pu jouer de matches en 2020/2021 et une équipe Loisirs Mixte qui permet de pratiquer le basket sans la contrainte des compétitions régulières.

Lancement du Basket Santé :

Le Basket Santé, ce n'est pas : du Basket Loisirs, du Sport Adapté, du Handisport, du Basket en compétition...

Une discipline accessible à tous !

Le Basket Santé est un concept qui permet l'utilisation du basket comme outil, comme support. Adapté à tout public, masculin ou féminin, jeune, adulte ou senior, avec ou sans pathologie, le Basket Santé est conçu pour la santé et le bien-être. Des séances découvertes seront organisées sur le complexe sportif de Sainghin en Mélantois courant du mois de Septembre pour permettre au plus grand nombre de découvrir cette nouvelle activité.

Pour tous renseignements :
csbb@csb-basket.org

L'Etoile Club

Après avoir tiré les enseignements d'une saison 2019-2020 « confinée », l'Etoile a poursuivi son chemin durant cette année, de fort belle manière et malgré l'interruption des compétitions mi-octobre 2020 et leur arrêt définitif prononcé le 25 Mars 2021.



Animée par une passion commune, l'équipe dirigeante s'est rendue encore plus disponible et réactive afin de satisfaire chaque licencié.



Toutes les séances d'entraînement ont été maintenues, dans le respect des directives sanitaires, grâce au travail et l'implication des joueurs et éducateurs, toutes catégories confondues.

Deux stages ont été organisés :

► Le stage de Pâques :

10 encadrants se sont relayés autour de 50 stagiaires (7 à 12 ans) du 19 au 23 avril tous les après-midis de 13h30 à 17h00 pour leur permettre de se retrouver autour du ballon et de se perfectionner.

► Nouveauté le 1er stage d'été :

40 stagiaires (7 à 12 ans) y ont participé entre le 9 et 16 juillet de 9h00 à 17h00 (demi-pension comprise).

Deux belles réussites à voir le sourire des enfants et de leurs parents

Le 5 Juin 2021, l'Etoile organisait sa 1ère journée « Portes ouvertes » : Ce sont plus de 120 enfants de 5 à 12 ans qui ont pu s'essayer au football, et montrer leur talent à travers différentes animations, ateliers techniques et mini tournois,

sous l'œil attentif de leurs parents et des éducateurs.

Par conséquent, c'est quasiment 60 nouvelles inscriptions dont 25 sainghinoises, qui ont été comptabilisées lors des permanences des samedis 12 et 19 Juin. Une excellente nouvelle pour notre association qui approchera les 400 adhérents la saison prochaine. A noter que pour la 2ème année consécutive, toute la procédure d'inscription est réalisée en ligne via le site internet du club <http://www.ecactg.fr/inscriptions/>.

L'Etoile est une grande famille et le temps des retrouvailles semblait inéluctable.

Dirigeants, joueurs, bénévoles, leurs familles, partenaires et élus se sont donc retrouvés, à Anstaing, le Samedi 3 Juillet à l'occasion de la « Journée de l'Etoile » autour d'un Tournoi de foot, de diverses activités sportives (volley, pétanque) et animations (château gonflable, jeux en bois...). Vers 19h00, 250 convives partageaient le pot de l'amitié, qui était suivi d'un barbecue géant et d'un mémorable feu d'artifices, clôturant ainsi cette magnifique journée.

Même si son activité sportive a été quelque peu ralentie de par la conjoncture sanitaire, grâce à son étroite collaboration avec les municipalités et le soutien de ses partenaires, l'Etoile, forte de ses valeurs et de ses bénévoles a su répondre aux attentes de ses licenciés, confortant le football comme vecteur du lien social.

A très vite autour des terrains
ALLEZ L'ÉTOILE

A.S Futsal



FOOT EN SALLE **LOISIR** *Sainghin en Mélantois*



Tous les **lundis** de 19h30 à 22h et les **vendredis** de 21h à 23h !

Contact : futsal.sainghin@gmail.com

Mouvement d'envol

Programme de l'association Mouvement d'Envol :

- **Qi Gong**
- **Qi Gong de la femme**
- **Programme de Pleine Conscience MBSR sur 8 semaines**
- **MBSR - Mindfulness Based Stress Reduction**
- **Randonnée Qi Gong sur l'île de Groix**

Au Complexe sportif (rue du Stade) de Sainghin en Mélançois (salle de danse)
Et pour le Qi Gong du lundi séance hybride (visio via zoom et présentiel)

Le lundi soir :

► **Qi Gong** le lundi de 18h30 à 19h30 (présentiel et visioconférence)

Le samedi matin :

► **Qi Gong de la femme** de 10h à 12h
Les 23 oct ; 20 nov ; 18 déc ; 22 janv ; 12 fév

Le samedi matin

► **Programme de méditation Pleine conscience MBSR** de 9h30 à 12h
Les 5-12-19-26 mars ; 2-9-16-23 avril et le dimanche 10 avril de 9h à 17h

Randonnée Qi Gong sur l'île de Groix

► Du 3 au 8 octobre 2021 et Du 28 mai au 2 juin 2022

Le Qi Gong est une pratique corporelle d'origine chinoise qui signifie « conduite du souffle et de l'énergie ».

Le Qi Gong agit au niveau : physique, énergétique, mental et cognitif.

Grâce à la mise en mouvement progressive et coordonnée de toutes les parties du corps et la construction d'une structure corporelle solide et dynamique, le Qi Gong aborde le travail tendino-musculaire en douceur, la respiration profonde et la concentration mentale.

Le Qi Gong source de bien être, est abordable par tous, à tous âges et permet :

Un vrai moment de pratique corporelle dans la fluidité et le plaisir de ressentir et de vivre le mouvement pour se ressourcer

Un travail sur la posture, l'équilibre et les sensations

De calmer les émotions, favoriser la détente mentale et réduire le stress

De retrouver ou entretenir la souplesse musculaire et articulaire



Programme MBSR de Méditation Pleine Conscience

est un programme qui se développe sur 8 semaines (2h30 hebdomadaire en groupe + 1 journée et 45 mn de pratiques personnelles quotidiennes) utilisant entre autres des techniques de méditation pour entraîner et développer l'attention afin de réduire le stress et améliorer les relations (aux autres, à soi-même) et développer les ressources afin d'aborder les événements de la vie plus sereinement.

Objet de nombreuses études scientifiques, il est prouvé qu'elle influence sur le développement de la perception, la conscience corporelle, les relations plus sereines, les douleurs chroniques, la régulation des émotions et du stress...



Site internet

<http://mouvementenvol.e-monsite.com>

Renseignements et inscriptions :

Caroline Bacquaert
cbacquaert@yahoo.fr

Tél : 06 10 32 18 29

Tout du Ch'min - Marche en Val de Marque

L'association «Tout du Ch'min» propose tout au long de l'année, des activités de randonnée, de marche nordique et de rando santé, sur le Val de Marque ou à proximité

- Randonnées de 8 à 11 km, chaque vendredi matin et mardi après midi
- Séances de marche nordique chaque samedi matin, et séances plus sportives les jeudis soir
- Activité Rando Santé® le jeudi matin
- Randonnée à la journée ,1 dimanche/ mois sur des destinations plus lointaines

Pour celles et ceux qui souhaitent découvrir l'une de ces activités, il est possible de participer à 2 sorties à l'essai.

Pour la marche nordique des bâtons sont prêtés.

Par ailleurs, l'association organise chaque année des événements ouverts au public, et destinés à faire découvrir et apprécier le territoire du Val de Marque avec notamment les randonnées en Val de Marque au printemps et les parcours de randonnée au départ de Péronne dans le cadre des Chemins du Mélançois.

L'association assure également l'entretien et le balisage du sentier de randonnée GR 121B entre le Marais de Bonnance à Fretin et le lac du Héron, et milite pour la création d'un réseau de chemins sur le Val de Marque.

Montant de l'adhésion pour l'année : 35 € (du 1^{er} Septembre 2021 au 31 Août 2022)

Cette cotisation permet de pratiquer une ou plusieurs activités proposées.



Tout du Ch'min
Marche en Val de Marque



Pour tous renseignements :

Téléphone : 06 86 37 56 49

Mail : toutduchmin@gmail.com

Site internet :

<http://www.toutduchmin.com>

Art et Passion en Mélantois

Notre association vous propose divers ateliers de peinture dans une ambiance chaleureuse et conviviale.

Exposition annuelle des œuvres réalisées, salle des Fêtes de Sainghin en Mélantois, le 3^{ème} week-end de Novembre.

Déjà quelques adhérents se sont retrouvés fin Juin et vous attendent nombreux à partir de Septembre (mesures sanitaires en cours) à la Maison des Associations de Sainghin, rue du Maréchal Leclerc, aux heures des ateliers.



Président
famillejoly@gmail.com

Venez nous voir !
Le premier cours est gratuit.

ART et PASSION
EN MÉLANTOIS

AQUARELLE :
Le vendredi de 14h00 à 16h30
Animateur : Emmanuel VANDEKERKOVE
Initiations et réalisations d'aquarelles
vanderkerkoveemmanuel@live.be

HUILE :
Le vendredi de 16h30 à 19h00
Animatrice : Christine PARMENTIER
Cours de peinture à l'huile, acrylique et pastels
christieparmentier@gmail.com

Papiers Couleurs



L'association Papiers Couleurs
vous propose un nouvel atelier :
TAPISSERIE D'AMEUBLEMENT

Avec une expérience de plus de 25 ans, je propose des cours de tapisserie d'ameublement à la maison des Associations de Sainghin en Mélantois le lundi de 14h à 17h.

Je vous guiderai dans les différentes étapes de la réfection de votre siège :
pose des sangles, ressorts, mise en crin, jusqu'à la phase finale.



Si vous êtes intéressé(e) contactez

Brigitte au 06 88 18 42 25 ou à l'adresse suivante : brigitte59@gmail.com



Atlas & Compagnie

J'interviens pour la compagnie Atlas depuis plus de 10 ans en tant que formateur, directeur d'acteurs et metteur en scène. J'étais encore il y a peu intermittent artiste comédien, et suis notamment formé à l'improvisation théâtrale, au théâtre classique et burlesque, au clown, à la marionnette à fils et à la voix off.

Ateliers théâtre adultes :

- Une prédilection pour l'accompagnement clown

Je me suis centré sur le travail du clown auprès de Marcelle PLUMAT, de l'Espace Catastrophe de Bruxelles, de la compagnie Nez à Nez d'Epinal et du Prato de Lille, notamment, et me réjouis d'accompagner des acteurs amateurs sur l'espace de plaisir du jeu clown.

L'univers du clown allie spontanéité, technicité, créativité, présence à soi et aux autres dans un plaisir du jeu (je) particulièrement ludique. On ne fait pas le clown, on le devient. Le clown est une caricature de soi-même qui joue de décalage et de dérision. Il offre l'expérience d'une présence particulière au monde, accueillant ce qui advient comme un cadeau du présent, réagissant aux situations suivant sa propre logique, quittant le carcan des conventions sociales en s'amusant de tout. Le clown pourrait se définir comme un espace intermédiaire d'entre deux mondes, celui de la poésie qui s'exprime entre réalité et imaginaire.

- Modalités :

Je me tiens ainsi disponible pour la mise en place de sessions d'initiation et de perfectionnement d'une à deux journées, les week-ends, sur Sainghin.



Il suffit de prendre contact avec la compagnie, ou, et, de vous rendre sur la page facebook pour vous informer du programme en place.

Ateliers enfants et adolescents :

- Un travail sur l'improvisation et le texte

Je travaille avec les enfants et les adolescents sur l'improvisation théâtrale, et propose une interprétation de texte en seconde partie d'année.

- Modalités :

J'ai proposé des cours de théâtre enfants et adolescents, depuis quelques années, qui n'ont pas rencontré de participation suffisante pour constituer un groupe. Je prends toutefois en compte le désir de vos enfants (ou le vôtre sur vos enfants), et constitue une liste de participants potentiels afin de proposer un atelier dès lors qu'un groupe de 8 personnes sera atteint.

Pour bénéficier des cours et d'informations complémentaires, veuillez me contacter par l'un de ces moyens :

Page d'information Facebook :

<https://www.facebook.com/groups/atlasetcie>

Email : AtlasEtCie@sfr.fr

Téléphone : 06.19.32.21.38

Bienvenue...
Théâtralement vôtre.

Tony Flament,
formateur et directeur d'acteurs

Bibliothèque pour Tous

La bibliothèque de Sainghin en Mélois, membre du réseau « Culture et Bibliothèque Pour Tous », association loi de 1901 reconnue d'utilité publique, agréée Education Nationale depuis 2018, accueille petits et grands tout au long de l'année pour éveiller et cultiver le plaisir de lire.

Une équipe de 16 bibliothécaires, toutes bénévoles et ayant suivi la formation spécifique au réseau « Bibliothèque Pour Tous » se tient à votre disposition pour vous guider dans la bibliothèque et vous conseiller, si vous le souhaitez, dans vos lectures.

Environ 10.000 titres sont disponibles pour les adultes, les ados, les enfants et les tout-petits : livres d'images, contes, un grand nombre de BD pour tous les âges, mangas, romans, documentaires, biographies, livres en gros caractères... Des nouveautés sont très régulièrement achetées pour compléter notre offre.

Le montant de l'inscription familiale annuelle est de 8 €. Les livres sont prêtés pour 3 semaines moyennant une petite participation.

Après deux années perturbées par la crise sanitaire nous espérons pouvoir reprendre nos animations habituelles à la rentrée :

- Heure du conte les mercredis matins de 10h30 à 11h30 pour les petits de 3 à 7 ans.
- Prix Livrentête organisé dans les écoles avec la collaboration des enseignants.

- Spectacle de marionnettes dans les classes maternelles de Sainghin et à la bibliothèque.
- Accueil régulier et prêt gratuit de livres aux classes dont les enseignants le souhaitent.

Et pour les adultes :

- Participation au prix « Lire Elire », prix littéraire organisé par l'association Bibliothèques Pour Tous Nord Flandre.
- Opération « portes ouvertes » lors de la braderie et vente à tout petits prix de livres « désherbés » en cours d'année.
- Rencontre avec un(e) romancier(e).

Bibliothèque Pour Tous :

222, rue du Maréchal Leclerc

59262 Sainghin en Mélois

Tel : 03 20 41 07 91

Adresse mail : biblio.sainghin@free.fr



La bibliothèque est ouverte :

- ▶ lundi, mardi et vendredi de 17h à 19h
- ▶ mercredi et samedi de 10h à 12h
- ▶ Pendant les vacances scolaires : mardi et vendredi de 17h à 19h

La liste de nos derniers achats est consultable sur le blog :

<http://bibliosainghin.canalblog.com>

ou sur notre site :

cbpt59.com sur lequel vous pouvez réserver des livres.



Chorale de l'Amitié

La chorale a connu, comme toutes les autres associations, une année difficile.

Néanmoins, elle a eu à cœur de maintenir sa participation aux funérailles, afin de soutenir les familles en deuil.

Pas de répétitions régulières pendant plusieurs mois... Depuis peu la lumière nous apparaît au bout du tunnel. Nous avons même pu, grâce à la municipalité, participer à une « mini » fête de la musique le 21 juin dernier.

Nous espérons qu'en septembre la vie reprendra normalement !



Pour tout renseignement,
contacter :
Colette MERCIER :
co.mercier@free.fr

Sachez que vous pouvez tous venir chanter avec nous, c'est bon pour le moral !

Les répétitions ont lieu le jeudi soir, de 20 heures à 21 heures 30.

Société Historique

Elle est sur les starting-blocks !...

Mais elle attend des conditions sanitaires meilleures pour proposer à nouveau sa revue, ses visites, ses expositions et retrouver son public

- aux Journées Européennes du Patrimoine le dimanche 19 septembre 2021 de 10 à 12h30 et de 14 à 17h pour la visite de l'église, le récit des résultats surprenants des fouilles archéologiques, de la montée au clocher et de la projection permanente d'un diaporama sur les expositions passées.
- à son Assemblée Générale le samedi 25 septembre 2021 de 10 à 12 h salle du presbytère.

Nul doute que sa mission consistera, pour les générations futures, d'écrire un article sur la période COVID 19 !!



Contact : **Michèle MOUVAUX**
03 20 41 30 62
Courriel :
mouvouxmichèle.59262gmail.com

EF2M

L'EF2M propose des cours collectifs et individuels pour enfants et adultes. Notre enseignement privilégie le plaisir de pratiquer son instrument au travers des séances ludiques et conviviales, dispensées par nos professeurs, tous musiciens professionnels.

L'apprentissage repose sur l'actualité musicale et sur les standards de la musique populaire de tous styles : pop, variété, rock, blues, funk, chanson française.



DES COURS DE MUSIQUE POUR TOUS !

Guitare, chant, piano,
batterie, basse, saxophone,
groupe, chorale, M.A.O. ...

Avec ou sans solfège !

Pour tous les niveaux,
des grands débutants aux confirmés.

Cours mis en place cette année : Eveil musical, guitare, batterie, basse et piano.

TARIFS ANNEE 2021/2022

- ▶ cours collectifs à partir de 320 euros (30 cours d'une heure)
- ▶ cours individuels à partir 450 euros (30 cours de 30 minutes)



Ecole de musique
Renseignements et inscriptions
mail : contact@ef2m.com
téléphone : 03 20 26 46 47

« 7Lieux » en 2021 (spécial COVID) (si les conditions sanitaires le permettent !)

L'écologie à portée d'esprit L'écologie à portée de main

Le centre de coordination de 7Lieux :
au 379 rue du Maréchal Leclerc
59262 Sainghin en Mélantois
Tél. : 03 20 34 90 62
courriel : contact@7lieux.com



www.7lieux.fr - www.7lieuxvillage.com
Un Facebook - Un Instagram

Organisation du 6^{ème} Salon événement « Art'Expo 2021 » les 30 et 31 Octobre 2021 :

« ART'expo » exposition/vente pour des artistes amateurs et professionnels qui traduisent l'écologie en photos, peintures, sculptures, artisanat et toutes formes d'expressions artistiques ... (détails sur www.7lieuxvillage.com)

Des mini-confs et mini-visio-confs (internet) : voir sur le site : www.7lieux.fr

Des Ateliers pratiques par Internet, un Repair'café par Internet, la Collecte des Bouchons en Liège dans la métropole lilloise, l'Éco-boutique et les bonnes affaires 7Lieux



Tous Renseignements et contact :
« 7lieux » : Tél. : 03 20 34 90 62
courriel : contact@7lieux.com
Espace 7lieux coordination et animation
au 379 rue du Maréchal Leclerc
59262 Sainghin en Mélantois



Les Chemins du Zéro Déchet

Créée il y a 5 ans, l'association poursuit son intention : chacun et ensemble réduire notre impact sur l'environnement. Elle s'émerveille des petits pas réalisés chaque jour grâce à l'intelligence collective. Elle est fière de fédérer au-delà de ses prévisions, des participations joyeuses et efficaces. Désormais ensemble :



8 bacs Incroyables Comestibles sont disséminés dans la commune et entretenus par le voisinage. Tomates, courgettes, courges, herbes aromatiques ... sont à disposition. N'hésitez pas à co-jardiner avec vos voisins et à vous servir. De bons moments de convivialité à partager !

ON REPARE avec le **Repair Café de la Marque** (1^{er} Repair Café intercommunal) en collaboration avec les 7 lieux.

Plutôt que de racheter ou de jeter, venez apprendre à réparer avec les bénévoles : appareils électroniques, électriques, informatiques, vélos, etc.

Rendez-vous chaque 3^{ème} jeudi du mois.

- ▶ **JEUDI 16 SEPTEMBRE**
à Sainghin-en-Mélantois
- ▶ **JEUDI 21 OCTOBRE**
à Anstaing
- ▶ **JEUDI 18 NOVEMBRE**
à Chéreng
- ▶ **JEUDI 16 DECEMBRE**
à Sainghin-en-Mélantois

Info et Inscription :
repaircafedelamarque@gmail.com

ON FABRIQUE des produits ménagers, des cosmétiques, des sacs à vrac, etc... sous forme d'ateliers.

ON COMPOSTE, ON RECOLTE
Grâce au soutien de la Municipalité et de la MEL, désormais

ON REDUIT NOS DECHETS
avec le Défi Familles Zéro Déchet : plus de 12 rendez-vous nous ont permis d'apprendre à composter, à coudre nos sacs à pains, à cuisiner des fanes et préparer des gourmandises en évitant les déchets ou encore fabriquer nos cosmétiques au naturel.

Les prochains projets s'inspireront de vos idées et suggestions. Si notre dynamique vous intéresse, rejoignez-nous !

REUNION DE RENTREE

Mercredi 22 septembre 2021 à 20h00
à la Maison des Associations
ou en visio si les conditions sanitaires l'exigent



Pour nous contacter :
lescheminsduzerodechet@gmail.com

Pour suivre notre actu et connaître les prochaines réunions : Facebook / Les Chemins du Zéro Déchet

Présence et Amitié

Avec la crise sanitaire, le Club Présence et Amitié de Sainghin ne s'est pas réuni au grand dam de ses participants qui attendent impatiemment, en temps normal, le mardi après-midi pour se rencontrer et se distraire.

Ce manque a pu être légèrement compensé par deux repas au restaurant en juin et septembre 2020, quand cela était possible, avec le respect des gestes barrières.



Afin de ne pas terminer tristement l'année, un petit colis a été remis à chaque adhérent pour compenser le goûter de Noël qui n'a pas pu se faire.

Nos activités reprendront en septembre et nous serions heureux d'accueillir de nouveaux membres pour partager convivialité et bonne humeur tous les mardis après-midi de 14h à 18h, à la Maison des Associations.

Secours Populaire

Le Secours Populaire reçoit toute l'année, en respectant le protocole sanitaire, sauf en août, les familles en difficultés et nous mettons tout en œuvre pour leurs apporter aide et soutien.

Distribution de colis :

- ▶ Les mardis et jeudis de 13h45 à 14h15
- ▶ Les samedis de 10h30 à 11h30



Au local des maisons des associations au 210, rue du Maréchal Leclerc.

Pour tout renseignement, contactez :
Mme DELMARQUETTE Marie-Josée
au 06 50 95 09 48

Le Secours Catholique

Le Secours Catholique : une équipe composée de bénévoles et d'un salarié accompagne chaque année des personnes en situation de précarité.

NOS ACTIONS :

▶ **Accueil-Ecoute-Accompagnement** : une permanence d'accueil à Templeuve pour le secteur de Sainghin, pour toutes personnes en difficultés matérielles ou psychologiques. Chaque bénévole prend le temps :

d'accueillir, d'écouter et d'identifier leurs besoins,

d'apporter les premières aides d'urgence et de favoriser l'accès aux droits,

de proposer un accompagnement personnalisé dans la durée.

▶ **Alphabétisation et FLE (Français Langue Etrangère)** : Cet apprentissage leur permet d'être plus autonomes dans leurs démarches de la vie quotidienne mais aussi de se former ou de trouver un emploi.

▶ **Boutiques solidaires** : ouvertes à tous, les personnes en difficulté financière choisissent leurs vêtements pour un prix modique dans un lieu de rencontre convivial

▶ **Groupe « REPARTIR »** : chaque semaine pendant trois mois à Seclin, des bénévoles accompagnent un groupe de personnes à travers différents ateliers. En venant à ces ateliers, les participants gagnent une somme d'argent qui servira à réaliser un projet individuel. Cette action « Repartir » permet de rompre l'isolement, en participant à des activités autour de divers thèmes tels que les relations Parents / Enfants, l'alimentation, la relaxation, les économies d'énergie, la culture...

Le principe visé est de promouvoir l'autonomie et la dignité de la personne. Le groupe



« Repartir » est un lieu d'accueil, d'écoute et d'accompagnement.

▶ **Groupes de convivialité** : pour rompre la solitude (autour d'une activité comme la couture, la cuisine, la balade...) les personnes accueillies se retrouvent régulièrement pour échanger sur leur quotidien.

▶ **Accueil Familial de Vacances** : proposer aux enfants de famille en précarité de partir en vacances dans des familles d'accueil bénévoles. En changeant de cadre de vie, les enfants s'épanouissent au contact d'autres adultes et enfants avec lesquels ils créent des liens dans la durée.

▶ **Projets familiaux de vacances** : dans le cadre de ses actions d'accompagnement, le Secours Catholique propose d'aider des familles à élaborer leur propre projet de vacances : lieu, date, transports, budget, recherche de financement...

▶ **Soutien scolaire** : individuellement ou collectivement, des enfants se découvrent des capacités, des potentiels et reprennent confiance en eux. C'est aussi l'occasion d'accompagner, si besoin, l'ensemble de la famille sur d'autres difficultés.

▶ **Jardin collectif et solidaire** : autour d'un projet de permaculture à Seclin, Ce jardin a une vocation sociale pour permettre à des personnes isolées, éloignées du monde du travail, en précarité... de se retrouver autour d'un projet concret et pédagogique.



Pour toute information :
Tél : 07 69 17 88 15
ou 06 74 79 98 01
Permanences d'accueil à Templeuve : le mardi à 9h30
Tél : 06 80 90 72 77

NOTRE JOURNÉE NATIONALE :
le 3^{ème} dimanche de novembre

Amicale laïque Pasteur

AIDE AUX DEVOIRS

Atelier ouvert à tous les écoliers et collégiens

Les lundis et jeudis de 16h à 18h



CLUB NATURE CPN Connaître et Protéger la Nature

Notre association est adhérente à la FCPN (Fédération des clubs CPN). Elle s'intéresse ainsi de très près à tout ce qui concerne l'environnement et la nature près de chez vous. Vous pouvez adhérer directement à « nature en famille ». Vous recevrez régulièrement de multiples informations ainsi que des fiches d'activité pour les enfants. <https://www.nature-en-famille.org/>



Inscription sur place
Adhésion 5€ pour l'année scolaire.

N'hésitez pas à consulter notre panneau d'affichage

Contacts :
Salle Pasteur Maison des Associations
210 rue du Maréchal Leclerc
à Sainghin-en-Mélantois

Régine Picavet 07 69 56 06 49
Mail : amicalepasteursainghin@neuf.fr

Reprise : lundi 13 septembre 2021

■ Pour qui l'aide aux devoirs ?

En priorité à destination des écoliers et collégiens en difficulté scolaire, mais aussi pour décharger les parents de la séance de devoirs à la maison une à deux fois par semaine.

■ Par qui est encadrée l'aide aux devoirs ?

Par des bénévoles compétents pour un suivi individualisé.

■ Comment se déroulent les ateliers ?

Les enfants viennent directement à la sortie de classe. Ils prennent un goûter offert par l'association et font leurs devoirs avec l'aide d'un bénévole.

■ Qui peut être bénévole ?

Tout adulte qui le souhaite : aucune connaissance particulière n'est demandée. Il suffit d'accompagner les enfants avec patience et bienveillance. N'hésitez pas à prendre contact si vous souhaitez rejoindre notre groupe.

L'Association des Parents d'Elève de l'école Saint-Exupéry

L'Association des Parents d'Elève de l'école Saint Exupéry a pour vocation le bien-être de nos enfants dans leur scolarité primaire et maternelle.



Quelques surprises vous attendront : Réservez votre soirée et préparez votre plus beau déguisement !

Les opérations menées tout au long de l'année permettent d'apporter un soutien financier aux différents projets pédagogiques de l'école.

Cette année, nos enfants ont eu le plaisir de participer à un projet numérique et ainsi créer un film d'animation dans chaque classe.

L'année prochaine, les enfants pourront suivre des ateliers autour de la gestion des émotions.

L'APE c'est aussi des moments de partage avec des manifestations et préparations qui sont aussi l'occasion de créer du lien entre les parents de l'école. Et c'est toujours dans une ambiance festive et conviviale que l'on se retrouve.

L'APE c'est nous, c'est vous !

L'APE est ouverte à tous et nous sommes à l'écoute de toutes les propositions 😊 Ce qui fait notre force, c'est l'addition de toutes les idées et les compétences de chacun !

A vos agendas !
Quelques-unes de nos actions phares...

► Fête des allumoirs :

Le vendredi 22 octobre 18h30: la traditionnelle fête des allumoirs : à la lumière de vos lampions, nous vous proposerons une petite balade à la tombée de la nuit puis nous nous retrouverons à la salle des fêtes pour un moment convivial autour d'un petit verre.

► Week-end spectacle ou cinéma :

Du 3 au 5 décembre

► Week-end Jeux :

Du vendredi 18 au dimanche 20 mars, tout un week-end dédié aux jeux !

► Fête de l'école :

Le samedi 25 juin, une journée et une soirée de fête pour clôturer l'année en beauté !

Chorale, danses, château gonflable, restauration, bar, tournoi de foot, jeux traditionnels pour les petits et karaoké pour tous

► A la veille de chaque vacances :

Les vendredis précédents les vacances de Noël, de Février et de Pâques, nous organiserons une opération pizza. L'APE vous livre de délicieuses pizzas pour tous les goûts à la sortie d'école.

Retrouvez toutes les actualités de l'APE en consultant notre site :

www.ape-stexupery.com

ou en vous abonnant à la newsletter ou encore en consultant notre page Facebook.

<https://www.facebook.com/apestexupery>

Bonne rentrée à tous

L'APE

Améliore la Vie

L'histoire d'Améli'ore la vie est celle d'un départ brutal et injuste qui nous a touché en plein cœur...

Améli'ore la vie... C'est quoi?

C'est une association créée en 2018 qui a pour buts de:

- Soutenir la recherche sur les sarcomes (une forme peu connue du cancer)
- Contribuer à sensibiliser et informer l'opinion publique ainsi que les professionnels de santé.
- Participer à l'amélioration du confort de vie des malades et de leur famille.

Qui sont les participants ?

Un groupe de bénévoles, mobilisés et volontaires sur des actions ciblées... et vous êtes les bienvenus pour nous rejoindre !

Comment œuvre-t-elle?

En collectant des fonds, par le biais de manifestations et d'événements variés, qu'elle reverse directement à Oscar Lambret.

En faisant appel à la générosité de chacun pour faire bouger, régresser et combattre la maladie...

A quoi contribue-t-elle ?

Nous choisissons avec Oscar Lambret les programmes de recherche et actions concrètes auxquels nous voulons participer, pour que chaque don soit utile, et reversé à 100%.

Quelques exemples ?

Pour la recherche... Nous avons participé au financement d'une étude sur l'efficacité d'un traitement sur le sarcome.

Pour les patients... Nous avons contribué à un programme socio-esthétique pour leur

offrir un moment de bien-être, de soin et de plaisir.

Quelles sont ses prochaines actions ?

- ▶ Le **13 novembre 2021** :
Sa soirée annuelle à la salle de Sainghin-en-Mélantois
- ▶ Les **11 et 12 décembre 2021** :
Le marché de Noël de Sainghin en Mélantois
- ▶ Les **19 et 20 février 2022** :
Deux représentations d'une pièce de théâtre par la troupe Mandragore

Vous voulez en savoir plus sur l'association et connaître le détail de nos manifestations ?

Connectez-vous sur notre site :
<https://www.ameliorelavie.fr>

Vous voulez nous aider à lutter contre le sarcome et nous soutenir ?

- **Vous pouvez envoyer vos dons :**
 - ▶ A l'adresse suivante :
(en indiquant aussi votre adresse mail pour recevoir un reçu fiscal si vous le souhaitez)

Améli'ore la vie :
21 rue Bigotte
59262 Sainghin en Mélantois

- ▶ En cliquant sur « Faire un don » directement sur notre site !

- **Vous pouvez nous rejoindre** et nous proposer de nouvelles actions en nous envoyant un mail : ameliorelavie@gmail.com
- **Vous pouvez adhérer et partager la page facebook de l'association**

Améli'ore
la vie



Dix-Vins en Mélantois : Le Club des œnophiles

Après plus de 18 mois de régime sec, nous espérons être enfin de retour à la rentrée de septembre 2021, si toutefois les « contraintes sanitaires » nous le permettent.

Les dégustations devraient pouvoir reprendre leur régime normal, toutes les 6 semaines environ ; nous communiquerons ultérieurement les dates prévues. N'hésitez pas à nous communiquer vos nom et adresse courriel pour recevoir nos invitations.

Nos prochaines rencontres auraient pour thème : Les rouges de Provence - Les vins de Savoie - La dégustation de Champagnes, traditionnellement en décembre - Les Madiran - Les muscadets (il en est de surprenants !) etc. Les idées ne manquent pas !

Je rappelle que ce club n'est absolument pas réservé aux initiés, au contraire, il est prévu pour les « amateurs » au vrai sens du terme. Les séances sont animées par un œnologue ou un vigneron prêt à répondre à toutes vos questions ; il est également fourni à chacun un document se rapportant au programme du jour. Une fiche permet à chacun de consigner ses commentaires sur les crus et ses propres notes, sur la « robe » le « bouquet » et la « bouche » avec l'aide et les conseils de l'œnologue.

Nous mettons à disposition pain, fromage, saucisson et bien sûr le verre à dégustation !

D'autre part la cotisation annuelle reste très raisonnable à 30€, tandis que la participation aux dégustations coûte de 15€ à 20€ selon les vins dégustés. Il est également possible de venir ponctuellement moyennant une participation de 25€ à 30€.

Les deux dernières éditions du Salon de la Vigne et de la Gastronomie 2020 et 2021 ont été annulées, mais nous gardons espoir de faire renaître cette manifestation en 2022. La date a été arrêtée au 1^{er} weekend d'avril, soit les 2 et 3 avril 2022. Réservez dès maintenant ces dates pour enfin retrouver vos viticulteurs préférés et regarnir votre cave !

Pour recevoir les invitations aux dégustations, inscrivez-vous auprès du club (nom, prénom, adresse, téléphone et adresse mail) à :

dix.vins.melantois@free.fr

ou

Gérard MERCIER
gerardgm@free.fr
06 76 06 31 57

Corinne MARGUERITE
corinne.marguerite@gmail.com
03 20 41 03 36

Francis BRASSEUR
frbrasseur@free.fr
03 20 84 12 89



À bientôt !

ASSOCIATIONS NE FIGURANT PAS DANS LE LIVRET

Associations liées aux écoles

■ **A.P.E.L**
(Association Parents d'élèves école privée)
Mme DECOSTER Céline et
Mme RAZAFFERSON Sandrine :
apelsaintjosephsainghin@gmail.com
06.63.26.75.91

Associations sportives

■ **ATELIER DANSE**
Mme WATELET Christelle :
xtelle.watelet@hotmail.fr
06.03.39.80.61

■ **GYMNASTIQUE VOLONTAIRE**
Mme BROUX Martine :
gvyogasainghin@gmail.com
03.02.79.01.64

■ CAVALIERS DU MELANTOIS

M. RABOT Didier :
didier@harasdumelantois.com
03.20.34.25.95

■ **PEVMEL ASSO** (Marche)
Mme LECLERCQ Nelly :
nelylec@orange.fr
06.11.69.09.68

■ **SOCIETE DE PECHE**
M. ROGER Pascal :
pascal_du_59262@hotmail.fr
03.20.41.34.30

■ TAEKWONDO

M. SADOK Hassane :
hasadok@gmail.com
postmaster@taekwondo-sainghin.fr
06.77.92.53.04

Association caritative

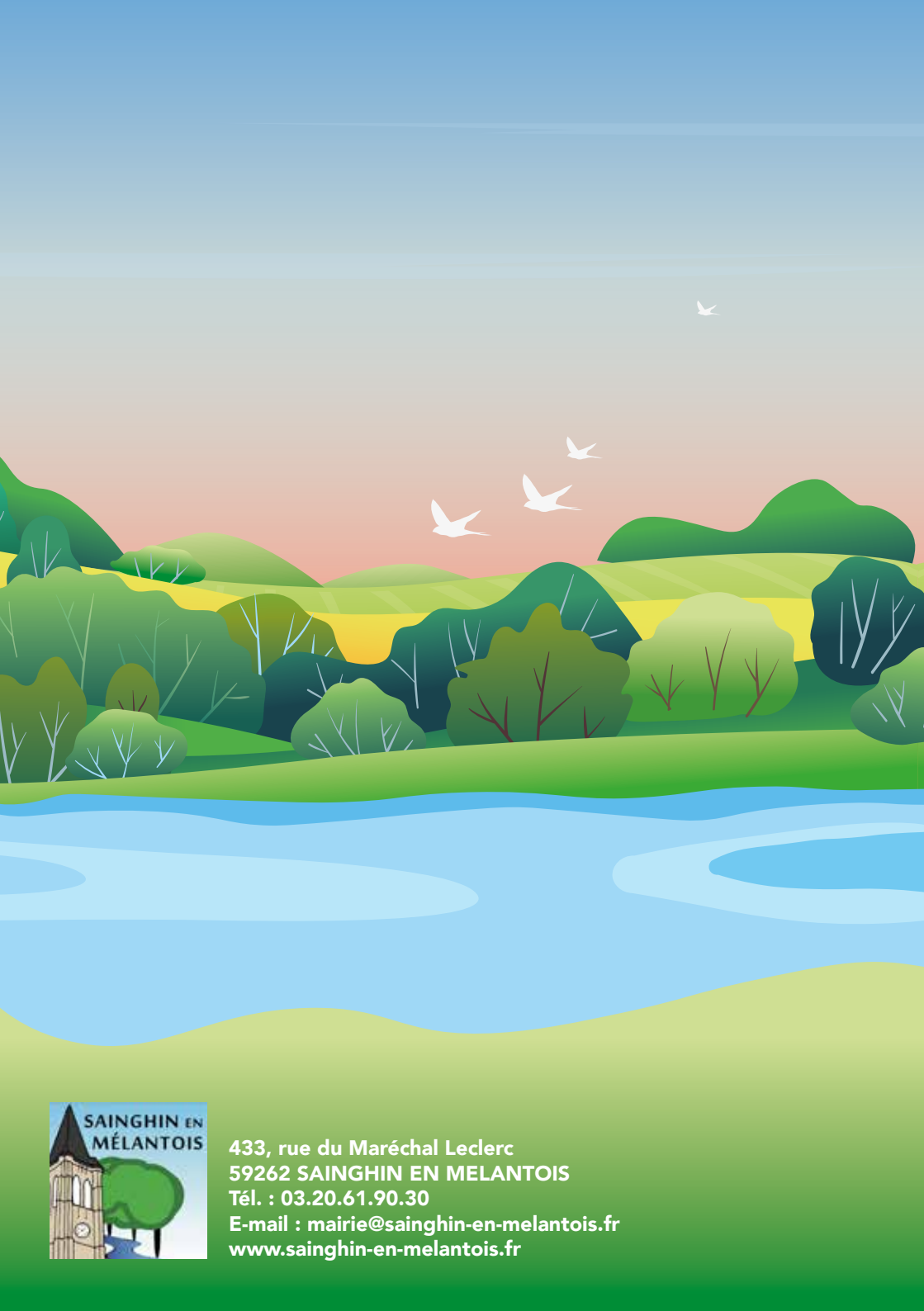
■ **LES MOM'ZELLES**
Mme PETER Isabelle :
lesmomzelles@gmail.com
06.78.87.95.01

Associations diverses

■ **ADMR**
M. DEON Francis :
contact.sainghin-en-melantois@fe-
de59.admr.org
03.20.84.29.62

■ **CLUB DES VEILLES CARROSSERIES SAINGHINOISES**
M. DEMERRE Patrice :
vieilles.carrosseries59@gmail.com

■ **SOCIETE COLOMBOPHILE LA PATRIE**
M. LECLERCQ Thomas :
thomas.leclercq@sfr.fr



433, rue du Maréchal Leclerc
59262 SAINGHIN EN MELANTOIS
Tél. : 03.20.61.90.30
E-mail : mairie@sainghin-en-melantois.fr
www.sainghin-en-melantois.fr