

CENTRE SOCIAL ET SOCIOCULTUREL PROMESSES

2023
2024

PROMESSES

ENFANCE
JEUNESSE

FAMILLE

ADULTE



9 rue honoré de balzac 59139 Wattignies Tél: 03.20.60.07.33  CentreSocial Promesses

email: accueil@cspromesses.fr

www.centresocialpromesses.com

INFOS PRATIQUES

HORAIRES

Les activités du centre ont lieu du Lundi au Samedi

L'accueil est ouvert du Lundi au Vendredi :

Le matin de 9h à 12h

L'après midi de 14h à 19h

ADHESION

Le Centre Social Promesses étant associatif,
l'adhésion est obligatoire pour accéder aux ateliers

- Adhésion individuelle : 8 euros
- Adhésion familiale : 11 euros

Tarif divisé par 2 pour les allocataires du R.S.A. et l'A.A.H

INSCRIPTION

ENFANT / JEUNE (-18 ans)

- 1- Dossier d'inscription à compléter au secrétariat
- 2- Fiche sanitaire dûment complétée
- 3- N° allocataire C.A.F
+ attestation paiement C.A.F
- 4- Certificat médical pour les activités sportives

ADULTE

- 1- Dossier d'inscription à compléter au secrétariat
- 2- Présentation du dernier avis d'imposition reçu
- 3- Certificat médical pour les activités sportives

ENFANCE / JEUNESSE

Promesses loisirs

Activités de loisirs destinées aux enfants de 6 à 12 ans : activités manuelles, sportives, grands jeux et nombreuses sorties.

Mercredi de 9h à 17h

Périodes vacances scolaires de 9h à 17h.

Possibilité de garderie 8h à 9h et de 17h à 18h.



Atelier Théâtre

Développer son imaginaire, explorer des situations, jouer des personnages, acquérir une confiance en soi.

Jeudi de 17h30 à 19h.



▲ Atelier Scrabble

S'amuser en apprenant autour du calcul et de l'orthographe.

Jeudi de 17h30 à 19h.

▲ Accompagnement pédagogique

Dès le C.P nous accompagnons vos enfants dans le suivi de leur scolarité. Nous leur proposons des activités ludiques, sportives et culturelles.

Lundi, Mardi, Jeudi et Vendredi de 16h30 à 18h.

Cours d'anglais

Initiation à la langue anglaise avec des ateliers ludiques pour vos enfants.

Vendredi de 17h30 à 18h30.

Séjours de vacances (6/11ans)

Séjours printaniers et estivaux dans la région pour les plus jeunes et dans le Sud ou à l'étranger pour les adolescents.

Plus d'informations auprès de l'accueil.

ENFANCE / JEUNESSE

▲ Projets autonomes

Bourse au permis de conduire
En partenariat avec le Service Jeunesse de la municipalité, notre responsable jeunesse vous aidera à l'élaboration de vos projets.

Promesses Ados

Divers jeux, activités et sorties à destination des ados, (megaquizz, blind test, foot, ping-pong, multisport, piscine, bowling, laser-game, réalité virtuelle, etc...)

Mercredi et Samedi de 14h à 18h

Périodes vacances scolaires de 9h à 17h

Atelier Manga (9/13ans)

Découverte et apprentissage de multiples techniques pour réaliser des personnages de manga. Développement de la créativité et de l'imagination.

Lundi de 17h à 18h

Piscine (6/15ans)

Mardi de 17h à 18h30



Atelier de danse :

**Expression corporelle (4/5ans)
Mercredi de 16h à 17h**

**Expression corporelle (6/8ans)
Mercredi de 15h à 16h**

**Danse Modern Jazz (9/11ans)
Mercredi de 14h à 15h**

**Danse Modern Jazz (12ans et plus)
Mercredi de 17h à 18h**

▲ Point Cyber

Atelier qui regroupent apprentissage et perfectionnement de la photo, initiation à la vidéo, initiation et perfectionnement à la musique (MAO) ainsi qu'à la Technique de l'information et de la Communication (TIC).

Lundi, mardi, jeudi, vendredi de 18h à 19h

ENFANCE / JEUNESSE

Tarifs et règlements

Tarifs de Promesses Loisirs/Ados

Quotient Familial	Sans Forfait Mercredi / Vacances		Forfait Semaine Vacances uniquement		
	Journée + Repas	1/2 Journée	Journée + Garderie*	Repas + Après-midi	Après-midi
0 - 369	3,80€	1,00€	14,00€	12,50€	7,50€
370 - 499	3,80€	1,00€	16,00€	14,50€	8,50€
500 - 700	4,80€	1,50€	20,00€	18,50€	11,00€
701 - 800	5,80€	2,00€	24,00€	23,50€	13,50€
801 - 915	7,30€	3,00€	30,00€	27,50€	16,00€
916 - 1100	9,30€	3,50€	35,00€	33,50€	20,00€
1101 et +	11,30€	4,50€	45,00€	43,50€	25,00€

* De 8h à 9h et de 17h à 18h

Tarifs d'activités trimestrielles

Quotient Familial	0 - 500	501 - 600	601 - 700	701 - 900	901 et +
Activités Danse / Anglais/ Manga/ Théâtre	18,00€	22,00€	28,00€	38,00€	45,00€

Tarifs d'activités annuelles

Quotient Familial	0 - 500	501 - 600	601 - 700	701 - 900	901 et +
Activités Danse / Anglais/ Manga/ Théâtre	45,00€	55,00€	75,00€	100,00€	120,00€

Quotient Familial	0 - 700	800 et +
Piscine / Ados Carte 10 entrées	10,00€	15,00€

Il n'y a pas de remboursement en cas d'absence de l'enfant (un avoir sera accordé sur présentation d'un certificat médical)
Supplément de 3,00€ si réservation le jour même
Si pas de forfait : Sortie 4€ Repas : 1,80€
Retards possibles en cas de sortie.

FAMILLES

▲ Une Promesse Parentale

Cet atelier vise une prise de conscience par les parents de leurs compétences en leur donnant des astuces qu'ils pourront réutiliser dans leurs quotidiens et leur permettre de prendre la place de parent.

Un lundi par mois de 9h à 11h



▲ Randonnées familiales

À pied ou à vélo, en demi-journée ou en journée complète, profitons des chemins de traverse et des parcs alentours (Parc de Loos, Parc Mosaïc, Parc du Héron...) pour nous promener en famille.

Un samedi par mois :

Aux beaux jours

Sur inscription

▲ Sport en famille

Retrouvons-nous en famille autour d'une activité sportive, sous forme de séances découvertes.

Un samedi par mois :

Sur inscription

Sorties Familiales

À l'approche de Noël, nous organisons une journée aux marchés de Noël dans une grande ville en France ou à l'étranger.

En Juin, c'est une journée à la mer que nous proposons.

De nombreuses autres sorties sont proposées au fur et à mesure de l'année.

Renseignements à l'accueil



FAMILLES

▲ Promesses vacances

Les vacances, un moment fort à partager en famille ou en groupe avec nous. Si votre Q.F est inférieur à 1000 euros, nous vous proposons de préparer, ensemble, votre projet de vacances d'été, et d'élaborer un dossier de demande de subvention en vue d'alléger votre budget. Grâce aux dispositifs VACAF et BSV. Nous y travaillerons dès la fin du mois de Septembre.

Suivi individuel avec réunions mensuelles
Renseignements à l'accueil



Soirées familiales

Soirées familiales à thèmes pour partager des moments conviviaux, resserrer les liens familiaux et créer des nouveaux liens avec de nouvelles personnes.

Un soir par trimestre

Café des parents

Réunion en partenariat avec les écoles permettant d'aborder toutes les questions pédagogiques.

Une rencontre entre chaque vacances scolaires



Promesses Lecture

Raconte moi une histoire

Partagez un moment amusant autour du livre avec votre enfant.

Un Mercredi après-midi par mois

Marmitte et

compagnie en famille

Partagez un moment en famille autour d'une activité ludique de cuisine.

Un Mercredi après-midi par mois



ADULTE LOISIRS

Atelier Couture

Découverte et utilisation de la machine à coudre, apprentissage de différents points, des assemblages, du patronage, pose de fermetures...

Conseils et encadrements dans les difficultés d'assemblages, le choix des tissus, les créations personnelles. Maîtrise de la machine à coudre indispensable.

Mardi de 9h à 12h, de 13h30 à 16h30 et de 17h à 20h.



Poterie Autonome

Laissez libre cours à votre fibre artistique en travaillant l'argile en réalisant vos propres créations.

Nécessité de maîtriser en autonomie la pratique de la terre.

**Mardi de 14h à 18h
Jeudi de 18h à 22h**

Mosaïque

Démolir pour reconstruire. Donner vie à différents matériaux en créant votre mosaïque.

Jeudi de 14h15 à 17h15

Atelier créatif

Atelier qui regroupe diverses techniques d'arts tels que l'origami, mais aussi le découpage, le scrapbooking, les photophores ou attrape-rêves, etc.

Lundi de 14h à 16h



ADULTE LOISIRS



▲ Atelier Lecture

Vous avez le goût de la lecture ? Dans un contexte chaleureux et convivial, nous vous proposons de partager vos découvertes littéraires.

**Un mardi sur deux
de 17h30 à 18h30**

▲ Scrabble et jeux de société

Venez vous essayer au Scrabble, parties amicales autour du célèbre jeu de société et de lettres.

**Un mardi sur deux
de 17h30 à 19h**

▲ Club seniors

Activités de loisirs destinées aux aînés : visites de musées, bowling, repas, jeux et autres sorties variées.

Jeudi de 13h30 à 16h30

Boostez vos neurones

Atelier de prévention des troubles de la mémoire par une stimulation de l'activité cérébrale, en entretenant la mémoire et les fonctions cognitives, favoriser la prise de parole et faire appel à vos souvenirs.

Mercredi de 14h à 16h

Cyber Centre

Une initiation individuelle à l'informatique vous est proposée (créer une boîte mail, un compte sur les services publics...) Un souci avec votre tablette, votre ordinateur ou votre smartphone ? Des questions sur leurs utilisations ?

Contactez-nous !

**Sur rendez-vous de une heure,
Lundi, Mardi, Jeudi
et Vendredi
de 9h à 12h
de 14h à 16h**



▲ Atelier / service gratuit sous réserve de prendre une adhésion au centre social

ADULTE BIEN-ETRE

Gym tonique

Renforcement musculaire en musique sur un rythme soutenu.

Mardi de 18h30 à 19h30

Vendredi de 18h15 à 19h15



Gym douce

Idéal pour les personnes âgées et les personnes souffrant des articulations et du dos.

Mercredi de 18h à 19h30

Yoga

Le yoga fait partie des approches corps-esprit.

Il facilite presque instantanément la détente mentale et musculaire.

Lundi de 18h à 19h15

de 19h30 à 20h45



Wattifolk

Cours de danse folklorique dans la sphère culturelle francophone.

Vendredi de 14h à 16h



Sophrologie

La sophrologie permet de respirer en conscience pour un bien-être avec soi et les autres.

Elle est basée sur la respiration, la relaxation musculaire, la concentration et la conceptualisation d'intentions positives.

Lundi de 19h15 à 20h15

ADULTE BIEN-ETRE

▲ Club nature

Les randonnées pédestres (entre 5 et 10km) permettent de redécouvrir la richesse de notre région, tout en pratiquant une activité de plein air.

Vendredi de 9h30 à 12h30

Santé et Détente à la piscine

Nous nous rendons ensemble à la piscine Neptunia.

Sur place, chacun est libre de pratiquer l'activité qui lui convient : natation, aquabike...

**Un Mardi sur deux
de 9h45 à 12h30**

1,50€ / séance



▲ Passeport Santé

Réunions d'information et de prévention en rapport avec le calendrier des sensibilisations nationales en partenariat avec la CPAM, ligue contre le cancer et la municipalité.

Une réunion par mois

Tarifs	Trimestriels			Annuels		
	Non imposable	À moins de 915€	À plus de 915€	Non imposable	À moins de 915€	À plus de 915€
Couture / Atelier Créatif	15€	20€	30€	40€	50€	75€
Gym Tonique	25€	30€	40€	65€	75€	100€
Autres activités secteur Adulte	30€	35€	45€	75€	90€	120€

Boostez vos neurones / Wattifolk

15€ à l'année

▲ Atelier / service gratuit sous réserve de prendre une adhésion au centre social

ADULTE SERVICES

▲ Pause Féminine

Groupement de femmes impliquées dans la vie associative et créant des actions répondant à des besoins citoyens afin d'améliorer la vie des habitants et des familles fragilisées par la mise en place d'ateliers divers et variés :

- cuisine
- réalisation de produits naturels
- esthétique
- soirées thématiques
- sorties en France et à l'étranger

Deux fois par mois

le mardi matin de 9h30 à 11h30

Éco challenge

Quand écologie rime avec économie ! Dans une dynamique écologique et biodégradable : comprendre sa facture, optimiser l'utilisation de votre énergie pour faire des économies. De nombreux ateliers sont programmés : venez apprendre à réaliser vos disques démaquillants réutilisables, votre lessive naturelle, votre baume à lèvres à la cire d'abeille, fabriquer votre emballage alimentaire.

Tarif suivant les ateliers

Une fois par mois

de Septembre à Juin

▲ Concept' & Lui

Action permettant l'inclusion sociale des hommes par l'activité manuelle. À travers la mise en place d'ateliers divers et variés :

- réalisation de mobiliers d'intérieur et de jardin issus de récupération de palettes de bois et de matériaux divers.
- création de projets solidaires
- espace ressources
- programmation de sorties entre hommes

Deux fois par mois

le mardi matin de 9h30 à 11h30

Bourses aux vêtements

Des vêtements vous encombrant ? Venez les vendre à nos bourses aux vêtements.

Bourse d'hiver : le 9 septembre

Bourse d'été : le 16 mars



ADULTE SERVICES

▲ Atelier de vie quotidienne

(destiné aux dames)

Activités de loisirs, sorties diverses, repas communs, échanges autour de thématiques variées.

Mardi de 14h à 17h

▲ Alphabétisation

Notre équipe de bénévoles vous propose un travail d'écriture, de lecture, de communication orale et d'études de cas de la vie courante, par groupe de niveau.

Mardi et Vendredi de 9h30 à 11h

Cours d'anglais

Initiation à la langue de Shakespeare de façon ludique.

Vendredi de 15h à 16h30

▲ Club Tricot

Se rencontre autour d'une passion commune et pour la bonne cause !

Aiguilles, crochets et tricotins se mettent au service d'actions collectives et citoyennes.

Jeudi de 9h30 à 11h30.

▲ Médiation sociale

Accompagnement et suivi de vos démarches administratives : dossiers de demande de logement, d'APL, de surendettement, de demande d'aide juridictionnelle, rédaction de courriers... Écoute et soutien face aux difficultés du quotidien, recherche de solutions concrètes.

Sur rendez-vous.



▲ Atelier cuisine et petits budgets

Apprenons ensemble, retrouvons le plaisir de faire soi-même et de cuisiner des légumes et fruits de saison, en tenant compte de notre budget.

Lundi de 13h30 à 15h30

ADULTE SERVICES

▲ Parcours Découverte

Journée dédiée à la découverte des métiers proposés par des partenaires de l'insertion professionnelle proposant des chantiers d'insertion. Si vous souhaitez développer vos compétences dans un métier de manutention, du service à la personne, du repassage, de la couture, cuisine, horticulture, jardinage, restauration collective, etc... Participer à notre journée découverte exclusivement réservée aux allocataires du RSA.

Trois par an de 8h30 à 16h30



▲ Promesses Solidaires

Avec le partenariat des secours catholiques, des donateurs privés et des habitants, nous collectons des vêtements, des objets, des accessoires, des jouets pour redistribuer gratuitement par la suite aux personnes fragilisés. Le vide grenier est ouvert à tous et géré par les citoyens qui animent les distributions.

Ouverture au public

Mercredi de 14h à 16h30

▲ Initiation au code de la route

Apprendre le code de la route, à son rythme. Méthode efficace pour s'entraîner à comprendre et mémoriser le code de la route en utilisant des moyens numériques sous forme de jeux seul ou en groupe.

**Un Jeudi sur deux
de 9h30 à 11h30.**

▲ Atelier / service gratuit sous réserve de prendre une adhésion au centre social

ADULTE SERVICES

Showroom 100% Femmes

Événement réalisé à l'occasion de la fête de la femme en mars de chaque année. Il a pour but de motiver la dynamique entrepreneuriale féminine en émergence, de permettre à des jeunes talents de se faire connaître auprès du public et de promouvoir leurs activités professionnelles. Si vous êtes en activité entrepreneuriale ou en création d'entreprise, prenez contact avec nous.

Une fois par an

Samedi 9 Mars à 10h



Forum Job

Action regroupant les acteurs territoriaux de l'insertion professionnelle, associatifs et communaux. Le centre social Promesses organise un partenariat avec Pôle Emploi, le département et le CCAS de Wattignies. Cette rencontre permet aux demandeurs d'emploi et aux allocataires du RSA d'être mis en relation avec les recruteurs sous forme de job dating. Préalablement à la journée du Forum Job, une journée est dédiée à la réalisation du CV et de la lettre de motivation animée par des conseillers d'insertion professionnelle (CIP) partenaires.

Une fois par an

Jeudi 7 et Vendredi 8 Décembre à 14h



ÉVÉNEMENTIEL 2023 / 2024

Septembre 2023

- Forum des associations le Samedi 9 de 9h à 17h
- Bourse aux vêtements d'hiver le Samedi 9 de 9h à 17h et Dimanche 10 de 10h à 12h. Dépôt des vêtements le Jeudi 7 de 9h à 18h
- Reprise des activités du centre le Lundi 18
- Marche Verte le Samedi 23 à partir de 9h15

Octobre 2023

- Octobre rose à partir du Lundi 02
- De nombreux ateliers durant tout le mois
- Soirée Halloween le Jeudi 31

Décembre 2023

- Forum job le Jeudi 07 et le Vendredi 08
- Sortie familiale au marché de Noël le Mercredi 13
- Goûter de Noël le Vendredi 15 de 17h à 19h

Janvier 2024

- Galette des rois et cérémonie des vœux le Mercredi 17

Février 2024

- Crêpe party de la Chandeleur le Vendredi 2

Mars 2024

- Showroom 100% féminin le Samedi 09 à 10h
- Bourse aux vêtements d'été le Samedi 16 de 9h à 17h et Dimanche 17 de 9h à 12h
- Dépôt des vêtements le Jeudi 14 de 9h à 18h
- Mars Bleu le Samedi 23

Avril 2024

- Assemblée Générale le Vendredi 19 à 18h

MAI 2024

- Fête des voisins le Vendredi 31 à 18h

Juin 2024

- Fête de la musique le Vendredi 21 à 18h
- Fête de fin d'année le Mercredi 26 autour d'un barbecue.

Juillet - Août 2024

- Accueil de loisirs été : Du Lundi 08 Juillet au Vendredi 30 Août

