

# BOUGEZ AVEC NOS ASSOCIATIONS ! SAISON 2022-2023



Capinghem



	PAGE
<b>Éditorial de Véronique PARABOSCHI, Adjointe à la Vie Locale et aux Associations .....</b>	<b>03</b>
<b>CULTURE ET LOISIRS .....</b>	<b>04</b>
• Cap'Arts.....	04
• Chorale Chœur Grenadine.....	05
• Club de l'Amitié.....	06
• Kernelyd.....	07
• Point Danse.....	08
• Union Nationale des Combattants .....	09
• Vivre Ensemble à Humanicité.....	10
• Voix des Hauts de France .....	11
<b>ENFANCE ET JEUNESSE .....</b>	<b>12</b>
• Association des Parents d'Élèves Indépendante de Capinghem.....	12
<b>SPORTS .....</b>	<b>13</b>
• ASA Capoeira.....	13
• Association Sportive de Capinghem.....	14
• Association Sportive Omnisport .....	15
• Badminton Club Capinghem.....	16
• Cap' Gym.....	17
• HDF Haidong Gumdo .....	18
• Krav Maga .....	19
• Tennis de Table Loisir Capinghem.....	20
• Un Pied Devant L'Autre.....	21
• Yoga Danse Création .....	22
<b>SOCIAL.....</b>	<b>23</b>
• Interfaces.....	23



La commune de Capinghem est riche d'une vingtaine d'associations qui participe au dynamisme de la commune dans des domaines variés (sport, culture, scolaire, solidarité, loisirs...).

Les élus municipaux sont attachés aux valeurs du monde associatif et accompagnent les associations avec l'objectif de parvenir à une synergie entre les actions de la municipalité et celles du monde associatif au profit de tous les Capinghemmois.

Véronique PARABOSCHI,  
Troisième Adjointe à la Vie Locale et aux Associations.



## CAP'ARTS

Notre association regroupe des passionnés de dessin, de pastel, d'aquarelle, de sculpture, de peinture à l'huile et de peinture sur porcelaine. Nous organisons des cours collectifs par techniques.

Nous favorisons les rencontres, le partage, les échanges, la convivialité permettant ainsi à chacun d'accéder au plaisir de réaliser une œuvre, quel que soit son niveau.

Réalisation d'exposition : Le Printemps des Artistes. Sortie au musée dans la région suivant les expositions. Adhésion annuelle :

- 15 euros pour les Capinghemmois ;
- 20 euros pour les extérieurs.

Prix de participation au cours : 6 euros. Rendez-vous à la Salle des Arts le lundi de 19h à 21h et le vendredi de 14h à 17h.



### CONTACT

 Martine GRUSON (Présidente)

 06 12 91 00 46

 [cap-arts@laposte.net](mailto:cap-arts@laposte.net)



## CHORALE CHŒUR GRENADINE

Chorale animée par Marlène CAVENNE pour le plaisir de chanter en toute convivialité.

Il n'est pas nécessaire de connaître le solfège. Chaque choriste dispose d'un enregistrement des voix sur CD pour faciliter son apprentissage des chants.

Le répertoire est constitué de chansons de variété.

Public à partir de 14 ans.

Tarif : 25 euros pour les Capinghemmois et extérieurs.

Rendez-vous à l'église Saint Vaast, le mardi de 19h à 20h30.



### CONTACT

-  Marlène CAVENNE (Présidente)
-  06 23 64 82 21
-  marlene.cavenne@free.fr
-  facebook.com/choeur.grenadine



## CLUB DE L'AMITIÉ

Venez vous détendre, vous amuser et discuter autour de jeux de société tous les mardis après-midi.

Exemples d'activités : cartes, Rummikub, Triolet, Scrabble...

Une fois par an, une crêpe party et une sortie au restaurant sont organisées.

Public : préretraités et retraités.

Rendez-vous à l'Espace Associatif, 4 rue d'Ennetières, tous les mardis de 14h à 18h30.



### CONTACT

-  Michel BOUDRY (Président)
-  07 81 17 33 13
-  mboudry59@gmail.com



## KERNELYD

Les musiciens du groupe proposent de faire découvrir le répertoire de musique traditionnelle de la région, d'autres origines parfois plus lointaines, par le biais de bals folkloriques, animations privées, animations culturelles diverses.

Concerts ou danses sont donc proposés au son des accordéon, vielle à roue, flûte, cornemuse, violon et guitare.



### CONTACT

-  Virginie HASBROUCQ
-  07 81 17 33 13
-  virginieh59@bbox.fr
-  facebook.com/kernelyd59



## POINT DANSE

École de formation à la danse classique et contemporaine, Sophie accueille les élèves dès l'âge de 4 ans (éveil à la danse) en danse classique et Ludivine accueille les élèves dès l'âge de 8 ans pour la danse contemporaine.

### Cotisation annuelle exigée à l'inscription :

- 40 € pour les enfants de Capinghem
- 45 € pour les extérieurs

### Tarifs des cours :

- 21 € mensuellement pour 45 mn de classique (éveil)
- 26 € mensuellement pour 1h / semaine (contemporain ou classique)
- 40 € mensuellement pour 2h / semaine (contemporain et classique)
- 36 € mensuellement pour 1h30 / semaine (classique ou contemporain)
- 43 € mensuellement pour 1h30 de classique + 1h de contemporain (ados)
- 46 € mensuellement pour 1h30 de classique + 1h30 de contemporain (adultes)

Rendez-vous à la salle Renaissance :

- Mardi de 17h15 à 21h30 pour le contemporain.
- Mercredi de 13h45 à 21h45 pour le classique.



### CONTACT

-  Sophie MONNET (Présidente)
-  06 22 80 29 00
-  [asspointdanse59160@gmail.com](mailto:asspointdanse59160@gmail.com)
-  [facebook.com/Association-Point-Danse-Capinghem-100580954978776](https://facebook.com/Association-Point-Danse-Capinghem-100580954978776)



## UNION NATIONALE DES COMBATTANTS

Le but de l'association est de perpétuer le souvenir des conflits et d'organiser des journées commémoratives à Capinghem.

Souvenir, solidarité et amitié sont les mots qui animent notre action et que nous essayons de transmettre aux générations futures.

L'association est ouverte à tous ceux qui partagent ces valeurs.

### Cotisations :

- Individuelle : 16 euros.
- Couple : 21 euros.
- Supplément de 9 euros pour l'abonnement à *La Voix du Combattant*.



### CONTACT

-  Jacques GRUSON (Président)
-  06 14 45 57 76
-  [unc.capinghem@gmail.com](mailto:unc.capinghem@gmail.com)
-  [facebook.com/groups/411078893939960](https://facebook.com/groups/411078893939960)



## VIVRE ENSEMBLE À HUMANICITÉ

L'association « Vivre Ensemble à Humanité » (VEAH) a été créée en 2018 et contribue à des animations du quartier, ouvertes à leur environnement, favorisant le vivre ensemble. Elle organise des temps de rencontres entre habitants. Elle favorise, par des projets collectifs, des liens de solidarité.

Elle a pour ambition de devenir le miroir d'un quartier avec des pratiques innovantes pour découvrir, partager, coopérer, accueillir.

Venez nous rejoindre le jeudi après-midi pour le jardin partagé, une fois par mois pour le nettoyage du quartier, pour préparer le vide grenier, les animations de la rencontre des projets... Apportez vos idées !

Dans le collectif et le participatif, VEAH se préoccupe de chacun.



### CONTACT

-  Elisabeth PRIEUR (Présidente)
-  06 21 88 28 87
-  [vivre.ensemble.humanicite@gmail.com](mailto:vivre.ensemble.humanicite@gmail.com)



## VOIX DES HAUTS-DE-FRANCE

L'association, créée sous la présidence d'Éric CARTON et la direction musicale de Philippe MAGRIT, a pour but de regrouper des jeunes voix d'adultes ayant l'envie de chanter des airs variés.

Le répertoire de ce chœur sera composé de musiques classiques, chants du monde, musiques de films et variétés, etc.

Autour d'un esprit musical, cette diversité vise à rassembler la passion et la persévérance.

Les répétitions ont lieu chaque vendredi en l'église Saint Vaast de 19h à 21h.



### CONTACT

-  Éric CARTON (Président)
-  06 08 61 42 67
-  [contact.vhdf@gmail.com](mailto:contact.vhdf@gmail.com)
-  [facebook.com/voixdeshautsdefrance](https://facebook.com/voixdeshautsdefrance)



## APEIC

L'Association des Parents d'Élèves Indépendante de Capinghem (APEIC), ouverte à tous les parents d'enfants scolarisés à Capinghem, permet de soutenir l'école dans ses projets pédagogiques : matériel, sorties et spectacles.

Tout au long de l'année, l'association organise, de façon conviviale, divers événements attendus de tous : soirée festive, arrivée du Père Noël, crêpes party, salon artisanal, braderie, ventes ponctuelles (pizzas, brioches...).

N'hésitez pas à vous joindre à nous, selon vos disponibilités et vos idées, afin de participer, comme votre enfant, à la vie autour de l'école.



### CONTACT

-  Carine LOUVIEAUX (Présidente)
-  06 66 11 67 72
-  [apeic.capinghem@outlook.fr](mailto:apeic.capinghem@outlook.fr)
-  [facebook.com/apeic.capinghem](https://facebook.com/apeic.capinghem)
-  [apeic-capinghem.fr](http://apeic-capinghem.fr)



# ASA CAPOEIRA

Initiation à la capoeira (Benguela, Sao Bento, chant) et à l'effort physique.

La pratique s'adresse à tous les publics, les plus jeunes pour leur apprendre le respect de soi et des autres, les plus âgées pour garder la forme et entretenir son moral sans distinction de sexe. La capoeira est une activité complète qui permet à ses pratiquants d'oublier les contraintes quotidiennes et de s'épanouir en s'ouvrant à un monde nouveau.

Cours tous niveaux, à Capinghem (salle renaissance) le vendredi de 19h30 à 21h00, ainsi que le samedi matin, de 10h30 à 11h30 pour les débutants (salle Renaissance).

Tarifs à l'année			Tarifs au trimestre		
Étudiant chômeur	Salarié	Enfant RSA	Étudiant chômeur	Salarié	Enfant RSA
140 €	185 €	110 €	65 €	90 €	55 €



## CONTACT

-  Jérôme VAN CORTENBOSCH
-  06 84 62 00 65
-  [contact@asa-capoeira.com](mailto:contact@asa-capoeira.com)
-  [facebook.com/groups/asacapoeira](https://www.facebook.com/groups/asacapoeira)
-  <https://www.asa-capoeira.com>



# ASSOCIATION SPORTIVE DE CAPINGHEM

Club de foot avec une équipe sénior et une vétérans.

Pour l'année 2022/2023, nous allons organiser des ateliers certains samedi selon un calendrier prédéfini pour les Capinghemmois de 6 à 12 ans.

Le tarif de la licence adulte est de 60€

**Séniors et vétérans** : les entraînements ont lieu le jeudi à partir de 19h30.



## CONTACT

-  Gaëlle DUBREUCQ
-  06 64 12 62 41
-  [capinghem.as.553005@lfhf.fr](mailto:capinghem.as.553005@lfhf.fr)
-  [facebook.com/ASCapinghem](https://www.facebook.com/ASCapinghem)



# ASSOCIATION SPORTIVE OMNISPORT

Une association Omnisports rassemblant activités martiales (Karaté), sport santé dans l'esprit de partage, du développement et du dépassement de soi. Des professionnels diplômés qui forment aussi bien les futurs éducateurs au CREPS, spécialisés également pour les enfants (dirigeants de la commission enfant dans la Fédération FSKO) et qui forment des athlètes depuis plusieurs années (nombreux podiums internationaux).

Les tarifs : 150 euros une activité / 200 euros toutes les activités de l'ASO. Vous avez rendez vous :

## Le mercredi :

- **de 15h à 15h45** : Baby Karaté (3-5 ans), Salle Multi-Activités ;
- **de 16h à 17h** : Mini Karaté (5-7 ans), Salle Multi-Activités ;
- **de 17h à 18h** : Karaté (8-12 ans), Salle Multi-Activités ;
- **de 18h à 19h30** : remise en forme, Espace Associatif ;
- **de 20h15 à 21h30** : Karaté adultes, Salle Multi-Activités.

**Le jeudi** : remise en forme, de 18h à 19h30, Espace Associatif.

**Le vendredi** : Cross Training, de 19h à 20h, Salle Multi-Activités.



## CONTACT

-  Anthony SENECHAL
-  06 59 26 25 41
-  [president.aso.premesques@gmail.com](mailto:president.aso.premesques@gmail.com)
-  [facebook.com/asomnisport](https://www.facebook.com/asomnisport)
-  <https://www.as-omnisport.fr>



# BADMINTON CLUB CAPINGHEM

Pratiquer le badminton à Capinghem, c'est une activité libre, dans une ambiance sportive et sympathique.

C'est à la Salle Multi-Activités sur 6 créneaux horaires en début de soirée les lundi, jeudi et vendredi et le matin le samedi. Nous disposons d'un terrain.

Les inscriptions sont prises à partir de 14 ans, mais les joueurs mineurs devront avoir une autorisation parentale et devront être accompagnés d'un adulte pour pratiquer le badminton.

Coût pour toute la saison : 35 euros pour les Capinghemmois et 45 euros pour les extérieurs.



## CONTACT



Maxime HAVEZ (Président)



06 61 22 40 62



contact@badmintonclubcapinghem.fr



# CAP'GYM

L'association CAP'GYM propose des cours de gymnastique et de fitness : travail d'étirements, de souplesse, d'abdominaux, d'équilibre, du rythme, de coordination des mouvements... pour un public de plus de 16 ans.

## Cotisation annuelle :

- 65 euros pour les Capinghemmois ;
- 75 euros pour les extérieurs.

## Rendez-vous à la Salle Multi-Activités :

- le lundi, de 18h à 19h ;
- le mardi, de 10h30 à 11h30 ;
- le jeudi, de 19h à 20h ;
- le vendredi, de 17h30 à 18h30.



## CONTACT

-  Sandrine VERPLANCKE (Présidente)
-  06 62 47 59 93
-  [sandrine.verplancke@orange.fr](mailto:sandrine.verplancke@orange.fr)



# HDF HAIDONG GUMDO

Seule association à proposer la pratique du sabre coréen dans la région, le Haidong Gumdo est l'art du sabre traditionnel coréen.

La pratique de cet art martial repose sur des techniques de sabre élaborées sur les champs de bataille. Elles étaient destinées à combattre plusieurs assaillants en même temps, alliant ainsi les qualités de puissance à celles de précision, souplesse et d'endurance.

Cette discipline s'adresse à tous : débutants en arts martiaux, grands sportifs ou personnes reprenant une activité sportive, adolescents, adultes ou seniors, hommes ou femmes. Le sabre permet de gommer les différences physiques et les compétitions de Haidong Gumdo sont mixtes.

Chaque mardi, dans la Salle Multi-Activités, de 18h à 19h15.



## CONTACT

-  Marine BELLYNCK (instructrice)
-  06 51 09 78 27
-  hdf@sabre-coreen.fr



# KRAV MAGA

L'association a pour but de promouvoir l'enseignement du Krav Maga et des arts martiaux sud est asiatiques tout en proposant des méthodes pédagogiques pragmatiques et adaptées à la self défense urbaine.

Public : adultes et enfants à partir de 12 ans.

Rendez-vous à la Salle Multi-Activités, le mardi de 19h30 à 21h30.

Cotisations individuelles :

- Adultes : 130 euros.
- Enfants 12 à 15 ans : 100 euros.
- Famille (si 3 membres du même foyer) : 100 euros par adhérent.



## CONTACT



Maxime KHERZANE



06 59 65 82 36



[kravmaga.deshautsdefrance@gmail.com](mailto:kravmaga.deshautsdefrance@gmail.com)



## TENNIS DE TABLE LOISIR CAPINGHEM

Pratique du tennis de table.

### Tarifs :

- 25 euros pour les Capinghemmois ;
- 30 euros pour les extérieurs.

### Rendez vous à la Salle Multi-Activités :

- le mercredi, de 18h à 20h ;
- le samedi, de 15h à 18h ;
- le dimanche, de 9h à 12h.



### CONTACT

-  Pascal CAVENNE (Président)
-  06 16 57 28 27
-  pcavenne@free.fr



# UN PIED DEVANT L'AUTRE

L'association organise des sorties pédestres. Dans la convivialité, nous marchons sur les sentiers et chemins à la découverte des paysages, de la nature, de la culture de notre région.

Pour tout adulte présentant une bonne forme physique.

Adhésion de 15 euros par an.

Une participation est demandée à chaque sortie.

Départ salle Robert Gesquière un dimanche par mois.



## CONTACT

 Martine LEFEBVRE (Présidente)

 [myfairlady.ml@gmail.com](mailto:myfairlady.ml@gmail.com)



# YOGA DANSE CRÉATION

Le yoga est à la portée de tous.

En visitant les postures, le souffle et la concentration, c'est une philosophie de vie qui favorise, à tout âge, le bien-être physique, l'équilibre émotionnel et le calme mental.

La discipline est dispensée à la salle Renaissance chaque jeudi de 18h30 à 19h30. Reprise des cours le jeudi 15 septembre 2022.

## Tarifs :

- 170 euros pour les Capinghemmois.
- 180 euros pour les extérieurs.

Possibilités d'établir plusieurs chèques. Cours d'essai gratuit avant de s'engager pour l'année complète.



## CONTACT

-  Ourida TABANI
-  06 99 60 08 88
-  ourida.tabani@laposte.net



# INTERFACES

INTERFACES permet aux publics de mieux gérer leurs démarches administratives quotidiennes liés aux thématiques du logement, de l'énergie, des transports, des services bancaires, des services postaux et de la consommation :

- Recherche des solutions de paiement avec les créanciers.
- Compréhension d'un courrier ou d'une facture.
- Maîtrise des charges et amélioration de l'autonomie des publics dans la gestion et la compréhension de leurs contrats avec les fournisseurs d'énergie et de fluide.
- Orientation des propriétaires vers les dispositifs d'aide à la rénovation.
- Inclusion des personnes fragiles et isolées en offrant un service de médiation de proximité.
- Diffusion des messages de sensibilisation et de prévention : sécurité domestique, économie d'énergie, utilisation du logement, choix de consommations économes.
- Inclusion numérique et utilisation des services en ligne : lutte et prévention contre la fracture numérique.
- Service d'écrivain public.

Vous pouvez prendre rendez-vous avec Ludivine CARLIER, médiatrice sociale de l'association Interfaces en téléphonant au 06 18 78 42 60 ou en envoyant un mail à [l.carlier@interfaces-nord.fr](mailto:l.carlier@interfaces-nord.fr)

Les permanences se tiennent à Capinghem une fois par mois à l'Espace Masselot (14 avenue Nelson Mandela) et à l'Hôtel d Ville (58 bis rue Poincaré).



## CONTACT

-  Ludivine CARLIER
-  06 18 78 42 60
-  [l.carlier@interfaces-nord.fr](mailto:l.carlier@interfaces-nord.fr)
-  <https://interfaces-nord.fr>





Hôtel de Ville - 58 bis rue Poincaré - 59160 CAPINGHEM



-  03 20 92 17 66
-  [contact@ville-capinghem.fr](mailto:contact@ville-capinghem.fr)
-  [capinghem.fr](http://capinghem.fr)
-  [facebook.com/capinghem](https://facebook.com/capinghem)
-  [@capinghem](https://www.instagram.com/capinghem)

Directeur de publication : Christian MATHON, maire de Capinghem.

Conception de la plaquette : Fabien HENNION.

Impression : Dif' Print, Lille.

*Ne pas jeter sur la voie publique.*