



# Ascq'il paraît ...

N° 39

La gazette hebdomadaire de Ascq In Love

Vendredi 30/04/2021

## 1- Collecte de couches pour Bébé – 2<sup>ème</sup> semaine

Les Restos du Cœur ont besoin de couches pour bébés **prioritairement de 11 à 25 kg**, pour aider les étudiants, jeunes parents de la cité scientifique.

**Jusqu'au mardi 11 mai, vous pouvez les déposer :**

- ✓ **Au magasin Heureux Hasard**, 75 rue Gaston Baratte ouvert tous les matins de 10h à 12h (pour son activité de retrait de colis PickUp) - Fermé dimanche et lundi
- ✓ **Au café/tabac Le Royal**, 31 rue des Martyrs (place de la gare à Ascq) : 7h30/19h du lundi au vendredi (fermeture le jeudi) - le samedi 8h30/19h et le dimanche 8h30/13h – **1<sup>er</sup> et 8 mai : 8h30/13h**

Nous les achèverons ensuite au point de distribution des Restos, Résidence Boucher, av. Langevin.

**« Merci pour eux, on compte sur vous ! »**

## 2- Les Restos du Cœur du Campus universitaire cherchent un(e) bénévole

**Sa mission :**

- Gérer l'arrivage des "ramasses", issues des plateformes de centralisation
- Reconditionner les livraisons de colis surgelés en parts individuelles (ex : steaks)

**Rythme :** les mercredi et vendredi matin.

**Lieu :** Cité scientifique, résidence Hélène Boucher (Bât J)

Ce travail est l'étape indispensable de préparation qui précède les distributions alimentaires en direction des étudiant(e)s.

Vous êtes intéressé(e)s ? Vous avez des questions ?

**Contactez directement Corinne, la responsable au 06 11 60 32 08**

## 3- Voulez-vous rejoindre l'équipe de Ascq In Vélove et participer au Challenge de la Métropole ? Il est encore temps !...

L'objectif du **Challenge** est de parcourir un maximum de kilomètres à vélo sur le territoire pour des trajets du quotidien durant un mois, du 1<sup>er</sup> au 31 mai ([Page Facebook](#))

Il s'inscrit dans la démarche nationale [Mai à Vélo](#).

Chacun peut participer, **Ascq In Vélove**, l'équipe du quartier de Ascq (et d'ailleurs !) vous attend ...

Pour s'inscrire, contactez Christophe, le capitaine : [cwatrelot@gmail.com](mailto:cwatrelot@gmail.com)

**Pas besoin de compteur**, [l'application Naviki](#) se chargera de calculer la distance de vos parcours et de les additionner.

Autre fonction de Naviki : **signaler les défauts d'aménagements cyclables sur le territoire de la MEL** (si vous ne voyez pas cette option apparaître, pensez à mettre à jour l'application).

En 2020, sur la MEL, 3 279 participants actifs répartis dans 260 équipes ont réalisé tous ensemble

**600 533 km. Cette année, l'objectif est de franchir la barre du million de kilomètres parcourus !**

**« Nous avons besoin de vous ! »** Même si vous vous décidez courant juin, il ne sera pas trop tard !

**Précision :** des lots récompenses sont à la clé ... !

## 4- Sur le site de la Ville retrouvez la page « [se déplacer à vélo à Villeneuve d'Ascq](#) » avec :

➤ **Des sorties à vélo organisées par le service de développement durable :**

- Relier Annappes à la gare de Lille : mercredi 19 mai à 14h
- Relier les différents quartiers villeneuvois : vendredi 21 mai de 18h à 20h
- Relier la Cousinerie au Canal de Roubaix : samedi 29 mai à 14h

**Nombre de places limitées** – Inscription sur le site de la ville / [agenda du développement durable](#)

➤ **Et aussi des conseils et des (bons) plans**

- **Des fiches conseils de l'ADAV pour circuler en toute sécurité** (à télécharger [ICI](#))
- **Un panneau à découvrir** : « cédez-le-passage pour les cyclistes au feu rouge »
- **Comment bien attacher son vélo ?**
- **Les pistes cyclables et les Stations V'Lille**
- **Le circuit "Vill' à vélo" et les 5 itinéraires touristiques à vélo** (plans à télécharger sur le [site](#))

**5- Projet de renaturation de Villeneuve d'Ascq** – Extrait de LVN du 22/04/2021

*"Donner un coup de pouce à la biodiversité dans les espaces naturels de la Ville, contribuer à la protection d'espèces animales ou végétales tel est le projet porté par Yohan Tison, écologue, élu en charge de ces questions au Conseil municipal."*

Les grandes lignes sont à retrouver dans La Tribune de Mai p.13

**6- Des façons aussi de favoriser la biodiversité**

❖ **Transformer son jardin en prairie fleurie** - LVN 13/04/2021

Entretien minimal, paradis des oiseaux, papillons et abeilles... « *Sur un terrain terreux, préparez un sol meuble et égalisé. Retournez à la bêche pour faciliter l'enracinement puis ratissez. Pas besoin d'engrais. Les fleurs sauvages sont habituées aux sols pauvres. Semez à la volée, en dosant. Arrosez en pluie fine puis une fois par semaine pendant un mois. La floraison naîtra 6 à 8 semaines plus tard. Vous pouvez tondre pour créer des passages. On peut aussi le faire sur une pelouse en privilégiant les zones dégarnies. La plupart des fleurs se ressement naturellement, elles finiront par se répartir.* »

**Quelles fleurs ?**

Dans la catégorie des **annuelles** : eupatoire, lavande, cosmos, capucine, coquelicot, tournesol, pavot de Californie, bleuet

Parmi les **vivaces** : primevères, marguerites, œillets

Il existe des mélanges tout faits en jardinerie ou profitez du troc et de la grainothèque ! (Lire ci-dessous)

❖ **La jardinerie de Cysoing**, rue Chanteraine près du parking de Match "[Jardi'Pévèle](#)"  
(anciennement la Mangeoire) **a rouvert fin mars**

Que des produits français, 70% régionaux. Une surface de 1000m<sup>2</sup>, une animalerie ... Un service de Click & Collect qu'on devrait peu à peu délaisser pour tout voir de ses propres yeux, bientôt on l'espère ! Ouverte tous les jours de la semaine et aussi le 1<sup>er</sup> mai de 9h à 18h Voir leur page [Facebook](#)

❖ **L'heure est au semis ?** Pensez au Troc de graines !

La Grainothèque\* de l'APC – Incroyables comestibles et l'association des Jardiniers de Villeneuve d'Ascq organisent un **TROC de graines, de plants** :

**Samedi 8 mai de 15h à 17h**, à la ferme du Héron, chemin de la Ferme-Lenglet

Pots divers, tuteurs, petit matériel sont également les bienvenus dans cette bourse aux échanges.

\*Rappel : La Grainothèque de l'APC propose également [son tableau d'échanges](#), en ligne !

❖ **Et pour le plaisir, des fleurs à cueillir**

Pour celles et ceux qui n'ont pas de jardin ou qui ne peuvent pas s'en occuper, il y a **les champs de fleurs en libre-service de la Cueillette Fleurie** ! Il en existe déjà à Genech, à [Tressin](#) avec un tarif attractif (ex : 0,50€ la tige de tulipe, la fleur du moment) mais victime de son succès, toutes les tulipes sont parties, il faudra attendre la seconde floraison mi-mai puis viendront les lys ...

**Avant de partir on paie dans une urne** (chèque ou espèces) ou par paypal via son smartphone, Le système repose sur la confiance. **Prévoir son sécateur** sinon, outils mis à disposition sur place.

Bonne nouvelle : **l'entreprise La Cueillette Fleurie va créer un nouvel espace à Villeneuve d'Ascq dans le parc d'activité de la Haute Borne**. D'ici le mois de juillet, une parcelle de 4000m<sup>2</sup> proposera des fleurs à la cueillette pour le grand plaisir des ascquois et une clientèle de travailleurs de la zone, prêts à se faire un bouquet sur leur pose du midi ou en sortant ... « *et puis cela va égayer le parc d'activités !* » (lu dans LVN du 28/04/2021)

Plan des différents site : [ICI](#) et les actualités de la Cueillette Fleurie à suivre sur leur page [Facebook](#)

## A noter, en vrac !

- **Maryvonne Girard**, 1ère adjointe, tiendra sa **permanence mercredi 5 mai à 10h** à la mairie de quartier d'Ascq. Elle est joignable par mail à : [mgirard@villeneuvedascq.fr](mailto:mgirard@villeneuvedascq.fr)
  - **Marché CIVAM** : Dimanche 9 mai 10h/17h, ferme du Héron, chemin de la ferme-Lenglet
  - **Court-Circuit et Ilevia** s'associent et proposent un point de vente sur le parking Métro 4 Cantons tous les mercredis de 16h à 18h30 (voir le [site](#) de Court-Circuit pour passer commande en ligne)
  - **Travaux rue des Négriers** Ascq (circulation interdite à prévoir) et place de la gare jusqu'au 19/06
  - **Travaux entre la RN 227 et l'A22** jusqu'au 8 mai [Voir plan des conseils de déplacements](#)
  - « **I lost** » : Ilevia va se doter d'une nouvelle plateforme pour les objets perdus dans les transports en commun de la MEL. Les objets trouvés seront mis en ligne (photo + description) au plus tard sous 72h. L'utilisateur pourra alors effectuer ses recherches à distance. Le service, payant, sera mis en œuvre le 1<sup>er</sup> juillet. Les objets non réclamés sont conservés 15 jours avant d'être confiés à Emmaüs.
  - **Des places dans 2 crèches** [people&baby](#) à Villeneuve d'Ascq :
    - ✓ [Baby City](#) 38 rue Haddock, à la Haute Borne (2 places)
    - ✓ [Pétillante](#) : 7 allée Lakanal vers Décathlon Campus (4 places)
  - **Les fenêtres qui parlent** : la manifestation s'est terminée mercredi dernier à la Ferme Dupire avec une exposition en extérieur organisée par l'AVECs (Association de Valorisation d'Expertises Citoyennes et de Solidarité) sur le thème "La Solidarité au-delà des frontières". Des artistes, des enfants, des jeunes ont pu exposer leurs œuvres. (Photo en [PJ](#) de la réalisation du Conseil de jeunes). Certaines sont encore à voir pendant une dizaine de jours :
- Ascq** : au Foyer La source (réalisation des résidents) + Ehpad du Moulin d'Ascq (artistes villeneuvois)  
**Résidence** : au CAL (Centre d'Accueil et de Loisirs) Mermoz + Boulangerie L'Aziza  
**Triolo** : à la Ferme Dupire + Commerçant poulet braisé (centre commercial)
- **Une exposition** avec tou(te)s celles et ceux qui ont contribué aux différentes réalisations est prévue le **vendredi 28 mai** (Jour de la fête des voisins/voisines ?) **à la Ferme Dupire** (à confirmer).

## Etudiants / Jeunes (LVN du 28/04/2021)

"**La boussole**", un simulateur lancé le 27 avril par le gouvernement permet de savoir à quelles aides un jeune (étudiant ou pas) peut prétendre en fonction de sa situation (logement, santé, mobilité, emploi, culture etc ...). Sur le site [1jeune1solution.gouv.fr](http://1jeune1solution.gouv.fr), après avoir rempli les informations le concernant, le simulateur listera les différentes aides possibles (de la CAF, au prêt étudiant, en passant par les repas du CROUS, les aides des collectivités territoriales, des solutions pour partir en vacances...) puis indiquera les démarches à effectuer et les liens pour faire la demande en ligne.

## SOS Sophro (LVN 29/04/2021)

Elisabeth Dimeglio vient de s'installer comme sophrologue à la Haute Borne et a rejoint un collectif national de 225 praticiens : **SOS Sophro** propose au téléphone de l'écoute et des techniques pour "vider son sac". Parmi eux, 12 sophrologues des Hauts de France se relaient sur leur temps personnel. Les créneaux pour les joindre sont sur le site [sossophro.fr](http://sossophro.fr)

Elisabeth explique : « **C'est un service gratuit, qui fonctionne 7 jours sur 7, du lundi au dimanche. La personne qui le souhaite nous appelle et nous lui consacrons une demi-heure en moyenne. Cela commence par de l'écoute, puis nous lui proposons des exercices. Ce n'est pas une séance de sophrologie à proprement parler, mais on l'initie à des techniques de respiration, de reprise de conscience de son corps. Cela permet à la personne de vider son sac puis de s'apaiser dix, quinze minutes, avant de reprendre son chemin, en individuel. Ce service s'adresse à toute personne, quel que soit son âge, qui se trouve en situation de stress, d'anxiété, ou même d'isolement. Des adolescents, des seniors... Des étudiants aussi, ou des personnes actives en télétravail, dont j'ai pu constater qu'un certain nombre était en grande détresse. On leur propose de prendre un temps pour eux. Attention, ce ne sont pas des conseils de psy, mais bien des techniques qui permettent de se sentir mieux. Libre ensuite à cette personne aidée de s'engager ou pas dans un parcours avec un sophrologue.** »

**Ascq Ma Zone** – Petites annonces locales : **une seule adresse** [ascqmazone@gmail.com](mailto:ascqmazone@gmail.com) pour nous les envoyer ou y répondre (en précisant l'objet) ou par téléphone au 06 72 77 89 02. Merci

- **Bertille donne des cours de piano :**

*"Diplômée du Conservatoire de Lille, je donne des cours de piano à domicile, tout âge et tout niveau, secteur Haute borne / Ascq / Annappes".*

Contact par mail : [bertille\\_ghandour@hotmail.fr](mailto:bertille_ghandour@hotmail.fr) ou téléphone : 06 76 39 11 74

- **Nicolas G.** donne **une table de jardin** 175 x 95cm, en métal et pliante (voir Photo en **PJ**)
- **Yvon donne** (pour rappel, voir photos et dimensions dans la gazette N°37)  
Une **bibliothèque** et un **meuble classeur colonne à rideau** en bois
- **Stéphane L.** recherche toujours :
  - un jardinier (pour tonte -a minima- voire plus selon disponibilité)
  - un hangar, garage .... +/- 100 m2 à louer ou à acheter sur Ascq
  - quelqu'un intéressé par la réparation de petit électroménager
- **Fara** aide un couple d'amis avec un enfant, **à la recherche d'une maison ou appartement à louer sur Villeneuve d'Ascq** pour un maximum de 850€ de loyer par mois

**Vous souhaitez leur répondre ?** [ascqmazone@gmail.com](mailto:ascqmazone@gmail.com) en précisant l'objet

## **Ascq'on est content !**

✓ **Amélia** a finalement trouvé un stage dans une entreprise de tissus à Roubaix.

A sa demande, elle propose de nous apporter ses compétences en matière de communication pour améliorer notre communication. **Merci à elle !**

✓ **Fabienne a tout donné samedi dernier** : lit d'enfant, chaise haute ont fait la joie de nouveaux grands parents du quartier qui cherchaient à s'équiper. C'est tant mieux !

## **Ascq' c'est beau !**

➤ **Jacqueline M.** du groupe des artistes d'Ascq nous propose une aquarelle inspirée par **la floraison des cerisiers du Japon, les sakuras**. (Voir photo en **PJ**)

➤ Avec [le festival de l'oiseau et de la nature](#), en Baie de Somme, on peut découvrir depuis chez soi la galerie virtuelle du Concours photo international et celle du plus beau coin Nature des Hauts de France **mais ... vite car le festival se termine le dimanche 2 mai !**

Des expositions en plein air se prolongeront jusqu'au 16 mai, à Valéry sur Somme, au Crotoy, à Abbeville et Cayeux sur mer. Avec la limite des 10km qui est levée, peut-être aurez-vous l'occasion d'en profiter ?

➤ A propos d'oiseaux, une lectrice de LVN a aperçu **les œufs dans le nid d'un couple de cygnes** au lac des Espagnols à Villeneuve d'Ascq ... C'est comme nos mésanges ... A suivre !

## **Bonne semaine !**

**Le bureau de Ascq In Love** : Nicole, Patrick, Sylvie, David et Anne-Sophie

Pour recevoir notre gazette hebdomadaire "Ascq'il paraît..." par mail : écrivez à : [ascqinlove@gmail.com](mailto:ascqinlove@gmail.com)

Pour la lire sur Internet et retrouver nos anciennes publications : [<blog-ascqinlove.blogspot.fr>](http://blog-ascqinlove.blogspot.fr)

Des **gazettes version papier** sont disponibles : Au Maraîcher, Au Bec, Boulangerie Martin

**Adhésion** (non obligatoire) 5€ par famille et par année civile

**Elle donne la possibilité de voter aux AG.**

- par chèque à l'ordre de Ascq In Love, à déposer au 131 rue Gaston Baratte 59493 Villeneuve d'Ascq (famille Soyeux)
- ou par virement : RIB sur demande à [ascqinlove@gmail.com](mailto:ascqinlove@gmail.com) ou au 06 72 77 89 02