

FOCUS

2023 :

Notre intercommunalité est un atout permettant rencontres et échanges. Elle est riche de chacun d'entre nous.

Tous ensemble nous nous devons d'être optimistes pour cette nouvelle année. Au nom de toute l'équipe et du Conseil d'Administration du CIAS, je vous souhaite à toutes et à tous de bonnes et heureuses fêtes.

Cathie PETRI,
membre élu du CIAS.



LA SONOTHÉRAPIE

🕒 La Sonothérapie : Bien-être pour le corps et l'esprit

*Le 27 septembre 2022,
Mme Cynthia GROSS a fait
connaître la Sonothérapie
ou « le Voyage Sonore » :
un moment de détente pour
le corps et l'esprit grâce aux
vibrations des bols tibétains et
des gongs.*



Divers instruments thérapeutiques étaient utilisés tels que : les bols tibétains thérapeutiques de 12 métaux certifiés Peter Hess, le Feng Gong ou gong du vent, le tambour chamanique, le piano à pouce, les percussions, ainsi que la voix intuitive.

Les ondes harmoniques émises par ces instruments facilitent la relaxation, l'élévation de l'état de conscience, permettent à chacun de se détacher de ses propres contenus psycho-émotionnels et d'effectuer son voyage intérieur.

Les vibrations se propagent dans l'air, ainsi que dans tout le corps pour offrir une véritable détente. Le son capte le mental et la vibration masse le corps.

Un prochain atelier d'initiation à la Sonothérapie aura lieu en janvier 2023 !

>> THÉ DANSANT : ÉDITION 2023



Le CIAS a la grande joie de vous inviter à un moment de partage et de convivialité lors de son prochain thé dansant qui aura lieu à Lampertheim le jeudi 30 mars 2023.

Soyez au rendez-vous, au programme de cet après-midi, de la musique avec orchestre, de la danse, de la

bonne humeur et de l'amitié intercommunale. Pour ravir vos papilles, pâtisseries et boissons vous seront proposées.

Venez nombreux pour cette nouvelle édition de notre Thé dansant...

Inscription auprès du CIAS avant le 28 mars 2023.



AGENDA ateliers seniors CIAS

DE JANVIER À MAI 2023

Les ateliers sont réservés aux plus de 60 ans,
résidant dans une des 4 communes, sur inscription.

Janvier



ATELIER NUTRITION NUTRI-QUIZ

1 séance de 2h
Gratuit

Mundolsheim

Le mardi 24 janvier de 9h à 11h



DU LEVAIN AU PAIN (faire son levain et son pain)

1 atelier de 2h - 5€/pers.

Lampertheim

Le mardi 31 janvier de 14h30 à 16h30



SONOTHÉRAPIE

2 séances de 1h30 - 15€ les 2 séances

Eckwersheim

Les vendredis 27 janvier
et 3 février de 10h à 11h30

Février

DO-IN AUTOMASSAGE

Initiation 1 séance de 1h30
5€/pers.

Mundolsheim

Le jeudi 2 février de 9h30 à 11h



UN TOIT / 2 GÉNÉRATIONS

Conférence de 2h - (Gratuit)

Mundolsheim

Le mardi 7 février 2023 de 14h30 à 16h30

FABRIQUER SES PRODUITS MÉNAGERS

1 séance de 2h
Gratuit

Vendenheim

Le lundi 27 février de 14h à 16h



RELAXATION

1 séance de 1h30 - 5€/personne

Lampertheim

Le mardi 28 février de 9h30 à 11h



Mars

INITIATION PHOTO

4 séances de 2h30
Gratuit

Eckwersheim

Les jeudis 2, 9, 16 et 23 mars de 9h à 11h30



DO-IN AUTOMASSAGE

Initiation 1 séance de 1h30
5€/personne

Vendenheim

Le vendredi 3 mars de 9h30 à 11h



RELAXATION

1 séance de 1h30
5€/personne

Mundolsheim

Le jeudi 9 mars de 9h30 à 11h



DO-IN AUTOMASSAGE

Initiation 1 séance de 1h30
5€/personne

Lampertheim

Le mardi 14 mars de 9h30 à 11h



THÉ DANSANT

1 après-midi

Lampertheim

Le jeudi 30 mars de 14h30 à 17h30

DO-IN AUTOMASSAGE

Initiation 1 séance de 1h30
5€/personne

Eckwersheim

Le vendredi 31 mars de 9h30 à 11h



Avril

ATELIER CRÉATIF

Recyclez vos T-shirt
5€/personne

Vendenheim

Le mardi 4 avril 14h à 16h



RELAXATION

1 séance de 1h30
5€ par personne

Vendenheim

Le jeudi 27 avril de 14h30 à 16h

Mai

LES PLANTES DU BIEN -ÊTRE

Conférence de 2h
Gratuit

Vendenheim

Le Jeudi 4 mai de 14h30 à 16h30



Pour toutes informations et inscriptions, merci de contacter
Mme Nathalie DOLT au 03 88 64 78 04
ou par courriel : animation@cias-vendenheim.fr



////////// LE LAEP

Lieu d'Accueil Enfants Parents : **MAINTENANT TOUS LES SAMEDIS !**

Le Lieu d'Accueil Enfants Parents est un service gratuit et anonyme, qui propose des **matinées de rencontres** pour les familles accompagnées d'enfants âgés de moins de 6 ans.

Désormais, parents ou futurs parents, peuvent découvrir des locaux aménagés pour l'accueil des tout petits sur 3 sites : à Lampertheim, à

Mundolsheim et à Vendenheim. Depuis la rentrée, l'équipe du LAEP vous accueille chaque samedi (hors vacances scolaires) de 9h30 à 12h en alternance sur les communes.

Les familles sont accueillies par une professionnelle et une bénévole qui assurent un cadre sécurisant et convivial. Pendant que les enfants font leurs premiers pas vers la socialisation, les adultes peuvent échanger entre eux autour d'un café. Un temps de rencontre et de jeu libre où chacun arrive et repart selon son envie.

N'hésitez plus et venez passer un moment privilégié avec vos enfants !

Agenda du 1er semestre 2023 du LAEP

COMMUNE DE	LAMPERTHEIM	MUNDOLSHEIM	VENDENHEIM
DATES ET HORAIRES	Les samedis de 9h30 à 12h 21 janvier, 18 mars, 15 avril, 20 mai, 17 juin 2023	Les samedis de 9h30 à 12h 7 janvier, 28 janvier, 4 mars, 25 mars, 6 mai, 27 mai, 10 juin, 24 juin 2023	Les samedis de 9h30 à 12h Les samedis 14 janvier, 4 février, 11 mars, 1er avril, 13 mai, 3 juin, 1er juillet 2023
LIEUX des activités récréatives	Multi-accueil Bidibulle	Maison de la famille	Maison de l'Enfance

Une question ? Contactez le CIAS au 03.88.64.78.04 ou laep@cias-vendenheim.fr

N'hésitez pas à suivre les actualités du LAEP :

www.facebook.com/LAEP-Vendenheim-Mundolsheim-Lampertheim-Eckwersheim-100401365657321

APPEL à Bénévoles

Le fonctionnement du LAEP repose sur l'investissement de bénévoles qui assurent des permanences en soutien au professionnel. Si vous êtes intéressés par cette mission et que vous souhaitez vous investir en tant que bénévoles, vous pouvez prendre contact avec Mme Lauriane SCHOTT au 03 88 64 78 04 ou par mail laep@cias-vendenheim.fr



LE RPE

Relais Petite Enfance :

Comment se passe une matinée au RPE ?

Les ateliers d'éveil sont organisés les mardis et jeudis de 9h30 à 11h et se déroulent comme suit :

Un temps de jeu libre est proposé en début de rencontre. Nous nous retrouvons ensuite sur les tapis pour un moment de chants et d'histoires. Une activité est ensuite proposée à ceux qui souhaitent y participer (peinture, découverte sensorielle, modelage...). Après un rangement collectif de la salle nous clôturons la séance par quelques comptines pour nous dire au revoir.

Nous proposons également **chaque mois 2 séances de baby-gym** à Toupti Gym Vendenheim, une rencontre bébés lecteurs à la bibliothèque de Lampertheim et des sorties quand le temps le permet !

Les ateliers d'éveil sont prioritairement ouverts aux assistantes maternelles de notre territoire mais les familles peuvent également participer dans la limite des places disponibles.

N'hésitez pas à demander le programme des ateliers du Relais par mail : rpe@cias-vendenheim.fr ou via la page Facebook du Relais

www.facebook.com/Relais-Petite-Enfance-CIAS-113438183898137

Le RPE c'est toujours :

- ☞ Un lieu d'accompagnement pour les assistants maternels
- ☞ Un lieu d'information pour les familles
- ☞ Un lieu d'animation pour les enfants de 0 à 3 ans

Le RPE est également référencé Point d'Information sur le site de la CAF.



DEVENIR PARENTS

ÉLEVER SON ENFANT

ACCOMPAGNER SON ADOLESCENT

UN CHANGEMENT DANS LA FAMILLE

SERVICES EN LIGNE



RECHERCHE D'UN MODE D'ACCUEIL

> Crèches, assistants maternels, services de garde à domicile, accueil de loisirs, relais assistants maternels



COÛTS ET AIDES

> Simuler le coût en crèche
> Estimer la Prestation d'accueil du jeune enfant (Paje)



UNE QUESTION SUR LES MODES D'ACCUEIL ?

> Je fais une demande en ligne, un conseiller me contacte

Vous êtes à la recherche d'un mode de garde sur les communes d'Eckwersheim, Lampertheim, Mundolsheim ou Vendenheim n'hésitez pas à faire une [demande en ligne sur le site monenfant.fr](https://monenfant.fr). Vous serez contacté rapidement par Mme SCHOTT Lauriane pour convenir d'un rendez-vous.

Mme SCHOTT au 07 78 41 75 43 ou par courriel : rpe@cias-vendenheim.fr