



AGENDA ateliers seniors CIAS

DE JANVIER À MAI 2022

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



Centre Intercommunal d'Action Sociale
d'Eckwersheim - Lampertheim - Mundolsheim - Vendenheim

Votre revue d'information / janvier 2022

#33

Janvier

YOGA / CHAISE

3 séances de 1h30 (10 pers. max)
(5€/pers./séance)

Eckwersheim

Les 17, 24 et 31 janvier de 14h30 à 16h



SEVRAGE TABAC

1 atelier de 2h (10 max) 5€ la séance

Vendenheim

Le vendredi 21 janvier de 9h30 à 11h30

Février

MÉMOIRE EN JEU

6 séances de 2h (10 pers. max) Gratuit

Lampertheim

Du 18 février au 25 mars de 9h30 à 11h30



INITIATION TABLETTE

10 séances de 2h (10 pers. max) Gratuit

Mundolsheim

Du 22 février au 26 avril de 9h30 à 11h30.



Mars

RELAXATION

3 séances de 1h30 (12 pers. max)
(5€/pers./séance)

Vendenheim

Les mardis 1, 8, 15 mars de 14h00 à 15h30

RÉFLEXOLOGIE FACIALE

« Sommeil et mal de dos »

1 Atelier de 2h (9 pers. max) 6€ la séance

Eckwersheim

Le lundi 28 mars de 14h30 à 16h30

Avril

LES PLANTES QUI SOIGNENT

1 Atelier de 2h
(30 pers. max.) Gratuit

Vendenheim

Le jeudi 07 avril de 14h30 à 16h30

NUTRITION SELON D^R KOUSMINE

1 Atelier de 2h
(15 pers. max) 5€ la séance

Mundolsheim

Le lundi 4 avril de 14h à 16h

RÉFLEXOLOGIE FACIALE

« Sommeil et mal de dos »

1 Atelier de 2h
(9 pers. max) 6€ la séance

Lampertheim

Le lundi 25 avril de 14h30 à 16h30

Mai

INITIATION QI GONG

2 séances de 1h30
(12 pers. max) 5€/séance/pers.

Vendenheim

Les vendredis 6 et 13 mai de 9h30 à 11h



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

Directeur de la publication : Philippe PFRIMMER / Rédaction : CIAS / Conception et réalisation : atelierpremieravril.com
Bulletin tiré à 8 061 exemplaires / Dépôt légal : décembre 2021 / Impression : DEPPEN / Crédit photo : AdobeStock®

HÉLÈNE BODOT nous a quitté



Suite au décès d'Hélène BODOT en octobre 2021, le Conseil d'Administration et les agents du CIAS souhaitent lui rendre hommage.

Assistante Sociale dédiée aux seniors de nos 4 communes depuis la création du CIAS, Hélène a consacré sa carrière à l'aide et à la prise en charge des personnes. Les membres des différents Conseils d'Administration successifs et ses collègues ont toujours eu plaisir à travailler avec Hélène pour ses qualités humaines et son professionnalisme.

Son dévouement et son sens de l'écoute ont toujours été appréciés par les personnes qu'elle accompagnait.

Nous sommes reconnaissants de son engagement mis au service des autres et souhaitons exprimer notre gratitude pour les 22 années de services passées au sein de notre établissement.

Nous adressons à sa famille nos plus sincères condoléances.

>> RESTOBUS

Le restobus a repris en juillet 2021 pour la plus grande joie des seniors des 4 communes. Dorénavant, **tous les lundis midi**, nous vous proposons de venir partager un menu complet au restaurant de l'EHPAD « Les Quatre Vents » au prix de 10€.

Le service du restobus propose un transport aller/retour au prix de 3€ pour les personnes sans moyen de locomotion.

Si vous ne souhaitez pas bénéficier de notre minibus, vous avez la possibilité de nous rejoindre par vos propres moyens pour le déjeuner.



EXEMPLE DE MENU

Potage
Sauté de volaille à la Basquaise, riz
Entremet vanille
Vin, eau, boisson chaude compris dans le prix 10€/personne

////// LES APRÈS -MIDI RÉCRÉATIVES SÉNIORS :

Nous vous rappelons que les après-midi récréatives ont repris dans les différentes communes.
Pour plus de renseignements :

Les après midi récréatives seniors dans chaque commune - année 2022

COMMUNE DE	LAMPERTHEIM	MUNDOLSHEIM	VENDENHEIM	ECKWERSHEIM
DATES ET HORAIRES	1^{er} vendredi du mois de 14h à 17h : 7 janvier / 4 février / 4 mars / 1 ^{er} avril / 6 mai / 3 juin	Tous les jeudis de 14h à 17h Hors vacances scolaires	Tous les vendredis de 14h à 17h Hors vacances scolaires	3^{ème} jeudi du mois de 14h à 17h : 20 janvier / 17 février / 17 mars / 21 avril / 19 mai / 16 juin
LIEUX des activités récréatives	Maison pour Tous 1a rue Albert Schweitzer	Club House Rue du Climont	Cafétéria de l'Omnisports 14 rue des Châtaigniers	Salle socio-culturelle Route d'Olwisheim
COORDONNÉES renseignements et inscription	Maison pour tous 03 88 19 64 16 06 84 25 94 70 maisonpourtous.lampertheim@fdmjc-alsace.fr	Béatrice NACHBAUER 03 88 20 43 03 Jeanine METZMEYER 06 34 87 45 40 Clubamitie.mundo@laposte.net	Nicole LELOUP 06 80 30 59 27 Leloupsnicole51@gmail.com	Yvonne PFRIMMER 03 88 69 52 62 gerard.pfrimmer@orange.fr

////// LES PREMIERS PAS DU LAEP

Le Lieu d'Accueil Enfant Parent a ouvert ses portes au public le samedi 18 septembre à Vendenheim, puis le 2 octobre 2021 à Mundolsheim. Ce nouveau service intercommunal, gratuit et anonyme, propose des matinées de rencontre pour les jeunes enfants âgés de 0 à 6 ans accompagnés d'un adulte référent (parent, grand-parent...). Ainsi, plusieurs familles ont déjà pu découvrir les locaux aménagés pour l'accueil des tout petits sur les 2 sites (Mundolsheim et Vendenheim). Des jeux et des jouets adaptés à chaque tranche d'âge sont mis à disposition des enfants (jouets 1er âge, jeux d'imitation, jeux de société...). Deux samedis par mois l'équipe vous accueille en alternance à Mundolsheim et à Vendenheim de 9h30 à 12h. N'hésitez pas à venir passer un moment privilégié avec votre (vos) enfant(s) ! L'accès au LAEP est libre aux horaires d'accueil.



Les prochains rendez-vous 2022 :

A Mundolsheim : Maison de la Famille, 9 rue du Général de Gaulle
Les samedis 8 janvier, 5 février, 5 mars, 2 avril, 7 mai et 11 juin

A Vendenheim : Maison de l'Enfance, 16 rue Charles Gounod
Les samedis 22 janvier, 19 février, 19 mars, 23 avril, 21 mai et 25 juin

Pour plus de renseignements : contactez le CIAS au 03 88 64 78 04 ou laep@cias-vendenheim.fr



////// LE RELAIS PETITE ENFANCE : RPE

La reprise des activités au Relais Petite Enfance

C'est avec beaucoup de plaisir que le Relais Petite Enfance propose depuis la rentrée les ateliers d'éveil au rythme d'avant Covid. Les assistantes maternelles du territoire répondent présent faisant la joie des petits et des grands.

Les ateliers d'éveil sont organisés à raison de 2 matinées par semaine de 9h30 à 11h et se déroulent comme suit : un temps de jeu libre est proposé en début de rencontre, puis nous nous retrouvons sur les tapis pour un moment de chants et d'histoires. Une activité est ensuite proposée à ceux qui souhaitent y participer. Après un rangement collectif de la salle nous clôturons la séance par quelques comptines pour se dire au revoir.

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 <https://www.facebook.com/Relais-Petite-Enfance-CIAS-113438183898137>



>> NOUVEAUTÉ

Une fois par mois nous nous rendons chez Toupti gym à Vendenheim pour une séance de baby-gym. Mallaury, notre encadrante, nous propose chaque mois des jeux et exercices en lien avec un thème particulier (« tête en haut, tête en bas », « faire de la gym ensemble »...). Ces séances participent à l'accompagnement des enfants dans leur développement psychomoteur. Cette rencontre mensuelle est très appréciée des participants. Les enfants s'amuse beaucoup et les adultes transpirent énormément !



////// Le Relais Petite Enfance est un lieu d'animation mais pas seulement !

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, vous serez recontacté par Mme SCHOTT Lauriane pour convenir d'un rendez-vous.



DEVENIR PARENTS | ÉLEVER SON ENFANT | ACCOMPAGNER SON ADOLESCENT | UN CHANGEMENT DANS LA FAMILLE

SERVICES EN LIGNE

<p>RECHERCHE D'UN MODE D'ACCUEIL</p> <p>Crèches, assistants maternelles, services de garde à domicile, accueil de loisirs, relais assistants maternelles</p>	<p>COÛTS ET AIDES</p> <p>Simuler le coût en crèche Estimer la Prestation d'accueil du jeune enfant (Paje)</p>	<p>UNE QUESTION SUR LES MODES D'ACCUEIL ?</p> <p>Je fais une demande en ligne, un conseiller me contacte</p>
---	--	---

