

# Centre Social et Familial

## Association Générale des Familles Sélestat

24  
25



Centre social et familial  
Association Générale des familles  
13b allée de la 1ère armée Sélestat  
03 88 92 15 92  
selestat@agf67.fr  
www.selestat.agf67.fr

agf

Association  
Générale des  
Familles  
du Bas-Rhin

RECONNUE D'UTILITE PUBLIQUE

Centre Social et Familial  
de Sélestat

Le Centre Social et Familial de l'association générale des familles du Bas-Rhin (AGF67) est un phare au cœur de la cité humaniste de Sélestat. Activités pour les enfants, pour les parents, pour les parents des parents, le CSF développe ses missions en fonction du projet social qui a été défini en octobre 2023 avec les habitants du territoire en lien avec nos partenaires, la Caisse d'Allocations Familiales du Bas-Rhin, la Ville de Sélestat, la Communauté de communes de Sélestat et les associations du territoire. Équipement de proximité à l'écoute des besoins des habitants et lieu de rencontres et d'échanges intergénérationnels, le centre social et familial AGF67 à Sélestat se veut être facilitateur de l'implication des habitants dans des dynamiques de développement local. Le projet social en cours tente de répondre à trois axes prioritaires : le soutien et l'accompagnement de la vie familiale, le développement du lien social à l'échelle du territoire, l'accompagnement et le soutien à la parentalité, aux jeunes parents, aux jeunes familles en créant là aussi du lien social.

La démarche du CSF vise à associer les habitants à la résolution de leurs difficultés en proposant des actions, des services appropriés, facilitant la conciliation de la vie familiale, de la vie professionnelle et de la vie sociale.

Pour la nouvelle saison 2024-2025, à travers toutes les activités, le CSF AGF67 transmet des valeurs intergénérationnelles de citoyenneté, de solidarité, d'échange, de partage. La démarche s'inscrit dans celle de l'Éducation populaire où chacun doit et peut trouver sa place.

Les bénévoles et les salariés sont heureux de vous présenter le programme de la nouvelle saison construit pour répondre aux besoins exprimés par le plus grand nombre. Nous serons également à l'écoute de nouvelles propositions, prêts à accueillir de nouveaux bénévoles engagés dans un territoire équitable et solidaire. Lieu d'expression, de participation, de création, notre centre social et familial de l'AGF du Bas-Rhin à Sélestat tisse avec vous du lien social, fondement de notre société multiculturelle, riche, vivante et belle. Soyez les bienvenus.

Michel Koebel,  
Directeur du CSF AGF de Sélestat

## EDITO

La saison de la rentrée sonne à nouveau à la porte. Ouvrez les fenêtres, respirez un grand coup.

On laisse rentrer l'air, peut-être une ondée vivifiante et on repart.

La vie n'est pas toujours un long fleuve tranquille. C'est parfois un torrent intrépide que l'on souhaite guider et parfois encadrer. Une rivière qui se développe avec force et énergie mais qui cherche encore sa voie, à laquelle d'autres rivières peuvent s'ajouter et finalement former un fleuve déterminé dont il faut continuer de prendre soin.

Le CSF AGF de Sélestat est là pour vous aider, pour vous détendre, pour vous informer et pour vous soutenir en fonction des missions que vous lui avez confiées.

Venez participer aux activités de randonnées, de gym, de sophrologie, de maintien de la forme, de l'entretien de l'équilibre ; pour vous dépenser, vous entretenir, vous ressourcer.

Venez avec votre bonne humeur aux sorties conviviales, aux après-midis jeux, aux ateliers patchwork et à la couture, aux rendez-vous Bien-être et conseils de santé.

Venez apprendre ou venez vous perfectionner avec l'atelier numérique pour rester dans le coup.

Venez découvrir des artistes à travers les expositions, attisez votre curiosité.

Posez-vous avec votre bout de chou, éveillez-vous ensemble : motricité, musique, contes, café parents, café des bambins. Trouvez des clefs pour comprendre et aider votre enfant et plus tard votre adolescent.

Nous pouvons aussi vous apporter un soutien à travers nos services d'accès aux droits, ou contre le surendettement, avec les permanences juridiques, ou le conseil conjugal et familial, la médiation familiale et vous emporter avec nous dans nos actions de prévention ou de solidarité...

Et si la vie est trop tumultueuse, poussez notre porte. Le CSF AGF de Sélestat est là pour tous, tout âge, tout genre, toute origine.

La vie est chère, les sourires de nos bénévoles et de nos salariés n'ont pas de prix. Venez en profiter avec nous, faites une pause et venez-vous ressourcer chez nous.

Lara Studler  
Présidente du CSF AGF de Sélestat

# ADHÉSION AGF 2024 -2025

- Notre carte de membre est valable du 1er juillet 2024 au 30 juin 2025
- Elle est obligatoire et permet de participer à la vie de l'association (Assemblée générale...)
- Coût annuel de 24 € par foyer fiscal, elle n'est pas remboursable ni payable au prorata du temps restant sur la période de validité
- Elle concerne l'ensemble des antennes de l'AGF du Bas-Rhin
- Elle donne droit à une réduction fiscale
- Elle offre des tarifs réduits à l'unité ou à l'abonnement à la piscine des Remparts de Sélestat

## INSCRIPTIONS

Les inscriptions aux activités sont ouvertes à partir du 19 août 2024.

Le contenu de ce programme ( activités, tarifs et calendriers ) est susceptible de varier en cours d'année. Des activités peuvent se rajouter ou être annulées.

le Centre Social de L'AGF se réserve le droit de modifier ou d'annuler certaines activités en cas d'éventuels imprévus.

N'hésitez pas à consulter notre site internet, notre page Facebook ou à nous contacter.

Sauf indication contraire, les activités se déroulent dans les locaux du CSF de Sélestat.

Les paiements se feront exclusivement par chèque, ou en espèces.

## APPEL À BÉNÉVOLES

Vous avez des spécificités que vous souhaitez partager, vous êtes motivé(e) à encadrer une animation, à transmettre un savoir-faire ou à vous investir au sein d'une action existante ?

Contactez-nous !

### VACANCES SCOLAIRES :

Du 19 octobre au 3 Novembre 2024

Du 21 décembre 2024 au 5 janvier 2025

Du 8 au 23 février 2025

Du 5 au 21 avril 2025

À compter du 5 juillet 2025

## SOMMAIRE

Activités de bien-être .....	p. 4
Activités physiques .....	p. 5
Activités de loisirs .....	p. 6
Pour les séniors .....	p. 7
Sorties conviviales .....	p. 8 et 9
Vivre avec le grand âge .....	p. 10
Fiche d'inscription .....	p.11
Fiche d'adhésion .....	p.12
Agenda détachable .....	p. 13 à 16
Actions de parentalité .....	p.17
De 0 à 3 ans .....	p.18 et 19
De 3 à 6 ans .....	p. 20 et 21
De 6 à 12 ans .....	p.22
Cafés parents .....	p.23 et 24
Vacances .....	p.25
Actions ponctuelles .....	p.26
Accès aux droits/services aux familles .	p.27
Contacts .....	p.28

Un grand merci à nos partenaires dans l'action, l'association Tremplin de Sélestat, le SMICTOM d'Alsace Centrale, l'ARSEA, le cinéma le Select, la Maison de la Nature du Ried et de l'Alsace Centrale, la Conférence des financeurs, l'association L'Autre Scène, les Tanzmatten, le CCAS de la ville de Sélestat, la Résidence Bien-être à Sélestat, les collèges et lycées de Sélestat et Châtenois, la Ferme pédagogique AGF de Rhinau.

## ATELIER SOPHROLOGIE

Besoin de souffler, de faire un pas de côté dans l'agitation du monde ?

Venez respirer, vous détendre et partager vos ressentis en pratiquant la sophrologie en groupe de 10 personnes. Pour explorer nos capacités de bien-être, la relaxation dynamique alterne des stimulations douces du corps (mouvements, étirements et contractions assis sur une chaise ou debout), des exercices respiratoires et des pauses d'intégration afin d'accueillir le positif en nous.

Activité psycho corporelle équilibrante, où la conscience du souffle et les sensations corporelles sont premières.

Ouvert à tous, tenue confortable et déchaussée.

Animé par Catherine Brun,  
Sophrologue praticienne certifiée.

Cycle de 15 séances renouvelable  
Cycle 1 : du 20/09/2024 au 24/01/2025  
Cycle 2 : du 31/01/2025 au 13/06/2025

le vendredi de 18h30 à 19h30  
(hors vacances scolaires)



**TARIF : 150€ / CYCLE**  
+ **CARTE DE MEMBRE : 24€**

## CONFÉRENCES CONSEILS SANTÉ - BIEN-ÊTRE

Comment être bien dans son corps et son esprit pour profiter de chaque instant ?

C'est une question dans l'ère du temps qui trouve de multiples réponses. Afin d'apporter de la réflexion à chacun pour trouver ses propres éléments de réponses, nous vous proposons un cycle de conférences animées par Michèle KLEIN

infirmière - réflexologue plantaire - Naturopathe - et praticienne en Méthode traditionnelle Chinoise.

- Le rééquilibrage alimentaire : dans quels cas peut-on débiter un rééquilibrage, en quoi ça consiste, comment éviter les carences nutritionnelles et leurs conséquences, les aliments dont il faut se méfier...
- La ménopause : ménopause, andropause, qu'est-ce que c'est, que se passe-t'il dans mon corps, comment j'amorce ces changements ?
- Les bases de l'aromathérapie : les précautions d'emploi, conseils pour les maux quotidiens.
- Le sucre : quel impact sur mon corps, lesquels choisir ?
- La flore intestinale : la digestion, le rôle des organes, comment la maintenir en bon état ?

**Mardi 17 septembre : Le rééquilibrage alimentaire**

**Mardi 26 novembre : La ménopause**

**Mardi 28 janvier : Les bases de l'aromathérapie**

**Mardi 18 mars : Le sucre**

**Mardi 20 mai : La flore intestinale**



**TARIF : 5€ LA CONFÉRENCE**  
+ **CARTE DE MEMBRE : 24€**

# Activités bien-être



## RANDONNÉES PÉDESTRES

Randonnées d'une dizaine de km en moyenne et d'un dénivelé d'environ 300 à 400 m (sans grande difficulté) dans les Vosges et occasionnellement en plaine lors de la période hivernale.

Ces sorties se déroulent dans un cadre convivial très apprécié par les randonneurs.

Programme détaillé disponible auprès du secrétariat.

**Le jeudi après - midi**



**TARIF : 10€ / AN**

**+ CARTE DE MEMBRE : 24€**

## GYMNASTIQUE DOUCE

Afin de se maintenir en bonne santé après 50 ans, il est fortement recommandé de poursuivre ou reprendre une activité sportive. On entretient ainsi son corps, sa mobilité, sa musculature, son cœur et sa santé mentale. La Gym douce est alors une alliée incontournable pour une stimulation globale et une amélioration de sa condition physique apportant par la même occasion, une forme de relaxation.

C'est aussi l'occasion de se retrouver avec son conjoint, ses amis ou ses voisins.

Les cours sont assurés par des animateurs formés en sport adaptés aux séniors. Ils ont lieu hors vacances scolaires.

**Démarrage des cours le lundi 16 septembre 2024**

**Lundi de 17h15 à 18h15**

Gymnase Jean Monnet

**Mercredi de 8h30 à 9h30**

Gymnase Jean Monnet

**Vendredi de 9h à 10h**

Foyer Saint Georges



**TARIF : 200€/AN**

**+ CARTE DE MEMBRE : 24€**

## MAINTIEN DE LA FORME, ENTRETIEN DE L'ÉQUILIBRE

Une heure d'exercices physiques avec pour objectif le maintien de la forme et l'entretien de l'équilibre.

Atelier destiné aux plus de 60 ans.

Animé par Quentin Offerle, animateur sportif.

**Démarrage des cours le lundi 30 septembre 2024**

Cycle de 10 séances  
Cycle 1 : du 30/09/2024 au 24/01/2025

**Le lundi de 10h à 11h**



**TARIF : 100€/CYCLE**

**+ CARTE DE MEMBRE : 24€**

# Activités physiques



## ATELIER COUTURE

Envie de découvrir sa machine à coudre et la dompter, d'acquérir des techniques de base simples pour faire soi-même et de développer son esprit créatif, le tout lors d'un moment convivial ?

Alors l'atelier couture est fait pour vous.

Nous partons des souhaits des participants à chaque séance, pour proposer une réalisation simple (tote bag, set de table etc.) afin d'encourager et valoriser le/la couturier(e) qui sommeille en vous !

On commence ensemble, on regarde les difficultés, on rigole et surtout on se jette à l'eau !

Ouvert aux adultes de tous niveaux, particulièrement aux débutants. Chacun apporte sa machine à coudre et son matériel et repart avec sa réalisation.

**Début des ateliers le mardi 24 septembre.**

**Le mardi soir de 20h à 22h  
une fois par mois**

24/09 - 15/10 - 19/11 - 17/12/2024  
21/01 - 25/02 - 25/03/2025  
29/04 - 27/05 - 24/06/2025



**TARIF : 50€**

**+ CARTE DE MEMBRE : 24€**

## ATELIER PATCHWORK

Club de patchwork Selest'patch

Nous vous invitons à nous rejoindre au club de Patchwork pour partager des après-midis ou des soirées de détente tout en créant des articles décoratifs et utiles tels que les panneaux muraux, sacs, etc.

Nous proposons également une initiation aux différentes techniques de broderie pour rehausser les créations de tissu.

**Début des ateliers le lundi 16 septembre 2024**

**Début des ateliers le vendredi 20 septembre 2024**

**2 lundis par mois  
à partir de 14h**

**Un vendredi / mois  
à 20h**



**TARIF : 50€/ AN, POUR LE GROUPE DU LUNDI  
30€/ AN, POUR LE GROUPE DU VENDREDI  
+ CARTE DE MEMBRE : 24€**

# Activités de loisirs

## APRÈS-MIDI JEUX

Pour répondre à la demande croissante, nous vous proposons de vous retrouver les mardis après-midi pour un moment convivial de jeux.

Au programme : belote, scrabble, et autres... Selon vos envies.

Des jeux sont à votre disposition et vous pouvez aussi amener les vôtres.

**Premier rendez-vous: le 17 septembre 2024**

**Mardi de 14h à 16h30**



**TARIF : 10€/ AN**  
**+ CARTE DE MEMBRE : 24€**

## ATELIERS NUMÉRIQUES

Deux formules d'atelier sont proposées cette année à nouveau pour vous familiariser et optimiser votre utilisation des différents outils numériques :

- Découvrez les fonctionnements d'une tablette numérique, ses applications pratiques et autres fonctionnalités : appareil photo, vidéo, appel en visio...
- Pour aller plus loin avec votre PC portable windows, un autre cycle est également en place pour vous aider à être autonome.

Ces ateliers sont proposés dans le cadre du dispositif de la Conférence des financeurs.

Cycle de 5 séances, inscription obligatoire pour le cycle complet.

D'autres ateliers pourront être ajoutés en cours d'année, contactez-nous pour plus d'informations.

### Cycle tablette

**Les Mercredis de 9h à 10h30**

### Cycle PC portable

**Les Mercredis de 10h45 à 12h15**

**25/09 - 02/10**  
**09/10 - 16/10 - 23/10/2024**



**TARIF : GRATUIT**  
**+ CARTE DE MEMBRE : 24€**

# Pour les séniors



# Sorties conviviales

Cette année à nouveau un groupe de bénévoles s'organise pour vous proposer une sortie par mois. C'est une occasion de se retrouver pour passer un moment ensemble autour d'un repas au restaurant, d'une visite, d'un atelier...

L'organisation s'élaborant mois par mois, les tarifs seront indiqués au fur et à mesure. Les inscriptions seront ouvertes un mois avant la sortie.

L'équipe se tient à l'écoute de vos propositions de sorties. Et nous accueillons bien volontiers de nouvelles forces vives dans le groupe de bénévoles.

Nous espérons que les propositions de cette année vous feront passer d'agréables moments !



## REPAS ET VISITE/ATELIER

Sortie à **Sélestat** **Jeudi 12/09/2024**  
Repas à la maison du pain et visite associée à un atelier à la Bibliothèque humaniste

## VISITE GUIDÉE ET REPAS

Sortie à **Eguisheim** **Jeudi 10/10/2024**  
Visite guidée de la ville et repas



## MAISON DE LA NATURE ET REPAS

Sortie à **Muttersholtz** **Jeudi 14/11/2024**  
Maison de la Nature et repas à l'Escale du Ried

## MARCHÉ DE NOËL

Sortie à **Fribourg** **Jeudi 12/12/2024**  
Sortie libre à Fribourg aux couleurs de Noël



## GALETTE DES ROIS

Au CSF de **Sélestat** **Jeudi 09/01/2025**  
Temps de convivialité autour de la galette des rois

## SORTIE AU RESTAURANT

Sortie à Sélestat

Jeudi 13/02/2025

## MUSÉE UNTERLINDEN ET REPAS

Sortie à Colmar

Jeudi 13/03/2025

Repas au restaurant du Cygne et visite guidée autour du retable d'Issenheim

## VISITE ET REPAS

Sortie à Scherwiller

Jeudi 10/04/2025

Ateliers au Smictom et repas au restaurant la Couronne

## REPAS AU FIL DE L'EAU

Sortie à Breisach

Jeudi 15/05/2025

Repas Asperges en croisière sur le Rhin, balade libre dans la ville

## MUSÉE ZOOLOGIQUE, JARDIN BOTANIQUE

Sortie à Strasbourg

Jeudi 12/06/2025

### Modalités d'inscriptions:

Les inscriptions seront possibles à partir de la date de la sortie précédente via un formulaire d'inscription, celui-ci pourra vous être transmis par mail, par courrier sur simple demande, via les bénévoles présents lors de la sortie ou en passant nous voir.

Les tarifs seront communiqués au fur et à mesure.

Les inscriptions seront prises en compte par ordre de réception des fiches d'inscription et du règlement.

Les sorties en bus nécessitent un minimum de 30 participants.

La carte de membre est obligatoire pour participer à ces sorties.



# ACCOMPAGNEMENT DE LA PERSONNE AGÉE

Vous êtes un aidant ou une personne âgée en perte d'autonomie ?

L'équipe de bénévoles de Vivre avec le Grand Âge peut vous accompagner pour un soutien au quotidien dans les gestes de la vie :

Vous véhiculer pour aller faire les courses, lors de rendez-vous médicaux, chez le coiffeur...



**PARTICIPATION FINANCIÈRE POUR UN ACCOMPAGNEMENT ALLER-RETOUR À SÉLESTAT : 5€  
+ CARTE DE MEMBRE : 24€**

contactez le CSF  
au 03 88 92 15 92

au plus tard 3 jours ouvrables avant la date de l'accompagnement souhaité

## EN PARTENARIAT AVEC LA RÉSIDENCE BIEN-ÊTRE

7, rue Jean Meyer à Sélestat

### QI GONG SUR CHAISE (GYMNASTIQUE DE SANTÉ)

Il s'agit de mouvements simples adaptés à tous et faciles à reproduire pour garder sa mobilité, reprendre confiance en son capital musculaire et se sentir bien. La résidence ouvre 12 places à des personnes extérieures sur inscription. Le règlement se fait sur place au moment de l'activité.

Reprise le 6 septembre 2024

### APRÈS-MIDI JEUX DE SOCIÉTÉ

Les premiers lundis de chaque mois de 14h à 17h. La résidence accueille 15 participants pour un après-midi autour de la Belote, du Qwirkle, Rummikub etc.

Pour soutenir ces moments conviviaux, il est bienvenu de consommer sur place. Café ou infusion : 1€, viennoiserie : 2€

#### Qi Gong

Les vendredis  
de 10h à 11h

#### Jeux de société

Le premier lundi de chaque mois  
de 14h à 17h



**TARIFS : QI GONG SUR CHAISE : 4€ LA /SÉANCE  
JEUX DE SOCIÉTÉ : GRATUIT SUR INSCRIPTION  
+ CARTE DE MEMBRE : 24€**

# Vivre avec le grand âge



# Fiche d'inscription 2024-2025

## Renseignements du participant

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse : .....

Code postal : .....

Ville : .....

Tél : .....

Mail : .....

J'autorise que mon image soit utilisée pour les communications de l'AGF de Sélestat :

Oui

Non

## Activités bien-être

**Atelier Sophrologie 150€/cycle**

- Vendredi de 18h30 à 19h30 – Cycle de 15 séances  
Départ le 20/09/24
- Vendredi de 18h30 à 19h30 – Cycle de 15 séances  
Départ le 31/01/25

**Conférences santé 5€ par conférence**

- 17/09/2024 à 19h : Le rééquilibrage alimentaire
- 26/11/2024 à 19h : La ménopause
- 28/01/2025 à 19h : les bases de l'aromathérapie
- 18/03/2025 à 19h : Le sucre
- 20/05/2025 à 19h : La flore intestinale

## Activités physiques

**Randonnées 10€/an**

- Jeudi – Programme détaillé sur demande  
Départ à 14h

**Gymnastique douce 200€/an**

- Lundi de 17h15 à 18h15 – hors vacances
- Mercredi de 8h30 à 9h30 – hors vacances
- Vendredi de 9h à 10h – hors vacances

**Maintien de la forme, entretien de l'équilibre 100€**

- Lundi de 10h à 12h – Cycle de 10 séances  
Départ le 30/09/24

## Activités de loisirs

**Atelier couture 50€/an**

- Mardi de 20h à 22h – 10 séances/an  
Départ le 24/09/2024

**Atelier patchwork**

- Deux lundis/mois de 14h à 17h  
Départ le 16/09/2024
- Un vendredi/mois à partir de 20h  
Départ le 20/09/2024

## Pour les séniors

**Après-midi jeux 10€/an**

- Mardi de 14h à 16h30 – hors vacances scolaires  
Départ le 17/09/2024

**Atelier numérique Tablette Gratuit**

- Mercredi de 9h à 10h30 – Cycle de 5 séances  
Du 25/09 au 23/10/2024

**Atelier numérique Ordinateur portable Gratuit**

- Mercredi de 10h45 à 12h15 – Cycle de 5 séances  
Du 25/09 au 23/10/2024

## Sorties conviviales

Les tarifs, les horaires et détails de chaque sortie seront disponibles un mois avant la sortie.

- 12/09/2024 à Sélestat
- 10/10/2024 à Eguisheim
- 14/11/2024 à Muttersholtz
- 12/12/2024 à Fribourg
- 09/01/2025 à Sélestat
- 13/02/2025 à Sélestat
- 13/03/2025 à Colmar
- 10/04/2025 à Scherwiller
- 15/05/2025 à Breisach
- 12/06/2025 à Strasbourg

## Vivre avec le Grand Âge

**Partenariat avec la Résidence Bien-être**

**Qi Gong sur chaise**

- Vendredi de 10h à 11h
- Départ le 06/09/2024  
**4€/séance, à régler sur place**

**Jeux de société Gratuit**

- Premier lundi du mois de 14h à 17h

Les inscriptions pour les ateliers de parentalité se font en présentiel, par téléphone ou par mail. Elles sont ouvertes de trimestre en trimestre selon le calendrier ci-après :

1er trimestre : du 15/09/2024 au 22/12/2024  
Inscriptions possibles à partir du 19/08/2024

2ème trimestre : du 06/01/2025 au 31/03/2025  
Inscriptions possibles à partir du 02/12/2024

3ème trimestre : du 01/04/2025 au 06/07/2025  
Inscriptions possibles à partir du 17/03/2025

N° \_\_\_\_\_

(validité du 1<sup>er</sup> juillet 2024 au 30 juin 2025)

(à compléter par l'AGF)

ANCIEN MEMBRE

NOUVEAU MEMBRE

SECTION DE \_\_\_\_\_

ACTIVITE \_\_\_\_\_

NOM DE L'ADHERENT (personne majeure uniquement)

NOM DU CONJOINT OU DU CONCUBIN

PRENOM \_\_\_\_\_

PRENOM \_\_\_\_\_

DATE DE NAISSANCE \_\_\_\_\_

DATE DE NAISSANCE \_\_\_\_\_

BENEVOLE AU SEIN DE L'ASSOCIATION

BENEVOLE AU SEIN DE L'ASSOCIATION

**Adhère et donne ses voix à l'ASSOCIATION GENERALE DES FAMILLES DU BAS-RHIN**

La représentativité de notre association au sein des Assises Nationale du Mouvement Familial est fonction du nombre de voix familiales qu'elle totalise. Toutes les informations sont nécessaires et particulièrement l'année de naissance de tous les enfants mineurs de la famille (le couple représentant une voix chacun, la mère et/ou le père et chaque enfant représentant une voix chacun).

ADRESSE N° \_\_\_\_\_ Rue, Pce, Imp., etc... \_\_\_\_\_

COMMUNE \_\_\_\_\_ CODE POSTAL \_\_\_\_\_

N° TELEPHONE FIXE \_\_\_\_\_ N° TELEPHONE MOBILE \_\_\_\_\_

ADRESSE EMAIL (en majuscule) \_\_\_\_\_

J'accepte de recevoir des informations de l'AGF par mail  oui  non

SITUATION FAMILIALE (cocher la case correspondante)		ENFANTS (de moins de 18 ans)			
<input type="checkbox"/> Célibataire avec enfants	<input type="checkbox"/> Divorcé(e)	Nom	Prénom	Sexe (G/F)	Jour, mois, année naissance
<input type="checkbox"/> Célibataire sans enfants	<input type="checkbox"/> Marié(e)/Pacsé(e)	_____	_____	_____	_____
<input type="checkbox"/> Concubinage avec enfants	<input type="checkbox"/> Veuf(ve)	_____	_____	_____	_____
		_____	_____	_____	_____

**CENTRES D'INTERETS**

**ACTIVITES DE LOISIRS ADULTES**  
activités sportives - activités culturelles (conférences, visites, sorties ...) - activités manuelles, linguistiques...

**ACTIVITES DE LOISIRS ENFANTS**  
centre de loisirs, mini-camps, colonies de vacances... activités sportives – activités manuelles, artistiques, musicales...

**ACTIVITES FAMILIALES**  
ateliers parents/enfants – café-parents - conférence journée jeux, sorties, balades...

**SOUTIEN AUX FAMILLES**  
accompagnement dans les démarches administratives, juridique, gestion budgétaire – aide et conseil aux seniors et à leur famille – bourse aux vêtements – marché aux puces

**BENEVOLAT**  
Disponible de façon ponctuelle ou plus régulière, je suis prêt(e) à m'investir dans les activités de l'association

**MODE DE PAIEMENT**

Le \_\_\_\_\_

Espèce  Chèque  Virement

Signature

« Ces données sont recueillies en vue de tenir à jour notre fichier d'adhérents ; en aucun cas elles ne seront cédées ou vendues à des tiers. Elles seront conservées 6 ans après la fin de votre adhésion et seront ensuite détruites. Vous pouvez, en vertu du Règlement européen sur la protection des données personnelles, en vigueur depuis le 25/05/2018, avoir accès aux données vous concernant ; vous pouvez demander leur rectification et leur suppression »

## NOVEMBRE

3	Locomot'
4	Gym douce
4	Forme et équilibre
5	Après-midi jeux de société
6	Ateliers du mercredi
6	Gym douce
7	Café des bambins
7	Randonnée
8	Sophrologie
8	Gym douce
10	Locomot'
11	Gym douce
12	Après-midi jeux de société
13	Gym douce
13	Atelier de portage
14	Sortie conviviale
14	Café des bambins
14	Randonnée
15	Gym douce
15	Sophrologie
16	Groupe d'échange handicap
17	Locomot'
18	Gym douce
18	Forme et équilibre
18	Patchwork
19	Après-midi jeux de société
20	Gym douce
20	Jeux de société en famille
20	Jeux de société en famille
21	Café des bambins
21	Randonnée
21	Atelier couture
23	Café parents
24	Locomot'
25	Gym douce
25	Forme et équilibre
26	Conférence santé
26	Après-midi jeux de société
27	Gym douce
27	Mercredi en famille
28	Café des bambins
28	Randonnée
29	Gym douce
29	Cercle de parent
29	Sophrologie

## DÉCEMBRE

1	Locomot'
2	Gym douce
2	Forme et équilibre
2	Patchwork
3	J'peux pas j'ai...
3	Après-midi jeux de société
4	Ateliers du mercredi
4	Gym douce
5	Café des bambins
5	Randonnée
6	Sophrologie
6	Gym douce
7	Café parent handicap
8	Locomot'
9	Gym douce
9	Forme et équilibre
10	Après-midi jeux de société
11	Gym douce
11	Groupe d'expression
11	Jeux de société en famille
12	Sortie conviviale
12	Café des bambins
12	Randonnée
13	Gym douce
13	Sophrologie
14	Groupe d'échange handicap
15	Locomot'
16	Gym douce
16	Forme et équilibre
16	Patchwork
17	Après-midi jeux de société
17	Couture
18	Gym douce
18	Mercredi en famille
18	Jeux de société en famille
19	Café des bambins
19	Randonnée
20	Gym douce
20	Sophrologie

## JANVIER

6	Gym douce
6	Patchwork
7	Après-midi jeux de société
8	Gym douce
8	Ateliers du mercredi
9	Café des bambins
9	Sortie conviviale
9	Randonnée
10	Gym douce
10	Sophrologie
12	Locomotif
13	Gym douce
14	Après-midi jeux de société
15	Gym douce
15	Groupe d'expression
15	Jeux de société en famille
16	Café des bambins
16	Randonnée
17	Gym douce
17	Sophrologie
19	Locomotif
20	Gym douce
21	Après-midi jeux de société
22	Gym douce
23	Café des bambins
23	Randonnée
24	Gym douce
24	Sophrologie
26	Locomotif
27	Gym douce
28	Après-midi jeux de société
28	Conférence santé
29	Gym douce
29	Mercredi en famille
30	Café des bambins
30	Randonnée
31	Gym douce
31	Sophrologie

## FÉVRIER

1	Groupe d'échange handicap
2	Locomotif
3	Gym douce
3	Patchwork
4	Après-midi jeux de société
4	J'peux pas, j'ai...
5	Gym douce
5	Atelier du mercredi
6	Café des Bambins
6	Randonnée
7	Sophrologie
7	Gym douce
12	Jeux de société en famille
12	Groupe d'expression
13	Sortie conviviale
13	Atelier intergénérationnel
13	Randonnée
17	On cuisine en famille
20	Éveil musical
20	Randonnée
24	Gym douce
25	Après-midi jeux de société
25	Couture
26	Gym douce
26	Mercredi en famille
27	Café des bambins
27	Randonnée
28	Gym douce
28	Sophrologie

## MARS

1	Café parents Montessori
2	Locomotif
3	Gym douce
4	Après-midi jeux de société
5	Gym douce
5	Ateliers du mercredi
6	Café des bambins
6	Randonnée
7	Gym douce
7	Sophrologie
9	Locomotif
10	Gym douce
11	Après-midi jeux de société
12	Gym douce
12	Groupe d'expression
12	Atelier Montessori
13	Café des bambins
13	Sortie conviviale
13	Randonnée
14	Gym douce
14	Sophrologie
16	Locomotif
17	Gym douce
18	Après-midi jeux de société
18	Conférence santé
19	Jeux de société en famille
20	Café des bambins
20	Randonnée
21	Gym douce
21	Sophrologie
23	Locomotif
24	Gym douce
25	Après-midi jeux de société
25	Couture
26	Gym douce
26	Mercredi en famille
27	Café des bambins
27	Randonnée
28	Gym douce
28	Sophrologie
29	Groupe d'échange handicap
30	Locomotif
31	Gym douce

**AGENDA - POSTER  
DÉTACHABLE**

AVRIL	
1	Après-midi jeux de société
1	J'peux pas j'ai...
2	Gym douce
2	Ateliers du mercredi
3	Café des bambins
3	Randonnée
4	Gym douce
4	Sophrologie
6	Locomot'
9	Atelier Montessori
10	Atelier intergénérationnel
10	Sortie conviviale
10	Randonnée
10	Éveil musical
14	On cuisine en famille
15	Tous à la ferme
16	jeux de société en famille
16	Groupe d'expression
22	Après-midi jeux de société
23	Gym douce
24	Café des bambins
24	Randonnée
25	Gym douce
25	Sophrologie
27	Locomot'
28	Gym douce
28	Patchwork
29	Après-midi jeux de société
29	Couture
30	Gym douce
30	Mercredi en famille

MAI	
2	Gym douce
2	Sophrologie
4	Locomot'
5	Gym douce
6	Après-midi jeux de société
7	Gym douce
7	Ateliers du mercredi
7	Atelier Montessori
9	Sophrologie
11	Locomot'
12	Gym douce
12	Patchwork
13	Après-midi jeux de société
14	Gym douce
14	Groupe d'expression
14	Jeux de société en famille
15	Café des bambins
15	Randonnée
15	Sortie conviviale
16	Gym douce
16	Sophrologie
17	Atelier secourisme enfants
18	Locomot'
19	Gym douce
20	Après-midi jeux de société
20	Conférence santé
21	Gym douce
21	Mercredi en famille
22	Café des bambins
22	Randonnée
23	Gym douce
23	Sophrologie
25	Locomot'
26	Gym douce
26	Patchwork
27	Après-midi jeux de société
27	Couture
28	Gym douce
30	Gym douce

JUIN	
1	Locomot'
2	Gym douce
3	Après-midi jeux de société
3	J'peux pas, j'ai...
4	Gym douce
4	Ateliers du mercredi
5	Gym douce
6	Gym douce
6	Sophrologie
7	En route vers la scolarité
8	Locomot'
10	Après-midi jeux de société
11	Gym douce
11	Groupe d'expression
11	Atelier Montessori
12	Sortie conviviale
12	Café des bambins
12	Randonnée
13	Gym douce
13	Sophrologie
14	Café parent handicap
14	En route vers la scolarité
15	Locomot'
16	Gym douce
17	Après-midi jeux de société
18	Jeux de société en famille
19	Café des bambins
19	Randonnée
21	En route vers la scolarité
22	Locomot'
23	Gym douce
24	Après-midi jeux de société
24	Couture
25	Mercredi en famille
26	Café des bambins
26	Randonnée
28	En route vers la scolarité
29	Locomot'

JUILLET	
3	Randonnée
3	Café des bambins
6	Locomot'

## SEPTEMBRE

12	Sortie conviviale
12	Randonnée
15	Locomot'
16	Gym douce
16	Patchwork
17	Après-midi jeux de société
17	Conférence santé
18	Jeux de société en famille
18	Gym douce
19	Randonnée
19	Café des bambins
20	Gym douce
20	Sophrologie
22	Locomot'
23	Gym douce
24	Après-midi jeux de société
24	Atelier couture
25	Ateliers numériques
25	Mercredi en famille
25	Gym douce
26	Café des bambins
26	Randonnée
27	Gym douce
27	Cercle de parents
27	Sophrologie
28	Café parents secourisme
29	Locomot'
30	Gym douce
30	Forme et équilibre

## OCTOBRE

1	Après-midi jeux de société
1	J'peux pas j'ai...
2	Gym douce
2	Ateliers numériques
2	Ateliers du mercredi
3	Café des bambins
3	Randonnée
4	Gym Douce
4	Sophrologie
5	Groupe d'échange handicap
6	Locomot'
7	Gym douce
7	Forme et équilibre
8	Après-midi jeux de société
9	Gym douce
9	Atelier Numérique
9	Groupe d'expression
10	Sortie conviviale
10	Café des bambins
10	Randonnée
11	Gym douce
11	Sophrologie
13	Locomot'
14	Gym douce
14	Forme et équilibre
15	Après-midi jeux de société
15	Couture
16	Gym douce
16	Ateliers numériques
16	Atelier de portage
17	Café des bambins
17	Randonnée
18	Gym douce
18	Sophrologie
20	Locomot'
21	Forme et équilibre
23	Ateliers numériques
24	Atelier intergénérationnel
24	Randonnée
28	On cuisine en famille
29	Médiation animale
30	Mercredi en famille
31	Eveil musical
31	Randonnée

Le centre social et familial de Sélestat propose un panel de rencontres favorisant l'épanouissement des familles dans une ambiance conviviale et bienveillante.

L'accompagnement des parents dans leur rôle occupe une place centrale dans le projet d'animation collective et l'idée est aussi de fédérer les parents et favoriser leur implication.

Le centre social et familial est au cœur des nouveaux besoins et des aspirations que les évolutions de la société ont fait naître :  
L'information et l'orientation des parents, l'arrivée du premier enfant et les besoins en mode d'accueil, mais aussi la prévention des ruptures familiales, la monoparentalité, le rôle croissant des grands-parents, les familles réfugiées...

Grâce à sa démarche de diagnostic territorial et à une veille sociale au quotidien, le centre social et familial de Sélestat est à l'écoute des évolutions du territoire pour co-construire avec les partenaires et les familles des réponses adaptées et hybrides aux défis d'aujourd'hui.

À travers les actions développées, le CSF organise des temps de rencontres et d'échanges pour répondre aux questionnements des parents. Nous développons les partenariats avec les structures sociales et les établissements scolaires afin d'identifier et répondre au mieux aux besoins des familles. Et nous proposons des activités afin d'impulser une dynamique de groupe entre les familles, les rendre actrices de leurs envies et favoriser la réalisation de projets communs.

Dans les prochaines pages, vous découvrirez toutes nos actions organisées en fonction de la tranche d'âge des participants.

Nous espérons que vous y trouverez votre bonheur.

Les ateliers de parentalité sont ouverts aux membres de l'AGF.  
Les places sont limitées et les inscriptions sont obligatoires.

# Actions de Parentalité



# AU CAFÉ DES BAMBINS

## Parents, grands-parents, enfants de 3 mois à 3 ans

Le Café des Bambins est un espace enfants-parents animé à vivre en famille. Il est suivi d'un moment convivial pour se rencontrer autour d'un café, d'un thé.

- ☀ Éveil musical avec Chantal Rebert  
19/09/2024 - 14/11/2024 - 09/01/2025  
13/03/2025 05/06/2025
- ☀ Motricité avec Sylvie Lamm  
Du 4 pattes à 3 ans  
03/10/2024 - 28/11/2024 - 16/01/2025  
20/03/2025 - 12/06/2025
- ☀ Comptines en alsacien avec Isabelle Grussenmeyer  
17/10/2024 - 12/12/2024 - 23/01/2025  
27/03/2025 - 19/06/2025
- ☀ Bébés chanteurs avec Joëlle North  
26/09/2024 - 10/10/2024 - 05/12/2024  
27/02/2025 - 15/05/2025
- ☀ Comptines signées avec Bérénice Uhl  
30/01/2025 - 26/06/2025
- ☀ Médiation animale avec la ferme éducative de Rhinau  
07/11/2024 - 19/12/2024 - 06/02/2025  
24/04/2025 - 03/07/2025
- ☀ Éveil corporel avec Elsa Halimi  
Dès 3 mois jusqu'au 4 pattes  
06/03/2025 - 22/05/2025
- ☀ Atelier contes avec Océane Roma  
21/11/2024

Tous les jeudis  
(hors vacances scolaires)  
de 9h30 à 11h

## MASSAGES BÉBÉS

### Parents et nourrissons de 0 à 9 mois

Le massage Bien-être est un outil d'interaction et de communication. Il facilite la communication verbale et non verbale, dans un contact direct "face à face" entre le parent et son bébé.

Dates à venir

## ATELIER DE PORTAGE BÉBÉS

Durant ces ateliers, différentes propositions pour porter votre enfant seront testées, expliquées, et vous pourrez poser vos questions pour trouver la solution la plus adaptée à votre famille.

Portage avec Sling et/ou écharpes (1)  
Portage avec porte bébé préformé (2)

D'autres dates seront possibles selon les demandes.

Animé par Aurélie Walter, puéricultrice

De 9h30 à 11h30

(1) 16/10/2024  
(2) 13/11/2024

# De 0 à 3 ans



# EN ROUTE VERS LA SCOLARITÉ

## Parents et enfants faisant leur première rentrée scolaire en septembre 2025 (enfants nés en 2022)

L'entrée en maternelle est un passage qui peut susciter beaucoup d'interrogations tant chez les parents que chez les enfants. Avec ce cycle d'ateliers, on se prépare pour cette première rentrée scolaire.

En passant un moment privilégié, les parents pourront accompagner leur enfant vers l'autonomie et l'apprentissage de la vie en groupe dans le cadre scolaire. Ensemble, les besoins seront identifiés, et des propositions d'activités de soutien seront créées.

Présence des 2 parents souhaitée

Animé par Virginie Bertrand

Cycle de 4 séances  
samedi de 9h30 à 10h30

7, 14, 21 et 28  
juin 2025

## GROUPE D'EXPRESSION

Temps d'échange pour lâcher prise dans votre quotidien de parent. Un mercredi par mois, durant 1h30 retrouvez vous avec ou sans vos enfants pour partager vos conseils, expériences en matière de santé, d'éducation, d'organisation.

Gratuit et sans inscription.

De 10h à 11h30

09/10/2024 - 20/11/2024  
11/12/2024 - 15/01/2025  
12/02/2025 - 12/03/2025  
16/04/2025 - 14/05/2025  
11/06/2025

## CERCLE DE PARENTS

Espace d'échange à destination des futurs parents et parents d'enfants de 0 à 3 ans.

Animé par Aude Bruckert, infirmière puéricultrice

De 15h à 17h

27/09/2024  
29/11/2024

## TOUS À LA FERME !

Éveil sensoriel et contact avec les animaux : un moment privilégié à la ferme adapté aux tout-petits... et aux plus grands !

À la Ferme Éducative AGF

Rue du Sergent Viala, Rhinau

Rendez-vous sur place 10 minutes avant le démarrage de l'atelier.

de 9h30 à 11h30

15/04/2025

## LA LOCOMOT'

Atelier de gym à vivre en duo avec son enfant pour l'accompagner à se mouvoir et se faire confiance.

Sous la forme de jeux, les enfants travailleront leur équilibre, leurs appuis pour aller vers une autonomie motrice et pouvoir se débrouiller seuls.

Inscription par semestre (17 séances)

Ces ateliers sont ouverts pour les enfants dès lors qu'ils se déplacent à 4 pattes.

Animé par Virginie Bertrand

Tarif en fonction du quotient familial :

Inférieur ou égal à 700 : 102€ / semestre

Entre 701 et 1500 : 136€ / semestre

Supérieur ou égal à 1501 : 170€ / semestre

Possibilité de bénéficier de la bourse d'aide à la pratique sportive et culturelle pour les habitants de Sélestat.

### Tous les dimanches

1er semestre : du 15/09/2024 au 02/02/2025

2d semestre : du 02/03/2025 au 06/07/2025

à l'école Pestalozzi de Sélestat

Groupe 1. 9h à 9h45

Groupe 2. 10h à 10h45

Groupe 3. 11h à 11h45

## ATELIER INTERGÉNÉRATIONNEL

Cet atelier sera l'occasion de partager un moment avec les personnes âgées de la résidence en musique ou avec les petits animaux de la ferme. Il se déroulera à la Maison du Docteur Oberkirch ou au CSF.

De 15h à 16h30

24/10/2024

13/02/2025

10/04/2025

## ÉVEIL MUSICAL

Chansons à gestes, chansons rythmées, berceuses et découverte des instruments. Chaque séance sera l'occasion d'aborder différents thèmes (Chansons en anglais, percussions africaines...).

Animé par Chantal Rebert

de 10h à 11h

31/10/2024

20/02/2025

10/04/2025

Durant les petites vacances scolaires

## MERCREDI EN FAMILLE

**25/09/2024**

Initiation à l'alsacien à partir de jeux, chansons, comptines, histoires et lectures. Les familles seront invitées à chanter, se mettre en mouvement et jouer en langue alsacienne.  
Animé par Isabelle Grussenmeyer

**30/10/2024**

Bricolage d'Halloween  
Animé par Elsa Halimi

**27/11/2024**

Autour du sapin  
Contes et légendes du sapin de Noël, ateliers créatifs pour identifier les arbres et bricolage de Noël.  
Animé par Mélanie Frappin

**18/12/2024**

Fête de fin d'année  
Tombola, contes, chansons, concours de dessin et dégustation de gâteaux et boissons chaudes au programme de ce moment partagé.  
Animé par Océane Roma et Chantal Rebert

**29/01/2025**

Atelier de bricolage : réalisation d'une lanterne chinoise pour le nouvel an chinois.  
Animé par Elsa Halimi

**26/02/2025**

Carnaval

**26/03/2025**

Atelier de Yoga en famille  
Animé par Pascale Lutzinger

**30/04/2025**

Atelier de Sophrologie en famille  
Animé par Aurélie Walter

**21/05/2025**

Atelier en 3 temps  
Relaxation, partage des forces et qualité de chacun.  
Création et modelage d'une œuvre en terre à l'image de sa famille.  
Convivialité autour d'un goûter  
Animé par Véronique Laug

**25/06/2025**

Sortie nature  
Balade animée et bricolage en extérieur autour du thème de l'été.  
Animé par Mélanie Frappin

De 14h à 16h30

De 3 à 6 ans  
(Fratries acceptées)



## ATELIERS MONTESSORI

"Aide moi à faire seul..."

Dans la continuité du café-parent Montessori du 1er mars, ces ateliers à thèmes seront l'occasion de mettre en pratique cette méthode. Les parents découvriront comment accompagner et guider leurs enfants dans divers apprentissages selon les enseignements Montessori.

Cette pédagogie universelle et intemporelle a pour objectif de favoriser l'éveil, les sens, l'ouverture au monde, et le développement de l'enfant tout en respectant son rythme d'apprentissage et en développant sa confiance en soi.

Les familles repartiront avec des idées à refaire à la maison et ainsi construire leurs propres outils Montessori.

Animé par Virginie Bertrand

Mercredi de 9h30 à 10h30

12/03/2025  
09/04/2025  
07/05/2025  
11/06/2025

## EN ROUTE VERS LA SCOLARITÉ

Parents et enfants faisant leur première rentrée scolaire en septembre 2025 (enfants nés en 2022)

L'entrée en maternelle est un passage qui peut susciter beaucoup d'interrogations tant chez les parents que chez les enfants. Avec ce cycle d'ateliers, on se prépare pour cette première rentrée scolaire.

En passant un moment privilégié, les parents pourront accompagner leur enfant vers l'autonomie et l'apprentissage de la vie en groupe dans le cadre scolaire. Ensemble, les besoins seront identifiés, et des propositions d'activités de soutien seront créées.

Présence des 2 parents souhaitée  
Animé par Virginie Bertrand

Cycle de 4 séances  
Samedi de 9h30 à 10h30

7, 14, 21 et 28  
juin 2025

## JEUX DE SOCIÉTÉ EN FAMILLE

La ludothèque mobile débarque une fois par mois pour vous faire découvrir des jeux différents des jeux habituels.

Pour le plaisir des petits et des grands !

Animé par Stéphane Levêque

De 14h à 16h30

16/10/2024  
20/11/2024, 11/12/2024  
15/01/2025, 12/02/2025  
19/03/2025, 16/04/2025  
14/05/2025, 18/06/2025

## GROUPE D'EXPRESSION

Temps d'échange pour lâcher prise dans votre quotidien de parent. Un mercredi par mois, durant 1h30 retrouvez vous avec ou sans vos enfants pour partager vos conseils, expériences en matière de santé, d'éducation, d'organisation.

Gratuit et sans inscription.

De 10h à 11h30

09/10/2024 - 20/11/2024  
11/12/2024 - 15/01/2025  
12/02/2025 - 12/03/2025  
16/04/2025 - 14/05/2025  
11/06/2025

Informations complémentaires pages précédentes et suivantes

## TOUS À LA FERME !

### ATELIER INTERGÉNÉRATIONNEL

### ÉVEIL MUSICAL

### ON CUISINE EN FAMILLE

Durant les petites vacances scolaires

# L'ATELIER DU MERCREDI

# De 6 à 12 ans

- Atelier d'éco-cuisine  
Animé par le SMICTOM **02/10/2024**
- Atelier d'initiation à la vannerie  
Animé par Émilie Dulac **06/11/2024**
- Bricolage de Noël pour créer des décorations de Noël personnalisées  
Animé par Elsa Halimi **04/12/2024**
- Atelier de Yoga en duo  
Animé par Pascale Lutzing **08/01/2025**
- Couture en duo  
Animé par Noémie Mandry **05/02/2025**
- Atelier de Sophrologie en famille  
Animé par Aurélie Walter **03/03/2025**
- Programme en cours d'élaboration **02/04/2025**
- Visite animée du SMICTOM " 1,2,3, On trie"  
Animé par le SMICTOM (à partir de 8 ans) **04/05/2025**
- Bricolage d'été  
Animé par Elsa Halimi **04/06/2025**

De 14h à 16h30

## JEUX DE SOCIETE EN FAMILLE

La ludothèque mobile débarque une fois par mois pour vous faire découvrir des jeux différents des jeux habituels.  
Pour le plaisir des petits et des grands !  
Animé par Stéphane Levêque

De 14h à 16h30

**16/10/2024**  
**20/11/2024, 11/12/2024**  
**15/01/2025, 12/02/2025**  
**19/03/2025, 16/04/2025**  
**14/05/2025, 18/06/2025**

## LES GESTES DE SECOURS UTILES À LA MAISON

Un atelier destiné uniquement aux enfants pour apprendre de façon ludique les premiers gestes de secours.  
Animé par Barbara Pointrineau

De 10h à 12h

**17/05/2025**

Informations complémentaires pages précédentes et suivantes

## ON CUISINE EN FAMILLE

L'atelier débutera par une balade dans la nature et sera suivi d'un temps de cuisine en famille. Guidés par un cuisinier de la Maison de la Nature, vous serez invités à la découverte culinaire à partir d'aliments ramassés lors de la balade.

De 10h à 13h

**28/10/2024**  
**17/02/2025**  
**14/04/2025**



# Cafés parents

Les temps entre parents sont des espaces d'échange, de discussion et d'information entre parents. Ils peuvent traiter de thématiques variées en lien avec la famille, et sont animés par des intervenants spécialisés. Ils sont accessibles sur inscription et sans carte de membre.

## LA MÉTHODE MONTESSORI

Qu'est ce que la pédagogie Montessori ?  
Comment la mettre en place dans votre quotidien avec vos enfants ?

Durant 2h, venez découvrir cette méthode, échanger entre parents et une intervenante formée à cette pédagogie.

Cette rencontre sera l'occasion d'acquérir des bases. Vous pourrez ensuite les mettre en pratique avec vos enfants de 3 à 6 ans lors des ateliers Montessori mensuels.

Animé par Virginie Bertrand

De 10h à 12h

01/03/2025

## LES GESTES DE SECOURS

Un atelier destiné aux parents pour prévenir les dangers du quotidien et pratiquer les bons gestes de premiers secours

Animé par Barbara Pointrineau

De 9h à 12h

28/09/2024

## J'PEUX PAS, J'AI...

Des ateliers sur différentes thématiques vous seront proposés pour le lancement de ce cycle "J'peux pas j'ai..."

La première thématique générale abordée :  
"Comment consommer autrement ?"

Pour répondre à cette question, différents ateliers vous sont proposés par le SMICTOM.

01/10/2024

Confection de produits d'entretien

03/12/2024

Apprentissage du Furoshiki, l'art de l'emballage à la japonaise

04/02/2025

Confection de produits d'hygiène et de bien-être

01/04/2025

Cuisiner avec les restes

Pour finir l'année, nous vous proposerons un atelier de prévention de l'épuisement parental avec Véronique Laug.

03/06/2025

Prévention de l'épuisement parental

De 18h30 à 20h30



## AUTOUR DU HANDICAP

### Guidance parentale : Comment gérer le handicap d'un enfant à la maison ?

Vous avez un enfant en situation de handicap et/ou ayant un trouble du comportement ? Le quotidien est difficile à vivre ?

Venez découvrir et échanger sur les outils existants en matière de communication et d'autonomie. Ce sera l'occasion de collecter des conseils pour vous aider et vous soutenir dans l'accompagnement de votre enfant.

Animé par Virgine Bertrand

De 10h à 12h

07/12/2024

### Groupe d'échange handicap

Ce groupe propose un temps de discussion entre parents d'enfants en situation de handicap dans une ambiance conviviale et détendue.

Le principe est simple : quel que soit le handicap de votre enfant, l'échange d'expériences, le partage émotionnel et d'informations permettent aux parents de s'entraider.

A travers des thématiques libres, ces temps réguliers dans l'année ont pour objectifs d'apporter une parenthèse, un soutien, un réseau aux familles concernées.

Animé par Arnaud Moeglin, Psychologue

05/10/2024 - 16/11/2024

De 9h30 à 11h30

14/12/2024 - 01/02/2025

29/03/2025 - 14/06/2025

## AUTOUR DE L'ÉPUISEMENT PARENTAL

### Espace de partage entre parents autour de l'épuisement parental, la fatigue et le burn out parental

Découvrir les signes préliminaires et expérimenter des outils pour prévenir l'épuisement et la fatigue au quotidien.

Animé par Véronique Laug

De 10h à 12h

23/11/2024



# Vacances

## PETITES VACANCES SCOLAIRES

Durant les petites vacances scolaires, vous trouverez des ateliers à partager en famille pour animer votre temps hors période scolaire.

Certains bénévoles se transforment en animateurs pour proposer à vos enfants de partager leurs talents.

Les programmes de ces moments se construisent au fur et à mesure.

Les informations sont disponibles dans les mois précédant les petites vacances.

Contactez-nous ou suivez-nous sur notre page Facebook pour avoir les informations.

## GRANDES VACANCES SCOLAIRES

Durant les grandes vacances, nous proposons pour vos enfants:

- des séjours avec hébergement
- des accueils de loisirs sur les sites de Richtolsheim, Orschwiller ou en itinérance (au départ de Sélestat, Marckolsheim ou Mussig.)

Pour les séjours, les informations et les modalités d'inscriptions seront disponibles au courant du premier trimestre 2025.

Pour les ALSH, la diffusion des informations se fera courant avril 2025.

Contactez-nous, suivez-nous sur notre page Facebook ou via notre site internet pour avoir les informations.

 03.88.92.15.92

 [selestat@agf67.fr](mailto:selestat@agf67.fr)

 [www.selestat.agf67.fr](http://www.selestat.agf67.fr)

 AGF de Sélestat



## MON ADO DANS TOUS SES ÉTATS

En lien avec les demandes de nos adhérents, le réseau des AGF du centre Alsace se mobilise pour accueillir des conférences et des ateliers sur le thème de l'adolescence. Ce sont des espaces de rencontres, d'informations et de ressources pour accompagner vos enfants durant cette période entre l'enfance à l'âge adulte.

Les informations sont diffusées via notre page Facebook ou notre site internet.

## LES BOÎTES DE NOËL

Depuis 5 années consécutives, les bénévoles du centre social et familial de l'AGF de Sélestat participent à l'opération Boîtes de Noël Sélestat - Centre Alsace.

Le principe est simple et ouvert à tous :

Glissez dans une boîte (format boîte à chaussures)

- un truc bon,
- un truc chaud,
- un produit d'hygiène,
- un objet de loisir
- et un mot doux.

pour homme, femme ou enfant. Emballez la boîte joliment et déposez-la dans un des nombreux points de collecte partenaires de l'opération.

Grâce à notre poignée de bénévoles et à tous les donateurs, l'opération Boîtes de Noël a collecté, pas loin de 1300 boîtes qui ont été redistribuées aux associations à caractère social de Sélestat et environs.

Chacun peut apporter de la joie dans les yeux d'un enfant ou d'un adulte et ainsi véhiculer des valeurs de solidarité et d'entraide à la période de Noël.

La collecte a lieu de fin novembre à mi-décembre.

Les informations sont diffusées via la page Facebook Boîtes de Noël Sélestat Centre Alsace.

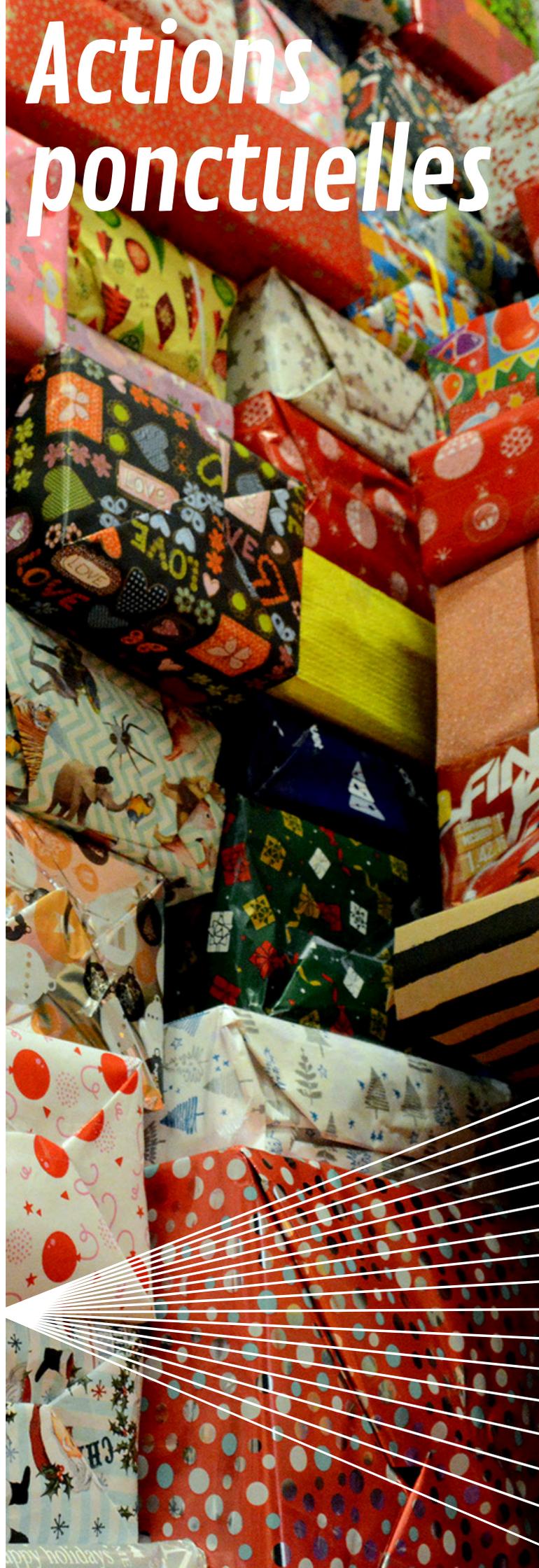
## EXPOSITIONS

Lieu de passage, de rencontre, lieu de vie et de partage, le centre social et familial est aussi un lieu de découverte au cœur de la cité humaniste. Artistes plasticiens, photographes, peintres sont invités à faire découvrir leur travail durant des expositions de deux mois dans nos locaux.

Parce que la culture et l'art sont des outils indispensables à l'épanouissement et à la construction de la personne, le travail des artistes exposé invite à la découverte. Une fenêtre ouverte en permanence sur la poésie et le rêve.

(Vous êtes peintre, photographe, illustrateur, plasticien et vous souhaitez exposer votre travail au CSF, prenez contact avec nous )

# Actions ponctuelles



## PASS SURENDETTEMENT

L'AGF, partenaire du dispositif « Point Conseil Budget » vous propose un accompagnement pour vos questions budgétaires et de consommation (résiliations, abonnements, arnaques...)

Vous souhaitez également être aidé dans une négociation amiable de certaines dettes et/ou dans un dossier de surendettement ?

Vous pouvez contacter notre équipe pour vous accompagner dans vos démarches.

Sur RDV en contactant l'AGF  
au 03 88 92 15 92 ou  
pass.selestat@agf67.fr

**SERVICE GRATUIT**

## PERMANENCE JURIDIQUE

Pour toutes vos questions juridiques, une avocate expérimentée vous conseille et vous oriente vers les professionnels adéquats.

Sur RDV le 1er lundi du mois  
de 14h à 16h  
au 03 88 92 15 92 ou  
selestat@agf67.fr

**SERVICE GRATUIT**

## CONSEIL CONJUGAL ET FAMILIAL

Vous traversez des difficultés dans votre vie personnelle, conjugale ou familiale, vous souhaitez faire le point et trouver des solutions ?

Venez rencontrer notre équipe pour vous aider à retrouver du dialogue, gérer des conflits...

Le tarif de la consultation est calculé selon un barème qui prend en compte les revenus et le quotient familial.

Sur rendez-vous  
au 06 67 97 36 89

**PREMIÈRE  
CONSULTATION  
GRATUITE**

## MÉDIATION FAMILIALE

Divorce, séparation, conflit, rupture de liens familiaux...

La médiation familiale offre un temps d'écoute, de respect mutuel et de concertation.

Elle permet aussi de rétablir une communication constructive, de prendre en compte les besoins de chacun et de chercher des solutions concrètes.

Sur rendez-vous  
au 03 88 23 57 75

**PREMIER  
ENTRETIEN  
GRATUIT**

# Accès aux droits Services aux familles



un être  
gigantesque

# LE RÊVE

Sarkis

Mélanie Fischer  
accueil, inscriptions et  
communication

dans  
le bleu cristal  
du matin

Christelle Hartmann  
accueil, inscriptions et  
gestion

Anaïs Merkel - Hotz  
référente familles

Michel Koebel  
directeur

l'heure bleue

## HORAIRES D'OUVERTURE DU SECRÉTARIAT

Du lundi au vendredi  
de 9h à 12h et de 14h à 17h



Ne pas jeter sur la voie publique