



LES RENDEZ-VOUS DES **PARENTS**

PROGRAMME
SEPT. 2025 > DÉC. 2025

ACCOMPAGNER LES PARENTS

Coordonné par la Communauté de Communes de la Région de Guebwiller, le Réseau Local Parents propose des temps de rencontre pour accompagner les parents dans leur rôle. Toutes les activités sont entièrement **gratuites** et accessibles à l'ensemble des parents, quelle que soit leur situation familiale. Elles offrent un espace privilégié pour s'informer, échanger des expériences et trouver des réponses aux interrogations. **Les places étant limitées, l'inscription préalable est demandée pour participer à ces activités.**

ATELIERS PARENTS

Initiation aux gestes de premiers secours chez l'enfant et le nourrisson

Cet atelier vous donnera les clés pour réagir efficacement face aux petits bobos de vos enfants. Vous apprendrez à identifier et prévenir les accidents domestiques en sécurisant votre environnement et à maîtriser les gestes de premiers secours essentiels pour toutes les urgences impliquant un enfant ou un nourrisson.

 **Samedi 27 septembre 2025 de 9h00 à 11h00**

 Crèche *La Maison des Lutins*, rue Saint-Jean 68360 Soultz

 Animé par Dr Sophie Bauer (médecin PMI), Anne Scatton et Laura Herrada (puéricultrices de PMI) et Mme Schatz (association UDPS)

INSCRIPTION auprès de la crèche *La Maison des Lutins* : 03 89 76 91 11 / lutins.soultz@wanadoo.fr

Comment réduire le sucre tout en se faisant plaisir ?

Envie de vous faire plaisir sans culpabilité et de réduire votre consommation de sucre ? Participez à cet atelier convivial et découvrez comment réaliser un dessert gourmand, rapide et facile, sans sucre ajouté ! En petits groupes, vous explorerez ensuite des astuces et des alternatives pour réduire le sucre et limiter les produits ultra-transformés.

 **Samedi 18 octobre 2025 de 9h00 à 11h30**

 Périscolaire d'Issenheim, 2 rue Robert Hasenfratz

 Animé par Céline Portal, formatrice en éco-consommation

*Garde des enfants
prévues pour
les participants*

INSCRIPTION auprès de Delphine Lefèvre : 07 50 02 92 30 / raedersheim@larecre-issenheim.fr

ATELIERS PARENTS-ENFANTS

Kiffe tes premières règles

L'arrivée des premières règles est une étape importante dans la vie des jeunes filles. Pour qu'elles l'abordent sereinement, il est essentiel d'en parler ouvertement et de leur fournir des informations justes. L'atelier se déroule en DUO accompagnant – enfant (à partir de 9 ans). L'accompagnant peut être un des deux parents ou toute autre personne proche de l'enfant (grand-mère, tante, sœur...).

 **Mardi 30 septembre 2025 de 18h30 à 20h30**

 Collège Matthias Grunewald, route d'Issenheim 68500 Guebwiller

 Animé par Virginie Keller, ambassadrice *Kiffe ton cycle*

INSCRIPTION auprès d'Alicia Janicki : 06 58 07 06 15 / evs-merxheim@outlook.fr

Prendre un moment de répit en famille

Partagez des activités simples en famille pour évacuer les petites tensions du quotidien et profiter d'un temps de détente ensemble. C'est l'occasion de vous retrouver en famille, de vous amuser et de favoriser la sérénité.

Dans le cadre de

**NOVEMBRE
POUR LES
PARENTS**

 **Samedi 22 novembre 2025 de 9h00 à 12h00**

 Crèche *Arc-en-Ciel*, 24 rue de l'Hôpital 68570 Soultzmatt

 Animé par Véronique Hiniger, Maryse Demange et Carole Vizzardì, éducatrices de jeunes enfants

INSCRIPTION :

- auprès de Véronique Hiniger : 09 67 51 62 41 / rpeguebwiller@cc-guebwiller.fr

- ou de la crèche *Arc-en-Ciel* : 03 89 47 64 54 / multiaccueil-soultzmatt@cc-guebwiller.fr



GROUPE D'ÉCHANGE

Luttez contre l'épuisement et prenez soin de vous !

Être parent est une aventure incroyable, mais parfois on se sent un peu démuni face aux défis du quotidien. Vous vous sentez épuisé-e ? La charge mentale vous pèse ? Vous avez du mal à trouver votre équilibre parental ? Ce groupe d'échange est fait pour vous.

Dans le cadre de
**NOVEMBRE
POUR LES
PARENTS**



Samedi 29 novembre de 9h00 à 11h45



Espace de Vie Sociale de Merxheim, 6 rue du Ballon (entre les 2 écoles)



Animé par Sophie Hassler, accompagnante en parentalité

*Garde des enfants
prévues pour
les participants*

INSCRIPTION auprès d'Alicia Janicki : 06 58 07 06 15 / evs-merxheim@outlook.fr

CONFÉRENCE

L'alimentation, comment s'y retrouver ?

Dans l'univers des produits industriels, il est parfois difficile de s'y retrouver pour offrir à nos enfants une alimentation saine et équilibrée. Que se cache-t-il réellement derrière l'étiquette des aliments ultra-transformés ? Cette conférence vous apportera les clés pour identifier les pièges et faire des choix éclairés pour la santé de vos enfants.



Mardi 7 octobre 2025 de 19h15 à 21h30



Périscolaire d'Issenheim, 2 rue Robert Hasenfratz 68500 Issenheim



Animée par Céline Portal, formatrice en éco-consommation

*Garde des enfants
prévues pour
les participants*

INSCRIPTION auprès de Delphine Lefèvre : 07 50 02 92 30 / raedersheim@larecre-issenheim.fr

La Communauté de Communes de la Région de Guebwiller remercie tous ses partenaires pour leur engagement et leur dynamisme dans l'élaboration de ce programme, co-financé avec le Réseau Local Parents.

Communauté de Communes de la Région de Guebwiller

1 rue des Malgré-Nous 68500 Guebwiller

03 89 62 12 34 | infos@cc-guebwiller.fr

www.cc-guebwiller.fr



Création graphique : service
communication de la Communauté
de Communes de la Région de
Guebwiller (CCRG) | Crédits
images : Freepik | Imprimé par
EST IMPRIM sur papier recyclé
Ne pas jeter sur la voie publique