



FÉDÉRATION DES  
MAISONS DES JEUNES  
ET DE LA CULTURE  
D'ALSACE



Communauté de Communes  
**Pays de la Zorn**  
Animation Jeunesse  
FDMJC ALSACE



<http://aj.payszorn.com>

**CONTACT**

Animation Jeunesse FDMJC Alsace du Pays de la Zorn  
Maison du Pays de la Zorn  
43, route de Strasbourg - 67270 HOCHFELDEN  
Tél. : 06.42.76.71.39  
animationjeunesse.payszorn@fdmjc-alsace.fr  
f AJ Pays Zorn    @ajpayszorn



Madame, Monsieur,

Votre enfant a participé, ou va participer, au sein de son école à une action de prévention routière et de sensibilisation à l'écomobilité « **Savoir Rouler à Vélo** » (SRAV), suivant le calendrier ci-dessous :

### Le calendrier

Ecole / Commune	Enseignants	Niveau	Dates
SCHAFFHOUSE-SUR-ZORN	Mme Simon	CM1 - CM2	16 au 20 octobre 2023
WILWISHEIM	Mme Lehmann	CM1 – CM2	04 au 05 avril 2024
WICKERSHEIM	Mme Dreosto Mme Lutz	CM1 - CM2	8 au 12 avril 2024
ALTECKENDORF	Mme Ludmann Mme Pereira	CM1 CM2	8 au 12 avril 2024
HOCHFELDEN	Mme Pfrimmer Mme Schmitt	CM2 CM2	13 au 17 mai 2024
WINGERSHEIM	M. Lorentz M. Simon	CM2 CM1 – CM2	13 au 17 mai 2024
COLLÈGE	M. Giraud	6 <sup>ème</sup>	15 au 19 mai 2024

### Objectifs

Les objectifs de cette action sont de permettre aux enfants :

- de **sécuriser** leurs déplacements à vélo
- de s'approprier les **enjeux environnementaux**
- de leur donner goût et **plaisir à bouger**
- de leur permettre d'acquérir un **capital santé** (bouger pour vivre mieux)



**Pour que ces enseignements du SRAV et pratiques saines soient bénéfiques, il leur faut pratiquer l'activité régulièrement.**

Aussi, nous vous proposons de vous accompagner dans cette démarche en 5 étapes :

- **Étape n°1** : lutter contre la sédentarité, les risques sur la santé de votre enfant
- **Étape n°2** : pour les parents pratiquant peu le vélo :
  - o Comment (re)trouver les automatismes et les bons conseils pour des sorties sereines et sécurisées avec vos enfants
- **Étape n°3** : à l'école à vélo
- **Étape n°4** : testons une journée à vélo
- **Étape n°5** : bouge ton été à vélo... des camps !

### Le projet

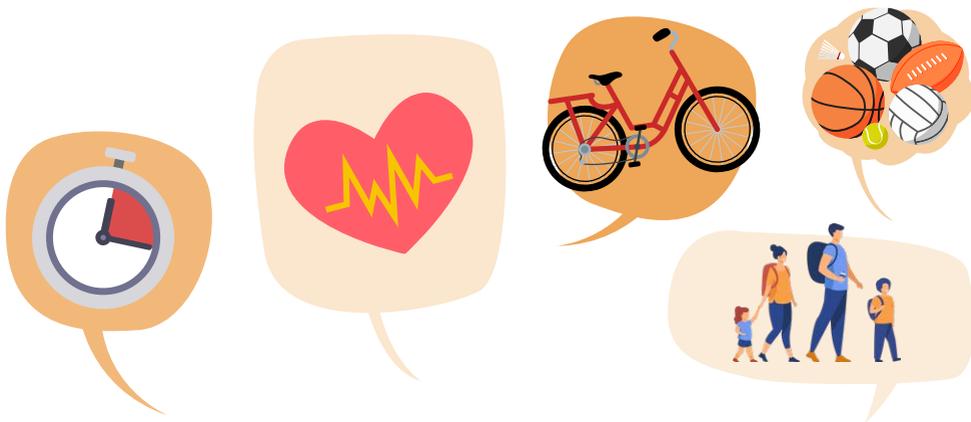
## Étape n°1

# Bouger, c'est la santé ! (Atelier débat)

**Public : familles**

**Comprendre l'importance de l'activité physique pendant l'enfance et l'adolescence pour prévenir les risques de santé.**

Clément Dubal, enseignant en Activité Physique du Pôle APSA, vous propose un atelier-débat enfants/parents permettant d'identifier les bienfaits de pratiquer régulièrement de l'activité physique pendant l'enfance et l'adolescence.



Bouger n'est pas uniquement utile pour dépenser des calories. Selon la Fédération Française de cardiologie, la sédentarité des jeunes leur a fait perdre 25 % de leur capacité cardio-vasculaire en 40 ans !

Il sera ainsi question de savoir combien de temps il est nécessaire de bouger tout en échangeant des astuces pour augmenter l'activité physique des jeunes et des moins jeunes !

### **Dates / Horaires / Lieu :**

Deux dates au choix et sur réservation à : [animationjeunesse.payszorn@fdmjc-alsace.fr](mailto:animationjeunesse.payszorn@fdmjc-alsace.fr)

- samedi 24 février de 10h à 11h30, à la MAC à Wingersheim, route de Mutzenhouse

- samedi 23 mars de 10h à 11h30, au local jeunes à Hochfelden, rue Abbé Weisrock

**Participation financière :** aucune



## Étape n°2

# Se réappropriier la pratique vélocipédique !

**Public :** parents

### Se réapproprier ou découvrir la pratique du vélo.

Pour certains, quelques exercices de maniabilités, pour d'autres, assimiler les bons réflexes pour se sécuriser et sécuriser ses enfants. Retrouver confiance en vous pour les encourager à avoir confiance en eux.

**Nous verrons :** La position sur le vélo... Les indispensables réflexes du regard... Où se positionner sur la route en fonction des situations... Comment prendre soin de son matériel...



**Dates :** samedi 20 et/ou 27 avril et/ou 4 mai 2024

(dates au choix et si vous souhaitez assister à une, deux ou trois séances...)

**Horaires :** 14h à 17h

**Lieu :** Local Jeunes, rue Abbé Weisrock à Hochfelden

**Matériel :** vélo, casque, gilet fluo, chaussures fermées, une gourde à boire

**Participation financière :** aucune

## Étape n°3

# L'école à pied ou à vélo !

**Public :** familles

Si des familles veulent relever le **défi de l'école à pied ou à vélo sous forme de pédibus ou de vélobus collectif**, contactez-nous pour vous accompagner à structurer l'action : [animationjeunesse.payszorn@fdmjc-alsace.fr](mailto:animationjeunesse.payszorn@fdmjc-alsace.fr)



## Étape n° 4

# La / Les sorties vélo !

**Public : jeunes à partir du CM1**



Nous te proposons une ou des sorties à vélo selon tes envies. Tu expérimenteras, de façon originale et ludique, toutes les étapes pour devenir un-e cycliste avertie !!

- **Gymcana** et assimilation de la **signalisation routière** sur des plateaux d'évolutions sécurisés
- **L'essentielle de la mécanique** à connaître pour vivre l'aventure à vélo.
- Les **conseils vestimentaires** et **alimentaires**
- Chaque après-midi, une **balade à vélo**

**Dates :** le 22 et/ou 23, 24, 25 et/ou 26 avril 2024

**Horaires :** de 9h à 17h

**Lieu :** RDV au Local Jeunes (rez-de-jardin du périscolaire l'Arc-en-ciel) rue Abbé Weisrock à Hochfelden

**Matériel :** vélo en bon état, casque et gilet jaune. Chaussures fermées. Petit sac à dos avec bidon d'eau, une chambre à air de recharge.

**Repas :** tiré du sac (défi fait maison, zéro déchet)

**Participation financière :** aucune, juste ta motivation !



## Étape n°5

# Partir en vacances à vélo

**Public : jeunes à partir du CM2**

Nous t'encourageons de passer le cap de partir en vacances de façon écologique à vélo ! Tu trouveras **deux propositions de camp** suivant tes envies ou tes disponibilités.



### CAMP À GAMBSHEIM :

L'aller à vélo le lundi (35km), retour idem le vendredi et au cœur : baignade, initiation kayak, randonnées, veillées, jeux, nuitées en camping...

**Dates :** du 15 au 19 juillet 2024

**Départ :** 9h à la gare de Mommenheim

**Retour fin de séjour :** 17h, même endroit

### CAMP À HENRIDORFF-LUTZELBOURG :

L'aller à vélo le lundi (32km), retour idem le vendredi et au cœur : créations artistes (avec intervenants) visite de château, randonnées, escalade, veillées, jeux, nuitées en camping...

**Dates :** du 29 juillet au 2 août 2024

**Départ :** 9h au local jeunes à Hochfelden

**Retour fin de séjour :** 17h, même endroit

### POUR LES DEUX CAMPS :

**Logistique :** un véhicule avec remorque récupèrera les sacs au départ et les acheminera au camping. Le véhicule fera office de voiture-balai.

#### Trousseau / avoir avec soi :

Liste disponible sur notre site : <https://aj.payszorn.com/activites/>

**Vie quotidienne :** les enfants participeront au montage et démontage du campement, aux achats et à la conception des repas, service de table et au rangement... Les repas sont réalisés au maximum avec des produits bio et locaux (partenariat avec les producteurs locaux). Tous des petits actes favorisant les prises d'initiatives et d'autonomisation des jeunes.

**Participation :** 120€ tout compris

**Réunion d'information :** Vendredi 29 mars 2024 à 19h45 au Local Jeunes à Hochfelden

**À transmettre par courrier ou à déposer pour le 21 février 2024**dans la boîte aux lettres à : Animaiton Jeunesse FDMJC Pays Zorn  
43 route de Strasbourg - 67270 HOCHFELDENJe, soussigné(e) .....  Père  Mère  Tuteur

Adresse : .....

Code postal : ..... Ville : .....

Tél. parents (domicile) : ..... Tél. (travail) : .....

Email : .....

 Régime général ou local :

N° d'allocataire CAF (7 chiffres) :

ou  Régime spécial : MSA, précisez n° : ..... Conseil de l'Europe**autorise**

NOM : ..... Prénom : .....

Date de naissance : ..... / ..... / ..... Tél. (du jeune) : .....

Email (du jeune) : .....

**à participer aux animations suivantes (cocher les cases des animations souhaitées) :****Etape 1 (Atelier-débat) :** réservation par mail :[animationjeunesse.payszorn@fdmjc-alsace.fr](mailto:animationjeunesse.payszorn@fdmjc-alsace.fr)**Etape 2 (Atelier vélo parents) :**  20/04 -  27/04 -  04/05**Etape 4 (Sorties vélo)\* :**  22/04 -  23/04 -  24/05 -  25/05 -  26/05**Etape 5 (Camp vélo)\* :**  15 au 19/07 (Gambshheim) - 120€ 29/07 au 02/08 (Henridorff-Lutzembourg) - 120€*Règlement à joindre obligatoirement (chèque à l'ordre de la FDMJC d'ALSACE, espèces, ANCV, Bons CAF).***\* Pour les sorties vélo et camps vélo**, remplir la fiche sanitaire de liaison au verso de la fiche d'inscription.

J'autorise le responsable à prendre toutes les dispositions qu'il jugerait utiles en cas d'accident ou de malaise survenu à mon enfant. Je demande à être prévenu dans les plus brefs délais.

Personne à prévenir en cas d'urgence (+ téléphone) : .....

Au retour de l'activité, si je ne suis pas présent(e) pour prendre en charge mon enfant, je décharge l'organisateur de sa responsabilité et j'autorise mon enfant à rentrer seul à son domicile après qu'il ait été déposé à l'endroit défini au préalable.

J'autorise que mon enfant soit filmé/photographié dans le cadre de ces activités. Ces films/photos pourront être utilisés pour des publications (papier, réseaux sociaux, site internet) de la FDMJC d'ALSACE et de la Communauté de Communes du Pays de la Zorn sans limitation de durée. Si je refuse, je le signale par écrit à mon animation jeunesse.

Les informations recueillies sont nécessaires pour votre inscription. En application des articles 39 et suivants de la loi du 6 janvier 1978 modifiée, vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification aux informations qui vous concernent. Si vous souhaitez exercer ce droit et obtenir communication des informations vous concernant, veuillez vous adresser à l'animation jeunesse dont vous dépendez.

Fait le ..... à .....

Certifié exact.

Signature des parents :

Signature du jeune :



# FICHE SANITAIRE DE LIAISON



Nom et prénom : .....  Fille  
 Date de naissance : .....  Garçon

Cette fiche permet de recueillir des informations utiles pendant les activités ou séjours organisés par la FDMJC d'ALSACE. Elle évite de vous démunir du carnet de santé de votre enfant.

## VACCINATIONS (se référer au carnet de santé ou aux certificats de vaccinations de l'enfant)

Joindre obligatoirement une photocopie des vaccins. SI LE MINEUR N'A PAS LES VACCINS OBLIGATOIRES JOINDRE UN CERTIFICAT MÉDICAL DE CONTRE-INDICATION. Attention le vaccin antitétanique ne présente aucune contre-indication.

Vaccins obligatoires		derniers rappels
Diphtérie	<input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non	.....
Tétanos	<input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non	.....
PolioIuélite	<input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non	.....
ou DT Polio	<input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non	.....
ou Tétracoq	<input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non	.....

Vaccins recommandés	dates
Hépatite B	.....
Rubéole-Oreillons-Rougeole	.....
Coqueluche	.....
Autre : .....	.....
Autre : .....	.....

## RENSEIGNEMENTS MÉDICAUX CONCERNANT L'ENFANT

Suit-il un traitement médical ?  oui  non

Si oui, joindre une ordonnance récente et les médicaments correspondants (boîtes de médicaments dans leur emballage d'origine marquées au nom de l'enfant avec la notice). Aucun médicament ne pourra être pris sans ordonnance.

Suit-il un régime alimentaire ?  oui  non

Si oui,  végétarien  sans viande  autre : .....

A-t-il déjà eu les allergies suivantes ?

- Asthme  oui  non
- Alimentaires  oui  non
- médicamenteuses  oui  non
- crème solaire  oui  non
- anti-moustique  oui  non
- autres  oui  non

(animaux, plantes, pollen...)

A-t-il déjà eu les maladies suivantes ?

- Rubéole  oui  non
- Varicelle  oui  non
- Angine  oui  non
- Scarlatine  oui  non
- Coqueluche  oui  non
- Otite  oui  non
- Rougeole  oui  non
- Oreillons  oui  non
- Rhumatisme  oui  non
- articulaire aigu

Précisez la cause de l'allergie, les signes évocateurs et la conduite à tenir (si automédication, le signaler) : .....

Est-il atteint de troubles de la santé ou de handicap ?  oui  non

Si oui, précisez : .....

Indiquez ci-après les problèmes de santé particuliers qui nécessitent la transmission d'informations médicales (informations sous pli cacheté), des précautions à prendre et des éventuels soins à apporter :

.....  
 .....  
 .....

## RECOMMANDATIONS UTILES DES PARENTS

Votre enfant porte-t-il des lunettes, des lentilles, des prothèses auditives, des prothèses dentaires ? A-t-il des difficultés de sommeil, des problèmes d'énurésie nocturne, des problèmes comportementaux, etc... ?  oui  non

Si oui, précisez : .....

## LE(S) RESPONSABLE(S) DE L'ENFANT

Nom ..... Prénom : .....

Adresse pendant l'activité : .....

téléphone en cas d'urgence : ..... autre téléphone : .....

Nom du médecin traitant : ..... téléphone du médecin traitant : .....

N° de sécurité sociale du parent auquel l'enfant est rattaché (obligatoire) : .....

Je soussigné, ..... responsable légal de l'enfant, déclare exacts les renseignements portés sur cette fiche et autorise le responsable du séjour à prendre, le cas échéant, toutes mesures (traitement médical, hospitalisation, intervention chirurgicale) rendues nécessaires par l'état de l'enfant.

Fait le ....., à .....  
 Signature :