

Modalités d'inscriptions

Toutes les activités se font sur inscriptions à l'accueil.

Tarifs sorties habitants, sorties culturelles, couture :

Selon Quotient familial

Gratuit pour les moins de 4 ans et pour le 4ème enfant.

Tarifs ateliers Parents-Enfants :

Avec intervenant-e extérieure : 3,10€ par séance et par famille.

Atelier stage 5 séances : 13€

Sans intervenant-e extérieure : 2,35€ par séance et par famille.

Atelier stage 5 séances : 10,50 €

Autres ateliers et activités sans intervenants :

8,20€ par trimestre et par personne.

Documents à fournir pour les sorties Familles et habitant-e-es :

> Notification CAF ou Avis d'imposition 2020 pour le Quotient Familial

> Attestation d'assurance responsabilité civile pour tous les membres de la famille

> Règlement (chèque ou espèces)

Informations pratiques

Contacter la M.D.H Les Écureuils

2 rue Normandie Niemen

38130 Échirolles

mdh-ecureuils@ville-echirolles.fr

Tel : 04 76 09 03 27

Horaires d'ouverture de la MDH :

Du lundi au jeudi :
8h30-12h 13h30-17h30
Vendredi : 13h30 -17h

Horaires d'ouverture de la ludothèque :

Lundi : 15h30 – 17h30
Mardi : 10h – 12h & 15h30 – 17h30
Mercredi : 15h30 – 17h30



LAEP

(Lieu d'accueil enfants/parents) :

hors vacances scolaires
Le lundi de 9 h à 11h30



Accueil espace médiation numérique :

Accès libre aux horaires d'ouverture de la MDH le lundi, mardi et mercredi
Et Atelier gratuit encadré par un animateur numérique :
Information et inscription à l'accueil

Pendant les vacances scolaires, uniquement les matins.

PROGRAMME

AVRIL 2021

*Protocole sanitaire à respecter
et port du masque obligatoire dès l'entrée à la MDH
pendant les activités dans et hors MDH
MASQUES EN TISSUS INTERDITS*

**Mr HAMIDI, adjoint chargé des MDH,
à l'innovation sociale et à l'économie sociale et solidaire,
vous reçoit, sans rendez-vous, une fois par mois à la MDH
prochaine permanence : mercredi 14 avril 2021**

**Maison des habitant-es
Les Écureuils/Centre-Est
2 rue Normandie Niemen
Tél. 04 76 09 03 27**

> ADULTES/PARENTS



Les Lundis et
mercredis de 9h à 12h
Université Populaire

des Parents A destination de
tous les parents et grands-
parents d'Échirolles.

Les 7, 12, 19, 21, 26 avril à la
MDH Les Ecureuils

Les 14, 28 avril à la MDH A Frank

Les 13 et 27 avril de 15h à 17h30

Troc Vêtements

Venez échanger un ou plusieurs
habits ou accessoires.

Jeudi 8 avril de 13h45 à 16h



Un temps pour soi
« *Quand le corps se détend,
l'esprit s'apaise* ».

En présentiel. Sur inscription.

Mardi 6, 27 avril 13h30 à 15h30

Atelier Mandalas

Mardis 6, 13 avril de 15h à 17h

**Atelier chant libre pour
adultes.**

Jeudis 8 et 22 avril à 14h

Petit potager

Réalisation de petits travaux
de jardinage

Les 12,13, 14 et les 19, 20 et 21
avril de 14h à 16 h

Réalisez à l'Espace Numérique
votre montage vidéo
personnalisé

> LES VACANCES

Lundi 12 avril de 13h30 à 15h30

Après-midi Jeux de construction. Au menu, Lego, Kappla, Clipos.
Joueurs à l'âme créative, vous êtes invités à venir réaliser vos
constructions, quelles soient belles, originales, branlantes ou bien
gigantesques ! « Photo Ludo clic » immortalisera ce moment.

Mardi 13 avril de 13h30 à 15h30

Après-midi Jeux Kaplas. Chacun pourra s'initier à la construction
architecturale ou aux figures imaginaires : châteaux, maisons, ponts,
tours ou autres monuments. Possibilités infinies. Venez passer un
moment de détente et de partage en famille.

Mercredi 14 avril de 14h à 16h

La ronde des émotions à travers différents jeux.

Après-midi jeux où l'on exprime son émotion face à diverses situations
et où on essaie de deviner celle des autres.

Mardi 20 de 9h à 17h30 (*sous réserve de nouvelles contraintes sanitaires*)

Sortie habitant-es au Col de l'Arzelier. Balade dans la nature.

Vous avez soif d'aventure ? Apprenez à faire un feu, à connaître les
priorités en survie, à construire un abris, à reconnaître les plantes ...

Mercredi 21 après-midi de 14h à 15h et de 15h30 à 16h30

2 Ateliers parents-enfants autour de la Sophrologie.

Accueillir ses émotions, les reconnaître et (re)trouver du calme.

Jeudi 22 avril de 14h à 16h

Après-midi Contes pour parents et enfants sur les discriminations.

Dans le parc des Ecureuils.

Vendredi 23 avril de 13h à 17h30

Sortie Habitant-es à la Ferme des Prés Lauzès à Autrans.

Découverte des bisons, alpagas, lamas et autres animaux. Découverte
du monde du vivant, des cycles de vie et sensibilisation à la nature.

Vendredi 23 avril de 14h à 16h

Atelier d'initiation à la poésie pour les enfants. Dimitri vous aidera à
composer et à mettre en musique votre poème sur le thème du Désir.
En partenariat avec la Maison de la Poésie de St Martin d'Hères.

> PERMANENCES

FRANCE VICTIME

Un juriste de l'association France
Victime vous recevra

Lundi 19 avril de 9h à 12h

Sur rdv à l'accueil.

LE COLIBRI

Accueil individuel pour signaler
une discrimination et
entreprendre des démarches
juridiques si les personnes le
souhaitent.

Permanence le mercredi matin de
9h30 à 11h30.

Prendre rdv à l'accueil. Places
limitées à 3 personnes/45mn.

CONCILIATRICE DE JUSTICE

En partenariat avec le Tribunal
de Grande Instance de Grenoble
et la ville d'Échirolles.

Les jeudis 8 et 22 avril Sur rdv.

Le Point d'Accès aux Droits vous
accueille dans vos démarches de
règlement amiable de litiges de
la vie quotidienne.

**UNIVERSITE POPULAIRE
CITOYENNE**

Tous les vendredis de 15h à 17h

« Un café imaginaire »
d'échanges pour lutter et agir
collectivement contre les
discriminations liées au
handicap visible et invisible.