

# PROGRAMME

## SEPTEMBRE 2021

### 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 extérieur : 3,10€  
*par séance et par famille.*

*Atelier stage 5 séances : 13€*

Sans intervenant-e extérieur : 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

**Contactez la M.D.H Les Écureuils**

**2 rue Normandie Niémen**

**38130 Échiroilles**

*mdh-ecureuils@ville-echiroilles.fr*

**Tel : 04 76 09 03 27**

#### Horaires d'ouverture de

##### la MDH :

Du Lundi au jeudi :

8h30 – 12h00

13h30 – 17h30

Le vendredi :

De 13h30 à 17h

#### Lieu d'Accueil Parents Enfants

**Les lundis de 9h à 11h30**

*La MDH a ré-ouvert ses portes lundi 23 août.  
On vous accueille pour vos démarches et les inscriptions aux activités aux horaires d'ouverture.*

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

## > ADULTES/PARENTS/GRANDS PARENTS

Les mercredis de 9h à 12h :

**Université Populaire des Parents :**

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

**Mercredi 1<sup>er</sup> septembre à la MDH Ecureuils**

**Mercredi 8 septembre à la MDH Ecureuils**

**Mercredi 15 septembre à la MDH A Frank et mercredi 15 septembre après-midi à la MDH Ecureuils**

**Mercredi 22 septembre à la MDH Ecureuils**

**Mercredi 29 septembre à la MDH A Frank**

Jeudis 2, 16 et 30 septembre de 14h à 15h30

**Petit potager**

Récolte de beaux légumes.

Mardis 7 et 21 septembre de 15h à 17h30

**Troc Vêtements**

Echanger des vêtements contre d'autres vêtements.

Jeudi 23 septembre de 14h à 16h

**Un temps pour soi. Relaxation et créativité**

Besoin de se reconnecter à soi-même, cultiver la sérénité et prendre soin de soi? Cette séance vous permettra de prendre conscience de votre souffle, des mouvements de votre respiration et de lâcher prise pour être juste dans l'instant présent.

Mardis 7, 14, 21 et 28 septembre de 15h à 17h

**Atelier Chant libre à la MDH**

Mardis 7, 14, 21 et 28 de 13h30 à 15h30

**Atelier mandalas**

Un espace de recherche et d'expression corporelle, une invitation à sortir les crayons et adopter la zen attitude.

Samedi 18 septembre

**Sortie habitant-es**

Journée au Domaine des fauves à Fiti lieu

Spectacle « Prédateurs des cioux »

Accès au territoire des loups et des dingos

Safari quizz

Dès le 13 septembre

**Ouverture de la Ludothèque**

Le lundi de 13h30 à 16h (adultes) et de 16h à 18h

Le mardi de 9h30 à 11h30 et de 16h à 18h

Le mercredi de 15h30 à 17h30

Appel à bénévoles

Rejoignez notre équipe de bénévoles, venez partager votre dynamisme et mettre votre bonne humeur au service du public de la MDH.

### > A VENIR

Le vendredi 8 octobre

**Soirée Jeux**

Soirée ludique et riche d'expériences originales et divertissantes autour des briques LEGO, pour de folles constructions !

## > ACCES AUX DROITS et LUTTE CONTRE LES DISCRIMINATIONS

### Le Colibri

Tous les mercredis de 9h30 à 11h30 et sur rdv en dehors de ces permanences

Accueil et accompagnement individuel des personnes victimes ou témoins de racisme et de toute forme de discrimination afin d'agir pour l'égalité de traitement et pour l'accès aux droits.

A venir

**Vendredi 1<sup>er</sup> octobre de 18h à 21h**

**L'Université Populaire Citoyennes (UPC)**

Un jeu Forum-débat sur le thème de la Citoyenneté :

« La nationalité française est-elle nécessaire pour être citoyen-ne ? C'est quoi pour vous, être français ? »

### > PERMANENCES SUR RDV

**Conciliatrice de justice**

le 9 septembre après-midi

**France Victime**

les 6 et 20 septembre matin

**Avocate le 27 septembre matin**

**Travailleuse sociale**

les mercredis et les jeudis matin

**Ecrivain public le mercredi matin**

**Médiation Santé le mardi matin**

Vous souhaitez rencontrer l'élus aux MDH, contactez-nous pour connaître le jour de la permanence.





