

# PROGRAMME

## DÉCEMBRE 2021

Joyeuses fêtes à toutes et à tous



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

Le pass sanitaire n'est pas exigé pour les activités.  
Le port du masque et la désinfection des mains restent de rigueur.

### 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 Familiales et habitant-e-es :**

> Notification CAF ou Avis d'imposition 2021 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 Niemen**

**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**



#### Accueil espace

**médiation numérique :**

Accès libre aux horaires d'ouverture de la MDH

Atelier gratuit encadré

par un Médiateur numérique :

Information et inscription à l'accueil

#### **Lieu d'Accueil Parents Enfants**

**Les lundis de 9h à 11h30**

**Sauf pendant les vacances scolaires**



#### **Ludothèque**

**Adultes le lundi de 13h30 à 15h30**

**Familles Le lundi de 16h à 18h**

**Le mardi de 10h à 12h et de 16h à 18h**

**Le mercredi de 15h30 à 17h30**

## > TOUS-TES LES HABITANTS-ES

Les mercredis de 9h à 12h :

Université Populaire des Parents :

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

Mercredi 1er décembre à la MDH A F

Mercredi 08 décembre à la MDH Écureuils

Mercredi 15 décembre à la MDH A F

Vendredis 10 ET 17 décembre  
de 14h à 15h30

Ma santé en mouvement

Plusieurs séances pour allier sport et bien-être. Renseignements à l'accueil de la MDH

Mardi 14 décembre de 14h30 à 16h30

Troc Vêtements avec exposition de réalisations du groupe Savoirs et partages

Jeudi 23 décembre de 14h à 16h

Un temps pour soi. Relaxation et créativité  
Atelier de Sophrologie parents/enfants

Les Mardis 07 et 14 décembre de 15h à 17h

Atelier Chant libre à la MDH

Les jeudis 02, 09, et 16 décembre  
de 13h45 à 16h

Savoirs et partages

Échanges et partages de savoirs entre habitant-es autour d'activités manuelles.

Les mardis 07, 15, et 21 décembre  
de 13h30 à 15h30

Atelier Mandalas : invitation à sortir les crayons et à adopter la zen attitude

Vendredi 10 décembre de 18h à 21h

Petit potager : chacun apporte un échantillon de sa soupe préférée.

A la MDH V-Sud.

## > ENFANTS / PARENTS :

Tous les lundis de 16h à 18h

Soutien scolaire pour les enfants/jeunes du CE1 à la 3<sup>ème</sup>.

Proposé par le collectif de bénévoles

1<sup>ère</sup> séance lundi 08 novembre à 16h.

Tous les mercredis de 14h à 16h

Mercredis découverte : ateliers ludiques et pédagogiques « comment apprendre en s'amusant »

Pour les enfants et jeunes du CE2 à la 5<sup>ème</sup>.

Les ateliers parents/enfants :

Lundi 20 décembre de 14h à 16h

Atelier gourmandise avec la confection d'un village de lutins.

Suivi de 17h à 18h : Contes pour petits et grands : voyage dans l'imaginaire.

Les ateliers parents/enfants : à 4 mains :

Mardi 07 décembre de 10h15 à 11h :

Étoiles en bâtonnets de glace, bonhomme de neige

Mardi 14 décembre de 10h15 à 11h :

Sapin de Noël en pâte farfalles

Vendredi 10 décembre de 18h30 à 21h

Soirée JEUX : Venez découvrir de nouveaux jeux.

Mercredi 15 décembre de 14h à 16h

Marmite populaire spéciale « Cité Plurielle » :

Vous avez une idée, une proposition, un projet ? Vous êtes invité-e à la faire mijoter dans la Marmite Populaire pour la journée internationale pour l'élimination de la discrimination raciale.

Mardi 07 décembre à partir de 20h à la RAMPE

Spectacle « ÉGÉRIE » : un voyage musical et visuel de 4 compositeurs d'Europe de l'Est. Images créées en direct au fil des variations musicales.

Dès 6 ans.

Mardi 21 décembre à partir de 14h jusqu'à la fin de soirée

CABARET POPULAIRE

Jeux, clowns, chansons, danse, poèmes, défilé de mode... Repas tiré du sac

Avec la participation du groupe de musique d'Afrique de l'ouest : AZROUBEH.

Flyer détaillé à venir.

## > ACCÈS AUX DROITS et

LUTTE CONTRE LES DISCRIMINATIONS

Le Colibri

Mercredis 08 et 15 décembre de 9h30 à 11h30

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.

Vendredi 17 décembre de 18h à 21h

L'Université Populaire Citoyenne (UPC)

Soirée projection débat sur l'exclusion sociale : « Des gens passent et j'en oublie » film réalisé par Laurent Poncelet.

## > PERMANENCES SUR RDV

Conciliatrice de justice

Les 09 et 23 décembre après-midi

France Victimes

les 06 et 20 décembre matin

Avocate le 20 décembre matin

Travailleuse sociale

les mercredis et les jeudis matin

Médiation Santé le mardi matin

Samedi 18 décembre 2021 : Fête de Noël inter MDH

goûter, spectacle – Sur inscription à la MDH

Gratuit pour tous - Salle des fêtes



