

PROGRAMME DÉCEMBRE 2023



FÊTE INTER - MDH
VENDREDI 22 DÉCEMBRE
A PARTIR DE 17H



“ÇA S’FÊTE À LA BUTTE”
VENDREDI 29 DÉCEMBRE
A PARTIR DE 14H



Maison des Habitant-es Essarts-Surieux
1 Place de la Convention 38130 Échirolles
04 76 20 99 50
mdh-essarts-surieux@echirolles.fr



COMPRENDRE ET SE FORMER



Les ateliers d'initiation au numériques



- > Les mercredis de 9h à 11h30
- > Cycle pour débutant-es

Apprenez à votre rythme les bases du numérique : découvrir l'ordinateur, créer et organiser ses documents, aller sur Internet, envoyer un mail...

Gratuit sur inscription au cycle complet.

Les ateliers pour mes droits

- > Jeudi 07 décembre de 9h30 à 11h30
Déclarer ses ressources à la CAF (déclaration trimestrielle).

Gratuit sans inscription.



- > Jeudi 21 décembre de 9h à 11h30
Communiquer avec Pôle Emploi en ligne.

Gratuit sur inscription.



Formation : Réagir verbalement à toute situation et parler en public quand on est une femme



- > Le mercredi 6 décembre 8h45-11h45
- > Le jeudi 7 décembre 8h45-11h45 et 13h-16h

Atelier de formation pour renforcer la confiance et l'estime de soi et les conditions nécessaires à la défense de ses droits. En partenariat avec la Maison de l'Égalité Femmes-Hommes et l'association Ancre.

Gratuit sur inscription au cycle complet.



JOUER, CRÉER, FAIRE ENSEMBLE



Ludothèques



- > Le Mardi après l'école
- > De 16h à 17h30 à la ludo de Surieux

- > Le Mercredi après-midi
- > De 14h à 17h à la ludo de Surieux

- > Le Jeudi après l'école
- > De 16h à 17h30 à la MDH



Accueil tout public pour jouer ensemble et emprunter des jeux.

Entrée libre et gratuite sans inscription. (enfants accompagnés d'un adulte).



La ludothèque et l'atelier réemploi ont lieu uniquement durant les périodes scolaires.

Atelier réemploi

- > Le Mardi après-midi
- > De 14h à 17h à la MDH (Escale)

Retouches couture et petit bricolage, donnez une nouvelle vie à vos vêtements et objets.

Entrée libre et gratuite sans inscription.



Animation tri des déchets

- > Mardi 5 décembre
- > A 18h à l'Agence du quotidien

Avec les messagers du tri et l'ADQ.

Entrée libre et gratuite sans inscription.





SORTIR ET DÉCOUVRIR



Soirée autour de l'exposition photo "Sortir"

- > Le vendredi 8 décembre de 18h à 21h
- > A la MDH (Escale)

L'exposition photo "Sortir" a été réalisée par des femmes de quartiers populaires de l'agglomération grenobloise avec la Maison de l'Égalité Femmes-Hommes.

Animations participatives et buffet offert.

Gratuit sans inscription.



Spectacle de théâtre

"Le cabaret des absents" à La Rampe

- > Mardi 12 décembre
- > RDV 19h15 à la MDH

L'histoire vraie du sauvetage d'un théâtre à Marseille. Humour et ambiance music-hall au rendez-vous !

A partir de 12 ans, payant sur inscription.



Youpi ! c'est mercredi... en famille

Atelier créatif couture

- > Mercredi 13 décembre
 - > De 14h à 16h30 à la MDH
- Confection de sacs en tissu.



Dès 6 ans, payant sur inscription.

LES VACANCES

Fête Inter-MDH

- > Vendredi 22 décembre
- > De 17h à 20h à la salle des fêtes d'Echirolles

- Spectacle de magie
- Animation musicale et dansante avec News FM
- Goûter offert

Gratuit sur inscription dans votre MDH.



Ateliers créatifs parents-enfants

Création de décorations avec du matériel de récup.

- > Mardi 26 décembre
- > De 14h à 17h à la MDH
- > Mercredi 27 décembre
- > De 10h à 12h30 à la MDH

Payant sur inscription.

Sortie cinéma Pathé Échirolles

- > Jeudi 28 décembre
- > Après-midi (horaire à confirmer)

Film à déterminer selon la programmation (parents- enfants).

Payant sur inscription.



"Ça s'fête à la Butte"

par les partenaires des Essarts-Surieux

- > Vendredi 29 décembre à la Butte

Animations ludiques et sportives

- > De 14h à 17h

Soirée festive

- > De 17h30 à 20h

- Démonstration de danse
- Spectacle de magie et d'humour
- Goûter offert



Gratuit sans inscription.



Fermeture

La MDH Essarts-Surieux sera fermée le 25 décembre 2023 et du 1er au 5 janvier 2024 .



ACCÉDER À SES DROITS



Permanences travailleur social

> Sur rendez-vous à la MDH

Accompagnement personnalisé pour une orientation adaptée aux besoins.

Permanences tarification solidaire

> Le mercredi

De 13h30 à 17h à la MDH.

> Le vendredi

De 9h à 11h30 à la MDH.



Permanences écrivain public

> Le Mercredi

De 13h30 à 16h30 au CCAS.

> Le Vendredi

De 9h à 11h30 à la MDH.

Sur rendez-vous.



Permanences retraite - ARAPR

> Les Mercredis

De 10h à 12h à la MDH.

Inscriptions : 06 99 68 91 37.



Permanences Secours Populaire

> Les Mercredis après-midi

Permanences et ateliers individuels numériques

> Sur rendez-vous à la MDH

Accompagnement personnalisé selon vos besoins.



Permanences santé

> Le Jeudi

De 9h à 12h à la MDH.

Sur rendez-vous.



Permanences puéricultrice - PMI

> Le Jeudi

De 13h30 à 16h à la MDH.

Sur rendez-vous au 04 76 20 55 25.



Permanences vie quotidienne

> Le Jeudi

De 9h à 12h à la MDH.

Sur rendez-vous.



Permanence logement - CNL

> Mercredi 13 décembre

De 9h30 à 11h30 à la MDH.

Renseignements : 04 38 86 11 36.

Permanence avocate

> Lundi 11 décembre

De 9h à 12h à la MDH.

Sur rendez-vous.



Ordinateurs en libre accès

> Tous les jours aux horaires de la MDH

Accès internet et impressions pour les démarches administratives.



SE RENCONTRER



Café des habitant-es de la MDH

> Le jeudi matin de 8h30 à 10h (hors vacances scolaires)

Pour connaître les services et activités du moment dans le quartier.

Café des parents à l'école Marcel Cachin

> Lundi 4 décembre

> De 8h45 à 10h à l'école M. Cachin

Échanges autour des activités de la MDH pour les parents.

Accueil des nouveaux habitant-es temps convivial avec la CNL

> Vendredi 1er décembre

> De 16h à 19h à la MDH (Escale)



Goûter et apéritif offert.

L'Escale Essarts-Surieux

> Du Lundi au Vendredi

Pour prendre un café, échanger, jardiner, jouer... Venez faire escale !

Horaires d'ouverture de la MDH.



HORAIRE DE LA MDH



Lundi, Mercredi et Jeudi

8h30-12h / 13h30-17h30

Mardi

Fermé le matin / 13h30-17h30

Vendredi

8h30-12h / 13h30-17h