Maisons des habitant-es
Les Essarts / Surieux

www.echirolles.fr

PROGRAMME DÉCEMBRE 2024

PRÉ-INSCRIPTIONS ACTIVITÉS VACANCES

Lundi 09/12 journée
Mardi 10/12 après-midi
Mercredi 11/12 matin

FÊTE DE FIN D'ANNÉE À LA MDH

Lundi 23 décembre
12h-17h à la MDH

ALLOCATIONS FAMILIALES Caf de l'Isère

ville d'Echirolles

CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE ville d'Echirolles

COMPRENDRE ET SE FORMER

Café santé

5 Déc.

> Jeudi 05 décembre
> De 10h à 11h30 à la MDH

Atelier sur la gestion du stress avec la "Maison de la Santé"

- ***Tout public, enfants accompagnés.***
- ***Gratuit sans inscription.***

Atelier pour l'emploi

19 Déc.

> Jeudi 19 décembre
> De 9h à 11h30 à la MDH

Découvrez le site internet de France Travail.

- ***Pour adultes.***
- ***Gratuit sans inscription.***

France Travail

SE RENCONTRER, FAIRE ENSEMBLE

Atelier retouche couture et bricolage

Mardi

> Tous les mardis (sauf vacances)
> De 14h à 17h à l'Escale (MDH)

Apprenez à retoucher vos vêtements en collectif (machines fournies).

- ***Tout public, enfants accompagnés.***
- ***Gratuit sans inscription.***

Café des habitant-es

Jeudi

> Tous les jeudis (sauf vacances)
> De 8h30 à 10h à l'Escale (MDH)

Un moment convivial pour s'informer sur l'actualité de la MDH et de ses partenaires.

- ***Tout public, enfants accompagnés.***
- ***Gratuit sans inscription.***

Atelier tricot

Jeudi

> Tous les jeudis
> De 14h à 16h30 à l'Escale (MDH)

Le groupe "Patchwork" vous accueille pour tricoter dans la bonne humeur !

- ***Tout public, enfants accompagnés.***
- ***Gratuit sans inscription.***

Caf'Escale

Vendredi

> Tous les vendredis
> De 14h à 16h30 à l'Escale (MDH)

Des habitant-es vous accueillent pour prendre un thé, papoter ou jouer. Animations avec les volontaires d'Uniscité.

- ***Tout public, enfants accompagnés.***
- ***Gratuit sans inscription.***

JOUER, DÉCOUVRIR EN FAMILLE

Ludothèque

Accueil tout public pour jouer ensemble et emprunter des jeux pour la maison.

	Mardi	Mercredi	Jeudi
	16h - 17h30	14h - 17h	16h - 17h30
	Sauf pendant les vacances		
	A la **MDH** (Essarts)		
	Tout public, enfants avec un adulte		
	Gratuit sans inscription		

PROGRAMME SPÉCIAL FIN D'ANNÉE

3 ateliers créatifs : fabrication de décorations

6 10 et 17 Déc.

> Vendredi 6 décembre
> Mardi 10 décembre
> Mardi 17 décembre

> De 15h30 à 18h à la MDH

Venez fabriquer des décorations pour la maison et pour la MDH !

- Tout public, enfants accompagnés.
- Gratuit sans inscription.

Atelier cuisine et repas ensemble

11 Déc.

> Mercredi 11 décembre
> De 9h30 à 12h30 à la MDH

Cuisinez les légumes "oubliés" d'hiver avec l'association "Cultivons".

- Tout public, enfants accompagnés.
- Gratuit sur inscription.

Fête de fin d'année à la MDH

23 Déc.

> Lundi 23 décembre
> De 12h à 17h à la MDH

Partageons un repas ensemble : chacun apporte un plat sucré ou salé. Et pour animer l'après-midi, la MDH vous propose un loto pour petits et grands !

- Tout public, enfants accompagnés.
- Gratuit sur inscription.

Sortie cité du chocolat

26 Déc.

> Jeudi 26 décembre
> RDV 12h45 à la MDH
> Retour vers 18h30

Visite de la cité du chocolat Valrhona à Tain l'Hermittage. Au programme : visite, atelier "le goût et ses mystères' et dégustation.

- Tout public, enfants accompagnés.
- Payant selon QF sur inscription.

COMBIEN COÛTENT LES SORTIES ?

Les tarifs des sorties sont calculés selon votre quotient familial

QF	+18 ans	-18 ans
0/600	2.60€	1.30€
600/1000	3.60€	2.40€
1000/1200	5€	3.70€
Sup. à 1200	7.20€	5.90€

Les sorties sont gratuites pour les moins de 4 ans et à partir du 4ème enfant

ACCÉDER À SES DROITS

Permanences travailleuses sociales

> Sur rendez-vous à la MDH
Accompagnement personnalisé pour une orientation adaptée aux besoins.

Permanences écrivaines publiques

> Le mercredi après-midi au CCAS
Sur rendez-vous à l'accueil de la MDH.
> Le vendredi matin à la MDH
Sur rendez-vous à l'accueil de la MDH.

Tarification solidaire

> Le mercredi de 14h à 17h à la MDH
Sans rendez-vous.
> Le vendredi de 9h à 11h30 à la MDH
Sans rendez-vous.

Permanences retraite - ARAPR

> Le mercredi de 9h30 à 11h30
Sur rendez-vous au 06 99 68 91 37.

Permanences Secours Populaire

> Le mercredi de 14h à 17h à la MDH
Sans rendez-vous.

Permanences numériques

> Sur rendez-vous à la MDH
Accompagnement personnalisé selon vos besoins.

Ordinateur en libre accès

> Tous les jours aux horaires de la MDH
Accès internet et impressions pour les démarches administratives.

Permanences référente santé

> Le jeudi de 9h à 12h à la MDH
Sur rendez-vous à l'accueil de la MDH.

Permanences PMI

> Le jeudi de 13h30 à 16h à la MDH
Sur rendez-vous au 04 76 20 55 25.

Permanences vie quotidienne

> Sur rendez-vous à la MDH
Accompagnement personnalisé sur des sujets du quotidien.

Permanences élue au logement

> Mercredi 18 décembre
> De 14h à 17h à la MDH
Mme Robin se tient à votre disposition pour échanger sans rendez-vous.

Permanences logement - CNL

> Mercredi 18 décembre
> De 9h30 à 12h à la MDH
Sans rendez-vous, renseignements au 04 38 86 11 36.

Permanences avocate

> Lundi 2 décembre
> De 9h à 12h à la MDH
Sur rendez-vous à l'accueil de la MDH.

Permanences emploi PLIE

> À la MDH
Sur rdv auprès de la Maison de l'Emploi **04 85 59 50 40**

Rencontrer Mme la Maire

> Sur rendez-vous à la Mairie
Mme Amandine DEMORE vous reçoit.

Horaires MDH	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Matin	8h30 - 12h	**Fermé**	8h30 - 12h	8h30 - 12h	8h30 - 12h
Après-midi	13h30 - 17h30	13h30 - 17h30	13h30 - 17h30	13h30 - 17h30	13h30 - **17h**

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