

Programme d'animations JANVIER 2026 pour tous les retraité-es d'Échirolles

Jours	Propositions d'animations	Lieux et Rendez-vous
Mardi 06	De 9 h 30 à 10 h 30 : « Bouge ton corps ».	Espace Melville
Mercredi 07	De 10 h 45 à 11 h 45 : Gym sur chaise.	RAMT Salon RDC
	15 h : Vœux pour les résident-es des établissements, pour les adhérent-es du club Marie Curie.	La Rampe
Jeudi 08	De 10 h 15 à 11 h 45 : Chorale « La Vie Chante » (payant).	RAMT Salon RDC
	17 h à 18 h 30 : Déambulation pour identifier avec l'Agence du Quotidien les dysfonctionnements liés au cadre de vie. Le parcours : Place et allée des Vosges, allée du Rhin, parking rue d'Alsace. Rendez-vous à 16 h 15 à l'accueil de la RAMT.	Association des Granges
Vendredi 09	14 h 30 à 15 h 30 : Poterie « Booster l'estime de soi les mains dans l'argile » (6 ème séance/10).	Espace Melville
	15 h : Quizz Musical.	RAMT Restaurant
Lundi 12	14 h : Tournois des jeux pour les adhérent-es du club Marie Curie (payant).	Antenne Commanderie
	15 h : Chants avec l'orgue de Barbarie.	RAMT Restaurant
Mardi 13	De 9 h 30 à 10 h 30 : « Bouge ton corps ».	Espace Melville
	14 h à 16 h : Atelier créatif . Réalisation d'instruments de musique pour le carnaval du 31 janvier secteur ouest.	MDH Ponatière
	15 h : Mandalas (venir avec crayons et/ou feutres).	RAMT Restaurant
Mercredi 14	De 10 h 45 à 11 h 45 : Gym sur chaise.	RAMT Salon RDC
	11 h 45 : Repas festif et tirage des rois organisé par le club Marie Curie (payant).	Salle des poètes
	15 h : Atelier cuisine galette des Rois avec les enfants de 5 ans d'EVADE Jean Moulin (8 retraité-es maximum).	RAMT Salon RDC
Jeudi 15	De 10 h 15 à 11 h 45 : Chorale « La Vie Chante » (payant).	RAMT Salon RDC
	15 h : Préparation de l'animation des vieux objets à l'école Marcel Cachin.	RAMT 1 er étage
Vendredi 16	14 h 30 à 15 h 30 : Poterie « Booster l'estime de soi les mains dans l'argile » (7 ème séance/10).	Espace Melville
	15 h : Film « Monsieur Papa » avec Michèle LAROQUE et Kad MERAD	RAMT Restaurant
Dimanche 18	14 h 30 : Thé dansant du Nouvel An organisé par le club Marie Curie (payant).	Salle des Fêtes
Lundi 19	14 h à 15 h : Explication de l'exposition des vieux objets à une classe de CE2 de l'école Marcel Cachin. Rendez-vous à 13 h 30 à la RAMT.	Ecole élémentaire Marcel Cachin
Mardi 20	9 h à 10 h et 10 h 30 à 11 h 30 : Explication de l'exposition des vieux objets à 2 classes de CE2 de l'école Marcel Cachin. Rendez-vous à 8 h 30 à la RAMT.	Ecole élémentaire Marcel Cachin

Jours	Propositions d'animations	Lieux et Rendez-vous
Mercredi 21	De 10 h 45 à 11 h 45 : Gym sur chaise.	RAMT Salon RDC
	15 h : Présentation du projet sur « les genres » avec EVADE Picasso.	RAMT Restaurant
	18 h 30 : Avant propos Junior Ballet de l'Opéra national de Paris. Gratuit.	La Rampe
	20 h : Spectacle Junior Ballet de l'Opéra national de Paris. 9€.	La Rampe
Jeudi 22	De 10 h 15 à 11 h 45 : Chorale « La Vie Chante » (payant).	RAMT Salon RDC
	14 h 30 : Scrabble en duplicata pour les adhérent-es du club Marie Curie.	Antenne Auvergne
	15 h : Sortie gaufre au restaurant « Le Palladio ».	Départ de la RAMT
Vendredi 23	14 h 30 à 15 h 30 : Poterie « Booster l'estime de soi les mains dans l'argile » (8 ème séance/10).	Espace Melville
Lundi 26	14 h : Bowling sur Echirolles. Rendez-vous sur place.	BowlCenter
Mardi 27	De 9 h 30 à 10 h 30 : « Bouge ton corps ».	Espace Melville
	15 h : Concert de piano d'Emmanuel, résident de la RAMT.	RAMT Salon RDC
Mercredi 28	De 10 h 45 à 11 h 45 : Gym sur chaise.	RAMT Salon RDC
	14 h : Assemblée Générale du club Marie Curie.	Salle des poètes
	15 h : Remue Méninges.	RAMT Restaurant
Jeudi 29	De 10 h 15 à 11 h 45 : Chorale « La Vie Chante » (payant).	RAMT Salon RDC
	15 h : Karaoké.	RAMT Restaurant
Vendredi 30	14 h 30 à 15 h 30 : Poterie « Booster l'estime de soi les mains dans l'argile » (9 ème séance/10).	Espace Melville

Adresses sur Echirolles :

MDH : Maison des Habitants-es
MDH Ponatière, 8 av Paul Vaillant Couturier
Salle des fêtes, 19 av du 8 mai 1945
Salle des poètes, 51 av Frédéric Joliot Curie
La RAMPE, 15 avenue du 8 mai 1945
RAMT : Résidence Autonomie Maurice Thorez, 2 All. du Rhin
Espace Melville, 1 rue Jean Renoir
BowlCenter, 19 av. De Grugliasco
Ecole élémentaire Marcel Cachin, 1 All. Du Berry
Association des Granges, 26 All. des Vosges
Restaurant Le Palladio, Place des 5 fontaines

Club de retraité-es Marie Curie (Tél: 06 83 88 70 89) :

Antenne Commanderie, place Eugène Thénard/
Antenne Villeneuve, 2 rue d'Auvergne

Inscription : 4 jours ouvrés avant l'activité auprès du service animations.

Annulation : 2 jours avant auprès du service animations afin de permettre l'inscription des personnes en liste d'attente

ATTENTION : Inscription obligatoire car le service animations est susceptible d'annuler des activités.

Pour accéder aux programmes des MDH site de la ville:

<https://www.echirolles.fr/vie-quotidienne/maisons-des-habitant-es/documents-et-programmes-des-maisons-des-habitant-es.>

Des activités sont aussi proposées par l'Association des Habitant-es de la Luire ahluire@gmail.com président M.Dupond Tél: 04 76 13 02 44

BONNE ANNEE ET MEILLEURS VOEUX