

PROGRAMME FÉVRIER 2026



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



CALENDRIER DES ÉVÉNEMENTS DE FÉVRIER (HORS PROGRAMME VACANCES)

 02 LUNDI	<h3>Créa couture : porte sandwich</h3> <ul style="list-style-type: none">> Lundi 02 février> De 9h à 11hApprenez à coudre une pochette à sandwich en tissu pour les sorties.> Public adulte> Payant (2,70€) sur inscription	 04 MERCREDI	<h3>Animations et jeux maternelle</h3> <ul style="list-style-type: none">> Mercredi 04 février> Le matin à l'école Elsa TrioletDes jeux adaptés aux petits avec la ludothécaire de la MDH.> Familles d'enfants d'Elsa Triolet> Gratuit renseignements à l'école
 05 JEUDI	<h3>Forum création d'entreprise</h3> <ul style="list-style-type: none">> Jeudi 05 février> De 10h à 12hToutes les réponses à vos questions sur l'entrepreneuriat avec l'ADIE.> Public adulte> Gratuit sans inscription	 07 SAMEDI	<h3>Brins d'histoires</h3> <ul style="list-style-type: none">> Samedi 07 février> De 10h30 à 11h Bibliothèque NerudaLecture de comptines et jeux pour les plus petits.> Enfants de -6 ans accompagnés> Gratuit sur inscription
 07 SAMEDI	<h3>Carnaval de la Villeneuve</h3> <ul style="list-style-type: none">> Samedi 07 février> Dès 14h au LimousinSur le thème "Cirque et Lumière" voir rubrique "Zoom" ci-dessous.> Tout public> Gratuit sans inscription	 13 VENDREDI	<h3>Atelier prévention glycémie</h3> <ul style="list-style-type: none">> Vendredi 13 février> De 9h à 12h à Solimut Viallex Organisé par le service médiation santé du CCAS en partenariat avec Solimut.> Public adulte> Sur Inscription au 06 37 17 86 30
 17 MARDI	<h3>"Là où je vais les yeux fermés"</h3> <ul style="list-style-type: none">> Mardi 17 février> De 15h à 17h30 - La PonatièreSortie spectacle jeune public dans le cadre du projet "Des livres et des jeux"> Familles d'enfants de - 6 ans> Gratuit sur inscription	 26 JEUDI	<h3>Escape game énergie</h3> <ul style="list-style-type: none">> Jeudi 26 février> De 9h à 11hParticipez à un Escape Game sur la thématique de l'énergie avec Uniscité.> Tout public dès 12 ans> Gratuit sans inscription



ZOOM SUR : LE CARNAVAL DE LA VILLENEUVE D'ÉCHIROLLES

Thème de 2026 : Cirque et lumière, organisé par la MJC Robert Desnos

- **14h à 16h :** village départ au Limousin avec divers ateliers costumes, maquillages, maracasses, masques...
- **16h à 19h :** déambulation entre Essarts et Surieux jusqu'au parc M.Thorez avec avec le bonhomme carnaval mis à feu à l'arrivée.

Des surprises sont prévues sur le parcours...!

Goûter offert à l'arrivée au parc.



LES ACTIVITÉS RÉGULIÈRES (HORS VACANCES SCOLAIRES)



Accompagner la scolarité

- › **Les lundis après l'école**
› **De 16h à 17h30**

Pour organiser ensemble les devoirs.
› **Enfants en CP, CE1 et CE2 avec les parents / Accueil des fratries.**
› **Gratuit sur inscription**

LUNDI



Atelier réparations

- › **Tous les mardis**
› **De 14h à 17h**



MARDI

JEUDI



Café des habitant-es

- › **Tous les jeudis**
› **De 8h30 à 10h**

Pour s'informer sur l'actualité de la MDH et ses partenaires.

Cadre de vie avec l'ADQ

- › 5 février

- › **Tout public, sans inscription**

Ma santé en mouvement

- › **Tous les jeudis**
› **De 14h à 15h30**



Gérer son stress, alimentation apaisée et activité physique adaptée.

- › **Public adulte**
› **Gratuit sur inscription**

VENDREDI



Ludothèque

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



Caf'Escale

- › **Tous les vendredis**
› **De 14h30 à 17h**

Habitant-es et volontaires d'*Uniscité* vous accueillent pour papoter et jouer.

- › **Tout public**
› **Gratuit sans inscription**

	Mardi	Mercredi	Jeudi
	16h - 17h30	14h - 17h	16h - 17h30
En période scolaire			
A la MDH (Essarts)			
Tout public, enfants avec un adulte			
Gratuit sans inscription			

VACANCES D'HIVER 2026

MDH ESSARTS-SURIEUX

**07
FÉVRIER
14H-19H**

Carnaval de la Villeneuve
dès 14h au Limousin

**10
FÉVRIER
12H-17H**

Repas partagé
+ après-midi loto

**12
FÉVRIER
JOURNÉE**

Sortie luges insolites
+ igloo ou raquettes

**18
FÉVRIER
10H-12H**

Fabrication d'une
boîte à histoires à la
bibliothèque Pablo Neruda

**09
FÉVRIER
10H-12H**

Atelier cuisine
parents-enfants

**11
FÉVRIER
10H-12H**

Atelier cuisine pâtes
fraîches

**16
FÉVRIER
13H30-16H30**

Sortie à la Maison des
jeux de Grenoble

**19
FÉVRIER
10H-12H**

Sortie au bowling
d'Echirolles

COMBIEN COÛTENT LES ACTIVITÉS ?

SORTIES			ATELIERS
QF	+ 18 ans	- 18 ans	
0/600	2.70€	1.40€	
600/ 1000	3.75€	2.50€	
1000/ 1200	5.20€	3.90€	Tarif unique de 2,70 € par famille pour les ateliers
Sup. à 1200	7.50€	6.10€	

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

Pré-inscriptions :
Lundi 02/02 : journée
Mardi 03/02 : après-midi
Mercredi 04/02 : matin

MDH Essarts-Surieux
Place Convention, Echirolles
04.76.20.99.50
mdh-essarts-surieux@echirolles.fr



LES PERMANENCES D'ACCÈS AUX DROITS



Travailleuses sociales et écrivaines publiques

- Sur rendez-vous à l'accueil

Accompagnement personnalisé pour accéder à vos droits sociaux.



Tartification solidaire TAG

- Le mercredi de 14h à 17h

- Le vendredi de 9h à 11h30

Sans rdv, non allocataires CAF



Permanence numériques

- Sur rendez-vous à l'accueil

Aides aux démarches en ligne d'accès aux droits.



Ordinateurs libre accès

- Aux horaires de la MDH

Accès internet et impressions pour les démarches administratives.



Référente santé

- Le jeudi de 9h à 12h

Sur rdv au CCAS - 04 76 20 99 00



PMI

Pesée des bébés et conseils

Sur rdv au 04 76 20 55 25.



Permanence logement CNL

- Mercredi 18 février

- De 9h30 à 12h à la MDH

Sans rdv, renseignements au **04 38 86 11 36**.

Elue au logement

- Mercredi 04 février

- De 14h à 17h, MDH Essarts-Surieux

Mme Robin est disponible pour vous rencontrer sans rendez-vous.



Emploi : référente PLIE

- A la MDH

Sur RDV auprès de la Maison de l'Emploi au **04 85 59 50 40**.



Permanence avocate

- Mercredi 09 février

- Sur rdv à l'accueil de la MDH



Rencontrer Mme la Maire

- Sur rdv à la Mairie - **04 76 20 63 00**

Mme Amandine Demore vous reçoit.

TOUTE L'ACTU DE LA MDH SUR WHATSAPP !

- 1 Je scanne le QR code

- 2 Je clique sur "suivre" et active la cloche



À SUIVRE EN MARS...

- Reprise des stages numériques
- Spectacle 24 Place Beaumarchais
- Défi Cuisine



Mercredi

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