

**PERMANENCE DE MADAME LA MAIRE**

AMANDINE DEMORE vous reçoit sur RDV  
**04 76 20 63 00**  
cabinet@echirolles.fr/echirolles.fr

**Espace de Médiation Sociale et Numérique**

Accompagnement dans vos  
démarches administratives  
**Jeudi 13h30 – 16h00** (hors vacances scolaires)  
Pôle de Proximité de la Luire  
(18 rue de l'écureuil)



**À la MDH, sur rendez-vous :**

- Travailleuse sociale, lundi, mercredi, jeudi
- PMI, le lundi et le mardi
- Infirmière, pour vos démarches santé, le mercredi matin
- ARAPR, constitution du dossier retraite, le jeudi matin
- Tarification Solidaire TAG, le jeudi après-midi
- Écrivaine public, le lundi au CCAS
- Conseiller numérique, lundi matin, vendredi journée

**Accès au numérique :**

- > Un accès libre à un ordinateur
- > un accompagnement dans vos démarches administratives



**Permanence PLIE**

Plan local pour l'Insertion et l'Emploi  
Renseignements et prise de rendez-vous  
**04 85 59 50 40**



**Permanence TZCLD**

Territoires Zéro Chômeur Longue Durée  
Renseignements et prise de rendez-vous  
**06 08 35 49 05**

**TARIFS 2025 - 2026**

**Ateliers parents enfants et adultes**

Par famille	1/2 journée	2,70 €
Atelier stage 5 séances		11,80€

**Sorties habitant-es et culturelles**

Quotient familial	Plus de 18 ans	Moins de 18 ans
0/600	2,70 €	1,40 €
600/1000	3,75 €	2,50 €
1000/1200	5,20 €	3,90 €
> 1200	7,50 €	6,10€

Les sortie sont gratuites pour les moins de 4 ans et à partir de 4<sup>e</sup> enfant

# PROGRAMME FÉVRIER 2026



**VACANCES SCOLAIRES**

Pré-inscriptions les 26, 27 et 28 janvier  
Palements les 2, 3 et 4 février



**Pour l'inscription, merci d'apporter :**

- > Attestation de Responsabilité civile
- > Dernier Quotient familial

**Maison des habitant-es  
La Ponatière**

8, avenue Paul Vaillant-Couturier  
**Tél. 04 76 23 55 90**  
mdh-ponatiere@echirolles.fr

## PROGRAMME DES VACANCES SCOLAIRES



### Soirée jeux et repas partagé

**Vendredi 6 février**

**17h30 à 20h00**

Sur inscriptions, Places limitées

Chacun amène un plat salé ou sucré à partager

### Atelier créatif parents/enfants " Froid polaire"



Je réalise un paysage de banquise et ses animaux

**Mardi 10 février**  
**9h à 11h**

Tarif unique 2,70€

Sur inscriptions, Places limitées

### Sortie journée à la neige Chamrousse Plateau de l'Arselle

Luge et balade dans la neige

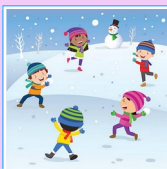
**Jeudi 12 février**

**RDV à 9h00 à la MDH**

**Retour vers 17h00**

Sur inscriptions, Places limitées, Payant, + de 3 ans

Apporter votre pique-nique, vêtements chauds et imperméables, bottes chaudes, gants et bonnet



### Kidyville (Eybens)

Une ville à hauteur d'enfant pour  
jouer, imiter, imaginer, grandir

**Lundi 9 février**

**RDV à 9h30 à la MDH**

**Retour vers 12h30**

Payant, Sur inscriptions, Places limitées

Apportez votre carte TAG

### Sortie cinéma

Film à déterminer

**Mercredi 11 février**

Séance en après-midi

Payant, Sur inscriptions, Places limitées



### Kidyville (Eybens)

Une ville à hauteur d'enfant pour  
jouer, imiter, imaginer, grandir

**Lundi 16 février**

**RDV à 9h30 à la MDH**

**Retour vers 12h30**

Payant, Sur inscriptions, Places limitées

Apportez votre carte TAG



### Atelier cuisine parents/enfants "Crêpes et caramel breton"

Cuisinez des crêpes et du caramel au beurre salé

**Mardi 17 février**

**9h à 11h**

Tarif unique 2,70€

Sur inscriptions, Places limitées



## A VOS AGENDAS

### Atelier Alimentation Santé Nutrition

#### "Décrypter les étiquettes des aliments"

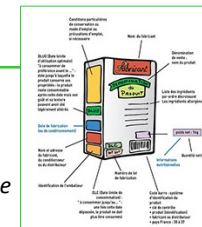


Comprendre les étiquettes alimentaire et avoir une idée juste  
de la qualité de ce que nous achetons et mangeons

*Vous pouvez amener vos emballages*

**Vendredi 6 février de 9h à 11h**

Réservé aux adultes, gratuit, sur inscriptions, Places limitées



### "Au petit café"



Pour bien démarrer la journée, n'hésitez pas entrez pour discuter autour d'un café,  
d'un thé, échanger sur les activités de la MDH

**Jeudi 26 février 8h45 à 9h45 à la MDH**

## LES RDV HEBDOMADAIRES



### La Ludothèque

Espace de jeux pour  
les parents et leurs enfants

**Le mercredi**

(hors vacances scolaires)

**de 14h00 à 16h30**

Gratuit, Sans inscriptions

### Repair'Couture



Pour apprendre à coudre à la machine, réparer un vêtement,  
lui donner une seconde vie, partager vos astuces...

**Le Mercredi** (hors vacances scolaires)

**de 9h00 à 12h00**

Gratuit, Sans inscriptions

### Aide aux devoirs



(classes élémentaires  
hors vacances scolaires)

**Le mardi ou le jeudi**

**16h15 à 17h00 à la MDH**

Gratuit, Sur inscriptions

### Atelier Tricot'Thé



Pour apprendre à tricoter, partager un moment  
de détente, de rencontres, autour d'un thé, café...

**Le jeudi** (hors vacances scolaires)

**de 14h00 à 16h00**

Gratuit, Sans inscriptions