



DU CÔTE DES AÎNÉS

**Pôle Animation Gérontologique
et Intergénérationnelle - PAGI**

▷ LE CAFÉ DES AÎNÉS

LUNDI 1^{er} JUILLET de 10h00 à 11h30 : partager des infos, des idées autour d'un thé, d'un café et de petites douceurs sucrées si vous souhaitez en apporter !

▷ CINÉ-DÉBAT POUR TOUS

MARDI 9 JUILLET de 13h45 à 17h30 au Méliès - projection du film « Les gens d'à côté », suivie d'un débat. Inscription aux deux temps (projection + Débat) obligatoire. **Tarif : 2€**

▷ LES MARDIS PRÈS DE CHEZ VOUS

Découverte du PAGI, de ses activités et rencontre avec l'équipe, **MARDI 23 JUILLET de 9h à 11h30** au local Simone de Beauvoir (allée du Jardin Hoche).

▷ SORTIE INTER PAGI

MARDI 27 AOÛT de 8h30 à 18h30 à Paladru - visite du musée archéologique et après-midi à la plage de Charavines. Inscription à partir du 12 août.

▷ SOIRÉE FESTIVE DE FIN D'ANNÉE

JEUDI 29 AOÛT à 18h à la MDH Bois d'Artas, pour clore la saison d'été dans la bonne humeur, repas partagé et soirée dansante.

▷ REMUE MENINGES

Tous les LUNDIS (sauf 1^{er} juillet - 5 et 12 août) de 10h à 11h, pour stimuler son cerveau - s'amuser - entraîner sa logique et sa mémoire.

▷ SORTIES FRAÎCHEUR ET PIQUE-NIQUE

Tous les MARDIS, du 9 juillet au 20 août (sauf le 23 juillet), sorties avec des destinations variées, accessibles en transport en commun. Chacun prend en charge son transport.

▷ SI ON JOUAIT ?

Tous les MERCREDIS du 10 juillet au 21 août à 9h à la MDH Bois d'Artas : jeux de société et de plein air animés par l'équipe des chantiers jeunes et celle du PAGI.

▷ BOUGEONS ENSEMBLE ET CAFÉ

Tous les VENDREDIS, du 7 juillet au 23 août, à 9h au Parc Paul Mistral, une heure de marche active au rythme de chacun, suivie d'un temps convivial autour d'un café.



AUTRES INFORMATIONS

■ **CORRESPONDANT JEUNESSE** : cet été, Pierre, notre correspondant jeunesse 16-25 ans, vous accompagne dans vos démarches (job - bafa - permis - logement...) et dans la réalisation de vos projets (départ en vacances - projets culturels, solidaires ou sportifs...) ; mais aussi pour organiser des soirées (barbecue, débats, discussions...) selon vos envies ! **Contact : 06 49 69 85 10**, sans rendez-vous le vendredi à la MDH Centre ville, et du lundi au vendredi quand vous le souhaitez sur rendez-vous.

■ **MUSÉE DE L'ANCIEN ÉVÊCHÉ** : dans le jardin du musée (2 rue Très-Cloîtres)- projection du film « Malabar princesse » de Gilles Legrand - contact : 04 76 03 15 25.
VENDREDI 19 JUILLET à 21h30

■ MUSÉE DE LA RÉSISTANCE ET DE LA DÉPORTATION - ACTIVITÉS GRATUITES

* **SAMEDI 6 JUILLET à 10h30** - projection du film « Les grandes grandes vacances » (à partir de 6 ans) et à 18h30 concert Méli-mômes.
* **DIMANCHE 7 JUILLET à 14h30 et à 16h30** - « raconte moi la seconde guerre mondiale », visites théâtralisées (dès 8 ans) sur inscription au 04 76 42 38 53.
* **LUNDI 19 AOÛT à 21h30** - projection du film « Un héros très discret » de Jacques Audiard dans le jardin du musée (14 rue Hébert).
* **SAMEDI 31 AOÛT journée festive « Vive la Libération »** ateliers créatifs et animations historiques de 14h à 17h30 - bal pour enfants à 18h - guinguette à 19h30 et bal swing à 21h.

■ **PC ACCÈS LIBRE** : disponible dans l'espace accueil, aux horaires d'ouverture de la MDH.

■ EXPOSITION « LES MARDIS ARTISTIQUES »

Du 1^{er} juillet au 20 août - peintures réalisées par les apprenants de français, et peintures de Khatuna - artiste Géorgienne.
* Vous êtes habitant du secteur 2 et vous souhaitez exposer vos œuvres à la MDH, n'hésitez pas à **contacter notre Agent de Développement Local au 06 49 49 71 43.**



MAISON DES HABITANT-ES CENTRE-VILLE

2 rue du Vieux Temple 38000 Grenoble
04 76 54 67 53 / mdh.centre-ville@grenoble.fr

HORAIRES D'ÉTÉ (en journées continues) du 15/07 au 23/08

Lundi - mardi - mercredi et vendredi de 8h30 à 15h30

Jeudi de 8h30 à 13h30

MDH fermée exceptionnellement le VENDREDI 16 AOÛT

LA BRÈVE

ÉTÉ 2024



LE TÉMOIGNAGE DU MOIS

J'ai découvert la MDH Centre-ville en 2019, j'ai tout de suite apprécié l'accueil chaleureux et bienveillant de l'équipe. A la MDH, j'ai suivi des cours de français, j'ai été accompagné pour faire des démarches administratives, et je suis aussi bénévole à l'atelier couture. J'aime beaucoup participer au « *Café des Habitants* » le jeudi matin, moment de partage convivial entre habitants et professionnels.

Boubakar



Hoche - Bonne - Condorcet - Championnet
Foch - Aigle - Libération
Centre-ville
Notre-Dame
Mutualité - Ile-Verte
Saint-Laurent - Rive Droite





LES PERMANENCES SUR RENDEZ-VOUS

- ▶ **RÉFÉRENTE-FAMILLE** : questions liées à la parentalité, l'éducation, la scolarité, aux loisirs et aux vacances - **06 73 93 52 97 (fermé du 29/07 au 16/08).**
- ▶ **ÉCRIVAIN PUBLIQUE** : pour remplir un dossier, rédiger un courrier ou faire une démarche en ligne. **(fermé du 08 au 12/07 et du 05 au 19/08).**
- ▶ **CONSEILLER NUMÉRIQUE** : Démarches en ligne - lundi et jeudi journée + vendredi matin **(fermé du 16 au 30/08).**
- ▶ **CONSEILS JURIDIQUES** : 1^{er} et 15 juillet - 05 et 18 août.
- ▶ **MÉDIATRICE PAIRE SANTÉ** : accès à la santé et aux soins - **jeudi matin.**
- ▶ **LIEU D'ÉCOUTE ET DE PAROLE** : psychologue **(fermé du 05 au 23/08).**
- ▶ **POLE INCLUSION FINANCIÈRE (PIF)** : budget, impayés et crédit - **mercredi après-midi - 04 76 69 46 26 (fermé du 22/07 au 02/08).**
- ▶ **CONFÉDÉRATION SYNDICALE DES FAMILLES (CSF)** : questions liées au logement et au cadre de vie, **mardi matin** (hors vacances scolaires) - **06 01 78 69 15 (fermé en août).**
- ▶ **CORRESPONDANT JEUNESSE** : information, orientation et accompagnement des 16-25 ans - **06 49 69 85 10 (fermé du 12 au 16/08).**
- ▶ **SERVICE SANTÉ SCOLAIRE** : accueil-secrétariat **04 76 03 43 33 / 06 88 06 92 80 (fermé du 18/07 au 25/08)**
- ▶ **RELAIS PETITE ENFANCE (RPE)** : pour trouver une assistante maternelle ou une garde à domicile - **04 80 70 16 38 rpevxt@ccas-grenoble.fr (fermé du 08 au 19/07 et du 26 au 30/08)** - Intérim assuré par les autres RPE de Grenoble, contacter l'accueil de la MDH.
- ▶ **CONSEILLÈRE D'AIDE SOCIALE** : perte d'autonomie personnes âgées et personnes handicapées (dossier APA...) - **jeudi matin - 04 76 23 64 84.**
- ▶ **SERVICE VACCINATION** : séances de vaccination ouvertes à tous - **04 76 03 43 33 (fermé du 5 au 25/08).**



ENFANCE - FAMILLES

Activités gratuites - Sur inscription
au 04 80 70 16 21 / ophelie.carasco@grenoble.fr

◆ LES MARDIS DE L'ÉTÉ

Les MARDIS 9 - 16 - 23 et 30 JUILLET de 9h30 à 12h
Jeux d'extérieur pour petits et grands, lectures des bibliothécaires, construction de cabanes, et ateliers créatifs (fabrication d'animaux en papier mâché pour décorer la MDH).

◆ SORTIE VÉLO À CHARAVINES

Encadrée par « Natura Vélo », pour les personnes qui savent bien faire du vélo, ouverte à tous à partir de 8 ans, les mineurs doivent être accompagnés d'un adulte.
MERCREDI 24 JUILLET de 8h30 à 16h
Départ de la MDH en minibus, vélos et casques fournis, baignade au lac possible. Apporter son pique-nique.
Gratuit - Sur inscription.



◆ SORTIES FAMILLES 2024

Sorties réservées aux habitants du secteur 2 :
* **Dimanche 7 Juillet** - Festival Pré en Bulle à Pressins
* **Samedi 27 Juillet** - Lac du Bourget
* **Samedi 24 Août** - Cirque de Saint Môme à Saint Pierre D'Entremont
Tarif : au quotient familial
Renseignement et inscription à l'accueil de la MDH.



◆ ESPACE FAMILLES

ESPACE LUDIQUE pour les parents et leurs enfants de 0 à 7 ans : pour jouer, lire une histoire, profiter d'un moment de détente - de créativité et de Convivialité. Accès libre.

◆ ZONE DE GRATUITE

Espace en libre service : pour déposer ou récupérer des vêtements tout âge, chaussures, sacs, accessoires vestimentaires, livres..



L'AGENDA

LES SOIRÉES D'ÉTÉ

- * **MARDI 9 JUILLET - place Saint Laurent** : dès 17h30 jeux, à 19h spectacle de la « Compagnie Sans Ceinture ni Bretelles », suivi d'un bal, à 20h30 Set DJ de cumbia/salsa.
- * **JEUDI 18 JUILLET - cour de l'Alma** : jeux à 17h30 suivi d'un concert de musique amazigh « Fazaz ».
- * **JEUDI 25 JUILLET - devant la MDH** : jeux et animation des bibliothécaires dès 17h30, concert « Jazz Club » et projection de courts métrages à la nuit tombée.
- * **JEUDI 1^{er} AOÛT - devant la MDH** : jeux et animation des bibliothécaires dès 17h30 - repas partagé à 19h00. Chacun apporte un plat salé ou sucré, ou une boisson à partager.
- * **JEUDI 29 AOÛT - place Edmond Arnaud** : jeux à 17h30 et concert de musique gnawa « Babl 'bluz » à 18h30.



CARAVANE DES SPORTS

* **MARDI 2 JUILLET de 17h30 à 21h - cour de l'Alma**
Pratique et découverte de nombreux sports de manière ludique. Temps animé par le Service des Sports de Grenoble

COURS DE YOGA GRATUITS

Du 9 JUILLET au 27 AOÛT, tous les **MARDIS de 12h à 13h - Yoga Dynamique.**
Du 5 JUILLET au 20 SEPTEMBRE, tous les **VENDREDIS de 9h30 à 10h30 - Yoga Doux/débutant.**
Cours de l'association «Nour», adaptés à tous (à partir de 15 ans). Information et inscription à l'accueil de la MDH (inscription à la séance possible). **Priorité donnée aux habitants du quartier Alma/Très-Cloîtres/Chenoise.**

ANIMATIONS MJC ALLOBROGES : ouvertes à tous

* **LUNDI 8 et VENDREDI 12 JUILLET de 17h30 à 19h à la cour de l'Alma** : ateliers de danse africaine.
* **VENDREDI 26 JUILLET** de 18h à 21h30 à la cour de l'Alma : soirée d'ouverture des Jeux Olympiques.

ASSOCIATION COMMUNIC'ATION

L'association suspend ses activités de juillet à septembre. Prochaine permanence le **Mardi 8 Octobre de 9h à 12h.**