



La brève

de la Maison des Habitant-es les Baladins

Octobre
2024



Maison des Habitant-es les Baladins

31 place des Géants - 38100 Grenoble
☎ 04 76 33 35 03 ✉ mdh.baladins@grenoble.fr

Lundi, mardi, mercredi, vendredi : 9h - 12h et 13h30 - 17h30
Jeudi : 9h - 12h — fermeture l'après-midi

Les rendez-vous du mois

Apéro dansant entre femmes

Vendredi 04 octobre 18h-21h

Pour partager un temps convivial entre femmes autour d'un apéro dînatoire partagé et d'un temps festif pour danser. Garde d'enfants dès 3 ans.

Sur inscription : 04 76 33 35 03

Soirée jeux

Vendredi 11 octobre 18h-20h

Une soirée pour se détendre en famille autour de jeux collectifs accessibles à tous les âges (pétanque d'intérieur, jeux en bois, baby-foot, ping-pong...) Soirée organisée avec l'espace jeunesse Les Baladins.

Sur inscription : 04 76 33 35 03



Nos permanences

Écrivaine publique (sur rendez-vous)

Les mardis de 14h à 17h
et les vendredis de 9h à 12h

Avocate (sur rendez-vous)

1^{er} et 3^{ème} vendredis du mois de 14h à 16h

Juriste de l'Adate (sur rendez-vous)

2^{ème} mercredi du mois de 14h à 17h

Animatrice PAGI (sans rendez-vous)

Tous les lundis matins de 9h à 12h

Conseillère numérique (sur rendez-vous)

Tous les jeudis matins 9h-12h

Médiatrice santé (sans rendez-vous)

Tous les lundis matins de 9h à 12h

Café sans frontière



Café sans frontière

**Tous les vendredis
de 9h à 11h**

Tous les vendredis, le café sans frontière de la MDH Les Baladins réunit des participant-es aux ateliers sociolinguistiques, des bénévoles et toute personne souhaitant converser et rencontrer de nouvelles personnes en toute convivialité. Soyez les bienvenu-es !

Contact : Judith Pennetier
06.75.73.67.99

Les rendez-vous des familles - MDH Les Baladins

LES ACTIVITÉS EN FAMILLE

Mercredi 02 octobre 14h-16h30 (sans inscription)
Temps ludothèque « Imaginaire et figurines » (2-10 ans).

Mercredi 16 octobre 14h-16h30 (sur inscription)
Atelier cuisine organisé dans le cadre de la Semaine du goût (2-5 ans).

ATELIER POUR LES PARENTS

Jeudi 10 octobre 9h-12h (sur inscription)
Venez fabriquer un objet pour vous, tout en échangeant sur ce qui vous fait ressource en tant que parents. Atelier animé par Enfantzine.

Programme des vacances scolaires de l'automne

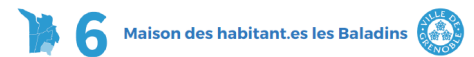
Mardi 22 octobre de 10h à 12h (sur inscription, places limitées)
Sortie à la Maison des Jeux. Départ à 9h15 de la MDH.

Jeudi 24 octobre de 9h30 à 11h30 (sur inscription)
Lundi 28 octobre de 14h à 16h (sur inscription)
Ateliers de construction en légos (animés par Grenoble Gaming)
A partir de 7 ans.

Mardi 29 octobre de 14h30 à 18h (arrivée et départ libres)
Après-midi jeux à la bibliothèque Kateb Yacine pour toute la famille.

Mercredi 30 octobre de 10h30 à 12h (sur inscription)
Sortie spéciale Halloween au musée d'archéologie avec « chasse aux images ». Départ à 9h45 de la MDH. A partir de 7 ans.

Jeudi 31 octobre de 13h30 à 17h (sur inscription)
Balade d'automne en famille à Champagnier (marche facile d'environ 2h).
A partir de 6 ans.



Rendez-vous des familles octobre 2024

TEMPS LUDO THEQUE à la MDH "Imaginaire et figurines"
Mercredi 2 octobre 14h-16h30
- De 2 à 10 ans -
Sans inscription, vous arrivez et vous partez quand vous voulez!

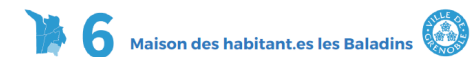
SEMAINE DU GOÛT
Venez partager un atelier cuisine et réveiller vos papilles en famille
Mercredi 16 octobre 14h-16h30
- A partir de 5 ans -
Sur inscription

ATELIER CRÉATIF POUR LES PARENTS
Jeudi 10 octobre 9h-12h
Venez fabriquer un objet pour vous, tout en échangeant sur ce qui vous fait ressource en tant que parents.
Animé par l'association Enfantzine
Sur inscription

SOIRÉE JEUX
Vendredi 11 octobre de 18h à 20h
Venez partager un temps de jeu en famille
- Pour tous les âges -
Sur inscription
Organisée avec l'espace jeunesse les Baladins

Du 21 au 31 octobre, se reporter au programme des vacances

Inscriptions et renseignements auprès de l'accueil de la MDH ou de la Repérante Familles (Nelly Bougier) : 07.84.52.11.17



VACANCES D'AUTOMNE 2024

SORTIE À LA MAISON DES JEUX
- POUR TOUTE LA FAMILLE -
MARDI 22 OCTOBRE DE 10H À 12H
DÉPART À 9H15 DE LA MDH
PLACES LIMITÉES, GRATUIT, SUR INSCRIPTION

CONSTRUCTION EN LÉGOS PARENTS-ENFANTS
- A PARTIR DE 7 ANS -
JEUDI 24 OCTOBRE DE 9H30 À 11H30
ET
LUNDI 28 OCTOBRE DE 14H À 16H
PLACES LIMITÉES, GRATUIT, SUR INSCRIPTION
ORGANISÉE AVEC GRENOBLE GAMING

BALADE D'AUTOMNE EN FAMILLE À CHAMPAGNIER
- A PARTIR DE 6 ANS -
JEUDI 31 OCTOBRE DÉPART DE LA MDH À 13H30
RETOUR VERS 17H (MARCHÉ FACILE D'ENVIRON 2 HEURES)
PLACES LIMITÉES, GRATUIT, SUR INSCRIPTION

APRÈS-MIDI JEUX À LA BIBLIOTHÈQUE KATEB YACINE
- POUR TOUTE LA FAMILLE -
MARDI 29 OCTOBRE DE 14H30 À 18H (ARRIVÉE ET DÉPART LIBRES)
SANS INSCRIPTION
PÉDIBUS POSSIBLE À 14H À LA MDH

SORTIE AU MUSÉE D'ARCHÉOLOGIE AVEC "CHASSE AUX IMAGES" SPÉCIAL HALLOWEEN
- A PARTIR DE 7 ANS -
MERCREDI 30 OCTOBRE DE 10H30 À 12H
DÉPART À 9H45 DE LA MDH
PLACES LIMITÉES, GRATUIT, SUR INSCRIPTION

INSCRIPTIONS AUPRÈS DE L'ACCUEIL DE LA MDH OU DE LA REPERANTE FAMILLES : 07.84.52.11.17

Le programme des bibliothèques

Bibliothèque Kateb Yacine

Du mardi au samedi de 11h au 18h30
☎ 04 38 12 46 20 / bm.katebyacine@bm-grenoble.fr

MOIS DES P'TITS LECTEURS (0-6 ans)

Sam. 12 oct. à 16h : « Envolé », spectacle proposé par les Arts du Récit

Merc. 16 oct. à 16h : Spectacle *Histoires comme ici*

Samedi 05 octobre à 16h : Projection du film « La méditerranée, une mer de plastique »

Samedi 19 octobre à 16h : Conférence 1h de psy

Jeudis 24 et 31 octobre à 16h : *Appuie sur start*, jeux vidéo à partir de 13 ans.

Bibliothèque Arlequin :

Mardi 13h-18h / Mercredi 10h-13h et 14h-18h
Jeudi 9h-12h / Vendredi 13h-18h
Samedi 10h-13h et 14h-18h
☎ 04 76 22 92 16 / bm-arlequin@grenoble.fr

MOIS DES P'TITS LECTEURS (0-6 ans)

Merc. 02 oct. à 16h30 : Atelier de l'œuf au poussin

Vend. 04 oct. à 10h : Spectacle *Histoires comme ici*

Sam. 12 oct. à 11h : Le temps des histoires

Sam. 19 oct. à 16h : Projection « Superasticot »

Merc. 23 oct. à 16h : Le temps des histoires

Jeudi 24 oct. à 16h : Jeudi du jeu

Vend. 25 oct. à 16h : « Timide », lecture théâtralisée par l'Espace 600 (+ de 3 ans)

Jeudi 17 octobre 16h-18h : Club lecture Adultes

Les rendez-vous du PAGI

ACTIVITÉS ET ANIMATIONS

MDH LES BALADINS

Vendredi 25 octobre 14h-16h : Temps convivial
Autour d'un goûter, venez partager vos envies d'ateliers que nous pourrions mettre en place ensemble (bricolage, couture...)

MDH LE PATIO

Jeudi 24 octobre 10h-12h : Atelier cuisine
Repas salé et dessert à déguster ensemble !

Jeudi 24 octobre 16h-19h : Temps d'animation
Après-midi jeux avec une initiation au jeu vidéo sportif

Renseignements et inscriptions : Valérie BIBANE, chargée de développement PAGI au 04 76 22 91 82 ou au 06 42 75 94 91

BOUGEONS ENSEMBLE

Tous les lundis de 9h à 10h

Marche active avec accompagnement par un animateur APA et le service des Sports. Rdv dans le parc, chemin des collèges, près des tables de ping-pong côté place des Géants.

SORTIE DU MOIS

Vendredi 18 octobre de 9h30 à 12h

Visite du musée Champollion à Vif.
Rdv à l'arrêt de Tram Arlequin à 9h30



ÉVÉNEMENTS VILLE

Mardi 1^{er} octobre 9h-10h30 au Patio (salle 1) :
« Comprendre pour mieux manger » : Atelier pour découvrir l'alimentation équilibrée et savoir l'adapter à ses propres besoins. Atelier animé par l'Agecsa.

Mardi 1^{er} octobre 9h30-18h30 à l'Hôtel de Ville :
Forum intergénérationnel des aîné-es et des aidants. Forum organisé dans le cadre de la Semaine bleue.

Mercredi 9 octobre - Place Félix Poulat :
Journée festive autour du sport et de la santé mentale

Inscriptions obligatoires pour l'ensemble des animations. Renseignement auprès du PAGI au : 04 76 09 00 28 ou 04 76 22 92 10

LES PETITS DEJ' DU PAGI A partir de 9h

Tous les mardis : MDH Les Baladins
Tous les jeudis : MDH Prémol
Tous les vendredis : MDH Le Patio



Accès aux droits



ZÉRO EURO
POUR MES DÉPLACEMENTS*



Grenoblois-es, si votre quotient familial est inférieur à 715€ vous obtenez le remboursement de votre abonnement mensuel ou annuel

Aide à la mobilité douce

Dans le cadre du bouclier social et climatique, la **municipalité expérimente la gratuité des transports doux (vélo, transports en commun) pour les Grenobloises et Grenoblois les moins aisés**. Une aide spécifique a donc été créée pour favoriser l'accès aux transports en commun ou au vélo afin de développer les capacités des personnes, de leur donner un « droit à la mobilité, un droit à la ville ».

Conditions d'obtention :

Il s'agit d'une aide sociale versée par le CCAS pour les habitant-es de Grenoble dont le quotient familial est inférieur à 715 €. Les personnes répondant aux critères peuvent être remboursées de la somme qu'elles ont dépensée pour acheter leur abonnement aux transports en commun de la métropole ou pour la location d'un vélo via Mvélo+.

Démarches : Les demandes doivent être faites en ligne sur grenoble.fr ou grenoble.iziici.fr. Les MDH peuvent vous accompagner dans cette démarche. Rendez-vous à l'accueil pour plus de renseignements.

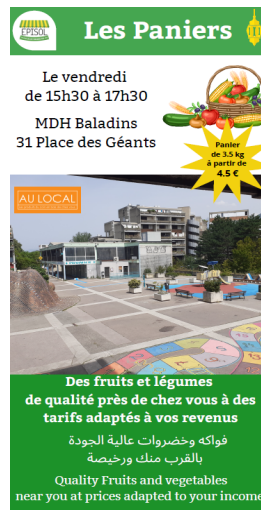
SECTEUR 6 – Infos diverses



Mobile Épicerie ÉPISOL

Tous les vendredis de 15h30 à 17h30 sur la Place des Géants

La Mobile propose une gamme variée de produits frais, secs, locaux, bio, issus de filières solidaires. Elle est ouverte à toutes et tous sans condition de revenus. Les prix sont modulés en fonction des ressources de chacun.



Paniers ÉPISOL

Tous les vendredis de 15h30 à 17h30 sur la Place des Géants

Des paniers de légumes locaux et/ou bios vous sont proposés pour des tarifs adaptés à vos revenus. Un panier de 3,5 kg de produits frais à partir de 4,50 €.

Les inscriptions et la distribution des paniers se font directement sur place, le vendredi.

Caravane des droits

Tous les mercredis de 14h à 17h Place des Géants

Une équipe de professionnels pluridisciplinaire se déplace près de chez vous, pour vous rencontrer, vous informer sur vos droits sociaux, légaux et sur vos droits fondamentaux. En se déplaçant sur différents lieux publics du territoire, la caravane des droits permet de rapprocher les institutions des personnes qui en sont les plus éloignées et qui n'osent plus en franchir les portes.

Contact :

caravanedroits@ccas-grenoble.fr
04 76 46 55 36

CLEANWALK

Samedi 12 octobre à 14h Rdv devant le Patio, côté parc

Rejoignez la cleanwalk « La saison de l'action » organisée par des jeunes de l'association Green Apidae à Grenoble. Le principe : tous-tes les habitant-es de la Ville sont invité-es à une marche propreté dans leur secteur. La cleanwalk se clôturera avec un temps festif à l'heure du goûter.



ET SI ON RÉINVENTAIT NOTRE FAÇON DE MANGER ?

La Machinerie organise deux rencontres pour discuter et échanger nos idées

C'EST QUOI LA SÉCURITÉ SOCIALE DE L'ALIMENTATION ?

MARDI 1 OCTOBRE
17H30 - 19H30

DES INJUSTICES À DES RÊVES ALIMENTAIRES... COMMENT PORTER NOTRE VOIX ?

MARDI 8 OCTOBRE
17H30 - 19H30



À LA MACHINERIE

La Machinerie, 11 rue des peupliers 38 100 Grenoble
06 30 29 29 40, lamachinerie@regiegrenoble.org



Jeudi 24 Octobre 2024

Après-midi rencontres autour de la pièce de théâtre
« La Femme Parfaite »

de 13h30 à 17h au Théâtre Prémol



ENTRÉE LIBRE

Réservation : site internet du théâtre Prémol ou Tél. 04 76 33 38 25



Octobre rose

Jeudi 24 octobre à 13h30 Théâtre Prémol

Dans le cadre du mois *Octobre rose* destiné à sensibiliser les femmes au dépistage du cancer du sein, vous êtes invité-es à découvrir la pièce de théâtre « La femme parfaite » écrite et jouée par Hélène Marquer et mise en scène par Jérémy Guérard, de la Compagnie Take Care. Divers stands d'information sont prévus et un goûter viendra clore la journée.

Garde d'enfants possible.

Inscriptions auprès des MDH avant le 11 octobre