



# 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**  
**Jeu**di : 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<sup>er</sup> et 3<sup>ème</sup> vendredis du mois de 14h à 16h

### Juriste de l'Adate (sur rendez-vous)

2<sup>ème</sup> mercredi du mois de 14h à 17h

### Animatrice PAGI (sans rendez-vous)

Tous les lundis matins de 9h à 12h

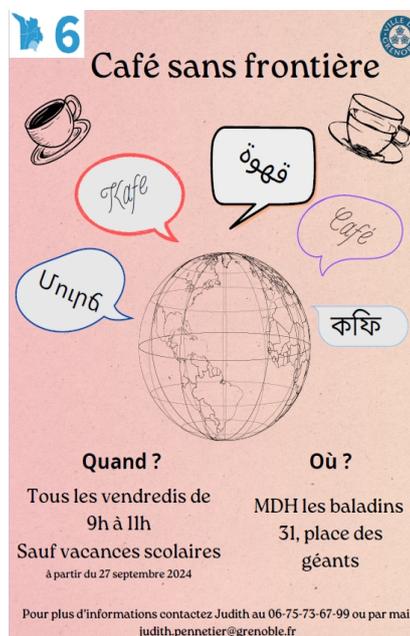
### Conseillère numérique (sur rendez-vous)

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 LUDOŒQUE 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 9H45  
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](mailto: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](mailto: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<sup>er</sup> 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<sup>er</sup> 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.

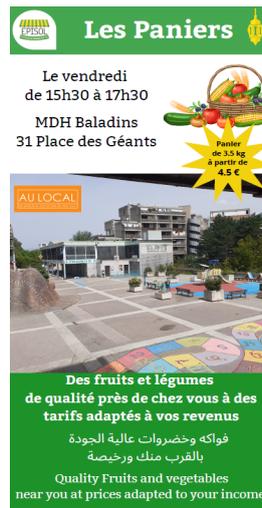
# SECTEUR 6 – Infos diverses



## 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**