



Secteur 4

Alliés • Alpins • Beauvert
Reyniès • Capuche
Grands-Boulevards
Exposition Bajatière



LA BRÈVE DE MAI 2024

Maison des Habitant-es CAPUCHE

58, rue de Stalingrad – 38100 Grenoble

Tel : 04 76 87 80 74 mdh.capuche@grenoble.fr

Ouverture du lundi au vendredi : 8h30-12h et 13h30-17h30. Fermeture le jeudi après-midi



En mai, faites ce qu'il vous plaît !
Tout un programme avant l'été

Venez découvrir le Fonds de Participation des Habitant-es !

Le **Fonds de Participation des Habitant-es (FPH)** est un dispositif d'aide financière, créé par la Ville de Grenoble permettant la réalisation de projets d'habitant-es en faveur de leurs quartiers. Les projets sont présentés puis votés par un comité d'attribution composé d'habitant-es du quartier. Venez découvrir le FPH ainsi que le rôle de membre du comité.

Paroles des membres du comité : *Je suis membre du comité du FPH...*
« Pour donner un avis sur les projets du secteur » *Josette*
« Pour soutenir des projets d'animation dans les quartiers » *Coline*
« Pour faire vivre les quartiers » *Laurette*

Et vous ? Que voulez-vous faire pour votre quartier ?
Vous hésitez à vous engager ?

Les membres du comité d'attribution vous invitent à assister à un Comité d'attribution du FPH
Jeudi 16 mai 2024 à 18h
à la MDH Capuche



Invitation à la Grande Ouverture!

La Grande Ouverture de la Correspondance, c'est un week-end de fête pour toutes et tous ! Pour les deux jours, un programme frais et local vous a été concocté, avec des DJ set, un concert, des spectacles mais aussi l'ouverture du Bivouak Café, entre autres !

Samedi 4 et dimanche 5 mai
30 bis, Avenue Marcelin Berthelot

Grande Ouverture
4-5 MAI
samedi 14:00 - 23:00
dimanche 14:00 - 20:00

Deux jours de **fête** à la découverte de la **Correspondance** !

Spectacles & Concerts
Cie CTC • Clowns Tisseuses et Cie • Les Filles de la Sœur • Portalegria • DJ Turbo Boom Boom

Jeux, Stand & Ateliers
Belledonne en Cirque • Big Bang Ballers • L'éléfân • C'Nous • Cultivons • El Sombra del Arte • Nikodem

Ouverture du Bivouak Café & petite restauration

Correspondance

30 bis Marcelin Berthelot, 38100 Grenoble
@correspondance.grenoble

Fermeture exceptionnelle
de la MDH Capuche
le vendredi 10 mai
toute la journée



RENCONTRER UN-E PROFESSIONNEL-LE

L'accueil pour :

Inscriptions à la restauration, à l'école, aux activités périscolaires, demande d'aide aux vacances, calcul de quotient familial pour la tarification solidaire TAG et Métro-vélo.

L'Aide Administrative

L'écrivaine publique sur RDV – Gratuit

Accompagne les personnes qui ont besoin d'aide pour comprendre ou rédiger un courrier, remplir un dossier, s'informer sur les droits ou les recours existants, prendre contact ou être orienté si besoin vers les administrations et les dispositifs.

Le conseiller numérique

Vous accompagne pour vos démarches en ligne, et vous aide à gérer votre messagerie, vos mots de passe, installer des applications...

Sans RDV – Lundi, mardi et jeudi : 8h30 - 12h

Avec RDV – Mercre. 8h30 – 12h et 13h30 – 17h30 / Ven. 8h30 – 12h

Les cours collectifs de l'Âge d'Or

Pour s'initier ou s'améliorer sur ordinateur ou tablette, pour naviguer sur Internet, intégrer les gestes de sécurité, communiquer avec ses proches, entretenir votre appareil, etc. A partir de 50 ans, le vendredi de 9h à 12h

Les ateliers socio-linguistiques 2023-2024

Gratuit – priorité aux habitants du secteur 4

Le budget

Le Pôle Inclusion Financière

Les vendredis - sur RDV – Gratuit

Contact : 04 76 69 46 26 pour plus d'informations

Campagne chèque énergie 2024

Le chèque énergie sera envoyé

dans les boîtes aux lettres à partir de mi-avril 2024.

Les conseillères du Pôle Inclusion Financière peuvent vous accompagner afin de vérifier vos droits, répondre à vos questions ou demander un recours. Contact au 04.76.69.46.26

Ou par mail : pf.energie@ccas-grenoble.fr

Plus d'informations sur <https://chequeenergie.gouv.fr>

Le juridique

Permanences avocat

2èmes et 4èmes mercredis du mois – sur RDV - Gratuit

Le conciliateur de justice

Mardi après-midi 1 semaine /2 – sur RDV – Gratuit

Le droit des étrangers avec l'ADATE

1^{er} mercredi du mois – sur RDV – Gratuit

L'emploi

Association Solidarités Nouvelles face au Chômage

Sur RDV – Gratuit - Faites-vous connaître à l'accueil

Correspondant jeunesse des secteurs 4 et 6

Accompagnement des 16-25 ans : séjours, chantier jeunes,

accompagnement BAF... Contact : 06 26 50 22 11

Le Relais Petite Enfance Capuche – Secteur 4

Vous êtes à la recherche d'un mode de garde, le Relais Petite Enfance Capuche peut vous accompagner : distribution de listes d'assistant-es maternel-les, démarches administratives, aides de la CAF...

Contact : accueil de la MDH - sur RDV uniquement

✉ rpe.cap@grenoble.fr

POSTE en ACCÈS LIBRE

Du lundi au vendredi, sur les horaires d'ouverture de la Maison Des Habitants

Besoin de consulter vos mails ?

Ou d'effectuer une démarche en ligne ?

Vous souhaitez faire des recherches sur Internet ?

Utilisez le poste informatique en accès libre de façon autonome !

Durée maximum 1 heure

Pas d'imprimante



Nouveau !

CONTACT UTILE - ESPACE PUBLIC

Contactez le Fil de la ville pour signaler un dysfonctionnement sur l'espace public (véhicule gênant, dépôts sauvages, tags, nettoyage des rues ou entretien des espaces verts, problème d'éclairage public...)

Par tél : 0 800 12 13 14 du lundi au vendredi de 8h à 18h

Appel gratuit depuis un poste fixe

ou Remplissez le formulaire en ligne sur :

<https://www.grenoble.fr/389>

Conseil Citoyen Indépendant

Le CCI4 c'est quoi ?

« Expression libre des habitant-es du secteur 4, force de proposition, mise en situation, concertation des habitant-es avec la collectivité locale. »

Voilà comment le CCI intervient sur des sujets tels que les aménagements urbains, la propreté, les nuisances, la végétation ou encore la vie sociale et culturelle.

Indépendant, il peut interpellier la Mairie.

Collectivement, il participe aux côtés de la Ville de Grenoble, à la réflexion en amont, puis au suivi des actions engagées sur le territoire.

Prochaine réunion du CCI4 : **Mardi 7 mai, à 18h30**

Salle Beauvert 24, avenue de la Grande Chartreuse

Contact : ☎ 06 63 74 19 96

✉ guy384868@gmail.com

✉ cci4@conseilscitoyensindependantsgrenoble.fr



POUR TOUS

LE TEMPS DU CAFÉ CAPUCHE

Les jeudis, de 9h à 10h30



PANIERS SOLIDAIRES avec EPISOL

Les lundis, de 16h30 à 18h30



Salle Beauvert – 24 avenue de la Grande Chartreuse

ATELIER MACRAMÉ au jardin pédagogique Beauvert

Mardi 14 mai, de 13h30 à 16h

Atelier découverte du macramé proposé par une habitante.

Gratuit, sur inscription. RDV à 13h à la MDH

SORTIE VÉLO sur les berges de l'Isère

Samedi 25 mai, de 9h à 11h



Venez faire une sortie vélo pour découvrir les berges de l'Isère.

Prêt de vélos (enfants et adultes) et mise à disposition de casques et gilets. RDV à 8h45 devant la MDH

Gratuit, sur inscription auprès de l'accueil.

GROUPE CULTURE

Lundi 13 mai, de 15h30 à 17h

Venez découvrir le groupe culture !

Ouvert à toutes et tous, le groupe culture se réunit une fois par mois, le lundi, pour choisir et ensuite aller ensemble voir des spectacles (MC2, Théâtre de Grenoble, La Rampe...)

Contact : Sofia BAZIN au 06 30 48 75 21 ou sofia.bazin@grenoble.fr

ACTIVITÉS SENIORS avec le PAGI

JEUX Animés par LSR (Loisirs et Solidarités des Retraités)

Les lundis 13 et 27 mai, de 14h30 à 17h

MARDI DES LOISIRS Sortie au Thé à coudre

Mardi 21 mai, de 11h à 16h

Sortie au Thé à coudre, le repas sera pris sur place, à vos frais.

Sur inscription auprès du PAGI

SORTIE DÉCOUVERTE à L'ARTHOTHÈQUE

Mardi 28 mai, à 9h30

Venez découvrir l'arthothèque et ses œuvres contemporaines, ses photographies et estampes. En groupe, nous sélectionnerons une thématique pour réaliser une exposition à la MDH Capuche.

RDV à 9h30 à la MDH

DANSE MÉTISS'

Du mercredi 15 mai au mercredi 03 juillet, de 9h à 10h

Il reste des places pour l'atelier Danse Métais ! Venez danser, bouger votre corps sur différentes musiques. Équilibre, émotions, et échanges sont au rendez-vous !

CAFÉ DES ÂGES INTERGÉNÉRATIONNEL

Jeudi 29 mai, de 14h30 à 16h30

Au Lycée Les Charmilles, 15 rue Montesquieu

Venez participer en petit groupe de 4/5 personnes accompagné de l'animatrice Médiha du PAGI au World Café pour échanger et discuter entre seniors et jeunes lycéens sur l'Économie solidaire.

Inscription auprès du PAGI. RDV à 14h15 à la MDH

En partenariat avec Alerte 38 – Pour le Bien Vieillir en Isère

FAMILLES

Rahèle Noureux-Germain – Référente Familles

Vous avez le projet de vous évader pendant les vacances scolaires ?



Il existe des dispositifs pour participer en groupe, en famille ou individuellement (via des structures de loisirs), à des temps de vacances adaptés aux envies et possibilités de chacun.e.

La référente famille est disponible pour vous informer et vous accompagner dans vos projets de vacances lors de rendez-vous individuels.

Contact : rahele.noureux-germain@grenoble.fr ou 07 72 20 59 13

MERCREDI C'SPORT

Mercredi 22 mai, de 14h30 à 16h30

au parc Pompidou

Activités sportives pour les enfants

Accès libre et gratuit



JEUX ET GOÛTER

Mercredi 29 mai, de 15h à 17h

au jardin pédagogique Beauvert

Jeux pédagogiques sur la découverte des fruits et des légumes de saison.

RDV à 14h à la MDH pour un départ collectif.

Gratuit, sur inscription auprès de Rahèle, Mazarine ou de l'accueil

LE CAFÉ DU MONDE

TOUS LES MARDIS, de 9h à 11h

Dans le cadre des ateliers sociolinguistiques, le Café du Monde accueille une vingtaine de personnes chaque mardi matin.

On y parle des différentes cultures, de l'accès aux droits, on part en visite ou on se réunit autour d'activités créatives, le tout en parlant Français ! Accès libre et gratuit



CAFÉ DU MONDE

Le registre Personnes Fragiles et Isolées

Mis en place en 2004, suite à la canicule 2003, le « **Registre Personnes Fragiles et Isolées** » a pour fonction de recenser les personnes fragiles et isolées afin qu'elles puissent bénéficier d'un service de veille téléphonique et d'alerte en cas de risques majeurs : plan canicule, plan grand froid, crise sanitaire notamment.

Peuvent s'inscrire sur ce Registre :

- les personnes de plus de 65 ans qui vivent à leur domicile
- les personnes de plus de 60 ans reconnues inaptes au travail
- les adultes en situation de handicap bénéficiant d'une allocation liée à leur handicap

2 modalités d'inscription possibles :

→ Par téléphone au : 04 76 69 45 45
du lundi au vendredi de 13h30 à 16h30

→ Par écrit en remplissant le document d'inscription disponible à l'accueil de la Maison Des Habitants Capuche et au PAGI et/ou sur la plaquette d'informations téléchargeable sur le site internet : www.grenoble.fr et à envoyer :

- par voie postale à :

Centre Communal Camille Claudel
Registre-DASPA
47 avenue Marcelin Berthelot
38100 Grenoble

- par mail à : registre.daspa@ccas-grenoble.fr



**POUR GARDER
LE SOURIRE**

A PROXIMITÉ DE CHEZ VOUS

La Bifurk 2, rue Gustave Flaubert

La Papoterie, salle Terra Nostra

Tous les mercredis, de 14h à 16h

La Papoterie, c'est un moment de convivialité, des animations proposées gratuitement, un espace de travail calme... Jeux et lectures, ciné goûter, initiation percussion, atelier jardinage...

Bifurk-café

Du mardi au vendredi, de 17h à 22h

Café associatif de la Bifurk, le Bifurk-café vous propose une offre de boissons et de petite restauration, avec pour chaque ouverture une animation gratuite !

Vide-greniers du printemps de la Bifurk

Dimanche 05 mai, de 9h à 18h

Venez chiner et trouver de bonnes affaires lors du vide-greniers du printemps de la Bifurk ! Buvette et petite restauration sur place.

Marché Flaubert, local & solidaire

Vendredis 10 et 24 mai, de 16h30 à 19h30

Retrouvez une dizaine de producteurs locaux (pain, fromage, viande, légumes, fruits) avec tarification solidaire !

En partenariat avec Cultivons !



Union de quartier Foch - Aigle - Libération

15, cours de la Libération et du Général de Gaulle

Vide-greniers du Boulevard Foch

Samedi 25 mai, de 8h à 18h

CIMME (Centre d'insertion par les métiers de la montagne)

La CORRESPONDANCE 30 bis, avenue Marcelin Berthelot

Réunion d'information collective

Parcours « Découverte des métiers de la montagne et de l'environnement »

Lundi 13 mai, à 10h30

Vous vous posez des questions sur votre avenir professionnel et vous souhaitez découvrir des métiers liés à la montagne et à l'environnement ? Participez à notre réunion d'information collective du 13 mai pour en savoir plus !

Public : 16-30 ans

Pour toutes questions : contact@etre-isere.fr ou au 06 58 35 52 46.

EAJE La Voie Lactée, 60 rue de Stalingrad

Inauguration des locaux réhabilités

Jeudi 16 mai, à 16h

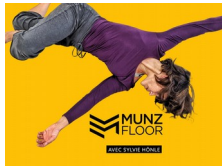
Le Pacifique CDCN, 30, chemin des Alpines

Samedi somatique : MUNZ FLOOR® avec Sylvie Hönle

Samedi 25 mai, de 10h à 13h

Allongé-es au sol vous découvrirez les mouvements spiralés de la méthode MUNZ FLOOR®.

Une méthode d'entraînement respectueuse du corps, ouverte à toutes et tous.



PIROUETTE, à la MJC Lucie Aubrac

56, rue Général Ferrié

Lieu d'accueil enfants parents

Les lundis, mardis, jeudis et vendredis, de 9h à 12h

(sauf vacances scolaires)

Tranche d'âge : 0 - 4 ans

Un lieu où les adultes peuvent jouer avec les enfants, échanger avec d'autres parents, se « poser ». Un lieu où les petits jouent, se rencontrent... dans la proximité rassurante de leurs parents.

Prix libre, sans inscription



Big Bang Ballers, à La Correspondance

30 bis, avenue Marcelin Berthelot

Big Bang Park

Tous les mercredis, de 14h à 16h30

Animation multi-activités sportives. Petits ou grands, venez jouer au basket, apprendre à jongler ou faire une partie de molyk avec nous à la Correspondance. Activités gratuites ouvertes à tous.tes dans une ambiance conviviale.



Cultivons ! et le Bar Radis 15, rue Gustave Flaubert

Atelier cuisine : plantes sauvages comestibles

Mercredi 22 mai, de 15h à 17h

Gratuit, sur inscription.

Accueil bénévoles

Mercredi 29 mai, de 18h à 19h

Vous êtes intéressés pour faire du bénévolat au Bar Radis ? Vous avez des questions à ce propos ? Venez échanger autour d'un verre !

Plus d'infos sur lebarradis.fr/programmation



Résidence Autonomie les Alpines

2, rue du Lieutenant Chabal

« L'importance de laisser une trace »

avec **Stephan réalisateur**

Lundi 06 mai, à 15h

Échangeons autour de ce thème un peu particulier mais tellement important lorsque nous perdons quelqu'un... Quelle trace laissons-nous à nos êtres chers ?

Loto des Beaux Jours

Jeudi 16 mai, à 15h30

Après-midi avec nos résidents toujours contents de partager avec les habitants extérieurs !

Les 48h de l'Agriculture Urbaine

Du vendredi 24 mai au dimanche 26 mai

Au Bar Radis, à la Bifurk et sur toute la métropole

Le festival des 48h de l'agriculture urbaine, c'est une multitude d'événements participatifs organisés par des structures locales dans de nombreuses villes. L'objectif ? Faire découvrir l'agriculture urbaine à toutes et tous !

Plus d'informations sur <https://www.les48h.com/villes/grenoble/>

Association Les Alpines en action

10 rue René Lesage

Le goûter partagé, le mardi de 15h30 à 16h

Le Café des parents, le mercredi de 9h à 11h

Inscriptions à sally38@free.fr. Participation de 0,50€

Activités hors vacances scolaires

Association la MADRE

La CORRESPONDANCE, 30 bis, avenue Marcelin Berthelot

Apéro-débat « Vie et mort d'un smartphone : le cycle des métaux »

Mercredi 22 mai, à 18h