

LES PERMANENCES

Écrivaine publique sur rdv

Le lundi après-midi 14h-18h
Le mardi après-midi 14h- 17h30
Le jeudi matin 9h00 - 12h00

Référente familles

Sur Rdv

Agente de développement local

Sur Rdv

Avocat conseil

1^{er} et 3 lundis de chaque mois sur rdv

Avocat droits des étrangers

Le 2^e jeudi du mois de 10h à 12h

CIDFF (Centre d'information sur les droits des femmes et des familles)

Permanence le 3^eème jeudi du mois sur RDV

Conciliation de justice :

2 fois par mois sur RDV

Pôle Inclusion Financière : (crédits, endettement)

Permanence le lundi et mercredi matin
sur Rdv

Confédération syndicale des familles (CSF)

1 vendredi sur 2 de 9h30 à 11h

Médiatrice Paire en Santé

Permanence sans RDV le jeudi matin

Psychologue - Lieu d'Écoute et de parole

Lundi, mardi matin sur RDV

Service Social Personnes Agées Secrétariat

Accueil téléphonique :
Lundi de 9h à 12h et de 13h30 à 18h
Mardi, jeudi et vendredi de 9h à 12h
Mercredi de 9h à 12h et de 13h30 à 16h
Accueil physique :
Mardi et jeudi de 9h à 12h sans RDV
Tel : 04 76 25 22 58
Mail : sspamalteis@ccas-grenoble.fr

Protection Maternelle et Infantile Puéricultrice et Médecin PMI du SLS

Prendre contact avec le SLS Grenoble Est,
37 rue Moyrand ou par tel : 04 57 38 46 00

Planning Familial

Conseillère conjugale et familiale et Consultation de gynécologie

Sur RDV au 04 76 43 13 76

EXPOSITION DE PEINTURE PAR ALEX SILVA

Du 23 mai au 12 juin

Vernissage

Le jeudi 23 mai à 18h



Au programme :

- Visite de l'exposition
- Concert musique Latino- américaine avec Alex Silva / Milu Bustamente
- Pot convivial

LA LUDOTHÈQUE

Venez jouer et emprunter des jeux à la maison !

Pour la semaine avec moins d'écrans

Atelier et discussion : Mercredi 15 mai 15h/17h
atelier création de jeux de société et atelier parents avec l'association Pangolin.

- **Atelier musique spécial 0-3 ans** : Jeudi 16 mai à 9h30.

Sur inscription

- **Atelier jardinage** : le 22 mai
pendant la ludothèque de 15h à 17h



- **Atelier sophrologie** : 29 mai/ 5 juin/ 12 juin
pendant la ludothèque de 15h30 à 17h30

En duo parent/enfant sur inscription



Les cuisines du cœur

Pour une distribution de repas
chauds gratuits

**Place Salvador
Allende**



**Mardi 14 mai
À partir de 18h**

Culture

Commission de programmation
des concerts de l'été : choisissez
les concerts que vous verrez cet
été avec la Bobine !

Prochaine rencontre
le 16 mai à 17h à la Bobine
Sur inscription



Information

En raison du pont l'ascension, la MDH sera fermée le
vendredi 10 mai.

LES RENDEZ-VOUS RÉGULIERS

Les paniers solidaires

Renseignements et inscriptions auprès de l'accueil

Le pôle informatique

Apprendre à faire vos démarches administratives sur internet, consulter vos dossiers, imprimer un document, une attestation CAF, Pôle Emploi, etc.

Des sessions d'initiation à l'informatique

Voir médiateurs et médiatrices numériques

En accès libre

Lundi de 9h à 12h

Mardi de 14h à 17h

Jeudi et Vendredi de 9h à 12h.

Démarches administratives

Lundi de 14h à 17h sur RDV

L'informatique pour les seniors

Avec « L'ÂGE d'OR »

Un accompagnement pour apprendre à votre rythme, en petits groupes de différents niveaux le mardi de 9h à 12h et le mercredi de 14h à 17h. Inscriptions au 04 76 09 54 86

L'accompagnement à la scolarité

La MDH propose un accompagnement individualisé, pour les enfants et leurs familles du quartier, effectué par des bénévoles, 1h par semaine dans nos locaux.

La Ludothèque

Ouverture hors vacances scolaires :

Lundi 16h30 -18h30

Mercredi 15h-17h

Vendredi 9h30-11h30

Les ateliers socio linguistiques

Inscription sur RDV

Oral et écrit mardi et vendredi de 9h à 11h :

groupe débutant et groupe intermédiaire

Oral et écrit lundi de 14h à 16h : groupe avancé

Écrit débutant le vendredi de 14h à 16h

ASL école le mardi de 14h à 15h30

Inscription sur RDV à l'accueil de la MDH.

Fonds de participation des habitants :

Vous avez un projet pour faire vivre votre quartier mais vous ne savez pas comment le financer ? Tous les mois, un comité d'attribution composé d'habitants du secteur se réunit et décide des projets qui peuvent être soutenus à hauteur de 800 euros. Prendre RDV avec l'Agente de développement local pour évoquer votre projet.

Les ateliers d'habitants :

Divers ateliers entre habitants ont lieu à la MDH (échanges de savoirs et de compétences)

Information et inscription à l'accueil de la MDH

Actions au féminin

Un collectif de femmes se réunit tous les 15 jours pour mettre en place différents projets. Renseignements à l'accueil de la MDH.

Solidarithèque (Espace de gratuité)

C'est un espace où chacun peut venir déposer ou prendre des vêtements, des jouets.

Venez librement aux horaires d'ouverture.

Culture

Tous au spectacle !

Vous souhaitez participer au Collectif Culture de la MDH et choisir les nouveaux spectacles de la saison 2024-2025 de la MC2, venez le

Mardi 21 mai à 14h30



Lecture à voix haute

Par l'association Bouquins Sans Frontières

Sur le thème des Écrivains Randonneurs

Mercredi 29 mai à 14h30

À l'EPA Malherbe



Infos PAGI Secteur 5

EPA Malherbe, 4 bis rue Ninon Vallin

- tel : 04 76 25 49 93

- **Ouverture EPA** : le vendredi 10 mai de 9h00 à 17h00
- **Atelier de pâtisserie** : mercredi 22/05: 14h à 17h. Sur inscription (EPA), gratuit
- **Le restaurant** : à midi, du lundi au vendredi: repas des Ch'tis, jeudi 16 mai
- **Les Jeux de société** : les après-midi 14h-17h: gratuit
- **Scrabble en duplicate** : le 1^{er} vendredi du mois, soit le 3 mai (à partir de 13h30): gratuit, sans inscription
- **Pétanque** : les après-midi 14h-16h: gratuit
- **« Remue-Méninges »** : lundi 14h-16h: gratuit
- **Petit déjeuner** : les mercredis de 9h à 10h30
- **"Sortons ensemble"**: sorties prévues courant mai, cinéma musée, bowling
- **Atelier chant**: les mardis après-midi, 14h
- **Jeu de tarot** : les jeudis de 14h à 17h

Horaires d'ouverture de la MDH :

Lundi de 8h45 à 12H15 et de 13h30 à 18h30

Mardi, mercredi de 8h45 à 12H15 et de 13h30 à 17h30

Jeudi de 8h45 à 12H15

Vendredi 8h45 à 12H15 et de 13h30 à 17h

