

## Ateliers hebdomadaires

### Café & Jardin

Tous les jeudis, de 8h45 à 11h30



### Atelier créatif solidaire

Tous les jeudis hors vacances scolaires, de 14h à 16h30



### Temps famille

Tous les mercredis, de 16h à 18h



### Distribution de paniers fruits & légumes

Tous les mercredis, de 17h à 19h

avec la coopérative "L'EQUYTABLE"



### Permanences vie quotidienne

#### Rendez-vous individuel et ponctuel

pour réaliser des démarches administratives



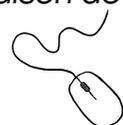
Tous les lundis, de 9h à 12h

Sur rendez-vous auprès de l'accueil

### Borne informatique

Accès à un ordinateur et à une imprimante pour réaliser des démarches administratives

Aux horaires d'ouverture de la Maison de quartier, sans rendez-vous



## Actions familles

sur inscription

Sortie Grotte de Chalais & Bassin de la Grotte

**COMPLET**

Samedi 7 juin 9h-18h :

Ouvert à tous / Tarif selon QF



Les mercredis entre 16h et 18h

- **4 juin** : atelier sur la nature et les émotions, à partir de 3 ans. **Rdv 16h Parc Jo Blanchon**
- **25 juin** : Temps d'information et d'échange sur la propreté dès 0-3 ans



## ça pétille en famille !

Mercredi 11 juin 14h-19h : jeux pour les petits, jeux vidéo, spectacle à 16h30, conférence sur l'adolescence à 18h, buvette, etc



La maison de quartier sera fermée le lundi 9 juin

## Actions adultes

sur inscription

Mon quotidien demain

Lundi 2 juin 14h-18h : atelier lacto-fermentation, à l'espace E. Triolet



Ateliers cuisine et repas

Vendredi 6 juin 12h-14h : repas partagé  
Vendredi 20 juin 9h30-13h : atelier cuisine  
tarif selon QF



### matinée bien être

Samedi 14 juin 9h-12h :

9h30 : découverte et création de tisanes  
10h30 : yoga (ouvert aux débutant.e.s)  
jeux pour les enfants toute la matinée



Atelier co-réparation de vélos

Mercredi 25 juin 16h-19h : Venez apprendre à réparer vous-même votre vélo !



Atelier écogestes

Jeudi 26 juin 9h-11h :

Alimentation - consommer moins cher  
Sur le temps du café jardin

isère  
LE DÉPARTEMENT

