

## Ateliers hebdomadaires

### Café & Jardin

Tous les jeudis, de 8h45 à 11h30



### Atelier créatif solidaire

Tous les jeudis, 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

### Les mercredis entre 16h et 18h

- **3 juin** : temps d'échanges et jeux autour de la santé, avec une sage femme du centre de santé sexuelle 
- **10 juin** : Fresque créative autour des écrans et jeux 
- **17 juin** : Zumba & yoga enfants / parents avec une bénévole 
- **24 juin** : Initiation à la chorale avec une intervenante puis jeux de société en autonomie 



**Samedi 6 juin 9h30-18h** : Sortie au musée de l'eau à Pont-en-Royans.  
Sur inscription, payant selon QF (0-7€)

**Mercredi 24 juin 17h30 - 19h** : temps d'échange entre parents sur la propreté des 0-3 ans 

**Mardi 2 juin de 17h30-19h** : Temps d'échange parents d'enfant 0-6 mois - sur inscription.

**La maison de quartier sera fermée le vendredi 12/06**

## Actions tout public

**Lundi 1er juin 13h30-17h** à l'espace 

**Elsa Triolet** : "Mon quotidien demain" : atelier **fabrication de moustiquaires** pour fenêtres, gratuit sur inscription.

### Atelier co-réparation vélo



**Mercredis 3 et 17 juin de 16h à 18h30**

apprendre à réparer son vélo, conseils et pièces de rechange fournis, gratuit.

### Formation gestes qui sauvent



**Mercredi 17 juin 14h-16h** : adultes et enfants à partir de 10 ans, présence d'un parent obligatoire. Sur inscription.

**Mercredi 24 juin à 14h,**

sortie au cinéma

"Rue Malagà" à **Mon ciné + temps d'échanges**

Sur inscription, 2€



## Ateliers cuisine et repas

sur inscription

- **Vendredi 19 juin 9h30-14h** : atelier cuisine et repas d'Amérique du Sud, avec une bénévole. **Tarif selon QF 0-3€**
- **Vendredi 26 juin 12h-14h** : repas partagé : apportez votre spécialité ou un plat à partager !

