

SOMMAIRE

Enfance	
Accueil de loisirs - Mini camps été	4
Conseil Municipal d'Enfants (CME)	5
Garderie Périscolaire - Restauration collective	6
CLAS	7
RARE	8
Académies	
Académies des Sports et des Arts	9-10
Arobase	11-12-13-14
Jeunesse	
PIAJ 11-17 ans - PIAJ vacances scolaires	15
Mini-camps hiver et été	16
Chantiers éducatifs - Point E.C.O.	17
Conseil de Jeunes (CJ)	18
Adultes / Familles	
Ateliers Parents Ressources - Accueil Parents/Enfants ...	19
Ce soir, je sors mes parents	
Sorties Loisirs - Vacances créatives	20
Récré Ludo - Récré Cuisto - Ateliers	21
Tableau des activités	22
Bulle d'éveil - Sophrologie - Yoga	23
Gym'Adulte - Gym Prévention - Self Defense	24
Ateliers créatifs - Anglais - Apprentissage du Français ...	25
Danse en ligne - Café Chansons - Stages	26
Participation des habitants	27
Actions solidaires	28
Infos pratiques	
Grands évènements	29
Services aux habitants	30
Horaires d'ouverture à l'année	31



Après des mois marqués par une crise sanitaire sans précédent qui a bouleversé nos habitudes de vie, de travail, de relations humaines et de vie sociale, il faut nous habituer à vivre avec de nouvelles contraintes liées au covid-19 pour une période dont nous ignorons la durée.

L'année 2020 a vu la mise en place d'une nouvelle équipe Municipale et se terminera par le bilan des 2 ans du Projet Social contractualisé avec la Caisse d'Allocation Familiale de l'Isère pour l'agrément de l'équipement 2019-2022.

La **Maison des Habitants** est un espace de vie sociale et d'échanges pour les Saint-Quentinois de tout statut ou tout âge. A chaque étape de la vie, de l'enfance à l'âge adulte, les habitants de la commune bénéficient d'une large gamme d'activités éducatives, sportives et culturelles.

Le service et les élus délégués sur ce secteur, souhaitent faciliter les échanges intergénérationnels et l'accès aux loisirs pour tous, toute l'année. Ils sont à votre écoute afin que vos initiatives et vos idées nourrissent le projet de cet équipement. Un lieu qui a pour vocation de permettre aux St-Quentinois de se rencontrer, d'organiser des évènements afin de se retrouver pour partager des moments, échanger et créer des liens.

Notre objectif est de favoriser le développement des actions de prévention et d'information à destination des jeunes, ou sur des thématiques en lien avec la vie quotidienne et la parentalité, en partenariat avec les associations et autres acteurs du territoire (Relais emploi, Collège, Professionnels de santé...).

La mission de l'équipe en responsabilité de cet équipement municipal est d'être à l'écoute des initiatives proposées par les habitants usagers de la ville, pour concrétiser les projets, soit dans les locaux mis à disposition, soit dans divers lieux de la commune. De belles actions ont émergé de ces rencontres telles que le « Salon de l'art de la récupération et du fil » qui connaîtra sa troisième édition fin 2020 et la mise en place des « Académies des arts et des sports ».

Nous vous invitons donc à faire de cet espace de vie, le vôtre et à participer activement à ces nombreuses animations et instances comme le Comité Habitants.

**Le Maire, Michel Bacconnier,
L'Adjointe au développement social, Andrée Lignonnet**

ENFANCE

ACCUEIL DE LOISIRS 3-11 ANS

L'accueil de loisirs propose aux enfants des activités ludiques : manuelles, sportives ou culturelles qui leur permettent de s'épanouir et se distraire. Un temps où les enfants expriment des besoins et des envies, un lieu où l'on peut vivre et être acteur de ses loisirs. (cf. *Projet pédagogique de la structure disponible au Centre de l'Enfance*).

■ Inscription en journée avec repas de 8h à 18h ou en demi-journée matin ou après-midi avec ou sans repas. Une navette pour le quartier des Moines est assurée le matin et le soir.

■ Les mercredis

■ Les petites et les grandes vacances : inscription 4 jours obligatoires minimum sur la semaine au choix des parents

■ Tarif au quotient familial à partir de 1.45€ la demi-journée. Repas à partir de 1.83€.

Dates d'inscriptions pour les vacances : voir mémo



MINI CAMPS DANS LE CADRE DE L'ALSH POUR LES PLUS DE 8 ANS

Des mini-camps destinés à l'ensemble des enfants de la commune à partir de 8 ans, fréquentant l'ALSH, sont organisés pendant les vacances d'hiver et d'été. (cf règlement et projet pédagogique 3-11 ans)

Été : inscription minimum d'une semaine à l'ALSH 3-11 ans et possibilité d'utiliser les bons VACAF.

Tarif en fonction du quotient familial et de la destination.

Dates d'inscriptions : voir mémo

ENFANCE

CONSEIL MUNICIPAL D'ENFANTS (CME)



Les 29 enfants élus, âgés de 10 à 12 ans, mènent des actions citoyennes et participent aux événements de la ville de Saint-Quentin-Fallavier.

Ils se consacrent à diverses thématiques : prévention-sécurité, solidarité, animation et équipement. Une large part d'activités culturelles leur est également proposée.

Ils mettent en œuvre des projets qui leur tiennent à cœur et qui concernent tous les habitants.



**CONSEIL MUNICIPAL D'ENFANTS
2019-2021**

ENFANCE

GARDERIE PÉRISCOLAIRE

Un service de garderie périscolaire est proposé sur inscription aux enfants des écoles publiques de la commune.

Les horaires : lundi, mardi, jeudi et vendredi de 7h30 à 8h20 et de 16h30 à 18h30.

(La commune se réserve le droit de modifier ou annuler les conditions d'accueil, notamment sur certains ponts ou les jours de grève.)

Un service de garderie périscolaire gratuit de 15 minutes maximum à 11h30 et à 16h30 est proposé à l'école élémentaire des Tilleuls pour les familles ayant également des enfants à la maternelle Bellevue. Les familles concernées pourront s'inscrire auprès du service Éducation.

RESTAURATION COLLECTIVE

Un service de restauration collective est proposé sur inscription aux enfants des écoles de la commune. La restauration collective prépare depuis plusieurs années des menus sains et équilibrés cuisinés sur place avec des produits frais.

Tarif au quotient familial (dont ULIS) à partir de 2.77€

Tarif unique pour les extérieurs : 6.25€

(Le tarif appliqué prend en compte le repas et deux heures de surveillance)

Repas occasionnels possibles (cf le règlement intérieur).

Tarif du ticket : 5.28€

TABLEAU DES LIEUX DES GARDERIES PÉRISCOLAIRES

Enfants scolarisés à :	Matin et soir
L'école maternelle des Marronniers	Maternelle Marronniers 04 74 99 18 45
L'école maternelle Bellevue	Maternelle Bellevue 04 74 94 09 81
L'école élémentaire des Tilleuls	Centre de l'Enfance 04 74 95 39 24
L'école élémentaire des Marronniers	Elémentaire Marronniers 04 74 94 45 13
L'école primaire Les Moines	Groupe scolaire des Moines 04 74 82 44 93

Tarif au quotient familial à partir de 0.27€ l'heure

ENFANCE

ACCOMPAGNEMENT A LA SCOLARITÉ (CLAS)

La Maison des Habitants propose aux enfants et aux jeunes collégiens une aide méthodologique, organisationnelle ainsi que des apports culturels, en complémentarité et partenariat avec l'école et les familles. Ces deux champs d'intervention, à vocation éducative, contribuent à l'épanouissement personnel de l'élève.

Quelques objectifs du CLAS :

- Soutenir et accompagner les parents dans leur rôle éducatif
- Favoriser le lien entre les familles et l'école
- Fournir aux enfants des méthodes et des approches susceptibles de faciliter l'acquisition des savoirs
- Élargir les centres d'intérêt des enfants et promouvoir leur apprentissage à la citoyenneté
- Valoriser les acquis afin de renforcer leur autonomie
- Soutenir les parents dans le suivi scolaire de leurs enfants.

Des projets sont mis en place et finalisés par une sortie en lien avec la thématique choisie.

► Le CLAS élémentaire est ouvert 2 soirs par semaine de 16h30 à 18h30 à partir du 5 octobre 2020.

2 lieux d'accueil :

- Au Centre de l'Enfance, pour les enfants scolarisés au village (lundi et vendredi)
- Au Nymphéa, pour les enfants scolarisés sur le quartier des Moines (mardi et jeudi)

► Le CLAS Collège est ouvert le lundi, mardi, jeudi et vendredi de 16h15 à 18h30 à partir du 5 octobre 2020.
2 temps d'accueil suivant l'heure de fin de cours : 16h15 ou 17h15

Inscription à l'année, 2 séances obligatoires par semaine

- Au Local Jeunes les lundi et mardi
- Au Centre de l'Enfance (salle du haut) les jeudi et vendredi

Tarif au quotient familial : la séance de 2h à partir de 0,66€



ENFANCE

RÉSEAU D'ACTEURS POUR LA RÉUSSITE ÉDUCATIVE (RARE)

Le RARE, Réseau d'Acteurs pour la Réussite Éducative, concerne les enfants/adolescents de 2 à 16 ans qui rencontrent des fragilités pouvant conduire à des difficultés scolaires. Un travail partenarial s'établit avec les professionnels de santé, ceux de l'éducation, éventuellement d'autres partenaires.

Un accompagnement peut être mis en place en accord avec les parents. Il permet de trouver une solution adaptée et de soutenir les familles dans leur démarche et dans le lien avec les écoles et le collège.

En fonction des problématiques repérées, des projets collectifs sont mis en place et proposés aux élèves ou aux familles sur des thématiques variées.



Pour exemple, les « *Café-discussion* » ouverts à tous, sans inscription, sont organisés au rythme de quatre par an (tracts distribués au sein des écoles).

Par ailleurs, des Accueils Cafés sont organisés au sein des écoles, en lien avec les directeurs.

>>> Contact : celine.sibarita@st-quentin-fallavier.fr
06 32 94 93 25

ACADÉMIES DES SPORTS ET DES ARTS

La Maison des Habitants propose des Académies des Sports et des Arts accessibles à tous, elles ont pour enjeux :

- De favoriser l'accès à la pratique sportive et à la culture.
- De proposer des activités adaptées aux besoins de développement de l'enfant.
- De suivre et accompagner le parcours sportif et culturel du jeune st-quentinois.

ACADÉMIES DES SPORTS

> *Eveil sportif 3/6 ans*

Grâce à des jeux pré-sportifs et variés, l'enfant développe ses capacités et aptitudes motrices.

Tarif annuel au quotient familial à partir de 20€

Au Centre de l'Enfance

Mardi de 16h45 à 18h pour les 5-6 ans

Jedi de 16h45 à 18h pour les 3-4 ans **NOUVEAU JOUR**



> *Cycle Multisports 6/11 ans*

Découvrir et s'initier à différentes activités sportives durant la saison (au moins 5 activités sportives : sports collectifs, sports d'expression, sports d'opposition, sports de pleine nature...)

Tarif annuel au quotient familial à partir de 21.00€

Au Gymnase du Loup

Le mercredi 9h30-11h30 (à 11h30 : possibilité d'accompagnement jusqu'à l'Accueil de Loisirs au Centre de l'Enfance par les animateurs)

> *Section Unisport 10/13 ans*

Motiver l'enfant sur une activité de son choix où il se perfectionne techniquement en lien avec le club local.

Tarif annuel au quotient familial à partir de 21.00€

- *Zumba – Nymphéa*

Jedi de 17h45 à 19h15

- *Palmes et sauvetage – Piscine Bellevue*

Mercredi de 17h30 à 19h

(en partenariat avec le CNPI)

- *Équitation – Centre équestre des Allinges*

Jedi de 17h à 19h

(En partenariat avec le Galop des Allinges, coupure en hiver)

ACADÉMIES DES SPORTS ET DES ARTS

ACADÉMIES DES ARTS

► Palette des arts 6/11 ans

Découvrir et s'initier à différentes activités artistiques et culturelles durant l'année scolaire (au moins 5 arts : Théâtre, Art visuel, Photographie, Percussions, Danse et Cirque).
Tarif annuel au quotient familial à partir de 21€

Samedi de 9h30 à 11h30 à l'Espace Culturel George Sand

► Section artistique 10/13 ans

Motiver l'enfant sur une activité de son choix où il se perfectionne techniquement (partenariat avec le service culturel).
Tarif annuel au quotient familial à partir de 21€

- **Théâtre** - Espace Culturel George Sand
Lundi 18h00 à 19h30

- **Percussions et danse africaine** - Nymphéa
Lundi 17h30 à 19h

- **Street dance** - Gymnase du Loup
Jeudi 17h30 à 19h00



Les Académies des Arts et des Sports débutent à partir de la semaine 38 et se terminent la semaine 25 de 2021 (hors vacances scolaires).

Sur les différentes structures de la commune : Gymnase du Loup, Espace Culturel G.Sand, Centre de l'Enfance, Nymphéa, etc.
Inscription à l'année selon le Quotient Familial.

Certificat médical obligatoire à l'inscription pour toutes les activités physiques, y compris le cirque et la danse pour l'Académie des Arts. Valable 3 ans, il doit être daté au-delà de juin 2018.

Début des inscriptions : mardi 01/09/20 à 13h30 pour les St-Quentinois, mercredi 02/09/20 Nymphéa toute la journée uniquement (présence au Forum des associations vendredi 4/09/20 de 17h à 20h30 : inscriptions ouvertes à tous)

AROBASE

L'espace multimédia l'Arobase propose à chacun l'accès libre aux outils numériques ainsi que des ateliers multimédias hebdomadaires et des stages thématiques ponctuels tout au long de l'année.

Quels que soient votre âge et votre statut, à l'Arobase, il est possible de :

- Réaliser des travaux de bureautique (*traitement de textes, feuilles de calculs, mise en page, etc.*)
- Rechercher et consulter des informations sur internet
- Communiquer par internet
- Effectuer des démarches administratives numériques
- S'initier et se perfectionner (*voir ateliers proposés*)
- Découvrir de nouvelles activités multimédias (*voir ateliers proposés*)

L'espace comporte :

- Une dizaine de postes informatiques sous environnement Windows
- Une connexion fibre optique
- Une imprimante multifonctions laser couleurs



■ Atelier d'initiation

A destination des adultes débutants, ces ateliers s'inscrivent dans une logique de réduction de la fracture numérique. On y aborde les notions élémentaires telles que le maniement de la souris et du clavier, la navigation sur internet, la découverte de Windows, l'utilisation d'un smartphone ou d'une tablette, etc.

Temps d'accueil : lundi de 10h00 à 11h30 (groupe 1) et vendredi de 14h30 à 16h00 (groupe 2)

Tarif annuel au quotient familial à partir de 15€

■ Atelier de perfectionnement

Cet atelier est proposé aux habitants qui ont déjà suivi un atelier d'initiation ou qui sont un peu plus à l'aise avec les outils numériques. On y approfondit des notions plus techniques comme la sécurité sur le web, les différents types de fichiers, le Wi-Fi, les réseaux sociaux, etc. On y apprend l'utilisation des logiciels plus complexes comme le tableur et les outils de traitement de l'image (retouche photo de base).

Temps d'accueil : mercredi de 10h à 11h30

Tarif annuel au quotient familial à partir de 15€

AROBASE

■ Atelier Création Multimédia **NOUVEAU**

Proposé aux adultes qui souhaitent développer leur fibre artistique, cet atelier est pensé comme un temps de loisirs créatifs numériques. Sa difficulté est progressive : du niveau débutant à intermédiaire. De la réalisation de cartes de vœux originales à l'élaboration de photomontages, le maître-mot de cet atelier demeure la créativité.

Temps d'accueil : vendredi de 10h à 11h30

Tarif annuel au quotient familial à partir de 15€

■ Atelier Photo

Cet atelier permet à chacun de s'initier à la photographie. On y apprend les rudiments de la prise de vue et les bases de la retouche photo. En fonction des intervenants, différents aspects de la photographie seront abordés : du paysage au photo-graphisme en passant par le portrait artistique.

Temps d'accueil : lundi de 14h30 à 16h00

Tarif annuel au quotient familial à partir de 15€

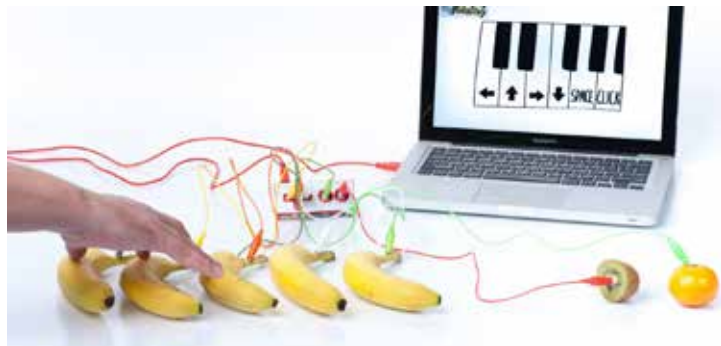
NOUVEAU

■ Atelier Créa'code

A destination des jeunes à partir de 11 ans, cet atelier permet un apprentissage progressif du code (programmation informatique). A l'aide d'outils tels que Scratch, Arduino ou Makey Makey, les jeunes apprendront les bases du code en s'amusant, en créant des mini-jeux ou en programmant des robots.

Temps d'accueil : lundi de 17h15 à 18h45

Tarif annuel au quotient familial à partir de 7.5€



AROBASE

■ Atelier Jeu vidéo

Conçu pour les jeunes à partir de 11 ans (mais pas que !), cet atelier s'articule autour du jeu vidéo (console et PC). On y joue à Minecraft, à des jeux en réalité virtuelle et à bien d'autres. Des séances rétro-gaming parents-enfants et des mini-tournois peuvent être organisés (par les adhérents eux-mêmes) en fonction du nombre de participants.

Temps d'accueil : jeudi de 17h15 à 18h45

Tarif annuel au quotient familial à partir de 7.5 €



■ Stages thématiques

Organisés tout au long de l'année en fonction des demandes des habitants, ces stages tout public de courte durée (2 à 8 séances d'1h30) sont destinés à former les usagers à une pratique numérique particulière ou sur un logiciel bien précis.

Exemples de stage :

- > Concevoir et animer un diaporama photo avec PowerPoint »
- > Créer et utiliser une adresse électronique personnelle »
- > Maîtriser son navigateur web »

Temps d'accueil : les stages peuvent être organisés le mardi et le jeudi de 10h à 11h30 ainsi que le mardi et le mercredi de 14h15 à 15h45

Tarif 2€ la séance

Relais Emploi

Présence avec un groupe d'usagers 1 fois par mois à l'Arobase ou au Nymphéa.

>>> Tél : 04 74 94 14 19

Courriel : arobase@st-quentin-fallavier.fr

AROBASE

Accès libre

Afin de réduire la fracture numérique et de favoriser l'accès à l'autonomie, l'Arobase met son équipement (postes informatiques, accès internet et photocopie/impression) à disposition de ses adhérents. Sur ces temps en accès libre, les usagers peuvent être en totale autonomie ou bénéficier de l'accompagnement des animateurs.

Les usagers ont le choix entre un tarif horaire et un abonnement individuel annuel. Les mineurs doivent avoir l'autorisation écrite de l'un de leurs parents pour pouvoir s'inscrire. Les enfants de moins de 13 ans ne peuvent pas accéder à l'espace sans être accompagnés d'un parent, ils ne peuvent donc pas s'abonner ni acheter de ticket horaire seul.

Temps d'accueil : lundi, mercredi, vendredi de 10h à 12h et lundi, mercredi, jeudi, vendredi de 14h à 18h.

Règlement et inscription directement à l'Arobase

Accès libre annuel

- Adultes st-quentinois : 15€ / extérieurs : 18€

- 13/17 ans, demandeurs d'emploi st-quentinois (suivi par le Pôle Social Insertion Emploi) : 5€

Accès Libre annuel tarif horaire de navigation hors abonnement : 1€ / extérieurs : 1,20€



JEUNESSE

PIAJ 11/17 ANS : PÉRIODE SCOLAIRE

Point Information Accueil Animation Jeunes

Accueil encadré par des animateurs diplômés : un lieu pour se retrouver entre jeunes, proposer et mettre en place des projets, participer à des activités de détente et de loisirs.

> Un animateur référent pour les 11/13 ans et un autre pour les 13/17 ans.

Horaires :

> Le mardi à l'**Atelier Place du Héron** et le vendredi au **Local Jeunes** de 17h à 19h.

> Le mercredi en alternance **Nymphéa** ou **Local Jeunes** de 14h à 17h.

Cotisation annuelle : 5€ (participation supplémentaire selon l'activité, de 1 à 10€)

Une soirée et une sortie par période.

>>> Voir la programmation sur le site internet de la commune



PIAJ 11/17 ANS : PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES

PIAJ vacances : programmes différenciés pour les 11-13 ans et les 13-17ans

■ **11-13 ans** : inscription à la journée avec repas (8h-18h), ou demi-journée sans repas.

Inscription minimum à une journée complète et 2 demi-journées par semaine, ou en fonction du programme (exemple : stage).

Tarif au quotient familial à partir de 1.45€ la demi-journée.

Repas à partir de 1.83€

Dates d'inscriptions pour les vacances : *voir mémo*

■ **13-17 ans** : Accueil en demi-journée, en journée ou en soirée, des activités sont proposées sur les différents équipements sportifs de la commune, au Nymphéa et au Local Jeunes. Des sorties sont également organisées.

Cotisation annuelle de 5€, participation supplémentaire selon l'activité (de 1 à 10€).

>>> Retrouvez les programmes sur : www.st-quentin-fallavier.fr et nos réseaux sociaux

JEUNESSE

MINI CAMPS HIVER ET ÉTÉ

■ **11-13 ans** : dans le cadre du PIAJ VACANCES des mini camps sont organisés. Inscription au PIAJ 11-13 ans minimum à une journée complète et 2 demi-journées sur une même semaine.

Dates d'inscription : *voir mémo*

■ **13-17 ans** : en fonction des projets élaborés par les jeunes pour les vacances d'été. Ceux de 14/16 ans peuvent autofinancer leur projet de séjour (voir chantiers éducatifs page ...)

Tarif en fonction du quotient familial et de la destination.



JEUNESSE

CHANTIERS ÉDUCATIFS JEUNES

Les chantiers éducatifs sont organisés pour les jeunes de la commune durant certaines périodes de vacances, à raison de 20h par semaine.

Il s'agit essentiellement d'aider les différents services de la ville et de collaborer à la conservation du patrimoine. C'est aussi le moyen d'être valorisé à travers une action d'intérêt collectif et citoyenne.

- Les **14 - 16 ans** ont accès à ce dispositif uniquement pendant les vacances de printemps, leur permettant ainsi de financer un projet de séjour pour l'été.
- Les **16 - 17 ans** ont accès aux chantiers éducatifs pendant les vacances de printemps et d'été. Ils recevront une gratification pour financer leurs projets personnels.

Modalités : lettre de motivation et CV à adresser à Mr Le Maire



POINT ÉCOUTE – CONSEIL – ORIENTATION (E.C.O)

Les jeunes et leurs parents peuvent trouver un soutien et un accompagnement dans des démarches personnelles ou collectives (orientation scolaire et professionnelle, difficultés familiales et sociales...).

Accueil sur rendez-vous au Local Jeunes.

>>> Contact : joseph.sibarita@st-quentin-fallavier.fr
Tél. 06 72 15 85 97

JEUNESSE

CONSEIL DE JEUNES (CJ)

Les jeunes (à partir de la 5^{ème}) de Saint-Quentin-Fallavier sont invités à s'inscrire. Ils mènent à bien des projets citoyens qui leur tiennent à cœur. Ils participent également aux événements de la Commune et la représentent.



Les réunions ont lieu une fois par quinzaine le mercredi de 17h00 à 17h45 à la Maison des Habitants.



Exemple de projets réalisés :

■ Participation au projet « jeunes citoyens, exprimez-vous! » organisé par l'association Alterrégaux Isère qui travaille à la promotion de l'égalité dans le respect de la diversité, des valeurs de la République, et contribue à la lutte contre les discriminations.

Le CJ a donc proposé d'écrire « une charte de bonne conduite sur les réseaux sociaux » en lien avec le projet Réseaux Sociaux de la Commune pour l'année 2018.

■ Voyage citoyen sur 2 jours avec visite de l'exposition au Centre Mondial de la Paix, visite de Douaumont, et du Mémorial de Verdun. Réalisation d'une vidéo et d'un parcours photographique pour la commémoration du centenaire de la Guerre de 14-18.

■ Voyage du CME/CJ à Paris pour la visite de l'Assemblée Nationale. Jeudi 2 mai 2019. *« Arrivée à Paris puis visite de la ville d'une manière insolite : sur la Seine! Nous avons pris les bateaux mouches et nous avons vu beaucoup de monuments parisiens célèbres. Puis nous avons continué notre journée avec la visite de l'Assemblée Nationale. Le bâtiment et l'hémicycle nous ont beaucoup impressionnés et nous avons appris beaucoup de choses grâce à notre guide ! »*

■ Projet 4L Trophy : en 2019 le CJ a participé à un projet solidaire en recherchant du matériel scolaire et pédagogique pour le 4L Trophy et l'association « Les Enfants du désert ». Le matériel récolté a été acheminé au Maroc par Karine et Jérémie, équipage isérois du 4L Trophy.

>>> Contact : loana.saci@st-quentin-fallavier.fr
Tél. 06 45 06 35 45

ADULTES - FAMILLES

La parentalité est un axe fort du [Projet Social 2019-2022](#). L'évolution de la place de l'enfant, mais aussi les nombreuses mutations touchant les familles (monoparentales, recomposées...), les plannings surchargés, sont autant de nouveaux défis pour lesquels les parents ne sont pas toujours préparés, pourtant, un soutien existe.

L'aide à la parentalité se développe un peu partout pour que les parents, seuls ou en couple, se sentent accompagnés dans leur bien-être et celui de leur famille.

Diverses actions de loisirs, d'accompagnement vous sont proposées au sein de la Maison des Habitants afin de soutenir les familles dans leur rôle, favoriser la qualité des liens parents-enfants.

Le secteur Adultes-Familles travaille en partenariat avec les autres institutions locales.



ATELIERS PARENTS RESSOURCES

Des temps d'accueil vous seront proposés pour venir partager votre expérience de parent.

Venez échanger les outils que vous avez imaginés pour améliorer le quotidien de votre famille et en découvrir de nouveaux.

- > Calendrier et lieu à définir.
- Entrée libre

ACCUEIL PARENTS/ENFANTS

Dans un lieu convivial et adapté aux jeux, venez partager avec votre enfant de 0 à 3 ans des moments privilégiés et rencontrer d'autres parents. C'est également le moment pour les enfants de s'ouvrir aux autres avec la présence rassurante des parents, grands-parents ou assistantes maternelles, etc.

Présence régulière de la puéricultrice de la PMI au Nymphéa, pour les consultations nouveaux-nés et questions diverses.

- > Le mardi de 8h45 à 11h30 au Nymphéa
- > Le vendredi 8h45 à 11h30 hors vacances scolaires au Centre de l'Enfance

Entrée libre

ADULTES - FAMILLES

CE SOIR, JE SORS MES PARENTS

A l'initiative du Comité Habitants, cette action est l'occasion de partager un moment convivial autour d'un repas, il vous est également proposé :

- 1 Temps d'animation pour les enfants avec le soutien des animateurs
 - 1 Temps d'échanges pour les adultes encadré par un intervenant
- > Trois fois par an de 18h à 21h
Accès libre et gratuit

SORTIES LOISIRS ET WEEK END

Des sorties régulières sont proposées tout au long de l'année. Une façon de découvrir ensemble de nouveaux lieux et de nouvelles activités (sportives, culturelles et de loisirs).

- 4 sorties vous sont proposées sur une programmation, les autres sont à votre initiative.
- Début des inscriptions 1 mois avant la sortie.

Tarif en fonction du quotient familial et de la sortie.



VACANCES CRÉATIVES

Parents, grands-parents, venez en famille, lors des vacances scolaires, découvrir des techniques culinaires et créatives (modelage, cuisine, décorations de fête, etc.).

- Vous pouvez aussi nous contacter pour animer cette activité.

Tarif au quotient familial

ADULTES - FAMILLES

RÉCRÉ LUDO

En famille, entre amis, voisins, seul(e) ou à plusieurs ; venez partager un temps d'animation. Plusieurs activités vous seront proposées (cuisine, jeux de société, danse, activités manuelles).

- > **Au Nymphéa** : les lundis d'octobre à avril de 14h30 à 16h30 (cf Bimensuel du secteur)
- > **A la Médiathèque** : le deuxième samedi du mois de 10h à 12h
- > En extérieur : venez jouer dans les jardins publics et sur les placettes des différents quartiers pendant les vacances de printemps et d'été.
- > Lors d'événements : «Mon lundi, mon quartier»

RÉCRÉ CUISTO

Venez proposer vos recettes, cuisiner et déguster en famille des petits plats et desserts faciles à réaliser et à refaire chez soi, suivi d'un repas partagé.

- > **Au Nymphéa** : un mercredi par période de 10h à 14h (cf Bimensuel du secteur)

Entrée libre sur inscription.



ATELIERS

La Maison des Habitants propose des ateliers et des stages accessibles à tous, permettant de découvrir des activités manuelles, sportives ou culturelles, dans une ambiance conviviale. Ils sont encadrés par des professionnels qualifiés et des bénévoles.

Certificat médical obligatoire à l'inscription pour toutes les activités physiques. Valable 3 ans, il doit être daté au-delà de juin 2018.

Les ateliers se déroulent de la semaine 38 à la semaine 25 (hors vacances scolaires).

Début des inscriptions pour les St-Quentinois : mardi 01/09/20 à 13h30 ; mercredi 2/09/20 toute la journée au Nymphéa ; jeudi 03/09/20 toute la journée et vendredi 04/09/20 le matin à la Maison Des Habitants Puis **inscriptions ouvertes à tous au Forum des associations vendredi le 04/09/20 de 17h à 20h30.**

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Matin	Atelier d'initiation multimédia 10h - 11h30 Arobase		Atelier perfectionnement multimédia 10h - 11h30 Arobase	Couture 8h45-11h15 Maison des Habitants	Gym prévention santé 9h30-10h30 Gymnase du Loup
				Balade des héros 1 fois par mois de 9h à 11h	Atelier de création multimédia 10h - 11h30 Arobase
				Gym prévention santé 9h30-10h30 Gymnase du Loup	Gym'Adultes 10h15-11h15 Nymphéa
Après-midi	Couture 13h45-16h15 Maison des Habitants	Couture 13h45-16h15 Maison des Habitants		Jeudis créatifs 13h30-17h30 Maison des habitants	Atelier d'initiation multimédia 10h - 11h30 Arobase
	Atelier photo 14h30 - 16h Arobase	Apprentissage du Français 14h00 - 16h Maison des Habitants			
	Danse en ligne 15h-16h15 Espace Culturel G. Sand	Gym'adultes 15h-16h15 Espace Culturel			
Soirée	Couture 19h-21h30 Maison des Habitants	Gym Pilates / Gym Adultes 18h-19h / 19h15-20h15 Nymphéa	Sophrologie 17h45-18h45 Espace Culturel G. Sand	Couture 19h-21h30 Maison des Habitants	Gym pilates 19h-20h Gymnase
		Yoga 18h15-19h45 Espace culturel G. Sand			
		Self défense 18h30-19h30 Centre de l'Enfance	Yoga 19h-20h30 Espace Culturel		
		Couture 19h-21h30 Maison des Habitants	Anglais à partir de 17h45 Maison des Habitants		

ADULTES - FAMILLES

BULLE D'ÉVEIL (4 - 36 MOIS)

Cette activité, destinée aux enfants de moins de 3 ans accompagnés d'un parent, grand-parent est basée sur le développement psychomoteur. Ramper, rouler, glisser, se hisser, se dresser, marcher, grimper, courir, sauter... Des expériences corporelles fondamentales pour grandir.

> Vendredi à partir de 8h45 au Centre de l'Enfance
3 créneaux horaires vous seront proposés
Séances de 45 min à 1h selon les âges ; encadrées par une psychomotricienne.

Tarif annuel au quotient familial à partir de 35.87€

Certificat médical obligatoire pour l'inscription (valable 3 ans, doit être daté au-delà de juin 2018)



SOPHROLOGIE

Grâce à des exercices à la portée de tous et des relaxations dynamiques, la sophrologie peut vous aider à gérer certaines situations plutôt que de les subir, maîtriser votre stress, vos émotions...

> Mercredi de 17h45 à 18h45 à l'Espace Culturel George Sand

Tarif annuel au quotient familial à partir de 50€

Certificat médical obligatoire pour l'inscription (valable 3 ans, doit être daté au-delà de juin 2018)

YOGA

Chaque intervenant propose des exercices de relaxation axés sur la respiration, des postures, des étirements variés, avec un suivi individualisé.

A l'Espace Culturel George Sand

> Mardi de 18h15 à 19h45 **NOUVEAU**

> Mercredi de 19h à 20h30

Tarif annuel au quotient familial à partir de 45€

Certificat médical obligatoire pour l'inscription (valable 3 ans, doit être daté au-delà de juin 2018)

ADULTES - FAMILLES

GYM'ADULTES

L'objectif est le maintien et le développement des capacités physiques : step, abdos, fessiers, renforcement musculaire, stretching.

Au Nymphéa

- > Mardi 18h-19h (Pilates)
- > Mardi 19h15 - 20h15 (Renforcement musculaire)
- > Vendredi 10h15 - 11h15 (Bien-être)

A la salle de danse de l'Espace Culturel George Sand

- > Mardi 15h-16h15 (Renforcement musculaire)
- > Vendredi 15h-16h (Pilates)

Au Gymnase (salle de danse)

- > Vendredi 19h à 20h (Pilates)

Tarif annuel au quotient familial à partir de 32.16€



GYM PRÉVENTION SANTÉ

Atelier destiné aux personnes souhaitant renouer avec une pratique physique régulière

- > Jeudi de 9h15 à 10h15 au Gymnase (salle d'haltérophilie)
- > Vendredi de 9H15 à 10H15 au Gymnase (salle d'haltérophilie)

Tarif annuel au quotient familial à partir de 41.01€

SELF DEFENSE

Il s'agit d'une discipline préparatoire à une éventuelle agression, dont la gestion de la distance et l'apprentissage de techniques efficaces sont des éléments clés pour s'éloigner du danger.

Accessible à tous.

- > Mardi de 18h30 à 19h30 au Centre de l'Enfance (salle multifonctions)

Tarif annuel au quotient familial à partir de 21€

Certificat médical obligatoire pour l'inscription (valable 3 ans, doit être daté au-delà de juin 2018)

ADULTES - FAMILLES

LES ATELIERS CRÉATIFS

Durant ces temps conviviaux, les intervenants vous accompagnent pour vos travaux et créations à travers différentes techniques.

■ Couture

L'animatrice vous guidera dans la réalisation de vos vêtements ou travaux, que ce soit pour les débutants ou pour les confirmés.

- > A la Maison des Habitants (salle 3)
- > Lundi et mardi de 13h45 à 16h15 et de 19h à 21h30
- > Jeudi de 8h45 à 11h15 et de 19h à 21h30

Tarif annuel au quotient familial à partir de 64.34€

■ Ateliers créatifs

Activités manuelles diverses et variées

- > A la Maison des Habitants (salle 3)
- > Jeudi de 13h30 à 17h30

Tarif annuel au quotient familial à partir de 30.00€

- > Autres créneaux à définir ultérieurement



ANGLAIS

Atelier de conversation anglaise s'adressant à toute personne ayant déjà pratiqué, quel que soit son niveau actuel.

- > A la Maison des Habitants (salle 4)
- > Mercredi à partir de 17h45 (plusieurs groupes de niveaux vous seront proposés)

Tarif annuel au quotient familial à partir de 41.05€

APPRENTISSAGE DU FRANÇAIS

Vous souhaitez être accompagné dans l'apprentissage du Français courant (lu, parlé, écrit), retrouvez les bénévoles dans une ambiance accueillante.

- > A la Maison des Habitants (salle 1) : Mardi et jeudi de 14h à 16h
Possibilité de séances au Nymphéa, en fonction des demandes.

Activité gratuite

ADULTES - FAMILLES

DANSES EN LIGNE

Vous aimez danser et vous voulez apprendre le madison, la country, le cha cha cha, la salsa ou encore la bachata.... ce cours est fait pour vous ! Dans la bonne humeur, nous verrons les bases et techniques de ces danses en faisant différentes chorégraphies et surtout en s'amusant !

- > Espace Culturel George Sand **NOUVEAUX HORAIRES**
- > Le lundi de 15h à 16h15

Tarif annuel au quotient familial à partir de 27.11€

Certificat médical obligatoire pour l'inscription (valable 3 ans, doit être daté au-delà de juin 2018)

CAFÉ CHANSONS

Aller à la rencontre, partager, apprendre autour de la musique, du chant traditionnel et polyculturel.

- > Local Jeunes : les mardis de 14h à 15h30

Activité gratuite



AROBASE - ATELIERS NUMÉRIQUES

Des ateliers annuels multimédias sont proposés aux adultes (initiation, perfectionnement, création multimédia, atelier photo)

Voir pages 11-12-13-14

STAGES

Des stages vous sont proposés tout au long de l'année (couture, cuisine, art floral, image de soi, éveil musical, mangas, sport) et d'autres peuvent être mis en place selon vos demandes.

Tarif en fonction du quotient familial et du stage

PARTICIPATION DES HABITANTS

La participation des habitants est un des axes majeurs du projet de la Maison des Habitants. Valoriser le savoir-vivre ensemble et prendre en compte les envies de chacun sont nos objectifs. La Ville favorise les prises d'initiative et la mise en œuvre de nouveaux projets. Elle peut prendre différentes formes d'actions :

« BALADE DONT VOUS ÊTES LE HÉROS »

Rendez-vous devant la Maison des Habitants ou le Nymphéa. Le groupe ainsi constitué détermine le parcours de la balade aux alentours de Saint-Quentin-Fallavier en fonction de son niveau (entre 5 et 10 km)



> Le jeudi, une fois par mois de 9h à 11h

BÉNÉVOLAT

Nous recherchons régulièrement des bénévoles : pour l'apprentissage du français, les stages, le CLAS (accompagnement à la scolarité) village et collège, etc.

RÉCRÉ ACTION

Ce temps d'accueil vous permet d'échanger autour d'un café, sur divers sujets : santé, éducation, vie de famille, bien-être, etc... avec l'intervention régulière de professionnels selon les thèmes programmés. Tout au long de l'année, des petits et grands projets (dimension communale) sont ensuite élaborés par les différents groupes (projet « économie d'énergie », semaine des droits de la femme, week-end en familles...).

- > Le lundi de 13h30 à 16h30 au **Nymphéa**
- > Le Mercredi de 9h00 à 11h30 au **Local Jeunes**
- > Entrée libre

D'autres créneaux peuvent être envisagés

LE COMITÉ HABITANTS

Vous aimeriez mettre en place, avec l'équipe d'animation, des événements, faire part de vos remarques pour améliorer, faire évoluer les choses, vous impliquer dans la vie de la Maison des Habitants.

Alors rejoignez-nous !

(Une fois par trimestre)

Un mode de garde sera proposé pour vos enfants lors de nos rencontres.

ACTIONS SOLIDAIRES

« ACCOMPAGNEMENT AU PROJET DE DÉPART EN VACANCES »

Vous souhaitez être aidés pour partir en vacances ? Des professionnels de la Maison des Habitants et du CCAS vous accompagnent pour élaborer vos projets (budget, destination, lieu d'hébergement, aides envisageables (CAF...))

N'hésitez pas à les contacter pour plus d'informations.

« LES BOUCHONS DE L'ESPOIR »

Nous recueillons vos bouchons en plastique alimentaire à l'Accueil pour cette association qui œuvre pour les personnes en situation de handicap.

BOURSE AUX LIVRES

La Maison des Habitants récupère les livres dont vous souhaitez vous débarrasser, livres qui sont ensuite transmis à l'association « *Amnesty International* » pour sa Bourse aux livres annuelle.

Uniquement les romans. Pas d'encyclopédie ni de livre scolaire.



INFOS PRATIQUES

GRANDS ÉVÈNEMENTS

■ **Semaine du Goût**
Du 12 au 18 octobre 2020

■ **Salon de l'Art de la Récupération et du Fil**
Dimanche 25 octobre 2020 au Médián

■ **Café Chanson « concert partagé »**
Mardi 27 octobre 2020 au Nymphéa

■ **Après-midi dansant**
Jeudi 10 décembre 2020 à la Salle des Fêtes

■ **Semaine des droits des femmes**
Du 8 au 13 mars 2021



■ **En ville sans ma voiture**
Avril 2021

■ **Quinzaine de la parentalité**
Du 1^{er} au 12 juin 2021

■ **Projet Ensemble**
Juin 2021

■ **St-Quentin en Fête**
29 août 2021

■ **Fête de la Maison des Habitants**
Septembre 2021

INFOS PRATIQUES

La Maison des Habitants propose ou accueille différents services destinés aux habitants et associations.

A LA MAISON DES HABITANTS

■ **Secteur Éducation** : conformément aux directives de l'Éducation Nationale, la commune procède aux inscriptions scolaires des élèves pour l'entrée en maternelle et en cours préparatoire (CP) en **MARS 2021**, puis pour tout nouvel arrivant en cours d'année scolaire.

>>> **Renseignements** : Jocelyne Hortail au 04 74 94 25 53

■ **Conseil Départemental** sur rendez-vous au 04 69 42 04 20

> Présence de l'assistante sociale le jeudi matin à la Maison des Habitants (sur rendez-vous)

AU NYMPHÉA

■ **Conseil Départemental** sur rendez-vous au 04 69 42 04 20

> Présence de l'assistante sociale : le mardi matin

> Présence de l'infirmière puéricultrice de la PMI (Protection Maternelle et Infantile) pour les parents et leurs jeunes enfants : le mardi de 9h30 à 11h30

AUTRES SERVICES MUNICIPAUX

■ Démarches administratives / État Civil : mardi 9h-12h

■ CCAS : le mardi matin sur rendez-vous au 04 74 94 80 43

■ Relais emploi : le lundi et le jeudi de 9h à 11h avec ou sans rendez-vous au 04 74 94 88 50 ou autre jour sur demande

Possibilité pour les associations de tenir une permanence au Nymphéa – Contacter la Maison des Habitants au 04 74 94 25 53

SUR LES ÉQUIPEMENTS

Les habitants et les associations peuvent faire des photocopies. (Tarifs : habitants : 0,20€ - demandeurs d'emploi (sur justificatif) : 0,10€ - associations : 0,10€) (Arobase aussi)

Des salles de réunion sont mises gratuitement à la disposition des associations et institutions sur réservation

TARIFS AU QUOTIENT FAMILIAL : le coût ne doit pas être un obstacle à une inscription, vous pouvez solliciter un paiement échelonné et des aides peuvent vous être attribuées par certains organismes. N'hésitez pas à en parler à l'accueil lors de votre inscription !

INFOS PRATIQUES

La Maison des Habitants (centre-ville)		Le Nymphéa (quartier des Moines)
Rue des Marronniers Tel. 04 74 94 25 53 maisondeshabitants@st-quentin-fallavier.fr		Place du Héron Tel. 04 74 82 44 08 maisondeshabitants@st-quentin-fallavier.fr
Période scolaire : > Matin : du lundi au vendredi de 8h30 à 12h > Après-midi : - Lundi, mardi, jeudi de 13h30 à 17h30 - Mercredi et vendredi de 15h30 à 17h	Vacances : > Matin : du lundi au vendredi de 8h30 à 12h > Après-midi : - Lundi 14h à 17h30 (18h en juillet et en août) - Mardi et jeudi de 14h à 17h - Mercredi de 15h30 à 17h - Fermé le vendredi	> Matin : - Mardi, mercredi et vendredi de 9h à 12h > Après-midi : - Lundi : 14h à 17h - Mercredi : 14h à 18h (17h pendant les vacances scolaires) État Civil : le mardi matin Fermé 2 semaines en août.
Les équipements sont fermés certains ponts ainsi qu'une semaine pendant les vacances de fin d'année.		
Le Centre de l'Enfance (centre-ville)		Le Local Jeunes (centre-ville)
Place de l'Hôtel de Ville Tel. 04 74 95 39 24 maisondeshabitants@st-quentin-fallavier.fr		Rue des Marronniers (à coté de l'Arobase) maisondeshabitants@st-quentin-fallavier.fr
Espace Multimédia l'Arobase (centre-ville) Rue des Marronniers - Tel. 04 74 94 14 19 / arobase@st-quentin-fallavier.fr Accès libre en dehors des temps ateliers. Lundi, mercredi et vendredi de 10h à 12h et de 14h à 18h. Jeudi de 14h à 18h		

MAISON

DES

HABITANTS



ÉTABLISSEMENT AGRÉÉ
PAR LA CAISSE D'ALLOCATIONS
FAMILIALES DE L'ISÈRE



St Quentin Fallavier
MAISON DES HABITANTS



www.st-quentin-fallavier.fr