

- **PERMANENCES ASSISTANTS SOCIAUX / EMPLOI** sur rendez-vous à la Direction des Solidarités.
- **ACCOMPAGNEMENT « DÉMARCHES ADMINISTRATIVES SOCIALES EN LIGNE »** sur rendez-vous les mardis après-midi à la Direction des Solidarités.
- **« MA COMMUNE, MA SANTÉ » : CONSEILS ET ÉTUDE GRATUITE, SANS ENGAGEMENT, EN MATIÈRE DE COMPLÉMENTAIRE SANTÉ** sur rendez-vous à la Direction des Solidarités.
- **ATELIER MÉMOIRE POUR LES + 60 ANS** : venez entretenir et stimuler votre mémoire de manière ludique, tous les lundis de 13h30 à 15h30 à la salle des Géraniums, Gratuit. Rens. et inscription à la Direction des Solidarités.
- **ATELIER RELAXATION SONORE**, pour les personnes venant en aide à un proche dépendant ou en situation de handicap. Offrez vous un moment de détente une semaine sur deux, le mercredi ou le jeudi. Gratuit. Rens. et inscriptions à la Direction des Solidarités.
- **TRANSPORT SENIORS GRATUIT**, les jeudis matin sur inscription à la Direction des Solidarités.
- **PERMANENCES JURIDIQUES** gratuites et confidentielles sur rendez-vous mardi 3 à la Direction des Solidarités.
- **ACCUEIL PARENTS ENFANTS 0-3 ANS**, activités manuelles adaptées et proposées pour les enfants et leurs parents, de 8h45 à 11h30 les mardis 3 et 24 au Nymphéa et les vendredis 6 et 20 au Centre de l'Enfance. Entrée libre.

PIC'UP TOUR

PERMANENCES EMPLOI ET DÉMARCHES ADMINISTRATIVES sur le quartier des Moines, tous les mardis de 8h30 à 12h, sur la Place du Héron. Ouvert à tous, sans rendez-vous.



Un dispositif innovant pour être au plus près des habitants.

- **L'ATELIER "LES DÉMARCHES ADMINISTRATIVES, AUPRÈS DE QUI S'ADRESSER ?"**, mardi 3 de 13h30 à 16h30 à l'Atelier, quartier des Moines. Entrée libre.
- **OBJECTIF BIEN-ÊTRE "COMMENT RÉTABLIR L'ÉQUILIBRE ALIMENTAIRE APRÈS LES FÊTES"**, mercredi 4 de 10h à 12h au Local Jeunes. Entrée libre.
- **RÉCRÉ LUDO, JEUX DE SOCIÉTÉ 0-99 ANS**, les mercredis 4, 11 et 25, de 14h-16h au Nymphéa, présence de Déclik Ludik le 11. Entrée libre.
- **DANSING, un one-man show irrésistible**, vendredi 6 à 20h30 à l'Espace George Sand. Tarif 10€. Infos et réservations au 04 74 94 88 00 // festivites@sqf38.fr
- **ACCUEIL PARENTS ENFANTS 0-3 ANS "DEVENIR PARENTS : ÉCHANGES SUR LE QUOTIDIEN"**, avec la présence de la PMI, mardi 10, de 8h45 à 11h30 au Nymphéa. Entrée libre.



LE MAIRE, MICHEL BACCONNIER ET LE CONSEIL MUNICIPAL VOUS DONNENT RENDEZ-VOUS DIMANCHE 8 JANVIER À 11H AU MÉDIAN POUR LA CÉRÉMONIE DES VŒUX À LA POPULATION.

Inscriptions à venir

● **SORTIE LOISIRS "CINÉ AU FÉLLINI"**, à Villefontaine, mardi 7 février à 15h. Dessin animé selon la programmation. Inscription à partir du lundi 9. Tarif en fonction du quotient familial.

● **SORTIE LOISIRS "LUGE" À LA FÉCLAZ (73)**, jeudi 16 février de 9h à 18h. Inscription à partir du lundi 9. Tarif en fonction du quotient familial

● **INITIATION JUDO EN FAMILLE AVEC L'OSQ JUDO**, du 7 au 9 février de 10h à 11h30. Gratuit, sur inscription à partir du lundi 9.

● **L'ATELIER "RÉDUIRE SES ACHATS"** : mardi 10 de 13h30 à 16h30 à l'Atelier, quartier des Moines. Entrée libre.

● **ACCUEIL PARENTS ENFANTS 0-3 ANS "ATELIER CUISINE : SMOOTHIES VITAMINÉS"**, de 8h45 à 11h30, vendredi 13 au Centre de l'Enfance et le mardi 17 au Nymphéa. Entrée libre.

● INSCRIPTIONS CAMP SKI 9-17 ANS :

> Mercredi 11, de 15h à 16h30 au Local Jeunes pour les plus de 11 ans détenteurs d'une carte PIAJ.

> Samedi 14, de 8h30 à 12h à la Maison des Habitants, pour les enfants/jeunes ayant un dossier à jour pour l'année scolaire 2022-2023.

● ACCUEIL DE LOISIRS 3-11 ANS ET 11-13 ANS - VACANCES D'HIVER DU 6 AU 17 FÉVRIER 2023 :

> Début des inscriptions sur le Portail Familles samedi 14 dès 6h pour les enfants/jeunes ayant un dossier à jour pour l'année scolaire 2022-2023

Clôture des inscriptions le mardi 24 janvier à 22h30

● **RÉCRÉ LUDO À LA MÉDIATHÈQUE, JEUX DE SOCIÉTÉ 0-99 ANS**, samedi 14 de 10h à 12h à la Médiathèque. Entrée libre.

● **L'ATELIER "CUISINE : TARTE CITRON MERINGUÉE"**, mardi 17 de 13h30 à 16h30 à l'Atelier, quartier des Moines. Entrée libre.

● **BALADE DONT VOUS ÊTES LE HÉROS**, (balade d'environ 8km aux alentours de la commune) vendredi 20, départ de la Maison des Habitants à 9h. Accès libre.

● **KARAOKÉ AVEC CAPTAIN'POP**, vendredi 20 de 14h à 16h, au Nymphéa. Entrée libre.

● **UN PAS DEVANT L'AUTRE**, balade autour du lac sans difficulté, mardi 24, départ du Nymphéa à 10h. Accès libre.

● **L'ATELIER "LES REMÈDES DE GRAND-MÈRE"**, mardi 24 de 13h30 à 16h30 à l'Atelier, quartier des Moines. Entrée libre.

● **ACCUEIL PARENTS ENFANTS 0-3 ANS "ACTIVITÉ MOTRICITÉ FINE"**, le vendredi 27, de 8h45 à 11h30 au Centre de l'Enfance. Entrée libre

● **L'ATELIER "SOIN DU VISAGE À L'ARGILE VERTE "**, mardi 31 de 13h30 à 16h30 à l'Atelier, quartier des Moines. Entrée libre.

Accueil Parents Enfants

Initiation aux premiers secours enfants et nourrissons avec la Croix-Rouge, mardi 31 de 8h45 à 11h30, au Nymphéa. Une garde d'enfant est proposée. Entrée libre.

VIE ASSOCIATIVE

● **Domaine de la Lieuse : Assemblée Générale**, vendredi 6 à la Salle du Loup.

● **OSQ Tennis de Table Handi : Critérium Régionale handisport**, samedi 7 à partir de 9h au complexe Raquette.

● **Club des retraités : tirage des rois**, lundi 9 à 14h à la Salle des Fêtes.

● **Boule st-quentinoise : Challenge Durand**, samedi 14 à 13h au Boulodrome.

● **Amicale Pétanque : Challenge Amitié**, dimanche 15 à 9h au Boulodrome.

● **Comité de Jumelage et d'Echanges Internationaux : Soirée franco-allemande**, jeudi 19 à 18h30 à la Salle du Loup.

● **Vélo club : Galette des Rois**, vendredi 20 à 18h30 à la Salle des Fêtes.

● **FNACA : Repas des adhérents**, dimanche 22 à 12h à la Salle des Fêtes.

● **Montjay mon Hameau : Assemblée Générale**, vendredi 27 à 17h30 à la Salle du Loup.

● **OSQ Haltérophilie : Champ. Isère**, samedi 28 à 13h au Gymnase du Loup.

● **Amicale Pétanque : Concours triplete**, samedi 28 à 14h au Boulodrome.

● **OSQ Tennis : Début Tournoi open**, samedi 28 au Complexe Raquette.

Directeur de la publication: Michel BACCONNIER
Conception, rédaction et prises de vues :
Service Communication
Impression en interne. Tirage: 2 450 ex

Distribution effectuée par nos soins dans toutes les boîtes aux lettres de St-Quentin-Fallavier. S'il vous arrivait d'être oublié, merci de le signaler en mairie. Un exemplaire vous sera envoyé par courrier.