

Poussez les
portes de

La Maison des Habitants



Lieu de rencontres
et d'échanges
pour favoriser
le lien et le
vivre ensemble



St-Quentin-Fallavier

2024-2025

SOMMAIRE

ENFANCE

Accueil de loisirs - Mini camps été.....	4
Conseil Municipal Enfants (CME)	5
Garderie Périscolaire - Restauration Collective.....	6

SOUTIEN ÉDUCATIF

CLAS.....	7
Le bruit des Pages - RARE	8

ACADÉMIES

Académies des Petits, des Sports, des Arts et du Numérique	9 - 10
Tableau des activités enfance/jeunesse	11

AROBASE

12 - 15

JEUNESSE

PIAJ 11-17 ans - PIAJ vacances scolaires.....	16
Mini camps hiver et été.....	17
Conseil Jeunes	18

PRÉVENTION JEUNESSE

Chantiers éducatifs - Point E.C.O	19
Promeneur du net.....	20

VIVRE ENSEMBLE

Ateliers Parents Ressources - Accueil Parents/Enfants.....	21
Ce soir, je sors mes parents	22
Sorties Loisirs - Vacances créatives	22
Récré Ludo - Parta'Jeux.....	23
Récré Cuisto - Objectif Bien-être.....	23
Ateliers	24 à 28
Tableau des activités	29

ACTIVITÉS LIBRES

30-31

INITIATIVES SOLIDAIRES

32

INFOS PRATIQUES

Grands évènements.....	33
Services aux habitants.....	34
Horaires d'ouverture à l'année.....	35

Soutenu financièrement par



Chères habitantes, chers habitants,

C'est avec un grand plaisir que nous vous présentons l'ensemble des services et activités proposés par la Maison des Habitants. Cet équipement est devenu au fil des années un maillon essentiel du tissu social et communautaire de notre ville.

Cette plaquette démontre la vitalité et la diversité de notre communauté, ainsi que l'engagement de chacun à contribuer à son épanouissement.

La Maison des Habitants demeure un pilier essentiel de notre vie collective, un lieu où se rencontrent les idées, les projets et les aspirations de chacun. Elle est le reflet de notre solidarité, de notre entraide et de notre désir profond de construire ensemble un avenir harmonieux.

Au fil des pages, vous découvrirez une palette variée d'activités culturelles, éducatives, sportives et sociales, pensées pour répondre aux besoins et aux envies de tous les habitants, quel que soit leur âge, leur parcours ou leur aspiration.

La Maison des Habitants est un véritable creuset de rencontres et d'échanges, où se tissent des liens précieux et où se construisent des projets porteurs de sens.

La Municipalité s'engage à soutenir et à valoriser cette dynamique collective. Nous sommes impatients de partager avec vous ces moments riches en découvertes, en émotions et en convivialité.

Nous tenons également à exprimer notre gratitude à l'ensemble des agents municipaux et partenaires associatifs qui œuvrent au quotidien pour renforcer le lien social. Leur dévouement et leur engagement sont le moteur de notre action commune.

En conclusion, nous vous invitons à plonger sans plus attendre dans cette lecture et à vous laisser inspirer par la richesse des activités proposées. Ensemble, continuons de construire une commune où chacun se sent chez soi, où chacun a sa place et où le vivre-ensemble est une valeur fondamentale.

Au plaisir de vous rencontrer bientôt à la Maison des Habitants !

Bien à vous,

**Le Maire,
Mathieu GAGET**

**L'Adjointe à l'Action Sociale,
Andrée LIGONNET**

Enfance

La Municipalité, guidée par des valeurs d'humanisme, de liberté, d'égalité, de solidarité, de laïcité et de paix, s'engage à travers la Maison des Habitants à promouvoir des formes collectives d'accueil périscolaires et d'animation. Cette démarche vise à encourager l'apprentissage du «vivre ensemble» et de la diversité.

Accueil de Loisirs 3-11 ans

L'Accueil de Loisirs offre aux enfants une variété d'activités pédagogique, ludiques, créatives, éducatives et sportives, favorisant leur épanouissement et leur divertissement. Les animations sont au cœur de cette initiative, offrant aux enfants un espace pour exprimer leurs besoins et leurs attentes, dans un environnement sécurisé et encadré par des professionnels, où ils peuvent pleinement profiter de leurs loisirs. (Cf. Projet pédagogique de la structure disponible au Centre de l'Enfance et à la Maison des Habitants).

- 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, 3 jours obligatoires pour les semaines avec un jour férié ou fermeture du Centre de l'Enfance.
- Tarif au quotient familial à partir de 1,60€ et jusqu'à 8,80€ la demi-journée. Repas à partir de 2,70€ et jusqu'à 4,10€. Prix de revient journée pour un enfant : 77,30€ pour la collectivité



MINI-CAMPS dans le cadre de l'ALSH dès 8 ans

Pendant les vacances d'hiver et en juillet, la Maison des Habitants propose des mini-camps spécialement conçus pour les enfants âgés de 8 ans et plus qui fréquentent l'Accueil de Loisirs Sans Hébergement (ALSH). Ces mini-camps offrent une expérience enrichissante et divertissante, conformément au règlement et au projet pédagogique pour les enfants de 3 à 11 ans.

Pour l'été, une inscription d'au moins une semaine à l'ALSH pour les enfants de 3 à 11 ans est requise en juillet, avec la possibilité d'utiliser les bons VACAF. Les tarifs sont adaptés en fonction du quotient familial et de la destination.

Enfance

Conseil Municipal Enfants



La présence active du Conseil Municipal d'Enfants (CME), composé de 29 jeunes élus âgés de 10 à 12 ans, revêt une importance capitale pour les élus de la commune de Saint-Quentin-Fallavier.

Ces jeunes citoyens s'engagent avec dynamisme dans des actions civiques et participent pleinement à la vie événementielle de la ville. En abordant des thématiques telles que la prévention-sécurité, la solidarité, l'animation et l'équipement, ils apportent un regard neuf et des idées novatrices à la gestion municipale.

L'implication du CME ne se limite pas à ces aspects : une part significative d'activités culturelles leur est également offerte, enrichissant ainsi leur expérience et leur contribution à la vie communautaire.

Par leurs projets et leurs initiatives, ces jeunes élus démontrent l'importance cruciale d'une représentation active de la jeunesse au sein du conseil municipal, contribuant ainsi au bien-être et à l'épanouissement de tous les habitants de Saint-Quentin-Fallavier.

Contact : maisondeshabitants@sqf38.fr

06 45 06 35 45 et 06 45 59 31 93

Restauration Collective



Un service de restauration collective est proposé pour les enfants des écoles de la commune, accessible sur inscription. Les repas sont préparés sur place avec des produits frais et locaux, garantissant des menus sains et équilibrés.

Tarif au quotient familial à partir de 2,95 € jusqu'à 5,65€ – Tarif unique pour les extérieurs (sauf ULIS) : 6,90€

Le tarif appliqué prend en compte le repas et deux heures de surveillance. Prix de revient : 14,11€

Repas occasionnels possibles (cf. le règlement intérieur).

Tarif du ticket : 5,70€

> Voir la vidéo des coulisses du Restaurant scolaire : <https://vu.fr/gYkaF>

Enfance

Garderie Périscolaire



Nous mettons à disposition un service de garderie périscolaire pour les enfants des écoles publiques de la commune. Ce service est accessible sur inscription préalable.

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.

Tarif au quotient familial à partir de 0,25€ et jusqu'à 5,95€ l'heure

Prix de revient 5,95€ l'heure pour la Collectivité.

La commune offre un service de garderie périscolaire gratuit pendant 15 minutes maximum à 11h30 et à 16h30. Les familles ayant des enfants inscrits dans deux écoles différentes peuvent se renseigner et s'inscrire auprès du service Éducation.

Lieux des garderies périscolaires

Enfants scolarisés à :	Matin et soir
École Maternelle des Marronniers	06 34 32 32 37
École Élémentaire des Marronniers (Garderie à la Maison des Habitants)	06 34 32 09 00
École Maternelle Bellevue	06 34 32 79 59
École Élémentaire des Tilleuls (Garderie au Centre de l'Enfance)	04 74 95 39 24
Groupe Scolaire des Moines	06 34 32 03 18

Soutien éducatif

Accompagnement à la scolarité (CLAS)

La Maison des Habitants offre aux enfants et aux collégiens un soutien méthodologique et organisationnel, ainsi que des enrichissements culturels en collaboration avec l'école et les familles. Ces interventions, toutes deux orientées vers l'éducation, contribuent au développement personnel de l'élève.

Voici quelques objectifs du Contrat Local d'Accompagnement à la Scolarité (CLAS) :

- Assister et soutenir les parents dans leur rôle éducatif.
- Renforcer les liens entre les familles et l'école.
- Fournir aux enfants des méthodes et des approches pour faciliter l'acquisition des connaissances.
- Élargir les centres d'intérêt des enfants et promouvoir leur apprentissage de la citoyenneté.
- Valoriser les compétences acquises pour renforcer l'autonomie des enfants.
- Aider les parents à suivre la scolarité de leur enfant.

Des projets sont élaborés et concrétisés à travers des événements (sorties, spectacles, expositions) en lien avec les thématiques choisies. Inscription à l'année, 2 séances obligatoires par semaine.



- Le CLAS Elémentaire est ouvert 2 soirs par semaine de 16h30 à 18h30 à partir du 7 octobre 2024 sur orientation de l'enseignant.
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 18h15 à partir du 7 octobre 2024
Lieu d'accueil : Local Jeunes

Tarif au quotient familial : la séance de 2h à partir de 0,70€ jusqu'à 4,45€. Prix de revient 8,17€ par heure pour la Collectivité.

Soutien éducatif

Le bruit des pages

La Municipalité offre aux élèves des écoles publiques l'opportunité de développer le plaisir de la lecture à travers des activités ludiques. Les élèves de CP, CE1 et CE2 bénéficient d'une priorité.

Les horaires :

- Lundi, mardi, jeudi et vendredi de 16h30 à 18h en période scolaire
- Pour l'école des Moines, le lundi ou le vendredi à la BCD de l'école.
 - Pour l'école des Tilleuls, le mardi au Centre de l'Enfance.
 - Pour l'école des Marronniers, le jeudi au sous-sol de la Maison des Habitants.

Activité gratuite à l'année sur inscription et orientation écrite de l'enseignant(e), places limitées.



RARE

Le *Rare* (*Réseau des Acteurs pour la Réussite Educative*), est une cellule de veille éducative qui favorise la coordination des divers acteurs travaillant avec les enfants (Éducation Nationale, Commune, partenaires extérieurs). Il répond à une volonté politique communale de favoriser la réussite des élèves (de 2 à 16 ans). Il s'agit d'un accompagnement personnalisé.

Le RARE est porté par le Groupement d'Intérêt Public « Réussite Éducative du Nord-Isère » (GIP RENI) ce dernier étant soutenu par la CAPI et 4 communes du Nord-Isère.

La famille peut prendre directement contact avec la référente du parcours RARE.

Le Rare travaille en lien avec les acteurs locaux de l'éducation, du soin, des loisirs et du secteur social pour proposer des actions d'information et des ateliers collectifs en lien avec la réussite éducative

Contact :

elsa.castro-mouille@sqf38.fr // 06 32 94 93 25

Académies

Les Académies des Petits, des Arts et des Sports débutent à partir de la semaine 38 (2024) et se terminent la semaine 25 (2025) (hors vacances scolaires) sur les différentes structures de la commune : Gymnase du Loup, Espace Culturel G. Sand, Centre de l'Enfance, Nymphéa, Complexe de la raquette, etc.



Début des inscriptions pour les St-Quentinois : Mardi 3 septembre 2024 à 9h à la Maison des Habitants ; mercredi 4 septembre 2024 toute la journée au Nymphéa ; jeudi 5 septembre journée et vendredi 6 septembre matin à la Maison des Habitants de 9h à 12h.

Puis inscriptions ouvertes à tous au Forum des associations vendredi 6 septembre 2024 de 17h à 20h.

Les inscriptions se prolongent dans la limite des places disponibles à partir du lundi 9 septembre, à la Maison des Habitants et au Nymphéa. Inscription à l'année selon le quotient familial.

Questionnaire médical obligatoire à l'inscription pour toutes les activités physiques (y compris le cirque et la danse pour l'Académie des Arts), avec signatures des deux parents ; valables 3 ans, il doit être daté au-delà du 1^{er} juillet 2022.

La Maison des Habitants propose des Académies 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 de chaque jeune Saint-Quentinois.

Pour les 3/5 ans :

● Académie des Petits - Centre de l'Enfance

Grâce à des jeux d'éveil sportifs et variés, ainsi que des activités artistiques, l'enfant développe ses capacités motrices et sa créativité.

> Mardi de 16h45 à 18h

> Samedi de 10h à 11h15

Tarif annuel au quotient familial à partir de 20€

Pour les 6/11 ans :

● Académie des Sports Au Gymnase du Loup

Découvrir et s'initier à différentes activités durant la saison, parmi les sports d'équilibre, d'opposition et collectifs.

> Mercredi de 9h à 11h (à 11h : à l'issue de la séance, accompagnement possible des enfants inscrits à l'Accueil de Loisirs)

Tarif annuel au quotient familial à partir de 23€

Académies

● Académie des Arts - Espace Culturel George Sand

Découvrir et s'initier à différentes activités artistiques et culturelles durant l'année scolaire parmi : Théâtre, Art visuel, Photographie, Percussion, Danse, Magie...

Tarif annuel au quotient familial à partir de 23€

● Théâtre et Danse africaine - Nymphéa **NOUVEAU!**

> Mercredi de 13h30 à 15h30

● Musique, Jeu de rôle, Magie - Espace Culturel George Sand

> Samedi de 9h30 à 11h30

Pour les 9/13 ans :

Encourager l'enfant à s'investir dans une activité de son choix où il se perfectionne techniquement en collaboration avec une association locale. Tarif annuel au quotient familial à partir de 21€

● Natation - piscine Bellevue **NOUVEAU!**

> Mercredi de 17h15 à 18h45

● Théâtre - Nymphéa

> Mercredi de 16h à 17h30

● Danse Africaine et percussions - Espace George Sand

> Samedi de 10h à 11h30

● Équitation - Centre équestre des Allinges

> Jeudi de 17h à 19h (*trêve hivernale*)
(En partenariat avec le Galop des Allinges)

● Danse Urbaine - Gymnase du Loup

> Jeudi de 17h30 à 19h

● Tennis - Complexe Raquette

> Vendredi de 17h15 à 18h45

Pour les 11/17 ans :

● Académie Créa Jeux vidéo :

Destinée aux jeunes âgés de 11 à 17 ans et centrée autour des jeux vidéo et de la création multimédia, cette académie offre une opportunité aux participants d'approfondir leurs compétences et connaissances numériques. Les activités comprennent l'apprentissage des bases du codage avec la création de jeux vidéo personnalisés, la participation à des jeux vidéo collectifs, tant collaboratifs que compétitifs. sensibilisation et prévention, exploration de la culture geek, introduction à la robotique, l'impression 3D, la photographie, la vidéo, etc.
Tarif annuel au quotient familial à partir de 8€

> Lundi et jeudi de 17h15 à 18h45

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Matin			<p>Académie des Sports 6/11 ans Gymnase du Loup 9h - 11h</p>			<p>Académie des Petits 3/5 ans Centre de l'Enfance 10h - 11h15</p> <p>Académie des Arts 6/11 ans Espace George Sand 9h30 - 11h30</p> <p>Nouveau ! Percussions 9/13 ANS Espace George Sand 10h-11h30</p>
Après-midi	<p>Académie Créa Jeux vidéo à partir de 11 ans Arobase 17h15 - 18h45</p>	<p>Académie des Petits 3/5 ans- Centre de l'Enfance 16h45 - 18h</p> <p>PIAJ 11-17ans Atelier aux Moines 16h30 - 18h</p>	<p>Nouveau ! Académie des arts 6-11 ans Nymphéa 13h30-15h30</p> <p>Théâtre 9/13 ans Nymphéa 14h30 - 16h</p> <p>PIAJ 11-17ans Local Jeunes ou Atelier aux Moines 14h - 17h</p> <p>Nouveau ! Piscine 9-13 ans Piscine Bellevue 17h15-18h45</p>	<p>Équitation 9/13 ans Centre équestre 17h - 19h</p> <p>Académie Créa Jeux vidéo à partir de 11 ans Arobase 17h15 - 18h45</p> <p>Danse urbaine 9/13 ans Gymnase 17h30 - 19h</p>	<p>Tennis 9/13ans Complexe Raquette 17h15 - 18h45</p> <p>PIAJ 11-17ans Local Jeunes 17h30 - 19h</p>	

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.

Inscriptions :

Début des inscriptions pour les St-Quentinois : Mardi 3 septembre 2024 à 9h à la Maison des Habitants ; mercredi 4 septembre 2024 toute la journée au Nymphéa ; jeudi 05 septembre journée et vendredi 06 septembre matin à la Maison des Habitants de 9h à 12h.

Puis inscriptions ouvertes à tous au Forum des associations vendredi 6 septembre 2024 de 17h à 20h.

Les inscriptions se prolongent dans la limite des places disponibles à partir du lundi 9 septembre, à la Maison des Habitants et au Nymphéa.

Inscription à l'année selon le quotient familial.



Arabase

● Atelier numérique (niveau débutant)

À destination des adultes débutants, ces ateliers ont pour objectif la réduction de la fracture numérique. On 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 > vendredi de 14h30 à 16h

Tarif annuel au quotient familial à partir de 15€



● Atelier numérique (niveau intermédiaire)

Cet atelier est proposé aux adultes qui sont plus à l'aise avec les outils numériques. On développe les bons réflexes en terme de sécurité sur le web. On apprend l'utilisation de la messagerie, du traitement de texte, d'application de retouche photo, etc.

Temps d'accueil > lundi de 14h30 à 16h

Tarif annuel au quotient familial à partir de 15€



Arobase

● Atelier numérique (niveau avancé)

Un club multimédia avec un contenu « à la carte » pour les adultes plus expérimentés. En fonction des besoins de chacun, on approfondit des notions plus complexes telles que l'installation des applications, les réseaux sociaux, l'utilisation avancée du smartphone, etc. Le contenu est enrichi au fil des séances par les questions et les apports de chaque participant.

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

Tarif annuel au quotient familial à partir de 15 €



● Stages multimédias

Organisés tout au long de l'année en fonction des demandes des habitants, ces stages de courte durée (2 à 8 séances) sont destinés à tous les publics. Création de BD sur ordinateur, prise en main de son smartphone, montage photo ou vidéo et autres activités multimédias. Ces stages permettent de développer ses compétences numériques mais aussi sa fibre artistique.

Tarif 2€ la séance

Règlement et inscription directement à l'Arobase.



Arobase

● Accès libre

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

Accueils spécifiques :

Jeux vidéo (Playstation 5, Nintendo Switch, Retrogaming, Réalité virtuelle) > mercredi de 16h à 18h

Démarches en ligne > jeudi de 14h à 16h

Accès libre annuel adulte st-quentinois : 15€

8/17 ans, demandeurs d'emploi st-quentinois (suivi par la Direction des Solidarités) : 5€

Accès libre tarif horaire de navigation pour le St-Quentinois hors abonnement : 1€

Règlement et inscription directement à l'Arobase.

Contact

arobase@sqf38.fr // 04 74 94 14 19



Jeunesse

Point Information Accueil Animation Jeunes (PIAJ) 11/17 ans :

Un espace encadré par des animateurs qualifiés : un lieu destiné au rassemblement des jeunes, à la conception et à la réalisation de projets, ainsi qu'à la participation à des activités de détente et de loisirs. Un animateur est dédié aux jeunes âgés de 11 à 13 ans, et un autre aux jeunes de 13 à 17 ans.



Cotisation annuelle : 5€ (participation supplémentaire entre 1€ ou la moitié du coût en fonction de l'activité).

Une soirée et une sortie par période. Voir la programmation sur le site internet de la commune et les réseaux sociaux.

Horaires :

- > Mardi à l'Atelier de 16h30 à 18h (Place du Héron)
- > Mercredi au Local Jeunes de 14h à 17h
- > Vendredi de 17h à 19h au Local Jeunes

● Pendant les vacances scolaires :

Programmes différenciés pour les 11-13 ans et les 13-17 ans

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

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

Tarif au quotient familial à partir de 1,60€ jusqu'à 8,80€ la demi-journée. Repas à partir de 2,70€ jusqu'à 4,10€

PIAJ 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.

Retrouvez les programmes sur le www.st-quentin-fallavier.fr et les réseaux sociaux.

Jeunesse

Mini camps hiver et été

● **ALSH 11-13 ans** : des mini camps sont organisés. Inscriptions à une journée complète et 2 demi-journées sur une même semaine à l'ALSH 11-13 ans en plus du camp au cours du mois.

Dates d'inscriptions : voir le livret mémo transmis à l'inscription.

Bons VACAF acceptés l'été.

● **PIAJ 13/17 ans** : aucun séjour n'est proposé après 14 ans ! C'est aux jeunes de se rapprocher des animateurs du PIAJ ou l'agent de médiation pour bénéficier d'un accompagnement dans l'élaboration de leur projet. Propice à l'émancipation des jeunes, c'est une action riche en contenu pédagogique : se projeter, s'organiser, apprendre à gérer un budget, partager ses idées, apporter ses compétences, se sentir valorisé, apprendre et découvrir, le tout dans un cadre bienveillant en toute sécurité.

Possibilité d'autofinancer le projet par une action culturelle et citoyenne, pour l'amélioration du cadre de vie de la Commune.

Tarif en fonction du quotient familial et de la destination.

Et aussi

Des ateliers multimédias et des stages seront proposés aux jeunes (Académie Créa Jeux Vidéos, ...) Cf pages 10 et 14.



Jeunesse

Conseil Jeunes



La mise en place d'un Conseil Jeunes (CJ) dans la continuité du Conseil Municipal Enfants (CME) revêt une importance primordiale pour les élus de la commune de Saint-Quentin-Fallavier.

Les jeunes, à partir de la 5^{ème}, sont encouragés à s'inscrire et à participer activement à ce conseil. Ils ont ainsi l'opportunité de réaliser des projets citoyens qui leur tiennent à cœur, tout en représentant leur commune

lors d'événements locaux. De plus, ils ont la possibilité de concevoir des projets d'envergure nationale voire internationale.

Grâce à l'aide des services municipaux et à l'écoute de leurs aînés, ces jeunes bénéficient d'un soutien nécessaire pour mener à bien leurs initiatives. Travaillant en groupe sur des thèmes qui les intéressent, ils ont également accès à des activités culturelles enrichissantes.

Les réunions du Conseil Jeunes se tiennent de façon hebdomadaire, le mercredi de 17h à 18h à la Maison des Habitants, offrant ainsi un cadre propice à la collaboration et à l'échange d'idées entre les jeunes citoyens de la commune.

Contact : maisondeshabitants@sqf38.fr // 06 45 06 35 45



Prévention jeunesse

Chantiers éducatifs jeunes

Pendant certaines périodes de vacances, des chantiers éducatifs sont organisés pour les jeunes de la commune. Ces chantiers durent 20 heures par semaine et visent à soutenir les services municipaux et à préserver le patrimoine local.

Les participants acquièrent une première expérience professionnelle et se sentent valorisés en s'engageant dans des actions collectives et citoyennes.

Les jeunes de 16 à 17 ans peuvent y participer pendant les vacances de printemps et d'été.

En plus de cette expérience, ils reçoivent une gratification pour soutenir leurs projets personnels.

Les modalités d'inscription incluent l'envoi d'une lettre de motivation et d'un CV à l'attention de Mr Le Maire.

Par ailleurs, la Maison des Habitants propose des ateliers d'écriture pour améliorer les compétences rédactionnelles des jeunes, ce qui peut les aider dans leurs futures démarches professionnelles.

Point Écoute - Conseil - Orientation (É.C.O)

Les jeunes ainsi que leurs parents peuvent bénéficier d'un soutien et d'un accompagnement pour diverses démarches personnelles ou collectives, telles que l'orientation scolaire et professionnelle, les difficultés familiales et sociales, etc. Ces services sont accessibles sur rendez-vous au Local Jeunes ou au Nymphéa.

Contact: joseph.sibarita@sqf38.fr // 06 72 15 85 97

Médiation sociale, soutien aux jeunes adultes, aide et accompagnement

Le médiateur social assure une veille auprès des habitants et met en place des actions favorables à l'amélioration de situations conflictuelles. Présent dans les différents lieux de la commune, il tente de maintenir le lien avec les jeunes en situation de rupture sociale, d'isolement et une fois majeur, il met en place des actions de prévention, d'accompagnement vers l'emploi et les loisirs, sous la forme d'engagement citoyen. Il favorise l'autonomie chez les jeunes par un accompagnement dans les démarches, une orientation vers le bon interlocuteur et vers les partenaires locaux.

Contact: joseph.sibarita@sqf38.fr // 06 72 15 85 97

Prévention jeunesse

Promeneur du net

Créer, maintenir le lien, écouter, conseiller, soutenir : Promeneur du Net, c'est une autre manière d'être en relation avec les jeunes sur Internet.

Le Promeneur du Net, dans le cadre d'une convention signée avec la CAF de l'Isère, assure une veille éducative sur internet auprès des jeunes de 13 à 25 ans.



À l'écoute des jeunes sur les réseaux sociaux, **Sébastien**, le promeneur du net, intervient auprès d'eux en cas de harcèlement en ligne.

Il les accompagne également dans leurs projets, leur propose des informations susceptibles de les intéresser, répond à leurs questions et met en place des actions de prévention et de sensibilisation aux risques du web.

>>> Flashez moi pour me trouver sur les réseaux !



Facebook



Instagram



Snapchat



Vivre ensemble



Les rythmes effrénés de nos vies, les horaires parfois décalés et les multiples engagements constituent autant de défis auxquels nous faisons face au quotidien. Trouver un équilibre entre nos responsabilités professionnelles, familiales et personnelles peut parfois sembler être un véritable défi.

C'est pourquoi la Maison des Habitants vous propose une variété d'activités et de services conçus pour répondre à vos besoins et à ceux de votre famille. Que vous souhaitiez participer seul(e) ou en couple, nous sommes là pour vous accompagner dans votre quête de bien-être et d'épanouissement.

Atelier 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 (APE)

Rejoignez-nous dans un environnement chaleureux et propice aux jeux, où vous pourrez partager des moments privilégiés avec votre enfant âgé de 0 à 3 ans et rencontrer d'autres parents. C'est l'occasion idéale pour les enfants de découvrir le monde qui les entoure en toute sécurité, en présence réconfortante de leurs parents, grands-parents ou assistantes maternelles, et de se préparer en toute sérénité à leur entrée à l'école maternelle.

Présence sur rdv au 04 69 42 04 20 de la puéricultrice de la PMI au Nymphéa, pour les consultations nouveau-nés et questions diverses.

Horaires :

> Mardi de 8h45 à 11h30 au Nymphéa.

> Vendredi de 8h45 à 11h30 (hors vacances scolaires) au Centre de l'Enfance.

> Un samedi par période de 9h30 à 11h30 au Centre de l'Enfance.
(Cf informations sur le SQMois.)

Vivre ensemble

Ce soir, je sois mes parents

Cette initiative vous offre l'opportunité de partager un moment convivial autour de différentes thématiques telles que les émotions, l'adolescence ou le harcèlement. Organisées trois fois par an, ces rencontres comprennent :

- Un temps d'animation pour les enfants, encadré par des animateurs.
- Un temps d'échanges pour les adultes, animé par un intervenant.
- Un repas partagé pour clôturer ce moment d'échange.

Calendrier et lieu à définir.



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).

- Des sorties sont organisées selon une programmation, d'autres peuvent être organisées à votre initiative.

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.

Calendrier et lieu à définir.

Tarif par famille en fonction de l'activité.

Vivre ensemble

Récré Ludo

En famille, entre amis, entre voisins, seul ou à plusieurs ; venez partager un temps d'animation.

- **Les mercredis** de 14h à 16h au Nymphéa ou en extérieur aux beaux jours.
- **En soirée** : des temps de jeux sont organisés une fois par vacances en collaboration avec le PIAJ.
- **Pendant les vacances d'été** : en extérieur, venez jouer dans les jardins publics et sur les placettes des différents quartiers.
- **Dans différents lieux lors d'événements** : Quinzaine de la parentalité, Semaine du jeu, programmation des vacances...



Parta' Jeux

Venez emprunter gratuitement des jeux à la Ludothèque le mercredi de 14h à 16h au Nymphéa.

Récré Cuisto

Venez proposer vos recettes, cuisiner et déguster en famille des petits plats et des desserts faciles à réaliser et à refaire chez soi.

- Un jour par période de 10h à 14h.
Entrée libre, sur inscription. (Cf informations sur le SQMois).

Objectif Bien-être

Dans un lieu convivial et propice à la discussion, ces ateliers ont pour objectifs de faciliter l'épanouissement de toutes les personnes par l'intermédiaire d'astuces et de conseils sur le bien-être, l'hygiène de vie et l'estime de soi.

- **Au Local Jeunes** : un jeudi par mois de 14h à 16h
Entrée libre. (Cf informations sur le SQMois).

Vivre ensemble

Ateliers

La Maison des Habitants offre une variété d'ateliers et de stages ouverts à tous, offrant la possibilité de découvrir des activités manuelles, sportives ou culturelles dans une atmosphère conviviale. Ces sessions sont encadrées par des professionnels qualifiés ainsi que des bénévoles.

Inscriptions :

Début des inscriptions pour les St-Quentinois : Mardi 3 septembre à 9h à la Maison des Habitants ; mercredi 4 septembre toute la journée au Nymphéa ; jeudi 5 septembre journée et vendredi 6 septembre matin à la Maison des Habitants de 9h à 12h.

Une demi-journée d'inscription à la Gym Prévention Santé s'organisera au sous-sol de la Maison des Habitants le lundi 2 septembre de 13h30 à 16h30 pour réduire le temps d'attente aux personnes à mobilité réduite.

Puis inscriptions ouvertes à tous au Forum des associations le vendredi 6 septembre de 17h à 20h.

Les inscriptions se prolongent dans la limite des places disponibles à partir du lundi 9 septembre, à la Maison des Habitants et au Nymphéa. Inscription à l'année selon le quotient familial.

Les ateliers se déroulent de la semaine 38 (2024) à la semaine 25 (2025) (hors vacances scolaires).

Certificat médical obligatoire à l'inscription pour toutes les activités physiques. Valable 3 ans, il doit être daté au-delà du 1^{er} juillet 2022.

Bulle d'éveil (9 - 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.

Au Centre de l'Enfance

> Lundi à partir de 8h45

2 créneaux horaires vous seront proposés. Séances d'une 1h selon les âges, encadrées par une psychomotricienne.

Tarif annuel au quotient familial à partir de 39€.



Vivre ensemble

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...

À l'Espace Culturel George Sand

> Mercredi de 17h45 à 18h45

Tarif annuel au quotient familial à partir de 50€

Yoga

L'intervenante propose des exercices de relaxation axés sur la respiration, des postures, des étirements variés, avec un suivi individualisé.

À l'Espace Culturel George Sand

> Mardi de 18h30 à 20h (niveau confirmé)

> Mercredi matin de 9h à 10h30 (senior)

> Mercredi de 19h à 20h30 (niveau tout public)

Tarif annuel au quotient familial à partir de 45€



Qi Gong

Le Qi Gong permet progressivement et en douceur d'accomplir des mouvements de plus en plus amples. Sa pratique régulière contribue à améliorer la souplesse puisque les exercices d'étirement et de mouvements proposés par le Qi Gong délient les articulations.

À l'Espace Culturel George Sand

> Mardi de 14h à 15h

Tarif annuel au quotient familial à partir de 52€

Vivre ensemble

Danses africaines et percussions

Au Nymphéa

> Lundi de 18h à 19h30

Tarif annuel au quotient familial à partir de 60€



Gym prévention santé (Seniors)

Atelier destiné aux personnes souhaitant renouer avec une pratique physique régulière.

Au Gymnase (salle d'haltérophilie)

> Jeudi et vendredi de 9h15 à 10h15

> Nouveau : Un cours supplémentaire pendant la première semaine de chaque vacances.

Tarif annuel au quotient familial à partir de 55€



Vivre ensemble

Gym'adultes

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

Au Nymphéa

- > Mardi de 18h à 19h (Pilates)
- > Mardi de 19h15 à 20h15 (Renforcement musculaire)
- > Jeudi de 18h45 à 19h45 (Stretching et mobilité) et de 19h45 à 20h45 (Pilates)
- > Vendredi de 10h à 11h (Renforcement musculaire)

À l'Espace Culturel George Sand

- > Mardi de 15h15 à 16h15 (Renforcement musculaire)
 - > Vendredi de 15h à 16h (Pilates)
- Tarif annuel au quotient familial à partir de 38€

NOUVEAU!

Danses de salon

La Danse de Salon est accessible à tous. Pratiquée individuellement (Madison, Twist, Charleston) en couple ou en groupe, cette discipline favorise la convivialité, le relationnel, le lien social.

Horaire et lieu à définir

Tarif annuel au quotient familial à définir

Bodyart

Un entraînement complet du corps et de l'esprit. Une assiduité aux cours est recommandée. Travaillez en un seul cours : souplesse, force, cardio, endurance, respiration, coordination et équilibre.

Au Gymnase du Loup

- > Vendredi de 19h à 20h
- Tarif annuel au quotient familial à partir de 31€

NOUVEAU!

Tennis

Au Complexe Raquette

- > Vendredi de 18h45 à 20h15

Au Complexe Raquette

- > Vendredi de 18h45 à 20h15

Tarif annuel au quotient familial à partir de 49€

Vivre ensemble

Les ateliers créatifs

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

À la Maison des Habitants

> Lundi de 13h45 à 16h15 ou de 19h à 21h30

> Mardi de 19h à 21h30

> Jeudi de 8h45 à 11h15 ou de 19h à 21h30

Tarif annuel au quotient familial à partir de 81€

- **Ateliers créatifs** : Activités manuelles diverses et variées.

À la Maison des Habitants > Mardi de 13h30 à 16h30

Tarif annuel au quotient familial à partir de 9€

Au Nymphéa

> Mardi de 18h30 à 20h30 (nouveau) et vendredi de 9h à 11h avec un intervenant. Tarif annuel au quotient familial à partir de 42€

- **Dentelle au fuseau**

À la Maison des Habitants > Vendredi de 13h30 à 16h30

Tarif annuel au quotient familial à partir 9€

Apprentissage du Français

Vous souhaitez être accompagné dans l'apprentissage du Français courant (lu, parlé, écrit), retrouvez-nous dans une ambiance conviviale.

À la Maison des Habitants > Lundi et jeudi de 13h45 à 16h
Possibilité de séances au Nymphéa, en fonction des demandes.
Activité gratuite sur inscription.

Anglais

Atelier de conversation anglaise s'adressant à toute personne à partir de 16 ans ayant déjà pratiqué, quel que soit son niveau actuel.

À la Maison des Habitants

> Mercredi à partir de 17h30 (groupes de niveaux)

Tarif annuel au quotient familial à partir de 42€

NOUVEAU!

Italien

Atelier de conversation Italienne s'adressant à toute personne à partir de 16 ans ayant déjà pratiqué, quel que soit son niveau actuel.

À la Maison des Habitants > Mardi à partir de 18h (groupes de niveaux)

Tarif annuel au quotient familial à partir de 48€

Stages

Des stages vous sont proposés tout au long de l'année (couture, cuisine, art floral, image de soi, éveil musical, mangas, sport, multimédia) et d'autres peuvent être mis en place selon vos demandes. Calendrier et lieu à définir. Tarif en fonction du quotient familial et du stage. (Cf informations sur le SQMois).

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Matin	<p>Bulle d'Eveil à partir de 5 mois à partir de 8h45 Centre de l'Enfance</p>		<p>Yoga senior 9h - 10h30 Espace George Sand</p> <p>Atelier numérique (avancé) 10h - 11h30 / Arobase</p>	<p>Couture 8h45 - 11h15 Maison des Habitants</p> <p>Gym prévention santé 9h15 - 10h15 Gymnase du Loup</p>	<p>Gym prévention santé 9h15- 10h15 / Gymnase</p> <p>Ateliers Créatifs 9h-11h / Nymphéa</p> <p>Balade dont vous êtes le héros 1 fois par mois de 9h à 11h 10km au départ des Moines ou du Centre-Ville</p> <p>Gym'adultes 10h - 11h / Nymphéa</p>
Après-midi / soirée	<p>Couture 13h45 - 16h15 Maison des Habitants</p> <p>Apprentissage du français 14h - 16h Maison des Habitants</p> <p>Atelier numérique (intermédiaire) 14h30 - 16h / Arobase</p> <p>Danses de salon Horaire et lieu à définir</p> <p>Danses africaines et percussions 18h - 19h30 / Nymphéa</p> <p>Couture 19h - 21h30 Maison des Habitants</p>	<p>Mardis créatifs 13h30 - 16h30 Maison des Habitants</p> <p>Qi gong 14h - 15h Espace George Sand</p> <p>Gym'adultes 15h15 - 16h15 Espace George Sand</p> <p>Gym'pilate 18h - 19h / Nymphéa</p> <p>Italien Nouveau ! 18h - Maison des Habitants</p> <p>Gym' Renfo Musculaire 19h15 - 20h15 / Nymphéa</p> <p>Atelier créatif Nouveau ! 18h30 - 20h30 / Nymphéa</p> <p>Yoga confirmé 18h30 - 20h Espace G. Sand</p> <p>Couture 19h - 21h30 Maison des Habitants</p>	<p>Sophrologie 17h45 - 18h45 Espace George Sand</p> <p>Anglais 17h30 Maison des Habitants</p> <p>Yoga pour tous 19h - 20h30 Espace George Sand</p>	<p>Apprentissage du français 14h - 16h Maison des Habitants</p> <p>Couture 19h - 21h30 Maison des Habitants</p> <p>Gym stretching et mobilité 18h45 - 19h45 Espace George Sand</p> <p>Gym'pilate 19h45 - 20h45 Espace George Sand</p>	<p>Atelier numérique (débutant) 14h30 - 16h / Arobase</p> <p>Dentelle au fuseau Vendredis créatifs 13h30 - 16h30 Maison des Habitants</p> <p>Gym'pilate 15h - 16h Espace George Sand</p> <p>BodyART 19h - 20h Gymnase du Loup</p> <p>Tennis Nouveau ! 18h45 - 20h15 Complexe Raquette</p>

Activités libres



Notre objectif est de promouvoir le vivre-ensemble et de tenir compte des désirs de chacun. La Ville encourage l'initiative et la concrétisation de nouveaux projets en offrant des activités gratuites et ouvertes à tous, sans nécessité d'inscription préalable. Vous pouvez consulter les informations sur le programme du SQMois.

Balade dont vous êtes le héros

Explorez la «Balade dont vous êtes le héros» en rejoignant le point de départ devant la Maison des Habitants ou le Nymphéa. Ensemble, le groupe décide du parcours de la balade dans les environs de Saint-Quentin-Fallavier, adapté à son niveau et variant entre 5 et 10 kilomètres.

> Vendredi, une fois par mois, de 9h à 11h. Participation libre



Un pas devant l'autre

Faites un pas devant l'autre avec nos balades autour du lac : une promenade facile et relaxante. Profitez de l'exercice doux, des conversations et de la nature.

Consultez notre calendrier pour les dates et lieux à venir.

Activités libres

Karaoké

Une activité complète pour se détendre, se divertir et gagner en confiance en soi. Rejoignez-nous !

Au Nymphéa : Un vendredi par mois. Entrée libre.

L'Atelier

Situé à proximité de la place du Héron, L'Atelier vous accueille chaque semaine pour des moments de convivialité. Ces rencontres sont l'occasion de tisser des liens entre les résidents de la commune. Notre objectif est de développer des projets en recueillant les idées et les suggestions des habitants afin d'améliorer la qualité de vie dans le quartier. Ensemble, nous pouvons envisager des événements tels que des fêtes de quartier, des initiatives d'économie d'énergie ou des aménagements des espaces publics.

À l'Atelier : mardi de 13h30 à 16h30

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 sont ensuite élaborés par les différents groupes (projet "économie d'énergie", Semaine des droits des Femmes, week-end en famille, aide au départ en vacances...).

Horaires :

- > Le Lundi de 14h à 16h30 à au Nymphéa
- > Le Mercredi de 8h45 à 11h au Local Jeunes
- > Le Jeudi de 14h30 à 16h au Local Jeunes



Initiatives solidaires

Engagement bénévole

Nous sommes constamment à la recherche de bénévoles pour diverses activités telles que l'atelier d'apprentissage du français, les stages, le CLAS (accompagnement à la scolarité) au niveau élémentaire et au collège, etc.

Opération « Coussins-cœurs »

Les coussins-cœurs sont conçus pour soulager les douleurs post-opératoires des patients atteints du cancer du sein. Nous organisons une collecte de ces coussins en vue de leur redistribution à une association luttant contre le cancer du sein. Vous pouvez apprendre à les confectionner lors d'un atelier dont le tutoriel est disponible à l'accueil de la Maison des Habitants.

Rejoignez-nous pour une journée solidaire le dimanche 13 octobre au Médian, où nous créerons ensemble ces coussins-cœurs.

« Les Bouchons de l'Espoir »

Nous collectons les bouchons en plastique alimentaire à l'Accueil pour soutenir l'action de cette association en faveur des personnes en situation de handicap.

« Tricoter pour les prématurés »

Rejoignez-nous à l'Atelier du quartier des Moines pour tricoter des layettes pour les bébés prématurés, tous les mardis du mois de novembre. Vos dons seront remis au service des prématurés de l'hôpital Mère-Enfant.

> Mardi de 13h30 à 16h30

Entrée libre.



Infos pratiques

Grands événements

St-Quentin en Fête

1^{er} septembre 2024 à Tharabie

Salon de l'art de la Récupération et du Fil

Dimanche 13 octobre 2024 au Médián

Journée de lutte contre les Violences intra-familiales et le harcèlement

Novembre 2024

Festillons

Décembre 2024

Semaine des droits des Femmes

du 3 mars au 8 mars 2025

Faites du sport !

Printemps 2025

Quinzaine de la parentalité

du 1^{er} au 15 juin 2025

Fête des Académies **NOUVEAU**

Mai-Juin 2025

Projet Ensemble

Juin 2025

St-Quentin en fête

Septembre 2025

Infos pratiques



Au Nymphéa

Département

- > Entretien avec l'assistante sociale le mardi matin sur rendez-vous au 04 69 42 04 20
- > Consultation sur rendez-vous avec l'infirmière puéricultrice de la PMI (Protection Maternelle et Infantile) pour les parents et leurs jeunes enfants le mardi de 9h30 à 11h30 au 04 69 42 04 20.

Autres services municipaux :

- > Direction des Solidarités Emploi/social le vendredi matin sur rendez-vous au 04 74 94 80 43.

À la Maison des Habitants

Service 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 2025, en cours d'année scolaire pour tout nouvel arrivant.
Renseignements : 04 74 94 88 00

Dans certains équipements de la commune

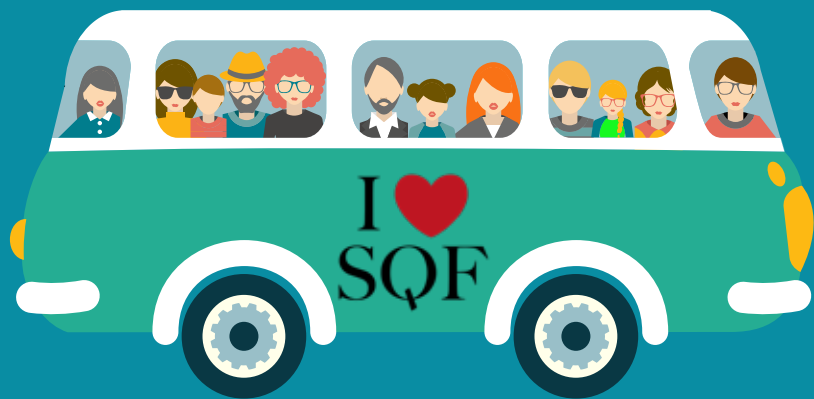
Les habitants et les associations peuvent faire des photocopies. (Tarifs : particuliers à partir de 0,20€ - demandeurs d'emploi (sur justificatif) : 0,10€ - associations st-quentinoises : 0,10€)
Des salles de réunion sont mises gratuitement à la disposition des associations et institutions sur réservation.

TARIFS : 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)
<p>155 Rue des Marronniers Tel. 04 74 94 25 53 maisondeshabitants@st-quentin-fallavier.fr</p>	<p>100 impasse du Héron Tel. 04 74 82 44 08 maisondeshabitants@st-quentin-fallavier.fr</p>
<p>Matin : du lundi au vendredi de 8h30 à 12h00</p> <p>Après-midi : du lundi au vendredi de 13h30 à 17h00</p>	<p>Matin : Mardi, mercredi et vendredi de 8h30 à 12h00</p> <p>Après-midi : Lundi et mercredi de 13h30 à 17h</p>
<p>Fermé certains ponts ainsi qu'une semaine pendant les vacances de fin d'année.</p>	<p>Fermé deux semaines en août, certains ponts ainsi qu'une semaine pendant les vacances de fin d'année.</p>
Le Centre de l'Enfance (centre-ville)	Le Local Jeunes (centre-ville)
<p>50 Rue de l'Hôtel de Ville Tel. 04 74 95 39 24 maisondeshabitants@st-quentin-fallavier.fr</p>	<p>195 Rue des Marronniers (à coté de l'Arobase) maisondeshabitants@st-quentin-fallavier.fr</p>
Arobase (centre-ville)	
<p>195 Rue des Marronniers Tel. 04 74 94 14 19 / arobase@st-quentin-fallavier.fr</p> <p>Accès libre en dehors des temps ateliers. Lundi, mercredi, vendredi de 10h à 12h et de 14h à 18h et jeudi de 14h à 18h. Fermé deux semaines en août, certains ponts ainsi qu'une semaine pendant les vacances de fin d'année.</p>	

La Maison des Habitants



St-Quentin-Fallavier

