

# SQmois

N°201 / AVRIL 2024

L'agenda de la Ville de **St Quentin Fallavier**

## Ça bouge ici !

**MARDI 2**

### ACCUEIL PARENTS ENFANTS

Sensibilisation à l'hygiène bucco dentaire, avec l'intervention de l'UFSBD, 8h45 à 11h30 - Nymphéa  
Entrée libre.

### CINÉ/DÉBAT

#### "LES APPARENCES SONT TROMPEUSES" AVEC ARMAND THOINET

19h30 - Espace G. Sand  
Le récit d'une aventure inédite : le tour de corse en pédalo. La projection est suivie d'échanges avec le réalisateur.  
Gratuit, sur inscription via <https://vu.fr/ldyC>

**VENDREDI 5**

### KARAOKE AVEC CAPTAIN'POP

14h à 16h - Nymphéa.  
Entrée libre.

### CAFÉ-THÉÂTRE

#### "ACCIDENT DE PARCOURS"

20h30 - Espace G. Sand.  
Tarif 10€.  
Rens. et réservations :  
04 74 94 88 00  
[festivites@sqf38.fr](mailto:festivites@sqf38.fr)

**MERC. 10**

### OBJECTIF BIEN-ÊTRE

#### "Comment utiliser les plantes sauvages de notre région ?"

9h30 à 11h30  
Local Jeunes. Entrée libre.

**VENDREDI 12**

### ATELIER ZEN VITALITÉ POUR LES SENIORS :

#### "améliorer son équilibre physique et émotionnel par la médecine chinoise"

9h30 à 11h - Salle des Géraniums. Thème : Comment stimuler ses capacités et sa vitalité à chaque saison : printemps-été ?  
Rens. et inscription à la Direction des Solidarités.

### CINÉ-DÉBAT "MON VIEUX" À DESTINATION DES AIDANTS

14h à 16h30 - Espace G. Sand. Gratuit.  
Ce film présente la relation d'Elie SEMOUN avec son père, atteint de la maladie d'Alzheimer. La projection sera suivie d'un débat avec la salle, animé par un psychologue  
Rens. et inscription à la Direction des Solidarités.  
*En partenariat avec le comité action sociale AGIRC ARRCO.*

**VEND. 12**

### SORTIE LOISIRS

#### Visite du domaine viticole des Braves dans le Beaujolais et balade au Mont-Brouilly

Tarif au quotient familial, inscriptions en cours.

### BALADE DONT VOUS ÊTES LE HÉROS

Départ de la Maison des Habitants à 9h.  
(balade d'environ 8km aux alentours de la commune).

### LES FILMS À AVOIR VU AU MOINS UNE FOIS DANS SA VIE, SÉLECTION IMAGINÉE PAR LE CONSEIL MUNICIPAL ENFANTS "Intouchable"

20h30 - Espace George Sand  
Gratuit, Inscriptions à la Maison des Habitants.

**MERCREDI 17**

### SPECTACLE JEUNE PUBLIC ET FAMILIAL « RETOUR À LA TERRE »

14h30 - Espace G. Sand  
Tarif unique 5€  
Rens. et réservations  
04 74 94 88 00  
[festivites@sqf38.fr](mailto:festivites@sqf38.fr)

**JEUDI 18**

### ATELIER BIEN-ÊTRE POUR LES SENIORS

#### Comment nourrir son cerveau : concentration, mémorisation, attention ? Quels sont les aliments bénéfiques ?

14h à 16h - Salle des Géraniums. Inscription à la Direction des Solidarités.

**VENDREDI 19**

### CONFÉRENCE HAPPY VISIO POUR LES SENIORS :

#### "Comment vivre sa vie sentimentale quand on est seul ?"

14h à 16h - Salle des Géraniums.  
Sur inscription à la Direction des Solidarités.

**VENDREDI 26**

### MARCHÉ AUX FLEURS

14h à 19h - Place de l'Hôtel de Ville.  
Retrouvez plants, fleurs, arbustes, etc.  
Vente de composteurs et lombricomposteurs par le Syndicat Mixte Nord Dauphiné (Sur réservation en Mairie avant le 15/04).

## PROGRAMMATION VACANCES DE PRINTEMPS DU 15 AU 26 AVRIL

**LUN. 15**

VACANCES CRÉATIVES "SCRAPBOOKING",  
14h à 16h - Nymphéa.  
Gratuit, sur inscription.

● STAGE "PRENDRE EN MAIN SON SMARTPHONE", les 15, 17, 18 et 19, de 14h à 16h à l'Arobase. Au programme : fonctions de base, photo, applications...  
Tarif 8€, sur inscription auprès de l'Arobase

**MARDI 16**

SORTIE LOISIRS "MUSÉE DE LA MINE", À SAINT-ETIENNE (42)  
8h30 - 16h. Tarif au quotient familial, inscriptions en cours

● ACCUEIL PARENTS ENFANTS 0-3 ANS, ACTIVITÉS LUDIQUES ET CRÉATIVES ADAPTÉES ET PROPOSÉES POUR LES ENFANTS ET LEURS PARENTS  
Les **mercredis 17 et 24 de 8h45 à 11h30**, au Nymphéa.  
Entrée libre

● RÉCRÉ LUDO, JEUX DE SOCIÉTÉ 0-99 ANS  
**Mercredi 17 de 14h à 17h**, avec la présence de Déclik Ludik et le **vendredi 19 de 9h à 11h30** au Nymphéa. Entrée libre

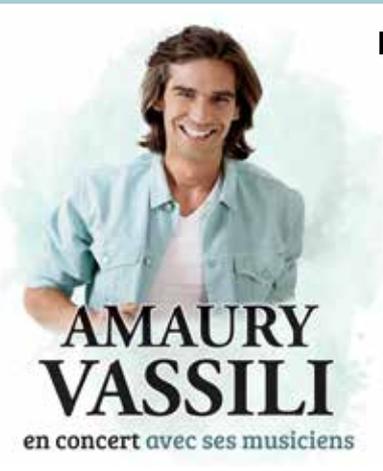
● STAGE CIRQUE DE 3 À 11 ANS  
**du lundi 22 au vendredi 26 de 9h à 12h** (3 groupes selon l'âge à raison d'une heure par groupe). Tarif au quotient familial, inscriptions en cours.

**MARDI 23**

SORTIE LOISIRS "BOIS DES LUTINS" À DIEMOZ  
9h30 à 16h. Tarif au quotient familial, inscriptions en cours.

**JEUDI 25**

RÉCRÉ LUDO À LA MÉDIATHÈQUE, JEUX DE SOCIÉTÉ 0-99 ANS  
15h30 à 17h. Entrée libre



**AMAURY VASSILI**  
en concert avec ses musiciens

**DIMANCHE 28 AVRIL  
15H AU MÉDIAN**

Tarifs : 15€ / 25€ / 30€

Réservations :  
04 74 94 88 00  
[festivites@sqf38.fr](mailto:festivites@sqf38.fr)

*Pour les personnes ayant reçu des places dans les colis de Noël, merci de confirmer votre présence.*

# Agenda / Permanences

## ● VISITEZ LE CHÂTEAU DE FALLAVIER

Dimanche et jours fériés de 14h30 à 18h30. Entrée libre.

## ● EXPOSITION "BÂTIR EN TERRE CRUE"

Les mercredis, samedis et dimanches de 14h à 18h (sauf jours fériés) aux Dépendances de la Maison-Forte des Allinges. Gratuit.

## ● PERMANENCES SOCIALES ET NUMÉRIQUES

Vendredis 5 et 12 de 8h30 à 12h, au Nymphéa.

## ● ACCUEIL PARENTS ENFANTS 0-3 ANS, ACTIVITÉS LUDIQUES ET CRÉATIVES ADAPTÉES ET PROPOSÉES POUR LES ENFANTS ET LEURS PARENTS

Vendredis 5 et 12 au Centre de l'Enfance les mardis 9 et 30 au Nymphéa de 8h45 à 11h30.

## ● CYCLE POUR LES SENIORS "ACTIVER SON BIEN-ÊTRE AVEC LA SOPHROLOGIE" pour aborder des techniques de relaxation et outils concrets pour un bien-être corporel et mental.

Séance information/découverte le mardi 9 de 10h à 11h30 à la Salle des Géraniums.

Gratuit. Rens. et inscription à la Direction des Solidarités. Suivie de 9 séances les mardis matins à partir du 30 avril jusqu'au 25 juin.

## ● PERMANENCES PAR L'ASSOCIATION ACTIONM :

Étude gratuite de vos besoins et contrats en matière de complémentaire santé mercredi 10. Sur rendez-vous

à la Direction des Solidarités.

## ● PERMANENCES DU PIMMS MÉDIATION

Tous les mercredis de 14h à 16h30 sans rendez-vous à la Direction des Solidarités.

## ● ROMPRE LA SOLITUDE : TEMPS D'ACCUEIL AUTOUR D'UN CAFÉ

avec l'Association OXYGEM, tous les mercredis de 9h30 à 12h à la salle des Géraniums. Entrée et discussions libres, activités manuelles, jeux...

Transport possible à la demande assuré par l'Association OXYGEM. Rens. à la Direction des Solidarités.

## ● ACCUEIL "AUTONOMIE ET ÉQUILIBRE AUTOUR DE L'ASSIETTE" POUR LES JEUNES COLLÉGIENS

Mercredis 3 et 10 dès 12h au Local Jeunes (apporter son pique-nique ou repas à réchauffer).

Accompagnement ponctuel avec une conseillère en nutrition. Une participation pourra être demandée les jours de confection de repas (voir programme du PIAJ). Sur inscription auprès des animateurs jeunesse et sous réserve de dossier et cotisation PIAJ à jour.

## Vie Associative

### ● CLUB RETRAITÉS : CONCOURS PÉTANQUE

Mercredi 3 à 8h au Boulodrome.

### ● LIGUE M1 BOULES

Vendredi 5 à partir de 17h et samedi 6 à partir de 8h au Boulodrome.

### ● SOU DES ECOLES : CHASSE AUX ŒUFS

Dimanche 7 à partir de 10h au Musée de la Vie Rurale.

### ● CHORALE : BALADE CHANTÉE

Dimanche 7 à partir de 9h sous le préau de l'école des Tilleuls.

### ● LOISIR MOTO CLUB : SOIRÉE DANSANTE

Samedi 13 à 19h à la Salle des Fêtes.

### ● GALA DE BOXE

Samedi 13 à 18h30 au Gymnase du Loup.

### ● OSQ TENNIS : TOURNOI TMC

Samedi 13 et Dimanche 14 à partir de 9h au Complexe Raquette.

### ● PASSERELLE 38 : FÊTE SANS FRONTIÈRES

Dimanche 14 à 14h à la Salle des Fêtes.

### ● OSQ OMNISPORTS : OSQ RUN

Dimanche 14 Parcours de santé. Départ course adultes à 10h. Départ course enfants à 11h.

### ● APIE: ANIMATION CONSTRUCTION DE GÎTES À INSECTES

Mercredi 17 de 14h à 16h. Inscription à [developpement.durable@sqf38.fr](mailto:developpement.durable@sqf38.fr) en précisant n° de téléphone, mail, le nombre de personnes et l'âge des enfants obligatoirement accompagnés des parents (limité à 15 personnes).

### ● VÉLO CLUB : RANDO LA ST QUENTINOISE

Dimanche 28 à 7h30 au Complexe de Tharabie.

## INFOS PRATIQUES ET INSCRIPTIONS

### ● ACCUEIL DE LOISIRS 3-11 ANS ET 11-13 ANS VACANCES DE PRINTEMPS, DU 15 AU 26 AVRIL

Début des inscriptions sur le Portail Familles le samedi 23 mars dès 6 h, pour les enfants/jeunes St-Quentinois ayant un dossier à jour pour l'année scolaire 2023-2024. Clôture des inscriptions le mardi 2 avril à 22h30.

### ● PIAJ 13-17 ANS VACANCES DE PRINTEMPS DU 15 AU 26 AVRIL 2024

Inscription auprès des animateurs. Programme sur le site de la ville.

### ● ÉLECTIONS EUROPÉENNES

Pour voter aux élections européennes du 9 juin, la date limite d'inscription sur les listes électorales est fixée au :

> Mercredi 1<sup>er</sup> mai pour les inscriptions par internet.

> Vendredi 3 mai pour les inscriptions au guichet.

