



La brève côté Annexe du Bois d'Artas Novembre / Décembre 2015

Annexe Maison du Bois d'Artas

3, rue Augereau
38 000 GRENOBLE
Tél : 04.76.17.00.37

annexemdh.boisdartas@ccas-grenoble.fr

Pour vous accueillir :

**Du lundi au vendredi
De 8h30 à 12h et de 14h à 17h30**

Isabelle PARENTE & Corinne GAILLARD
Accueil Secrétariat
annexemdh.boisdartas@grenoble.fr

Pascal GROUZEL
Agent de développement Local
pascal.grouazel@grenoble.fr

Ingrid MANSIER – Ecrivain public
ingrid.mansier@grenoble.fr

Cécile PEILLON – Référente famille
cécile.peillon@grenoble.fr

Gaëtan DEMARCQ & Rihem RAIES
Animateurs Socio Culturels
gaetan.demarcq@grenoble.fr
rihem.raies@grenoble.fr

Jean-Pierre DIOULOUFET
Animateur du RERS
(Réseau d'échanges réciproques de savoirs)
ersvxt@grenoble.fr

Le PAGI (Pôle Animation Gérontologique et Intergénérationnel)

Martine ZAZA – Responsable du service
martine.zaza@grenoble.fr

Nathalie CARRASCO - Agent d'animation
gérontologique et intergénérationnel
nathalie.carrasco@grenoble.fr

Espace Convivi'âges :

Odile CAUSSE - Responsable du service
espace-conviviages@grenoble.fr

Les agents Spécialisés Personnes Agées :
Marie PALENI, Maryline MOSCA & Daanwatti
DIMASSI

L'AGENDA DE NOVEMBRE

Jeudi 12 novembre de 14h30 à 18h30

Clôture du jardin et des permanences

De 14h à 16h : atelier de bouturage et plantations hivernales
(bulbes, engrais verts...)
De 16h à 18h30 : atelier contes en lien avec la nature



Mercredi 18 novembre de 9h15 à 11h15

Initiation premiers secours (enfants) à destination des parents

Information et pratique des gestes de premiers secours des accidents de la
vie courante.
Intervenant : F.F.S.S.38 – Antenne de Sassenage
Gratuit - Inscription auprès de l'accueil – Groupe de 15 personnes maximum
Possibilité de garde d'enfant à la ludothèque

Vendredi 20 novembre de 16h30 à 17h30

Les risques domestiques

Jeu de société sur les risques domestiques
Gratuit – Inscription auprès de l'accueil



Vendredi 27 novembre à 14h

Reportage sur Ouagadougou

Diffusion d'un diaporama (tiré d'un projet de la ville de Grenoble).

Samedi 28 novembre à 10h à 12h30

Atelier « Montage de nouveaux composteurs »

Sur l'espace public « Jardin Bois d'Artas », avec la participation des habitants
du quartier.
Vous êtes chaleureusement invités à participer à cet atelier de mise en place
de ces nouveaux composteurs.

- Le fonctionnement de votre composteur évolue !
(4 bacs neufs, déplacement des composteurs pour les éloigner des
fenêtres et balcons des riverains, pose de cadenas à code, remise du
code aux utilisateurs intéressés, création d'un groupe d'habitants
référents, mise en place d'un calendrier de RDV conviviaux pour
l'entretien, mise en place d'une nouvelle signalétique, mise à disposition
d'outils).

L'AGENDA DE DECEMBRE

Les 9, 10 et 11 décembre

Un après-midi au Palais

Thé dansant et goûter pour les personnes âgées à partir de 65 ans
Inscription obligatoire
De 13h30 à 17h

Jeudi 17 décembre

Fête de fin d'année

Déroulé de la fête co-organisée par les professionnels de l'Annexe et le comité
d'animation.

de 12h à 15h : Repas & goûter puis animations surprises !
de 15h à 18h : Bal folk pour tous, avec orchestre
et initiation à la danse Folk

**de 12h à 18h
sur inscription**



LES RDV REGULIERS

Permanence Ecrivain Public :

Pour vous aider dans la lecture, la compréhension et la rédaction de vos documents.

Le mardi après-midi Sans rendez-vous
Le jeudi matin Sur rendez-vous

Le P'tit Déj du mercredi :

De 9h à 10h30, pour partager un moment convivial autour d'un café, d'un thé, avec les habitants, les usagers, les passants, les bénévoles, les professionnels...

Les Paniers Solidaires :

Distribution hebdomadaire de fruits et légumes frais, issus de l'agriculture raisonnée et locale.

Tarif selon le quotient familial (de 4 à 9 €).

La restauration du midi, ouverte à tous, avec un repas complet et équilibré.

Du mardi au vendredi.

Tarif en fonction des ressources : de 5,05€ à 9,73€

Réservation nécessaire au moins 3 jours à l'avance.

Les mercredis de l'intergénérationnel

Un temps pour jouer, pour découvrir de nouveaux partenaires et de nouveaux jeux !

Des animations, diversifiées, adaptées aux différents âges de la vie, créatives, ludiques (loto, concours de belote, jeux, bal, cuisine, jardinage ...) vous sont proposées du lundi au vendredi.

Le Relais Assistantes Maternelles :

Le vendredi matin : Un temps d'activités et de rencontres pour les assistantes maternelles du quartier et les enfants dont elles ont la charge.

La p'tite bibliothèque :

Tous les vendredis de 14h à 17h.

200 livres de prêt à votre disposition gratuitement. Possibilité de don et troc.

Les bénévoles sont les bienvenus !

Des animations autour du livre vous sont proposées régulièrement.

DU COTE DU PAGI

Des ateliers, des activités, tout au long de l'année...

Atelier « Bien dans ses pompes »

Détente, esthétique, bien-être, création, promenade...

Sur inscription

Atelier « Chant »

Le lundi de 15h30 à 17h

Vous aimez chanter ? Vous n'êtes pas une vedette ? Venez-vous faire plaisir !

Groupe de paroles « La sexualité à tout âge »

Séances gratuites. Séduction, désir, plaisir, tabou ...

Sur inscription

Atelier « Gymnastique douce »

Le mardi de 10h à 11h

Une activité physique, en douceur, pour rester en forme

Atelier « Remue-méninges »

Le vendredi de 14h à 16h

Des exercices pour stimuler et entretenir votre mémoire

Atelier « Pâtisserie »

Le dernier jeudi du mois de 14h à 16h

On fabrique et on déguste !

Atelier « Créatif »

Le mardi de 10h à 12h

Créer, inventer, décorer des objets divers et variés à offrir ou à garder

DU CÔTÉ DU RESEAU D'ECHANGES DE SAVOIRS

Cuisine

Un lundi sur 2 à partir de 10h

Cuisiner et partager son repas

Couture

Un mardi sur 2 de 15h à 17h

Venez-vous surprendre en apprenant la couture facile

Espagnol

Le mercredi

Débutant de 10h à 11h

Conversation de 11h à 12h

Tricot

Le mercredi

de 14h à 17h

Peinture

Le jeudi

de 14h à 16h



Bonnes fêtes de fin d'année à toutes et tous !