

Découvrir

Ateliers d'initiation au numérique séniors

Atelier mené par l'Âge d'or.
Renseignements auprès de l'accueil.

Lire sans Frontières

Ateliers Socio-linguistiques

Des ateliers de français à destination des adultes, pour apprendre à lire, écrire et parler en français et se sentir plus à l'aise dans son quotidien.

Sur inscription - 5 euros/an,
accessible avec le chèque culture-loisirs.

Activités loisirs culture et bien être

Mercredis créatifs

Pour échanger ensemble et passer un moment convivial ! Ateliers à partir de 16 ans
Gratuit - uniquement sur inscription.

Scrabble, patchwork, marche conviviale, tarot, "Jouons avec les mots" ...

Activités proposées par et pour les habitants.
10€/année.

Escapades culinaires autour du monde

6 ateliers cuisine sur l'année seront proposés, gardez l'œil ouvert.

Les recettes pourront être suggérées par des habitants qui viendront nous livrer leur secret, dans un temps convivial autour d'un repas cuisiné et partagé ensemble.

N'hésitez pas à venir donner vos idées et vous inscrire pour découvrir de nouvelles saveurs.

2€50 - uniquement sur inscription.

La Papoterie

Espace de dons, d'échange et de rencontre.

Renseignements auprès de l'accueil.

Réouverture courant octobre 2025

Et bien d'autres animations dans les quartiers tout au long de l'année.

	ACIVITES HEBDOMADAIRE	HORAIRES	LIEU
LUNDI	Lire sans Frontière - intermédiaire	9h15 - 11h15	Iliade
	Scrabble	14h - 16h	Iliade
	Ludothèque	15h30 - 17h30	Iliade
	Accompagnement à la scolarité élémentaire	16h45 - 18h15	Iliade et coulmes
MARDI	Lire sans Frontière - avancé	17h - 18h	Iliade
	Lire sans Frontière - débutant	9h15 - 11h15	Coulmes
	Marche conviviale	accueil 8h45	Iliade
	Espace Kfé	9h - 11h	Iliade
	Écrivaine publique	10h-12h	Coulmes
	les Rencontres des Coulmes	14h - 16h30	Coulmes
	Permanences conseiller numérique	15h - 17h	Iliade
	Papoterie	après-midi	Papoterie
MERCREDI	Ricochet	9h - 12h	Jardins des Couleurs
	Lieu accueil enfants parents		
	Ateliers numérique sénior	9h30 - 11h30	Coulmes
	Papoterie	matin et après-midi	Papoterie
	Les Mercredis créatifs	15h - 17h	Coulmes
	Ludothèque	14h30 - 17h30	Iliade
	Écrivaine publique	15h - 17h	Iliade
	Tricot	17h - 19h	Iliade
	Patchwork	14h - 17h	Coulmes
	Scrabble	14h - 16h	Iliade
JEUDI	les Rencontres des Coulmes	14h - 16h30	Coulmes
	Ricochet - Lieu accueil enfants parents	15h - 18h	Jardins des Couleurs
	Accompagnement à la scolarité élémentaire	16h45 - 18h15	Iliade et coulmes
	Accompagnement à la scolarité collège	17h - 18h15	Coulmes
VENDREDI	Marche conviviale	accueil à 8h45	devant Iliade
	Tarot	14h - 17h	Iliade
	Groupe " Jouons avec les mots"	14h - 17h	Coulmes

Pour les activités bimensuelles, mensuelles ou ponctuelles : mercredis familles, sorties familles, la récré des familles, escapades culinaires, animation de proximités, permanences Juridiques, Agirc-Arco, CLCV, mutuelle Entrenous, date et horaires : se renseigner à l'accueil.

Horaires accueil

	COULMES	ILIADE
lundi	Fermé	9h-12h / 14h-17h30
mardi	9h-12h / 14h-17h30	9h-12h / 14h-17h30
mercredi	9h-12h / 14h-17h30	/ 14h-17h30
jeudi	/ 14h-17h00	/ 14h-17h00
vendredi	9h-12h / 14h-17h00	Fermé

LES MAISONS DES HABITANTS

CONVIVIALITÉ • PARTAGE • VIVRE ENSEMBLE • CITOYENNETÉ • PARTICIPATION



LES COULMES
10, PLACE DES COULMES

L'ILIADE
10, PLACE CONDORCET



Rens. : 04 76 60 76 07
accueilmhdh@eybens.fr
Plus d'infos sur eybens.fr

Familles

Ludothèque

Un espace de jeu et de rencontre, pour le plaisir de jouer en famille. Des jeux et jouets adaptés à chaque âge. Un large choix de jeux de société, emprunt possible sur inscription. Les enfants doivent être accompagnés d'un adulte.

Gratuit, sans inscription préalable.

"Ricochet" - Lieu d'Accueil Enfants Parents

(au Jardin des Couleurs – 2, place Michel de Montaigne)

Lieu de rencontre, de jeu et d'éveil, pour les enfants de moins de 4 ans accompagnés de leurs parents ou grands-parents. Un lieu pour échanger avec d'autres familles et prendre le temps avec son enfant dans un cadre sécurisant.

Gratuit, sans inscription préalable.

Sorties Familles

Envie de s'évader, de prendre un peu l'air en famille?

Des sorties sont proposées toute l'année : loisirs, culture, découverte... Partagez avec nous vos idées de sorties !

Inscription obligatoire - tarif en fonction du Quotient Familial.

La Récré des familles

Programme d'activités pour les familles pendant certaines vacances scolaires. Pour les enfants jusqu'à 12 ans accompagnés d'un adulte référent.

Inscription en fonction des activités.

Mercredis familles

Des rendez-vous parents-enfants:

atelier Petits Langagiers autour du jeu et du langage, mercredis jeux, mercredis scolarité, matinée p'tites mains : confection d'objets, découpage, peinture ... Planning des dates disponibles à l'accueil.

Gratuit, sans inscription préalable.

Accompagnement des projets vacances familles et séjours enfants

Accompagnement sur vos projets de séjours en famille ou des séjours enfants.

Sur rendez-vous.

Accompagnement à la scolarité

Aide collective aux apprentissages pour les enfants en élémentaire et au collège (2 ateliers d'1h30/ semaine). Utilisation d'objets ludiques, travail sur la curiosité et la confiance en soi, projet culturel sur l'année, appui aux parents pour le suivi de la scolarité.

Gratuit - engagement annuel.

Programme de réussite éducative (PRE) :

Dispositif de soutien pour les familles et les enfants de **2 à 16 ans rencontrant des difficultés diverses** (scolaire, santé, sociale, familiale...).

Parcours individuel et individualisé.

Sur rendez-vous.

Démarches

Permanences d'écrivaine publique

Soutien à la rédaction de courriers et de dossiers administratifs. Une permanence par semaine dans chaque MDH.

Gratuit - sur rendez-vous.

Permanences juridiques assurées par un avocat

Gratuit - sur rendez-vous.

Permanences infos droits par CLCV (Consommation Logement et Cadre de Vie)

Gratuit – sans rendez-vous - calendrier des permanences à l'accueil

Permanences Conseiller numérique MEE-MIFE

Aide aux démarches administratives et aux différents usages du numérique.

Gratuit - sur rendez vous : **04 76 13 18 05** - contact@mee-mife.fr

Permanences Agirc-Arrco

Bilan de prévention santé avec un médecin et un psychologue pour les personnes de + 50 ans.

Sous conditions, rendez-vous et renseignement : **04 76 03 24 95**

Permanences mutuelle Entrenous

Mutuelle communale, permanence aux coulmes un mardi par mois et à l'Iliade un jeudi par mois.

Rendez-vous et renseignement : **09 69 39 73 38**

mutuellecommunale@mutuelle-entrenous.fr

Bénévolat

Envie de vous investir à nos côtés ?

Selon vos disponibilités, même ponctuelles, vos goûts et vos envies, nous trouverons ensemble une activité qui fait sens pour vous.

Renseignement auprès de l'accueil.

Accompagnement de projets d'habitants

Nous soutenons les idées et initiatives portés par les habitants. Les Maisons des Habitants sont présentes à chaque étape pour accompagner dans la construction et la réalisation des projets.

Gratuit - sur rendez-vous.

Partager

L'Espace K'fé

Un espace de rencontre et d'information convivial pour échanger et se retrouver autour d'un café, discuter d'un projet...

Accès libre et gratuit.

Les rencontres des Coulmes

Espace de rencontres, d'échanges et de jeux, dans le hall de la maison des habitants des Coulmes

Accès libre et gratuit.