

MEYL'ENTRAIDE

Cap sur l'été!

Programme des animations estivales

Sorties · Balades · Ateliers · Rencontres...

Profitez de l'été avec Meyl'entraide !



Bienvenue à Meyl'entraide !

Meyl'entraide, c'est la plateforme des solidarités du CCAS de Meylan. Un lieu d'accueil, d'écoute et de partage pour mieux vivre au quotidien et renforcer les liens entre générations et habitants !

Découvrez son programme d'animations estivales.

Sorties culturelles, balades en plein air, ateliers créatifs, cuisine et moments de pure convivialité... autant d'occasions de se retrouver, de découvrir et de créer du lien en famille, entre amis ou entre voisins.



Sorties / Seniors (+ 65 ans)

Des journées complètes pour découvrir la région, partager un repas et profiter ensemble. Transport, visites et repas inclus dans le tarif.

■ Petite Venise savoyarde et artisanat local

Mardi 7 juillet de 9h à 18h

Le matin, visite de la cuivrerie de Lavours. Déjeuner à l'Auberge de la Paillère. L'après-midi, croisière de Lavours à Chanaz sur les canaux savoyards.



🕒 **Départ 9h. Retour vers 18h.**

📍 **Rendez-vous à 8h45 entre Paquet Jardin et la Revirée.**

👤 **Places limitées - Inscription obligatoire au CCAS.**

Tarifs selon le quotient familial

QF 0-199	QF 200-399	QF 400-699	QF 700-999	QF 1000-1299	QF 1300-2000	QF +2000
7 €	14 €	20,90 €	34,90 €	48,90 €	55,80 €	69,80 €

■ De jardin en jardin

Jeudi 30 juillet de 9h à 18h

Le matin, visite libre des jardins zen d'Erik Borja à Beaumont-Monteux (Drôme). Déjeuner à l'Auberge des 3A à Chatte. L'après-midi, embarquement pour le jardin ferroviaire et musical de Chatte.



🕒 **Départ 9h. Retour vers 18h.**

📍 **Rendez-vous à 8h45 entre Paquet Jardin et la Revirée.**

👤 **Places limitées - Inscription obligatoire au CCAS.**

Tarifs selon le quotient familial

QF 0-199	QF 200-399	QF 400-699	QF 700-999	QF 1000-1299	QF 1300-2000	QF +2000
5,80 €	11,60 €	17,30 €	28,90 €	40,50 €	46,20 €	57,80 €

Sorties / Familles et tous publics

Des journées idéales pour découvrir les richesses naturelles et culturelles de notre région ou profiter d'activités sportives avec vos enfants, petits-enfants, ou en solo, en couple, entre amis, voisins, etc. Venez partager des moments ludiques.

■ Archéologie et baignade au lac de Paladru / Sortie familles

Judi 16 juillet de 9h à 17h30

Le matin, visite du Musée archéologique du Lac de Paladru.

L'après-midi, pique-nique tiré du sac sur la plage et baignade (plage surveillée).

🕒 **Départ 9h. Retour vers 18h.**

📍 **Rendez-vous à 8h45 entre Paquet Jardin et la Revirée.**

👤 **Places limitées - Inscription obligatoire au CCAS.**

Tarifs selon le quotient familial

	QF 0-199	QF 200-399	QF 400-699	QF 700-999	QF 1000-1299	QF 1300-2000	QF +2000
Adulte	0,90 €	1,80 €	2,70 €	4,50 €	6,30 €	7,20 €	9 €
Enfant 6-18 ans	0,60 €	1,20 €	1,80 €	3 €	4,20 €	4,80 €	6 €
Enfant - 6 ans	Gratuit						

■ Bois français : biathlon et baignade / Sortie familles

Judi 23 juillet de 11h à 17h

Une journée sportive et ludique à partager en famille avec l'association Nautic Sport ! Au programme : pique-nique tiré du sac, puis initiation au biathlon estival (sarbacane et motricité).

A noter : les enfants de moins de 7 ans sont les bienvenus mais ne peuvent pas participer à l'activité biathlon réservée aux 7-18 ans.

🕒 **Départ à 10h45** 📍 **du parking de la mairie.**

🕒 **Rendez-vous à 11h** 📍 **au Bois français.**

👤 **Places limitées - Inscription obligatoire au CCAS.**

Tarifs selon le quotient familial

	QF 0-199	QF 200-399	QF 400-699	QF 700-999	QF 1000-1299	QF 1300-2000	QF +2000
Adulte	0,38 €	0,76 €	1,14 €	1,90 €	2,66 €	3,04 €	3,80 €
Enfant 6-18 ans	0,25 €	0,51 €	0,76 €	1,27 €	1,77 €	2,03 €	2,53 €



■ Bois français : kayak et baignade / Sortie familles

Lundi 24 août de 11h à 17h

Une journée sportive et ludique à partager en famille avec l'association Nautic Sport ! Au programme : pique-nique tiré du sac, puis initiation au kayak et baignade pour tous.

A noter : les enfants de moins de 7 ans sont les bienvenus mais ne peuvent pas participer à l'activité kayak réservée aux 7-18 ans.

🕒 **Départ à 10h45** 📍 **du parking de la mairie.**

🕒 **Rendez-vous à 11h** 📍 **au Bois français.**

👤 **Places limitées - Inscription obligatoire au CCAS.**

Tarifs selon le quotient familial

	QF 0-199	QF 200-399	QF 400-699	QF 700-999	QF 1000-1299	QF 1300-2000	QF +2000
Adulte	0,38 €	0,76 €	1,14 €	1,90 €	2,66 €	3,04 €	3,80 €
Enfant 6-18 ans	0,25 €	0,51 €	0,76 €	1,27 €	1,77 €	2,03 €	2,53 €

■ Vif et Vizille / Sortie intergénérationnelle, ouverte à tous

Mercredi 26 août de 9h30 à 17h30

Le matin, visite guidée du musée Champollion à Vif et visite libre de l'exposition temporaire. Pique-nique tiré du sac dans le parc du château de Vizille.

Après-midi libre : balade, visite du musée, glacier, parc de jeux...

🕒 **Départ 9h30 - Retour prévu vers 17h30.**

📍 **Rendez-vous à 9h15 entre Paquet Jardin et la Revirée.**

👤 **Places limitées - Inscription obligatoire au CCAS.**

Tarifs selon le quotient familial (comprend le déplacement et la visite)

	QF 0-199	QF 200-399	QF 400-699	QF 700-999	QF 1000-1299	QF 1300-2000	QF +2000
Adulte	0,90 €	1,80 €	2,70 €	4,50 €	6,30 €	7,20 €	9 €
Enfant 6-18 ans	0,60 €	1,20 €	1,80 €	3 €	4,20 €	4,80 €	6 €
Enfant - 6 ans	Gratuit						

Tout l'été, bougez en plein air ! Des balades accessibles à tous et des animations sportives pour petits et grands, à Meylan et aux alentours.

■ Parcours forme

Mercredis 8 et 15 juillet de 9h30 à 11h

Nathalie, éducatrice sportive de la Ville, vous emmène en balade à travers les parcs, pour un parcours forme agrémenté d'exercices d'équilibre, de coordination et de renforcement musculaire doux, adaptés à tous niveaux.

🕒 **RDV à 9h30** 📍 **devant le CCAS.**

👤 **Sans inscription - Gratuit.**

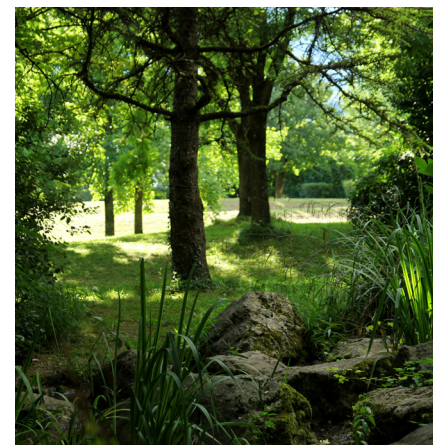
■ Balade à l'ombre dans les parcs

Mercredis 22 juillet et 5, 12, 19 août 2026 de 9h30 à 11h

Des balades en terrain plat, adaptées à tous et à tout âge pour profiter des bienfaits de la nature et de la marche !

🕒 **Rendez-vous à 9h30** 📍 **devant le CCAS.**

👤 **Sans inscription - Gratuit.**



Moments à partager

L'été, c'est aussi l'occasion de se retrouver, de papoter, de se détendre et de partager. Alors profitez de nos temps de convivialité ouverts à tous.

■ Concert au parc d'Uriage

Jeudi 2 juillet à 18h15

Profitez d'une belle soirée musicale au parc d'Uriage.
Le transport est assuré par le CCAS.

🕒 **Départ 18h15** 📍 **parking de la mairie.**

👤 **Places limitées - Inscription obligatoire au CCAS - Gratuit.**

■ Café-causerie

Les mardis 7, 21 et 28 juillet, 4, 11, 18 et 25 août de 9h à 11h

Le rendez-vous incontournable pour discuter, faire des rencontres, jouer et partager de bons moments autour d'un café, thé, jus de fruit...

Le + : les cafés du 7 juillet et du 4 août permettront aussi de découvrir le programme des animations du mois.

🕒 **RDV entre 9h et 11h** 📍 **Meyl'entraide.**

👤 **Sans inscription - Gratuit.**

■ Partir en livre

Mercredi 8 juillet de 15h30 à 17h

Une après-midi lecture et créativité pour petits et grands, à l'ombre des arbres.

Au programme : histoires à lire, à écouter et atelier dessin sur le thème de "Nos petits et grands héros".

🕒 **RDV à 15h30** 📍 **parc du Bachais.**

👤 **Sans inscription - Gratuit.**



■ Jeux en plein air

Lundi 3 août de 10h à 12h

Pétanque, Mölkky, raquettes... Venez profiter d'une matinée conviviale dans le jardin de la résidence Pré Blanc. Aucune inscription requise, venez comme vous êtes !

🕒 **RDV à 10h.**

📍 **Jardin de la résidence Pré Blanc - 24 allée du Pré Blanc.**

👤 **Sans inscription - Gratuit.**

■ Repas partagé

Jeudi 6 août de 12h à 14h

Un déjeuner estival où chacun apporte un plat salé ou sucré à partager. C'est simple, chaleureux et délicieux ! Salades, quiches, tartes...
Faites découvrir vos spécialités et venez l'appétit aiguisé.

🕒 **RDV à 12h** 📍 **Meyl'entraide.**

👤 **Sans inscription - Gratuit.**

■ Café partagé au parc du Bachais

Jeudi 20 août à partir de 9h

Le CCAS s'occupe des boissons, vous apportez un petit encas à partager.
Une matinée détendue en plein air pour commencer la journée en bonne compagnie.

🕒 **RDV à 9h** 📍 **parc du Bachais.**

👤 **Sans inscription - Gratuit.**

■ Pique-nique et balade découverte à Rochasson

Mercredi 19 août à partir de 12h

Venez pique-niquer dans le parc de Rochasson, puis partez à la découverte du site avec les animateurs du CINE (Centre d'initiation à la nature et à l'environnement). Un moment de nature et de détente ouvert à tous !
Possibilité de transport par le CCAS.

🕒 **Départ 11h45** 📍 **parking de la mairie.**

🕒 **Rendez-vous 12h** 📍 **parc de Rochasson.**

👤 **Inscription obligatoire au CCAS - Gratuit.**

Ateliers

Des ateliers pour apprendre, créer et s'amuser...
Inscription obligatoire au CCAS pour tous les ateliers.

Atelier cuisine parents-enfants : apéro et pique-nique

Jeudi 9 juillet de 10h à 12h

En partenariat avec l'association Horizons, préparez ensemble des recettes pour un apéro et un pique-nique réussis. Possibilité de rester déjeuner à Horizons après l'atelier.

🕒 **RDV à 10h** 📍 **Horizons - 16 rue des Aiguinards.**

👤 **Sur inscription au CCAS - 4 €/famille (à régler sur place).**

Atelier remue-méninges

Lundi 27 juillet de 9h30 à 11h

Faites travailler votre cerveau de manière ludique et conviviale !

Quiz, jeux de mémoire, devinettes...

Un moment stimulant et amusant pour tous.

🕒 **RDV à 9h30** 📍 **Meyl'entraide.**

👤 **Places limitées - Sur inscription au CCAS - Gratuit.**

Atelier cuisine parents-enfants : la pêche dans tous ses états

Jeudi 20 août de 10h à 12h

En partenariat avec l'association Horizons. Découvrez des recettes originales et savoureuses autour de ce fruit d'été. Possibilité de rester déjeuner à Horizons après l'atelier.

🕒 **RDV à 10h.**

📍 **Horizons - 16 rue des Aiguinards.**

👤 **Sur inscription au CCAS.**

4 €/famille (à régler sur place).



Infos pratiques et inscriptions

A qui s'adressent ces activités ?

Toutes les activités sont ouvertes à tous (adultes et enfants accompagnés sans condition d'âge ou de ressources), sauf mention spécifique indiquée.

Combien ça coûte ?

Les activités (balades, temps partagés, ateliers) sont gratuites sauf mentions contraires (ateliers en partenariat avec Horizons à régler auprès de l'association directement). Le tarif des sorties est quant à lui calculé en fonction du quotient familial (un justificatif - avis d'imposition ou attestation CAF - sera demandé lors de l'inscription).

Comment s'inscrire ?

Les activités pour lesquelles le nombre de places est limité (sorties et ateliers) se font sur inscriptions préalables auprès du CCAS.

À noter : afin que le plus grand nombre en profite, les sorties estivales sont limitées à une par personne.

Moyens de paiement acceptés

Espèces ou carte bleue uniquement (les chèques ne sont plus acceptés). Attention : veuillez noter qu'une fois le règlement effectué, il ne pourra être procédé à aucun remboursement de la part du CCAS.

Contact et inscriptions

CCAS de Meylan - 4 avenue du Vercors - 04 76 41 69 32 - ccas@meylan.fr

Accueil ouvert du lundi au jeudi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h
(sauf le jeudi après-midi, fermé). Vendredi de 8h30 à 16h30 sans interruption.



L'agenda récap'

Vos rendez-vous en un coup d'œil !

JUILLET 2026

Tous les mardis (sauf le 14/07)	9h-11h	Café-causerie à Meyl'entraide	Gratuit sans inscription
Jeudi 2 juillet	18h15	Concert au parc d'Uriage	Gratuit sur inscription
Mardi 7 juillet	Journée	Sortie + de 65 ans : petite Venise savoyarde	Sur inscription Tarif selon QF
Mercredis 8 et 15 juillet	9h30-11h	Balade parcours forme	Gratuit sans inscription
Mercredi 8 juillet	15h30-17h	Partir en livre	Gratuit sans inscription
Jeudi 9 juillet	10h-12h	Atelier cuisine parents-enfants "Apéro et pique-nique" avec Horizons	Sur inscription 4 €/famille
Jeudi 16 juillet	Journée	Sortie familles : lac de Paladru	Sur inscription
Mercredi 22 juillet	9h30-11h	Balade à l'ombre dans les parcs	Gratuit sans inscription
Jeudi 23 juillet	11h-17h	Sortie familles au Bois français : biathlon et baignade	Sur inscription Tarif selon QF
Lundi 27 juillet	9h30-11h	Atelier remue-méninges	Gratuit sur inscription
Jeudi 30 juillet	Journée	Sortie + de 65 ans : de jardin en jardin	Sur inscription Tarif selon QF

À (re)découvrir : Exposition de l'atelier pastel à la bibliothèque Pablo Neruda / Grand-Pré
jusqu'au 11 juillet - Entrée libre aux horaires d'ouverture de la bibliothèque.

AOÛT 2026

Tous les mardis	9h-11h	Café-causerie à Meyl'entraide	Gratuit sans inscription
Lundi 3 août	10h-12h	Jeux plein air au jardin de la Résidence Pré Blanc	Gratuit sans inscription
Mercredis 5, 12 et 19 août	9h30-11h	Balade à l'ombre dans les parcs	Gratuit sans inscription
Jeudi 6 août	12h-14h	Repas partagé à Meyl'entraide	Gratuit sans inscription
Mercredi 19 août	12h	Pique-nique et balade à Rochasson	Gratuit sur inscription
Jeudi 20 août	9h	Café partagé au parc du Bachais	Sur inscription
Jeudi 20 août	10h-12h	Atelier cuisine parents-enfants "La pêche dans tous ses états" avec Horizons	Sur inscription 4 €/famille
Lundi 24 août	11h-17h	Sortie familles au Bois français : kayak et baignade	Sur inscription Tarif selon QF
Mercredi 26 août	Journée	Sortie intergénérationnelle à Vif et Vizille	Sur inscription Tarif selon QF