



ACTIVITÉS SAISON 2019/2020

ASSOCIATIONS D'HABITANTS ET UNIONS DE QUARTIERS DE MEYLAN

Avec le soutien de la mairie de Meylan, l'Association des habitants de Charlaix / Maupertuis et les Unions de quartiers des Béalières, de Buclos / Grand-Pré et du Haut-Meylan communiquent une synthèse de toutes les activités qu'elles proposent pour la saison 2019/2020. Celles-ci sont accessibles à tous les Meylanais quel que soit leur quartier de résidence.

Pour connaître les tarifs et concrétiser l'inscription aux activités, connectez-vous sur le site Internet de l'association et rendez-vous au **Forum des associations** sur les stands de ces associations, **samedi 7 septembre, de 8h30 à 13h30 au gymnase du Charlaix.**

- ADULTES UQBG** **MARCHE RAPIDE**
Samedi, de 9h à 10h, de 10h à 11h ou de 11h à 12h. Lieux variables / Parcs Meylan Chantal Mayet / 04 76 90 59 69
- ADULTES UHQB** **MEDITATION EN MOUVEMENT**
1 samedi par mois, de 10h à 12h. Maison de la Clairière / uqhbcontact@gmail.com
- ADULTES UQBG** **PEINTURE**
Vendredi de 17h à 18h30. P. Andrieu : 04 38 86 48 29. Maison de quartier du Haut-Meylan. asso.uqhm@orange.fr. <https://uqhmblog.wordpress.com>
- ADULTES UQBG** **PILATES**
Mardi, 12h15 à 13h15 ou jeudi, 12h30 à 13h30 ; Lundi, 19h à 20h ou mercredi, 19h à 20h. Bérivières / 06 52 59 01 88
- ADULTES AHCM** **PILATES**
Mercredi, de 20h15 à 21h15. Salle polyvalente, place des Chalendes. Anne-Marie Kurzawa / 04 76 90 90 97
- ADULTES UHQB** **PILATES**
Mardi 20h45-21h45 / vendredi 19h10-20h10. Maison de la Clairière / uqhbcontact@gmail.com
- ADULTES UHQB** **PLEINE CONSCIENCE CORPORELLE**
3 stages (12 oct , 25 jan , 28 mar) de 9h à 12h. Maison de la Clairière / uqhbcontact@gmail.com
- ADULTES UHQB** **QI GONG**
Mardi 19h45-20h45 / mercredi 11h-12h15. Maison de la Clairière / uqhbcontact@gmail.com
- ADULTES UQHM** **QUARTIER LIBRE**
Vendredi, de 14h45 à 17h30 2 fois/mois. Maison de Quartier du Haut Meylan. asso.uqhm@orange.fr. <https://uqhmblog.wordpress.com>
- ADULTES UHQB** **RAGGA DANCE HALL**
Jeudi 18h30-19h30, Maison de la Clairière / uqhbcontact@gmail.com
- ADULTES UQHM** **SCRABBLE**
Lundi de 14h30 à 16h30. S. Viro : 04 76 41 37 65. Maison de Quartier du Haut Meylan. asso.uqhm@orange.fr. <https://uqhmblog.wordpress.com>
- ADULTES UHQB** **SOPHROLOGIE**
Jeudi 19h30-20h30, LCR du Granier / uqhbcontact@gmail.com
- ADULTES UHQB** **STRETCHING**
Lundi 11h45-12h30 / 12h35-13h20. Gymnase Béal 3 / uqhbcontact@gmail.com
- ADULTES AHCM** **STRETCHING POSTURAL**
Mardi, de 20h à 21h ou Jeudi, de 11h à 12h. Salle polyvalente, place des Chalendes. Lysianne Bernhardt / 04 76 41 05 15
- ADULTE UQHM** **TENNIS**
Tennis de Jaillières. asso.uqhm@orange.fr. <https://uqhmblog.wordpress.com>
- ADULTES UHQB** **TRAVAUX D'AIGUILLE**
Vendredi 14h-16h LCR des Boisses / uqhbcontact@gmail.com
- ADULTES UQBG** **VOLLEY-BALL (FSGT)**
Jeudi, de 20h30 à 22h30. Gymnase de la Revirée. Dominique Marsan / 06 87 74 32 62
- ADULTES AHCM** **YOGA CHARLAIX MAUPTUIS**
Lundi, de 19h30 à 20h30 ou Mercredi, de 9h15 à 10h15 ou Jeudi, de 18h30 à 19h30. Salle polyvalente, place des Chalendes. Anne-Marie Kurzawa / 04 76 90 90 97
- ADULTES UQHM** **YOGA HAUT-MEYLAN**
Lundi de 18h00 à 19h15. N. Viallard : 06 2f4 94 22 34. Grange des Capucins. asso.uqhm@orange.fr. <https://uqhmblog.wordpress.com>
- ADULTES UHQB** **YOGA BÉALIÈRES**
Lundi 18h00-19h15 / 19h30-20h45 ; Mercredi 9h30-10h45 Maison de la Clairière. uqhbcontact@gmail.com
- ADULTES UQBG** **ZUMBA BUCLOS-GRAND-PRÉ**
Lundi, de 20h15 à 21h15 ou de 21h15 à 22h15. Gymnase des Buclos. Huguette Davy-Pain / 06 70 87 79 33 (UQBG)
- ADULTES UHQB** **ZUMBA BÉALIÈRES**
Mercredi, de 19h15 à 20h15. Maison de la Clairière / uqhbcontact@gmail.com

AHCM (Association des Habitants de Charlaix/Mauptuis)
Le Four à Pain, allée de Chateaufort - <http://ahcm-meylan.fr>

UHQB (Union des Habitants du Quartier des Béalières)
9, Le Routoir (Maison de la Clairière) - <http://uqhb.blogspot.com>

UQBG (Union de Quartiers Buclos / Grand-Pré)
7 bis, avenue du Vercors (boîte à lettres) - <http://uqbgp.fr>

UQHM (Union de Quartier du Haut-Meylan)
52, avenue de Chartreuse - <http://uqhm.free.fr>

Ce programme a été réalisé avec le soutien de la Ville de Meylan.

Conception service communication - mairie de Meylan - Août 2018

- 1-3 ANS ACCOMPAGNÉS D'UN PARENT UQBG** **EVEIL CORPOREL PARENTS-ENFANTS**
Mercredi, de 9h à 10h. Maison de quartier des Buclos / Janine Michalowicz / 04 76 23 00 88
- 3-5 ANS UQBG** **EVEIL CORPOREL ET RYTHMIQUE - DANSE**
3-4 ans : mercredi, de 10h à 11h ; **4-5 ans** : mercredi, de 11h à 12h
Maison de quartier des Buclos / Janine Michalowicz / 04 76 23 00 88
- 4-7 ANS UQHM** **EVEIL MUSICAL**
4-5 ans : lundi, de 16h45 à 17h30 (à confirmer). Maison de Quartier du Haut Meylan. asso.uqhm@orange.fr. <https://uqhmblog.wordpress.com>
5-7 ans : lundi, de 17h30 à 18h15 (à confirmer). Maison de Quartier du Haut Meylan. asso.uqhm@orange.fr. <https://uqhmblog.wordpress.com>
- 6-8 ANS UQHM** **THÉÂTRE**
6-8 ans : mardi de 16h45 à 17h45. Alain Karpati. Maison de Quartier du Haut-Meylan asso.uqhm@orange.fr / <https://uqhmblog.wordpress.com>
- 6-12 ANS UQHM** **ANGLAIS Intermédiaires** : mercredi de 17h à 18h. Maison de Quartier du Haut Meylan. asso.uqhm@orange.fr / <https://uqhmblog.wordpress.com>
- 6-12 ANS UQHM** **ARTS PLASTIQUES**
Stages petites vacances. N. Plaasch : 06 08 54 67 06. Maison de Quartier du Haut Meylan. asso.uqhm@orange.fr / <https://uqhmblog.wordpress.com>
- 6-12 ANS UQBG** **DESSIN PEINTURE**
Mercredi, de 14h à 15h30. Maison de quartier des Buclos / 06 52 59 01 88 / **Nouveau**
- 6-16 ANS UQHM** **DESSIN ET ARTS GRAPHIQUES**
6-11ans : mardi, de 17h à 18h30 ; **13-16 ans** : mardi, de 17h30 à 19h.
Maison de quartier des Buclos / 06 52 59 01 88

6-8 ANS UQHM	ANGLAIS Débutants : mercredi de 16h à 17h. Maison de Quartier du Haut Meylan. asso.uqhm@orange.fr / https://uqhmblog.wordpress.com
ENFANTS UQHM	ESPAGNOL Mercredi de 16h à 17h. Maison de Quartier du Haut Meylan. asso.uqhm@orange.fr. https://uqhmblog.wordpress.com
9-15 ANS UQHM	THÉÂTRE Mardi de 17h45 à 19h15. Alain Karpati. Maison de Quartier Haut Meylan. asso.uqhm@orange.fr / https://uqhmblog.wordpress.com
DÈS 10 ANS UQBGP	MANGA Jeudi, de 17h30 à 19h. Maison de quartier des Buclos / Ratib/ 06 62 29 43 30
11-15 ANS UHQB	JEUNES DESSIN Lundi, de 17h30 à 18h30. LCR des Boisses / uqbcontact@gmail.com
+ 12 ANS UHQB	JEUNES GUITARE Mardi ou mercredi, 17h30 / 18h30 / 19h30 / 20h30 LCR Stella Montis 2 / uqbcontact@gmail.com
ENFANTS-ADOS UQHM	PEINTURE Vendredi de 17h à 18h30. P. Andrieu / 04 38 86 48 29. Maison de quartier du Haut-Meylan. asso.uqhm@orange.fr / https://uqhmblog.wordpress.com
COLLÉGIENS LYCÉENS UHQB	ACCOMPAGNEMENT SCOLAIRE uqbcontact@gmail.com
ADOS-ADULTES UHQB	MULTI-DANSES (danses latines, country, danse orientale...) Jeudi, de 20h15 à 21h45, Maison de la Clairière / uqbcontact@gmail.com
ADOS-ADULTES UQBGP	COUTURE Lundi, de 15h à 17h30 ; Lundi, de 19h à 21h30 ; Mercredi, de 14h à 16h30 Maison de quartier des Buclos. Nicole Tinard / 04 76 90 62 41
ADOS-ADULTES UQBGP	ECOLE D'ECHECS Vendredi, de 17h30 à 18h30 (débutants) et de 18h30 à 20h00 (non débutants). Maison de quartier des Buclos. Clément Rodmacq/ 06 24 46 08 91
ADOS-ADULTES UQBGP	LANGUE DES SIGNES Mercredi, de 18h à 19h (avancés) ; Jeudi, de 18h à 19h (débutants) Maison de quartier des Buclos, LCR 29 Ter Buclos. Laurence Guillemin / 06 23 48 16 62
ADOS-ADULTES UQBGP	RUSSE Lundi, 18h à 19h30 (intermédiaires) ; Lundi, 19h30 à 21h (débutants) Mercredi, 18h30 à 20h (avancés) LCR 41 avenue du Vercors. Alain Le Meur / 06 52 24 74 25
ADOS-ADULTES UQBGP	ULTIMATE FRISBEE Jeudi, de 18h30 à 20h30. Stade de foot derrière Gémo. Benoit Liégeois / 06 63 64 26 36
ADULTES UQHM	THÉÂTRE Mardi 19h15 à 21h15. A. Karpati.Maison de Quartier du Haut Meylan. asso.uqhm@orange.fr / https://uqhmblog.wordpress.com
ADULTES UHQB	AMAP Lundi 18h30-19h15 / Vendredi 18h30-19H15. Christophe Leclerc / amap.beal.meylan@gmail.com
ADULTES UQHM	ANGLAIS Débutants : lundi de 14h à 15h30 ; Intermédiaires : lundi de 15h30 à 17h ; Conversation : Lundi de 17h45 à 19h15 ou mercredi de 10h à 11h30 ou mercredi de 18h15 à 19h45. Maison de Quartier du Haut Meylan. asso.uqhm@orange.fr / https://uqhmblog.wordpress.com
ADULTES UHQB	ANGLAIS (CONVERSATION) Mercredi 18h00-19h30 niv. 1 / conversation base Jeudi 18h15-19h45 niv. 2 / bonne conversation. LCR du Tramier / uqbcontact@gmail.com
ADULTES UHQB	AQUARELLE ET DESSIN Mercredi, de 19h45 à 21h45 une semaine sur 2. LCR du Tramier / uqbcontact@gmail.com
ADULTES UQBGP	ARTS GRAPHIQUES AUTONOME Vendredi, de 14h à 16h30. Maison de quartier des Buclos. Patricia Lotito/ 06 03 32 37 58
ADULTES UHQB	ATELIER EQUILIBRE SENIOR Mercredi 14h-15h / (15h15-16h15) Maison de la Clairière. uqbcontact@gmail.com

ADULTES UHQB	BÉALCAFÉ Tous les Mardis 15h-17h au LCR du Tramier / uqbcontact@gmail.com
ADULTES UHQB	BRICO-DÉCO ET SCRAPBOOKING Lundi 14h -17h (alterné brico / scrap une semaine sur deux) LCR du Granier. uqbcontact@gmail.com
ADULTES UQBGP	BRODERIE Jeudi 8h30- 13h30 13h30-16h30 (tous les jeudis pairs). Maison de quartier des Buclos. Anne Nicolas / 04 76 32 16 33
ADULTES UQHM	CHANT CHORAL Mardi de 17h à 19 h. Maison de Quartier du Haut Meylan. asso.uqhm@orange.fr / https://uqhmblog.wordpress.com
ADULTES UHQB	CIRCUIT TRAINING Mercredi, 18h15-19h Maison de la Clairière / uqbcontact@gmail.com
ADULTES UQHM	CLUB DE LECTURE Vendredi 1 fois par mois, de 16h00 à 18h30. Maison de Quartier du Haut Meylan. Agnès Pecher / 04 76 41 81 83 / asso.uqhm@orange.fr / https://uqhmblog.wordpress.com
ADULTES AHCM	COUTURE Lundi, de 14h à 16h ou Mercredi, de 18h30 à 20h30. LCR de la Praly. Florence Milani / 04 76 41 18 86
ADULTES UHQB	CRÉATION VIDÉO Lundi 18h-19h LCR du Tramier / uqbcontact@gmail.com
ADULTES UQHM	DANSE LINDY HOP Lundi de 12h15 à 13h30. Ludovic Bertsch. Maison de Quartier du Haut Meylan. asso.uqhm@orange.fr. https://uqhmblog.wordpress.com
ADULTES UHQB	DESSIN ATELIER LIBRE Mardi 14h30-16h30 LCR des Boisses. uqbcontact@gmail.com
ADULTES UQBGP	DESSIN ET PEINTURE Toutes techniques, tous niveaux. Lundi, de 9h30 à 11h30 ; Mardi, de 13h30 à 16h30 et de 18h30 à 20h30. Maison de quartier des Buclos. Catherine Pichoud / 06 89 10 08 34
ADULTES UQBGP	ECRITURE CRÉATIVE Mercredi, de 20h30 à 22h30 une semaine sur 2. Maison de quartier des Buclos. Patrice Vincent / 06 81 70 62 33
ADULTES UHQB	ENTRETIEN MUSCULAIRE Jeudi, de 19h à 20h. Gymnase Béal 3 / uqbcontact@gmail.com
ADULTES UQHM	ESPAGNOL Débutants : Jeudi de 18h15 à 19h45. Intermédiaires : Mercredi de 18h30 à 20h. Conversation : Mercredi de 17h à 18h30. Maison de Quartier du Haut Meylan. asso.uqhm@orange.fr / https://uqhmblog.wordpress.com
ADULTES UHQB	ESPAGNOL (CONVERSATION) Mardi 18h-19h30 - LCR des Tramiers / uqbcontact@gmail.com
ADULTES UHQB	GUITARE Mardi ou mercredi, 17h30 / 18h30 / 19h30 / 20h30. LCR Stella Montis 2 / uqbcontact@gmail.com
ADULTES AHCM	GYM TONIQUE Jeudi, de 20h30 à 21h30. Salle polyvalente, place des Chalendes. Gentiane Peron / 04 76 90 49 82
ADULTES UQBGP	GYMNASTIQUE (renforcement musculaire) Lundi, de 20h30 à 21h30 (avancé) au gymnase des Buclos. Patrice Vincent / 06 81 70 62 33 Mardi, de 20h30 à 21h30 (avancé) et mercredi, de 20h30 à 21h30 à Béal 3. Richard Blanc / 06 30 20 18 45
ADULTES UQBGP	GYMNASTIQUE AQUATIQUE Mardi ou Mercredi, de 19h40 à 20h20, de 20h20 à 21h ou de 21h à 21h40. Piscine des Buclos. Mardi : Nathalie Liegeois / 06 52 59 01 88 ; Mercredi : Chantal Mayet / 04 76 90 59 69
ADULTES UHQB	ITALIEN (CONVERSATION) Mardi 10h30-12h avancé ; Vendredi 10h30-12h débutants. LCR du Tramier. uqbcontact@gmail.com
ADULTES UHQB	JARDIN PARTAGÉ Première réunion sur place le 21 septembre à 10h. Dominique Bouchet / 06 28 33 51 13
ADULTES UQBGP	JARDINS FAMILIAUX A votre guise. Jardins familiaux Grand Pré. André Bornard / 04 76 90 30 06