



ACTIVITÉS SAISON 2021/2022



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 2021/2022. Celles-ci sont accessibles à tous les Meylanais quel que soient leurs quartiers de résidence.

Pour connaître les tarifs et concrétiser vos inscriptions aux activités, connectez-vous sur le site Internet des associations et rendez-vous au **Forum des associations** sur leurs stands, **samedi 4 septembre, de 8h30 à 13h30 au gymnase des Buclos.**

AHCM (Charlaix-Maupertuis)

► COUTURE / Adultes

Lundi, de 14h à 16h ou mercredi, de 18h30 à 20h30. LCR de la Praly.
Florence Milani / 04 76 41 18 86

► GYM TONIC / Adultes

Jeudi, de 20h30 à 21h30. Salle polyvalente, place des Chalendes.
Chantal Rochet / 04 76 41 87 64

► PILATES / Adultes

Mercredi, de 20h15 à 21h15. Salle polyvalente, place des Chalendes.
Anne-Marie Kurzawa / 04 76 90 90 97

► STRETCHING POSTURAL / Adultes

Mardi, de 20h à 21h ou Jeudi, de 11h à 12h. Salle polyvalente, place des Chalendes.
Lysianne Bernhardt / 04 76 41 05 15

► YOGA / Adultes

Mercredi, de 9h à 10h ou Jeudi, de 18h30 à 19h30.
Salle polyvalente, place des Chalendes. Anne-Marie Kurzawa / 04 76 90 90 97

UQBGP (Buclos/Grand-Pré)

► EVEIL CORPOREL / Parents-enfants : 1 à 3 ans accompagnés des parents

Mercredi, de 9h à 10h. Maison de quartier des Buclos. Janine Michalowicz / 04 76 23 00 88.

► EVEIL CORPOREL ET RYTHMIQUE - DANSE / 3-4 ans et 4-5 ans

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.

► ANGLAIS (conversation de base) / Adultes

Mercredi, de 18h à 19h30. LCR Tramier / uqhbcontact@gmail.com

► AQUARELLE ET DESSIN / Adultes

Mercredi, de 20h à 22h une semaine sur 2. LCR Tramier / uqhbcontact@gmail.com

► ATELIER EQUILIBRE SENIOR / Adultes

Mercredi, de 14h à 15h et de 15h15 à 16h15. Maison de la Clairière / uqhbcontact@gmail.com

► BÉALCAFÉ / Adultes

Tous les mardis, de 14h30 à 16h30 au LCR du Tramier / uqhbcontact@gmail.com

► BRICO-DECO ET SCRAPBOOKING / Adultes

Lundi, de 14h à 17h (alterné brico / scrap une semaine sur deux).

LCR du Granier / uqhbcontact@gmail.com

► CARDIO DANSE / Ados-Adultes (15 ans et +)

Mercredi, de 18h45 à 19h45. Maison de la Clairière / uqhbcontact@gmail.com.

► CIRCUIT TRAINING / Adultes

Mercredi, de 18h à 18h45. Maison de la Clairière / uqhbcontact@gmail.com.

► CUISINE JAPONAISE / Adultes

10 séances. Mardi, de 11h à 13h30. LCR du Tramier / uqhbcontact@gmail.com.

► DANSE URBAINE / Ados-Adultes (15 ans et +)

Jeudi, de 18h à 19h30. Maison de la Clairière / uqhbcontact@gmail.com

► ENTRETIEN MUSCULAIRE / Adultes

Jeudi, de 19h à 20h. Gymnase Béal 3 / uqhbcontact@gmail.com

► GUITARE / Adultes et ados + 12 ans

Mardi ou mercredi à 17h30, 18h30, 19h30. LCR Stella Montis 2 / uqhbcontact@gmail.com.

► ITALIEN (conversation) / Adultes

Jeudi, de 14h à 15h30 (avancés), vendredi, de 14h à 15h30 (conversation de base).

LCR du Tramier / uqhbcontact@gmail.com

► JARDIN PARTAGÉ / Adultes

Première réunion sur place le 28 septembre à 10h.

Dominique Bouchet / 06 28 33 51 13 ; Hubert de Falletans / 06 33 50 38 18

► MÉDITATION EN MOUVEMENT / Adultes

1 Samedi par mois, de 10h à 12h. Maison de la Clairière / uqhbcontact@gmail.com

► PILATE / Adultes

Mardi, de 20h45 à 21h45 et vendredi, de 19h à 20h (intermédiaire confirmé), vendredi, de 18h à 19h (débutant). Maison de la Clairière / uqhbcontact@gmail.com.

► PLEINE CONSCIENCE CORPORELLE / Adultes

3 séances 16 octobre, 22 janvier, 14 mai, de 9h à 12h.

Maison de la Clairière. uqhbcontact@gmail.com.

► QI GONG / Adultes

Lundi 19h30-20h45 (Visio) - Mardi, de 19h45 à 20h45 - Mercredi, de 11h à 12h15

Maison de la Clairière / uqhbcontact@gmail.com

► DANSE HALL / Ados-Adultes (15+)

Jeudi, de 19h30 à 20h45. Maison de la Clairière. uqhbcontact@gmail.com.

► SOPHROLOGIE / Adultes

Jeudi, de 19h30 à 20h30. LCR du Granier / uqhbcontact@gmail.com.

► STRETCHING / Adultes

Lundi, de 11h25 à 12h10 et de 12h15 à 13h. Gymnase Béal 3 / uqhbcontact@gmail.com.

► TRAVAUX D'AIGUILLE / Adultes

Vendredi, de 14h à 16h. LCR des Boisses / uqhbcontact@gmail.com

► YOGA / Adultes

Lundi, de 18h à 19h15 et 19h30 à 20h45, mercredi, de 9h30 à 10h45.

Maison de la Clairière / uqhbcontact@gmail.com.

AHCM (Association des Habitants de Charlaix/Maupertuis)

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>

UQBGP (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, av. de Chartreuse - <https://uqhmblog.wordpress.com/>

► **DESSIN PEINTURE** / 6-11 ans

Mardi, de 17h à 18h30 - Maison de quartier des Buclos / 06 52 59 01 88.

► **DESSIN PEINTURE** / 12-16 ans

Mercredi, de 14h à 15h30. Maison de quartier des Buclos / 06 52 59 01 88.

► **MANGA** / Dès 10 ans

Jeudi, de 17h30 à 19h. Maison de quartier des Buclos. Ratib / 06 62 29 43 30

► **LANGUE DES SIGNES** / Ados-Adultes

Mercredi, de 18h à 19h (avancés) et jeudi de 18h à 19h (débutants)

Maison de quartier des Buclos. Laurence Guillemain / 06 23 48 16 62.

► **RUSSE** / Ados-Adultes

Lundi, 18h à 19h30 (intermédiaires), de 19h30 à 21h (débutants), mercredi, de 18h30 à 20h

(avancés). LCR 41, avenue du Vercors. Alain Le Meur / 06 52 24 74 25.

► **ULTIMATE FRISBEE ET/OU DISC GOLF** / Ados-Adultes

Jeudi, de 18h30 à 20h30. Stade de foot derrière Gémo. Benoit Liégeois / 06 63 64 26 36.

► **ECOLE D’ECHECS** / Ados-Adultes

Vendredi, de 17h30 à 18h30 (débutants) et de 18h30 à 20h (non débutants).

Maison de quartier des Buclos. Andreï Kleimenov / 06 52 59 01 88

► **ARTS GRAPHIQUES AUTONOME** / Adultes

Vendredi, de 14h à 16h30. Maison de quartier des Buclos. Patricia Lotito / 06 03 32 37 58

► **COUTURE** / Ados-Adultes

Lundi, de 15h à 17h30 et de 19h à 21h30. Mercredi, de 14h à 16h30

Maison de quartier des Buclos. Nicole Tinard / 04 76 90 62 41.

► **DESSIN ET PEINTURE** / Adultes

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

► **ECRITURE CREATIVE** / Adultes

Mercredi, de 20h30 à 22h30 une semaine sur deux.

Maison de quartier des Buclos. Patrice Vincent / 06 81 70 62 33.

► **GYMNASTIQUE (renforcement musculaire)** / Adultes

Lundi, de 20h30 à 21h30 (avancé) à Béal 3. UQBGp / 06 52 59 01 88

Mardi, de 20h30 à 21h30 (avancé) à Béal 3.

Mercredi, de 18h30 à 19h30. à Béal 3 Richard Blanc / 06 30 20 18 45

► **GYMNASTIQUE AQUATIQUE** / Adultes

Mardi ou mercredi, de 19h40 à 20h20, de 20h20 à 21h ou de 21h à 21h40.

Piscine des Buclos. Mardi : N. Liegeois / 06 52 59 01 88 - Mercredi : C. Mayet / 04 76 90 59 69

► **MARCHE RAPIDE** / Adultes

Samedi, de 9h à 10h, de 10h à 11h ou de 11h à 12h. Parcs Meylan. Chantal Mayet / 04 76 90 59 69.

► **PILATES** / Adultes

Mardi, de 12h30 à 13h30 ou jeudi, de 12h30 à 13h30. Lundi, de 19h à 20h

ou mercredi, de 19h à 20h. Bérivières / 06 52 59 01 88

► **VOLLEY BALL (FSGT)** / Adultes

Jeudi, de 20h30 à 22h30. Gymnase de la Revirée. Dominique Marsan / 06 87 74 32 62.

► **ZUMBA** / Adultes

Lundi, de 20h15 à 21h15 ou de 21h15 à 22h15. Gymnase des Buclos / 06 52 59 01 88

► **BRODERIE** / Adultes

Jeudi de 8h30 à 13h30 et de 13h30 à 16h30. Tous les jeudis pairs.

Maison de quartier des Buclos. Anne Nicolas / 04 76 32 16 33

► **JARDINS FAMILIAUX** / Adultes

Selon vos envies et organisations personnelles. Jardins familiaux Grand-Pré.

André Bornard / 04 76 90 30 06.

► **NATATION** / Ados et adultes **NOUVEAU !**

3 lignes d’eau mardi, de 12h30 à 13h30.Piscine des Buclos. Edgar Clary / 06 71 45 16 73

► **WUTAO** / Adultes **NOUVEAU !**

Lundi, de 18h à 19 h 15. Gymnase des Buclos. Alain Le Meur / 06 52 24 74 25

► **BREAKDANCE** / Ados et adultes **NOUVEAU !**

Mercredi, de 15 h à 16h. Gymnase des Buclos. Edgar Clary / 06 71 45 16 73

► **TIR À L’ARC** / Ados et adultes **NOUVEAU !**

Jeudi, de 18 h 30 à 20 h. Alain Le Meur / 06 52 24 74 25

► **AMAP DES BUCLOS** / Adultes **NOUVEAU !**

Lundi et mardi, de 18h à 19h. Maison de quartier des Buclos. Jean Douard / 06 68 05 73 46.

UQHM (Haut-Meylan)

► **ANGLAIS** / 6-8 ans

Rosana Delon / 06 16 37 81 32, Anne-Marie Fergusson / 06 31 18 58 46.

Débutants (6-8 ans) : mercredi de 16h à 17h ; **intermédiaires (8-12 ans)** : mercredi, de 17h15 à 18h15.

Adultes / débutants : lundi, de 14h à 15h 30 ; **Intermédiaires** : de 15h 30 à 17h ;

Conversation : de 17 h 30 à 19 h.

Conversation : mercredi, de 10h à 11h30, A.Marie Fergusson ; de 18h à 19h30, Rosana Delon.

Maison de Quartier du Haut-Meylan.

► **ARTS PLASTIQUES** / 6-12 ans

Nathalie Plaasch / 06 08 54 67 06.

Mercredi, de 10h à 11h30 + Stages petites vacances. Maison de Quartier du Haut-Meylan.

► **CHANT CHORAL** / Adultes

Céline Prime, Grange des Capucins,

Adultes : mardi, de 17h à 19 h ; M.-Louise Bardoulat / 06 30 90 05 97

► **CLUB DE LECTURE** / Adultes

Maison de Quartier du Haut-Meylan. 1^{er} vendredi du mois, de 16h à 18h30.

► **DANSE LINDY HOP** / Adultes en attente

Maison de Quartier du Haut-Meylan.

► **ESPAGNOL** / Enfants / Adultes

Maritza Mustelier-Bigot / 06 32 47 84 26 - Maison de Quartier du Haut-Meylan.

Enfants : mercredi, de 16h à 17h.

Adultes : débutants, jeudi, de 18h15 à 19h45 ; **intermédiaires** : mercredi, de 18h30 à 20h.

Conversation : mercredi de 17h à 18h.

► **ÉVEIL MUSICAL** / Enfants

4-5 ans : lundi, de 17h à 17h30 ; 6-8 ans : lundi, de 17h30 à 18h15.

► **ITALIEN** / Enfants et Adultes **NOUVEAU !**

Francesca Filatondi / 07 82 04 92 28 - Maison de Quartier du Haut Meylan

Enfants : lundi de 17h à 18h ; **Adultes** : lundi de 18h à 19h30

► **PEINTURE** / Enfants/Ados/Adultes

Patricia Andrieu / 06 78 39 68 44

Enfants-Ados : vendredi, de 17h à 18h30. Maison de Quartier du Haut-Meylan.

Adultes : mardi, de 17h à 18h30.

► **RENFORCEMENT MUSCULAIRE-CARDIO** / Adultes **NOUVEAU !**

Francesca Filatondi / 07 82 04 92 28.

Mercredi, de 12h 30 à 13h 30, Gymnase Haut-Meylan et jeudi, de 18h30 à 20h (lieu en attente).

► **SCRABBLE** / Adultes

Lundi, de 14h30 à 16h30. Maison de Quartier du Haut Meylan.

► **TENNIS** / Enfants / Adultes, sur réservation après inscription

A.S. Jaillières, Marc Bourget / 06 85 80 52 15

► **THÉÂTRE** / Enfants / Adultes

Alain Karpati / 06 21 02 50 43

7-10 ans : mardi, de 16h45 à 17h45, Maison de Quartier Haut-Meylan.

11-15 ans : mardi, de 17h45 à 19h15. Maison de Quartier du Haut-Meylan.

Adultes : mardi, de 19h15 à 21h15 - Maison de Quartier du Haut-Meylan.

► **QUARTIER LIBRE** / Adultes

Maison de Quartier du Haut Meylan.

Adultes : vendredi, de 14h45 à 17h30. 2^e et 4^e vendredi du mois.

► **YOGA** / Adultes

Nadine Viallard / 06 24 94 22 34 - Maison de Quartier du Haut Meylan

Adultes : lundi de 18h à 19h15.

Début des activités : semaine du 20 septembre 2021.

Informations : <https://uqhmblog.wordpress.com> – courrier : asso.uqhm@orange.fr

UHQB (Béalières)

► **ACCOMPAGNEMENT SCOLAIRE**

Pour collégiens et lycéens / uhqbcontact@gmail.com

► **AMAP** / Adultes

Lundi 18h30 à 19h15. LCR Granier et vendredi, de 18h30 à 19h15. LCR Boisses.

Christophe Leclerc / amap.beal.meylan@gmail.com.