CALENDRIER DES ACTIONS ESPRIT LIBRE

l'équipe est présente tous les vendredis de 14h à 16h au Transfo ,

1 rue Victor Lastella, 38100 Grenoble

venez nous rencontrer

Nous sommes joignables au 07.64.81.90.78

et par mail à espritlibre@mutualiteisere.org

NOVEMBRE 2022

➢ atelier cuisine

mercredi 9 novembre et mercredi 23 novembre de 10h30 à 14h

préparation d'un repas qu'on partage ensemble

➢ stage entropie

du lundi 14 novembre au jeudi 17 novembre

découverte et initiation à la menuiserie

➢ équithérapie

vendredi 25 novembre

découverte du cheval

➢ activités physiques et sportives

les lundis : accompagnement à la musculation en salle

les mardis : accompagnement individuel : musculation, velo, relaxation, apprentissage du vélo en milieu sécurisé , découverte du réseau cyclable

les mercredis : cardio training, renforcement musculaire

les jeudis : escalade , parcours jeux et agilité

➢ hébergement et logement

les mercredis de 14h à 16h au Transfo

permanence d'accueil , information, orientation sur l'hébergement et le logement des jeunes

ateliers collectifs au Conseil Habitat Jeunes

- **Lundi 07/11** de 17h30 à 19h00 : la recherche de logement (le circuit de recherche, la demande de logement social, la constitution de son dossier)
- **Lundi 21/11** de 17h30 à 19h00 : la recherche active de logement ***(seulement avec une demande de logement social en cours)***
- **Jeudi 24/11**de 17h30 à 19h00 : c'est quoi un FJT ? (présentation du logement temporaire, du règlement intérieur, des documents demandés et visite d'un logement. **Attention** les demandes de traitement ou avancement de dossiers ne seront pas traitées!)
- **Lundi 28/11** de 17h30 à 19h00 : le budget lié au logement.
- **Jeudi 01/12** de 17h30 à 19h00 : l'installation dans l'appartement, écogestes et hygiène.

➢ actions d'insertion

immersion et découverte des services civiques

découverte et mise en emploi saisonnier

chantier éducatif peinture, débarrassage

stage et mise en emploi en EHPAD

➢ *à venir décembre*

évènement culturel et musical

évènement festif