

Important :

Sauf mention contraire, toutes les activités sont soumises à une adhésion famille et à une inscription préalable.

Pour tous renseignements :

01 34 15 75 07 (fermé le lundi)

Mdq.esperances@ville-ermont.fr

Maison de Quartier des Espérances

Programme d'animations familles et adultes

Du 5 octobre au 16 octobre 2026
Inscription dès le 28 septembre 2026 à 14h30
Sur place ou par téléphone

**Lundi 5/10**

Fermé au public

Mardi 6/10

Lieu d'Accueil Enfants Parents – Pergobulle
 9h–11h - Public famille,
 sans inscription

La recette du français avec Monique
 « cours de Français »
 9h- 12h - Public adulte

«Gestes qui sauvent »
 animés par la
 Protection civile
 13h45- 16h
 Public adulte

**Mercredi 7/10**

Armoire solidaire
 10h – 12h

Atelier enfance
 «On décore la MDQ »
 10h30 – 12h
 7 – 10 ans

Atelier créatif En famille
 « Créez votre sculpture à la manière de Picasso »

15h – 17h
 Tout public

**Jeudi 8/10**

La recette du français avec Monique
 « cours de Français »
 14h – 16h
 Public adulte

La parenthèse chantée
 « Atelier de chant en groupe avec Sandie »
 14h – 16h
 Public adulte

Vendredi 9/10

Atelier cuisine
 «Les meilleures recettes pour un brunch »

De 9h30 à 15h00
 Public adulte



Atelier espagnol avec Monique
 14h – 16h
 Pour adulte

Mam's Pilate avec Amandine
 14h – 16h
 Public adulte – 23 € / trimestre

Lundi 12/10

Fermé au public

Mardi 13/10

Lieu d'Accueil Enfants Parents – Pergobulle
 9h–11h
 Public famille,
 sans inscription

La recette du français avec Monique
 « cours de Français »
 9h- 12h - Public adulte


Massage avec Alicia
 14h30 - 16h15
 Public adulte

**Mercredi 14/10**

Armoire solidaire
 10h – 12h

Atelier enfance
 « Découverte de jeux »
 10h30 – 12h
 7 – 10 ans

Jeux sportifs en famille
 « Venez vous défouler à la MDQ »

15h - 17h
 Dès 3 ans

**Jeudi 15/10**

La recette du français avec Monique
 « cours de Français »
 14h – 16h
 Public adulte

La parenthèse chantée
 « Atelier de chant en groupe avec Sandie »
 14h – 16h
 Public adulte

Vendredi 16/10

Glob'culture
 « Cueillette de Cergy et repas à la Ferme de l'Oise »

Co-voiturage,
 Rdv à 11h45 à la ferme de l'Oise, retour avant 16h
 Public adulte
 Prévoir un moyen de paiement

Atelier espagnol avec Monique
 14h – 16h
 Pour adulte

Mam's Pilate avec Amandine
 14h – 16h
 Public adulte – 23 € / trimestre