

Inscriptions et fonctionnement des activités

- L'adhésion familiale, d'un montant de 15€, est valable du 1^{er} septembre 2026 au 31 août 2027 et est nécessaire pour s'inscrire aux activités.
- Mode de règlement : merci de privilégier la **carte bancaire** (QR code pour paiement ci-joint). Sinon par chèque(s) (en 1 à 3 versements possibles).
- Inscrivez-vous en famille ! Si votre montant d'activités dépasse 400 € (hors adhésion, hors AMAP et hors stages), nous appliquerons une réduction de 10% (jusqu'au 31/10).
- Une activité interrompue ne peut être remboursée que pour raison médicale ou pour déménagement (au prorata des séances). La cotisation reste acquise.
- Les activités démarrent le **14 septembre**, si le nombre minimum de participants est atteint, sinon les participants sont remboursés.
- Une séance d'essai gratuite est possible, sur demande à l'UHQB.
- Les inscriptions aux stages ne sont confirmées qu'à réception du règlement, au plus tard 5 jours avant le stage.



À votre disposition dans le quartier

Salle communale (LCR) du Granier

L'UHQB prête gratuitement aux Meylanais le Local Commun Résidentiel du Granier pour organiser fêtes et réunions non commerciales. Les demandes de réservation se font par mail à l'adresse uhqbcontact@gmail.com ou par courrier. Les conditions de location et la disponibilité de la salle sont précisées sur notre site internet www.uhqbmeylan.fr/emprunter-un-lcr

Le Béalien

Journal édité et distribué gratuitement par l'UHQB à tous les habitants des Béalières. Le journal aborde la vie du quartier, son évolution ainsi que les projets de l'agglomération qui nous concernent. Vous souhaitez y participer ? Contactez-nous !

Bricolo Cyclette

Venez réparer vos vélos grâce aux outils et aux conseils des bénévoles ! Au LCR 2 rue Stella-Montis <http://www.bricolo-cyclette.fr> Un lundi par mois, 18h-19h30, les 14/09 - 12/10 - 9/11 - 14/12 - 11/01 - 8/02 - 8/03 - 5/04 - 10/05 - 14/06. Un vendredi par mois, 17h-18h30, les 25/09 - 16/10 - 27/11 - 18/12 - 29/01 - 12/02 - 26/03 - 30/04 - 28/05 - 25/06.



Ciné-club

Les dimanches 11/10 - 22/11 - 13/12 - 17/01 - 14/02 - 14/03 - 25/04 après-midi, l'UHQB vous proposera d'assister dans la salle « Entracte » de la bibliothèque François-Gillet des Béalières à la projection de films de qualité à un prix accessible. Vous pouvez joindre l'équipe organisatrice : claudébouchet@laposte.net

Calendrier des animations

- L'UHQB organise plusieurs animations. Venez nombreux pour participer, en profiter et les organiser !
- Sam. 19 sept. 2026 place des Tuileaux, 11h30 **Apéritif de rentrée**
 - Dim. 4 octobre 2026 place des Tuileaux et place Malacher **Vide-greniers**
 - Sam. 14 nov..... **Tournoi de belote inter unions de quartier**
 - Ven. 11 et sam. 12 décembre 2026 place des Tuileaux **Fête de Noël**
 - Sam. 30 janv. 2027 Maison de la Clairière..... **Soirée Jeux**
 - Samedi 20 mars 2027 Maison de la Clairière..... **Journée propre**
 - Jeudi 13 mai 2027 **Assemblée générale UHQB**
 - Samedi 22 mai 2027 place des Tuileaux, 11h30..... **Apéritif de quartier**
 - Samedi 26 juin 2027 Coulée verte..... **Fête de la Saint-Jean**

Parmi les nouveautés

- Liberta danse** : la danse est un merveilleux moyen d'expression mais aussi une source de plaisir et de créativité. Le mouvement devient alors bien-être. Delphine Chartron nous propose de découvrir une approche sensible de la danse qui joue avec les éléments, une danse qui nous ancre mais qui, en même temps, nous permet un voyage intérieur qui nous élève. Animatrice Delphine Chartron.
- Béal Chanson** : chanter ensemble les chansons françaises de votre choix. Animatrice Odile Cohard.
- Théâtre** : un atelier théâtre dont le rôle sera de mettre l'accent sur la confiance en soi, la prise de parole en public, le respect de l'autre en nous invitant à oublier nos inhibitions et à développer la créativité que nous avons toutes et tous en nous. Une pièce sera présentée en fin d'année. Animatrice Karen Jay.
- Dessin d'observation** : le dessin d'observation cherche à s'approcher au plus près de la réalité, mais rien n'empêche d'en avoir une libre interprétation. Ça peut être du croquis rapide ou du dessin plus abouti au crayons, au feutre, à l'encre ou à l'aquarelle. Animateur Pierre Hébert.

Contact UHQB

Maison de la Clairière, 9 Le Routoir - 38240 Meylan
La boîte aux lettres est située à l'entrée du hall de la Maison de la Clairière
E-mail : uhqbcontact@gmail.com
Site web : www.uhqbmeylan.fr
Retrouvez les actualités de l'association et la description des activités sur le site web !
Les informations de ce guide sont non contractuelles et peuvent changer sans préavis (dates, tarifs, lieux, conditions...).



Union des habitants du quartier des Béalières
Guide pratique
saison 2026-2027
Ensemble pour préserver et améliorer la qualité de vie du quartier des Béalières

	Journée	Soirée
lundi	Brico-déco Stretching	AMAP Bricolo Cyclette Théâtre Yoga
mardi	Béal Café Italien conversation Ikebana	Italien débutants / faux débutants Qi gong
mercredi	Béal chanson Gym équilibre et mémoire séniors Qi gong	Anglais conversation Liberta danse Tango argentin Zumba adultes
jeudi	Ikebana	Cardio renfo Dessin d'observation Yoga
vendredi	Italien conversation Ikebana Travaux d'aiguilles Qi gong	AMAP Échecs Pilates Bricolo Cyclette
samedi	Atelier "Mots et poésie" Méditation active Stages : Cirque / Expression corporelle dansée / Qi gong / Yoga	
dimanche	Ciné-club Jeux de société	



Activités régulières (inscription à l'année)						
Se rencontrer, s'aider				Meylanais		Extérieurs
				QF≤1040	autres	
Se rencontrer, s'aider	Accompagnement scolaire Secondaire - Sonia Marrec (06.35.30.54.89) Elémentaire - Eric Trouvé (06.72.99.32.99)	Séance individuelle à convenir pour toute l'année scolaire	LCR Boisses / Tramier individuel	QF≤380 : 0 Ou 15 €	35 €	-
	BéalCafé Dominique Bouchet	Autonomie indispensable Mardi : 14h30-16h30	LCR du Tramier -	11 €	11 €	-
	Echecs * Frédéric Chomier (<i>âge mini 7 ans</i>)	Vendredi : 17h-18h15 débutants 18h15-19h30 : intermédiaires	LCR du Tramier 6 - 12	70 €	90 €	110 €
	Jardin partagé Collectif	À votre guise ! <i>En continu</i>		Coulée verte -	32 €	32 €
	Jeux de société Roberto Bonifazi et équipe	Dimanche : 9h-20h	dates convenues en commun (à/c du à/c)	LCR du Tramier max 15	adhésion simple	

Bien consommer						
Bien conso mumer	AMAP ** Christophe Leclerc (Association pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne)	Lundi : 18h30-19h15 Vendredi : 18h30-19h15	LCR Granier / Boisses 60 max	15 €	25 €	25 €
				(20 € reversé à l'APECI)		

Langues, activités artistiques						
Langues, activités artistiques	Anglais Karen van Grieken	Mercredi : 18h15-19h45 "conversation"	30 séances mercredis : 16/09 au 09/06	LCR du Tramier 10 - 12	175 €	215 €
	Béal chanson [NOUVEAU !] Odile Cohard	Mercredi : 14h30-16h	18 séances 16/09 au 23/06	LCR du Granier 10 - 15	15 €	15 €
	Dessin d'observation [NOUVEAU !] Pierre Hébert	Jeudi : 18h-20h	15 séances 17/09 au 10/06	LCR du Tramier 6 - 8	150 €	185 €
	Italien Silvia Roscio Elion / à préciser	Mardi : 10h-11h30 "conversation" (Silvia) 18h-19h30 : "débutants/faux débutants" Vendredi : 14h-15h30 : "conversation"	30 séances mardis : 15/09 au 01/06 vendredis : 18/09 au 11/06	LCR du Tramier 10 - 13	175 €	215 €
	Atelier "Mots et poésie" Véronique Gros	Samedi : 10h-12h [1 sam. / mois]	11 séances 19/09 au 19/06	Bibliothèque Béalières 4 - 12	adhésion simple	
	Théâtre [NOUVEAU !] Karen Jay	Lundi : 18h30-20h	30 séances 14/9 au 14/6	LCR des Boisses 10 - 12	160 €	200 €

Activités manuelles						
Activités manuelles	Brico-déco M-A Manceau/M-O Duruflé	Lundi : 14h00-16h30 [tous les 15 jours]	18 séances 29/09 au 29/06	LCR du Granier 6 - 20	21 €	21 €
	Ikebana art floral Nicole Dineur	Mardi : 9h45-11h45 / Jeudi : 14h-16h Vendredi : 9h30-11h30 [environ tous les 15 jours]	15 séances mardis : 15/09 au 1/06 jeudis : 17/09 au 10/06 vendredis : 18/09 au 11/06	LCR des Grubins 4 - 6	150 €	185 €
	Travaux d'aiguilles Mireille Dœuvre	Vendredi : 14h-16h	30 séances 18/09 au 11/06	LCR des Boisses 11 max	adhésion simple (plus fournitures)	

Relax						
Relax	Méditation active Barbara Klauenberg	Samedi : 10h-12h [1 sam. / mois]	10 séances 26/09 au 5/06	Maison de la Clairière 8 - 20	125 €	155 €

Activités physiques						
Activités physiques	Cardio renfo * Damien Duse	Jeudi : 19h30-20h30	30 séances 17/09 au 10/06	Gymnase Maupertuis 14 - 25	115 €	140 €
	Gym équilibre et mémoire séniors * Nora Boukou	Mercredi : 14h-15h 15h05-16h05	30 séances 16/09 au 09/06	Maison de la Clairière 10 - 14	135 €	170 €
	Liberta danse * [NOUVEAU !] Delphine Chartron	Mercredi : 17h45-19h15	17 séances 23/09 au 23/06	Maison de la Clairière 10 - 14	115 €	140 €
	Pilates * Jessica Camachetty	Vendredi : 18h-19h "débutants" Vendredi 19h-20h "interm. & confirmés"	30 séances 18/09 au 11/06	Maison de la Clairière 13 - 16	135 €	170 €
	Qi gong * (voir stages ci-dessous) Karine Muller	Mardi : 19h45-21h Mercredi : 11h-12h15 / 12h30-13h45 Vendredi : 12h30-13h45	30 séances mardis : 15/09 au 01/06 mercredis : 16/09 au 09/06 vend. : 18/09 au 11/06	Maison de la Clairière 10 - 18	160 €	200 €
	Stretching * Sophie Chardonneau	Lundi : 10h45-11h45 / 12h00-13h00	30 séances 14/09 au 14/06	Gymnase Béal 3 7 - 25	160 €	200 €
	Tango argentin * Chloé Faure	Mercredi 19h-20h15 "intermédiaires"	30 séances 16/09 au 09/06	LCR du Granier 12 - 16	135 €	170 €
	Yoga * (voir stages ci-dessous) L. Gregg / N. Leger / à préciser	Lundi : 18h00-19h15 / 19h30-20h45 Jeudi : 19h15-20h30	30 séances lundis 14/09 au 14/06 jeudis : 17/09 au 10/06	Maison de la Clairière 16 - 20	160 €	200 €
	Zumba * Caroline Edet	Mercredi 19h-20h adultes	30 séances mercredis : 16/09 au 09/06	Maison de la Clairière 10 - 18	135 €	170 €

Stages du samedi matin à la Maison de la Clairière

			effectif	par stage
Cirque * Anouk Tournier	3-7 ans : 10h-11h30	3 dates possibles : 19/09 - 03/10 - 06/03	5 - 12	20 €
Expression corporelle dansée * Delphine Malan	10h-12h	4 dates possibles : 14/11 - 9/01 - 6/02 - 29/05	6 - 12	20 €
Qi gong * Karine Muller	9h-12h	2 dates possibles : 16/01 - 13/03	10 - 14	28 €
Yoga * Non accessibles aux débutants	9h-12h	2 dates possibles : 21/11 - 3/04	16 - 20	28 €

* Activité sportive : remplir l'attestation sur l'honneur de suivi médical, obligatoire, sur la fiche familiale d'inscription.

** Avant toute nouvelle inscription à l'AMAP, contactez : amap.beal.meylan@gmail.com

Voir les descriptions des activités et toutes les dates
sur notre site www.uhqbmeylan.fr

L'UHQB se réserve le droit de ne pas démarrer une activité si le nombre
minimum de participants n'est pas atteint au démarrage de l'activité.



Dates des inscriptions

Jeudi 3 septembre 2026 de 16h30 à 20h00
LCR du Granier, 8 bis avenue du Granier

Samedi 5 septembre 2026 de 8h30 à 13h30
Forum des associations, gymnase des Buclos, 53 bd des Alpes

Mardi 8 septembre 2026 de 16h00 à 18h00
M. de la Clairière, 9 Le Routoir (en face de l'école des Béalières)

Documents à fournir impérativement lors des inscriptions

- 1) La "**Fiche familiale d'inscription**" renseignée,
à télécharger sur www.uhqbmeylan.fr ➔
- 2) Pour les activités sportives (*), l'attestation de suivi médical.
- 3) Pour les quotients familiaux (QF) CAF inférieurs à 1041,
l'attestation de quotient de l'année en cours.
Sinon les inscriptions seront prises au tarif normal.



Qi gong - photo Pierre Novelli