

LA MAISON  
PHARE

MJC - Centre Social  
Scène Culturelle de Proximité

visuel réalisé pendant les ateliers de rue

## RESTO

REPAS À EMPORTER  
Mercredi et vendredi  
à partir de 11h45

## ON GARDE LE LIEN

PROMENADES SOCIALES,  
GROUPES DE PAROLES,  
LIVRAISONS DE REPAS  
SOLIDAIRES...

## SPORTS À DISTANCE

YOGA : lundi de 11h à 12h15  
DANSE : mardi de 15h à 16h  
GYM : jeudi de 10h à 11h

## PERMANENCE ADMINISTRATIVE

IMPRESSIONS, SCANS,  
PHOTOCOPIES

Lundi de 9h à 12h  
Mardi et jeudi  
de 14h à 17h

## PANDA

POINT D'ACCÈS NUMÉRIQUE  
Du lundi au vendredi  
de 14h à 17h

## COUTURE

CONFECTION DE  
MASQUES

Lundi de 13h30  
à 16h30

## CONTACT

PAR TÉLÉPHONE :  
du lundi au vendredi  
de 10h à 12h et de 14h à 17h  
au 03 80 45 45 26

PAR MAIL : sur  
contact@lamaisonphare.fr

## Notre nouvel agenda hebdomadaire à partir du 18 mai !

- **PERMANENCES ADMINISTRATIVES** : pour vos demandes d'impressions, merci de nous adresser un mail à [impression@lamaisonphare.fr](mailto:impression@lamaisonphare.fr). Pour les scans et photocopies, merci de bien vouloir vous présenter à la Maison-phare (2 allée de Grenoble), munis de vos documents, sur les horaires indiqués sur l'image ci-jointe.
  - **PANDA** : merci de prendre rendez-vous sur l'adresse suivante <http://panda.ville-dijon.fr>.
  - **RESTO** : 3€ + prix libre pour un plat et un fruit ! Merci de nous contacter pour réserver votre repas par mail à l'adresse [resto@lamaisonphare.fr](mailto:resto@lamaisonphare.fr). Les menus seront publiés à l'avance sur notre page Facebook. N'hésitez pas à emmener votre propre contenant pour éviter la barquette à usage unique qui finira vite à la poubelle !
  - **COUTURE** : envie de faire des masques chez vous ou à la Maison-phare pour qu'ils soient ensuite distribués dans le quartier ? Merci d'envoyer un mail sur [couture@lamaisonphare.fr](mailto:couture@lamaisonphare.fr) (tissu et élastiques fournis).
  - **YOGA** : rendez-vous chaque lundi à l'heure indiquée sur le site de Zoom (<https://zoom.us/join> / ID de réunion : 872 8182 7299).
  - **DANSE** : rendez-vous chaque mardi à l'heure indiquée sur le site de Zoom (<https://zoom.us/join> / ID de réunion : 867 7808 8455).
  - **GYM** : rendez-vous chaque jeudi à l'heure indiquée sur le site de Zoom (<https://zoom.us/join> / ID de réunion : 899 8915 7287).
- Pour celles et ceux qui ne peuvent se rendre sur les créneaux de gym et de yoga, nous vous proposons un rattrapage sur notre site : <https://lamaisonphare.fr/activites>, rediffusion de la séance de yoga de la semaine et cours de gym version papier !
- **PROMENADES DANS LE QUARTIER** : on essaie de garder le lien, on vous donne rendez-vous ici ou là au détour d'une rue dans le quartier les mercredis et vendredis entre 16h et 19h.

Malheureusement, ces petites actions ne veulent pas dire que nous rouvrons nos portes en dehors des permanences citées.

Nous restons joignables par téléphone ou par mail si vous avez besoin de renseignements : infos sur l'image !

On espère vite vous retrouver,

l'équipe de la Maison-phare.