



La Maison des Usagers

Centre Hospitalier de Saint-Denis



Infos pratiques

La MDU est située au rez-de-chaussée du bâtiment B, entre la cafeteria et le hall des consultations.

Horaires d'ouverture

• du lundis au vendredis de 8h30 à 16h00

Contact

Téléphone : 01 42 35 60 43

Mail : mdu-contact@ch-stdenis.fr

Information

Echanges

Ateliers

Gratuit

Prévention

Ecoute

Lecture

Permanences

Accès libre



Présentation MDU

La Maison Des Usagers est un espace d'accueil, d'informations et d'échanges proposant des ateliers, des permanences et des actions de prévention.

Vous y êtes bienvenu(e) pour :

- Prendre une pause dans l'espace détente
- Participer aux ateliers
- Vous informer sur les réseaux de santé et les associations socio-culturelles...

Des animatrices sont présentes pour vous aider dans vos recherches d'informations.

La MDU propose également des événements ponctuels que vous retrouvez dans notre programme mensuel.

La Maison des Usagers vous convie aux Ateliers

Couture / Tricot

Animé par : Pully Duval, et Monique Bellai, bénévoles à la MDU

Tous les **vendredis**
de **14h à 17h**

Places limitées, inscription obligatoire

Lieu :
Espace Maison des Usagers
Hôpital Delafontaine
2, rue du Docteur Delafontaine
93 200 Saint-Denis
Tél : 01 42 35 60 43 / Mail : mdu-contact@ch-stdenis.fr

SOPHROLOGIE

Gérer son stress, ses émotions, renforcer sa confiance en soi... La sophrologie est une pratique basée sur des mouvements doux, des exercices de respiration, et de visualisation positive

Nicole BLOTEAU, sophrologue certifiée vous propose :

- Créneaux patients et usagers 10h à 11h
- Créneau personnel hospitalier 16h30 à 17h30

Rendez-vous à la Maison Des Usagers
Hôpital Delafontaine
2, rue du Docteur Delafontaine - Saint-Denis
Contact : Email : sophro@ch-stdenis.fr
Tél : 01 42 35 60 43

TAÏCHI CHUAN

La maison des usagers convie, en partenariat avec l'association STDC, à une séance de TAÏCHI CHUAN

Circulation harmonieuse de notre énergie, la pratique est basée sur des mouvements lents bénéfiques pour les articulations.

Véritable « lâcher prise » !

Atelier gratuit et ouvert à tous

TAÏCHI CHUAN

Rendez-vous à la Maison des Usagers
Hôpital Delafontaine
2, rue du Docteur Delafontaine - Saint-Denis
Contact : Email : mdu-contact@ch-stdenis.fr
Tél : 01 42 35 60 43

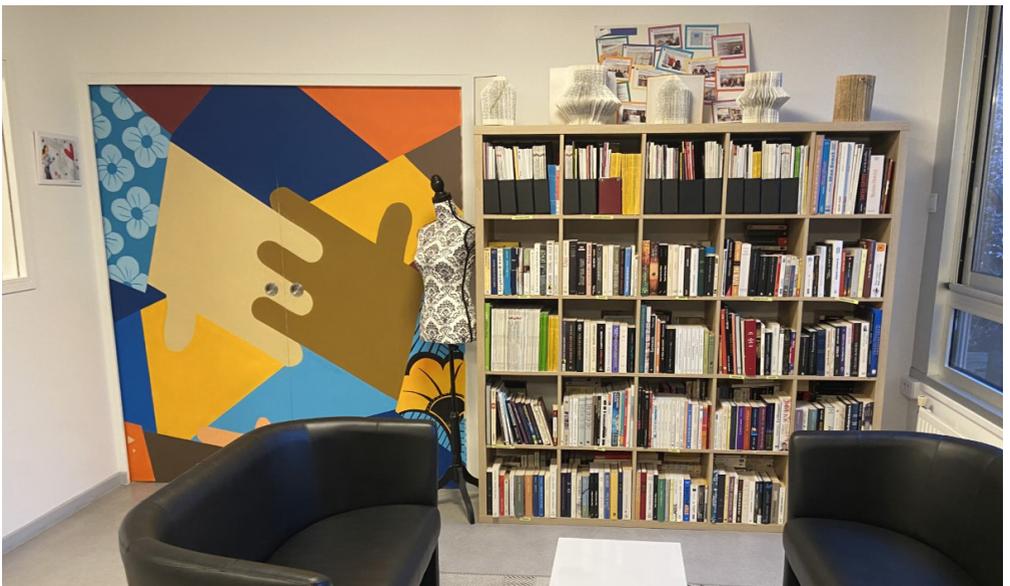
Merci de respecter les gestes barrières :
port de masque obligatoire et distanciation.



La bibliothèque

Des livres et des magazines sont à disposition pour un emprunt ou une lecture sur place.

Le bibliobus se déplace dans les services de soin à la rencontre des patients.



Le coin enfants

Un espace aménagé pour les enfants est accessible aux enfants accompagnés de leurs parents.



Activités hebdomadaires ou mensuelles

Lundi	Permanence Mutuelle MNH	9h30 - 16h00
	Atelier Jeux de société	13h30-15h30
	Bibliobus	14h00 - 18h00
Mardi	Atelier filière obésité	14h00 - 15h30
	Atelier Sophrologie personnel 1 fois par mois	16h30 - 17h30
	Bibliobus	14h00 - 18h00
Mercredi	Stand La Ligue contre le cancer, comité du 93 - Tous les 2ème mercredi du mois	9h30 - 13h00
	Stand épilepsie France 1er mercredi du mois	9h30 - 11h00
	Atelier ELSA, prise en charge des patients en addictologie	11h30 - 12h30
	Atelier Méditation	14h00 - 15h00
	Atelier Musicothérapie	15h30 - 17h30
	Bibliobus	14h00 - 18h00
	Univers du Conte 1 fois par mois	10h00 - 11h30
	Permanence Mutuelle Complémentaire C602	10h00 - 16h00
	Atelier Tai Chi Chuan usagers	11h30 - 12h30
	Atelier Tai Chi Chuan personnel	12h30 - 13h00
Jeudi	Permanence Clinique Juridique 2 jeudis par mois	9h00 - 12h00
	Bibliobus	14h00 - 18h00
	Ostéopathie	10h00 - 12h00
	Atelier Sophrologie usagers 1 fois par mois	10h00 - 11h00
	Atelier Tricot/Couture	10h00 - 11h00
Vendredi	Bibliobus	14h00 - 18h00
	Bibliobus	14h00 - 18h00
Samedi		
Dimanche	Bibliobus	14h00 - 18h00
	Atelier maquillage pour enfants 1 fois par mois	14h00 - 17h00

Soutenir la maison des usagers

Devenez bénévole de la MDU et engagez-vous pour les autres !
Faites un don !

Contact :

Tél : 01.42.35.60.43

Mail : mdu-contact@ch-stdenis.fr