

L'accueil de la MDH :

Écoute, orientation, accès aux droits, aide aux démarches administratives et informations...

Prévert connect :
accès au numérique pour tous

Conseiller numérique

lundi 13h30-17h
mardi et jeudi toute la journée

Ordinateurs libre accès

démarches administratives

Initiation à l'informatique

Jeudi 9h15-11h15

Point Justice* Échirolles -
Droit et conseils juridiques

Conciliatrice de justice

Médiation conflits et litiges

France victime

Aide aux victimes



point-justice

Avocat

Conseils juridiques

***CDAD de l'Isère :** Bureau d'accès
aux droits du Ministère de la justice

Emploi - Formation

Conseillère Insertion emploi
Métropole

RSA, retour à l'emploi...

Mission locale

insertion professionnelle 16-25 ans
Mardi de 15h-18h

Démarches emploi formation

1er Mardi du mois 14h-16h30

Permanences
Accès aux droits -
Santé

Discriminations
Signalement et recours

Lieu d'écoute d'Échirolles

Psychologue
Soutien santé mentale

Conseillère économie sociale et
familiale

Gestion budgétaire,
aide aux départs en vacances autonomes

Conseillère municipale déléguée au
logement

Accès au logement et à l'habitat

Déclaration d'impôts Avril / Mai

Médiatrice Santé accès à la santé

Travailleuse sociale

Lundi et Mercredi 13h30-17h
Jeudi matin, 9h-12h sans RDV

Tarification solidaire TAG

Constitution de dossiers
Mardi 9h-12h

Écrivaine publique

Rédaction de documents

Permanence de la Maire Amandine Demore

Sur rendez-vous : 04 76 20 63 00

cabinet@echirolles.fr

Maisons des habitants

Jacques Prévert

PROGRAMME DU MOIS DE JANVIER

Bonne Année

2026

NEW

L'actualité de la MDH
sur WHATSAPP

Horaires d'ouverture :

Lundi et Jeudi : 9h-12h / 13h30-19h
Mardi : 9h-12h / 13h30-17h30
Mercredi : 9h-12h / 13h30-18h
Vendredi : 13h30-17h30

04 76 20 99 60

3 Rue denis Papin 38130 Echirolles

mdh-villagesud@echirolles.fr

ALLOCATIONS FAMILIALES

Caf de l'Isère

CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

ville d'Echirolles

Échanger, participer



"Café habitant-es"

Échanges autour des activités et projets de la MDH
1er Mardi du mois à 9h30



Permanence

Université Populaire des Parents (UPP)
Mercredi 10h-11h30 et 14h-17h

Consommer autrement



Atelier alimentation santé

Jeudi 14h-16h

Repair couture café

Jeudi 9h-12h et Vendredi 14h-17h

Savoir, échanges et partage

Création d'objets avec du matériel recyclé
Jeudi 13h30-16h

Le jardin de la MDH

Venez planter, semer, récolter

Les temps forts de janvier



Café des habitant-es

Mardi 6/01
9h30-11h30



Lecture de conte

à la ludothèque
Mercredi 21/01
9h30 à 10h30



0 - 3 ans sur inscription

Vœux à la population

Dimanche 11/01, 10h, à la Rampe

Vœux au monde solidaire

Mardi 13/01, 18h, à l'Hôtel de ville



l'agenda culturel du mois



Spectacle "Junior Ballet de l'Opéra national de Paris"

tout public, 20h-22h
Jeudi 22/01
La Rampe



Apprendre, se perfectionner



Atelier sociolinguistique

apprentissage du français
Lundi, Mardi, Mercredi,
9h30-11h

Initiation à l'informatique

Jeudi 9h15-11h15



Accompagnement à la scolarité

Association AGIRabcd
Lundi, jeudi, 16h-19h
et mercredi 14h-17h



Bien-être : sport, jeu, art et culture



Gym douce

Lundi 9h-10h
association
Be api



Aikitaïso Aikido

Mardi 9h-10h
18h30-19h30
association
Aikikaiï



Cardio !

Hit cardio Lundi, Jeudi
à partir de 18h30
Boxe Vendredi, 18h30
Sophrologie, Samedi
1/mois
association Cœur du
Centre



Sport Santé

Mercredi
9h30-11h30
section féminine
Jeudi 9h-11h
Collectif
d'habitant-es en
autonomie



Marche nordique

Mardi et Jeudi
9h30-11h
2 groupes de
niveau
Service des
sports ALE



Handi-boxe

Jeudi 13h30-14h30
association
Be api



Flamenco

Mardi 19h30-21h
association
And' orient



"vélo égaux"

Apprentissage
vélos
1/semaine



Sorties culturelles

Spectacles, danse,
théâtre, cinéma
1 fois / mois



Atelier Peinture

Lundi 13h30-15h30



Atelier Art thérapie

Mardi 9h30-11h30



Atelier Mandalas

Mardi 13h30-16h



Atelier Aquarelle

Vendredi 13h30-15h30

Ludothèque Parents-enfants

Lundi 16h30-19h

Mardi 9h30-11h30

Mercredi 9h30-12h/14h-18h

Jeudi 16h30-18h



Ludothèque Adultes

Lundi 14h-16h30

