

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 toute la journée
mercredi 9h-12h
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



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
Jeudi 14h-16h (hors vacances scolaires)

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

Déclaration d'impôts Avril / Mai

Médiatrice Santé accès à la santé

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

Tarifcation solidaire TAG
Constitution de dossiers
Mardi 9h-12h

Écrivaine publique
Rédaction de documents

Permanence de la Mme la Maire

Amandine Demore

Sur rendez-vous : 04 76 20 63 00

cabinet@echirolles.fr

Maisons des habitant-es

Jacques Prévert

PROGRAMME DU MOIS

DE MAI

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



CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE
ville - Échirolles

Échanger, participer

"Café habitant-es"

Réflexion autour des activités et projets de la MDH
1ers Mardis 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

Apprendre, se perfectionner

Atelier sociolinguistique

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



Initiation à l'informatique

Mercredi
9h15-11h15

Accompagnement à la scolarité

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



Les événements du mois de Mai

Mercredi
6/05

Projet 1 2 3 Rebonds

Podcast radio et restitution du projet, shooting photo
En partenariat avec La Rampe, La petite poussée et l'école Auguste Delaune
MDH Jacques Prévert à partir de 9H30

Jeudi
21/05

Spectacle Immobile & Rebondi #2

Atelier parents-enfants danse / arts plastiques
de 16h30-17h30
En partenariat avec la Rampe et la compagnie Lamento

Samedi
30/05

Tempo Libre, la grande fête 2026



Nombreuses animations à partir de 14h
Concert en soirée avec GNAWA DIFFUSION
Place des Cinq-Fontaines

Les sorties culturelles du mois

Mardi
5/05

"Heka",

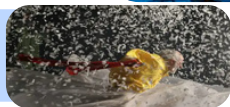
jonglage, magie, dès 6 ans à 20h, La Rampe



Samedi
9/05

"Slava's Snowshow",

cirque, dès 8 ans à 16h, MC2



A venir...

Temps pour Elles - Jeudi 4 Juin

RDV à 9h autour d'un petit déjeuner convivial, suivi d'une séance de Pilate
Repas partagé, Après-midi détente au Spa.
Transport assuré et fin de l'activité prévue vers 17h30
Inscriptions et paiements le 14 Mai

Bien-être : sport, jeu, art et culture



Gym douce

Lundi 9h-10h
association
Be api



Aikitaïso Aikido

Mardi 9h-10h
et 18h30-19h30
association
Aïkikaï



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
Lundi 14h-15h
Collectif d'habitantes
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



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

hors vacances scolaires*