

LUOTOHEQUE

PERMANENCES

Les lundis de 16h à 18h
Les mercredis de 9h30 à 11h30 et de 14h à 17h30
Ouvert à toutes et à tous !!!

DANS TOUS LES SENS

Tous les 2ème mercredis du mois
Merc. 14 oct. à 10h
Histoires, comptines, éveil sonore, jeux, motricité...
A partir de 6 mois.
Sur inscription.

VOS DROITS

ÉCRIVAIN PUBLIC

Le mardi de 9h à 12h au CCAS
> Sur rendez-vous à la MDH Anne Frank

CONSEILLER NUMÉRIQUE

Le mardi et mercredi matin
Le vendredi journée
> Sur rendez-vous à la MDH Anne Frank
Accompagnement selon vos besoins.

PERMANENCES DE MME LA MAIRE - AMANDINE DEMORE

Sur rendez-vous au 04 76 20 63 00.
cabinet@echirolles.fr/echirolles.fr

PERMANENCES ÉLU AU LOGEMENT - ADAM BELLAL

Mercredi 21 octobre de 9h à 12h à la MDH Prévert. Sans rendez-vous.

TRAVAILLEUR SOCIAL

Le mercredi de 9h à 12h
> Sur rendez-vous à la MDH Anne Frank

ORDINATEURS EN LIBRE

Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h
et de 13h30 à 17h30.
Accès internet et impressions pour les démarches administratives.

TARIFICATION SOLIDAIRE

Le mercredi de 14h à 17h
Le vendredi de 9h à 11h30
A la MDH Essarts/Surieux
au 04 76 20 99 50.

Non
allocataire

Maison
des habitant-es
Anne-Frank/Les Granges

www.echirolles.fr



PROGRAMME OCTOBRE 2026

Inscription à partir du 21/09/2026

LES ACTIONS DU MOIS



LA SEMAINE DU GOÛT



QUINZAINE DE LA SANTÉ MENTALE



MDH Anne Frank / Les Granges
1 rue de Lorraine 38130 Échirolles
04 76 40 20 51
mdh-annefrank@echirolles.fr

Toute l'actu sur Whatsapp

Je scanne le QR CODE



ville d'Echirolles

CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE
ville d'Echirolles



PROGRAMME D'OCTOBRE

MA SANTÉ EN MOUVEMENT

Vendredi 2 octobre de 14h à 15h30
Présentation du programme suivi de
"Ma santé, c'est quoi ?"

Sur
inscription

Vendredi 9 octobre à partir de 13h
Rallye photos, olympiades et visite du musée Géo Charles en
partenariat avec OSE, dans le cadre du SISM "Pour notre santé
mentale, ouvrons nous aux arts".

BESOIN D'UN COUP DE POUCE ?

Tous les lundis de 16h à 18h
(hors vac. scolaires)
Accompagnement scolaire
pour les enfants/les jeunes
du CE1 à la 3ème.
Proposé par le collectif
de bénévoles.



Sur inscription - Places limitées.

ATELIER MANDALA

Mardi 6 octobre de 14h à 16h
Animée par Nicole,
une bénévole.
Sur inscription



TROC'VETEMENTS

Mercredis 7 et 21 octobre
de 13h30 à 17h
Dépôt des vêtements et/ou
accessoires automne/hiver
(en bon état)
en vue de préparer
le grand événement
du mois de novembre :
"échangeons nos trucs :
la fête du troc".

REPAIR' COUTURE

Les mercredis
de 9h à 12h
et de 13h 30 à 17h
(hors vacances
scolaires)
Créer, réparer
et customiser
vos vêtements
accompagné
d'une
professionnelle.

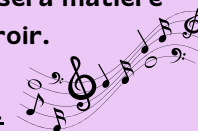


SPECTACLE "Pop corn" big Ukulélé syndicate

Jeudi 8 octobre à 20h à la Belle électrique
Big Ukulélé syndicate explore l'univers du cinéma, de la musique, des
chansons de film et... des Pops Corns !
Avec virtuosité et plaisir les artistes mettent toute leur énergie pour
faire voyager les spectateurs au gré des références
cinématographiques. Sur le plateau de tournage, des ouvriers
machinistes aux acteur-ices en habit de lumière, tout sera matière
à détournement, à jeu de références ou de miroir.

Sur
inscription

Rendez-vous sur place.
Nombre de places limitées - Tarif selon QF.



PROJET SOLIDAIRE

Les jeudis de 14h à 16h30
Création de kits : La boîte du cœur.
Participez à la création de kits solidaires !
Vos idées sont les bienvenues pour nous aider
à confectionner des kits qui feront la différence.
Ensemble, faisons preuve de solidarité !



SEMAINE DU GOÛT

L'ART DE LA PÂTISSERIE

Mercredi 14 octobre de 14h à 16h30
Découvrez l'art de la pâtisserie
en célébrant la semaine du goût
avec nos irrésistibles cupcakes !
Sur inscriptions - 2.70€ par famille.

dès 6 ans



SISM

FABUL(EUX) par le collectif "La grosse clique"

Vendredi 16 octobre à 18h
Spectacle de sensibilisation à la santé mentale avec des temps de médiation
interactifs proposés par Alice Bâtie, psychologue.
Sur inscription - Places limitées.

dès 10 ans