

PROGRAMME MARS 2025



CITÉ PLURIELLE
Samedi 22 mars

Soirée slam et stand up
Dès 20h à la Rampe

**JOURNÉE INTERNATIONALE
DES DROITS DES FEMMES**
Ateliers et animations
pour tous les âges

DES ACTIONS POUR L'EMPLOI



Atelier pour l'emploi

20 Mars

- > Jeudi 20 mars
- > De 9h à 11h30 à la MDH
- Répondre à une offre ou s'actualiser sur son smartphone.
- **Pour adultes.**
- **Gratuit sur inscription.**



Permanence emploi mobile

27 Mars

- > Jeudi 27 mars
- > De 14h à 16h à la salle des fêtes d'Echirolles
- Vous êtes à la recherche d'un emploi ? Venez rencontrer les entreprises qui recrutent.
- **Priorité aux habitant-es des Essarts-Surieux**
- **Organisé par la Maison de l'Emploi**
- renseignements au 07 86 63 24 71**

JOUER, DÉCOUVRIR



Ludothèque

Accueil tout public pour jouer ensemble et emprunter des jeux pour la maison.

	Mardi	Mercredi	Jeudi
	16h - 17h30	14h - 17h	16h - 17h30
	Sauf pendant les vacances		
	A la MDH (Essarts)		
	Tout public, enfants avec un adulte		
	Gratuit sans inscription		



Atelier jeu d'échecs

Mercredi

- > Tous les mercredis (sauf vacances)
- > De 9h à 11h30 à la MDH
- Apprenez les règles ou améliorez votre jeu. Tous les niveaux sont bienvenus de débutant-es à confirmé-es.
- **Pour adultes tous niveaux**
- **Gratuit sans inscription.**



Allez ça tourne !

12 Mars

- > Mercredi 12 mars
- > De 16h à 17h30 à la MDH
- Venez nombreux pour le 2ème atelier créatif avec la compagnie Tartine Reverdy !
- **Tout public, enfants accompagnés.**
- **Gratuit sans inscription.**



Sortie festival "Place aux jeux"

22 Mars

- > Samedi 22 mars
- > RDV 9h à la MDH
- Sortie à la Halle Clémenceau de Grenoble pour jouer ensemble au festival annuel dédié aux jeux.
- **Tout public, enfants accompagnés.**
- **Gratuit sur inscription, prévoir carte de tram.**



CITÉ PLURIELLE, UNE SOIRÉE CONTRE LES DISCRIMINATIONS

22 Mars

Soirée slam et stand-up à la Rampe - Samedi 22 mars - Dès 20h

> 20h Slam et poésie
Kifftout, Klar Obscur, et Nahanka, les 3 artistes du "Poétik klubbing" sont chacun-e engagés pour l'égalité des genres, contre le racisme et les discriminations.

> 21h spectacle de stand-up
7 artistes de la scène nationale avec Sofia BELLABES en tête d'affiche. Le spectacle abordera avec humour et sans complexe toutes les discriminations (sexistes, racistes, homophobes, validistes...).



Entrée libre et gratuite

LE 8 MARS C'EST TOUTE L'ANNÉE !



Atelier bricolage au féminin

10 Mars

> Lundi 10 mars
 > De 13h30 à 17h30 à la MDH
 Apprenez à construire une lampe en bois avec deux professionnelles et entre femmes.
 - **Pour adultes.**
 - **Gratuit sur inscription.**



le 8 mars c'est toute l'année



Spectacle "Women of the year"

18 Mars

> Mardi 18 mars
 > De 20h à 22h à la Rampe
 Comédie musicale pop qui aborde la question des rapports hommes-femmes, du pouvoir et du couple de façon inattendue.
 - **A partir de 12 ans / Gratuit places limitées**
 - **Sur inscription à la MDH avant le 10 mars**



Animation sur l'écoféminisme

14 Mars

> Vendredi 14 mars
 > De 14h45 à 17h à la MDH
 Une découverte de l'écoféminisme avec les volontaires environnement d'Unis-Cité.
 - **Tout public, enfants accompagnés.**
 - **Gratuit sans inscription.**



Jeu "Qui est-elle ?"

19 Mars

> Mercredi 19 mars
 > De 14h à 17h à la MDH Anne-Frank
 A la découverte des femmes qui ont marqué l'histoire. Après-midi jeu sur la thématique des droits des femmes.
 - **Tout public, enfants accompagnés.**
 - **Possibilité de départ groupé à 13h30.**

SE RENCONTRER, FAIRE ENSEMBLE



Atelier réparations

Mardi

> Tous les mardis (sauf vacances)
 > De 14h à 17h à l'Escale (MDH)
 Retouches de vêtements, réparation d'objets en bois ou de petit électronique.
 - **Tout public, enfants accompagnés.**
 - **Gratuit sans inscription.**



Café des habitant-es

Jeudi

> Tous les jeudis (sauf vacances)
 > De 8h30 à 10h à la MDH
 Un moment convivial pour s'informer sur l'actualité de la MDH et de ses partenaires.
 - **Tout public, enfants accompagnés.**
 - **Gratuit sans inscription.**



Caf'Escale

VENREDI

> Tous les vendredis (sauf vacances)
 > De 14h à 17h à la MDH
 Des habitant-es et les volontaires d'Unis-cité vous accueillent pour prendre un thé, papoter ou jouer.
 - **Tout public, enfants accompagnés.**
 - **Gratuit sans inscription.**



Matinée réparation

22 Mars

> Samedi 22 mars
 > De 10h à 14h à la MDH
 Des bénévoles vous aident à réparer vos petits objets électroniques, vélos ou vêtements !
 - **Tout public, enfants accompagnés.**
 - **Gratuit sans inscription.**



Atelier jardin semis

26 Mars

> Mercredi 26 mars
 > De 14 à 16h à la MDH
 Apprenez à faire des semis et planifier vos cultures, avec "Cultivons"
 - **Tout public, enfants accompagnés.**
 - **Gratuit sans inscription.**



Banksy et nous !

27 Mars

> Jeudi 27 mars
 > De 13h30 à 16h à la MDH
 Temps collectif pour construire un projet artistique aux pochoirs autour des oeuvres de Banksy.
 - **Tout public, enfants accompagnés.**
 - **Gratuit sans inscription.**



ACCÉDER À SES DROITS



Permanences travailleuses sociales

> Sur rendez-vous à la MDH

Accompagnement personnalisé pour une orientation adaptée aux besoins.

Permanences écrivaines publiques

> Le mercredi après-midi au CCAS

Sur rendez-vous à l'accueil de la MDH.

> Le vendredi matin à la MDH

Sur rendez-vous à l'accueil de la MDH.



Tarifcation solidaire

> Le mercredi de 14h à 17h à la MDH

Sans rendez-vous.

> Le vendredi de 9h à 11h30 à la MDH

Sans rendez-vous.



Permanences retraite - ARAPR

> Le mercredi de 9h à 11h30

Sur rendez-vous à l'accueil de la MDH.

Permanences Secours Populaire

> Le mercredi de 14h à 16h à la MDH

Sans rendez-vous.



Permanences numériques

> Sur rendez-vous à la MDH

Accompagnement personnalisé selon vos besoins.

Ordinateur en libre accès

> Tous les jours aux horaires de la MDH

Accès internet et impressions pour les démarches administratives.



Permanences référente santé

> Le jeudi de 9h à 12h à la MDH

Sur rendez-vous à l'accueil de la MDH.



Permanences PMI

> Le jeudi de 13h30 à 16h à la MDH

Sur rendez-vous au 04 76 20 55 25.



Permanences vie quotidienne

> Sur rendez-vous à la MDH

Accompagnement personnalisé sur des sujets du quotidien.



Permanences élue au logement

> Mercredi 19 mars

> De 14h à 17h à MDH ANNE-FRANK

Mme Robin se tient à votre disposition pour échanger sans rendez-vous.

Permanences logement - CNL

> Mercredi 19 mars

> De 9h30 à 12h à la MDH

Sans rendez-vous, renseignements au 04 38 86 11 36.



Permanences avocate

> Lundi 10 mars

> De 9h à 12h à la MDH

Sur rendez-vous à l'accueil de la MDH.



Permanences emploi PLIE

> A la MDH

Sur RDV auprès de la Maison de l'Emploi **04 85 59 50 40**



Rencontrer Mme la Maire

> Sur rdv à la Mairie au 04 76 20 63 00

Mme Amandine DEMORE vous reçoit.



Horaires MDH	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Matin	8h30 - 12h	Fermé	8h30 - 12h	8h30 - 12h	8h30 - 12h
Après-midi	13h30 - 17h30	13h30 - 17h30	13h30 - 17h30	13h30 - 17h30	13h30 - 17h

Rejoignez notre chaîne d'actu Whatsapp !



Maison des Habitant-es Essarts-Surieux

Place de la Convention 38130 Échirolles

Tél : 04 76 20 99 50

Mail : mdh-essarts-surieux@echirolles.fr

