

## ACCÉDER A SES DROITS

### PERMANENCES ÉCRIVAIN PUBLIC

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

### PERMANENCES CONSEILLER NUMÉRIQUE

Le mardi et mercredi de 9h15 à 12h  
Le vendredi de 9h15 à 12h et de 13h30 à 16h30  
> Sur rendez-vous à La MDH Anne Frank.

Accompagnement personnalisé selon vos besoins.

### ORDINATEURS EN LIBRE ACCÈS

Du lundi au vendredi de 8h45 à 11h45 et de 13h45 à 17h.  
Accès internet et impressions pour les démarches administratives.

### PERMANENCES TRAVAILLEUR SOCIAL

Le mardi de 9h à 12h  
> Sur rendez-vous à La MDH Anne Frank.

### PERMANENCES MÉDIATRICE SANTÉ

> Sur rendez-vous au CCAS - 04 76 20 99 43.

### 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.

### PERMANENCES VIE QUOTIDIENNE

> Sur rendez-vous à La MDH Anne Frank.

### PERMANENCES RETRAITES - ARAPR

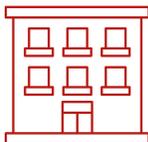
Le mercredi de 9h30 à 11h30 à La MDH Essarts/Surieux  
> Sur rendez-vous au 06 99 68 91 37.

### PERMANENCES ELUE AU LOGEMENT

> Mercredi 16 avril à La MDH Essarts / Surieux.  
Mme ROBIN se tient à votre disposition pour échanger.  
Sans rendez-vous.

### PERMANENCES MADAME LA MAIRE - AMANDINE DEMORE

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



# PROGRAMME DU MOIS D'AVRIL

**Comité des usager-es**

**Jeudi 3 avril à 17h30**

Venez échanger sur Les activités  
et Les projets de La MDH en présence  
des élu-es et de La direction du CCAS.

Maison des Habitant-es Anne Frank/Les Granges

1 rue de Lorraine 38130 Échirolles

04 76 40 20 51

mdh-annefrank@echirolles.fr

## PROGRAMME D'AVRIL

Café des parents > Mardi 1er avril à 8h45 à l'école élémentaire Jean Moulin

Homme, femme, parents, ce n'est pas si facile de cumuler tous ces rôles. Anne-Sophie Pico, psychologue clinicienne, interviendra pour échanger avec vous sur le thème "être parent mais pas que...". Apportez vos expériences et vos questionnements.

Troc'Vêtements > Mardis 1er et 15 avril de 15h à 16h30

Venez échanger vos vêtements et/ou accessoires (en bon état) contre d'autres vêtements et/ou accessoires.  
Ouvert à toutes et à tous.

Comité des usager-es > Jeudi 3 avril à 17h30

Venez échanger sur les activités et les projets de la MDH en présence des élu-es et de la direction du CCAS.  
Ouvert à toutes et à tous.

**NOUVEAU !**



Une heure, un café > Lundi 7 avril de 9h à 10h

Pour partager vos idées, vos envies, vos projets et construire ensemble.  
Ouvert à toutes et à tous.

Labo éco adultes > Mardi 8 avril de 14h à 16h

Des créations à partir des boutons de couture de récupération.  
Gratuit - Sur inscriptions - Places limitées.



La palette participative > Jeudi 10 avril à 14h

Ce temps sera dédié à la poursuite de l'échange d'idées pour la soirée festive : tour du monde qui aura lieu en juin.  
Gratuit - Sur inscriptions.

Ma santé en mouvement > Les vendredis 4, 11 et 18 avril de 14h à 15h30



Ma santé, en prendre soin au quotidien, des moments privilégiés pour en parler.

\* Le 4 et 18 : Sophrologie \* Le 11 : Sono-thérapie

Gratuit - Sur inscriptions - Places limitées.



## SUITE DU PROGRAMME...

Jeu lis > Mercredi 16 avril de 10h à 10h45

Dès 6 mois

Des histoires pour s'amuser avec Cécile Goret : Lecture pour les tout-petits.  
Gratuit - Sur inscriptions.

Projet "La conversation" avec l'intervention de Daniel Bourgne, artiste

La conversation est un projet à la croisée de l'écriture, de la poésie et du geste graphique.  
Une invitation vous est lancée afin de partager un moment convivial et de dialogue pour donner naissance à une écriture de l'instant. Chacun-e partira avec une œuvre : "un petit livre de conversation". Un temps de restitution festif sera proposée à la fin de ce projet.  
Renseignements et inscriptions à la MDH.

## LES TEMPS LUDOTHEQUE



Les mercredis de 14h à 17h30 et les lundis de 16h à 18h

Ouvert à toutes et à tous.



Carpe ou pas carpe !!! > Mercredi 9 avril à partir de 14h

Plongez dans le grand bain ! Votre ludothèque se transforme pour vous proposer des activités pleines d'écaïlles. Gratuit - Sur inscription.

## LES TEMPS CULTURELS À LA RAMPE



Spectacle "Blockbuster" > Mardi 1er avril à 20h

Blockbuster est un ovni théâtral. En détournant les plus célèbres films d'Hollywood, le tout doublé et bruité en direct.

**COMPLET**

Plus de 250 œuvres du street artiste Banksy > Exposition du 12 au 27 avril à la salle des fêtes d'Échirolles

Exposition exceptionnelle des œuvres du street art. Banksy dont personne ne connaît l'identité, est un artiste le plus coté aujourd'hui.  
Gratuit - Entrée libre.