



PROGRAMME MARS 2025

8 MARS : JOURNÉE INTERNATIONALE
DES DROITS DES FEMMES

15 MARS : CARNAVAL ÉCHIROLLES OUEST

22 MARS : CITÉ PLURIELLE

Maison des habitant-es
La Ponatière
8, avenue Paul Vaillant-Couturier
Tél. 04 76 23 55 90
mdh-ponatiere@echirolles.fr

Sorties habitant-es et culturelles

Quotient familial	Plus de 18 ans	Moins de 18 ans
0/600	2,60 €	1,30 €
600/1000	3,60 €	2,40 €
1000/1200	5,00 €	3,70 €
> 1200	7,20 €	5,39 €

Les sorties sont gratuites pour les moins de 4 ans et à partir de 4^e enfant

Ateliers parents enfants et adultes

Par famille	1/2 journée	2,60 €
Atelier stage 5 séances		11,35 €



La Ludothèque Le mercredi

(hors vacances scolaires)
de 14h00 à 16h30
Gratuit, sans inscriptions

PERMANENCE DE MADAME LA MAIRE

AMANDINE DEMORE
vous reçoit sur RDV
04 76 20 63 00
cabinet@echirolles.fr/echirolles.fr

À la MDH, sur rendez-vous :

- Travailleuse sociale, lundi, mercredi, jeudi
- PMI, le lundi et le mardi
- Infirmière, pour vos démarches santé, le mercredi matin
- ARAPR, constitution du dossier retraite, le jeudi matin
- Tarification Solidaire TAG, le jeudi après-midi
- Écrivaine public, le vendredi au CCAS
- Conseiller numérique, lundi matin, mardi et jeudi après-midi, vendredi



Accès au numérique :

- > Un accès libre à un ordinateur
- > un accompagnement dans vos démarches administratives



Atelier Tricot'Thé

Pour apprendre à tricoter, partager un moment de détente, de rencontres autour d'un thé, café...

Le jeudi
(hors vacances scolaires)
de 14h00 à 16h00
Gratuit, sans inscriptions

Permanence TZCLD Territoires Zéro Chômeur Longue Durée

Renseignements et inscriptions
06 08 35 49 05



Initiation à l'informatique

Pour apprendre à utiliser le clavier et la souris, découvrir Internet, faire des démarches administratives...

Nouveau

Le vendredi
(hors vacances scolaires)
de 9h00 à 11h00



Gratuit, sur inscriptions, Places limitées



Aide aux devoirs

(classes élémentaires,
hors vacances scolaires)
Le mardi ou le jeudi
16h15 à 17h00 à la MDH
Gratuit, sur inscriptions

A VOS AGENDAS



Verger participatif L'Atelier de Picasso

Venez faire grandir le verger
en participant aux ateliers

Mercredi 5 mars
de 9h30 à 12h30

Biodiversité/Gestion de l'arrosage

RDV devant l'Espace jeunes Picasso
Gratuit, sans inscriptions



Espace numérique emploi

Un espace pour vous aider dans
vos démarches de recherche d'emploi
avec le conseiller numérique et la référente PLIE

Vendredi 14 et 28 mars
de 14h00 à 16h30

Gratuit, sans inscriptions



Ludothèque adultes

Venez passer un moment de détente
autour de jeux de société sur le thème des
droits des femmes et des discriminations

Mardi 11 mars
de 14h00 à 16h00

Gratuit, sans inscriptions



Atelier art plastique Peinture sur galet

Réservé aux adultes

Mardi 18 mars
de 14h00 à 16h00

Gratuit, sur inscriptions, places limitées



Repair' Couture

Pour apprendre à réparer
un vêtement, lui donner une seconde vie,
partager vos astuces...

Mercredi 12, 19, 26 mars
de 9h00 à 11h00

Gratuit, sur inscriptions



Contre la Précarité menstruelle

L'association SolidaritéV2 et la MDH
proposent des protections
hygiéniques gratuites (QF<900)

Lundi 31 mars
de 14h00 à 16h00 à la MDH

Merci d'apporter votre attestation CAF
Nombre de paquets limités

8 MARS : JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES

La Ville d'Échirolles et ses partenaires
des expositions, ateliers, spectacles, échanges...



Du 3 au 19 mars 2025

(dans l'atrium de l'hôtel de ville, les MDH, à la Rampe)



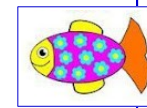
CARNAVAL ÉCHIROLLES OUEST



MARITIME et AQUATIQUE

SAMEDI 15 MARS

14h00 à 18h30



RDV sur le parking de l'Espace jeunes Picasso

Au programme

14h : atelier costumes, maquillage...

16h : déambulation en musique dans le quartier

17h30 : spectacle "Retour à la terre"

Buvette, restauration

Évènement gratuit



CITÉ PLURIELLE

Une soirée contre les discriminations

SAMEDI 22 MARS à La Rampe

20h00 : Slam et poésie avec Kifftout, Klar Obscur et Nahanka

Les 3 artistes du "Poétik klubbing" sont chacun-e engagé-es pour l'égalité des genres, contre le racisme et les discriminations

21h00 : Spectacle de stand-up avec Sophia BELABBES en tête d'affiche

7 artistes de la scène nationale aborderont avec humour et sans complexe toutes les discriminations (sexistes, racistes, homophobes, validistes...)

Entrée libre et gratuite