



4

Alliés • Alpains
Beauvert
Reyniès
Capuche
Grands-Boulevards
Exposition-Bajatière



S'INFORMER, S'AMUSER, PARTAGER

Découvrez les pépites du secteur 4

**Annuaire des associations
et services aux habitant-es**



S'INFORMER S'AMUSER PARTAGER



Bonjour à toutes et tous,

C'est avec plaisir que j'ouvre cette première édition de l'annuaire des acteurs du secteur 4.

Cette initiative est le fruit d'un travail collectif entre associations et acteurs du service public du territoire, dans la perspective d'une meilleure communication auprès de vous, habitant-es du secteur.

Lors des événements, des animations et activités proposés, nous sentions le dynamisme de ce secteur 4 et le plaisir à travailler ensemble. Cet annuaire, avec plus de 80 acteurs recensés, confirme cette richesse collective et cette volonté d'être au plus près de vos besoins.

Sports, cultures et loisirs, enfance et éducation populaire, animations de quartier et participation citoyenne, solidarités et ESS, accès aux droits et logement,... autant d'actions et de services proposés autour de chez vous, que vous retrouverez dans cet annuaire.

Nous espérons que vous aurez plaisir à le découvrir et à faire vivre ces lieux de rencontres, d'échanges et d'entraide, dont nous avons tant besoin.

Que continue cette belle dynamique collective, enrichie de vos actions habitantes et citoyennes !

Merci à vous et à tous les acteurs de proximité qui font vivre le secteur !

Sandra Krief

Maire adjointe du Secteur 4



SOMMAIRE

Accès aux droits et accompagnements	4
Accès aux droits et accompagnement social.....	4
Droits des étrangers.....	6
Accompagnement numérique.....	7
Sports, Cultures et Loisirs.....	8
Pépinière associative.....	8
Sports.....	8
Lectures et patrimoine.....	11
Arts plastiques et visuels.....	11
Musiques, danses, théâtre, clown.....	13
Loisirs et bien-être	17
Enfance, éducation populaire et socio-culturelle.....	18
Parentalité et accompagnement scolaire	18
Accueils d'enfants et de jeunes	19
Petite enfance	20
Solidarités locales, Économie sociale et solidaire (ESS).....	22
Ressourceries	22
Bricolage et éco-conception.....	23
Santé - Handicap	23
Échanges et lien social	25
Mobilités et livraison à vélo	26
Alimentation et agriculture urbaine	27
Distribution alimentaire et solidarités.....	28
Habitat et logement.....	30
Logement	30
Défense des locataires	31
Animations de quartier et participation citoyenne	32
Animations et vie de quartier	32
Participation habitante et citoyenne.....	34
Accompagnement associatif et entraide	35
Index lexical	36
Cartographie des Acteurs du Secteur 4	38

01

ACCÈS AUX DROITS ET ACCOMPAGNEMENTS



©MDH Capuche



ACCÈS AUX DROITS ET ACCOMPAGNEMENT SOCIAL

La Baja 28

L'association La Baja est une association d'éducation populaire composée d'une halte-garderie, d'une maison de l'enfance, d'un secteur jeune et d'un centre social. Elle s'adresse donc à toutes les générations d'habitant-es en proposant diverses activités sociales, ludiques, festives et sportives. Dans ce cadre, elle favorise une continuité éducative et une mixité sociale au travers de ses actions.

79 avenue Jean Perrot
38100 Grenoble
04 76 54 41 80
accueil@labaja.fr

La MDH Capuche 38

La Maison des Habitant-es Capuche est un service de proximité de la Ville de Grenoble, ouvert à tous et toutes. Lieu d'accueil et d'écoute, la MDH permet aux habitant-es :

- D'être accompagné-es dans leurs démarches administratives, numériques, d'accès aux droits et d'apprentissage du français.
- D'être soutenu-es dans leur rôle de parents (ateliers parents-enfants, temps d'échanges, projets vacances, ...).
- De rencontrer d'autres personnes autour d'activités conviviales et de sorties diverses.
- De devenir acteur d'un projet pour leur quartier et participer à la vie locale.

58 rue de Stalingrad
04 76 87 80 74
mdh.capuche@grenoble.fr

Ateliers socio-linguistiques 38

Les ateliers socio-linguistiques, animés par un-e formateur-trice et des bénévoles, proposent aux personnes non-francophones des « cours de français ». Ils s'appuient sur une approche pédagogique visant à aider les personnes de diverses nationalités à retrouver une autonomie à travers l'apprentissage du français (écrit et oral).

**Inscription à l'Accueil de la Maison
des Habitant-es Capuche**

ACCÈS AUX DROITS ET ACCOMPAGNEMENTS

Avocat-e 38

Les MDH proposent des permanences juridiques pour tous les publics qui souhaitent avoir une réponse à une question d'ordre juridique quel que soit le domaine. Ceci afin d'apporter un premier conseil : droit de la famille, droit du travail, droit social, droit pénal, droit des étrangers,... Ces permanences sont gratuites. Il ne s'agit pas de prendre en charge un dossier dans sa totalité, mais d'apporter une réponse ou une réorientation.

Sur rendez-vous à l'Accueil de la Maison des Habitant-es Capuche

Conciliateur-trice de Justice 38

La conciliation de justice est un moyen simple, rapide et gratuit pour régler un conflit en recherchant un accord amiable pour éviter un procès. Elle est confidentielle. Le conciliateur de Justice est un-e agent-e du service public de Justice assermenté-e et bénévole. Toute personne résidant dans l'espace du tribunal judiciaire de Grenoble peut le saisir.

Les litiges concernés :

- Relations entre bailleurs et locataires
- Litiges de la consommation
- Problèmes de copropriété
- Litiges entre personnes
- Troubles de voisinage
- Troubles de voisinage lié à la propriété immobilière.

Sur rendez-vous à l'Accueil de la Maison des Habitant-es Capuche

Conseiller-ère numérique 38

Le-la conseiller-ère numérique accompagne les personnes dans leurs démarches en ligne en favorisant l'autonomie. Il-elle les aide à gérer leur messagerie, mots de passe et à installer des applications, ou toutes autres demandes.

**Permanence à la MDH Capuche
Sans rendez-vous : lundi matin
et mardi journée**

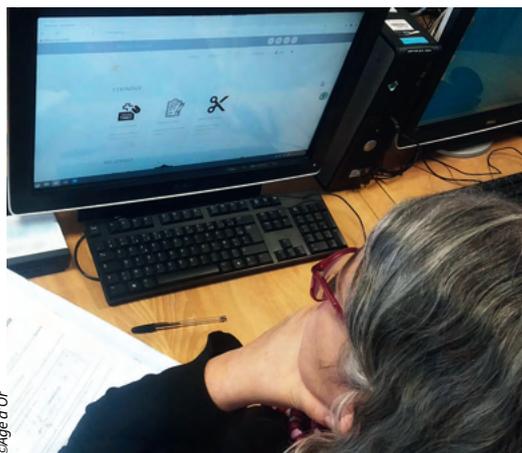
**Sur rendez-vous : mercredi journée
et vendredi matin**

**Renseignements à l'Accueil de la Maison
des Habitant-es Capuche**

Écrivain-e public-que 38

L'écrivain-e public-que accompagne les personnes qui ont besoin d'aide pour comprendre ou rédiger un courrier, remplir un dossier, s'informer sur les droits ou les recours existants, prendre contact ou être orienté si besoin vers les administrations et les dispositifs.

**Sur rendez-vous à l'Accueil de la Maison
des Habitant-es Capuche**



©Âge d'Or

ACCÈS AUX DROITS ET ACCOMPAGNEMENTS

PIF (Pôle d'Inclusion Financière)

Le Pôle d'Inclusion Financière accompagne tous les grenoblois-es en difficultés au sein des permanences d'accueils spécialisées sur les questions budgétaires, financières et énergétiques. Ainsi, des conseillers et conseillères spécialisé-es interviennent pour :

- *Conseiller au traitement des dettes et des crédits avec le Point Conseil Budget.*
- *Étudier le financement de projets d'insertion socioprofessionnelle par le biais du microcrédit et de la micro épargne.*
- *Sortir de la précarité énergétique au travers de visites pour maîtriser sa consommation d'énergie et améliorer son confort thermique.*

Sur rendez-vous au 04 76 69 46 26

Lieu de permanence:
MDH Capuche
58 rue de Stalingrad

Référent-e famille

Il-elle accompagne les familles sur toutes les questions liées à la parentalité (l'éducation, la scolarité, les loisirs, les vacances). Le-la référent-e famille met en place des activités à partager entre enfants et parents, et avec d'autres familles du quartier, au sein de la MDH ou à l'extérieur. Il-elle oriente vers le service ou la personne adaptée selon les besoins de la famille. Le-la référent-e famille peut aussi accompagner sur un projet de départ en vacances.

Information à l'Accueil de la Maison des Habitant-es Capuche

SLS

(Services Locaux de Solidarité)

Ces services regroupent les assistant-es sociaux du Département.

Ces professionnel-les sont là pour conseiller, accompagner et aider les personnes à remplir leurs demandes d'aides (RSA, FSL,...). Ils vous orientent vers les professionnel-les les plus compétent-es pour les aider dans leur quotidien. Le Service Local de Solidarité dépend du lieu d'habitation de la personne.

SLS Ouest

**171 Cours de la Libération
et du Général de Gaulle**
04 57 38 44 00

SLS Sud

28 Avenue de l'Europe
04 57 38 41 20

Solidarités Nouvelles face au Chômage

L'association Solidarités Nouvelles face au Chômage propose aux chercheurs-es d'emploi un accompagnement gratuit, personnalisé et sans limite de durée. Cet accompagnement apporte aux personnes sans emploi, souvent isolées dans leurs démarches, un soutien humain qui les encourage.

Permanence à la MDH Capuche

58 rue de Stalingrad
06 61 66 11 84
snc.grenoble@gmail.com

ACCÈS AUX DROITS ET ACCOMPAGNEMENTS



DROITS DES ÉTRANGERS

ADATE (Association Dauphinoise d'Accueil des Travailleurs Étrangers) 1

Les missions de l'Association Dauphinoise d'Accueil des Travailleurs Étrangers sont d'accueillir, d'informer, d'orienter et d'accompagner socialement, juridiquement et linguistiquement toute personne étrangère. Des permanences de l'ADATE ont lieu une fois par mois à la Maison des Habitant-es Capuche (renseignement auprès de l'accueil de la MDH Capuche).

96 rue Stalingrad
04 58 17 64 86

OFII (Office Français de l'Immigration et de l'Intégration) 45

L'Office Français de l'Immigration et de l'Intégration est l'institution publique en charge de l'immigration et de l'intégration des populations étrangères nouvellement arrivées en France. L'OFII gère principalement le regroupement familial et le contrat d'accueil et d'hébergement.

76 rue des Alliés
04 76 40 95 45
www.ofii.fr



ACCOMPAGNEMENT NUMÉRIQUE

Atelier des savoirs partagés « Informatique » 38

L'atelier informatique, animé par un-e bénévole les lundis après-midi, propose une aide pour s'initier à la pratique de l'ordinateur, la tablette ou le smartphone.

Il est ouvert à tou-tes, sur inscription.

Inscription à l'Accueil de la Maison des Habitant-es Capuche
58 rue de Stalingrad
04 76 87 80 74
mdh.capuche@grenoble.fr

L'Âge d'Or 38

L'association l'Âge d'Or, reconnue d'intérêt général, a pour objectif l'inclusion numérique intergénérationnelle. Elle vise à développer l'accès à l'informatique et à internet pour tous, et plus particulièrement pour les personnes de plus de 50 ans. Elle propose des cours collectifs, des permanences numériques et des aides individuelles.

Permanence à la Maison des Habitant-es Capuche
58 rue de Stalingrad
04 76 09 54 86
info@cyberdeclic.org

02

SPORTS, CULTURES ET LOISIRS



PÉPINIÈRE ASSOCIATIVE

La Bifurk (Association du Collectif des Usagers de la Bifurk – CUB) 29

Au cœur du quartier Flaubert, la Bifurk est une pépinière associative et un lieu d'expérimentations artistiques, citoyennes, écologiques et sportives. Cette ancienne usine est ouverte au public lors de temps aussi variés que des concerts, des sports de glisse urbaine, des expositions, des ateliers, des spectacles, des arts numériques, du basket ou encore des temps forts associatifs. Réunies en collectif, la dizaine d'associations hébergées co-gèrent le bâtiment et les espaces d'activités : la Halle Culturelle (salle culturelle), l'Anguille (salle d'exposition), le Skatepark, la Salle Dufond (salle de création d'arts numériques), le Laboratoire de photographie argentique, les Playgrounds de basket, la Pépinière (espace administratif), l'Annexe (espace dédié au DIY) et le Bifurk-café (café associatif).

La Bifurk est aussi un lieu d'accueil pour profiter des espaces de pratique et organiser des événements : réunion, concert, atelier, résidence...

2 rue Gustave Flaubert
04 76 23 57 00
contact@labifurk.fr
www.labifurk.fr



©Laure Bouchard - Big Bang Ballers



SPORTS

Alpes Là! 5

Alpes Là ! développe des initiatives de transitions pour favoriser une découverte plus écologique de la montagne, en particulier grâce à des randonnées accessibles en transport en commun et à du prêt de matériel. Elle sensibilise les publics à la préservation de l'environnement par des moyens variés (livres, BD, films, podcasts, expos et événements).

Permanences les jeudis de 18h à 19h
au 4A rue de la Station Ponsard
contact@alpes-la.info
www.alpes-la.org

SPORTS, CULTURES ET LOISIRS



Alpine Skate Culture 29

L'association Alpine Skate Culture a pour but de développer et faire vivre les activités de glisse urbaine. Elle dispose d'un skatepark couvert à la Bifurk, ouvert en session libre et propose également des cours et stages de skate et BMX.

2 rue Gustave Flaubert
04 76 23 57 13
contact@alpineskateculture.fr
www.skateparkgrenoble.fr

Big Bang Ballers 29

Big Bang Ballers est une association d'éducation et d'inclusion par le sport. Elle propose tout au long de l'année différentes activités multi-sportives ou culturelles. Ses objectifs : animer des playgrounds par la promotion d'un sport inclusif et citoyen, amener les publics qui

en sont éloignés vers une pratique sportive, et utiliser le sport comme déclencheur de rencontres et d'un parcours d'engagement plus large.

2 rue Gustave Flaubert
À compter de septembre 2023,
nouvelle adresse :
La Correspondance
30 bis avenue Marcelin Berthelot
07 71 28 71 89
coordination@bigbangballers.fr

cAPables 30

L'association cAPables, créée en 2015, a pour but de dispenser des cours d'Activités Physiques Adaptées pour bien harmoniser ses loisirs, ses envies et sa santé sur Grenoble et son agglomération, ainsi que sur le plateau Matheysin et le Trièves. Elle a été reconnue Maison Sport-Santé en janvier 2020.

La Correspondance
30 bis avenue Marcelin Berthelot
06 86 59 10 37

Le dojo Santsu Aikido 42

L'association propose sur le secteur 4 des cours d'aïkido traditionnel, hebdomadaire (jeudi soir) pour les adultes, les adolescents-es et les enfants à la MJC Lucie Aubrac. Un cours gratuit est proposé pour celles et ceux qui ont envie d'essayer.

56 rue du Général Ferrié
(lieu de l'activité)
06 77 88 32 01
contact@santsu-aikido.com
www.santsu-aikido.com

SPORTS, CULTURES ET LOISIRS

La Plage de Grenoble - AD2S 29

L'association La Plage de Grenoble est un équipement de loisirs et sportif. Les activités proposées sont accessibles à tous les publics et tous les âges. Beach volley, beach soccer, sandball, ultimate, tchoukball, tambourin, beachminton, pétéca, touch rugby, châteaux de sable, ou encore projections en plein air.

2 rue Gustave Flaubert
07 69 74 43 14
contact@plagedegrenoble.com

Sports et Quartiers 30

Le Service Sports et Quartiers de la Direction des Sports de la Ville de Grenoble propose des activités et animations sportives gratuites s'adressant prioritairement aux enfants et jeunes du secteur, dans un cadre sécurisant, convivial et en proximité.

**Information à l'Accueil de la Maison
des Habitant-es Capuche**
04 76 48 98 95 - 06 33 77 93 61
www.grenoble.fr/1331-sport-et-quartiers.htm

Yaiba Bujinkan Dojo 42

L'association propose sur le secteur 4 des cours de Ninjutsu du Bujinkan pour adultes et adolescent-es. Le Ninjutsu du Bujinkan est un Art Martial Japonais regroupant 9 écoles traditionnelles d'Arts Martiaux, alliant pratique corporelle et philosophie de vie.

56 rue du Général Ferrié
(lieu de l'activité)
07 49 21 97 23
yaiba.bujinkan@gmail.com
www.yaibabujinkan.jimdo.com



© La Plage de Grenoble



©MDH Capuche

SPORTS, CULTURES ET LOISIRS



LECTURES ET PATRIMOINE



©AVIPAR

AVIPAR (Association de Valorisation et d'illustration du Patrimoine Architectural Régional) 9

Créée en 1987, l'AVIPAR (Association de Valorisation et d'illustration du Patrimoine Architectural Régional) accueille, en complète mixité, des personnes adultes en situation de handicap divers et des valides bénévoles dans le cadre d'un atelier de loisirs, où sont réalisées des maquettes du patrimoine local. AVIPAR accompagne ses adhérent-es : les mardis, mercredis et jeudis après-midi de 14h00 à 18h00.

Des sorties de repérage sont régulièrement organisées sur sites afin de s'imprégner des lieux et comprendre la valeur patrimoniale des éléments qui seront représentés. En parallèle des visites culturelles sont parfois aussi proposées.

19 rue Prosper Mérimée
04 76 87 90 67
avipar@orange.fr

Bibliothèque Alliance 10

La bibliothèque Alliance est ouverte à tous et toutes, enfants et adultes et c'est gratuit ! Elle propose des espaces confortables pour s'asseoir, lire, jouer, discuter ; elle dispose d'un accès à la bibliothèque par le parc de l'Alliance et d'une terrasse avec mobiliers de jardin pour lire et jouer en plein air, d'un espace collectif pour travailler seul ou en groupe. Elle met à disposition des ressources numériques et propose différents types de temps de lecture, d'ateliers et de clubs. Il existe également un comité des usager-ères de la bibliothèque.

**Horaires d'ouverture : mardi 14h-19h,
mercredi et samedi 10h-13h et 14h-18h.**

90 rue de Stalingrad
04 57 04 27 70
bm.alliance@bm-grenoble.fr



ARTS PLASTIQUES ET VISUELS

Collectif COIN 29

Laboratoire artistique basé à Grenoble (France), l'association Collectif Coin s'attache à la production de spectacles et d'installations aussi bien monumentaux qu'intimistes. Résolument transdisciplinaire et ancré dans les Arts Numériques, le Collectif Coin manipule principalement la lumière, le son et le corps.

2 rue Gustave Flaubert
contact@collectif-coin.fr

SPORTS, CULTURES ET LOISIRS

Collectif Point Barre Photo ²⁹

Point Barre Photo est une association de photographes professionnel·les et amateur·trices réunis autour d'un laboratoire argentique noir et blanc situé dans la région grenobloise (pratique également la photo numérique).

2 rue Gustave Flaubert
contact@pointbarre.net
www.pointbarre.net



Et Pourquoi Pas ? ²⁹

Association issue de la rencontre entre des professionnel·les du médico-social, de la culture et de l'éducation qui ont eu la volonté de donner à voir, à comprendre et à questionner leur champ d'intervention en utilisant l'Art comme support et en s'inspirant des valeurs et des méthodes de l'éducation populaire. Elle promeut les pratiques artistiques comme un moyen de s'exprimer, de transmettre, de s'émanciper ou de prendre soin.

2 rue Gustave Flaubert
contact@eppasso.fr

La Baj'Art ²⁷

L'association La Baj'Art a créé un lieu expérimental, où artistes amateur·trices et professionnel·les peuvent se rencontrer, où la musique et les arts plastiques sont voisins de palier, où jeunes et moins jeunes partagent une passion commune. Chacun·e peut s'installer à l'année, de façon hebdomadaire, ou ponctuellement pour une résidence, un labo ou un studio, mais aussi participer à un atelier ou à un cours.

20 rue de la Bajatière
06 61 15 29 20
contact.labajart@gmail.com



Musidauphins# Médiarts, dit Médiarts 38 ⁴¹

L'association Médiarts est une association de méditation culturelle et de projets artistiques. Elle construit en réflexion avec les professionnel·les de la petite enfance, les enseignant·es, les travailleur·euses sociaux, les collectivités locales, des projets d'ouvertures artistiques et culturelles à destination de toutes et tous, sous de multiples formes.

8 chemin de l'Église
06 62 70 64 13
contact@mediarts38.fr

SPORTS, CULTURES ET LOISIRS

Vi.vid 29

L'association Vi.vid est un lieu de création et d'exposition d'art contemporain à but non-lucratif : Productions / Expositions / Représentations / Projections / Discussions / Résidences. En exploration de nouveaux horizons, Vi.vid se glisse temporairement dans de multiples espaces sous de nombreuses formes.

2 rue Gustave Flaubert
contact@vi-vid.org



**MUSIQUES,
DANSES, THÉÂTRE,
CLOWN**

38^{ème} Parallèle 23

L'association Hip-Hop grenobloise 38^{ème} Parallèle a pour but de promouvoir la culture Hip-Hop à travers des manifestations culturelles, et de mettre en avant ses codes et ses valeurs fondamentales. Elle s'inscrit donc dans une volonté de dynamiser le mouvement Hip-Hop sous toutes ses formes (danse, DJing, rap, graffiti) grâce à des événements (festivals, battles, jam et soirées), des cours et des stages.

5 avenue Léon Blum
06 75 17 56 81
parallele38asso@gmail.com

Banda Tujumi 43

La Banda Tujumi est une association de percussions afro-brésiliennes. Elle propose un atelier Batucada Samba-reggae pour

adultes, ainsi que d'animer des événements sur scène ou pour des défilés, carnivals...

111 rue de Stalingrad
(lieu de l'activité)
www.banda-tujumi.fr

CCN2 (Centre Chorégraphique National de Grenoble) 12

Le CCN2 soutient les artistes qui revendiquent un art du terrain et impulsent de nouveaux rapports aux environnements et aux populations. C'est un lieu de création artistique par le biais d'ateliers, d'accueil studio, d'artistes en résidences et de création de spectacles.

4 rue Paul Claudel
04 76 00 79 80

Compagnie A-tika 42

Créée en 2006, A-tika est une compagnie de danse urbaine. Elle puise sa force dans le mélange des styles. Elle propose sur le secteur 4 une activité de danse Hip Hop pour tou-tes.

56 rue du Général Ferrié
(lieu de l'activité)
cie.atika@hotmail.fr

Compagnie Cie-gale 38 43

Compagnie de théâtre d'impro, les répétitions ont lieu les vendredis soirs (en dehors des vacances scolaires) de 20h00 à 22h00 à la MJC Lucie Aubrac-espace Clos d'Or.

111, rue de Stalingrad
(lieu de l'activité)

SPORTS, CULTURES ET LOISIRS

Compagnie E-motions 42

La Compagnie E-Motions a vu le jour en 2010 et promeut la danse jazz et contemporaine. Elle offre la possibilité aux danseur-ses amateur-trices, pré-pro et professionnel-les de s'engager dans des projets chorégraphiques qui ont pour but la création et la diffusion, et de lier création et formation. Sur le secteur 4, la compagnie propose des cours réguliers de danse contemporaine pour adultes.

56 rue du Général Ferrié
(lieu de l'activité)
06 72 99 95 29
compagnie.e-motions@hotmail.fr
www.compagnie-emotions.fr

Compagnie Les Coulisses à Ressorts 29

L'association «*Les Coulisses à Ressorts*» a pour objet principal la création, la production et la diffusion de spectacles vivants, et de spectacles vivants improvisés, (interventions clownesques). Ces spectacles permettent d'aller à la rencontre de personnes en situation de vulnérabilité, au sein d'établissements de soins, structures d'accueil, autres institutions et associations, dans le cadre de projets artistiques réguliers, établis en partenariat avec les structures et leurs personnels. L'association Les Coulisses à Ressorts a également pour objet la promotion de ces pratiques artistiques : pédagogie, projets sonores, écritures, mise en scène (clown).

2 rue Gustave Flaubert
06 80 28 40 28
lescoulissesaressorts@gmail.com

Conservatoire de Grenoble

Le Conservatoire de Grenoble est un établissement d'enseignement artistique spécialisé en musique, danse et théâtre, tout public (enfants, adolescents, adultes). Il a pour vocation l'accès à la pratique musicale, chorégraphique et théâtrale, associée à la diffusion et à la création.

Cet accès va de l'initiation à la formation pré-professionnelle. En tant que service public municipal, il propose des cours à tarification progressive, sur la base du quotient familial.

6 chemin de Gordes
04 76 46 48 44
www.grenoble.fr/1491-conservatoire-de-grenoble.htm

Coyote Line Dance 43

Coyote Line Dance est une association créée pour se faire plaisir en dansant sur de la musique western et ainsi suspendre les soucis journaliers. Les chorégraphies se font en ligne, en cercle ou en couple et sont apprises tout au long de l'année.

Les adhésions se font en début de saison (de septembre à juin).

2 lieux de pratique sur le secteur 4 :
EVS-Le Moulin aux Idées
5, av Léon Blum

MJC Lucie Aubrac – Espace Clos d'O
111, rue de Stalingrad

www.coyotelinedance.fr
coyotelinedance@gmail.com

©Coyote Line Dance



SPORTS, CULTURES ET LOISIRS



©Fascale Cholette



©Laure Boucard

Le Pacifique - CDCN ³⁴ **(Centre de Développement Chorégraphique National)**

Le Pacifique est un Centre de Développement Chorégraphique National (CDCN) qui permet la création et la diffusion de la danse contemporaine. Au Pacifique, les personnes peuvent prendre et donner des cours de danse, assister à des événements, participer à des ateliers, mais aussi monter et participer à des projets.

30 chemin des Alpes
04 76 46 33 88
www.lepacifique-grenoble.com

MC2 ¹² **(Maison de la Culture de Grenoble)**

La MC2, Maison de la Culture de Grenoble, labellisée scène nationale, propose toute l'année des spectacles vivants (théâtre, danse, musique, cirque), tout public, mais également des cycles de conférences, des expositions et des rendez-vous avec les artistes.

4 rue Paul Claudel
04 76 00 79 00
www.mc2grenoble.fr



©Faction de scène

SPORTS, CULTURES ET LOISIRS

Répercussions ²³

L'association Répercussions a pour objectif de développer les échanges avec les pays d'Afrique de l'Ouest francophones et de promouvoir leurs cultures. Elle propose des cours, des résidences et des stages en France ainsi qu'en Afrique de l'Ouest. Elle appuie également la promotion de groupes de musique et l'organisation de spectacles.

5 avenue Léon Blum (lieu de l'activité)
06 83 11 19 06
repercussion38000@gmail.com

Retour de scène ³⁰

L'association Retour de Scène participe au développement et à la valorisation des musiques actuelles sur le territoire isérois. Avec un soutien particulier pour la scène locale et les artistes en développement, l'association porte quatre projets ambitieux : diffusion, soutien aux pratiques, actions culturelles et production événementielle.

La Correspondance
30 bis, avenue Marcelin Berthelot
04 58 00 11 37 - 06 66 08 70 91
contact@retourdescene.net
www.retourdescene.net



©Retour de scène



LOISIRS ET BIEN-ÊTRE

Ateliers des savoirs partagés ³⁸

(Danse Seniors, Anglais, Allemand, Couture, Mémoire, Informatique,...)

Les Ateliers des Savoirs Partagés (ASP) sont des ateliers animés gratuitement par des bénévoles souhaitant partager leurs compétences et participer à la vie de leur quartier. Ils sont ouverts à tous et toutes. Les personnes peuvent également proposer d'animer une nouvelle activité.

En 2024, les activités proposées sont : les ateliers mémoire, les ateliers d'anglais et d'allemand, l'informatique, la danse sénior, la couture, le dessin et la cuisine.

Inscription à l'Accueil de la Maison des Habitant-es Capuche
58 rue de Stalingrad
04 76 87 80 74

Cuisine et amitiés ³⁸

Pour cuisiner entre ami-es, essayer de nouvelles recettes, échanger des idées dans une ambiance conviviale, les samedis tous les 15 jours.

Sur inscription auprès de l'association.
58 rue de Stalingrad (lieu de l'activité)
04 76 87 80 74

SPORTS, CULTURES ET LOISIRS

Effleurescence – Vivre l'instant présent 5

L'association Effleurescence propose des activités ou ateliers de bien-être tels que relaxation, méditation, massage des mains, mantras et sons sacrés, radiesthésie, sous forme de stage, individuellement ou en groupe. Accompagnement et conseil vers un mieux être, le samedi ou dimanche.

4A rue de La Station Ponsard
38fleursdebach@gmail.com
www.reikisandrineboutamine.com

La Choralouise 42

L'association, hébergée par la MJC Lucie Aubrac (Espace Capuche) propose une chorale mixte pour adultes. La chorale est ouverte à toutes celles et ceux qui aiment chanter et souhaitent découvrir un répertoire varié, sans condition de niveau musical.

56 rue du Général Ferrié
louise.chorale@laposte.net
www.facebook.com/choralouise

Sorties et ateliers du PAGI **(Pôle animation gérontologique et inter-générationnelle)**

Toute l'année le PAGI du secteur 4 propose des ateliers de prévention et un programme d'activités régulières variées à l'attention des personnes séniors, retraitées et les personnes isolées. Les activités sont gratuites et sur inscription (atelier remue-méninges, cuisine, activité bougeons ensemble, gym douce, loisirs...). Des sorties peuvent être proposées ponctuellement (visites au musée, sorties de proximité,...).

**Information à l'Accueil de la Maison
des Habitant-es Capuche**
58 rue de Stalingrad
04 76 87 80 74

École du Chat Libre 19

L'association l'École du Chat Libre de Grenoble et Agglomération a pour vocation de redonner leur liberté aux chats errants. Son engagement consiste en quatre actions : le piégeage des chats errants, leur stérilisation et identification, la convalescence puis la domiciliation. Le chat libre, stérilisé et disposant d'un abri, ne prolifère plus et ne crée plus de nuisances.

103 rue de Stalingrad
06 71 98 48 29
contact@ecoleduchat-grenoble.fr



©CSB

03

ENFANCE, ÉDUCATION POPULAIRE ET SOCIO-CULTURELLE



PARENTALITÉ ET ACCOMPAGNEMENT SCOLAIRE

ACADI 38

(Association Camayenne de l'Isère)

L'association ACADI propose les lundis de 17h15 à 18h45, de l'accompagnement scolaire personnalisé, en lien avec le corps enseignant des écoles de F. BUISSON et E. CHATIN, de l'instruction civique, des ateliers et jeux ludiques. Elle favorise l'accompagnement à la parentalité et propose des interventions de spécialistes sur les problèmes scolaires.

58 rue de Stalingrad (lieu de l'activité)
06 36 09 48 05
a.camayenne.isere@gmail.com

Atelier parents-enfants 38

À destination des familles du secteur, la référente famille de la MDH propose des ateliers parents-enfants (gratuit) tout au long de l'année pour passer un moment en famille, découvrir des jeux, des activités, des lieux autour de chez soi ou un peu plus loin...

Information à l'Accueil de la Maison des Habitant-es Capuche

58 rue de Stalingrad
04 76 87 80 74
mdh.capuche@grenoble.fr

Les Petites Graines de Daudet 36

Les Petites Graines de Daudet est l'association des parents d'élèves des écoles Daudet. Son objectif : apporter une aide matérielle et financière aux écoles Daudet par le biais de diverses actions et animer la communauté de parents et le quartier des Alpains. Elle propose des animations festives telles que des kermesses dans la cour des écoles, des vide-greniers...

16 rue René Lesage
lespetitesgrainesdedaudet@laposte.net

Ludothèque de l'EVS 23

Espace de jeux (sans prêt) pour petit-es et grand-es, ce lieu favorise la convivialité et les échanges à travers la découverte de différents jeux.

Gratuit et sans inscription.

5 avenue Léon Blum
Nebia Mekki
06 33 77 46 08
nebia.mekki@grenoble.fr



©EVS-Le Moulin aux Idées

ENFANCE, ÉDUCATION POPULAIRE ET SOCIO-CULTURELLE

Sortie familles 38

La référente famille de la MDH propose des sorties thématiques (nature, animaux, baignade, culturelle, patrimoine), à la journée, pendant les vacances scolaires, à destination des familles qui habitent le quartier. Sur inscription et tarif en fonction du quotient familial.

Inscription à l'Accueil de la Maison des Habitant-es Capuche
58 rue de Stalingrad
04 76 87 80 74
mdh.capuche@grenoble.fr



©MDH Capuche



©38^{ème} Parallèle



ACCUEILS D'ENFANTS ET DE JEUNES

MJC Lucie Aubrac

La MJC Lucie-Aubrac, association d'éducation populaire, intervient dans 2 lieux différents :

- **L'Espace Capuche**, situé dans le square Lafleur, quartier Capuche.
- **L'Espace Clos d'Or**, dans le parc du Clos d'Or, derrière la piscine.

Elle propose des accueils de loisirs pour les enfants et les jeunes les mercredis, pendant les temps périscolaires et lors des vacances, ainsi que des ateliers annuels pour tous les âges (enfants, ados, adultes). Elle participe à différents événements partenariaux et organise également des animations de quartier, des soirées à thème, des sorties familles. Elle peut accueillir des associations dans ses locaux, en fonction d'éventuels projets communs.

Espace Capuche 42
56 rue du Général Ferrié
04 76 87 77 59
contact@mjlucieaubrac.org

Espace Clos d'Or 43
111 rue de Stalingrad
04 76 09 08 65 - 06 62 75 57 49
clsdor@mjlucieaubrac.org



PETITE ENFANCE



©RPE

STRUCTURES PETITE ENFANCE

Relais Petite Enfance (RPE)

Les Relais Petite Enfance, anciennement relais assistantes maternelles, sont des lieux gratuits d'informations et d'accompagnement pour les parents à la recherche d'un mode de garde.

Ils sont aussi des lieux de socialisation (temps d'éveil autour de jeux, peinture, comptines, sorties) pour les enfants accompagnés de leurs assistantes maternelles.

Ce sont des lieux de professionnalisation pour les assistantes maternelles.

RPE Capuche  38

58 rue de Stalingrad
04 76 87 18 30

RPE Bajatière  28

79 avenue Jean Perrot
04 76 54 41 80

Crèches (EAJE) : La Voie Lactée,

Elisée Chatin, Les Castors 

Les Établissements d'Accueil des Jeunes Enfants (EAJE) sont des structures autorisées à accueillir des enfants âgés de moins de 3 ans pour recevoir ces enfants dans la journée.

Il en existe 3 sur le secteur 4 qui proposent des modalités d'accueil différentes.

EAJE La Voie Lactée  17

60 rue Stalingrad
04 76 46 87 23
eaje.lavoielactee@ccas-grenoble.fr

EAJE Les Castors  6

27 bis rue Général Mangin
04 76 50 36 47
eaje.lescastors@ccas-grenoble.fr

EAJE Elisée Chatin  16

29 rue Le Brix
04 76 87 49 75
eaje.eliseechatin@ccas-grenoble.fr

ASSOCIATIONS D'ACCUEIL PARENTS-ENFANTS

Association Club Poussette 42

L'association met en place un lieu d'accueil Parents et enfants (de 0 à 10 ans), hébergé dans les locaux de la MJC Lucie-Aubrac.

56 rue du Général Ferrié
manonalbieri@gmail.com
emilie_roux@live.fr

Les 2A - Les Alpains en Action 35

L'association Les Alpains en Action organise des actions d'accueils parents-enfants et d'éveils dans la salle Les Petits Alpains.

Parmi ces actions sont organisés : des cafés

des parents, grands-parents et enfants (activités manuelles, lecture et jeux pour les enfants) les mercredis matin, des goûters partagés suivis de jeux, un accueil des assistantes maternelles avec l'association Mary Poppins,...

D'autres associations peuvent être accueillies sur les créneaux libres.

10 rue René Lesage
les2a.asso@gmail.com
Carole Valero - 06 08 21 87 70



Lieu d'Accueil Parents - Enfants (LAEP) Pirouette 42

Le LAEP Pirouette est un lieu d'accueil des enfants de 0 à 4 ans, accompagnés de leurs parents ou d'un adulte référent. Dans ce lieu, les enfants viennent jouer et échanger et un soutien à la parentalité est proposé aux parents. Cet espace permet également la sociabilisation de l'enfant à travers le jeu.

Horaires : 9h à 11h45

56 rue Général Ferrié
07 68 68 17 60
pirouette38000@gmail.com

ASSOCIATION D'ASSISTANTES MATERNELLES

Aux bonheurs des enfants 8

L'objectif de l'association « *Aux bonheurs des enfants* » est de favoriser l'éveil des enfants en collectivité et lutter contre l'isolement des assistantes maternelles.

19 avenue du Grand Serre

Mary Poppins 40

L'association Mary Poppins a pour but la création d'un temps collectif d'Assistants Maternelles Agréées, mettant en œuvre divers ateliers éducatifs et de temps forts (Noël, Pâques, anniversaires...), permettant l'apprentissage de l'éveil, de la parole, de la sociabilisation et de l'autonomie des enfants, afin de faciliter leur entrée à l'école.

25 chemin des Alps
06 48 79 79 02
cmeynand@yahoo.fr

04

SOLIDARITÉS LOCALES, ÉCONOMIE SOCIALE & SOLIDAIRE (ESS)



RESSOURCERIES

La Remise 31

Depuis 1989, l'association La Remise a pour but d'accompagner les habitant-es du bassin grenoblois à un retour à l'emploi durable par le biais d'une activité économique au sein de ses magasins et de son site de tri textile.

35 rue Général Ferrié
contact@laremise-asso.org

La Ressource 32

Entreprise d'Insertion, La Ressource agit dans le domaine du débarras auprès de particuliers, entreprises, commerces, industries, administrations,... et propose à la vente lors de son marché aux puces ouvert à tous-tes les mardis et jeudis de 10h à 17h, et le 2^{ème} samedi de chaque mois de 10h à 13h, du mobilier, de la vaisselle, du linge, des vêtements...

3 rue Emile Zola
04 76 17 14 92
accueil@laressource38.org
www.laressource38.org



ULISSE Grenoble Solidarité 51

ULISSE Grenoble Solidarité est une association conventionnée atelier et chantier d'insertion.

Elle regroupe 3 activités : 2 boutiques ressourceries, un atelier de production et un chantier de rénovation. Une des boutiques Grenoble Solidarité est présente sur le secteur 4 et favorise l'emploi, le réemploi et l'économie circulaire. Il est possible de déposer ses dons (objets, vêtements, etc...) et également d'acheter des objets de seconde main à petits prix.

2 rue Hippolyte Muller
04 76 26 66 94
www.ulisse38.com

SOLIDARITÉS LOCALES, ÉCONOMIE SOCIALE & SOLIDAIRE



BRICOLAGE ET ÉCO- CONCEPTION

Entropie 29

L'association Entropie propose un modèle de production d'objets basé sur le Design Libre, l'éco-conception et l'autoproduction. À travers les activités variées qu'elle propose, elle amène tous types de publics à plus d'autonomie technique pour fabriquer soi-même ses objets par exemple.

2 rue Gustave Flaubert
entropie@gresille.org

Nebraska 29

L'association Nebraska milite pour le développement de la « Paille Porteuse » depuis les années 2000 à travers des projets construits, des travaux de recherche de pédagogie, des formations et de l'écriture de textes réglementaires.

2 rue Gustave Flaubert
contactnebraska@gmail.com



©MDH Capuche

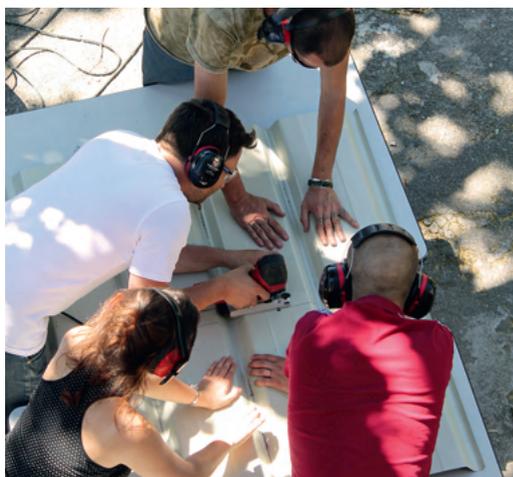


SANTÉ - HANDICAP

APAJH 38 Association pour Adultes et Jeunes Handicapés Isère 6

L'APAJH accompagne tous les types de handicap : moteur, sensoriel (visuel ou auditif), mental, psychique, cognitif, polyhandicaps, ou les troubles de santé invalidants. Elle agit quotidiennement pour une citoyenneté pleine et entière des personnes en situation de handicap, au cœur d'une société où l'ensemble des dispositifs sont accessibles à tou-tes, dans le respect des souhaits et attentes de chacun.

26 avenue Marcelin Berthelot
04 76 56 22 27
www.apajh.org



©Entropie

APF France handicap de l'Isère (38) 7

La Délégation de Grenoble de l'Association des Paralysés de France propose, tout au long de l'année, des activités dans ses locaux ou à l'extérieur : sorties du vendredi (balades, activités sportives (ex. : fauteuil ski en hiver), repas au restaurant, Festival l'bourgeon, musée de l'eau, exposition, des soirées à thème et soirées conviviales,... Elle accompagne également les habitant-es sur leurs droits, leur logement, leurs vacances, permanence HandiDroits, dons ou prêts de matériel.

21bis avenue Marcelin Berthelot
04 76 43 13 28
dd.38@apf.asso.fr

Association ENTRE4ROUES 21

L'association Entre4roues propose des services et activités auprès du public handicapé, et valide, afin d'améliorer leur vie quotidienne : aides à la recherche d'un financement, à la rédaction de dossiers, courriers, aide psychologique et autre sur demande, organisation de groupe de travail et de réflexion, parrainage.

12 rue de la Station Ponsard
06 72 00 86 96
contact@entre4roues.com
www.facebook.com/asso.entre4roues



Association Valentin Haüy 7

L'association Valentin Haüy déploie un grand nombre de services et d'actions à travers toute la France afin de : défendre les droits des déficient-es visuel-les, assurer leur formation et l'accès à l'emploi, restaurer et développer leur autonomie, promouvoir l'accès à l'écrit, proposer des activités culturelles, sportives et de loisirs accessibles.

21bis avenue Marcelin Berthelot
04 76 87 83 82
avhgre.accueil@gmail.com
www.facebook.com/people/Comité-Valentin-Haüy-Grenoble/100077097874992/?fref=ts



ÉCHANGES ET LIEN SOCIAL

Accueils Cafés sur le secteur

Plusieurs équipements et associations proposent des accueils cafés sur le secteur, pour échanger, se rencontrer et découvrir les activités proposées sur un temps convivial :

- à l'**Espace de Vie Sociale –**

- **Le Moulin aux idées** ²³

- (5 avenue Léon Blum) : les mercredis matin

- à la **MDH Capuche** ³⁸

- (58, rue de Stalingrad) : les mardis matin (pour pratiquer le français) et les jeudis matin (tout public)

- à la **Bibliothèque Alliance** ¹⁰

- (90, rue de Stalingrad) : les samedis matin

- à la **Bifurk** ²⁹

- (2, rue Gustave Flaubert) :

Le Bifurk-café, café associatif géré collectivement par 8 associations, propose une offre d'animations, de boissons et de petite restauration. Ouvert de mai à octobre, du mercredi au vendredi de 18h à 22h.

L'Accorderie de Grenoble ²⁶

L'Accorderie est un concept solidaire qui permet aux habitant-es d'un territoire d'échanger des services entre eux sur la base de leurs compétences et savoir-faire grâce à une monnaie non marchande : le temps ! Jardin partagé, sorties culturelles et projections cinéma, soutien informatique, ateliers cuisine, aide aux devoirs, arrosage de plantes... les services sont divers et variés. Permanences d'accueil les mardis, jeudis et premier samedi du mois 10h-13h et les mercredis après-midis 14-17h.

62 rue Général Ferrié

09 84 24 42 97 - 07 82 08 11 85

<https://www.accorderie.fr/grenoble>

Les Petits Frères des Pauvres ³⁷

L'association Les Petits Frères des Pauvres lutte contre l'isolement et la solitude des personnes âgées, prioritairement les plus démunies. Par leurs actions, l'association tente de recréer des liens, leur permettant de reprendre goût à la vie et faire partie du monde qui les entoure.

7 avenue Marcelin Berthelot

04 76 96 13 56

grenoble@petitsfreresdespauvres.fr





MOBILITÉS ET LIVRAISON À VÉLO

Sicklo 30

Sicklo est une coopérative de livraison à vélo fondée en juillet 2019 à Grenoble. Détenue et fondée par ses coursiers-ères, elle propose aux particuliers, commerces et restaurants de Grenoble une solution de livraison 100% décarbonée, uniquement à vélo. La coopérative a aussi ouvert un atelier vélo et propose des services d'entretiens et de réparations.

La Correspondance
32 avenue Marcelin Berthelot
06 03 22 30 94
contact@sicklo.fr

Triporteur 29

La Bifurk fait partie des points qui accueillent un triporteur électrique, à destination des habitant-es. Ce triporteur permet de transporter des charges lourdes ou volumineuses tout en étant mobile et flexible. Les personnes peuvent emprunter le triporteur gratuitement pour une période allant de 1 à 7 jours.

Réservation à la Bifurk
2 rue Gustave Flaubert
04 76 23 57 00

Vélo-école 38

La MDH Capuche propose des ateliers de vélo-école, à destination des adolescent-es et adultes, qui n'ont jamais fait de vélo ou ne sont pas à l'aise sur un vélo. Tout le matériel est fourni et les stages sont encadrés par des éducateur-trices vélo.

**Inscription à l'accueil de la Maison
des Habitant-es Capuche**
58 rue de Stalingrad
04 76 87 80 74
mdh.capuche@grenoble.fr





ALIMENTATION ET AGRICULTURE URBAINE

Cultivons Nos Toits 18

Cultivons Nos Toits est une association qui cultive le vaste champ de l'agriculture urbaine, développe des projets de potagers participatifs et de production potagère sur les toits de l'agglomération grenobloise, et sensibilise aux problématiques environnementales des publics divers.

Cultivons agit pour une transformation sociétale du rapport à l'alimentation dans tous ses aspects : relocalisation, qualité nutritionnelle, impact sur l'environnement, accessibilité à une alimentation de qualité pour toutes et tous, échanges et coopération entre acteurs, notamment en animant une large programmation d'événements et ateliers au Bar Radis.

13 rue Gustave Flaubert
07 49 80 31 58
www.cultivonsnostoits.org



©Cultivons Nos Toits

Episol – Épicerie locale et solidaire 22

Episol est un concept original d'épicerie locale et solidaire accueillant tout public en mixité avec un système de tarification différenciée selon les revenus de chacun-es, favorisant l'implication de chacun-es et la création de lien social. L'association se déploie sous la forme d'un magasin, d'une épicerie mobile et de paniers de fruits et légumes sur Grenoble et son agglomération. EPISOL est également Atelier Chantier d'Insertion et Centre Ressources. L'association gère un important dispositif Anti-gaspi et propose des animations tout au long de l'année.

Ouverte à tou-tes

45 rue Général Ferrié
09 75 62 49 35
www.episol.fr

La Soupe aux Cailloux – Alimentation bio et locale 5

La Soupe aux Cailloux propose des produits bio et locaux sur le quartier de la Bajatière. En petite ou grosse quantité, en ligne ou en boutique, en livraison à vélo ou en retrait, l'association favorise le réemploi, le vrac, la consigne et la réduction des déchets. Bio, éthique et de qualité sont les maîtres-mots ! Les horaires de la boutique sont du lundi au mercredi de 17h à 20h et le jeudi (jour des produits frais) de 17h à 19h.

4A rue de la Station Ponsard
contact@lasoupeauxcailloux.com
www.lasoupeauxcailloux.com

SOLIDARITÉS LOCALES, ÉCONOMIE SOCIALE & SOLIDAIRE

L'Éléfan – Épicerie coopérative 30

L'Éléfan est un supermarché coopératif. Cela veut dire que pour pouvoir faire ses courses, il faut être membre de l'association. Le principe est simple : un magasin où l'on trouve de tout avec des prix justes pour les producteurs-trices comme pour les acheteurs-ses. En donnant 3h par mois pour aider au fonctionnement de ce supermarché associatif, les membres accèdent ainsi à des produits locaux, bio et/ou raisonnés, à des prix corrects. C'est également un lieu convivial où les membres ont plaisir à se retrouver autour de divers événements et décident ensemble du fonctionnement et du développement de ce magasin.

La Correspondance
32 avenue Marcelin Berthelot
09 72 64 91 14
contact@lelefan.org



DISTRIBUTION ALIMENTAIRE ET SOLIDARITÉS

Cap' Capuche 11

Association d'entraide, Cap Capuche organise des activités sociales, éducatives et culturelles. Elle organise des distributions alimentaires, notamment lors du Ramadan, ainsi que des opérations Grand froid (distribution de vêtements chauds).

46 rue Général Ferrié
www.facebook.com/people/CapCapuche

Habert Saint-Paul 24

L'objectif de l'association est d'héberger et d'accompagner vers l'autonomie des personnes « à la rue », françaises ou étrangères. Elle met en œuvre des actions pour leur redonner confiance, dignité et faire reconnaître leur place dans la société. Le Local « le 51 », situé rue de Stalingrad, est mis à la disposition de toutes pour des activités et des animations (lieu de rencontre, de coopération et de partage) : jardinage, couture, accueil café, repas, balades, bricolage, etc... Il est également ouvert à des partenariats avec d'autres associations.

Local « le 51 »
51 rue de Stalingrad
contact@le-habert.fr

SOLIDARITÉS LOCALES, ÉCONOMIE SOCIALE & SOLIDAIRE



Préludes ⁴⁶

Préludes est une association Loi 1901 dont l'objet est d'apporter diverses aides aux familles et aux personnes seules en situation de précarité (distribution de colis alimentaires, vestiaire, aides administratives, ...).

16 rue Général Mangin
06 81 23 25 16 (Claude Pellat)

Restos du Cœur ⁴⁹

Le Centre Stalingrad des Restos du Cœur propose la distribution de colis alimentaires gratuits et un accompagnement des personnes aidées : des conseils financiers et budgétaires, des ateliers d'apprentissage du français.

78 rue de Stalingrad
09 87 14 70 04
ad38.stalingrad@restosducoeur.org

Lieux où trouver un vestiaire solidaire



EVS-Le Moulin aux idées ²³

5 avenue Léon Blum
06 33 77 46 08
nebia.mekki@grenoble.fr

L'Accorderie ²⁶

62 rue Général Ferrié
09 84 24 42 97 - 07 82 08 11 85

Les Restos du Cœur ⁴⁹

78 rue de Stalingrad
09 87 14 70 04

Préludes ⁴⁶

16 rue Général Mangin
06 81 23 25 16 (Claude Pellat)

05

HABITAT ET LOGEMENT



LOGEMENT

ADOMA

Les résidences ADOMA sont des résidences sociales qui se composent de logements temporaires meublés (principalement des studios et T2) destinés aux ménages de petite taille ayant des revenus limités ou des difficultés à se loger dans le parc immobilier traditionnel.

Résidence La Capuche 3
3 chemin de la Capuche
04 76 53 18 84

Résidence Beauvert 2
84 rue Lucien Andrieux
04 76 09 02 02

Résidence Grenoble l'Obiou 4
19 rue Eugène Sue
04 76 49 67 27

logement.isere-drome@adoma.cdc-habitat



EHPAD André Léo 20 ccas

L'Établissement d'Hébergement pour Personnes Âgées Dépendantes (EHPAD) André Léo, accueille 84 lits, dont certains en Unité Psycho-Gériatrique (UPG) destinés aux personnes atteintes de maladies neurodégénératives. L'EHPAD André Léo propose un cadre de vie de qualité aux résident-es, qui vivent au cœur d'un quartier en pleine mutation.

L'établissement comprend en son sein le «Café Léo», espace dédié à accueillir les résident-es, leurs proches et les personnes extérieures, autour d'une programmation ayant pour objectif de créer du lien, en particulier intergénérationnel.

20 rue Eugène Sue
04 56 85 60 20
ehpad.andre-leo@ccas-grenoble.fr

MAPAD Reynies 39

Cette structure est une maison de retraite médicalisée pour personnes âgées dépendantes disposant de nombreux lits et notamment des places au sein d'une unité spécialisée pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer.

6 rue Léo Lagrange
04 76 87 05 99
secretariat.reynies@arbresdevie.org

Résidence Autonomie Les Alpes 47 ccas

La résidence accueille les personnes de plus de 60 ans autonomes dans les actes de la vie quotidienne qui souhaitent bénéficier des avantages d'un logement individuel, dans

HABITAT ET LOGEMENT

un cadre de vie confortable et sécurisé, avec des services collectifs, pour vivre ensemble, et bien chez soi.

2 rue Lieutenant Chabal
04 76 09 35 60
lfpa.les-alpins@ccas-grenoble.fr

Résidence Autonomie Montesquieu : « Vers un nouveau projet de vie »

48 

Composée de 57 appartements du T2 au T1 bis avec la possibilité d'accueil en appartement temporaire, la résidence Montesquieu accompagne et soutient les personnes de plus de 60 ans, autonomes, dans les actes de la vie courante au sein de leur propre logement. Il est ainsi possible de bénéficier d'un cadre de vie sécurisé et de services collectifs pour bien vivre ensemble et chez soi. Les animations et la restauration sont des activités ouvertes aux habitant-es du quartier.

1 rue Montesquieu
04 76 87 65 74
lfpa.montesquieu@ccas-grenoble.fr



**DÉFENSE DES
LOCATAIRES**

CLCV Isère ¹³

La CLCV Isère est une association de défense de consommateur-trices et d'usager-ères. Elle a pour mission d'accompagner, de former et d'informer chaque citoyen, et de lui donner les moyens de connaître

ses droits et de défendre ses intérêts. Elle intervient dans tous les domaines de la vie quotidienne et du cadre de vie.

31 rue Alfred de Musset
(hors secteur 4)
04 76 22 06 38
clcv-isere.org

CNL ¹⁴

(Confédération Nationale du Logement)

Association de défense des locataires du parc privé ou public, elle aide les habitant-es et les consommateur-trices à connaître leurs droits, à les faire valoir et à se défendre. Elle participe aux instances du logement.

6 rue Berthe de Boissieux (hors secteur 4)
04 38 86 11 36
contact@cni-isere.fr

CSF

(Confédération Syndicale des Familles)

Association de défense des droits de la famille, elle soutient les familles dans tous les aspects de leur quotidien : création de centres aérés, contraception, IVG, accouchement sans douleur, gratuité des livres au collège, tiers payant chez le médecin. Elle représente les locataires dans les Conseils d'Administration des organismes HLM, s'engage pour le Droit au Logement (DALO) et défend les besoins et attentes des habitant-es.

8bis rue Hector Berlioz (hors secteur 4)
04 76 44 57 71
udcsf38@la-csf.org
http://lacs38.org/

06

ANIMATIONS DE QUARTIER ET PARTICIPATION CITOYENNE



ANIMATIONS ET VIE DE QUARTIER

ABTE 38

(Association Brillons Tous Ensemble)

L'association a pour objectif de créer des liens entre les habitant-es du quartier Capuche, de proposer des actions d'animations et de loisirs ponctuels, d'améliorer le cadre de vie en accompagnant des projets d'habitant-es du quartier, d'inciter à la pratique du sport (notamment des cours de Zumba). Elle organise et participe à divers événements du quartier (Capuche en fête, loto...).

58 rue de Stalingrad
07 70 85 23 03
association.bte@hotmail.com

Jardins partagés de Beauvert 25

Les jardins de Beauvert sont des espaces où les habitant-es peuvent jardiner en plein cœur du quartier Beauvert selon différentes modalités.

Dans ces jardins, il est possible de :

- Cultiver une parcelle individuelle, en lien avec le collectif des jardinier-ères
- Jardiner sur la parcelle collective avec d'autres jardinier-ères
- Jardiner avec ses enfants sur la parcelle pédagogique

Inscription à l'Accueil de la Maison des Habitant-es Capuche
58 rue de Stalingrad
04 76 87 80 74
mdh.capuche@grenoble.fr

Le Bar Radis 33

Le Bar Radis, c'est la maison de l'alimentation et l'agriculture urbaine. Sur un toit terrasse, c'est un bar/restaurant mais aussi une programmation culturelle, des animations autour du jardin, de la cuisine, des ateliers créatifs, des conférences/débats.

Le vivre-ensemble, la convivialité et l'accès à une alimentation de qualité pour toutes sont au cœur du projet. Le Bar Radis se donne pour mission d'accompagner les citoyen-nes et de fédérer les acteur-ices locaux-les vers des pratiques alimentaires et agricoles plus durables, plus saines et plus solidaires. Le lieu est animé par l'association Cultivons Nos Toits dans laquelle il est possible de s'investir en tant que citoyen-ne.

15 rue Gustave Flaubert
04 76 48 71 27
contact@lesamiesdubarradis.fr



©MDH Capuche

ANIMATIONS DE QUARTIER ET PARTICIPATION CITOYENNE



Mon Joli Square 44

L'objectif de l'association est de valoriser et animer le square Foch (14 rue du Commandant Reyniés) au profit des habitant-es du quartier. L'association organise des activités pour mettre en lien les habitant-es et faire vivre ce square.

25 rue Duployé
monjolisquare@gmail.com

Unions de quartier (UQ)

Union des Habitants du Quartier

Exposition Bajatière 28

L'Union des Habitants du quartier Exposition-Bajatière est à l'écoute et fait le lien entre les habitant-es du quartier, elle défend leurs intérêts et est une force de réflexion et de proposition dans les domaines du cadre de vie, des déplacements, de l'urbanisme et du patrimoine. Ses groupes de travail contribuent activement à la végétalisation

du quartier, à la requalification du secteur Peretto, aux aménagements de l'avenue Marcelin Berthelot et de l'avenue Jean Perrot.

8 rue de la station Ponsard
union-quartier-exposition-bajatiere@wanadoo.fr

Union de Quartier Alliés Alpains

Flaubert Beauvert 23

Association loi 1901, l'Union de Quartier Alliés Alpains Flaubert Beauvert est ouverte à tous les habitant-es qui souhaitent y adhérer, pour faire valoir son point de vue. Elle a pour objet d'améliorer le cadre de vie des quartiers. Les propositions et suggestions seront présentées aux élu-es et seront soutenues par les représentant-es de l'Union de quartier.

5 avenue Léon Blum - EVS
uq.allies.alpins@gmail.com

Union de Quartier Foch

Aigle Libération 52

Créée en 1965, l'Union de Quartier Foch-Aigle-Libération a vocation à animer la vie de quartier et à créer du lien entre les habitant-es. Il est possible de participer à l'organisation d'événements, échanger sur les sujets qui touchent au quotidien des Grenoblois-es et chercher des solutions.

15 cours de la Libération
(Maison de la culture arménienne)
info.uqfal@gmail.com
06 69 98 38 71

ANIMATIONS DE QUARTIER ET PARTICIPATION CITOYENNE



PARTICIPATION HABITANTE ET CITOYENNE

Bénévolats 38

Les associations et équipements du Secteur 4 proposent des missions de bénévolat très variées, selon l'envie des habitant-es : apprentissage du français, accompagnement à la scolarité, animation d'ateliers (informatique, couture, danse, vélo...) et d'événements festifs sur le quartier... Ces missions de bénévolat peuvent être régulières ou ponctuelles. Un livret du bénévolat, disponible sur plusieurs lieux du secteur, recense ces missions de bénévolat.

**Information à l'Accueil de la Maison
des Habitant-es Capuche**
58 rue de Stalingrad
04 76 87 80 74
mdh.capuche@grenoble.fr

Comité d'usager-ères de la bibliothèque Alliance 10

La bibliothèque Alliance a mis en place un comité d'usager-ères depuis plusieurs années. Tout-e habitant-e du secteur et/ou usager-ères de la bibliothèque peut y participer, afin donner son avis dans le but d'améliorer les services, de participer à la vie et à l'animation de la bibliothèque, ... Le comité se réunit tous les deux mois en début de soirée.

**Renseignements auprès de
la bibliothèque Alliance,**
90 rue de Stalingrad
04 57 04 27 70



Conseil Citoyen Indépendant (CCI4)

Les Conseils Citoyens Indépendants sont des lieux d'échanges, d'interpellation et de coconstruction entre les habitant-es et la Ville de Grenoble. Ils ont la possibilité d'interpeller le Conseil municipal par des questions orales, ainsi que proposer le lancement d'ateliers de projet.

Ils prennent part à l'animation des dispositifs de démocratie locale et sont le relais entre les habitant-es et la Ville sur leur territoire.

Pour le secteur 4 :
cci4@conseilscitoyensindependantsgrenoble.fr
06 63 74 19 96

ANIMATIONS DE QUARTIER ET PARTICIPATION CITOYENNE



Espace de Vie Sociale (EVS) – Le Moulin aux idées

L'EVS le Moulin aux Idées est un lieu d'animation de proximité, à vocation familiale et intergénérationnelle. C'est un espace d'émergence de projets habitants avec une co-gouvernance Ville-Habitant-es. Son leitmotiv est : «*Est-ce que ça profite aux habitant-es ?*».

5 avenue Léon Blum
06 33 77 46 08 (Nebia Mekki)
nebia.mekki@grenoble.fr

Fonds de Participation Habitant-es (FPH)

Le FPH est une aide, pouvant aller jusqu'à 800 euros, pour financer des projets d'habitant-es qui veulent mettre de la vie

dans leur quartier et réaliser une action collective. Au-delà de l'opportunité de proposer des actions, c'est l'occasion de rencontrer des habitant-es pour échanger autour de projets. Le comité d'attribution se réunit une fois par mois, les jeudis de 18h30 à 20h30. La participation au comité peut être ponctuelle.

**Information à l'Accueil de la Maison
des Habitant-es Capuche**
58 rue de Stalingrad
04 76 87 80 74
mdh.capuche@grenoble.fr



**ACCOMPAGNEMENT
ASSOCIATIF ET
ENTRAIDE**

Maison des Associations

La Maison des Associations, avec son nouveau service Participation et Vie associative, devient la porte d'entrée des initiatives individuelles et associatives. Lieu d'accompagnement et de formation, elle met à disposition des associations différentes ressources (bureaux et salles de réunions, boîtes aux lettres, cyberspace). Elle anime également la plateforme numérique Volontaires Solidaires de Grenoble, qui propose notamment aux associations de déposer leurs appels à bénévoles sur lesquels peuvent s'inscrire les bénévoles intéressés :

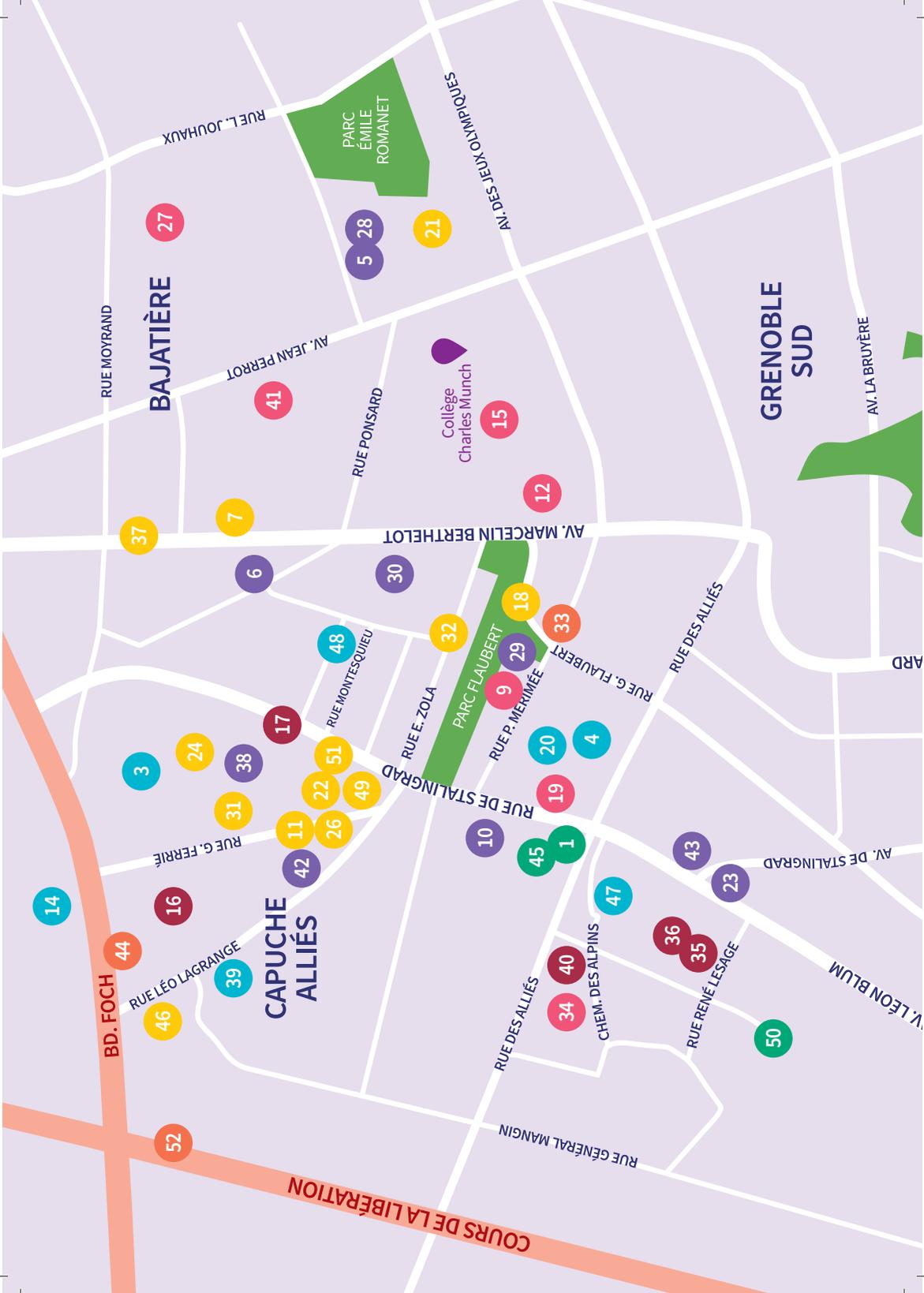
**[www.grenoble.fr/1700-volontaires-
solidaires-de-grenoble.htm](http://www.grenoble.fr/1700-volontaires-solidaires-de-grenoble.htm)**

6 rue Berthe de Boissieux (hors secteur 4)
04 76 87 91 90

INDEX LEXICAL

38 ^{ème} Parallèle.....	13	Conservatoire de Grenoble.....	14	Mary Poppins.....	21
ABTE (Association Brillons Tous Ensemble).....	32	Conseiller-ère numérique.....	5	MC2 (Maison de la Culture de Grenoble).....	15
ACADI (Association Camayenne de l'Isère).....	18	Coyote Line Dance.....	14	MJC Lucie Aubrac.....	19
Accueils Cafés sur le secteur.....	25	Crèches (EAJE) : La Voie Lactée, Elisée Chatin, Les Castors.....	20	Mon Joli Square.....	33
ADATE (Association Dauphinoise d'Accueil des Travailleurs Étrangers).....	6	CSF (Confédération Syndicale des Familles).....	31	Musidauphins# Médiarts, dit Médiarts 38.....	12
ADOMA.....	30	Cuisine et amitiés.....	16	Nebraska.....	23
Alpes Là !.....	8	Cultivons Nos Toits.....	27	OFII (Office Français de l'Immigration et de l'Intégration).....	7
Alpine Skate Culture.....	8	Écrivain-e public-que.....	5	PIF (Pôle d'Inclusion Financière).....	5
APAJH 38 Association pour Adultes et Jeunes Handicapés Isère.....	23	École du Chat Libre.....	17	La Plage de Grenoble - AD2S.....	10
APF France handicap de l'Isère (38).....	24	Effluorescence - Vivre l'instant présent.....	17	Préludes.....	29
Association Club Poussette.....	20	EHPAD André Léo.....	30	Réfèrent-e famille.....	6
Association ENTRE4ROUES.....	24	Entropie.....	23	Relais Petite Enfance (RPE).....	21
Association Valentin Haüy.....	24	Episol - Epicerie locale et solidaire.....	27	Répercussions.....	16
Atelier des savoirs partagés « Informatique ».....	7	Espace de Vie Sociale (EVS) - Le Moulin aux idées.....	34	Résidence Autonomie Les Alps.....	30
Atelier parents-enfants.....	18	Et Pourquoi Pas ?.....	12	Résidence Autonomie Montesquieu.....	31
Ateliers des savoirs partagés (Danse Seniors, Anglais, Allemand, Couture, Mémoire, Informatique,...).....	16	Fonds de Participation Habitant-es (FPH).....	34	Restos du Cœur.....	29
Ateliers socio-linguistiques.....	4	Habert Saint-Paul.....	28	Retour de scène.....	16
Aux bonheurs des enfants.....	20	Jardins partagés de Beauvert.....	32	Sicklo.....	26
AVIPAR (Association de Valorisation et d'Illustration du Patrimoine Architectural Régional).....	11	L'Accorderie de Grenoble.....	25	SLS (Services Locaux de Solidarité).....	6
Avocat-e.....	5	L'Âge d'Or.....	7	Solidarités Nouvelles face au Chômage.....	6
Banda Tujumi.....	13	L'Éléfan - Épicerie coopérative.....	28	Sortie familles.....	19
Bénévolats.....	34	La Baj'Art.....	12	Sorties et ateliers du PAGI (Pôle animation gérontologique et inter-générationnelle).....	17
Bibliothèque Alliance.....	11	La Baja.....	4	Sports et Quartiers.....	10
Big Bang Ballers.....	9	La Bifurk (Association du Collectif des Usagers de la Bifurk - CUB).....	8	Triporteur.....	26
Cap' Capuche.....	28	La Choralouise.....	17	ULISSE Grenoble Solidarité.....	22
cAPAbles.....	9	La Maison des Habitant-es Capuche.....	4	Union de Quartier Alliés Alps Flaubert Beauvert.....	26
CCN2 (Centre Chorégraphique National de Grenoble).....	13	La Remise.....	22	Union de Quartier Foch Aigle Libération.....	26
CLCV Isère.....	31	La Ressource.....	22	Union des Habitants du Quartier Exposition Bajatière.....	33
CNL (Confédération Nationale du Logement).....	31	La Soupe aux Cailloux - Alimentation bio et locale.....	27	Vélo-école.....	26
Collectif COIN.....	11	Le Bar Radis / Les ami.e.s du Bar Radis.....	32	Vestiaire solidaire.....	23
Collectif Point Barre Photo.....	12	Le dojo SANTSU AIKIDO.....	9	Vi.vid.....	13
Comité d'usager-ères de la bibliothèque Alliance.....	34	Le Pacifique - CDCN (Centre de Développement Chorégraphique National).....	15	Yaiba Bujinkan Dojo.....	10
Compagnie A-tika.....	13	Les 2A - Les Alps en Action.....	20		
Compagnie Cie-gale 38.....	13	Les Petites Graines de Daudet.....	18		
Compagnie Les Coullisses à Ressorts.....	14	Les Petits Frères des Pauvres.....	25		
Conciliateur-trice de Justice.....	5	Lieu d'Accueil Parents - Enfants (LAEP) Pirouette.....	21		
Conseil Citoyen Indépendant (CCI4).....	34	Ludothèque de l'EVS.....	18		
		Maison des Associations.....	35		
		MAPAD Reynies.....	30		





BD. FOCH

BAJATIÈRE

CAPUCHE
ALLIÉS

GRENOBLE
SUD

COURS DE LA LIBÉRATION

RUE MOYRAND

RUE LÉO LAGRANGE

RUE G. FERRIE

RUE L. JOUHAUX

AV. JEAN PERROT

RUE PONSARD

AV. MARCELIN BERTHELOT

RUE DE STALINGRAD

RUE DES ALLIÉS

RUE GÉNÉRAL MANGIN

AV. DES DEUX CAMPES

RUE MONTESQUIEU

RUE E. ZOLA

RUE P. MERIMÉE

RUE G. FLAUBERT

RUE DES ALLIÉS

AV. DE STALINGRAD

AV. LEON BLUM

AV. LA BRUYÈRE

PARC
EMILE
ROMANET

Collège
Charles Munch

PARC
FLAUBERT

14

44

16

46

39

24

31

11

22

26

42

48

30

6

7

41

5

28

21

32

18

9

29

10

20

4

12

15

27

37

3

19

1

34

40

52

45

47

43

23

36

35

33

38

49

51

50



- 1 ADATE
- 2 ADOMA Beauvert
- 3 ADOMA Capuche
- 4 ADOMA Obiou
- 5 Alpes Là ! / Efflorescence / La Soupe aux cailloux
- 6 APAJH 38 / Crèche Les Castors
- 7 APF / Valentin Haty
- 8 Aux bonheurs des enfants
- 9 AVIPAR
- 10 Bibliothèque de l'Alliance / Accueil café
- 11 Cap'Capuche
- 12 CCN2 / MC2
- 13 CLCV
- 14 CNL
- 15 Conservatoire de Grenoble
- 16 Crèche Elisée Chatin

- 17 Crèche La Voie Lactée
- 18 Cultivons Nos Toits
- 19 École du Chat Libre
- 20 EHPAD André Léo / Café Léo
- 21 Entre4Roues
- 22 Epsol
- 23 Espace de Vie Sociale : Le Moulin aux idées (EVS) / Accueil café / Ludothèque / Répercussions / Coyote Line Dance / Union de Quartier Alliés Alpins Beauvert Reynies / 38ème Parallèle
- 24 Habert Saint-Paul
- 25 Jardins partagés Beauvert
- 26 L'Accorderie
- 27 La Baj'Art

- 28 La Baja : Relais Petite Enfance Bajatière / Union des Habitants du Quartier Exposition Bajatière
- 29 La Bifurk : Big Bang Ballers / La Plage de Grenoble / Alpine Skate Culture / Collectif Coin / Point Barre Photo Et Pourquoi Pas ? / Vi,vid / Les Coulisées à Ressorts / Entropie / Nebraska / Le Bifurk-café / Triporteur
- 30 La Correspondance : cAPables / Retour de Scène / Sicklo / L'Éléfan / Big Bang Ballers
- 31 La Remise
- 32 La Ressource
- 33 Le Bar Radis
- 34 Le Pacifique - CDCN
- 35 Les 2A - Les Alpins en Action
- 36 Les Petites graines de Daudet

- 37 Les Petits Frères des Pauvres
- 38 MDH Capuche : Ateliers socio-linguistiques / Avocat / Conciliateur-trice de justice / Écrivain-e public-que / Référent-e famille / PAGI / Cuisine et amitiés / Ateliers des savoirs partagés / Atelier parent-enfant / Sorties familles / Relais Petite Enfance Capuche / Café MDH / Brillons Tous Ensemble / Vélo-école / L'Âge d'or / ACADI / PIF / SNC / Bénévolets / FPH
- 39 MAPAD Reynies
- 40 Mary Poppins
- 41 Médiarts38
- 42 MJC Lucie Aubrac Capuche : Santsu Aikido / Yaiba Bujinkan Dojo / A-tika / E-motions / La Chorale / Club Poussette / LAEP Pirouette

- 43 MJC Lucie Aubrac Clos d'Or : Banda Tujumi / Compagnie Cie-gate 38 / Coyote Line Dance
- 44 Mon Joli Square
- 45 OFIL
- 46 Préludes
- 47 Résidence Autonomie Les Alpins
- 48 Résidence Autonomie Montessquieu
- 49 Restos du Cœur
- 50 SLS Ouest
- 51 Ulisse Grenoble Solidarités
- 52 Union de Quartier Foch Aigle Libération

Pour contribuer à cet annuaire ou faire part de vos remarques,
vous pouvez contacter la Maison des Habitant-es Capuche

mdh.capuche@grenoble.fr

04 76 87 80 74

58, rue de Stalingrad

