

S.O.S GALÈRE



SOMMAIRE

OÙ ÊTRE REÇU ET ÉCOUTÉ ?.....	2
OÙ TROUVER À MANGER ?.....	4
OÙ SE LAVER ?.....	5
OÙ SE FAIRE SOIGNER ?.....	6
OÙ FAIRE VALOIR SES DROITS ? (SÉCU-MUTUELLE).....	9
OÙ S’HABILLER ?.....	10
OÙ TROUVER UN TOIT ?.....	12
OÙ CHERCHER UN TRAVAIL ?	14

Où être reçu et écouté ?

<p>Le Rigodon</p>	<p>24, rue Sermorens 38500 Voiron 04 76 93 26 02 lerigodon@free.fr www.lerigodon.org</p>	<p>Lundi, mardi, jeudi : 9h-17h Mercredi : 9h-14h Vendredi : 9h-15h</p>	<p>Son rôle : accueillir, écouter et orienter les personnes. Lutter contre l'isolement. Proposer des activités L'association est ouverte à tous sans conditions</p>
<p>CCAS</p>	<p>Espace CEVE 58, Cours Becquart Castelbon 38500 Voiron 04 76 67 27 39 www.unccas.org</p>	<p>Du lundi au vendredi 9h-12h / 13h30-17h</p>	<p>Action sociale auprès des personnes en difficulté. Ce service est un lieu d'information, d'orientation et d'accompagnement social visant à favoriser l'autonomie. Il y a un service logement Pour personnes seules ou en couple sans enfant</p>
<p>Mairie de Voiron</p>	<p>12, rue Mainssieux 38500 Voiron 04 76 67 27 37 mairie@ville-voiron.fr www.voiron.fr</p>	<p>Du lundi au vendredi : 8h30-12h / 13h30-17h30</p>	<p>Distribution de ticket pour les douches publiques Renseignement sur les structures de la ville (recensement, carte d'identité, etc.)</p>

Où être reçu et écouté ?

Centre Social Charles Béraudier	6 avenue Jules Ravat 38500 Voiron 04 76 67 96 10 csberaudier.fr	Du lundi au vendredi 8h30-12h / 13h30-17h	Le Centre Social Charles Béraudier met en place des activités et des services ouverts à toutes les familles voironnaises, selon leurs besoins et leurs préoccupations et répond à leurs questions
Parol'Ecoute Jeune Centre Social Charles Béraudier	6 avenue Jules Ravat 38500 Voiron 04 76 65 65 61	Du lundi au vendredi sur rendez-vous	Parol'Ecoute Jeunes vous accueille sur rendez-vous. Par petit groupe ou individuellement vous pouvez rencontrer gratuitement un psychologue en toute confidentialité
Violence femme info	3919 Numéro d'écoute national destiné aux femmes victimes de violence, à leur entourage et aux professionnels concernés. Appel anonyme et gratuit 7 jours/7, de 9h à 22h du lundi au vendredi et de 9h à 18h les samedis, dimanches et jours fériés		

Où trouver à manger ?

<p>La Croix-Rouge Française</p>	<p>5, rue Genevoise 38500 Voiron 04 76 05 08 35 ul.voiron@croix-rouge.fr isere.croix-rouge.fr/voiron/</p>	<p>Mardi : 9h-11h30 / 14h-16h30 Mercredi : 9h-11h30</p>	<p>Distribution de colis alimentaires. Sur prescription d'une Assistante Sociale</p>
<p>Le Rigodon</p>	<p>24, rue Sermorens 38500 Voiron 04 76 93 26 02 lerigodon@free.fr www.lerigodon.org</p>	<p>Lundi, mardi, jeudi : 9h-17h Mercredi : 9h-14h Vendredi : 9h-15h</p>	<p>Participation financière pour le repas de 2,50€ (minimum selon les moyens). Petit déjeuner de 9h-10h (Gratuit). Goûter offert pendant les activités.</p>
<p>Le Secours Populaire</p>	<p>6, rue Hector Berlioz 38500 Voiron 04 76 93 08 25 voiron@spf38.org www.secourspopulaire.fr/38/voiron</p>	<p>Lundi : 13h30-16h30 Mercredi : 9h30-17h Jeudi : 13h30-16h30</p>	<p>Le Secours populaire français intervient dans les domaines de l'aide alimentaire. Sur prescription d'une Assistante Sociale</p>
<p>L'Épicerie Solidaire Amandine</p>	<p>14, rue Porte de la Buisse 38500 Voiron 09 53 72 48 38 epicerieamandine.fr epiceriesolidaire.amandine@gmail.com</p>	<p>Mercredi - Vendredi : 9h-12h15 / 15h-18h Samedi : 9h-12h15</p>	<p>Adhésion si non bénéficiaire d'aide sociale : 10€/an. Si bénéficiaire : la demande passe en commission et peut avoir de 50 % à 80 % de réduction sur les produits.</p>

Où se laver ?

BAINS - DOUCHE PUBLICS

Avenue Georges Frier
38500 Voiron

Mercredi : 7h30-12h
Samedi: 7h30-12h

Toute personne souhaitant prendre une douche doit se présenter en mairie au service accueil pour prendre un ticket.

(voir horaire P2)

Où se faire soigner ?

PASS Permanence d'Accès aux Soins de Santé	Centre Hospitalier de Voiron 34, avenue Jacques Chirac 38500 Voiron 07 72 10 37 64 pass@ch-voiron.fr	Mardi : 9h-12 Sur rendez-vous avec un médecin, une infirmière et/ou une assistante sociale	La Pass permet de bénéficier de consultations de médecine générale ou spécialisées, d'accéder aux soins et aux examens complémentaires à l'hôpital. Également d'avoir des informations et être aidé pour l'accès aux droits(sécurité sociale, etc.)
Centre Médico- Psychologique Adulte	35, rue Sermorens 38500 Voiron 04 76 67 70 40	Prise de rendez-vous par téléphone	Écoute, conseils, soins, accompagnement par des professionnels de santé (psychologues, psychiatres, infirmiers)
CPEF Centre de planification et d'éducation familiale	Immeuble Centre Gare 1 ^{er} Etage 6, Avenue Frère Tardy 38500 Voiron 04 76 05 72 56 cpef@paysvoironnais.com	Lundi, merc., jeu., vend.: 14h-17h Mardi : 14h-19h	Conseils, informations sur la contraception, la grossesse, les relations conjugales. Faire un test de grossesse, dépistage sida, une IVG. Gratuit jusqu'à 21 ans et pour les personnes sans protection sociale

Où se faire soigner ?

Point Virgule

Centre Social
Charles Béraudier
6, Avenue Jules Ravat
38500 Voiron
04 76 17 21 21
pointvirgule@codase.org
codase.org

Sur rendez-vous le mercredi
journée et jeudi après-midi
Prise de RDV téléphonique

Consultation pour des questions ou difficultés
avec une consommation de drogues, alcool, jeux,
etc. Accueil gratuit, anonyme et confidentiel.
(Drogue info service : 0 800 23 13 13)

Tabac Info service

3989
Un spécialiste Tabac info service répond à toutes vos questions. Vous pourrez bénéficier
d'un suivi personnalisé et gratuit par un tabacologue.

www.tabac-info-service.fr

Vivre sans Alcool

Centre social
Charles Béraudier
6, Avenue Jules Ravat
38500 Voiron
06 2697 57 28
06 45 39 47 19
vivresansaddiction.fr

Réunions le jeudi :18h30-20h30
Le 1^{er} jeudi du mois de 18h30 à
20h30 avec l'entourage familial

Accompagnement au rétablissement des
addictions.

Où se faire soigner ?

<p>PMI Protection Maternelle et Infantile</p>	<p>Maison du Département 33, Avenue François Mitterrand 38500 Voiron 04 57 56 11 46</p>	<p>Du lundi au vendredi sur RDV 8h30-12h30 / 13h30-17h30 Permanence sans RDV : Mercredi après-midi : 14h-16h30</p>	<p>Suit les mamans et les enfants (Jusqu'à 6 ans) Possibilité de visite à domicile. Ouvert aux non assurés sociaux</p>
<p>Association Juste-là</p>	<p>Planète-santé 1 rue Georges Frier 38500 Voiron 06 74 28 93 03 justela.association@gmail.com www.juste-la.org</p>	<p>Consultation le mardi sur rdv</p>	<p>Une association de praticiens solidaires qui propose une permanence hebdomadaire pour toute personne à revenu modeste, dans les domaines des thérapies complémentaires du corps et de l'esprit ou du bien être : psychothérapies et coaching, ostéopathie, médecine chinoise, diététique, sophrologie...</p>
<p>Centre médico- Psychologique Enfant</p>	<p>3, Avenue François Mitterrand 38500 Voiron 04 76 67 32 72</p>	<p>Du lundi au vendredi 9h-17h Prise de rdv par téléphone</p>	<p>Écoute, conseils, soins, accompagnement par des professionnels de santé (psychologues, psychiatres, infirmiers). Pour les 6-17 ans</p>

Où faire valoir ses droits ? (Sécu-Mutuelle)

<p>CPAM (Caisse Primaire d'Assurance Maladie)</p>	<p>rue Racine 38500 Voiron 3646 www.ameli.fr</p>	<p>Lundi au vendredi : 8h-12h30/13h30-16h</p>	<p>La CPAM prends en charge les soins quels que soient les ressources, la situation ou l'état de santé. Elle garantit ainsi un accès universel aux droits et elle permet l'accès aux soins. Elle peut proposer des aides individuelles aux assurés.</p>
<p>POPS (Le Point Précarité Santé)</p>	<p>04 76 89 31 42 pops@pops38.fr www.pops38.fr</p>	<p>Le matin Permanences téléphoniques par un médecin ou un infirmier</p>	<p>La mission du POPS est de favoriser l'accès à la santé des personnes en situation de précarité.</p>
<p>Permanence de la CARSAT</p>	<p>Prise de RDV par téléphone Informations et / ou conseils dans vos démarches, contactez le service social de la Carsat Rhône-Alpes 36 46</p>	<p>Si vous rencontrez des difficultés pour comprendre les modalités d'accès à vos droits en matière de santé, vous pouvez prendre rendez-vous avec une assistante de service social pour :</p> <ul style="list-style-type: none"> - être informé sur vos droits pour mieux gérer votre santé - être conseillé dans le choix d'une complémentaire santé - mieux comprendre comment utiliser le chèque-santé de l'Aide à la Complémentaire Santé <p>L'attribution de ces aides dépend de votre situation et de vos ressources, un simulateur de droits CMUC est à votre disposition sur le site.</p>	

Où s'habiller ?

La Ressourcerie	D1075 38500 La Buisse 04 76 55 77 66	Mercredi-Jeudi-Vend. : 13h30-18h Samedi : 9h-17h30	Achat, vente de toutes sortes d'objets d'occasion à bas prix. Sans condition d'accès
Le Secours Populaire	6, rue Hector Berlioz 38500 Voiron 04 76 93 08 25	Permanence d'accueil : Jeudi de 13h30 à 17h Réception des colis : Lundi :13h30-17h30 Mardi : 9h30-17h30 Jeudi :16h-17h30	Distribution colis alimentaires. Très faible participation
La Croix-Rouge Française	5, rue Genevoise 38500 Voiron 04 76 05 08 35	Horaires : Lundi : 14h-16h30 Du mardi au vendredi : 9h-11h30 /14h-16h30 Samedi : 9h-11h30	Vente de vêtements, objets à faible tarif. Sans condition d'accès

Où s'habiller ?

Le Secours Catholique

6/8, rue Sermorens
38500 Voiron

04 76 65 74 44

isere.secours-catholique.org

Espace vêtements :

Lundi, mercredi : 14h-17h

Jeudi, vendredi : 9h-12h / 14h à 17h

1^{er} samedi du mois : 9h à 12h

Vente de vêtements à faible tarif.

Sans condition d'accès

Où trouver un toit ?

<p>Accueil d'urgence Logis des collines</p>	<p>2, rue Général Rambeaud 38500 Voiron 04 76 67 34 81</p>	<p>Orientation par le 115</p> <p>Accueil d'urgence</p>	
<p>Pension de Famille</p>	<p>11, Rue Guy Allard 38 500 Voiron 04 76 91 00 87</p>	<p>Destinée à l'accueil de personnes à faible niveau de ressources, dans une situation d'isolement ou d'exclusion. La demande doit émaner d'un travailleur social (dossier unique de demande d'hébergement).</p>	
<p>CLLAJ Comité Local pour Le Logement Autonome des Jeunes</p>	<p>Résidence Les Noyers Verts Chemin des Noisetiers 38500 Voiron 04 76 07 37 14 06 63 27 51 26</p>	<p>Permanences sur RDV les vendredis après-midi à la Maison de l'Emploi (04 76 93 17 18)</p>	<p>Le CLLAJ accueille, informe et oriente les jeunes de 18 à 30 ans sur toutes les questions liées au logement et facilite l'accès aux droits.</p>

Où trouver un toit ?

<p>FJT Les Noyers Verts</p>	<p>Résidence Jeunes Chemin des Noisetiers 38500 Voiron 04 76 07 37 11</p>	<p>La demande est en accès direct (téléphone ou directement à la Résidence sur RDV auprès des travailleurs sociaux du FJT)</p>	<p>Accueil de jeunes en emploi, alternance ou en formation percevant des ressources issues du monde du travail. Personnes seules ou en couple sans enfant ou en colocation (2 max). Accès pour les 18 à 25 ans</p>
<p>Logis des Collines CHRS</p>	<p>2, rue Général Rambeaud 38500 Voiron 04 76 67 34 79</p>	<p>CHRS pour personnes isolées ou familles avec ou sans enfant. La demande doit émaner d'un travailleurs social.</p>	
<p>CHRS Jeunes</p>	<p>Résidence Jeunes Chemin des Noisetiers 38500 Voiron 04 76 07 37 11</p>	<p>CHRS pour des jeunes de 18-25 ans en couple, seuls avec ou sans enfant Hébergement avec un accompagnement éducatif global.</p>	

Où trouver un travail ?

Maison de l'Emploi	40, rue Mainssieux 38516 Voiron Cedex 04 76 93 17 18 maison.emploi@paysvoironnais.com www.emploi-pvsg.org	Lundi : 13h30-18h Mardi-jeudi : 8h30-12h30 / 13h30-19h Mercredi : 8h30-12h30 / 13h30-18h Vendredi : 8h30-12h30 / 13h30-17h Permanence sans RDV Pour les 16-25 ans : Du lundi au jeudi : 13h30-17h Permanence sans RDV Pour les plus de 25 ans : Vendredi : 8h30-12h	La Maison de l'Emploi accueille, informe et conseille. Elle regroupe dans un seul ensemble plusieurs outils et dispositifs pour l'emploi, la formation, l'orientation et l'insertion.
Pôle Emploi	73, Boulevard Franklin Roosevelt 38500 Voiron 3949 www.pole-emploi.fr	Du lundi au vendredi : 8h30-12h30 Sur rdv les après-midis	Pôle Emploi indemnise les demandeurs d'emploi et les accompagne vers le retour à l'emploi.

Ce SOS Galère à été élaboré par :

Sandrine BEVY - Conseillère Emploi Formation à la Maison de l'Emploi de Voiron

Il a également été validé par les structures y figurant

Maison
de l'**Emploi**
Pays Voironnais | Sud Grésivaudan

Édité en décembre 2016
Mise à jour Juin 2021

Pays Voironnais

Missions Locales
Auvergne-Rhône-Alpes

La Région
Auvergne-Rhône-Alpes

Pays Sud
Grésivaudan

pôle emploi

DEUR DE CHARTREUSE
COMITÉ DE CHARTREUSE

Union Régionale
Métropolitaine Française

UNIRV

isère
CONSEIL DÉPARTEMENTAL

AISG
Association Intercommunale de Services de Gestion