

# S.O.S GALÈRE



# SOMMAIRE

OÙ ÊTRE REÇU ET ÉCOUTÉ ?.....	3
OÙ TROUVER À MANGER ?.....	5
OÙ SE LAVER ?.....	7
OÙ SE FAIRE SOIGNER ?.....	8
OÙ FAIRE VALOIR SES DROITS ? (SÉCU-MUTUELLE) .....	11
OÙ S’HABILLER ?.....	12
OÙ TROUVER UN TOIT ?.....	13
OÙ CHERCHER UN TRAVAIL ?.....	15

## Où être reçu et écouté ?

<b>Le Rigodon</b>	<b>Adresse :</b> 24, rue Sermorens 38500 Voiron  <b>Téléphone :</b> 04 76 93 26 02	<b>Horaires :</b> Lun, mar, jeu : 9h à 17h Mercredi : 9h à 14h Vendredi : 9h à 15h Dimanche : 14h à 17h	<b>Sans condition d'accès</b>
<b>CCAS</b>	<b>Adresse :</b> Espace CEVE 58, Cours Becquart Castelbon 38500 Voiron  <b>Téléphone :</b> 04 76 67 27 39	<b>Horaires :</b> Du lundi au vendredi 9h à 12h / 14h à 18h	<b>Personnes seules ou en couple sans enfant</b>
<b>Mairie de Voiron</b>	<b>Adresse :</b> 12, rue Mainssieux 38500 Voiron  <b>Téléphone :</b> 04 76 67 27 37	<b>Horaires :</b> Du lundi au vendredi : 8h30 à 12h/13h30 à 17h30 Samedi : 9h à 12h	Distribution de ticket pour les douches publiques Renseignement sur les structures de la ville

## Où être reçu et écouté ?

<p><b>Centre Social Charles Béraudier</b></p>	<p><b>Adresse :</b> 6 avenue Jules Ravat 38500 Voiron <b>Téléphone : 04 76 67 96 10</b></p>	<p><b>Horaires :</b> Lundi au vendredi 8h30 à 12h/13h30 à 17h30 Samedi : 9h à 12h</p>	<p>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</p>
<p><b>Centre Social Charles Béraudier</b></p>	<p><b>Adresse :</b> 6 avenue Jules Ravat 38500 Voiron <b>Téléphone : 04 76 67 96 10</b></p>	<p><b>Permanences tous les premiers lundis du mois de 14h30 à 17h00</b></p>	<p>Permanences de l'<b>Association le Refuge</b> au centre social Béraudier, l'association le Refuge vient en aide aux jeunes rejetés par leur famille ou leur entourage du fait de leur orientation sexuelle</p>
<p><b>Violence femme info</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Téléphone : 3919</b></p> <p style="text-align: center;"><b>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</b></p>		

## Où trouver à manger ?

<p><b>La Croix-Rouge Française</b></p>	<p><b>Adresse :</b> 5, rue Genevoise 38500 Voiron <b>Téléphone :</b> 04 76 05 08 35</p>	<p><b>Horaires :</b> Lundi : 14h à 16h30 Mardi au samedi : 9h à 11h30 et de 14h à 16h30</p>	<p>Distribution de colis alimentaires <b>Sur prescription d'une Assistante Sociale</b></p>
<p><b>Le Rigodon</b></p>	<p><b>Adresse :</b> 24, rue Sermorens 38500 Voiron <b>Téléphone :</b> 04 76 93 26 02</p>	<p><b>Horaires :</b> Lundi, mardi, jeudi : 9h à 17h Mercredi : 9h à 14h Vendredi : 9h à 15h Dimanche : 14h à 17h</p>	<p>Participation financière pour le repas de 2,50€ (minimum selon les moyens). Petit déjeuner de 9h-10h Gratuit <b>Sans condition d'accès</b></p>
<p><b>Le Secours Populaire</b></p>	<p><b>Adresse :</b> 6, rue Hector Berlioz 38500 Voiron <b>Téléphone :</b> 04 76 93 08 25</p>	<p><b>Horaires :</b> Lundi de 13h30 à 17h Mercredi de 9h30 à 17h Jeudi de 15h à 17h</p>	<p><b>Sans condition d'accès</b></p>

## Où trouver à manger ?

<b>L'Épicerie Solidaire Amandine</b>	<b>Adresse :</b> 14, rue Porte de la Buisse 38500 Voiron <b>Téléphone :</b> 09 53 72 48 38	<b>Horaires :</b> Mardi / Jeudi : de 16h à 18h30 Mercredi / Samedi : de 9h à 12h15 Vendredi : de 9h à 12h15 et de 16h à 18h30	<b>Adhésion si non bénéficiaire d'aide sociale : 5€/an</b>  <b>Si bénéficiaire : la demande passe en commission et peut avoir de 50 % à 80 % de réduction sur les produits</b>
<b>Le Comité de Solidarité</b>	<b>Adresse :</b> 4, rue Hector Berlioz 38500 Voiron <b>Téléphone :</b> 04 76 05 49 66	<b>Horaires :</b> <b>Inscription sur dossier :</b> 1er lundi du mois matin de 9h à 12h  <b>Distribution alimentaire :</b> Le jeudi de 13h30 à 16h	<b>Inscription sur dossier, calcul du reste à vivre et redistribution des colis en fonction de ce dernier</b>

## Où se laver ?

### **BAINS- DOUCHE ET W.C PUBLICS**

**Adresse :**  
Avenue Georges Frier  
38500 Voiron

#### **Horaires :**

Lundi : fermé

Mardi : 9h-12h

Mercredi : 7h30-12h

Jeudi : 9h-12h

Vendredi: 9h-12h / 15h-17h

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 ?

<p><b>PASS Permanence d'accès aux soins de santé</b></p>	<p><b>Adresse :</b> Centre Hospitalier de Voiron 14, route des Gorges 38506 Voiron <b>Téléphone :</b> 04 76 67 17 89</p>	<p><b>Horaires :</b> Tous les vendredis après-midi sur RDV avec un Médecin et/ou une assistante sociale</p>	<p>Permet :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- De bénéficier de consultations de médecine générale ou spécialisées</li> <li>- D'accéder aux soins et aux examens complémentaires à l'hôpital de ville</li> <li>- D'être aidé à l'accès aux droits</li> </ul> <p><b>Être en difficulté dans l'accès au service de droits communs</b></p>
<p><b>Centre médico- psychologique Adulte</b></p>	<p><b>Adresse :</b> 35, rue Sermorens 38500 Voiron <b>Téléphone :</b> 04 76 67 70 40</p>	<p>Prise de rendez-vous par téléphone</p>	<p>Écoute, conseils, accompagnement par des professionnels de santé (psychologues, psychiatres, infirmiers)</p> <p><b>Sans condition d'accès</b></p>
<p><b>Tabac Info service</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Téléphone : 3989</b></p> <p style="text-align: center;">Un spécialiste Tabac info service répond à toutes vos questions. Vous pourrez bénéficier d'un suivi personnalisé et gratuit par un tabacologue</p>		



## Où se faire soigner ?

<p><b>CPEF</b>  <b>Centre de planification et d'éducation familiale</b></p>	<p><b>Adresse :</b>          Immeuble Centre Gare          6, Avenue Frère Tardy          38500 Voiron</p> <p><b>Téléphone :</b> 04 76 05 72 56</p>	<p><b>Horaires : Sans RDV</b>          Lundi : 16h-19h          Mardi: 14h-17h          Mercredi: 13h-17h          Jeudi : 14h-17h          Vendredi 14h-17h</p>
<p><b>Point Virgule</b></p>	<p><b>Adresse :</b> Centre Social          Charles Béraudier          6, Avenue Jules Ravat          38500 Voiron</p> <p><b>Téléphone :</b> 04 76 17 21 21</p>	<p>Sur rendez-vous le mercredi après midi  <i>Prise de RDV téléphonique</i></p>
<p><b>Vivre sans Alcool</b></p>	<p><b>Adresse :</b>          Centre social          Charles Béraudier          6, Avenue Jules Ravat          38500 Voiron</p> <p><b>Téléphone :</b> 07 82 12 38 68</p>	<p>Réunions le jeudi de 18h à 20h          Et le 2<sup>e</sup> jeudi du mois de 18h à 20h avec l'entourage familial</p>

## Où se faire soigner ?

<p><b>PMI</b> <b>Protection</b> <b>maternelle et</b> <b>Infantile</b></p>	<p><b>Adresse :</b> 33, Avenue François Mitterrand 38500 Voiron <b>Téléphone :</b> 04 57 56 11 46</p>	<p><b>Horaires :</b> Lundi au vendredi : 9h à 12h/13h30 à 17h30 <b>Permanence sans RDV :</b> Mercredi après- midi de 14h à 17h30</p>	<p>Suit les mamans et les enfants (Jusqu'à 6 ans) Possibilité de visite à domicile <b>Ouvert</b> <b>aux non assurés sociaux</b> <b>Sans condition d'accès</b></p>
<p><b>SAM</b> <b>Service</b> <b>d'addictologie</b> <b>mutualiste</b></p>	<p><b>Adresse :</b> Centre Social 6, Avenue Jules Ravat 38500 Voiron <b>Téléphone :</b> 04 76 12 90 80</p>	<p>Permanence un vendredi sur deux (semaine impaire) toute la journée avec un médecin et un travailleur social</p>	<p>Prévention et traitement des conduites addictives  <b>Sans condition d'accès</b></p>
<p><b>Centre médico- Psychologique Enfant</b></p>	<p><b>Adresse :</b> 3, Avenue François Mitterrand 38500 Voiron <b>Téléphone :</b> 04 76 67 32 72</p>		<p>Écoute, conseils, accompagnement par des professionnels de santé (psychologues, psychiatres, infirmiers)  <b>Pour les 0-16 ans</b></p>

## Où faire valoir ses droits ? (Sécu-Mutuelle)

<p><b>CPAM Caisse Primaire d'Assurance Maladie</b></p>	<p><b>Adresse :</b> rue Racine 38500 Voiron</p> <p><b>Téléphone :</b> 3646</p> <p><b>Mail :</b> <a href="http://www.ameli.fr">http://www.ameli.fr</a></p>	<p><b>Horaires :</b> Lundi au vendredi : 8h-12h30/13h30-16h</p>	
<p><b>Le Point Précarité Santé</b></p>	<p><b>Téléphone :</b> 04 76 89 31 42</p> <p><b>Mail :</b> <a href="mailto:pops@pops38.fr">pops@pops38.fr</a></p>	<p><b>Horaires :</b> Le matin</p>	<p><b>Permanences téléphoniques par un médecin ou un infirmier</b></p>
<p><b>Permanences Régimes RSI-Pro BTP</b></p>	<p><b>Adresse :</b> Centre Social Charles Béraudier 6, avenue Jules Ravat 38500 Voiron</p> <p><b>Téléphone :</b> 04 76 67 96 10</p>		<p><b>Affiliation RSI-Pro BTP</b></p>
<p><b>Permanence de la CARSAT</b></p>	<p><b>Adresse :</b> CPAM rue Racine 38500 Voiron</p> <p><b>Téléphone :</b> 04 76 12 19 04 Ou 04 76 46 11 44</p>	<p>Prise de RDV par téléphone</p>	<p><b>Permanence d'une Assistante Sociale</b></p>

## Où s'habiller ?

<p><b>La Ressourcerie</b></p>	<p><b>Adresse :</b> D1075 38500 La Buisse <b>Téléphone :</b> 04 76 55 77 66</p>	<p><b>Horaires :</b> Mercredi/Jeu/Ven : de 13h30 à 18h Samedi : de 9h à 17h30</p>	<p>Achat, vente de toutes sortes d'objets d'occasion à bas prix <b>Sans condition d'accès</b></p>
<p><b>Le Secours Populaire</b></p>	<p><b>Adresse :</b> 6, rue Hector Berlioz 38500 Voiron <b>Téléphone :</b> 04 76 93 08 25</p>	<p><b>Permanence d'accueil :</b> Jeu de 13h30 à 17h Réception des colis : Lun de 13h30 à 17h30 Mar de 9h30 à 17h30 Jeu de 16h à 17h30</p>	<p><b>Sans condition d'accès</b></p>
<p><b>La Croix-Rouge Française</b></p>	<p><b>Adresse :</b> 5, rue Genevoise 38500 Voiron <b>Téléphone :</b> 04 76 05 08 35</p>	<p><b>Horaires :</b> Lun 14h à 16h30 Mar au sam de 9h à 11h30 et de 14h à 16h30</p>	<p><b>Participation financière faible</b> <b>Sans condition d'accès</b></p>
<p><b>Le Secours Catholique</b></p>	<p><b>Adresse :</b> 6/8, rue Sermorens 38500 Voiron <b>Téléphone :</b> 04 76 65 74 44</p>	<p><b>Espace vêtements :</b> Lun, mer 14h à 17h Jeu, ven de 9h à 12h et de 14h à 17h 1<sup>er</sup> sam du mois : 9h à 12h</p>	<p><b>Participation financière faible</b> <b>Sans condition d'accès</b></p>

## Où trouver un toit ?

<p><b>Logis des collines : Accueil d'urgence</b></p>	<p><b>Adresse :</b> 2, rue Général Rambeaud 38500 Voiron</p> <p><b>Téléphone :</b> 04 76 67 34 81</p>		<p><b>Orientation par le 115</b></p> <p>Accueil d'urgence</p>
<p><b>Pension de Famille</b></p>	<p><b>Adresse :</b> 11, Rue Guy Allard 38 500 Voiron</p> <p><b>Téléphone :</b> 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.</p> <p><b>La demande doit émaner d'un service social directement auprès des travailleurs sociaux de la pension de famille</b></p>
<p><b>CLLAJ Comité Local pour le Logement Autonome des Jeunes</b></p>	<p><b>Adresse :</b> Résidence Les Noyers Verts Chemin des Noisetiers 38500 Voiron</p> <p><b>Téléphone :</b> 04 76 07 37 14 Ou 06 63 27 51 26</p>	<p>Permanences sur RDV les vendredis matin à la Maison de l'Emploi Voiron 04 76 93 17 18 de 9h30 à 11h</p>	<p>Il est possible de contacter directement le CLLAJ pour convenir d'un Rendez-vous</p> <p><b>Avoir entre 18 et 30 ans</b></p>

## Où trouver un toit ?

<p><b>FJT Les Noyers Verts</b></p>	<p><b>Adresse :</b> Résidence Jeunes Chemin des Noisetiers Rue de la Martellière 38500 Voiron</p> <p><b>Téléphone :</b> 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 ou en formation percevant des ressources issues du monde du travail</p> <p>Personnes seules ou en couple sans enfant ou en colocation (2 max) de 18 à 25 ans</p>
<p><b>Logis des Collines : CHRS</b></p>	<p><b>Adresse :</b> 2, rue Général Rambeaud 38500 Voiron</p> <p><b>Téléphone :</b> 04 76 67 34 79</p>		<p>CHRS pour personnes isolées ou familles avec ou sans enfant</p> <p><b>La demande doit émaner d'un service social directement auprès des travailleurs sociaux du CHRS</b></p>

## Où trouver un travail ?

<p><b>Maison de l'Emploi</b></p>	<p><b>Adresse :</b> 40, rue Mainssieux 38516 Voiron Cedex</p> <p><b>Téléphone :</b> 04 76 93 17 18</p> <p><b>Mail :</b> maison.emploi@paysvoironnais.com</p>	<p><b>Horaires :</b> Lundi de 13h30 à 18h Mardi et jeudi 8h30 à 12h30 13h30-19h Mercredi 8h30 à 12h30 13h30 à 18h Vendredi 8h30 à 12h30 13h30 à 17h</p> <p><b>Permanence sans RDV</b> <b>Pour les 16-25 ans :</b> Du lundi au jeudi : 13h30 à 17h</p> <p><b>Permanence sans RDV</b> <b>Pour les plus de 25 ans :</b> Vendredi de 8h30 à 12h</p>	
<p><b>Pôle emploi</b></p>	<p><b>Adresse :</b> 73, Boulevard Franklin Roosevelt 38500 Voiron</p> <p><b>Téléphone :</b> 3949</p> <p><b>site internet :</b> www.pole-emploi.fr</p>		<p><b>Sans condition d'accès</b></p>

## Ce SOS Galère à été élaboré par :

- **Sandrine BEVY** - Conseillère Emploi Formation à la Maison de l'Emploi de Voiron
- **Lucile FORALOSSO** - Stagiaire Conseillère Emploi Formation à la Maison de l'Emploi de Voiron
- **Sandra PAPORELLO** - Chargée d'accueil et secrétariat / Assistante administrative santé

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 février 2018

PAYS VOIRONNAIS

Missions Locales  
Auvergne-Rhône-Alpes

La Région  
Auvergne-Rhône-Alpes

Le Sud  
Grésivaudan  
Syndicat mixte

pôle emploi

DEUR DE CHARTREUSE  
COMITÉ DE COORDINATION

Le Département  
de l'Isère  
Service  
Département de l'Isère  
de l'Emploi  
Professionnelle  
et de l'Orientation  
Technique

UNIRV

isère  
CONSEIL DÉPARTÉMENTAL

AISG  
AUVERGNE-RHÔNE-ALPES