

27 Secours populaire français Antenne des Trembles :
27 rue des Trembles, à Grenoble. Du lundi au vendredi de 13h30 à 16h30.

28 Secours populaire français Antenne Anatole France :
2 rue de la solidarité. Mardi et mercredi de 14h à 17h.

29 Secours populaire français Antenne de St-Martin-d'Hères : 66 avenue du 8 mai 1945. Samedi de 13h30 à 17h. **Uniquement pour les étudiants.**

30 Association Humanitaire musulmane : 51 rue Georges Manteyer, après inscription le samedi de 9h à 12h30.

SE SOIGNER / TO HEAL / СЕГРИЖИ ЗА СЕБЕ / KUJDESUNI PËR VETEN

31 Médecins du monde : 3 rue Léon Sestier. Consultations médicales, infirmières et sociales gratuites pour les personnes sans couverture sociale :

- Consultations infirmières et sociales : **Sans rendez-vous**, le lundi de 9h45 à 11h45
- Consultations médicales, infirmières et sociales : **Sur rendez-vous** en appelant le 04 76 84 17 21 ou en le prenant sur place : mardi et jeudi de 13h45 à 16h et vendredi de 9h45 à 11h45.

Fermeture du lundi 22/12 au 28/12.

Tram A - Arrêt « Berriat - Le magasin », Bus C5 - Arrêt « Cemoi » ou « Berriat - Le magasin ».

32 Permanence d'accès aux soins de santé (PASS) du CHU : Pour les plus de 18 ans, absence d'assurance maladie ou droits incomplets :

- Consultations médicales : **sans rendez-vous** le lundi de 9h à 12h30. **Sur rendez-vous** du mardi au vendredi de 9h à 12h30.
- Consultations infirmières et sociales : **sur rendez-vous** le lundi de 9h à 12h30 et de 14h à 17h, mardi de 14h à 17h, mercredi de 9h à 12h, jeudi de 10h à 12h30 et 14h à 16h et vendredi de 9h à 12h30 en appelant le 04 76 76 94 66 ou : pass@chu-grenoble.fr.

Fermé le mardi matin, mercredi et vendredi après-midi.

PASS Pédiatrique du CHU : pour les enfants de 0 à 18 ans sans couverture sociale : **sur rendez-vous** en appelant le 04 56 58 98 35 : consultations médicales, infirmières et sociales.

33 Permanence d'accès aux soins de santé Mutualité (PASS GHMutualité) : 124 rue d'Alembert. Consultations sur **rendez-vous** en appelant le 04 76 70 89 08 :

- Consultations médicales le lundi et le jeudi de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h .
- Consultation avec une infirmière, le mardi de 8h30 à 12h30.
- Accompagnement social et accès aux droits du Lundi au jeudi de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h.

34 Centre Gratuit d'Information de Dépistage et de Diagnostic (CeGIDD) : Dépistage du VIH, Hépatite, MST, anonyme et gratuit : 23 Avenue Albert 1er de Belgique. **Sur rendez-vous** en appelant le 04 76 12 12 85. du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30.

OÙ LAVER SES AFFAIRES ? / WHERE TO DO YOUR LAUNDRY ? / КАДЕ ДА ГИ МИНЕТЕ РАБОТИТЕ? / KU T'I LANI GJÉRAT TUAJA?

4 Point d'eau : 9 rue Joseph François Girot. Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h.

5 Resto du Cœur Chorier : 36 rue Parmentier. Le lundi, jeudi et vendredi à partir de 9h et jusqu'à 11 h (heure dépôt du linge).

SE LAVER / WASH YOURSELF / МИЕ / LANI

3 Le Local des femmes : 16 Boulevard Jean Pain. Lundi et Mercredi de 13h30-17h. **Uniquement pour les femmes.**

4 Point d'eau : 9 Rue Joseph-François Girot. Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h.

5 Resto du Cœur Chorier : 36 rue Parmentier : douche, coiffeur le lundi et jeudi de 9 h à 11 h 30.

Douches municipales gratuites : 5 rue des Minimes. Fermées le 25/12 et le 01/01.

- **Pour tous** : le lundi, mercredi, jeudi, vendredi de 7h45 à 12h et le samedi et dimanche de 9h à 12h.
- Créneaux réservés aux **femmes et enfants** accompagnés : le mardi de 7h45 à 12h.
- Le dernier accès est à 11h45 pour une fermeture à 12h.

OUVRIR DES DROITS / OPEN RIGHTS / ОТВОРЕНИ ПРАВА / ТЕ ДРЕЈТА ТЕ ХАПУРА

9 Appui Jeunes (Point Accueil Jeunes) : 21 rue Christophe Turc. Accueil **sur rendez-vous** le mardi, mercredi et jeudi de 9h30 à 13h. Derniers entretiens à 12h30.

Accueil téléphonique seulement : Lundi de 14h à 19h, mardi et le jeudi de 9h30 à 13h00 et de 14h15 à 18h, mercredi de 9h30 à 13h et de 14h15 à 16h30, et vendredi de 9h30 à 12h30.

37 Mineurs non accompagnés - Cellule MNA :
17-19 rue Commandant l'Herminier, bâtiment 3.
Sans rendez-vous du lundi au vendredi de 8h30 à 11h en appelant le 04 76 00 38 38.

Personnes à la rue avec des enfants - Service de Développement Social : Personnes à la rue avec des enfants, Service de Développement Social : appeler le 04 57 38 44 00.

38 Demandeurs d'asile - Structure de premier accueil des demandeurs d'asile (SPADA de l'ADATE) :

96 rue de Stalingrad. **Accueil téléphonique** disponible lundi, mardi, vendredi après midi au 04 58 17 64 70 ou spada.isere@adate.org

38 Domiciliation - Personnes sans domicile - Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) : 47 Avenue Marcelin Berthelot (Tram A, arrêt MC2 ou Malherbe).

Prendre rendez-vous en venant sur place ou en appelant le 04 80 70 12 00. Le lundi de 8h30 à 16h et du mardi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h.

Personnes à la rue sans enfant : Appelez le 115.

Personnes ayant un logement : Appelez le 04 57 38 44 00 pour demander un rendez-vous avec un-e assistant-e social-e.

Vous avez subi des violences

You have suffered violence / сте претрпеле насиљство / Ke vuajtur nga dhuna

Appelez la police

Call the police / Повикајте полиција / Thirrni policiné

17 ou 112 sur un téléphone portable

Numéro gratuit d'aide aux victimes

Free number for victims / бесплатен број за поддршка на жртвите / Numri i ndihmës për viktimat pa pagesë

116 006 7 jours sur 7, de 9h à 19h

Ou par mail : victimes@116006.fr

Enfants victimes de violences

Children victims of violence / деца жртви на насиљство / Fëmijët viktima të dhunës

119 7 jours sur 7, 24h/24

Femmes victimes de violences

Women victims of violence / жени жртви на насиљство / gratë viktima të dhunës

3919 7 jours sur 7, 24h/24

Écoute, informe et oriente les femmes victimes de violences, ainsi que les témoins de violences faites à des femmes.

13 Accueil de jour pour les femmes victimes de violences

12 rue des Bergeronnettes à Grenoble du lundi au vendredi de 9h à 17h sans rendez-vous 04 76 40 50 10

Jeunes LGBT+

Young LGBT+ people / млади ЛГБТ+ / Të rinjtë LGBT+

Fondation Le Refuge

Ligne d'urgence et d'écoute par appel ou SMS au 06 31 59 69 50

Trouver un hébergement

Accommodation / сместување / Akomodimi

Appelez

Call / јавете се / Telefononi

115

24h/24, 7 jours sur 7

www.solidarites-grenoble.fr

Pour plus d'informations, rendez-vous sur



OÙ TROUVER DE L'AIDE
à Grenoble ?
HIVER 2025-2026
Mise à jour : Janvier 2026



www.solidarites-grenoble.fr





ACCUEIL DE JOUR / DAY CENTER / ДНЕВЕН ПРИЕМ / PRITJE DITORE

- 1 Accueil des SDF :** 4 bis rue du Vieux Temple. Mercredi, vendredi et samedi de 9h à 11h.
- 2 La Croix Rouge :** 4 rue Kléber. Le lundi de 14h à 17h, le mercredi de 9h à 12h et de 14h à 17h et le samedi de 9h à 12h.
- 3 Le Local des femmes :** 16 Boulevard Jean Pain. Lundi, Mercredi et Vendredi de 13h30-17h.
- 4 Point d'eau :** 9 Rue Joseph-François Girot. Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h.
- 5 Resto du Cœur Chorier :** 36 rue Parmentier. Le lundi, jeudi, vendredi et samedi de 9h à 13h.
- 6 Secours catholique :** Espace Mozaique, 20 rue Général Rambaud. Le lundi, mardi, mercredi et vendredi de 8h à 11h.
- 7 Amicale du nid :** 9 Rue Raoul Blanchard. Pour les personnes prostituées ou victimes de traite des êtres humains à des fins de prostitution, mineures ou majeures. Le jeudi atelier collectif de 9h30 à 12h30.
- 8 Escale Saint Marc :** 6 avenue Malherbe, le mercredi et le jeudi de 14h à 16h30.
- 9 Appui Jeunes (Point Accueil Jeunes) :** 21 rue Christophe Turc, pour les jeunes de 18 à 25 ans à la rue ou en hébergement précaire, sans rendez-vous le mardi, mercredi et jeudi de 9h30 à 13h.
- 10 L'Appart - ALTHEA :** 8 Rue du Vieux Temple. Accueil et accompagnement de personnes concernées par le travail du sexe sous toutes ses formes mineures ou majeures. Le jeudi de 14h à 16h, accueil les jeudis de 14h à 14h30, possibilité de prendre rendez-vous au 04.76.43.14.06 ou par mail : service.appart@althea38.org.
- 11 Pluri'elles :** 12 rue des Bergeronnettes. Pour les femmes victimes de violences. Du lundi au vendredi de 9h à 17h.
- 12 Accueil sourire (SSVP) :** 20 avenue Félix Viallet. Jeudi et samedi 14h30 à 17h00, goûter, jeux de sociétés, écoute.
- 17 La Graille :** 17 quai de la Graille. Lundi, mardi, mercredi, jeudi, samedi et dimanche : de 15h à 18h

MANGER / EAT / ЈАДЕТЕ / HANI

Petits déjeuners gratuits / Breakfast / појадок / Mängjes

- 1 Accueil des SDF :** 4 bis rue du Vieux Temple. Mercredi, vendredi et samedi de 9h à 11h.
- 4 Point d'eau :** 9 Rue Joseph-François Girot. Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h.
- 13 Secours catholique/Ordre de Malte :** 8 rue Frédéric Taulier. Lundi, mardi, jeudi et dimanche de 8h30 à 10h.
- Repas de midi gratuits ou pas chers / Lunch / ручек / Dreke**
- 1 Accueil des SDF :** 4 bis rue du Vieux Temple. Lundi et jeudi de 12h à 13h.
- 5 Resto du Cœur Chorier :** 36 rue Parmentier. Le lundi, jeudi, vendredi et samedi de 9h à 13h.
- 14 Nicodème :** 4 Place Claveyson. Du lundi au vendredi : de 12h à 13h30.
- 17 La Graille :** 17 quai de la Graille. Du lundi au vendredi : 1^{er} service à 11h30 et le 2^e à 13h

Repas du soir gratuits / Dinner / вечера / Darkë

- 1 Accueil des SDF :** 4 bis rue du Vieux Temple. Vendredi et samedi de 18h à 20h.
- 14 Nicodème :** 4 Place Claveyson. Lundi et dimanche, de 18h à 20h.
- 15 Magdalena :** Basilique du Sacré-Cœur, 4 rue Emile Guemard. Le mercredi de 18h30 à 19h.
- 16 Point d'eau :** devant la gare. Le mardi de 18 à 20h.
- 17 La Graille :** 17 quai de la Graille. Tous les jours de 17h à 18h, sauf le vendredi.

Distribution de colis alimentaires/ Distribution of food parcels / дистрибуција на пакети со храна/Shpërndarja e pakove ushqimore

- 1 Accueil des SDF :** 4 bis rue du Vieux Temple.
- Sur inscription :**
 - le mardi de 14h à 16h **pour les familles seulement**
 - le mercredi de 9h à 11h **pour les colis individuels**.
- 5 Resto du Cœur itinérant :** 36 rue Parmentier. Mercredi de 16h30 à 20h30. Sous conditions de ressources.
- 18 La Croix Rouge :** 31 rue Nicolas Chorier. **Pour les étudiants uniquement.** S'inscrire auprès de la permanence d'accueil, écoute, orientation, située 4 rue Kléber en se rendant sur place ou en téléphonant au 04 76 46 99 66, le lundi de 14h à 17h, le mercredi de 9h à 12h et de 14h à 17h et le samedi de 9h à 12h. 2 € de participation. Distribution le vendredi de 17h30 à 20h.
- 19 L'échoppe :** 51 rue Georges de Manteyer. **Uniquement pour les habitants des quartiers Teisseire et Abbaye-Jouhaux** et sur inscription le mardi de 14h à 16h. Distributions des colis le jeudi de 9h à 14h.
- 20 Association familiale protestante Eybinoise :** 1 rue du Muret, à Eybens. Le jeudi de 16h à 17h30, sous conditions de ressources.
- 21 Restos du cœur - Stalingrad :** 78 rue de Stalingrad. Le lundi, mardi, jeudi et vendredi de 12h à 15h30. Sous conditions de ressources.
- 22 Restos du cœur - Gay Lussac :** 3 rue Gay Lussac. Le lundi et vendredi de 13h à 15h, le mardi de 9h à 12h et de 13h à 15h, le samedi de 9h30 à 12h30. Sous conditions de ressources.
- 23 Resto du cœur Mayencin :** 9 rue Mayencin à Gières. Le lundi et mardi de 8h30 à 11h30 et de 13h30 à 15h30, le jeudi de 9h30 à 11h30 et de 13h30 à 15h30 et le vendredi de 8h30 à 11h30 et de 13h30 à 15h30 et de 16h30 à 19h. Sous conditions de ressources.
- 24 Resto du cœur Echirolles :** 1 allée du Limousin à Echirolles. Le mardi, jeudi et le vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h. Sous conditions de ressources.
- 25 Resto du cœur de Fontaine :** 11 rue Henri Roudet à Fontaine. Le lundi, mardi et mercredi et jeudi de 9h à 11h45 et de 13h30 à 15h45. Sous conditions de ressources.
- 26 Resto du cœur Sidi Brahim :** 10 rue Sidi Brahim. Le mardi de 13h à 16h, le vendredi et samedi de 10h à 12h. Sous conditions de ressources.