MJC VIENNE

SAISON 26 27

Créer du lien. vivre la culture







Activités pour tous les âges - Culture & Création - Sport & Bien-être - Engagement & Solidarité

AU PROGRAMME CETTE SAISON

🟢 BOUGER & PRENDRE SOIN DE SOI

Activités Bien-être & Sport — p. 1

🟠 CRÉER, S'EXPRIMER & PARTAGER

Culture & Expression adultes — p. 2

🟣 GRANDIR, DÉCOUVRIR & S'AMUSER

Enfants & Jeunes — p. 3
Parents-Enfants — p. 4
Stages & Vacances — p. 5

🔵 JOUER, SORTIR & SE RETROUVER

Ludothèque — p. 6
Culture & Événementiel — p. 7 - 8

INFOS PRATIQUES

Inscriptions & adhésion — p. 9

ACTIVITÉS BIEN-ÊTRE & SPORT + 16 ANS



RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Tonifiez votre corps et gagnez en énergie au quotidien

- Jeudi — 17h30 à 18h30

210€

GYM DOUCE

150€

Bougez en douceur pour entretenir votre forme et votre mobilité

- Mardi — 10h15 à 11h15

CAPOEIRA

250€

Entre danse, musique et art martial, découvrez une pratique pleine d'énergie

- Mercredi — 18h45 à 20h30

YOGA

NEW!

Un moment pour respirer, s'étirer et retrouver son équilibre

- Mardi - 12h30 à 13h30
- Jeudi - 10h00 à 11h30
  - 12h30 à 13h30

230€
330€

DANSE CONTEMPORAINE

280€

Exprimer votre créativité à travers le mouvement

- Lundi — 19h00 à 20h30 Tous niveaux

DANSES TRADITIONNELLES

130€

Voyagez au rythme des danses et des cultures au monde

Couple (2e pers 100)

- Jeudi — 19h00 à 21h00 Tous niveaux

230€

STRETCHING BIEN-ÊTRE

150€

Détendez votre corps et relâchez les tensions du quotidien

- Lundi — 17h10 à 18h10

YOGA SUR CHAISE

230€

Une pratique accessible à tous pour gagner en souplesse et sérénité

- Jeudi — 10h30 à 11h30

LINDY HOP

290€

L'énergie du swing pour danser et partager des moments conviviaux

- Mardi — 19h15 à 20h15 Débutants (en duo)
- Mardi — 20h15 à 21h15 Intermédiaires

SOPHROLOGIE RELAX

Apprenez a mieux gérer votre stress et cultiver votre bien être

- Jeudi — 17h00 à 18h00
- Jeudi — 18h00 à 19h00

230€

PILATES

Renforcer votre posture et votre bien être en profondeur

- Mardi — Intermédiaires 17h00 à 18h00
- Mardi — Intermédiaires 18h00 à 19h00
- Vendredi —Débutants 9h30 à 10h30

210€

Les activités se deroulent sur 30 séances de Septembre à Juin

ACTIVITÉS CULTURE & EXPRESSION ADULTES



ANIMATION ANGLAISE

Pratiquez l'anglais dans une ambiance conviviale et détendue

- Lundi — 17h00 à 18h00
  Intermédiaires

280€

WARGAMES – JEU DE FIGURINES

(Association Mootland Clan)

- 1er samedi du mois / 3e dimanche du mois - 9h00 à 17h00 +15 ans

ATELIER CHANT

280€

Libérez votre voix et partagez le plaisir de chanter ensemble

- Mardi — 19h30 à 21h00

BATTERIE

480€

(cours individuel 30 min)
Travaillez le rythme et laissez parler votre énergie

- Mercredi — 9h00 à 20h00
- jeudi — 14h00

NEW!

PHOTO

220€

Développez votre regard et explorez votre créativité à travers l'image
Mercredi — 20h00 à 21h00
Débutant
jeudi — 19h30 à 20h30
Initité

PIANO

440€

Découvrez le plaisir de jouer et progressez à votre rythme (cours individuel 30 min)

- Mercredi — 10h00 à 19h00

GUITARE / BASSE

Des accords aux improvisations, faites vibrer votre créativité

- Mardi — 17h00 à 19h00

350€

COLLECTIF LUDIQUE

13€

Des soirées jeux pour s'amuser, échanger et se retrouver
(Jeux de société à la ludo)

- Mardi — 20h00 à minuit
  Adultes +16 ans

CLUB E-SPORT

23€

Jouez, progressez et partagez votre passion du jeu vidéo

- Mardi — 20h00 à minuit
  Adultes +16 ans

NEW!

NEW!

COUTURE

235€

Créez, réparez et personnalisez vos projets textiles

- jeudis 14h00 à 16h00

DESSIN ACADÉMIQUE

Développez votre regard et maitrisez les bases du dessin (Préparation aux grandes écoles possible)

- Mardi — 17h45 à 19h45

230€

BALADINS ET RIM'AILLEURS DU FLEUVE

(1 jeudi par mois)

- Jeudi — 17h30 à 19h00
  +7 ans / Adultes

OPENSTREETMAP FRANCE

Explorez votre territoire et partagez vos découvertes sur une carte collaborative.

- 3ème mercredi du mois – 18h30-20h30

NEW!

NEW!

LOISIRS CREATIFS

200€

Imaginez, créez et laissez parler votre créativité au fil de vos envies

- Mardi — 14h00 à 15h00

CERCLE DES POÈTES DU PAYS VIENNOIS

(1er lundi du mois)

- Lundi — 14h30 à 17h00

ÉCHECS

Stratégie, réflexion et convivialité autour de l'échiquier

- Jeudi — 17h15 à 20h00
- lundi — 18h00 à 20h00

Jeunes initiés et Adultes tous niveaux

DESSIN MODÈLE VIVANT

(Atelier Daniel Ramet)

- Lundi — 19h00 à 21h00

Les activités se deroulent sur 30 séances de Septembre à Juin



ACTIVITÉS ENFANTS & JEUNES

COURS D'ANGLAIS
Apprendre l'anglais en s'amusant dès le plus jeune âge
220€
8-10 ans
Mercredi — 10h00 à 11h00

PIANO
480€
cours individuels 30 min
+6 ans
- Mercredi — 10h00 à 19h00

NEW!

CIRQUE
200€
Explorez l'univers du cirque entre équilibre, adresse et créativité
- Mercredi —10h30 à 11h30
6/8 ans - initiation
- Mercredi —13h45 à 14h45
9/10 ans
240€
- Mercredi —14H45 à 15H45
11/12 ans

ATELIERS GROUPES ARTS'FUZION
Musique, création et expression artistique en groupe"
20 ateliers d'1h
- Mercredi — 13h30 à 14h30
7/10 ans / Débutants
310€
- Mercredi — 14h30 à 16h00
+11 ans / Débutants
330€
- Mercredi — 16h00 à 17h30
+11 ans / Intermédiaires
- Option cours d'instruments en duo : 10 séances d'1h
190€
(Guitare / Batterie)

BATTERIE
480€
(cours individuels 30 min)
Travaillez le rythme et laissez parler votre énergie
- Mercredi — 9h00 à 20h00
- +6 ans

GUITARE / BASSE
350€
(Cours collectif d'1h)
Des accords aux improvisations, faites vibrer votre créativité
- Mercredi — 17h30 à 19h30
8/12 ans

DESSIN BD
180€
Imaginez vos personnages et donnez vie à vos histoires en images
- Mercredi — 15h30 à 16h30
6/12 ans
- Mercredi — 16h30 à 18h00
13/15 ans

GRIMPE D'ARBRE
200€
L'aventure grandeur nature au cœur des arbres
- Mercredi — 14h00 à 16h00
9/17 ans

MULTISPORTS
200€
Découvrir plusieurs disciplines tout en s'amusant
- Mercredi — 9h30 à 10h30
3/5 ans

NEW!

ESPORT
150€
Jouez, progressez et partagez votre passion dans un esprit collectif- mensuel
- Samedi — 10h30 à 19h00
- Dimanche— 14h00 à 19h00
10/16 ans

CAPOEIRA
230€
Une activité ludique qui mêle mouvement, rythme et confiance en soi
- Mercredi — 16h15 à 17h00
4/7 ans
- Mercredi — 17h00 à 18h15
8/12 ans

LOISIRS CREATIFS
200€
Découpez, colorez, imaginez... et donnez vie à vos idées
- Mercredi — 14h00 à 15h00
9/11 ans

NEW!

ÉCHECS
200€
Stratégie, réflexion et convivialité autour de l'échiquier
- Lundi— 17h15 à 18h00
8/11 ans / Débutants

Les activités se deroulent sur 30 séances de Septembre à Juin

ACTIVITÉS PARENTS - ENFANTS

LES SAMEDIS EN FAMILLE





ATELIER CUISINE
Petits et grands aux fourneaux pour cuisiner et se régaler ensemble
- **10/10/2026 :** 10h-12h

ATELIER CUISINE-EVEIL SENSORIEL
(12-36 mois)
Une découverte des saveurs et des sensations adaptée aux tout-petits
- **17/10/2026 :** 10h-12h

ATELIER BRICOLAGE RÉCUP'
Imaginez, bricolez et donnez une seconde vie aux objets en famille
14/11/2026 : 10h-12h

ATELIER BIEN-ÊTRE
Prendre soin de soi tout en partageant un temps privilégié
- **12/12/2026 :** 10h-12h

THÉÂTRE / EXPRESSION
Jouer, s'exprimer et développer sa confiance ensemble
- **23/01/2027 :** 10h-12h

ATELIER LOISIRS CRÉATIFS
Créer en famille et repartir avec ses réalisations
- **06/03/2027 :** 10h-12h

ATELIER CUISINE
Petits et grands aux fourneaux pour cuisiner et se régaler ensemble
- **03/04/2027 :** 10h-12h

ATELIER MASSAGE
Un moment de détente et de complicité parent-enfant
- **29/05/2027 :** 10h-12h

ATELIER CRÉATION D'UN JEU
Inventez et fabriquez votre propre jeu à partager en famille
- **19/06/2027 :** 10h-12h

TARIF UNIQUE
35€
pour 2 personnes

STAGES ENFANTS LES VACANCES

Des vacances pour découvrir, apprendre et s'amuser !

VACANCES DE LA TOUSSAINT

7-10 ans

CUISINE :
26 - 27/10/26

SOUTIEN REMISE A NIVEAU MATH :
29 - 30/10/26

VACANCES DE NOËL

7-10 ans

LOISIRS CRÉATIFS DE NOËL :
21 - 22/12/26

VACANCES D'HIVER

7-10 ans

LES PETITS SCIENTIFIQUES :
15 - 16/02/27

SOUTIEN REMISE A NIVEAU MATH :
18 - 19/02/27

VACANCES DE PRINTEMPS

7-10 ans

MULTISPORT :
12 - 13 - 14/04/27

VACANCES D'ÉTÉ

STAGE CULTURE URBAINE :
11-13 ans
DU 05 AU 09/07/27

SÉJOUR FESTIVAL AVIGNON :
14-16 ans
DU 19 AU 21/07/27

STAGES ADULTES AU FIL DE L'ANNEE

La progammation des stages peut évoluer selon vos envies alors n'hésitez pas à nous faire des propositions

CUISINE

3 rendez-vous gourmands dans l'année

BATCH COOKING DE SAISON

Préparez en une journée les bases et menus de votre semaine avec des produits de saison.

CUISINE DU PLACARD

Des recettes simples, équilibrées et économiques, avec des astuces anti-gaspillage.

RECEVOIR SANS STRESS

Menus de fête, organisation et astuces pour recevoir sans passer sa journée en cuisine.

THÉÂTRE

Envie de monter sur scène ?

Jeux, improvisation, expression et créativité seront au rendez-vous de ces trois stages pour expérimenter, oser et surtout prendre plaisir à jouer ensemble.

• 14 NOV. • 6 MARS • 3 AVRIL

LUDOTHÈQUE

JOUER.EMPRUNTER.DECOUVRIR.PARTAGER



Un lieu pour jouer à tout âge
Venez découvrir de nouveaux jeux, emprunter vos favoris et partager des moments conviviaux en famille ou entre amis

HORAIRES :

Lundi : Fermé
Mardi : 15h30 - 18h00
Mercredi : 9h30 - 12h30
15h30 - 18h
Jeudi : Fermé
Vendredi : 9h30 - 12h30
15h30 - 18h00
Samedi : 9h00 - 12h00

ATTENTION : Durant les vacances scolaires les horaires varient

LES VENDREDIS MATIN

Lecture avec l'association Lire et faire lire

Marie fait la lecture aux petits et aux grands



LA LUDOMOBILE

Retrouvez nos 2 ludomobiles qui sillonnent sur le territoire de VIENNE CONDRIEU AGGLOMÉRATION

POLE FORMATION JEU

Nous proposons des formations à la carte pour les professionnels qui utilisent le Jeu dans leur métier.



Apéro jeux

Chaque vendredi avant les vacances, venez profiter d'un apéro jeux !

- 16 octobre / 18 décembre
- 12 février / 9 avril



13€

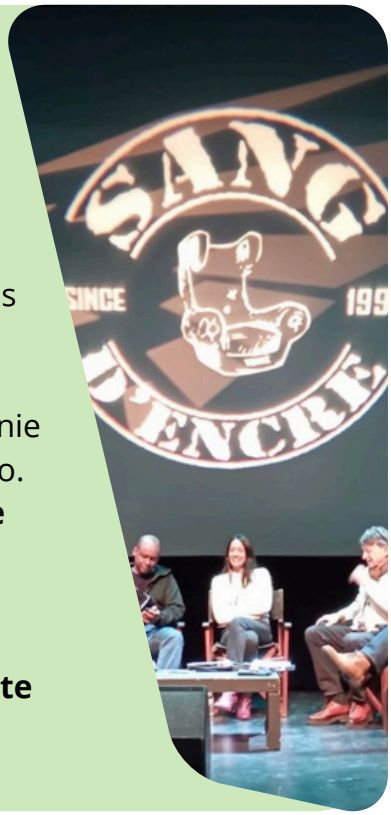
Collectif Ludique

Rejoignez-nous autour de jeux lors de soirées à la ludo!
+ 16 ans, le mardi à 20H
collectif.ludique@gmail.com

CULTURE & EVENEMENTIEL

LES RENDEZ-VOUS DE LA SAISON

SANG D'ENCRE – 32e ÉDITION
21 & 22 NOVEMBRE 2026 – LE MANÈGE



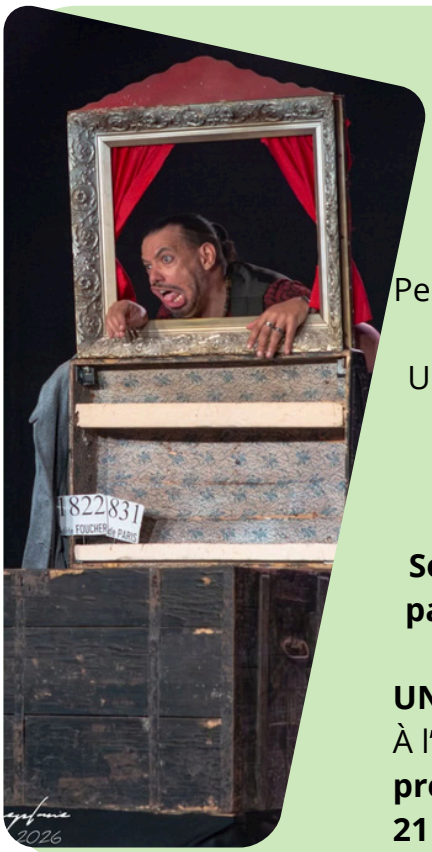
Depuis plus de 30 ans, **Sang d'Encre réunit auteurs, lecteurs et passionnés autour du polar, du roman noir, de la BD et des littératures policières**. Rencontres, dédicaces, animations, enquêtes et prix littéraires rythment ce rendez-vous incontournable.

NOUVEAUTÉ 2026 : LE POLAR MONTE SUR SCÈNE !

Samedi soir, découvrez **POLAR**, un spectacle burlesque de la compagnie iséroise **La Clinquaille**, mêlant théâtre d'objets, musique live et vidéo. **Une enquête façon Cluedo, pleine de suspense, d'humour et de rock'n'roll !**

Samedi 21 novembre – horaire à venir

Passionné de polar ou simplement curieux ? Venez mener l'enquête avec nous et partager un week-end riche en découvertes et en rencontres !



45e FESTIVAL D'HUMOUR DE VIENNE ET ALENTOURS
DU 6 AU 26 MARS 2027

Pendant trois semaines, **Vienne et les communes alentours vibrent au rythme de l'humour !**

Une programmation éclectique, des artistes à découvrir, des univers singuliers et surtout… de belles occasions de rire ensemble.

PRÉSENTATION PROG LORS DE SANG D'ENCRE PROLOGUE

Seul, entre amis ou en famille, laissez-vous surprendre et venez partager cette parenthèse de bonne humeur près de chez vous !

UN AVANT-GOÛT DÈS NOVEMBRE !

À l'occasion du festival Sang d'Encre**, venez découvrir en avant-première la programmation du Festival d'Humour 2027, samedi 21 novembre au Manège.**

CULTURE & EVENEMENTIEL

LES RENDEZ-VOUS DE LA SAISON



MURDER PARTY
À vous de mener l'enquête!

Deux Murder Parties seront proposées avec les associations partenaires, Condri'Jeux et TJPS.

« MAIS QU'EST-IL ARRIVÉ AUX CÔTES-RÔTIES ? »

- Samedi 10 octobre à 18h

"SOLSTICE NOIR"

- Date à venir



LA SALLE DU QUAI REPREND VIE !
Un nouvel espace pour la création locale

Un appel à projets sera lancé auprès des artistes locaux pour accueillir **de nouvelles créations et sorties de résidence dès janvier 2027.**
Une nouvelle scène pour découvrir, créer et partager !



NEÏLA – LECTURE MUSICALE
Entre Orient et Occident, un voyage sensible en quête de liberté et de racines

Le Livre de Neïla raconte le parcours d'une jeune danseuse iranienne qui quitte son pays pour rejoindre une compagnie française avant de ressentir l'appel de ses origines.
Portée par la voix de Nicolas Sorez et les musiques de Nestor Kea, cette lecture musicale mêle récit, chansons et images pour nous entraîner au croisement des cultures.

Octobre 2026 – Salle du Quai
Date à venir



FÊTE DE LA MJC — 12 JUIN 2027
Une journée pour se retrouver et célébrer ensemble la saison !

Animations, découvertes, rencontres et convivialité au rendez-vous.

MODALITES D'INSCRITIONS

ADHÉSION

L'adhésion permet de participer aux activités et de soutenir le projet associatif de la MJC.
Adulte : 15 €
Enfant : 10 €
Famille : 20 €
Adhésion valable du 1er septembre au 31 août

INSCRIPTIONS

SEMAINE D'ESSAI
Du **14 au 18 septembre** 2026
Une semaine pour découvrir et essayer les activités avant de vous inscrire

PERMANENCES D'INSCRIPTIONS
Lundi 21 septembre — 15h à 19h30
Mercredi 23 septembre — 9h à 12h et 14h à 19h30
Samedi 26 septembre — 10h à 16h

MODALITÉS DE PAIEMENT

Carte bancaire • Chèque • Espèces • Chèques-Vacances

BON À SAVOIR

Les modalités d'annulation et de remboursement sont précisées lors de l'inscription.

MJC VIENNE

2 rue Laurent Florentin
38200 Vienne

04 74 53 21 99
contact@mjc-vienne.org

Suivez-nous !
Instagram — @mjcvienne38
Facebook — facebook.com/mjcvienne
Web — www.mjc-vienne.org



HORAIRES D'OUVERTURE
Du lundi au jeudi: 9h–12h • 14h–19h

L'UNIVERS JEU - LA LUDOTHÈQUE

2 square de la Résistance – 38200 Vienne
04 74 58 21 98
mjcvienne.ludotheque@gmail.com
ludothequemjcvienne.fr

LUDOMOBILE

Virginie Lépine
07 86 62 36 18
ludomobilemjcvienne@gmail.com

PÔLE FORMATION JEU

Hervé Chausson
07 86 12 67 75
mjcvienne.formation@gmail.com

Vienne Qualité de VILLE
Vienne Condrieu Agglomération
isère LE DÉPARTEMENT www.isere.fr
La Région Auvergne-Rhône-Alpes
ALLOCATIONS FAMILIALES Caf de l'Isère
Liberté • Égalité • Fraternité RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
MINISTÈRE DE LA VILLE, DE LA JEUNESSE ET DES SPORTS