



Espace de vie sociale 
2024 - 2025

**MAISON DES JEUNES
ET DE LA CULTURE
ESPACE DE VIE SOCIALE**

☎ : 04.74.97.32.26
✉ : accueil.adm.mjceus@gmail.com
🌐 : mjc-latourdupin.com
🏠 : 35 Rue Jean Lescure,
38110 La Tour-du-Pin

Ouverture accueil au public :
Lundi : **15h - 19h**
Mardi : **15h - 19h**
Mercredi : **13h30 - 16h30**
Jeudi : **10h-12h30**

Retrouvez-nous sur  @mjceusltdp
 [mjceus.latourdupin](https://www.instagram.com/mjceus.latourdupin)



Où
vous
inscrire ?

- > Au forum des associations :
7 septembre 2024 – 8h – 12h30
(Halles des sports)
- > À nos portes ouvertes :
7 septembre 2024 – 15h30 – 17h30
à la MJC-EVS
- > À l'accueil de la MJC-EVS
à partir du **lundi 26 août 2024**
aux heures d'ouverture

Où
s'informer ?

-  @mjceusltdp
-  mjceus.latourdupin
-  mjceus-latourdupin.com

DÉBUT DES ACTIVITÉS : SEMAINE DU 16 SEPTEMBRE 2024

Adhésions et modalités de paiement

Il est nécessaire de payer une adhésion pour participer aux activités

Adhésions 6€ :

Moins de 18 ans, stages, lieux
d'accueil, activités parents/enfants

Adhésion 15€-17€ ou 20€ (au choix) :

+18 ans pour les activités de loisirs
régulières

Réduction de 10% sur les cotisations pour 2 activités hebdomadaires
pratiquées par la même personne (hors activités mensuelles, stages,
activités par quinzaine)

Le règlement des cotisations pour les stages et ateliers réguliers peut être
fait en plusieurs fois, le mode de règlement est déterminé à l'inscription.
Nous acceptons plusieurs types d'aides.

N'hésitez pas à vous renseigner !



Qui sommes nous ?

La MJC-EVS de la Tour du Pin, mouvement d'éducation populaire, se doit d'être au cœur des changements et d'aller au-delà du « vivre ensemble », pour « faire ensemble ». La culture est indispensable au développement des liens sociaux.

Avec simplicité et humilité, la MJC-EVS, maison pour tous, tente d'être un rempart contre toutes les expressions de haine, les tentations de repli sur soi et radicalisations quelles qu'elles soient.

La MJC-EVS s'efforce d'être un moteur de changement, un acteur de la transformation sociale et culturelle.

Notre adhésion à la Fédération des Centres Sociaux indique 3 valeurs fondamentales : la dignité humaine, la solidarité et la démocratie.

La MJC-EVS, s'efforce d'être le lien d'un authentique partage, un lieu de brassage, un lieu de vie pour tous, pour que chacun puisse changer de regard sur les autres et sur le monde.

Le choix de notre fil rouge de cette année prend ainsi tout son sens :

Tissages et Métissages

*Solidarité - Liens - Citoyenneté - Parentalité
- Rencontres - Culture - Accompagnement
- Laïcité - Engagement - Innovation - Loisirs...*

Fil rouge : Tissages et Métissages

Le Burkina Faso

Vendredi 13 septembre 2024 - 18h30
MJC-EVS
Temps de rencontre, de partage,
de découverte autour du Burkina
Faso

Pucier des couturières

Samedi 12 octobre 2024
MJC-EVS - De 9h30 à 13h30
Un temps fort où il sera question de
tissus....
Informations au secrétariat

Italia

Samedi 30 novembre 2024 - 20h
Salle polyvalente MJC-EVS
Le collectif de l'Âtre propose une
pièce de théâtre pour « s'intéresser
aux migrations italiennes en Nord-
Isère, du XXe siècle jusqu'à
aujourd'hui. Au travers de cette
thématique, nous pourrons toucher
du doigt les questions d'intégration,
d'interculturalité, de relations
humaines. »

Le Petit prince Slam !

Samedi 7 décembre 2024 - 18h
Salle polyvalente Saint Jean
de Soudain
Théâtre Musical.
La rencontre de deux mondes.
Amoureux d'oralité, le slameur
Fafapunk donne vie de façon
inédite et sincère au célèbre
Petit Prince.

Printemps de poètes

Du 11 au 27 mars 2025
Cette saison, le thème national
choisi pour le printemps des poètes
est FRONTIÈRES...

L'Argentine

Samedi 5 Avril 2025
Programme à venir
Temps de rencontre, de partage,
de découverte autour de l'Argentine.

Les nouvelles activités

Tarifs et âges à retrouver au fil des pages



Couture Parents / Enfants

Les mercredis matin des semaines impaires, venez en binôme (enfants/parents-adultes) vous initier à la couture.

Les enfants pourront manier les machines pour mettre en œuvre un projet préparé avec l'aide de son binôme adulte.

Un travail collaboratif original pour découvrir cette activité de façon ludique !

et le respect de tous. Une approche originale pour réaliser des chorégraphies et danser ensemble. Ambiance conviviale assurée

Balade ou Rando Yoga

Afin de contenter le plus grand nombre, deux propositions distinctes seront assurées cette saison : La balade Yoga plus douce et tranquille ou la rando Yoga plus dynamique et sportive : À chacun de choisir selon sa forme et son envie !

Yoga sur chaise

La séance de Yoga sur chaise, accessible à tous, invite à prendre conscience et soin de son corps en améliorant sa flexibilité, en réduisant son stress... : Un véritable moment de détente et de bien-être.

Anglais enfant

Découverte et initiation de l'Anglais pour les plus jeunes
Une approche ludique et sympathique pour apprendre les bases de cette langue dès l'âge de 6 ans.



Danse Africaine enfants / parents

Initiation et découverte de la danse Africaine, véritable invitation au plaisir du mouvement en famille dans une ambiance ludique et détendue

Langue des signes Française

Initiation et sensibilisation à cette langue riche et surprenante. Vous découvrirez comment allier les signes de base à l'utilisation de votre attitude corporelle afin de vous exprimer.

Country Line dance

Pour découvrir la country autrement ! Danse devenue très populaire, conviviale dans le partage



Accueils thématiques

Bulle d'Air

Rompre l'isolement, créer du lien et des rencontres

Mardi, jeudi, vendredi
De 14h à 17h

Accueil libre soumis à adhésion

Parentali'thé ou Café

Échanger sur la parentalité, partager des expériences, questionner...

1 Samedis par mois
10h-12h

Accueil libre
Premier rendez-vous
le 28 septembre

TEMPS FORT :

Samedi 20 novembre à 11h :
Spectacle Dymagic
Par le Collectif de l'Âtre

Un temps pour soi

Moment proposé aux parents dans le cadre du répit parental

1 accueil tous les 15 jours

Planning au secrétariat
Prise en charge des enfants

Accueil libre soumis à adhésion

Têtes de pioches

Partager, faire ensemble, construire des liens

Accueil au jardin de la Cheurotière
Jardinage collectif d'une parcelle
Mise en place d'animations autour du jardinage

Planning selon la météo
et les projets

Accueil libre soumis à adhésion



Animations régulières

Sorties évasion

Découvrir, Venir en famille, seul ou entre amis

1 sortie tous les 2 mois

Au départ de l'école Thevenon
Tout public à partir de 3 ans

Cotisation : 1€ par personne et par sortie

Les temps jeux

Partager des moments ludiques et s'amuser

Escape Game, Instants jeux
Selon planning d'animations
Tout public

Cotisation : 1€ par personne et par séance

Repas partagés

Être ensemble, faire des rencontres, passer un moment de détente

Organisation régulière de repas partagés avec les habitants
Selon planning d'animations
Tout public

Accueil libre

Lecture sur l'herbe

S'ouvrir à la lecture, échanger, voyager à travers le conte

Jeudi 17h-18h30

Quartier les Dauphins
Tout public

Accueil libre



Parcours découvertes culturelles et artistiques *

Les mercredis matins
programmation variée
Public parents - enfants de moins de 12 ans.

Cotisation par séance :

5€ par enfants

3€ par adultes

Gratuit pour les enfants de -3ans.
Le premier spectacle sera juste soumis à adhésion.

Animations ponctuelles

Concerts, spectacles, ateliers cuisine

Accéder à la culture, découvrir, partager des émotions

Selon programmation, propositions, actualités
Informations au secrétariat

Accompagnement, soutien d'initiatives, collectes...

Construire ensemble, réfléchir, changer les choses, soutenir l'égalité femmes-hommes, lutter contre les inégalités...

À la demande

Renseignements au secrétariat



Activités dansantes

Country - Line danse

Vendredi

18h - 19h15 : À partir de 15 ans

(enfants de + de 6 ans accompagnés
d'un parent)

Cotisation : 162€

Tango argentin

20 séances par an

Planning au secrétariat

Samedi

15h - 16h30 : Débutants

16h30 - 18h : Pratique pour tous

18h - 19h30 : Confirmés

Cotisations :

> **À la séance seul(e) : 19€**

En couple 38€

> **À l'année seul(e) : 270€**

En couple 538€

Milongas solidaires les 14 déc, 22

mars et 21 juin

Stages les 15 déc - 23 mars et 22 juin

par Tangotremement



Danse Africaine Parents/enfants

Initiation/découverte

Mercredi : 14h45 - 15h45

Cotisation : 162€

Public: dès 3 ans



Danse classique

Jeudi

17h - 18h : Débutants

18h - 19h : Intermédiaires

19h - 20h : Confirmés

20h - 20h30 : Optionnel pour
les confirmés

Cotisation : 185€

> **½ optionnelle : 77€**

Danse africaine

Accompagnement

avec un percussionniste

1 samedi par mois

(planning au secrétariat)

14h - 17h

Cotisation : 38€ la séance

ou forfait de 10 séances : 270€

Public dès 15 ans

Activités créatives



Couture parents/enfants

Initiation/découverte

Mercredi semaines impaires

10h - 12h

Cotisation : 80€ les 5 séances

Public : Binôme parents/enfants
à partir de 8 ans



Dessin-Peinture

Mercredi

10h - 11h30 : primaire

14h30 - 16h : collège

Cotisation 205 €

16h15 - 17h45 : séance tous les 15 jours
par semaines paires

Cotisation : 108€

Peinture huile ou acrylique

Jeudi

10h - 11h30 : adultes

Cotisation : 226€

Activités artistiques, culturelles et musicales

★ Cirque

Mardi

17h45-18h45 : 5 - 7 ans

Cotisation : 210€

18h45-20h : 8 - 12ans

Cotisation : 251 €

★ Théâtre

Mercredi

10h - 11h30 ou 15h - 16h30 : primaire

16h30 - 18h ou 17h - 18h30 : collégiens

Cotisation : 174€

Dès 15 ans

18h30 - 20h

Ou 19h - 20h30

Cotisation : 195€



Orchestre à cordes

Mardis 17h30 - 20h

Cotisation au QF : de 62€ à 285€

Public à partir de 7 ans



parents/enfants



enfants



autres

Activités sportives



Tai chi chuan QI GONG

Mardi
11h - 12h

Cotisation : 162€ - Public adulte

Option : méditation de pleine conscience les 10 dernières séances
10h45 - 11h

Cotisation : forfait 10€

Marche Nordique

Mercredi
17h - 18h30

Cotisation 215€

Public : dès 15 ans

Musculation

Lundi, Mardi et jeudi
17h - 19h

Cotisation : 120€

Public : à partir de 16 ans

Stretching

Lundi
15h - 15h30

Cotisation : 72€

Public adulte

Pilates

Lundi
14h - 15h

Cotisation : 162€ - Public adulte

Cardio Dynamique

Lundi
19h-20h15

Cotisation 162€ - Public : dès 16 ans

Gym d'entretien

Jeudi
8h30 - 9h45
9h50 - 11h05

Cotisation 162€ - Public adulte

Randos Yoga

10 séances
Planning à récupérer au secrétariat
Samedi
14h - 16h

Cotisation annuelle : 108€

Prix à la séance : 12€

Public adulte

Balades Yoga

10 séances
Planning à récupérer au secrétariat
Samedi
10h - 12h

Cotisation annuelle : 108€

Prix à la séance : 12€

Public adulte



Yoga parents – enfants

Mercredi

17h - 17h45

Semaines paires

Cotisation : 103€

Public : enfants de 3 à 6 ans
accompagnés d'un parent



Rollers

1 dimanche par mois

10h - 12h (Saint Clair de la Tour)

Cotisation 82€ - Public : dès 6 ans

Tarif dégressif pour les familles :

2 personnes : 129€ / 3 Personnes : 151€ / 4 Personnes : 172€

Yoga sur chaise

Mercredi

17h45 - 18h45

Cotisation : 162€

Public adulte



Yoga enfants

Mercredi

16h - 17h

Cotisation : 162€

Public de 6 à 12 ans



Multi sports

Lundi

17h45 - 18h45

Cotisation : 162€

Public : de 3 à 6 ans





Activités linguistiques

Espagnol

Mercredi

Apprentissage

17h30 - 18h30 : Groupe 1

Culture

18h30 - 19h30 : Groupe 2

Cotisation : 210€

312€ pour les deux activités

Public : dès 15 ans

Langue des signes

Initiation - Découverte

Mardi

18h-19h30

Cotisation : 120€

Public : dès 14 ans

★ Anglais enfants

Initiation ludique

Jeudi

17h-18h

Cotisation : 150€

Public : enfants de 6 à 11 ans

Anglais

Approfondissement - Discussion

Mardi

18h45 - 19h45 : Groupe 1

19h45 - 20h45 : Groupe 2

Cotisation : 210€

Public : dès 15 ans

Activités éducatives et d'expression

★ Aide aux devoirs *

Lundi
17h30 - 18h30
Public : élèves de l'école primaire
(14 immeuble les Dauphins)

● Création de textes et écriture *

1 vendredi par mois
17h - 19h
Public : enfants de 8 ans
accompagnés d'un adulte

● Ateliers socio-linguistiques

Travail de l'oral et de l'écrit du
quotidien / découverte et
connaissance du territoire
Lundi, mardi, jeudi
14h - 16h (14 immeuble des Dauphins)

● Français langue étrangère

Niveau et préparation DELF A 2
(salle Ninon Vallin - MJC-EVS)
Lundi
14h - 16h

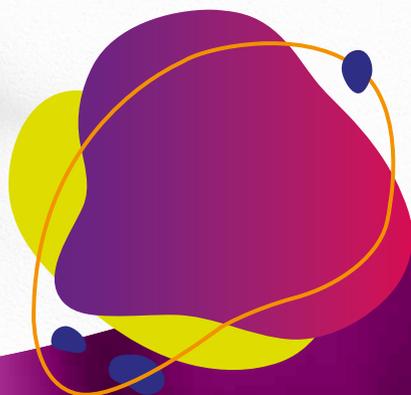
Vendredi
8h30 - 11h

Stages de découvertes

**Tout au long de l'année,
des propositions ponctuelles
ou par cycle seront proposées :**

Self défense, robotique, mosaïque,
magie et bien d'autres...

Renseignements au secrétariat



Temps fort de l'année

Escape Game

Animation incontournable à vivre entre amis ou en famille
À venir

MOI Solidaire

Du 1 novembre au 31 décembre 2024

Mois du film documentaire

Lundi 11 novembre 2024 à 18h15
Cinéma Équinoxe
Soirée proposée par la MJC EVS
Vivre avec les Loups, de Jean-Michel Bertrand (1h25)
Avec son dernier film, Jean-Michel Bertrand nous fait pénétrer dans un univers sauvage et fascinant, où cohabiter avec la nature devient une leçon de vie et de respect pour toutes les formes d'existence.

Café des acteurs

3 rencontres dans l'année
Destiné aux acteurs sociaux et culturels du Territoire

Présentation de la saison du collectif de l'Atre

12 Septembre 2024 - heure à définir

Temps de rencontre et d'échanges

autour du Burkina Faso proposé par l'association Yaka Faso.
Vendredi 13 septembre 2024
à partir de 18h30

Assemblée générale MJC-EVS

Date à venir

Spectacle : Petit prince Slam !

Samedi 7 Décembre 2024
Saint Jean de Soudain
(heure à venir)

MOI Citoyen

Du 01 mars au 31 mars 2025

Printemps des poètes

Du 11 au 27 mars 2025

Semaine de la parentalité et des familles

Du 19 au 24 mai 2025

Fête de tous les habitants

13 et 14 juin 2025
Complexe Équinoxe

Et bien d'autres dates à venir tout au long de la saison :

*Pucier des couturières
Des temps de partage autour du Four
Des fêtes thématiques...*

N'oubliez pas de vous tenir informés !



Nos activités régulières selon les âges

| | -3 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18+ | |
|---|----|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|
| Aide au devoir p.13 | | | | | Orange | Orange | Orange | Orange | Orange | Orange | | | | | | | | |
| Anglais p.12 | | | | | | | | | | | | | | Vert clair | Vert clair | Vert clair | Vert clair | |
| Anglais enfant p.12 | | | | | Vert foncé | | | | | | | | |
| Atelier sociaux linguistique p.13 | | | | | | | | | | | | | | | | | | Vert foncé |
| Balades Yoga p.10 | | | | | | | Vert foncé |
| Cardio dynamique p.10 | | | | | | | | | | | | | | | | Vert clair | Vert clair | |
| Cirque p.9 | | | | Vert foncé | | | | | | |
| Country line dance p.8 | | | | | Vert clair |
| Couture parent/enfant p.9 | | | | | | | Orange |
| Création de texte et écriture p.13 | | | | | | | Vert clair |
| Danse africaine p.8 | | | | | | | | | | | | | | | Vert foncé | Vert foncé | Vert foncé | Vert foncé |
| Danse africaine P/E p.8 | | Vert clair |
| Danse classique p.8 | | | | Vert foncé |
| Dessin - Peinture p.9 | | | | | | Vert clair |
| Peinture huile ou acrylique p.9 | | | | | | | | | | | | | | | | | | Vert foncé |
| Espagnol p.12 | | | | | | | | | | | | | | | Vert foncé | Vert foncé | Vert foncé | Vert foncé |
| Français langue étrangère p.13 | | | | | | | | | | | | | | | | | | Vert clair |
| Gym d'entretien p.10 | | | | | | | | | | | | | | | | | | Orange |
| Langue des signes p.12 | | | | | | | | | | | | | Vert clair |
| Marche nordique p.10 | | | | | | | | | | | | | | | Vert foncé | Vert foncé | Vert foncé | Vert foncé |
| Multi sports p.11 | | Orange | Orange | Orange | Orange | Orange | | | | | | | | | | | | |
| Musculation p.10 | | | | | | | | | | | | | | | | | Vert foncé | Vert foncé |
| Orchestre à cordes p.8 | | | | | Vert clair |
| Peinture acrylique/huile p.9 | | | | | | | | | | | | | | | | | | Orange |
| Pilates p.10 | | | | | | | | | | | | | | | | | | Vert foncé |
| Rando Yoga p.10 | | | | | | | | | | | Vert clair |
| Rollers p.11 | | | | | Vert foncé |
| Stretching p.10 | | | | | | | | | | | | | | | | | | Vert foncé |
| Tai Chi Chuan - Qi Gong p.10 | | | | | | | | | | | | | | | | | | Vert clair |
| Tango argentin p.8 | | | | | | | | | | | | | | | | | | Orange |
| Théâtre p.9 | | | | | Vert foncé |
| Yoga enfant p.11 | | | | | Vert clair | | | | | | | |
| Yoga sur chaise p.11 | | | | | | | | | | | | | | | | | | Vert foncé |
| Yoga parent - enfant p.11 | | Vert foncé | Vert foncé | Vert foncé | Vert foncé | | | | | | | | | | | | | |

Adhésions 6€ :

Moins de 18 ans, stages, lieux d'accueil, activités parents/enfants

Adhésion 15€-17€ ou 20€ (au choix) :

+18 ans pour les activités de loisirs régulières



Espace de vie sociale

Nos partenaires 2024 - 2025

Nous remercions nos partenaires de leur soutien financier et nous vous invitons à leur réserver vos achats. Vous trouverez chez eux le meilleur accueil.



Le verger de Michel
52, montée du Bournay
38630 Veyrins-Thuellin

Boulangier - Pâtissier



Chocolatier - Glacier

Maison Martin
70 Rue René Duchamp,
38110 Saint-Clair-de-la-Tour
Tél : 04 74 97 05 06



**La Banque Populaire
Auvergne Rhône-Alpes**
1, place A. Dubost
38110 La Tour du Pin
Tél : 09 85 98 33 00



Warm - Up
1, rue Vincendon
38110 La Tour du Pin
Tél : 04 74 97 18 26



AMARYLISS
COIFFEUR PROFESSIONNEL
MARIE LORRAUX
Amaryliss
2, place Prunelle
38110 La Tour du Pin
Tél : 04 74 97 81 92



CIT Immobilier
2, place A. Dubost
38110 La Tour du Pin
Tél : 04 74 83 28 10



Boucherie des Alpes
5 rue des Récollets
38110 La Tour du Pin
Tél : 04 74 27 82 05



Etz ISIK Façades

ETS ISIK Façades
18, rue des Récollets
38110 La Tour du Pin
Tél : 04 74 83 12 70



Maison Continuum
2, place de la nation
38110 La Tour du Pin
Tél : 04 74 92 51 88