

SAISON
2025-2026

MJC

Tullins

ESPACE DE VIE SOCIALE



Maison des Jeunes et de la Culture - Espace de Vie Sociale du pays de Tullins
Clos des Chartreux - 38210 Tullins Fures - Tél. 04 76 07 04 78
Courriel : accueil@mjctullins.fr - www.mjctullins.fr

LE MOT DU PRÉSIDENT

Notre MJC, est un espace ouvert à toutes et tous, quel que soit votre âge, votre quartier, et votre désir d'activité.

Ici, chacun peut trouver ce qu'il cherche et souvent, découvrir bien plus encore.

Notre MJC est un lieu d'expérimentation où les rencontres, les essais et les tentatives se transforment en réussites.

Tout au long de l'année, nous vous offrons de multiples occasions de partager des joies, d'inventer de nouveaux chemins et d'explorer de nouvelles perspectives.

Un lieu vivant, dynamique et accueillant, où chacun peut trouver sa place et s'épanouir à travers des activités culturelles, artistiques, sportives et citoyennes

Pour l'année 2025/2026 nous innovons avec deux nouvelles activités chez les adultes et une chez les enfants/ados.

Gilles MONTAGU, Président MJC de Tullins

LE MOT DU MAIRE

La Maison des Jeunes et de la Culture, Espace de Vie Sociale du pays de Tullins est un véritable acteur incontournable de notre commune qui participe activement aux enjeux de solidarité et du vivre ensemble.

La municipalité poursuivra à soutenir ses actions en apportant une aide financière mais également par la mise à disposition de locaux et d'équipements municipaux.

La Ville de Tullins sera toujours un partenaire de la MJC, dans la réalisation de différents projets autour de la jeunesse et de la famille.

Découvrez sur cette plaquette les nombreuses activités de la MJC pour cette nouvelle rentrée 2025 !

Gérald Cantournet, Maire de Tullins

MJC ESPACE DE VIE SOCIALE DE TULLINS

La MJC est une association ouverte à tous, dont les objectifs sont de favoriser l'autonomie et l'épanouissement des personnes, de permettre à tous d'accéder à l'éducation et à la culture afin que chacun participe à la construction d'une société plus solidaire et plus juste. Si prendre son adhésion permet de participer à une activité, c'est aussi adhérer aux valeurs et au projet de l'association. L'équipe reste disponible pour vous accompagner dans la mise en oeuvre d'une idée, d'une envie...

Depuis octobre 2017, la MJC est agréée Espace de Vie Sociale (EVS) par la Caisse d'Allocations Familiales de l'Isère.

Cet agrément est une reconnaissance pour la MJC comme lieu de proximité développant des activités collectives afin de renforcer les liens sociaux et familiaux. L'EVS coordonne des initiatives favorisant le vivre ensemble et la participation des habitants.

La MJC propose tout au long de l'année des actions parentalité et familles, et continue ses activités en direction de tous les publics : les accueils de loisirs enfance et jeunesse, les activités de loisirs pour tous.

L'équipe de professionnels accompagne vos projets tout en mettant au centre la participation de tous.

TARIFS ADHÉSION

Enfant de moins de 18 ans : 10€

Adulte : 16€ / **Famille** : 30€

Demandeurs d'emploi, étudiants, retraités, invalides : 10€

Adhérents des MJC de l'UL : 1€

10€ de remise à partir de la seconde activité par foyer.

COTISATION

Cotisation pour les adultes extérieurs à Tullins :

- + **5€** pour les activités à 60€
- +**15€** pour toutes les autres activités

RÈGLEMENTS ACCEPTÉS

Chèques, CB, carte TATOO, ANCV et CESU (version papier).

La MJC est habilitée à recevoir toutes formes d'aides : CE, VACAF.

Les différents pôles...



PÔLE VIE LOCALE/FAMILLE/PARENTALITÉ

06 95 51 59 02
vielocale@mjctullins.fr

Nous menons des actions pour et avec les familles : ateliers, temps d'échange, conférences, concerts, événements festifs... autant de moments pensés pour créer du lien et accompagner la parentalité.

Ces actions sont conçues pour être inclusives, ouvertes à toutes et tous, en lien avec les habitants et nos partenaires, notamment l'IME de Tullins avec qui nous développons des projets communs.

Des idées, des envies ? Venez nous rencontrer ! Ensemble, on construit une vie locale riche et partagée.



PÔLE JEUNESSE

06 61 82 54 95
jeunesse@mjctullins.fr

Le pôle jeunesse offre aux jeunes, dès le collège jusqu'à leur 17 ans, un local jeune, des activités et des séjours pendant les vacances.

Un lieu d'accueil où chacun peut s'exprimer, participer et créer de nombreux projets.

Il complète son rôle éducatif en accompagnant les jeunes dans leur scolarité. Nous aidons les jeunes à renforcer leurs acquis et à préparer leur avenir sereinement.

Envie de t'impliquer et de t'amuser ?
Rejoins-nous et viens découvrir l'Espace Jeunes !



PÔLE ENFANCE

06 84 80 00 84
enfance@mjctullins.fr

Le pôle enfance accueille les enfants de 2 à 11 ans (scolarisés) dans un espace bienveillant et stimulant. Le centre de loisirs est ouvert les mercredis en période scolaire en journée (avec repas et goûter de 8h à 18h30) et pendant les vacances scolaires en journée et en semaine complète avec possibilité d'enlever le mercredi (8h à 18h30).

Notre équipe dévouée veille à créer un environnement sûr où chaque enfant peut grandir, s'amuser et s'épanouir.

LANGUES & CULTURES

ANGLAIS - Sylvie PIANFETTI

LUNDI	16H30 - 18H	Intermédiaires	Grande Salle - 2ème étage	Adultes	195€
LUNDI	18H - 19H30	Confirmés (conversation)	Grande Salle - 2ème étage	Adultes	195€

APPRENTISSAGE DE LA LANGUE FRANÇAISE - Carole BOULAY

MARDI	14H - 16H	Tous niveaux	Salle d'art plastique - 2ème étage	Ados / Adultes	Adhésion
JEUDI	14H - 16H	Tous niveaux	Salle d'art plastique - 2ème étage	Ados / Adultes	Adhésion

NEW

ITALIEN - Viviane ZIPPELLI

LUNDI	10H - 12H	Débutants	Taverne - 3ème étage	Ados / Adultes	60€
-------	-----------	-----------	----------------------	----------------	-----

DANSES

COUNTRY - Mathilde LIOTARD

MARDI	18H35 - 19H35	Débutants	Grande salle - 2ème étage	Ados / Adultes	1H = 111€ / 2H = 180€
MERCREDI	19H - 20H	Intermédiaires / Avancés	Grande salle - 2ème étage	Ados / Adultes	3H = 232€ / 4H = 272€

LINE DANCE - Mathilde LIOTARD

MARDI	19H35 - 20H35	Débutants	Grande salle - 2ème étage	Ados / Adultes	1H = 111€ / 2H = 180€
MERCREDI	20H - 21H	Intermédiaires / Avancés	Grande salle - 2ème étage	Ados / Adultes	3H = 232€ / 4H = 272€

LINE DANCE - Mathilde LIOTARD

MARDI	20H35 - 21H05	Révisions/démos	Grande salle - 2ème étage	Ados / Adultes	1H = 111€ / 2H = 180€ 3H = 232€ / 4H = 272€
-------	---------------	-----------------	---------------------------	----------------	--

DANSE ORIENTALE - NOURIA-LOR

MERCREDI	19H50 - 20H50	Débutants / Initiés	Salle de gym - 3ème étage	Ados / Adultes	190€
----------	---------------	---------------------	---------------------------	----------------	------

DANSES LOISIRS : Rock, Chacha et autres - Agnés VACHON

VENDREDI	20H30 - 22H	Confirmés	Grande salle - 2ème étage	Ados / Adultes	60€ Gratuit pour les adhérents Salsa
----------	-------------	-----------	---------------------------	----------------	---

HEELS DANCE (DANSE EN TALONS) - NOURIA-LOR

MERCREDI	18H45 - 19H45	Tous niveaux	Salle de gym - 3ème étage	Ados / Adultes	190€
----------	---------------	--------------	---------------------------	----------------	------

SALSA - École de danse Sonia GARRIC

VENDREDI	19H30 - 20H30	Intermédiaires	Salle de gym - 3ème étage	Ados / Adultes	190€
VENDREDI	20H30 - 21H30	Débutants	Salle de gym - 3ème étage	Ados / Adultes	190€

LOISIRS

RADIO CLUB - Michel PIRAT & Jacques VATIN SOULIER

MARDI	14H - 18H	Tous niveaux	3ème étage	Ados / Adultes	60€
VENDREDI	20H30 - 24H	Tous niveaux	3ème étage	Ados / Adultes	
SAMEDI	14H - 17H	Tous niveaux	3ème étage	Ados / Adultes	

RÉSEAU FERROVIAIRE - Claude PORTA-CARRIL

VENDREDI	18H - 21H	Tous niveaux	3ème étage	Adultes	60€
SAMEDI	15H - 17H	Tous niveaux	3ème étage	Adultes	

BATUCADA - Craig LEES

JEUDI	18H - 20H	Tous niveaux	Grande salle - 2ème étage	Ados / Adultes	180€
-------	-----------	--------------	---------------------------	----------------	------

ARTS CRÉATIFS

PEINTURE SUR SOIE - Colette CONNESSON

MARDI	14H - 17H	Tous niveaux	Centre de loisirs	Adultes	60€
-------	-----------	--------------	-------------------	---------	-----

CRÉATION TEXTILES & PATCHWORK - Collectif de bénévoles

LUNDI	14H - 17H	Tous niveaux	Centre de loisirs	Adultes	60€
-------	-----------	--------------	-------------------	---------	-----

ENCADREMENT D'ART - Élise RIOUX

VENDREDI 12/09 - 26/09 - 03/10 - 17/10 - 07/11 - 21/11 05/12 - 19/12 - 09/01 - 23/01 - 27/02 - 13/03 - 27/03 - 24/04 - 29/05	9H - 12H30 (Demi-journées)	Tous niveaux	Centre de loisirs	Adultes	50€ pour 2 matinées 231€ pour 15 demis/journées
VENDREDI 12/09 - 26/09 - 03/10 - 17/10 - 07/11 - 21/11 05/12 - 19/12 - 09/01 - 23/01 - 27/02 - 13/03 - 27/03 - 24/04 - 29/05	13H30 - 17H (Demi-journées)	Débutants	Centre de loisirs	Adultes	50€ pour 2 après-midi 231€ pour 15 demis/journées
VENDREDI 19/09 - 10/10 - 14/11 - 12/12 - 16/01 06/02 - 06/03 - 03/04 - 22/05	9H - 16H30 (Journées complètes)	Tous niveaux	Centre de loisirs	Adultes	257€ les 9 journées
VENDREDI 12/09 - 17/10 - 21/11 - 19/12 - 23/01 27/02 - 27/03 - 24/04	9H - 12H30 (Demi-journées)	Tous niveaux	Centre de loisirs	Adultes	116€ les 8 matinées

DESSIN & PEINTURE - Aurélie CARLETON

MARDI	18H30 - 20H30	Débutants / Confirmés	Salle d'art plastique	Adultes	285€
MERCREDI	18H30 - 20H30	Débutants / Confirmés	Salle d'art plastique	Adultes	285€

COUTURE - Nelly DUMONT (Perle de Couture)

LUNDI	14H - 16H30	Tous niveaux	Grande salle - 2ème étage	Adultes	385€
-------	-------------	--------------	---------------------------	---------	------

SPORTS

ESCALADE - Pierre COSSON

VENDREDI	20H30 - 22H	Tous niveaux	Gymnase Mauduit	Ados / Adultes	203€
----------	-------------	--------------	-----------------	----------------	------

FIT'WORK (GYM ENTRETIEN) - Véronique MONTERO

JEUDI	9H30- 11H	Tous niveaux	Salle de gym - 3ème étage	Ados / Adultes	215€
-------	-----------	--------------	---------------------------	----------------	------

NEW

FUTSAL - Farouk BOULAÏD

DIMANCHE	18H30	Tous niveaux	Gymnase MAUDUIT	Ados / Adultes	60€
----------	-------	--------------	-----------------	----------------	-----

ZUMBA - Sandra GIRARD

JEUDI	20H - 20H50	Tous niveaux	Salle de gym - 3ème étage	Ados / Adultes	180€
-------	-------------	--------------	---------------------------	----------------	------

GYM TONIQUE OU RENFORCEMENT MUSCULAIRE - Patricia FINET

MARDI	10H15 - 11H15	Tous niveaux	Grande salle - 2ème étage	Adultes	190€
-------	---------------	--------------	---------------------------	---------	------

BIEN-ÊTRE

DO IN - Séverine GAILLARD

JEUDI	9H - 10H	Tous niveaux	Grande salle - 2ème étage	Adultes	190€
-------	----------	--------------	---------------------------	---------	------

JEUDI	10H - 11H	Tous niveaux	Grande salle - 2ème étage	Séniors	190€
-------	-----------	--------------	---------------------------	---------	------

PILATES - Sandra GIRARD

LUNDI	12H - 12H45	Débutants	Salle de gym - 3ème étage	Adultes	180€
-------	-------------	-----------	---------------------------	---------	------

LUNDI	13H - 13H45	Intermédiaires	Salle de gym - 3ème étage	Adultes	180€
-------	-------------	----------------	---------------------------	---------	------

JEUDI	18H - 18H45	Intermédiaires	Salle de gym - 3ème étage	Adultes	180€
-------	-------------	----------------	---------------------------	---------	------

JEUDI	19H - 19H45	Débutants	Salle de gym - 3ème étage	Adultes	180€
-------	-------------	-----------	---------------------------	---------	------

QI GONG - Patricia TRAPANZ

JEUDI	20H - 21H15	Tous niveaux	Grande salle - 2ème étage	Adultes	170€
-------	-------------	--------------	---------------------------	---------	------

VENDREDI	9H15 - 10H30	Tous niveaux	Salle de gym - 3ème étage	Adultes	170€
----------	--------------	--------------	---------------------------	---------	------

YOGA - Anne LAVINET

LUNDI	18H30 - 19H30	Tous niveaux	Salle de gym - 3ème étage	Adultes	200€
-------	---------------	--------------	---------------------------	---------	------

LUNDI	19H45 - 20H45	Tous niveaux	Salle de gym - 3ème étage	Adultes	200€
-------	---------------	--------------	---------------------------	---------	------

MARDI	9H - 10H	Tous niveaux	Salle de gym - 3ème étage	Adultes	200€
-------	----------	--------------	---------------------------	---------	------

MARDI	10H15 - 11H15	Tous niveaux	Salle de gym - 3ème étage	Adultes	200€
-------	---------------	--------------	---------------------------	---------	------

SOPHROLOGIE - Séverine GAILLARD

LUNDI	9H - 10H	Tous niveaux	Centre de loisirs salle de sieste	Adultes	190€
-------	----------	--------------	-----------------------------------	---------	------

LUNDI	18H30 - 19H30	Tous niveaux	Centre de loisirs salle de sieste	Adultes	190€
-------	---------------	--------------	-----------------------------------	---------	------

ÉVEIL RENFORT & SOUPLESSE MUSCULAIRE - Joël DOQUET

MERCREDI	18H - 19H	Tous niveaux	Salle - 3ème étage à droite	Adultes	170€
----------	-----------	--------------	-----------------------------	---------	------

MERCREDI	19H - 20H	Tous niveaux	Salle - 3ème étage à droite	Adultes	170€
----------	-----------	--------------	-----------------------------	---------	------

GYM SUR CHAISE - Joël DOQUET

LUNDI	9H30 - 10H30	Tous niveaux	Grande salle - 2ème étage	Adultes	170€
-------	--------------	--------------	---------------------------	---------	------

Activités régulières - Enfants/Ados

ACCOMPAGNEMENT A LA SCOLARITE (CLAS)

MARDI	17H15 - 18H45	CM2, 6ème et 5ème	Centre de loisirs	Collégiens / Lycéens	10€ + adh
JEUDI	17H15 - 18H45	4ème et 3ème	Centre de loisirs	Collégiens / Lycéens	10€ + adh
SAMEDI	10H30 - 12H	Tous niveaux	Centre de loisirs	Collégiens / Lycéens	10€ + adh

DESSIN & PEINTURE - Aurélie CARLETON

LUNDI	17H30 - 18H30	Tous niveaux	Salle d'art plastique	7 / 17 ans	118 à 183€
LUNDI	18H45 - 19H45	Tous niveaux	Salle d'art plastique	7 / 17 ans	118 à 183€

ESCALADE - Pierre COSSON

JEUDI	17H - 18H	Tous niveaux	Gym. Maudit	À partir de 6 ans	141€ à 213€
JEUDI	18H - 19H	Tous niveaux	Gym. Maudit	À partir de 6 ans	141€ à 213€
JEUDI	19H - 20H	Tous niveaux	Gym. Maudit	9 / 11 ans	141€ à 213€
VENDREDI	17h30 - 18H30	Tous niveaux	Gym. Maudit	À partir de 6 ans	141€ à 213€
VENDREDI	18h30 - 19H30	Tous niveaux	Gym. Maudit	9 / 11 ans	141€ à 213€
VENDREDI	19h30 - 20H30	Expérimentés	Gym. Maudit	10 / 14 ans	141€ à 213€

TAEKWONDO - Nicolas PINELLI

MERCREDI	10H - 11H	Tous niveaux	Salle de gym - 3ème étage	5 / 7 ans	111€ à 172€
MERCREDI	11H - 12H	Tous niveaux	Salle de gym - 3ème étage	8 / 11 ans	111€ à 172€

NEW

PEINTURE SUR SOIE INCLUSIVE en partenariat avec l'IME - Colette CONNESSON

VENDREDI	10H - 12H	Tous niveaux	Salle d'art plastique	À partir de 11 ans	60€
----------	-----------	--------------	-----------------------	--------------------	-----

La MJC vous invite à rencontrer l'équipe et découvrir les activités de l'année 2025/2026

Forum des associations : **6 septembre 2025 de 13h à 17h au stade Jean Valois**

Semaine d'essai des activités régulières : **du 8 au 12 septembre 2025**

Créneau supplémentaire pour les inscriptions aux activités : **13 septembre 2025 de 9h à 13h à la MJC**

Contact

INFORMATIONS



Adresse

Bat la Pléiade, Clos des Chartreux,
38210 Tullins



Téléphone

04 76 07 04 78



Horaires d'ouverture

- Lundi / Vendredi
14H - 17H
- Mardi
14H - 18H
- Mercredi / Jeudi
9H - 11H / 14H - 18H



Inscriptions & renseignements

accueil@mjctullins.fr



Site internet

<https://mjctullins.fr>



Facebook

@MJCEVSTULLINS



GARAGE BABOULIN

■ Vente véhicules neufs et occasions
■ Réparations toutes marques
■ Carrosserie

Route de St-Quentin
38210 TULLINS
Tél. 04 76 07 02 74

LE COCO BONGO
SANDWICHÉRIE

KEBAB TACOS BURGER SANDWICH

0617 75 31 20

Ouvert Midi et Soir
7/7 DE 11H30 à 14h et de 18h à 22h
15 RUE GÉNÉRAL DE GAULLE 38210, TULLINS

Fermé Vendredi et Dimanche Midi

ENZO BORGES
Gérant

04 76 07 03 03
garageaurici@wanadoo.fr

CITROËN

SARL MAURICI
67 BLD MICHEL PERRET
38210 TULLINS

La Vie Claire
LA BIO CLAIREMENT ENGAGÉE

RETROUVEZ VOTRE MAGASIN BIO

Avenue de Saint-Quentin
38210 Tullins

Tél : 04 76 37 09 88
Du lundi au samedi : 9h - 19h
Parking de Carrefour Market

PRODUITS LOCAUX
FRUITS & LÉGUMES
PRODUITS FRAIS
ÉPICERIE SALES & SUCRÉ
VRAC
PAIN CUIT SUR PLACE
BIEN-ÊTRE & BEAUTÉ
COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES

cavivan
(du vin)

VINAY 04 76 64 35 60
TULLINS 04 76 65 01 75

Concept 6
COMMUNICATION

Création - Impression - Web

www.concept6com.fr

Aux 4 coins
de la crêpe

Carrefour market

TULLINS

Route de Saint-Michel-Perret-sur-Isère
04 76 07 07 69

provencia
Savourez nos terroirs

LE PLUS GRAND CHOIX DE
PRODUITS LOCAUX
DEPUIS 1963

TULLINS

ASSOCIATIONS FAMILIALES