

Le programme de l'automne 2026

SORTIES

SOIRÉES JEUX

ATELIERS

SPECTACLES

Toutes les animations sont ouvertes à tous !

Sortie loisirs : découverte de l'étang de Gôle, un Espace Naturel Sensible

Samedi 3 octobre

RDV à 13h à la MJC-EVS, départ en minibus - Retour vers 17h



Accompagnés d'une animatrice nature, partons à la découverte de cet extraordinaire refuge pour la biodiversité.

Au programme : découverte du site et pêche pédagogique à la mare (pêche à l'épuisette, observation dans des bacs et identification, approche de la biologie des espèces, des comportements, du rôle de chacune de ces espèces).

Gratuit Sur inscription

Chant pour tous

Mardi 6 octobre & Mardi 1er décembre

Vous aimez chanter, taper des mains, claquer des doigts, rencontrer, partager, créer... dans la bonne humeur et la bienveillance ?

Alors, *le chant pour tous est fait pour vous !*

MJC-EVS - Les Abrets en Dauphiné



Entrée libre

De 20h à 22h

« Sur le chemin du conte »

Atelier d'initiation au racontage

Vendredi 9 octobre

Vous ne savez pas raconter les contes favoris de vos enfants ou petits-enfants ?

Un conteur vient vous donner des clés pour structurer vos récits, gagner en confiance et expérimenter de nouvelles techniques. De quoi captiver votre audience de manière simple et efficace !



De 14h à 16h

5 € / adulte
Sur inscription

Médiathèque des Abrets en Dauphiné - 109 rue Jean Jannin

Ateliers « Bienvenue à la retraite ! »

Les jeudis du 5 au 26 novembre



Futur ou jeune retraité.e, profitez d'un atelier offert par la carsat pour vivre une retraite sereine et active.

Au programme : démarches administratives, envies, projets, aider un proche au quotidien, prendre soin de soi, veiller à son équilibre, etc.

De 9h30 à 12h

Gratuit / Sur inscription

L'instant jeux, pour tous !

Mardi 13 octobre : Valencogne

Mardi 24 novembre : Pressins (ancienne cantine)

Mardi 15 décembre : Fitolieu (école Carre-Pierrat)

Entrée libre

De 16h30 à 18h30

Avec les ludothèques des VDD et du centre social des Avenières



Atelier parent / enfant « Jouer en anglais »

Mercredi 21 octobre

Pour tous ceux qui voudraient aider leurs enfants en anglais, mais n'ont pas de prof sous la main : en binôme, découvrez comment de simples jeux peuvent tout changer !

MJC-EVS - Les Abrets en Dauphiné - Salle : L'appart



A partir de 7 ans

De 10h à 11h30 3 € / personne, sur inscription

Atelier parent / enfant « Pâtisserie »

Mercredi 18 novembre

En binôme avec votre enfant, vous allez réaliser des tartelettes aux noix caramélisées, sous la supervision du chef pâtissier Sébastien Josserand des « Secrets de la recette »

MJC-EVS - Les Abrets en Dauphiné. Salle : " L'appart "



A partir de 7 ans

De 9h30 à 12h

5 € / personne, sur inscription

Atelier Parent / Enfant « Percu »

Samedi 5 décembre

Un atelier ludique et rigolo pour découvrir, avec votre enfant, le rythme et les sons des différents instruments de musique à percussions.

MJC-EVS - Les Abrets en Dauphiné. Salle : " L'appart "



A partir de 5 ans

De 10h à 11h30

3 € / personne, sur inscription

Sortie Loisirs au Musée du Tisserand Dauphinois

La Bâtie-Montgascon

Mercredi 9 décembre

Une visite guidée, vivante et immersive pour comprendre, observer et s'émerveiller devant l'ingéniosité des machines et le savoir-faire textile !

Rendez-vous devant le musée à 13h50 ou à 13h35 devant la MJC pour un covoiturage



De 14h à 16h

3 € / adulte (enfants gratuit), sur inscription

Renseignements et inscriptions :

165 Rue Jules Ferry, 38490 Les Abrets-en-Dauphiné
07.84.67.44.33 - famille@mjcabrets.org

