



ESPACES
DE TRANSFORMATION



SAISON
2026-2027



ÉCOUTER

Une saison à la
MJC Pop Corn
pour

“ À VOIX LEVÉES ”



S'EXPRIMER



DÉBATTRE

Faire entendre les voix
du **bien vivre ensemble**,
de la **démocratie**
et du **pouvoir d'agir**.



CRÉER

ET VOUS, QUELLE VOIX VOULEZ-VOUS PORTER ?

66 UNE SAISON POUR FAIRE ENTENDRE LES VOIX

COMMENT CE FIL ROUGE VA VIVRE DANS LA PROGRAMMATION



PROGRAMMATION CULTURELLE

Des spectacles, concerts, ciné-rencontres, expositions et propositions artistiques qui questionnent le monde, célèbrent les différences, cultivent le vivre ensemble et donnent à entendre d'autres récits.



RENCONTRES & DÉBATS

Des temps pour comprendre, échanger, décrypter et exercer son esprit critique à travers les enjeux de notre époque.



ATELIERS PARTICIPATIFS

Des espaces pour expérimenter, créer, partager ses idées et contribuer à des projets collectifs à travers une démarche artistique.



VIE ASSOCIATIVE & POUVOIR D'AGIR

Parce que l'éducation populaire commence par la participation de chacun et chacune.

TOUTE LA PROGRAMMATION 2026-2027 S'INSCRIT DANS LA VOLONTÉ DE FAIRE VIVRE UNE CULTURE ACCESSIBLE, PARTAGÉE ET ÉMANCIPATRICE.

CE FIL ROUGE TRAVERSE L'ENSEMBLE DU PROJET ASSOCIATIF :

Education populaire, pouvoir d'agir, écologie, expérimentation et vivre ensemble.



LE MOT DE LA PRÉSIDENTE

Bonjour à toutes et tous,

Et voici la plaquette 2026-2027 de la MJC Pop Corn !

Une nouvelle plaquette, c'est toujours un moment particulier dans la vie d'une MJC. En effet, ce programme que vous avez entre les mains est l'aboutissement d'un travail collectif mené par l'ensemble de l'équipe salariée et bénévole du CA. Réflexion, recherche, coordination des activités et mise en page ont mobilisé de nombreuses heures de travail afin de vous proposer ce programme.

Et c'est notre premier lien avec vous.

Cette plaquette présente les nombreuses activités régulières proposées par la MJC... mais pas que ! Comme vous avez pu le voir dès les premières pages, elle est aussi l'occasion d'affirmer notre fil rouge pour les 2 ans à venir :

"A voix levées"

Parce que nos modes de vie favorisent le repli sur soi et l'isolement.

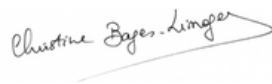
Parce que les discours de haine, de division, de repli identitaire et les attaques contre les institutions démocratiques gagnent du terrain.

Et parce que nous croyons que la personne humaine est au cœur des solutions.

La MJC Pop Corn souhaite porter haut les voix du bien vivre ensemble, de la démocratie et du pouvoir d'agir.

Très belle découverte !

Christine Bages-Limoges, Présidente de la MJC



LA MJC POP CORN EST AFFILIÉE AU RÉSEAU R2AS



La MJC Pop Corn est adhérente au réseau des MJC du Rhône, de l'Ain et de la Saône (R2AS) qui regroupe 45 Maisons dont 5 dans le département de l'Ain. Ce réseau fait partie de MJC de France.

R2AS propose un appui à la gestion associative, des outils communs, des rencontres entre professionnel·les, des formations etc.. Il valorise, défend, représente toute la richesse de l'action des MJC.

Venez fêter les 10 ans du réseau avec nous le 10 octobre 2026 ! Plus d'informations sur www.r2as.org

AGENDA CULTUREL



[RENCONTRE PRO] DÉPLACER LES MOTS, DÉPLACER LA DANSE

Vendredi 18 septembre de 9h30 à 18h

EN PARTENARIAT AVEC LE CENTRE NATIONAL DE LA DANSE À LYON ET LA CIE PASSAROS, DANS LE CADRE DU FESTIVAL T'EN VEUX EN CORPS ? #13

Une journée de rencontres, de pratiques et d'échanges pour questionner les normes et explorer des pistes concrètes afin d'offrir une place à tous les corps dans la danse.

Avec Adam Benjamin, Christian Panouillot, Lila Derridj et les artistes du groupe Mâ 間

Gratuit sur inscription www.passaros.fr

DANS LE CADRE DES SEMAINES D'INFORMATION SUR LA SANTE MENTALE

DU 5 AU 17 OCTOBRE 2026



[CONFÉRENCE D'ANSEÉ] LA TRACE D'UNE HISTOIRE Mercredi 7 octobre à 18h30

ORGANISÉE PAR L'ASSOCIATION PSYCHOTRAUMATISME ET RÉSILIENCE
EN PARTENARIAT AVEC LA TANNERIE

Amanda Bouilloux et Elodie Morard vous invitent à explorer les liens entre création artistique et réparation psychique à travers la danse et les mots.

À partir de 12 ans. Gratuit, inscription recommandée [durée 1h30]

[VISITE EN MODE CONFÉRENCE] QUAND L'ART NOUS FAIT DU BIEN Mercredi 14 octobre à 18h30

DANS LE CADRE DU DISPOSITIF MICRO-FOLIE

Découvrez des œuvres du Musée Numérique et échangez autour de la manière dont l'art peut contribuer à notre bien-être et à notre santé mentale.

Tout public. Gratuit sur inscription [durée 1h30]

[RENCONTRE LITTLE CAFÉ ART & SANTÉ MENTALE] COMMENT L'ART TISSE DU LIEN, CRÉE DES ESPACES D'EXPRESSION ET NOURRIT NOTRE BIEN-ÊTRE Jeudi 5 octobre à 18h30

EN PARTENARIAT AVEC L'AGLCA DANS LE CADRE DU DISPOSITIF MICRO-FOLIE

Parce que les arts peuvent être des espaces d'expression, de créativité et de lien, venez échanger avec des professionnel·les, intervenant·es du monde culturel et partager un moment convivial autour d'un verre.

Entrée libre & gratuite [durée 1h30]



[SCÈNE OUVERTE] OUVREZ GRAND VOS ZOREILLES Vendredis 2 octobre, 27 novembre, 26 février & 30 avril à 20h30

EN PARTENARIAT AVEC L'ASSOCIATION OUVREZ GRAND VOS ZOREILLES

Musicien·nes, comédien·nes et autres créatif·ves de tous horizons, venez partager un moment unique avec le public sur un thème défini à l'avance. Que vous soyez amateur·rice ou confirmé·e, la grande scène de la MJC vous attend ! Inscription sur www.ogvz.fr

Prix & entrée libre



[SOIRÉE, PROJECTIONS & ATELIERS] FESTIVAL DU FILM D'ANIMATION POUR LA JEUNESSE

Du 17 au 22 octobre

EN PARTENARIAT AVEC LE FESTIVAL DU FILM D'ANIMATION POUR LA JEUNESSE DE BOURG-EN-BRESSE

Soirée d'ouverture, projections de films, ateliers... Et bien d'autres animations à découvrir sur www.festivalbourg.com



[ATELIERS] ATELIER PHOTOS DANS LE CADRE DU FESTIVAL DES DROITS DE L'ENFANT Jeudi 22 octobre de 14h à 15h30 & Vendredi 23 octobre de 14h à 16h

DANS LE CADRE DU FESTIVAL DES DROITS DE L'ENFANT PORTÉ PAR LES FRANÇAIS
EN PARTENARIAT AVEC LE CENTRE SOCIOCULTUREL DE LA GRANDE REYSSOUE AVEC LE PHOTOGRAPHE KEAT TUNIER

Exprimez un droit de l'enfant en image ! Les participant·es réaliseront une photographie illustrant le droit de leur choix. Les œuvres seront exposées le 21 novembre lors de la "Rue aux Enfants".

Pour les 8-12 ans. Gratuit, sur inscription (présence obligatoire sur les deux jours)



[TABLE RONDE] LE MONDE DU JAZZ S'OUVRE-T-IL (ENFIN) AUX FEMMES ? Vendredi 20 novembre à 18h30

EN PRÉSENCE DE MARIE BUSCATTO, PROFESSEUR·E EN SOCIOLOGIE, MELISSA ACCHIARDI, MUSICIENNE-COMPOSITRICE
ET D'AUTRES INTERVENANTES

EN PARTENARIAT AVEC LA TANNERIE ET EN LIEN AVEC LA FÉDÉRATION GRANDS FORMATS ET LA SCÈNE NATIONALE DE BOURG-EN-BRESSE

Une table-ronde autour de la question du féminisme dans le Jazz proposée dans le cadre de "Grand format Jazz" qui accueille de nombreux rendez-vous sur Bourg en Bresse du 17 au 20 novembre.

Entrée libre & gratuite [durée 2h]



[EXPOSITION, MÉDIATION & JEUX] REGARDS D'ENFANTS

Samedi 21 novembre de 13h30 à 16h, rue
Dr Duby à Bourg-en-Bresse

DANS LE CADRE DU FESTIVAL DES DROITS DE L'ENFANT PORTÉ PAR
LES FRANÇAIS, EN PARTENARIAT AVEC LE CENTRE SOCIOCULTUREL DE
LA GRANDE REYSSOUE ET LE PHOTOGRAPHE KEAT TUNIER

Retrouvez l'exposition des photographies réalisées par les enfants lors des ateliers d'octobre à l'occasion de "La Rue aux Enfants". Profitez d'une visite de l'exposition et d'une médiation ludique à l'aide d'un carnet de jeux pour découvrir les droits de l'enfant en s'amusant.

Entrée libre & gratuite

LA VOIX DES SANS VOIX



[EXPOSITION]

"GAZA : JOURNALISTES EN LIGNE DE MIRE" & "AU-DELÀ DU CIEL ET DE LA MER" DE ISMAIL ABU HATAB

Du 9 novembre au 19 décembre

EN PARTENARIAT AVEC CCFD-TERRA SOLIDAIRE
DANS LE CADRE DE FESTISOL

"Gaza : journalistes en ligne de mire" des photographies prises par des journalistes palestiniens, documentant les dures conditions de vie de la population Gazaouie, ainsi que les risques pris par les journalistes pour faire entendre la voix des Palestiniens, souvent ignorée. Entre octobre 2023 et jusqu'à fin mars 2025, plus de 200 journalistes et travailleurs-ses médias ont été tués-e par l'armée israélienne.

"Au-delà du ciel et de la mer", des photographies d'Ismail Abu Hatab montrant la réalité des personnes déplacées sur les côtes de Gaza, confrontées aux difficultés d'un environnement marqué par la guerre.

Médiation autour de l'exposition :

Mercredi 25 novembre de 17h30 à 19h30.

Vernissage le Jeudi 12 novembre à 18h suivi de la séance spéciale "Journalistes en ligne de mire".

Entrée libre & gratuite

[SÉANCE SPÉCIALE]

"JOURNALISTES EN LIGNE DE MIRE" DE SHROU AILA

Jeudi 12 novembre à 20h

EN PARTENARIAT AVEC CCFD-TERRA SOLIDAIRE
DANS LE CADRE DE FESTISOL ET DU DISPOSITIF PASSEURS D'IMAGES

Ce documentaire met en lumière le témoignage de quatre journalistes de Gaza et raconte leur travail essentiel d'information, malgré les destructions massives, les massacres, les déplacements forcés, l'extrême difficulté d'accès aux besoins vitaux, leurs drames personnels et le danger de mort permanent.

Cette soirée s'inscrit dans le prolongement du vernissage de la double exposition présentée.

Entrée libre & gratuite [durée projection et échanges = 1h30]



[CINÉ RENCONTRE]

"HISTOIRE D'UN REGARD" EN PRÉSENCE DE LA RÉALISATRICE MARIANA OTERO

Mercredi 25 novembre à 20h

Représentation scolaire le 25 novembre à 9h30

EN PARTENARIAT AVEC LE RÉSEAU DE LECTURE PUBLIQUE DANS LE CADRE DU BICENTENAIRE DE LA PHOTOGRAPHIE, DU MOIS DU FILM DOCUMENTAIRE ET DU DISPOSITIF PASSEURS D'IMAGES

Disparu au Cambodge en 1970 à l'âge de 30 ans, le photojournaliste Gilles Caron a couvert en six ans les grands bouleversements de son époque, de Mai 68 au Vietnam. À travers les 100 000 clichés qu'il a laissés, la réalisatrice Mariana Otero retrace son parcours et explore la singularité de son regard. La projection sera suivie d'un échange avec la réalisatrice.

Entrée libre & gratuite [durée projection et échanges = 2h30]



[SPECTACLE JEUNE PUBLIC DÈS 3 ANS]

MANÈGE MANÈGE

Mercredi 9 décembre à 15h

Représentations scolaires le 8 et 10 décembre

DE LA CIE C'EST ÇA QUI EST ÇA

Un spectacle musical qui explore avec douceur et poésie les grandes et petites histoires de la vie : les histoires d'amour, d'amitié, les émotions qui nous traversent, celles qui réchauffent comme celles qui refroidissent... Avec toujours cette idée qu'à deux, c'est plus facile de traverser les tempêtes comme les joies.

Tarif Mini 7€ | Tarif Equilibre 9€ | Tarif Solidaire 12€ [durée 35 min]



[PROJECTION]

OPÉRA "PLATÉE"

Vendredi 11 décembre à 20h

EN PARTENARIAT AVEC LA VILLETTE ET L'OPÉRA NATIONAL DE PARIS
DANS LE CADRE DU DISPOSITIF MICRO-FOLIE

Fleuron de l'opéra baroque français, Platée se range parmi les ballets bouffons. Dans cet opéra composé à l'occasion du mariage du Dauphin Louis, fils de Louis XIV, et de l'infante Maria Teresa d'Espagne, réputée disgracieuse, Jean-Philippe Rameau fait de l'ironie l'arme maîtresse de sa partition.

Gratuit sur inscription [durée 3h sans entracte]



[ATELIER]

APÉRO - DÉCRYPTAGE DES PROGRAMMES ÉLECTORAUX

Jeudi 21 janvier à 18h30

Entre promesses, slogans et grandes idées, pas toujours facile de faire le tri ! La MJC propose un apéro décryptage de programmes électoraux pour décoder les propositions, et les idées avancées par les candidats. Pas besoin d'être expert-e en politique bien au contraire : venez avec vos questions, vos doutes et la volonté de comprendre le monde pour mieux l'appréhender et voter en conscience.

Gratuit, sur inscription [durée 1h30]



[SORTIE DE RÉSIDENCE]

RACINES CROISÉES

Samedi 23 janvier à 15h

PROJET PORTÉ PAR LA CIE ZERO UN PRODUCTION
EN PARTENARIAT AVEC LA VILLE DE JOURD'EN-BRESSE ET
L'INSTITUT FRANÇAIS DE MÈKNES AU MAROC
UNE PIÈCE CHORÉGRAPHIQUE DE WASSIM BERRISS

Six artistes français-es et marocain-es explorent le dialogue entre deux rives. Danse hip-hop et gestes traditionnels se mêlent, portés par une bande son originale.

Une représentation pour les professionnels aura lieu le vendredi 22 janvier à 14h, vous êtes intéressés-e ? Contactez-nous !

Prix libre, sur inscription [durée 50 min]

**CETTE PROGRAMMATION ÉVOLUE
TOUT AU LONG DE LA SAISON !**



**[RENCONTRE]
JOURNÉE DES MUSIQUES ACTUELLES**

Vendredi 5 février de 9h30 à 18h

EN PARTENARIAT AVEC LE COLLECTIF TREMÀ (TERRITOIRE DE RESSOURCES ET D'ÉCHANGES DES MUSIQUES ACTUELLES)

Journée de lancement du collectif TREMÀ réunissant des acteur·rices de la filière musicale : stands, ateliers thématiques dédiés aux artistes, technicien·nes et professionnel·les, conférence et table ronde.

Entrée libre & gratuite



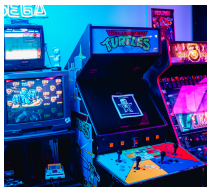
**[TABLE RONDE]
L'INFORMATION SOUS INFLUENCE :
COMMENT LA CONCENTRATION DES
MÉDIAS PÈSE SUR NOS CHOIX
DÉMOCRATIQUES ?**

Jeudi 11 février à 18h30

AVEC THONG-KAY LAURENT ENSEIGNANT-CHERCHEUR, ELODIE GADILLET DIRECTRICE DE RADIO B ET UN·E INTERVENANT·E DE L'ACRIMED

En France, la concentration des médias par quelques industriels fait peser le risque d'une uniformisation de l'information. Comment préserver le débat démocratique ? Les intervenant·es apportent leurs clés de compréhension pour éclairer ce défi du pluralisme.

Prix libre sur inscription [durée 2h]



**[ANIMATIONS]
LA FÊTE DU JEU**

Samedi 13 février à 14h

PROGRAMMATION À VENIR SUR WWW.MJC-BOURG.FR

Un après-midi consacré aux jeux de sociétés, jeux de rôles, jeux de figurines... Pour venir s'amuser en famille et entre ami·es !

Entrée libre & gratuite



**[CONCERT]
SALUT L'ORAGE**

Vendredi 19 février à 20h30

AVEC DJ PATTE DE CHATTE EN PREMIÈRE PARTIE

Salut l'orage délivre un rock unique, puissant et moderne. Après avoir assuré les premières parties de Nada Surf, Dionysos et Superbus, le duo s'impose avec des textes crus et poétiques, entre ombre et lumière.

Sur scène, son énergie sincère et transcendante emporte le public et invite à maintenir le cap dans la tempête...

En première partie, DJ Patte de Chatte embrasera le dancefloor pour faire checker vos bootys jusqu'au bout de la nuit sur un mix vénére sans limite esthétique.

Tarif réduit 12€ | Plein tarif 15€ | Tarif solidaire 18€ [durée 2h]



**[VISITE EN MODE CONFÉRENCE]
FEMMES PHOTOGRAPHES :
UNE AUTRE HISTOIRE DE LA SOCIÉTÉ**

Mardi 2 mars à 18h30

DANS LE CADRE DU DISPOSITIF MICRO-FOLIE ET DE LA JOURNÉE DU 8 MARS

À travers les œuvres du Musée Numérique, une plongée visuelle dans l'histoire des femmes et leur place dans la société, où chaque cliché incarne un combat et chaque cadre interroge nos certitudes.

Tout public. Gratuit sur inscription [durée 1h30]



**[SOIRÉE]
BOUM BOUM LE PATRIARCAT**

Vendredi 5 mars à 20h

EN PARTENARIAT AVEC L'AGLCA ET L'ASSOCIATION COLÈRE HEUREUSE
DANS LE CADRE DE LA JOURNÉE DU 8 MARS

Une soirée festive et militante pleine de surprises pour mettre en lumière les luttes féministes. Programmation à venir sur www.mjc-bourg.fr

Entrée libre & gratuite



**[ATELIERS]
LE RACISME SOUS LE PRISME DE
L'ART ET DE L'HISTOIRE**

Mercredi 17 mars à 14h [8-12 ans] et à 16h [Adulte-Ado dès 13 ans]

DANS LE CADRE DE LA SEMAINE DE « LUTTES CONTRE LE RACISME ET L'ANTISÉMITISME » DE LA LIGUE DE L'ENSEIGNEMENT ET LE DISPOSITIF MICRO-FOLIE

À partir d'œuvres du Musée Numérique, échangeons autour de la question du racisme à travers l'art et l'histoire. Ensemble, explorons ce que ces regards révèlent de notre société et faisons du dialogue et de la culture des leviers de liberté et de respect mutuel.

Gratuit, sur inscription [durée 1h30]



**[FESTIVAL]
LE PRINTEMPS DES ÉCRITURES**

Du 22 mars au 10 avril

PROGRAMMATION À VENIR SUR WWW.MJC-BOURG.FR

Exposition, ateliers, démonstrations et stages autour de l'art de la calligraphie. Le Printemps des Écritures se prépare dès maintenant : rejoignez l'équipe de bénévoles !
Vernissage le vendredi 26 mars à 18h30.



**[FESTIVAL]
FESTIVAL DE FIN DE SAISON**

Du 3 au 6 juin

PROGRAMMATION À VENIR SUR WWW.MJC-BOURG.FR

Construisons ensemble un festival engagé, convivial et inclusif pour petit·es et grand·es !

Envie de participer à l'aventure ? Imaginez, préparez et faites vivre cet événement en rejoignant l'équipe de la MJC.

Réunion de lancement mardi 29 septembre à 18h30.

Crédits photos/ affiches : MJC Pop Corn, Lila Derridj, association Psychotraumatisme et Résilience, Rewa Mouamer, Max GH, Guergana Damianova - ONP, Victor Virat

LA MICRO-FOLIE

UN DISPOSITIF CULTUREL AU SERVICE DU TERRITOIRE

Le dispositif Micro-Folie, initié par la Villette, soutenue par le Ministère de la Culture et la ville de Bourg-en-Bresse, s'articule autour de plusieurs modules complémentaires :



LE MUSÉE NUMÉRIQUE

GÉRÉ PAR LA MJC POP CORN

Pour découvrir des œuvres de grands musées de France et au-delà sur écran géant et sur tablette.



LE LAB'

GÉRÉ PAR ALTEC

Pour donner vie à vos créations grâce aux machines à commande numérique (imprimante 3D, découpeuse laser...)



LE LITTLE CAFÉ

ORGANISÉ PAR L'AGLEA

Un espace de convivialité pour échanger, se rencontrer et partager sur une thématique citoyenne ou culturelle.

LE "MUSÉOLAB"

UN RENDEZ-VOUS RÉGULIER DU MUSÉE NUMÉRIQUE & DU LAB'

La MJC Pop Corn et Altec vous invitent à découvrir les œuvres du Musée Numérique et les machines à commande numérique du Lab' à travers des ateliers thématiques créatifs.

Retrouvez le programme des animations sur www.mjc-bourg.fr

LE MUSÉE NUMÉRIQUE SE DÉCOUVRE AUSSI EN GROUPE !

L'équipe de médiation propose aux associations à vocation sociale, éducative ou culturelle, ainsi qu'aux structures médico-sociales, des visites thématiques. Prenez contact avec nous pour en savoir plus ! Informations et réservations par email à contact@microfoliebb.fr



ÊTRE ADHÉRENT·E, C'EST BIEN PLUS QU'UNE INSCRIPTION !

Chaque inscription à une activité est aussi une adhésion à l'association. C'est une manière concrète de soutenir et faire vivre un projet collectif.

Adhérer, c'est :

- Soutenir le projet et les valeurs de la MJC,
- Participer à la vie de l'association,
- Avoir une voix : voter en assemblée générale, proposer des idées, faire entendre ses envies.

En tant qu'adhérent.e, vous pouvez :

- Participer aux décisions importantes,
- Créer ou entrer dans une commission d'orientation,
- Assister aux réunions associatives,
- Candidater au conseil d'administration,
- Vous impliquer comme bénévole ponctuellement ou régulièrement.

Pourquoi c'est important ?

- Chaque adhésion renforce la légitimité de la MJC et permet de développer de nouveaux projets.
- La MJC n'est pas une entreprise, c'est une maison commune. Elle fonctionne grâce à l'implication des gens qui la font vivre.

ET SI VOUS DEVENIEZ BÉNÉVOLE ?

Pas besoin d'être expert·e ou d'avoir beaucoup de temps ! Chacun·e peut donner un coup de main à sa manière :

- Aider à l'organisation d'une activité, d'un évènement,
- Rejoindre une équipe projet, etc.

C'est l'occasion de rencontrer du monde, de vivre de l'intérieur l'énergie de l'association, et de contribuer à sa dynamique.

Vous voulez en savoir plus ? Parlez-en à l'équipe, nous serons ravis d'échanger avec vous !

LES ACTIVITÉS 2026 - 2027

AU FIL

	ÂGES	JOURS	HORAIRES	TARIFS (HORS ADHÉSION)
Crochet / Up Cycling avec Magali Lambert <i>Venez découvrir et progresser au crochet pour le plaisir de créer et partager</i>	12 - 17 ans	Mercredi (tous les 15 jours)	14h30 - 16h30	210€
Patchwork avec Michelle Moulin & Françoise Perriot <i>Travail sur petits morceaux de tissus de différentes couleurs</i>	Adulte	Lundi Mardi	14h - 17h 13h30 - 16h30	57€ (BB) 60€ (HBB)
Points comptés avec Denise Dauphin <i>Techniques de broderie où l'on construit un motif en comptant les fils ou les cases d'une toile régulière.</i>	Adulte	Mardi	16h30 - 19h30	57€ (BB) 60€ (HBB)
Crochet avec Magali Lambert <i>Venez découvrir et progresser au crochet pour le plaisir de créer et partager</i>	Adulte	Mercredi (tous les 15 jours)	17h30 - 19h30	250€ (BB) 263€ (HBB)
Dentelle avec Jocelyne Cotton <i>Techniques traditionnelles et contemporaines de la dentelle aux fuseaux</i>	Adulte	Jeudi	14h - 17h	57€ (BB) 60€ (HBB)



📷 SUIVEZ-LES SUR INSTAGRAM @APAEPEJUNES

[LIEU D'ACCUEIL, D'ÉCHANGE ET DE RENCONTRE]
LES JEUNES POUSSÉS À LA MJC
 Les trois derniers vendredis de chaque mois
 de 9h30 à 11h30

À partir de septembre, la MJC accueille "Jeunes Pousses", un espace de parole et d'accueil où enfants (0-4 ans) et accompagnant-es peuvent rencontrer d'autres familles ainsi que des accueillant-es à l'écoute, dans un cadre bienveillant. Accès libre, sans inscription. Chacun-e est libre de venir et de rester le temps souhaité.

Renseignements par email à jeunes.pousses01@gmail.com ou par téléphone au 07 83 60 32 73.



📷 SUIVEZ-LES SUR INSTAGRAM @M_CORPI

[ENTRAÎNEMENT, BATTLE ET SHOW]
M-CORP À LA MJC
 Tous les vendredis (hors vacances scolaires)
 de 18h à 20h

Association artistique et sportive, avec une solide base en breakdance, réunissant des artistes de tous types pour des créations de projets.

Contact : association.mcorp@gmail.com

Adhésion M-Corp : 50€/an
 +
 Adhésion MJC : 10-16€/an

BIEN-ÊTRE, TECHNIQUES & EXPRESSIONS CORPORELLES

	ÂGES	JOURS	HORAIRES	TARIFS (HORS ADHESION)
Yoga avec Sylvie Ponthus <i>Une discipline qui mène vers plus de liberté et d'apaisement</i>	9 - 12 ans NEW	Mercredi	16h30 - 17h30	204€
	Ado - Adulte (dès 16 ans)		17h45 - 19h	297€ (BB) 310€ (HBB)
	Adulte	Lundi	9h15 - 10h30	
		Mardi	19h15 - 20h30	
Yoga Do in avec Florence Manisser <i>Rétablir le contact avec son corps et évacuer le stress par des automassages et de la relaxation</i>	Ado - Adulte (dès 16 ans)	Mercredi	19h15 - 20h30	
Yin Yoga avec Florence Manisser <i>Étirements profonds permettant de développer flexibilité et la mobilité du corps</i>	Ado - Adulte (dès 16 ans)	Samedi (tous les 15 jours)	10h15 - 11h30	169€ (BB) 177€ (HBB)
Postural ball avec Florence Denis <i>Méthode « sport santé & bien-être » en contact permanent avec un ballon</i>	Adulte	Lundi	11h - 11h45	260€ (BB) 273€ (HBB)
		Jeudi	12h15 - 13h	
Hiit Party avec Florence Denis <i>Une solution d'entraînement rapide et efficace, permettant d'améliorer la condition physique et de brûler des calories</i> NEW	Adulte	Lundi	12h15 - 13h	
Pilates / Stretching avec Florence Denis <i>Une ou deux séances pour développer les muscles profonds, améliorer sa posture, améliorer sa souplesse...</i>	Adulte	Lundi	Pilates 9h - 9h45	Pour 1 atelier 260€ (BB) 273€ (HBB)
			Stretching 9h45 - 10h30	Pour 2 ateliers 390€ (BB) 410€ (HBB)

-50% SUR LA DEUXIÈME ACTIVITÉ BIEN-ÊTRE, TECHNIQUES & EXPRESSIONS CORPORELLES
(SAUF POUR LES ACTIVITÉS BRAIN-BALL, YIN YOGA & FELDENKRAIS DU SAMEDI)

BIEN-ÊTRE, TECHNIQUES & EXPRESSIONS CORPORELLES [SUITE]

	ÂGES	JOURS	HORAIRES	TARIFS (HORS ADHÉSION)
Activités Physiques Adaptées avec Annelise Dubois <i>Gym adaptée et personnalisée pour reprendre une activité sportive après une prise en charge médicale</i>	Adulte	Lundi	14h -15h	260€ (BB) 273€ (HBB)
			15h - 16h	
			16h - 17h	
		Mardi	18h - 19h	
Qi gong avec David Genin <i>Gymnastique traditionnelle chinoise pour ressentir, cultiver et faire rayonner son souffle de vie</i>	Adulte	Lundi	15h - 16h15	297€ (BB) 310€ (HBB)
		Samedi	10h15 - 11h30	
Feldenkrais avec Isabelle Gobet <i>Approche qui vise à améliorer la qualité gestuelle du fonctionnement humain par la découverte et l'apprentissage sensitif</i>	Adulte	Lundi	16h30 - 17h45	297€ (BB) 310€ (HBB)
		Samedi (1 fois / mois)	9h30 - 11h30	
Taï Chi Chuan avec Katy Goy <i>Art martial énergétique interne alliant mouvements fluides, favorisant l'équilibre, la vitalité, la sérénité et l'harmonie du corps, du cœur et de l'esprit</i>	Adulte	Lundi	18h - 19h15	297€ (BB) 310€ (HBB)
		Jeudi	10h - 11h15	
Pilates avec Florence Denis <i>Développement des muscles profonds, amélioration de la posture et équilibrage musculaire</i>	Adulte	Mardi	12h30 - 13h15	260€ (BB) 273€ (HBB)
			19h20 - 20h05 Tous niveaux	
Gym équilibre avec Florence Denis <i>Un programme d'exercices qui vise à harmoniser le corps en combinant renforcement, souplesse et travail sur la posture</i>	Adulte	Mardi	14h30 - 15h15	

-50% SUR LA DEUXIÈME ACTIVITÉ BIEN-ÊTRE, TECHNIQUES & EXPRESSIONS CORPORELLES
(SAUF POUR LES ACTIVITÉS BRAIN-BALL, YIN YOGA & FELDENKRAIS DU SAMEDI)

BIEN-ÊTRE, TECHNIQUES & EXPRESSIONS CORPORELLES [SUITE]

	ÂGES	JOURS	HORAIRES	TARIFS (HORS ADHESION)
Brain Ball avec Hélène Redon <i>Pour stimuler la mémoire, la coordination et la concentration tout en s'amusant</i>	Adulte	Mardi (tous les 15 jours)	14h30 - 15h30	135€ (BB) 141€ (HBB)
Pilates - Chaises avec Florence Denis <i>Une méthode douce sur chaise, adaptée à tous les niveaux, qui améliore posture, respiration, force, souplesse et équilibre</i>	Adulte	Mardi	15h15 - 16h	260€ (BB) 273€ (HBB)
Stretching avec Florence Denis <i>Augmente la souplesse générale en renforçant l'élasticité des tendons et des muscles</i>	Adulte	Mardi	20h05 - 20h50	
Sophrologie avec Claudine Basset <i>Exercices corporels et mentaux pour développer ses capacités, gérer son stress et ses émotions</i>	Adulte	Jeudi	18h - 19h15	297€ (BB) 310€ (HBB)
Yoga sur chaises avec Emilie Perrin <i>Une pratique douce et lente offrant des bienfaits physiques, physiologiques et respiratoires</i>	Adulte	Vendredi	16h30 - 17h30	260€ (BB) 273€ (HBB)

THÉÂTRE

Théâtre avec Laetitia Slescka <i>Développer le rapport au corps, à l'espace, à l'imaginaire et à l'autre</i>	7 - 12 ans	Mardi	17h15 - 19h	357€
Théâtre d'impro / Stand-up avec Philippe Nauze <i>Un atelier 100% humour et créativité pour apprendre à improviser en équipe et à écrire ses premiers sketches !</i>	14 - 17 ans	Mercredi	14h30 - 16h	306€
Théâtre avec Philippe Nauze <i>Explorez le travail du texte, du corps et de la voix dans une ambiance bienveillante et dynamique</i>	Adulte	Jeudi	19h30 - 21h30	456€ (BB) 474€ (HBB)

DANSE

ÂGES

JOURS

HORAIRES

TARIFS (HORS ADHÉSION)

Break Dance avec Darareach Keo <i>Acrobaties et figures au sol chorégraphiées</i>	6 - 9 ans	Mercredi	13h30 - 14h20	180€
	10 - 14 ans		14h30 - 15h30	204€
Street Dance avec Mélanie Ringuin-Velleyen <i>Ensemble de danses urbaines rythmées</i>	9 - 12 ans	Mercredi	16h - 17h	204€
	13 - 17 ans		17h - 18h	
Modern Jazz avec Caroline Pulcini <i>Danse énergique et rythmée sur musiques jazz et actuelles</i>	11 - 14 ans	Jeudi	17h30 - 18h30	204€
	Adulte		20h - 21h30	332€ (BB) 343€ (HBB)
Afro Dance-Hall avec Mélanie Ringuin-Velleyen <i>Fusion danses africaines et influences urbaines</i>	Ado - Adulte (dès 16 ans)	Mercredi	18h - 19h	260€ (BB) 273€ (HBB)
Viens danser Bourg-en-Bresse ! avec Delphine Thomas <i>Moment convivial sans règles, danse libre et partage de playlists musicales</i>	Adulte	Lundi	18h45 - 19h45	57€ (BB) 60€ (HBB)
Ragga Dance-Hall avec Mélanie Ringuin-Velleyen <i>Inspiré du reggae et du dancehall, mouvements fluides et rythmés</i>	Adulte	Mercredi	19h - 20h	260€ (BB) 273€ (HBB)
Labo-Danse avec Christian Panouillot <i>Jouer avec son corps dans le mouvement dansé et improvisé</i>	Adulte	Jeudi (1 atelier / mois)	14h30 - 16h30	106€
Contredanse avec France Clarke <i>Danse populaire anglaise du XVIIIe</i>	Adulte (débutant)	Jeudi (tous les 15 jours)	14h30 - 16h30	57€ (BB) 60€ (HBB)
	Adulte (intermédiaire)			

DANSE [SUITE]

	ÂGES	JOURS	HORAIRES	TARIFS (HORS ADHÉSION)
Barre à terre avec Caroline Pulcini <i>Danse au sol axée sur le placement du corps</i>	Adulte	Jeudi	18h45 - 19h45	260€ (BB) 273€ (HBB)
Zumba avec Pauline Gabillet <i>Mélange de danse, fitness et aérobic où tous les muscles sont sollicités</i>	Adulte	Vendredi	12h15 - 13h	

MUSIQUE & CHANT

Éveil musical avec Emmanuel Février <i>Découverte des instruments, percussions corporelles et siestes sonores.</i>	3 - 4 ans	Mercredi	16h - 16h45	180€
	5 - 6 ans		15h - 16h	204€
Guitares avec Emmanuel Février <i>Pratique en petit groupe de 3-4 personnes, initiation et perfectionnement</i>	Dès 7 ans	Mardi	17h30 - 20h30 <i>(crêneaux de 45 min)</i>	335€ (-26 ans) 418€ (BB) 439€ (HBB)
Comédie musicale avec Stéphanie Ballandrin-Bulin <i>Mêle comédie, chant et danse pour développer sa créativité, sa technique et sa confiance</i>	Ado - Adulte <i>(dès 16 ans)</i>	Vendredi	19h - 20h30	340€ (BB) 357€ (HBB)
Chants avec Stéphanie Ballandrin-Bulin <i>Chanter en chœur avec harmonie et coordination, sans jugement.</i>	Adulte <i>(débutant/ inter)</i>	Lundi	19h - 20h30	
	Adulte <i>(confirmé +3 ans d'expérience)</i>	Jeudi	19h - 20h30	

ARTS PLASTIQUES

ÂGES

JOURS

HORAIRES

TARIFS (HORS ADHÉSION)

Arts plastiques avec Gaëlle Poupon <i>Réalisation d'œuvres avec différents matériaux et techniques (dessin, peinture, pastel, argile,...)</i>	8 - 12 ans	Mercredi	15h45 - 17h	250€
Argile avec Gaëlle Poupon <i>Travail de l'argile à travers différentes techniques, création d'œuvres originales</i>	8 - 14 ans	Mercredi	14h - 15h30	300€
	Adulte	Lundi	18h - 20h	364€ (BB) 379€ (HBB)
S'initier aux Arts plastiques avec Gaëlle Poupon <i>Initiation à différentes techniques et outils d'Arts plastiques (peinture, pastel, dessin,...) au travers d'ateliers dirigés. Tous niveaux</i>	11 - 16 ans	Jeudi	17h30 - 18h30	204€
Arts plastiques & Techniques avec Aymeric Denis <i>Explorez les arts plastiques, avec une multitude de techniques comme la peinture, l'aquarelle, le fusain et bien d'autres</i>	Ado - Adulte (dès 16 ans)	Vendredi	18h - 20h	456€ (BB) 474€ (HBB)
Libérez votre ART ! avec Gaëlle Poupon <i>À travers différents thèmes, techniques et outils (peinture, pastel, crayon,...), laissez parler votre imagination artistique</i>	Ado - Adulte (dès 16 ans)	Samedi (1 fois/ mois)	9h30 - 12h30	231€ (BB) 244€ (HBB)
Calligraphie avec Anne Hild <i>Découvrir la calligraphie ou l'art de la belle écriture, ouvre les portes d'un vaste monde</i>	Ado - Adulte (dès 16 ans)	Samedi (1 fois par mois)	9h30 - 12h30	
Dans l'atelier des Maîtres avec Geneviève Granger <i>Découvrez les techniques et vies de six génies de la peinture</i>	Adulte	Lundi	14h30 - 16h30	456€ (BB) 474€ (HBB)
Mosaïque avec Laurence Felice <i>Découvrir l'art d'assembler des tesselles pour créer des compositions uniques</i>	Adulte	Mardi (tous les 15 jours)	18h - 20h	269€ (BB) 282€ (HBB)

ARTS PLASTIQUES [SUITE]

	ÂGES	JOURS	HORAIRES	TARIFS (HORS ADHESION)
À la découverte des Arts plastiques avec Gaëlle Poupon <i>Au travers d'ateliers dirigés, exercez-vous aux différentes techniques et outils des arts plastiques (peinture, pastels, fusain, aquarelle...) Tous niveaux</i>	Adulte	Jeudi	18h30 - 20h30	456€ (BB) 474€ (HBB)
Écriture avec Pierre-Philippe Leon <i>Apprendre à jouer avec les mots, les lettres, à partir de poèmes, d'extrait de textes, de jeux...</i>	Adulte	Samedi (tous les 15 jours)	10h - 12h30	57€ (BB) 60€ (HBB)

LES PLUS

Pôle Jeux avec Pierre-Philippe Léon & Romain Pierron <i>Un club plus qu'une activité : jeux de figurines, jeux de rôle et jeux de plateau.</i>	14 - 17 ans		14h - 19h	44€
	Adulte	Samedi	14h à tard dans la nuit	57€ (BB) 60€ (HBB)
Anglais avec Sultana Neziri <i>L'anglais est la langue d'échange par excellence, vivante, riche, musicale</i>	Adulte (intermédiaire)	Lundi	18h30 - 20h	340€ (BB) 357€ (HBB)
	Adulte (débutant)	Mardi		
Informatique avec Pierre-Philippe Leon <i>Apprenez à utiliser un ordinateur, Internet et les logiciels essentiels selon vos besoins</i>	Adulte (débutant)	Jeudi	9h - 10h30	189€ (BB) 196€ (HBB)
Informatique / Site web avec Pierre-Philippe Leon <i>De la théorie à la pratique, créez, configurez, administrez et publiez votre propre site Internet</i>	Adulte	Jeudi	10h30 - 12h	
Oenologie avec Gilles Martin <i>Initiation à la dégustation avec des séances à thèmes, étude d'un terroir, d'un cépage...</i>	Adulte	Jeudi (6 ateliers dans la saison)	19h30 - 22h30	231€ (BB) 244€ (HBB)

AGENDA DES ACTIVITÉS

DÉBUT DES INSCRIPTIONS

Du 7 au 11 septembre de 14h à 17h.

À partir du 14 septembre, les inscriptions se feront pendant les horaires d'ouverture habituels.

RENTRÉE DES ASSOCIATIONS

Samedi 12 septembre de 14h30 à 18h30 au Square Louis Parant, venez échanger avec l'équipe de la MJC et découvrir les nouvelles activités de la saison.

REPRISE DES ACTIVITÉS

À partir du lundi 14 septembre.

SCABALA - SEMAINE DU COUP À BOIRE AVANT/ APRÈS L'ACTIVITÉ

Du 12 au 17 octobre, prenez le temps de partager un verre au bar avec vos partenaires d'activités pour vous rencontrer et mieux connaître la maison.

LES REPRÉSENTATIONS DE FIN DE SAISON (2027)

Entre le 3 et 6 juin (dates à venir)

AGENDA DES STAGES & ATELIERS

D'AUTRES RENDEZ-VOUS SERONT PROPOSÉS TOUT AU LONG DE LA SAISON



MOSAÏQUE

"Inspiration de peintres" [Adulte]

Samedi 17 octobre

"Animal imaginaire ou réel" [7-12 ans]

Mercredi 21 octobre

AVEC LAURENCE FELICE

Tarifs 40-45€



ÉCHECS

Notions théoriques & tournoi

Jeu 22 octobre de 10h à 12h et de 13h à 15h [7-17 ans]

AVEC PIERRE QUATARRARO

Tarif 35€



INITIATION TUFTING

"Viens créer ton tapis"

Samedi 24 octobre de 9h à 13h [Adulte-Ado dès 15 ans]

AVEC CLÉMENCE VENET

Tarif 60€



CALLIGRAPHIE

Samedi 24 octobre

de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h30

[Adulte-Ado dès 15 ans]

AVEC ANNE HILD

Tarif 50€



ARGILE

"Création d'un plat apéro"

Jeu 29 octobre de 18h à 20h [Adulte]

AVEC GAELE POUPON

Tarif 40€



SOPHROLOGIE & THÉÂTRE

Le samedi 28 & dimanche 29 novembre

[Adulte comédien-ne]

AVEC CLAUDINE BASSET

Tarif 75€

S'INSCRIRE À UNE ACTIVITÉ, COMMENT ÇA MARCHE ?



À LA MJC POP CORN

Maison de la Culture et de la Citoyenneté
4 Allée des Brotteaux 01000 Bourg-en-Bresse



SUR INTERNET

WWW.MJC-BOURG.FR

Rubrique "Activités 2026-2027"

LES MODALITÉS D'INSCRIPTION

ENVIE DE TESTER UNE ACTIVITÉ ?
PENSEZ À RÉSERVER VOTRE
PLACE POUR LA SÉANCE D'ESSAI !

QU'ALLEZ-VOUS PAYER ?

L'adhésion (valable du 1^{er} septembre 2026 au 31 août 2027) + la cotisation correspondant à la/les activité-s choisie-s.

COMMENT PAYER ?

Par carte bancaire, chèques, espèces, Pass' sport, coupons sport ANCV, chèques vacances, bons temps libres (sans remboursement), et chéquiers jeune 01 "Culture/Loisirs" (plafonnés à 25 euros).

Possibilité de paiements échelonnés en 2 à 7 prélèvements automatiques, étalés d'octobre à avril.

COMBIEN COÛTE L'ADHÉSION ?

Adhésion adulte : 16€

Adhésion enfant : 10€

LE CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE (CCAS) : UNE AIDE FINANCIÈRE

Une aide financière du CCAS est accordée aux habitant-es de Bourg-en-Bresse dont le revenu fiscal de référence ne dépasse pas les plafonds de ressources applicables pour cette aide. Renseignements auprès de la Maison sociale ou de la MJC.



MAISON DES JEUNES ET DE LA CULTURE

Bâtiment MCC, 4 Allée des Brotteaux 01000 Bourg-en-Bresse

04 74 23 48 12 | accueil@mjc-bourg.fr

www.mjc-bourg.fr



HORAIRES D'ACCUEIL

Lundi, Mardi, Jeudi & Vendredi : 14h - 18h

Mercredi : 10h - 12h | 14h - 18h

Samedi : 10h - 12h

SUIVEZ L'ACTUALITÉ DE LA MJC

