

Semaine de la santé des femmes (et une pensée pour les hommes) — SPSF35

Du 9 au 14 mars / gratuit

La Semaine de la Santé des Femmes & une pensée pour les hommes arrive à Villejean !

Du 9 au 14 mars, participez à de nombreux temps d'échanges, de prévention, d'activités et de partage autour de la santé et du bien-être.

- Programme sur le **site de SPSF35 : solidarite35.com** ou à l'accueil de la Maison de Quartier.
- Un événement gratuit, ouvert à toutes et à tous.
- Contact : **spsf35.coordination35@gmail.com**



Projection de films — organisée par ABM

Vendredi 13 mars / 20h30 / 4€ / 3,50€ adhérent ABM ou ARC

L'association **Aventure au Bout du Monde** vous propose des soirées projection de films. Elle aura le plaisir de vous présenter deux documentaires : **Cabo Verde** et **Madagascar** de Pascale et Daniel LEBON.

- Informations : **contact@abmrennes.eu**

Soirée du festival Outre Lumières

Judi 26 mars / 20h30-00h30 / 5€

L'association Territoires d'Outre-Rennes a été créée à Science-Po afin de mettre en lumière la richesse et la diversité culturelle des territoires **d'outre-mer français**. Le festival a pour but de proposer des performances de **chants traditionnels et de danses live**, réalisés par des artistes ultramarins ou de la diaspora. La soirée réunira plusieurs artistes : le groupe OTRETR (chants traditionnels kanaks), le groupe Exo d'Iles (gwo ka, musique trad guadeloupéenne), le rappeur Malcolm. Elle finira sur un DJ set.

- Snacks préparés par Sciences Poêle, bar (punch, jus)
- Informations : **territoires.d.outre.rennes@gmail.com** / Instagram : **territoires.d.outre.rennes**



ÉGARÉ et merde aux sapins — Pièce de la Cie Tintamarre

Samedi 28 mars à 20h30 et dimanche 29 mars à 15h
7€ / 4€ réduit / 2€ - de 10 ans / gratuit adhérents ARC (inscription)

Monsieur Y est au bout du rouleau. Il travaille trop. Toujours entre deux trains. Et avec Madame Y... Quelle fatigue ! Monsieur Y s'endort sur un quai de la gare de Dijon. Et plonge ! Plonge si profondément qu'il va croiser des médecins lapins, des veuves Disco, des parachutistes sidérés, la Famille Royale des Poissons des Grands Fonds et la terrible Madame K ! Réveillez-vous Monsieur Y ! Votre train entre en gare. Enfin.

- **Comédie tout public** — Tarif plein : **7€** / réduit **4€** / moins de 10 ans : **2€** / adhérents ARC : **gratuit sur inscription** à l'accueil de la MQV



Les Randos avec le Club Oxygène

Nous vous donnons RDV à Villejean avant la rando pour se regrouper tous ensemble

- **Retrouvez le programme des randonnées à l'accueil de la MQV ou sur notre site internet : <https://randoxygene.wixsite.com/villejean>**

Date	Parcours	Infos
Dim. 01/03	Maxent : les 3 lacs - église 16,1 km	10h / 4 €
Ven. 06/03	St-Ouen-des-Alleux : balade audonienne église 11,2 km	13h30 / 4,60 €
Dim. 08/03	La Bouëxière : Chevré et forêt de Liffré pont, étang de Chevré 23,6 km	8h30 / 2,90 €
Dim. 08/03	Châteaugiron : Châteaugiron et Domloup parking des étangs, rue du château 10,8 km	13h30 / 2,80 €
Ven. 13/03	St-Péran : la Boule d'Or - église 11,4 km	13h30 / 3,90 €
Dim. 15/03	Betton : la Caleuvre - gare 15,4 km	10h / 1,70 €
Ven. 20/03	Montfort-sur-Meu : de la ville au bois église 10,2 km	13h30 / 2,50 €
Dim. 22/03	St-Rémy-du-Plain - Marcillé-Raoul église de St-Rémy-du-P. 16,6 km	10h / 4,50 €
Ven. 27/03	Goven : l'ancienne voie ferrée (mod.) placis de l'Hôtel Ruais (accès par la rue du Perray) 13,4 km	13h30 / 2,50 €
Dim. 29/03	Muel : Trékouët- église 19,6 km	9h30 / 4,40 €

JEUNES DE + DE 60 ANS

Anim'Mobile sera présente **vendredi 13 mars de 10h30 à 11h30** au croisement de la rue du Bourbonnais et de l'avenue W. Churchill pour partager un moment de discussion autour d'un thé ou d'un café - **gratuit**.

► Infos : **Aurore** → **06 19 88 63 47 - apoildevin@opar.fr** ou à l'accueil de l'OPAR : **02 99 54 22 23**

Marche Actimut — marche douce adaptée à tous

Tous les mardis de mars / 10h30 - 12h / gratuit

Sorties de marche, encadrées par un enseignant en activité physique adaptée d'Actimut. Venez avec une tenue et des chaussures confortables.
→ les mardis **3, 10, 17, 24, 31 mars 2026 de 10h30 à 12h**
► **gratuit** → inscriptions : accueil de la MQV ou au **02 99 59 04 02**

Thé dansant de Villejean — ouvert à tous-toutes !

Samedi 14 mars / 14h - 17h30 / 8€ / 5€ adhérent ARC

Envie de se retrouver autour d'une danse et pour passer une après-midi très conviviale ? Peu importe votre âge, le thé dansant de Villejean est fait pour vous ! En mars, l'orchestre Thierry Simon sera présent **de 14h à 17h30** pour vous faire danser !
► Pour plus d'informations contactez **Pauline** au **07 69 29 81 90**.

Réunion "tranquillité"

Vendredi 20 mars / 10h / gratuit

La Police Nationale vous propose une réunion d'information sur les arnaques, les abus et les agressions.
► Renseignements et inscriptions à l'accueil de la Maison de Quartier ou au **02 99 59 04 02**.

Repas convivial pour les jeunes de plus de 60 ans

Mardi 24 mars / 12h-14h / 14€

Pour se retrouver autour d'un bon repas avec un peu de musique. Le menu sera connu lors des inscriptions à partir du **10 mars** à l'accueil de la MQV (nombre de places limitées).
► Pour plus de renseignements, contactez **Pauline** au **07 69 29 81 90**.

Sortie Club du Vendredi — sortie culturelle

Vendredi 27 mars / payant sur inscription

Envie de **partir une journée** à la découverte d'un lieu culturel avec un visite guidée ? Le Club du Vendredi est fait pour vous ! La sortie du mois aura lieu **le 27 mars**. La destination, le programme détaillé et le prix demandé seront connus lors des inscriptions à partir du **17 mars** à l'accueil de la MQV !
► Pour plus d'informations, contactez **Pauline** au **07 69 29 81 90**.

MÉMO DU MOIS

Ça se passe à la Maison de Quartier...

Date	Événement	Infos
03-10-17-24-31/03	Marche douce Actimut : tous les mardis	10h30 - 12h / gratuit
04/03	Exposition : Villejean collectif !	hall de la MQV / gratuit
05/03	Atelier "Danse et résistance"	14h - 16h / gratuit
05/03	FanzinOpunk	20h-00h / gratuit
du 5 au 09/03	Villejean déterminée.e.s	gratuit
du 9 au 14/03	Semaine de la santé des femmes	gratuit
13/03	Soirée projection de films par ABM	17h / gratuit
14/03	Thé dansant	14h - 17h30 / 8€ / adhérent 5€
20/03	Soirée jeux : Ludo nocturne	16h30 - 20h30 / gratuit
24/03	Repas convivial pour les jeunes de + de 60 ans	12h - 14h / 14€
26/03	Soirée du festival Outre Lumières	20h30 / environ 5€
27/03	Sortie du Club du Vendredi	Renseignements à l'accueil
28/03	Théâtre : ÉGARÉ et merde aux sapins	20h30 /
29/03	Théâtre : ÉGARÉ et merde aux sapins	15h /



ÉDITO

Que d'eau, que d'eau !
La grisaille n'aide pas à sortir de l'hiver ! Est il possible de se distraire ?
Documentation, réflexion, animations sont notre savoir-faire.
Le choix existe dans nos maisons.

En attendant le soleil venez nous rejoindre et en profiter sans modération pour :

- militer, soutenir les droits des femmes plus spécialement le 8 mars.
- écouter des concerts punk rock.
- créer une chorale
- parler et agir pour la santé
- marcher en douceur avec les plus de 60 ans
- valoriser les cultures ultramarines
- et toujours plus si affinités.

Voilà de quoi patienter et aider la clarté à enfin se lever.

Jacky Derennes, Président

► Du 30/03/2026 au 04/04/2026
Rue de Picardie, Rennes

→ Lundi : **13h - 18h** / du mardi au vendredi : **11h - 18h** / samedi : **10h - 17h**

12, rue de Bourgogne | 35 000 Rennes
Tél. 02 99 59 04 02
contact@mqvillejean.fr
Retrouvez-nous sur **www.mqvillejean.fr**

MARS 2026
N° 386

PROJET ENFANCE - JEUNESSE

Du nouveau en enfance !

Notre association a le plaisir d'intégrer dans ses rangs **Déborah, animatrice référente enfance-famille**, depuis début février. Entre activités à destination des enfants du territoire et échanges avec les familles, Déborah se fera une joie de vous accueillir pour pouvoir développer des actions épanouissantes qui feront sens pour vous. **Des envies, des besoins, des idées ?** N'hésitez pas à venir la rencontrer au sein de la Maison de Quartier !

► Déborah : enfancefamille@mqvillejean.fr

Les Temps parents/enfants du mercredi → dès 6 ans

Le mercredi après-midi, on vous invite à nous rejoindre en famille pour un temps convivial et plein d'imagination et de création. Entre **activités manuelles, ateliers cuisine et temps jeux**, vos envies seront nos propositions. Alors n'hésitez plus et venez à notre rencontre !

► **à partir de 14h**, Karima est à votre écoute pour créer tout en s'amusant.
► **gratuit**
► infos et renseignements **à l'accueil**

L'Espace Loisirs → 9-14 ans

L'Espace Loisirs est un lieu d'accueil pour les jeunes âgés de 9 à 14 ans. Il est dédié **au jeu, à l'échange et à l'initiation de nouvelles pratiques**. C'est avec les jeunes que les propositions se font afin de répondre à leurs envies. Des temps réservés aux actions d'autofinancement permettent de valoriser les savoir-faire et facilitent l'accès aux loisirs.

Sounkamba, Karima, Yuna et Théo sont à votre écoute pour organiser des temps animés et conviviaux !

► **gratuit** – adhésion 4€ + fiche sanitaire obligatoire
► pour suivre nos aventures : Instagram [@espace_loisirmsqv](https://www.instagram.com/espace_loisirmsqv) + renseignements : **07 45 24 16 27**
Sounkamba : espaceloisirs2@mqvillejean.fr / Yuna : espaceloisirs@mqvillejean.fr

Événement : « La troupe de Souki » au cœur du carnaval !

« **La troupe de Souki** », composée du « **Kaya Crew** » et d'« **Afrovibe** », rassemble des jeunes de l'Espace Loisirs qui feront vibrer le centre-ville à l'occasion du Carnaval de Rennes, organisé par La Pulse.

► Les danseuses vous donnent rendez-vous **le samedi 7 mars, à partir de 15h, sur la Place du Parlement de Bretagne**.

► Venez nombreux-ses les encourager et célébrer le Carnaval !

Le club théâtre → 9-14 ans

Organisé tous les samedis (hors vacances) depuis septembre, le club théâtre est destiné aux jeunes de 9 à 14 ans, adhérents de notre association, intéressés par le monde du théâtre et du spectacle...

► infos club théâtre : espaceloisirs@mqvillejean.fr
► **gratuit / adhésion ARC 4€**

Les activités jeunesse → pour les 11/17 ans

La Maison Verte (rue de Saintonge)

Espace dédié aux rencontres et au soutien de projets, la Maison Verte propose **des temps animés d'accueil et d'initiations**. À destination des jeunes âgés de 11 à 17 ans, elle vous propose de venir avec toutes vos idées. Alors n'hésitez pas et venez nous rejoindre !

► **gratuit** - fiche sanitaire obligatoire
► Contact et renseignements : **09 71 74 00 09**
→ Sophia : **07 49 95 14 35 - maisonverte@mqvillejean.fr** / Diyae : maisonverte2@mqvillejean.fr

Les soirées Maison Verte → 12-17 ans

La Maison Verte ouvre ses portes **les vendredis de 20h30 à 22h30**. Des soirées thématiques peuvent y être organisées au gré de vos envies : accueils jeunes, soirées repas, sorties... Tout est possible avec un peu d'organisation. Venez à notre rencontre pour construire cette programmation.

► Renseignements > Diyae : maisonverte2@mqvillejean.fr

Music Lab !

Les soirées Music Lab

La musique t'intéresse ? Tu souhaites découvrir mais ne sais pas par où commencer ? Alors le Music Lab est fait pour toi. Sous l'accompagnement de Keelan - alias « **Mowdee** », des ateliers d'écriture, d'initiation et de perfectionnement s'organisent tous les jours à la Maison Verte.

► Renseignements et contact > **Keelan : maisonverte3@mqvillejean.fr**

Le multisports → 10-14 ans

Envie de se défouler et de découvrir de nouveaux sports ? Le multisports pour les 10-14 ans est fait pour toi ! **Tous les mercredis (hors vacances)** avec l'**UFOLEP 35**, des accueils sportifs sont organisés **de 16h30 à 18h30** au Gymnase de l'école élémentaire Jean Moulin.

► Pour participer, rendez-vous **dès 16h à la Maison de Quartier**.

ASCO — Accompagnement à la scolarité → collège

Notre projet ASCO est une aide méthodologique. Au programme, des découvertes culturelles, des projets et aussi du travail. Le tout encadré par notre équipe composée de professionnels de bénévoles motivés.

Des places sont encore disponibles pour celles et ceux qui souhaitent profiter d'une aide adaptée.

► mardi et jeudi **17h-18h30** (hors vacances)
► **gratuit** – adhésion ARC obligatoire (**4€**)
► renseignements auprès de **Sophia : 07 49 95 14 35**
maisonverte@mqvillejean.fr

En attendant les vacances...

À peine terminée qu'on pense déjà aux prochaines ! Eh oui, les prochaines **vacances de Printemps** arrivent déjà à grands pas et il ne faut pas attendre qu'elles soient là pour les préparer. Enfants, ados, parents, vos envies et vos avis nous importent pour pouvoir organiser vos futurs loisirs. L'ensemble de l'équipe enfance-jeunesse vous invite à venir à sa rencontre pour élaborer une nouvelle programmation pleine de loisirs, de jeux et de temps conviviaux comme on sait les apprécier. **N'hésitez pas à venir à la rencontre de nos animateur-trice-s pour élaborer vos projets !**

INFORMATIQUE & LUDOTHÈQUE

Le Pôle Multimédia

Ateliers d'initiations informatiques
→ les jeudis — **14h-16h30**

► **Jeudi 5/03** : On reprend à zéro les bases de l'ordinateur : fichiers, bureau, navigateurs internet et e-mails.
► **Jeudi 12/03** : Transférer ses fichiers et photos du smartphone vers l'ordinateur ► **Jeudi 19/03** : Les astuces et gestes à connaître (mise à jour, anti-pub, nettoyage, raccourcis...)
► **Jeudi 26/03** : Internet, mode d'emploi

Parents connectés : « Les jeux vidéo de nos enfants, et si on se testait ? »
→ samedi 21 mars — **14h-16h30**

Nous proposons un temps aux parents souhaitant comprendre les pratiques des jeux vidéos de leurs enfants. Au programme : échanges d'expérience, découvertes de petites astuces utiles, retour sur le vocabulaire, mais aussi initiations manette en main pour tester des jeux.

► **gratuit**
► possibilité de garde d'enfant
► informations et inscriptions auprès de Lucie : **07 82 16 36 95 / multimedia@mqvillejean.fr**

La Ludothèque

Soirée jeux
Ludo Nocturne
Le **vendredi 20 mars**, la Ludothèque joue les prolongations **de 16h30 à 20h30** pour une session *Ludo Nocturne*. Venez jouer en famille !

► **gratuit**, ouvert à tous

INITIATIVE ANIMATION

Exposition de l'Agence Sensible « Villejean Collectif ! »

À partir du 4 mars / gratuit / dans le hall de la MQV

Entre septembre 2025 et janvier 2026, l'**Agence Sensible** s'est installée dans le quartier de Villejean. Venez découvrir le projet artistique « **Villejean Collectif !** », une cartographie sensible du quartier à travers le regard de ses habitants.

Villejean déterminé.e.s — journées des femmes engagées

Du 5 au 8 mars / gratuit / à la Maison de Quartier

► **Jeudi 5 mars**
10h Petrushka Paprika → spectacle de marionnettes
17h Match de football Féminin → Parc du Berry
20h FanzinOpunk* → stands + concerts / *détails ci-dessous

► **Vendredi 6 mars**
11h Portraits de femmes → interviews + Animation musicale
14h Formation auto-défense
20h Jeunes Rennes → DJ set + concerts + slam + danses

► **Samedi 7 mars**
12h Village associatif + tables rondes animées
13h30 Animation danse et percussions africaines
14h Conférence → L'émancipation et le bien-être des femmes
15h15 Concert → N'goni + chant
15h30 Conférence → Les difficultés rencontrées dans la vie associative
16h30 Bal Poussière → invitation à la danse
20h Rennes du monde → concerts musique métissée/Afro World + Bal Poussière

→ **Resto-bar sur place**

► **Dimanche 8 mars**
15h Danses et percussions africaines
→ **prix Libre - inscriptions : synzhoi@gmail.com**
19h Défilé de mode
20h Bal Poussière → spectacle + invitation à la danse

Atelier "Danse et résistance" → le jeudi 5 mars

La **compagnie Dounia**, en lien avec l'**Université Rennes 2**, propose un atelier baptisé "**Danse et résistance**". Ce temps est une proposition de réflexion et d'échanges sur le fait que la danse apparaît comme un espace de résistance et de lien de création du commun/du collectif. Entre autres ! Si cet atelier éveille votre curiosité, venez !

► **14h - 16h**
► **gratuit** - ouvert à tous-toutes !

FanzinOpunk — dans le cadre du dispositif Rennes de la Nuit

Jeudi 5 mars / 20h-00h / gratuit

La soirée **FanzinOpunk** débarque à la Maison de quartier de Villejean le **jeudi 5 mars, de 20h à minuit**.

Porté par une équipe jeune et soutenu par l'association **Synzhoi**, il fait dialoguer contre-cultures, création indépendante et engagement citoyen. Ici, le punk est plus qu'une musique : c'est **une culture vivante, un espace d'expression et de rencontres créatives** ! Venez découvrir le punk sous toutes ses facettes !

► **gratuit** – entrée libre, ouvert à tous et toutes

Réunion pour la création d'une chorale

Vendredi 6 mars / 14h30 / gratuit

Une chorale à la Maison de Quartier de Villejean ? "Vous aimez chanter ? Vous voudriez chanter avec d'autres personnes ? **Que pensez-vous de créer une chorale ?**" Maria, une adhérente. Retrouvons-nous pour en discuter !

► Pour plus d'informations, contactez **Pauline** au **07 69 29 81 90**.

Défilé de mode

Samedi 7 mars / 15h / entrée libre et gratuit !

L'**association Arkane**, composée de jeunes du quartier de Villejean, motivé.es par l'idée de valoriser leur territoire et de changer les perceptions sur celui-ci, organise un **défilé de mode** qui mettra à l'honneur 4 jeunes créateur.rices de mode !