

PROGRAMME SORTIES

Samedi 6 mai 2017

8h30 les lavandes-18h30 : **Sortie Famille**

« **MOUSTIERS GORGES DU VERDON** »

• Promenade pédalo ou bateau Prévoir pique-nique

• Transport en autocar.

• Participation de 10€. Sur

• inscriptions.



Jeudi 11 mai 2017

8h30 les lavandes-18h30: **Sortie**

« **PORQUEROLLES** » Randonnée à vélo



Transport en minibus Prévoir pique-nique + baskets

• Participation de 20€ par

personne. Sur inscriptions.

Mercredi 24 mai 2017

19h00 les lavandes-23h00: **Sortie bien-être**

• **Hamam nocturne « LES BAINS DE**

L'ORIENT ». Transport en minibus. Participation de

8€. Sur inscriptions.

PROGRAMME ALPHABETISATION

Lundi 15 mai 2017

13h30 Jean Zay -15h30: « **GROUPE JEAN ZAY** » :

« Encourager et accompagner son enfant dans sa scolarité » en partenariat avec l'AVEF.



Jeudi 18 mai 2017

9h00 Villa Vidal-13h00: « **Comment Préparer un Repas équilibré** » avec l'association IDEA .

Lundi 22 mai 2017

13h30 Jean Zay-15h30: « **GROUPE JEAN ZAY** »: Repas de fin d'année façon « auberge Espagnole ». Sur inscriptions.

Vendredi 26 mai 2017

11h30 Villa Vidal-15h30: « **GROUPE WALLON+ CURIE** »:

Repas de fin d'année façon « auberge Espagnole ».

Sur inscriptions.



Mercredi 31 mai 2017

9h00 Hôpital-11h00: « **Atelier et conseils diététiques** » avec l'association IDEA . Retour en minibus. Sur inscriptions.

PROGRAMME ACCOMPAGNEMENT A LA SCOLARITE

Mercredi 17 mai 2017

12h15 parc de la navale-15h30:

« **ACCOMPAGNEMENT SCOLARITE LES LAVANDES** » :

Pique nique et jeux . Sur inscriptions.

Mardi 23 mai 2017

15h45 Villa Vidal-17h30: « **Quelle Alimentation équilibrée ?**

» en partenariat avec le CODES. Sur inscriptions.

PROGRAMME LOISIRS CREATIFS

Vendredi 12 mai 2017

09h30 - 16h00 VILLA VIDAL : **Atelier cuisine**

« **Spécial Menu Américain** »

➤ENTREE :

« **SALADE CESAR** »

➤PLAT :

« **HAMBURGEUR + POTATOES** »

➤DESSERT:

« **COOKIES** »

Participation de 5€ par personne. Sur inscriptions.



Vendredi 19 mai 2017

13h00 Les Lavandes-16h00: **Atelier pâtisserie orientale** : « Sablée confiture + thé à la menthe »

Participation de 2€ par personne, Sur inscriptions.



PROGRAMME CITOYENNETE

Mercredi 3 mai 2017

9h00 Médiathèque Andrée Chédid -12h00:

HARCELEMENTS, RACKET,

BRIMADES, MENACES » .

Sur inscriptions.



PROGRAMME SANTÉ

Lundi 15, 22 et 29 mai 2017

9h45 VILLA VIDAL-11h45: **Cours de Yoga.**

Sur inscriptions. Prévoir serviette et plaid.



Mardi 23 mai 2017



09h00 LAVANDES-15h00: **Randonnée**

à l'île du **GAOU** Sur inscriptions. Prévoir baskets + bouteille d'eau et pique-nique.

Jeudi 11 mai 2017

13h45 JEAN ZAY-15h30: Information

sur « **LA DEPRESSION** »



en partenariat avec **l'AVEF**. Sur inscriptions.

PROGRAMME EMPLOI

Mercredi 17 mai 2017

13h45 LAVANDES-15h45: **Réunion**



d'information sur les métiers paramédicaux et socio éducatifs à la Croix-Rouge d'olioules. Transport en mini bus. Sur inscriptions.

Mercredi 24 mai 2017

9h00 VILLA VIDAL-11h30: « **ATELIER PROJET**

PROFESSIONNEL » .Sur inscriptions.

INFOS

Tarif de l'adhésion annuelle :

10 € par famille (et par foyer)

Activités sportives :

Inscription obligatoire, apporter :

- un certificat médical

Pour tout renseignement, ne pas hésiter à nous contacter ou à vous rendre directement au siège de l'association.

ASSOCIATION FEMME DANS LA CITE

710 avenue Jean Bartolini

Résidence les lavandes entrée 1

83500 LA SEYNE SUR MER

Tel : 04.94.06.66.60

Email : fdlc83@gmail.com

Site : <http://fdlc83.fr/>

ASSOCIATION FEMME DANS LA CITE



NOTRE PROJET :

S'associer pour créer un mieux Vivre Ensemble par :

- La promotion de la femme
- L'échange interculturel
- Le respect des différences
- La participation à la vie de la cité
- Le développement d'une économie solidaire

Siège : 710 avenue Jean Bartolini

Résidence les lavandes entrée 1

83500 LA SEYNE SUR MER

Tel : 04.94.06.66.60

Email : fdlc83@gmail.com

Site : <http://fdlc83.fr/>