

PROGRAMME SORTIES

Mardi 11 février 2020

18h45 LES LAVANDES - 22h00 : SORTIE FEMMES

Hamam « Les Bains de l'orient »

Participation de 12 € par personne. Transport en mini bus. Sur inscriptions.



Samedi 22 février 2020

7h00 LES LAVANDES -18h30 : SORTIE FAMILLE

« Fête du Citron à MENTON :

Visite de l'exposition et balade »



Participation de 15 € par personne. Sur inscriptions.

Transport en car.

Mercredi 19 février 2020

13h30 LES LAVANDES -17h00 : SORTIE FAMILLE

« BOWLING »

Participation de 8€ par personne, Sur inscriptions.

Transport en mini-bus.



PROGRAMME FETES

Vendredi 21 février 2020

12h00 LES LAVANDES - 15h00 :

« Raclette party »

Participation de 5€ par personne, Sur inscriptions.



Mercredi 26 février 2020

13h30 LES LAVANDES - 16h30 :

« Crêpe Party »

Participation de 3€ par personne,
Sur inscriptions.



PROGRAMME CITOYENNETE

Mercredi 05 février 2020

13h30 LES LAVANDES - 15h30 :

Réunion réservée aux adhérentes du projet
séjour « famille » 2019.

PROGRAMME EMPLOI

Jeudi 20 février 2020

9h30 à 11h30 à la VILLA VIDAL :

« Comment rechercher un emploi sur le
site du Pôle Emploi »

Sur inscriptions.



PROGRAMME SANTE

Lundi 03 février 2020

13h30 LES LAVANDES - 16h00: « Estime de soi »

Poème - Sur inscriptions.

En partenariat avec l'AVEF.



Jeudi 13 février 2020

9h00 LES LAVANDES- 11h00 : Petit déjeuner
équilibré en partenariat avec IDEA.

Sur inscriptions.

Lundi 10 février 2020

13h15 -15h30 TISOT : « SELF DEFENSE »



Avec l'intervention de
Cécile Limier

Sur inscriptions.

Jeudi 20 février 2020

13h30 LES LAVANDES -15h30 :

Information sur la « La Ménopause »



Intervention et échanges avec

Anne-Marie BRAMRADI

Sur inscriptions.

Lundi 24 février 2020

13h30 LES LAVANDES -16h00 : Sur inscriptions.

« C'est quoi l'Amour » avec l'intervention
de Béatrice AUDHUY
du centre de planification familial



PROGRAMME SANTE

Mardi 04 et Mardi 11 février 2020

13h30 LES LAVANDES- 15h30 :

Marche Nature sur les sentiers du littoral Varois.

Participation de 1€ . Sur inscriptions. Transport en mini bus.



PROGRAMME INFORMATIQUE

Du Lundi 17 février au jeudi 20 février 2020 inclus.

9h15 à 11h15 à la VILLA VIDAL :

« Session d'initiation à l'outil Informatique »

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/>