

**Retrouver tous les mois  
sur notre programme  
disponible sur notre site  
<http://fdlc83.fr> :**

**EVASION CULTURELLE ET MOMENTS  
CONVIVIAUX**

Des sorties, des  
ateliers, des  
fêtes, des  
repas  
conviviaux...



**PREVENTION SANTE ET ACTIVITES PHYSIQUES**

Des réunions de  
prévention sur  
différentes  
thématiques,  
des marches,  
des  
randonnées...



**CAFES CITOYENS**

Des réunions d'échanges, des projets  
pour s'informer, s'exprimer et  
participer à la vie de la Cité



Toutes les activités proposées sont  
réservées aux adhérents. L'adhésion  
annuelle est de 10€ par foyer.



L'association Femme Dans La Cité  
est à votre écoute, n'hésitez pas à  
nous contacter :

☎ Téléphone : 04-94-06-66-60

✉ Mail : [Fdlc83@gmail.com](mailto:Fdlc83@gmail.com)

📮 Adresse postale :

710 avenue Jean Bartolini les lavandes 1  
83500 LA SEYNE SUR MER

Association loi 1901 à but non lucratif  
Agréée Jeunesse Education Populaire  
Agréée Education Nationale  
Reconnue d'Intérêt Général

# Femme Dans La Cité

1993-2023

LES 30 ANS !

S'associer pour créer un mieux  
vivre ensemble



Nos  
activités  
2022/2023



## MAITRISE DE LA LANGUE FRANCAISE

Apprentissage de la langue française, remise à niveau



Cours Débutants à l'Ecole Jean Zay  
Mardi et Vendredi 13h30 à 15h30



Cours Intermédiaire au Collège Eluard  
Lundi et Jeudi 13h30 à 15h30



Cours Intermédiaire au Collège Curie  
Mercredi et Vendredi de 9h00 à 11h00



Cours Expérimenté au Collège Wallon  
Lundi et Jeudi de 9h00 à 11h00

## ACCES AUX DROITS

Aide administrative, interprétariat, droit des étrangers...

↳ **Permanence siège social : rendez-vous au 04.94.06.66.60**

Lundi et Jeudi de 8h30 à 12h00, de 13h00 à 16h00

↳ **Permanence Maison France Services : rendez-vous au 04.94.10.93.50**

● Droits sociaux : Mardi et jeudi 9h00-12h30 et mercredi de 13h30 à 16h00

● Droits des étrangers : Mardi et jeudi de 13h30 à 16h00

## BOOSTE TA SANTE

ABONNEMENT ANNUEL DE 60€ OU 1€ LA SEANCE

↳ **Fitness et Musculation Abonnement UFOLEP**

Du lundi au vendredi matin à la Salle du Germinal ou à l'ESAJ

↳ **Yoga**

Jeudi de 9h15 à 10h30 à Tisot (hors vacances scolaires)

↳ **Sophrologie**

Chaque 2ème lundi du mois de 13h45 à 14h00 à Tisot (hors vacances scolaires)



## ACCES AUX SOINS ET DROITS SANTE

↳ **Sur rendez-vous**

Mercredi matin et Vendredi de 8h30 à 15h30

## ACCOMPAGNEMENT EMPLOI

Accueil, travail sur le projet professionnel, accompagnement recherches emplois, simulation d'entretiens d'embauche, mise en relations institutions et entreprises...



↳ **Sur rendez-vous**

Du Lundi au Vendredi de 8h30 à 15h30

## JARDINS FAMILIAUX

Mise à disposition de parcelles familiales pour cultiver vos légumes de manière naturelle pour 30 € à l'année !

↳ Lundi au Vendredi de 9h00 à 11h30 (sauf le mercredi)



## L'ESPACE DES PARENTS DU COLLEGE WALLON



L'Espace des parents vous accueille tous les jours du lundi au vendredi et vous propose :

↳ Un Point écoute parents

↳ Une Permanence administrative

↳ Un Lieu de ressources familles

↳ Des « blabla cafés »

↳ Des activités de

loisirs

**Pour toute information, rendez-vous ou inscription, contactez Nora FAOUZI au 06.95.70.45.37**



## ACCOMPAGNEMENT A LA SCOLARITE

↳ Pour les élèves du primaire :

● A la Villa Vidal : mardi et jeudi de 16h30 à 18h30

↳ Pour les élèves du secondaire :

● A la Villa Vidal : lundi de 16h00 à 19h00 et mercredi de 15h00 à 18h00

## INCLUSION SOCIALE ET SCOLAIRE DES PRIMO ARRIVANTS DE 16 A 18 ANS

En partenariat avec l'Education Nationale, *Femme Dans La Cité* mène une action d'accueil de jeunes primo arrivant de + de 16 ans : l'Unité Pédagogique des Elèves Allophones Nouvellement Arrivés implantée sur le Lycée Claret à Toulon.

**Pour toute question, se renseigner au siège de l'association.**