

## Programme Espace des Parents au Collège Wallon

**VENDREDI 07 NOVEMBRE 2025**

**14h00-16h00 : Espace des parents**

Atelier réseau Canopé :  
« Comment développer ses  
compétences parentales »  
(Séance 1) Sur inscription.



**JEUDI 13 NOVEMBRE 2025**

**14h00-16h00 : Espace des parents**

Atelier santé : « Comment  
équilibrer les goûters des  
enfants ? » Avec la participation  
de l'APEA. Sur inscription.



**LUNDI 17 NOVEMBRE 2025**

**08h30-17h00 : Espace des parents**

Echanges avec  
l'Association « BECAUSE U ART »  
sur Marseille. Avec la participation  
du Dr. Said IBRAHIM et de l'AVEF.  
Sur inscription



**VENDREDI 21 NOVEMBRE 2025**

**14h00-16h00 : Espace des parents**

« Bla-bla café . Sur inscription



**VENDREDI 28 NOVEMBRE 2025**

**14h00-16h00 : Espace des parents**

Atelier réseau Canopé :  
« Comment développer ses  
compétences parentales »  
(Séance 2) Sur inscription.

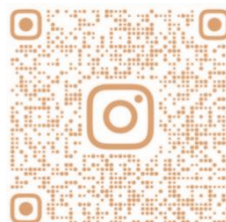


### INFOS

Tarif de l'adhésion annuelle :  
10€ par famille (et par foyer)

\*Activités physiques/randonnées :  
Apporter un certificat médical d'aptitude.

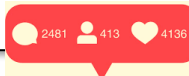
**SUIVEZ TOUTE L'ACTUALITE DE  
L'ASSOCIATION EN SCANNANT  
CE QR CODE :**



@FDLC83

### Femme Dans La Cité

710 avenue Jean-Bartolini  
83500 La Seyne-sur-Mer  
04 94 06 66 60  
fdlc83@gmail.com  
Site : <http://fdlc83.fr/>



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

### Notre projet

S'associer pour créer un mieux  
**vivre ensemble** par des actions favorisant :

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



**PROGRAMME NOVEMBRE 2025**

## Programme Sorties

**SAMEDI 08 NOVEMBRE 2025**

**07h00-19h00 : Les Lavandes**

**Les « samedis en famille » :**  
**Sortie à Arles.**

Découverte du marché d'Arles et visite des Arènes. Transport en grand car.

Participation de 15€ (QPV) et 20€ (Hors QPV) par personne. Sur inscription.



**JEUDI 20 NOVEMBRE 2025**

**12h15-17h45 : Les Lavandes**

Venez découvrir NOSEXIS VILLAGE du Club Egalité FH83 avec la déléguée à l'Egalité et Droits des femmes. Transport en commun. Sur inscription.

## Programme Festival Femmes

**SAMEDI 22 NOVEMBRE 2025**

**Soirée de clôture**

**19h45-23h00 : Espace Tisot**

Film « deux femmes en or »  
+duo spectacle de chansons françaises, cocktail de clôture. .  
Participation de 6€ par personne. Sur inscription.



## Programme Ouvrir l'école aux parents

**JEUDI 20 NOVEMBRE 2025**

**13h45-15h45 : Collège Paul Eluard**

« Ouvrir l'école aux parents » Regroupement des parents : les temps forts de l'année scolaire. Sur inscription



## Programme Emploi

**JEUDI 06 NOVEMBRE 2025**

**13h30-16h00 : Les Lavandes**

Un café autour de l'emploi:

« Mon CV vous intéresse ? Je vous en parle »  
(Partie.1) Sur inscription.

**JEUDI 27 NOVEMBRE 2025**

**13h30-16h00 : Les Lavandes**

Un café autour de l'emploi:

« Mon CV vous intéresse ? Je vous en parle »  
(Partie.2) Sur inscription.



## Programme Santé

**LUNDI 10 NOVEMBRE 2025**

**14h00-15h00 : TISOT**

« Séance de Sophrologie ».

Prévoir un tapis et une tenue adaptée.  
Participation de 1€ par personne. Sur inscription.



**VENDREDIS 07,14,21,28 NOVEMBRE 2025**

**09h00- 10h00 : TISOT**

« Danse – Théâtre » Δ avec l'intervention de la compagnie ART MACADAM  
Inscription OBLIGATOIRE.



**VENDREDIS 07,14,21,28 NOVEMBRE 2025**

**10h00- 11h00 : TISOT**

« Expression corporelle sur musique orientale » Δ avec Nadia by Amiri Beauty. Inscription OBLIGATOIRE.



**JEUDIS 06,13,20,27 NOVEMBRE 2025**

**09h30-10h30 : TISOT**

« Cours de Yoga pour toutes » Δ

Prévoir une tenue adaptée. Participation de 1€ par personne. Sur inscription.



**ΔCertificat médical obligatoire**

**VENDREDI 14 NOVEMBRE 2025**

**14h30-16h00 : Les lavandes**

« Atelier Beauté : Comment le soin corporel devient un rituel de reconnexion à soi ? » avec Nadia by Amiri beauty. Sur inscription



**JEUDI 13 NOVEMBRE 2025**

**14h00-16h00 : Les lavandes**

« Atelier/Groupe de parole : Quelle place occupons-nous auprès de nos proches ? » avec Beatrice Audhuy du Centre de Santé Sexuelle du Var. Sur inscription



**MARDI 25 NOVEMBRE 2025**

**13h00-16h00 : Les lavandes**

« Marche nature à Fabrégas » Δ.

Participation de 1€ par personne. Prévoir une tenue adaptée et de l'eau. Transport en mini-bus.. Sur inscription.



## Programme Citoyenneté

**MERCREDI 19 NOVEMBRE 2025**

**14h00-17h00 : Résidence LOU MISTRAOU**

« Tous au tri ! » jeux et animation autour du tri sélectif, goûter offert.  
(réservé aux résidents)



**VENDREDI 21 NOVEMBRE 2025**

**09h00-11h30 : Les Lavandes**

« Mieux comprendre la tranquillité publique de notre territoire » avec la participation du BTP\*, le CLSPD\* et la DCCP\*. Sur inscription

\*Bureau de la tranquillité publique

\*Le Conseil Local de Sécurité et Prévention et la Délinquance

\*Délégué Cohésion Police Population

**ΔCertificat médical obligatoire**

