SEMAINE DE LUTTE CONTRE LES VIOLENCES
FAITES AUX FEMMES · VAULX-EN-VELIN

Une journée pour elles.

Ensemble, **plus fortes.** Prenez ce temps pour vous.

27 | **Vendredi**
novembre 2026
13 h – 18 h

OFFERT
Un cadeau
à chaque participante

RENDEZ-VOUS AU

Centre social Georges-Lévy

Place André-Bollier, 69120 Vaulx-en-Velin

Entrée libre et gratuite
Sans inscription

- Nutrition
- Confiance en soi
- Massage bien-être
- Self-défense
- Style et image de soi
- Rebooster son quotidien
- CV et compétences
- Renforcement musculaire

SEMAINE DE LUTTE CONTRE LES VIOLENCES FAITES AUX FEMMES ET AUX ENFANTS

Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
PRÉFECTURE DE LA RÉGION RHONE-ALPES

vaulx en velin
MÉTROPOLE DE LYON

Au programme

Vendredi 27 novembre 2026 · 13 h – 18 h

Centre social Georges-Lévy · place André-Bollier, 69120 Vaulx-en-Velin

ATELIER 01

Atelier nutrition

Animé par Nesrine Achouri, nutritionniste diététicienne

ATELIER 02

Confiance en soi

Animé par Samia, bénévole de Break Solidaire

ATELIER 03

Massage bien-être

Animé par une masseuse professionnelle

ATELIER 04

1 h 30

Self-défense

Animé par une professionnelle de la self-défense

ATELIER 05

Se sentir bien dans ses vêtements

Animé par Marianne Novel, styliste et visagiste

ATELIER 06

Rebooster son quotidien

Animé par Hanane, Break Solidaire

ATELIER 07

CV et valorisation des compétences

Animé par France Travail

ATELIER 08

Renforcement musculaire et abdominaux hypopressifs

Animé par Mme Lemlak, kinésithérapeute

Un cadeau offert à chaque participante

Entrée libre et gratuite, sans inscription

Violences Femmes Info · 3919

Gratuit et anonyme, 24 h/24 et 7 j/7. Danger immédiat : 17.

SEMAINE DE LUTTE CONTRE LES VIOLENCES FAITES AUX FEMMES ET AUX ENFANTS

Liberté · Égalité · Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
PRÉFECTURE DE LA RÉGION RHONE-ALPES

vaulx en velin
MÉTROPOLE DE LYON

BREAK SOLIDAIRE