

NEWSLETTER MARS 26



Chères adhérentes, chers adhérents, découvrez l'actualité d'ALURS sur ce premier trimestre 2026 !

10 PARTENAIRES
OFFICIELS

105
ADHÉRENT.E.S

6 NOUVELLES
BÉNÉVOLES

3 NOUVELLES
STRUCTURES
D'INTERVENTION

DÉVELOPPEMENT DE L'OFFRE SPORTIVE

COACHING SPORTIF DANS 3 NOUVELLES STRUCTURES



Depuis janvier, nous avons conventionné avec 3 nouvelles structures à Lyon pour dispenser des séances de sport auprès des femmes accompagnées. C'est 5 nouvelles séances de sport par mois en plus des 7 déjà dispensées.

- **Au tambour !** premier accueil de jour en non-mixité dédié au répit et au bien-être des femmes isolées en situation de précarité et victimes de violences de genre à Lyon.
- **La maison des femmes** : lieu dédié à la prise en charge et l'accompagnement des femmes, des personnes trans et non binares, victimes de toutes formes de violences, quel que soit le contexte.
- **Le Mas** : Accueil, accompagnement et aide aux personnes en situation de vulnérabilité en coopération avec les autorités et les acteurs de solidarité, de santé et de justice



L'AGENDA DU PRINTEMPS 2026

AVRIL

JUIN

Dates

Samedi 4 avril

Samedi 25 avril

Samedi 6 juin

Avec

Adhérent.e.s d'ALURS

Pôle sportif

Pôle sensibilisation

Lieu

10h30 place bellecour

Corbas - club d'escrime
"Les mousquetaires"

Place Bellecour

Description

Course symbolique de 5km pour
les 2 ans de l'asso !

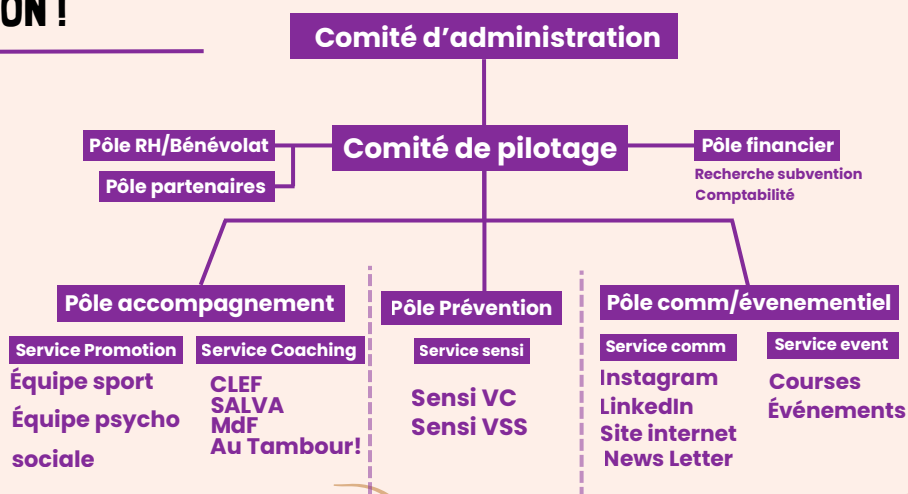
Projection du film "touchées"
aborde la reconstruction par le
sport après les violences.

Participation au village du
sport de L'OSL

CRÉATION DU PÔLE SENSIBILISATION / PRÉVENTION

NOUVEAU PÔLE DANS L'ASSOCIATION !

Nous avons développé officiellement depuis janvier un nouveau pôle "prévention" au sein de l'association. Ce dernier a pour objectif d'offrir des séances de sensibilisation pour les entreprises, les centres sociaux et les établissements d'enseignement.



TÉMOIGNAGES

BILAN À MI PARCOURS POUR LES FEMMES ACCOMPAGNÉES

L'emprise nous dépossède. Le sport, lui, nous rappelle qu'on a encore du pouvoir sur nous-mêmes.

Le groupe de parole m'a bousculée sur des points que je pensais avoir dépassés. Il m'a rappelé qu'on fait du sport ensemble, parce qu'on partage un parcours commun.

J'ai réappris à sortir de chez moi, à ressentir la faim, la fatigue, à retrouver des sensations simples. Avant, j'étais en mode robot, : seule la sécurité comptait.

Les cours m'ont aider à améliorer ma forme grâce à un contexte d'écoute et de délicatesse avec discretion et humanité.

Pour rappel, dans le cadre de notre promotion, nous accompagnons un groupe de 10 femmes pendant un an, au rythme d'une séance de sport par semaine et d'un groupe de parole par mois.

LA VIE DE L'ASSO EN PHOTO

8/03/26 : Participation à la manifestation pour la journée internationale des droits des femmes



13/03/26 : Visionnage du Film "La maison des Femmes" suivi d'un temps d'échange avec Fanny Asselineau, directrice de la maison des femmes de Lyon dans laquelle nous intervenons.

Début janvier 2026 : Nous avons sollicité les services d'une graphiste professionnelle pour mettre à jour notre charte graphique

