

# NEWSLETTER SEPT 25



Chères adhérentes, chers adhérents, découvrez l'actualité d'ALURS sur ce troisième trimestre 2025 !

2 APPELS À  
PROJET

16 BÉNÉVOLES

71 ADHÉRENT.E.S

PREMIER  
FINANCEMENT DE  
L'ETAT

52 SÉANCES  
DE COACHING ACCRÉDITÉES  
DE SEPTEMBRE 2024/25

## ZOOM SUR UNE ACTION SPORTIVE



### ORGANISATION D'UNE COURSE D'ORIENTATION EN PARTENARIAT AVEC LA MAIRIE DE LYON 7

Samedi 27 septembre a eu lieu la première session de notre événement "course d'orientation" en non mixité dans l'arrondissement de Lyon 7. Nous avons organisé cette course dans le cadre d'un appel à projet de la ville de Lyon 7, qui visait à promouvoir l'activité physique des femmes dans les espaces publics de la ville et la réappropriation de ces derniers. La première session a été une réussite avec une vingtaine de participantes, de 8 à 55 ans, qui ont pris beaucoup de plaisir à relever les petits défis sportifs semés tout au long du parcours de 3km de marche ou 5km de course.



## L'AGENDA DE LA FIN D'ANNÉE

### OCTOBRE

### NOVEMBRE

### DÉCEMBRE

Dates

Samedi 18 octobre

Lundi 24 novembre

Vendredi 5 décembre

Avec

Pôle sportif - événementiel

Pôle psycho-social

Les adhérent.e.s

Lieu

Gymnase Clémenceau

Mairie de Caluire

Lyon 7

Description

Course d'orientation en non mixité dans le 7ème arrondissement.

Conférence sur le sujet des bienfaits du sport dans le cadre des violences conjugales

Assemblée générale de l'association



# ZOOM SUR LA RENTRÉE

## REPRISE DES SÉANCES DE SPORT

Les 9 femmes du premier programme de notre association ont repris les séances de sport hebdomadaires au début du mois de septembre. Nous avons également repris les séances deux fois par semaine au foyer CLEF. Les exercices sont toujours articulés autour du renforcement sportif collaboratif en plein air et se déroulent dans les parcs. Nous avons investi dans du matériel sportif (élastiques, balles de massage, tapis...). Nous envisageons d'étendre les interventions de coach sur d'autres structures.



## ELLES NOUS ONT REJOINTS

EMILIE

**Laura** : Ancienne éducatrice spécialisée aujourd'hui réflexologue passionnée, Laura souhaite offrir aux femmes un espace de bien-être et de reconnexion avec leur corps.

LAURA

**Émilie** : étudiante en Master 2 de psychologie clinique option Justice, Émilie nous rejoint dans le cadre de son stage pour apporter son soutien psychologique et son regard de chercheuse.

## LA VIE DE L'ASSO EN PHOTO

03/09/2025 : soirée de cohésion de rentrée des bénévoles de l'asso !



28/09/2025 : Participation au festival AGIR de notre partenaire ANCIELA sur le thème des violences intra-familiales



27/09/2025 : Première session de la course d'orientation à Lyon 7 - les bénévoles organisatrices !

