


# Planning des activités - Décembre 2025

<b>1 - LUNDI</b> <b>15 h &gt; 17 h</b> Projection d'un <b>film</b> et discussion 	<b>2 - MARDI</b> <b>15 h &gt; 16 h 30</b> <b>Football</b> 	<b>3 - MERCREDI</b> L'ESPACE FEMMES <b>10 h &gt; 12 h</b> Grossesse et bébés en France <b>15 h &gt; 16 h 30</b> <b>Débat</b> 	<b>4 - JEUDI</b> <b>15 h &gt; 16 h 30</b> <b>Atelier Kung-fu</b> 	<b>5 - VENDREDI</b>  <b>Réservation  pour l'animation  d'ateliers  (sur demande)</b>
<b>8 - LUNDI</b> <b>15 h &gt; 16 h 30</b> Créativité artistique 	<b>9 - MARDI</b> <b>15 h &gt; 16 h 30</b> <b>Football</b> 	<b>10 - MERCREDI</b> L'ESPACE FEMMES <b>10 h &gt; 12 h</b> Pause et détente <b>15 h &gt; 16 h 30</b> <b>Débat</b> 	<b>11 - JEUDI</b> <b>15 h &gt; 16 h 30</b> <b>Atelier Kung-fu</b> 	<b>12 - VENDREDI</b>  <b>Réservation  pour l'animation  d'ateliers  (sur demande)</b>
<b>15 - LUNDI</b> <b>15 h &gt; 17 h</b> <b>Atelier cuisine</b> 	<b>16 - MARDI</b> <b>15 h &gt; 16 h 30</b> <b>Football</b> 	<b>17 - MERCREDI</b> L'ESPACE FEMMES <b>10 h &gt; 12 h</b> <b>Atelier  cuisine</b> <b>15 h &gt; 16 h 30</b> <b>Débat</b> 	<b>18 - JEUDI</b> <b>15 h &gt; 16 h 30</b> <b>Atelier Kung-fu</b> 	<b>19 - VENDREDI</b>  <b>Réservation  pour l'animation  d'ateliers  (sur demande)</b>
<b>22 - LUNDI</b> <b>Fermeture  exceptionnelle  de L'espace</b>	<b>23 - MARDI</b> <b>Fermeture  exceptionnelle  de L'espace</b>	<b>24 - MERCREDI</b> <b>Fermeture  exceptionnelle  de L'espace</b>	<b>25 - JEUDI</b> <b>Fermeture  exceptionnelle  de L'espace</b>	<b>26 - VENDREDI</b> <b>Fermeture  exceptionnelle  de L'espace</b>
<b>29 - LUNDI</b> <b>Fermeture  exceptionnelle  de L'espace</b>	<b>30 - MARDI</b> <b>Fermeture  exceptionnelle  de L'espace</b>	<b>31 - MERCREDI</b> <b>Fermeture  exceptionnelle  de L'espace</b>		



L'espace, lieu d'accueil, d'expression et d'échange  
ouvert aux personnes concernées par  
la migration, est ouvert :  
du **lundi au jeudi, de 14 h à 17 h.**  
L'espace femmes (temps d'accueil en non-mixité)  
est proposé : **les mercredis, de 10 h à 12 h.**

275 rue André Philip  
69003 - Lyon  
Métro D : "Garibaldi", Bus C25 "Rancy",  
Métro B : "Place Guichard"  
📞 07 61 07 89 12  
orspere-samdarra.com  
Facebook | Instagram | Youtube : Orspere-Samdarra



## L'ESPACE FEMMES

Tous les mercredis matins, à partir de 10 h, L'espace est exclusivement réservé aux femmes.

Venez échanger, rencontrer de nouvelles personnes et participer à des activités en non-mixité.

Ce mois-ci les ateliers prévus sont :

le 3, un temps d'échange sur le thème « Être enceinte et accoucher en France », le 10 « Prendre une pause et se détendre », et le 17, un atelier cuisine.

Les enfants et les bébés sont les bienvenus.

## DÉBATS

Quoi de mieux que les temps de débat pour exprimer vos opinions et votre vision de la vie, librement et sans tabou, sur des thèmes variés.

Écoute, respect, bienveillance et tolérance garantis.

Animé par Aman et Alice.



## FOOTBALL

Si vous souhaitez pratiquer une activité sportive et vous dépenser, vous êtes fan de football et vous aimez l'esprit d'équipe, rejoignez-nous pour une partie ! Possibilité de jouer, mais aussi d'assister au match pour supporter les équipes.

Activité ouverte à tous les niveaux.

Bonne ambiance au rendez-vous.

Animé par Alice.

## CRÉATIVITÉ ARTISTIQUE

Venez participer à des moments de détente et de créativité.

Nous utilisons différentes matières, couleurs et des outils qui nous permettent de nous exprimer.



## PROJECTION D'UN FILM

Comédie romantique, film d'action, science fiction...

Venez vivre un moment de partage autour d'un film pour ensuite en discuter ensemble !



## ATELIER CUISINE

Envie de découvrir des nouvelles cuisines et de partager vos meilleures recettes ?

Venez faire connaissance autour de nos fourneaux, explorer ensemble un nouvel univers culinaire et emporter de bons petits plats avec vous !

Animé par Sadia Hessabi, entrepreneuse et traiteur.



## ATELIER INITIATION AU KUNG-FU

Vous connaissez tout des films de Kung-fu et vous souhaitez vous aussi essayer cet art martial ? Venez découvrir les bases du Kung-fu dans une ambiance décontractée et bienveillante !

Animé par Hervé Martel, professeur.