

FESTI'ELLES



LE SPORT COMME TERRAIN D'ÉGALITÉ

PROGRAMME

10h - 17h

ACTIVITÉS SPORTIVES & RENCONTRES ASSOCIATIVES

Tout au long de la journée, venez découvrir des disciplines sportives en initiation et aller à la rencontre des associations partenaires engagées pour l'égalité sur le territoire. Peu importe votre niveau de forme physique, passionnée de sport ou débutante, ces activités sont ouvertes à tous et toutes ! Venez seule, en famille ou avec des amies, et profitez d'une journée dynamique et divertissante.

Activités sportives : athlétisme, boxe savate, escalade, escrime, handball & rugby

Associations : Femmes Solidaires, Hand'Joy, Observatoire départemental des violences envers les femmes, SOS Femmes, Sine Qua Non

TABLE RONDE

10h - 12h

LA SANTÉ DES FEMMES DANS LE SPORT

Cycle menstruel, grossesse, maternité, ménopause, troubles mentaux et alimentaires, surentraînement : des sujets souvent tus, enfin au cœur du débat.

Avec : **Amina Tounkara**, handballeuse professionnelle, et présidente de l'association Hand'Joy · **Lamia Ramadan**, diététicienne et nutritionniste au CHU de Rennes, spécialiste des TCA & triathlète · **Laurianne Dimina**, Docteure en sciences de la nutrition et experte en stratégies nutritionnelles personnalisées pour femmes sportives.

Slam "Sport, femmes et troubles des conduites alimentaires", par **Mélissa Plaza**

Animé par **Camille Lamblaut**, journaliste sportive



12h - 13h

SÉANCE DE YOGA OUVERTE À TOUTES & TOUS

Un premier cours collectif de yoga pour prendre soin de soi et se retrouver après la matinée d'échanges. *Nous mettons à disposition des tapis, mais vous pouvez emmener le vôtre pour permettre à plus de personnes d'y prendre part !*

Animé par **Annie Bernier**, professeure de yoga

TABLE RONDE

14h - 16h

FEMMES ET SPORT : TROUVER SA PLACE

Pratique loisir, compétition, haut niveau, monde professionnel : cette table ronde propose d'explorer les différentes réalités du sport féminin, à tous les niveaux de pratique, et d'identifier les leviers concrets pour faire évoluer les choses.

Avec : **Ayodele Ikuesan**, sportive olympique, membre de l'équipe de France d'athlétisme et candidate aux élections municipales à Paris 18e · **Oriane Filhol**, conseillère départementale déléguée à la lutte contre les discriminations et à la jeunesse · **Mélissa Plaza**, Docteure en psychologie sociale et experte des stéréotypes de genre, ancienne footballeuse professionnelle, conférencière et slameuse · **Céline Fortune**, Présidente du comité départemental de handball 93

Slam "Football « féminin »", par **Mélissa Plaza**

Animé par **Camille Lamblaut**, journaliste sportive

16h - 17h

SÉANCE DE YOGA OUVERTE À TOUTES & TOUS

Un second cours collectif pour clore la journée en douceur, dans un temps centré sur le corps et la réappropriation de l'espace. *Nous mettons à disposition des tapis, mais vous pouvez emmener le vôtre pour permettre à plus de personnes d'y prendre part !*

Animé par **Annie Bernier**, professeure de yoga

SAMEDI 7 MARS 2026 / 10 H - 17H

CAMPUS CONDORCET - CENTRE DES COLLOQUES

Place du Front Populaire - Aubervilliers

avec le soutien de