



infos

Numéro 14
Automne 2025

La lettre info des acteurs de l'Inclusion

L'Édito de l'élue

Tout le monde le sait ! Le sport est un formidable levier d'inclusion, de confiance en soi et de lien social. À La Seyne-sur-Mer, nous avons fait le choix d'accompagner et de soutenir les projets favorisant l'accès aux activités sportives pour les personnes en situation de handicap, y compris pour les enfants.

Ses bienfaits sur la santé physique sont largement reconnus, mais il joue également un rôle essentiel sur la santé mentale, grande cause nationale à laquelle notre ville s'est pleinement associée.

A l'approche de la fin de ce mandat, le bilan mené dans le champ du handicap et de l'inclusion est globalement satisfaisant.

En matière d'accessibilité, la création d'un groupe de travail associant usagers, associations et techniciens de l'antenne métropolitaine a permis d'ancrer une méthode de travail collective, appuyée par des visites de terrain pour améliorer concrètement les déplacements dans la ville. Bien sûr, même s'il reste encore des progrès à accomplir, les bases sont aujourd'hui posées.

Le développement du Handisport constitue également une avancée majeure. L'ouverture de la course des 10 kms de Tamaris aux sportifs en situation de handicap est le fruit d'une véritable réflexion collective et d'un engagement partagé pour rendre cet événement accessible à tous.

Saluons aussi le travail effectué pour rendre possible la mise à disposition de la Joëlette permettant désormais l'accès aux randonnées dans nos massifs forestiers à toutes et tous.

Des rendez-vous marquants, tels que les diverses activités proposées lors de la manifestation *Handi sur Seyne*, témoignent de manière incontestable d'une véritable ouverture en faveur de l'inclusion.

Enfin, la santé mentale et l'emploi inclusif ont fait l'objet d'avancées concrètes, avec la mise en place d'ateliers dédiés et une mobilisation exceptionnelle lors des SISM et de la SEEPH, signes d'un réel intérêt et d'une prise de conscience collective.

Ces actions sont le fruit d'un travail partagé, mené avec conviction, écoute et engagement. Je tiens à remercier l'ensemble des partenaires, associations, services et citoyens qui contribuent chaque jour à faire de notre ville un territoire plus juste et plus inclusif.

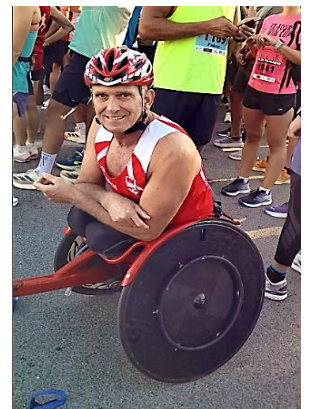
En ce début d'année, j'adresse à tous mes meilleurs vœux pour 2026, avec l'espoir qu'elle soit placée sous le signe de la solidarité, de la santé et du vivre-ensemble.

Valérie GUITTIENNE
Adjointe déléguée au Handicap

10 km de Tamaris

Pour la 1^{ère} fois, le CSMS, organisateur de la course des 10 km de Tamaris, a permis et facilité la participation d'un athlète handisport qui a avalé le ruban d'asphalte avec une belle énergie.

Les motards de HOPE RIDER, présents pour soutenir Octobre Rose, ont contribué, par leur présence, à garantir la sécurité du coureur qui espère que d'autres sportifs handisport pourront participer aux prochaines éditions.



Pascal Veillet
sur la ligne de départ

ECOLE MUNICIPALE DE SPORTS ADAPTES

Avec le projet de sensibiliser et de former les éducateurs territoriaux des activités physiques et sportives (Etaps) à l'accueil d'enfants à besoins spécifiques - handicap mental, déficience, troubles autistiques -, **la direction du service municipal des Sports de La Seyne-sur-mer, travaille conjointement avec les IME du territoire communal.**

Parallèlement, pour permettre l'accès à une activité sportive au plus grand nombre de jeunes, l'équipe a ouvert une **école municipale de sports adaptés** en collaboration avec le Comité Départemental des Sports Adaptés du Var (CDSA).

Charlotte ROHR, Etaps en mairie, et Julie SEGRETAIN, enseignante en activités physiques adaptées au CDSA Var, **accueillent une dizaine d'enfants âgés de 6 à 14 ans tous les mercredis matin de 9h à 10h dans les locaux de l'école Marcel Pagnol** avec le soutien d'une jeune fille en service civique. L'ouverture d'un second créneau pourrait être envisagée lorsque les besoins se présenteront.

Les enfants ont accès à du **multisport** (foot, escalade, basket) toute l'année et à des temps de **motricité**, des temps de **cirque** ou encore des activités **pleine nature**, toujours en tenant compte du rythme adapté à chacun, respectant les temps de pause ou de sieste.

Un premier stage multisports a eu lieu au cours des vacances de la Toussaint au complexe Léry avec au programme du **foot**, de l'**escalade**, de la **boxe**, du **trampoline** ou encore du **rugby** ou du

hockey et cela, afin de permettre à ces jeunes gens d'acquérir des bases pour, potentiellement, rejoindre plus tard une structure sportive en milieu ordinaire.

En février et en avril, l'expérience sera renouvelée au complexe Léry ou à la Maison de Pleine Nature à Janas.

LA SANTE INTIME

Qu'il s'agisse de contraception, de prévention des MST et du SIDA, que l'on se questionne sur la période de l'adolescence, la vie de couple, son propre rapport au corps et ses limites ou encore sur l'éducation familiale, les équipes informent et conseillent dans la plus grande confidentialité.

[Trouver le centre proche de votre domicile](#)



CAP ECOLE

C'est dans un local décoré avec goût, au n° 59 de l'avenue **Frédéric Mistral**,



que l'équipe de **CAP Ecole** accueille désormais les familles d'enfants porteurs de handicap et/ou à besoins particuliers.

Pour son rendez-vous annuel, CAP Ecole organise, le **mercredi 21 janvier 2026** au **Casino Joa**, son 7^{ème} colloque sur le thème **Vivre ensemble à l'école** autour d'un programme où interventions, cas concrets, témoignages, temps d'échanges et rencontres professionnelles étayeront la journée.



CAP Ecole

Pour être informé de l'ouverture de la billetterie, [inscrivez-vous à la newsletter](#).

MAISON SPORT SANTÉ SOCIÉTÉ (M3S)

Installée au Germinal depuis 4 ans, la **Maison Sport Santé Société (M3S)** accueille toutes les personnes qui souhaitent reprendre une activité sportive en douceur.

La maladie, l'âge ou le handicap, quel que soit le frein, toutes se verront proposer un **programme adapté** contre une contribution très minime, voire une prise en charge totale.

Les bienfaits de l'activité physique sur la santé mentale ne sont plus à démontrer. L'impact en termes de régulation de l'humeur, d'amélioration du sommeil et de réduction de l'anxiété ou encore de la dépression et de l'estime de soi, auxquelles s'ajoutent les opportunités de renforcer le lien social, sont autant d'atouts qui font du **mouvement un allié santé complet**.



Contact : 07 49 59 27 89
m3s@ufolep83.org
Bd Jean Rostand
83500 La Seyne-sur-Mer

QUID DES DIRECTIVES ANTICIPEES

Si la fin de vie est un sujet difficile, l'aborder peut éviter de nombreuses souffrances à l'entourage et à soi-même. C'est le rôle des **directives anticipées** qui sont désormais un moyen très simple de se prononcer sur des sujets sur lesquels nous n'aurions pas eu le temps de nous prononcer, d'en informer nos proches à un moment où la maladie ne nous permettrait plus de les aborder.

Cette démarche essentielle garantit le respect de nos choix.

Rappelons que les directives anticipées ne sont utilisées que si nous n'avons plus la capacité d'exprimer nos volontés.

[En savoir plus](#)

COMMUNAUTE 360

Novembre 2021 marque la naissance des communautés 360 partout en France. L'objectif de ce dispositif est d'apporter les réponses indispensables à la prise en charge des problématiques rencontrées par les personnes en situation de handicap, leurs aidants et les professionnels auxquelles elles ont recours.

Ce service gratuit est accessible à tous sans distinction d'âge, avec ou sans reconnaissance MDPH et dirige, selon le domaine concerné - emploi, logement, transports - ou le degré de complexité, vers le ou les interlocuteurs en capacité d'accompagner le demandeur.

Un seul numéro d'appel
0800 360 360

HANDI-SUR-SEYNE

Handi-sur-Seyne 2026 se vivra le jeudi 11 juin sur le parc Braudel et la plage des Sablettes.

Pour lui donner une dimension territoriale plus étendue, l'ouvrir à tous les acteurs des domaines de l'inclusion, plusieurs partenaires ont rejoint les organisateurs initiaux pour créer un comité de pilotage pluri thématique.

Pour l'annoncer largement, **ce nouveau comité lance un concours d'affiche qui sera proposé aux IME et aux ESAT de la région.**

Sélectionnée par un jury qui se réunira le 19 février, l'affiche qui présentera la prochaine édition devra porter un visuel évoquant le handicap sous toutes ses formes, arborera des couleurs et un graphisme choisi par le ou les créateurs (la participation peut être individuelle ou en groupe).

Enfin, si des images y sont intégrées, elles seront obligatoirement libres de droit.

Les informations relatives à la date et aux heures de la manifestation, ainsi que les logos des différents partenaires, seront ajoutées lors de la réalisation du visuel par les services municipaux en conservant la phrase d'accroche *Handi-sur-Seyne, endiguons les différences.*

Le concours est ouvert jusqu'au vendredi 30 janvier 2026.

Les inscriptions se font par simple mail adressé au service HSI : servicesanteinclusion@la-seyne.fr

TOURISME POUR TOUS

Qu'il s'agisse d'organiser un séjour de courte durée ou des congés annuels, de s'informer sur le degré d'accessibilité de sa prochaine destination de vacances, repérer ce label est un élément essentiel à une bonne organisation.

Le label **Tourisme et Handicap** et la qualification **Var Accessible** mettent à la disposition des vacanciers en situation de handicap, et de leur famille, des informations qui sont régulièrement mises à jour sur les différents sites et établissements accessibles.

Transport, hébergement, restaurants, culture et terroir, loisirs et sports, nature ou plages, chaque type d'établissement labélisé est référencé.

[Préparer votre séjour](#)

RETOUR DE LA GRIPPE

La grippe saisonnière est en forte augmentation. La vaccination et les gestes barrières protègent contre la diffusion du virus.

Le service communal d'Hygiène et de Santé vous accueille et vous permet l'accès gracieux à la vaccination dès 60 ans.

Renseignements au 04 94 06 90 60
vaccination@la-seyne.fr



CONTACTEZ-NOUS



Hôtel de ville
20 quai Fabre - CS 60226
83507 La Seyne-sur-mer



04 94 06 90 60



servicesanteinclusion@la-seyne.fr



www.la-seyne.fr