

## ÉDUCATION POPULAIRE ?

Ce sont les pratiques collectives pour analyser nos situations et agir contre les systèmes de dominations, en vue de changer la société.

C'est l'éducation par les pairs, la solidarité entre exploité.e.s, sans chef.fe.s, l'appropriation de savoirs collectifs, la recherche d'autonomie et d'émancipation... C'est aussi incarner dans nos pratiques des postures éthiques et non-oppressives.

## LA FRONTALE, C'EST QUOI ?

C'est d'abord des individus qui se sont mangés des épuisements militants et associatifs liées à l'incohérence entre les valeurs "progressistes" et les actions concrètes de ces milieux. Et qui ont choisi de se retrouver pour mieux mettre en travail ce qu'il se joue dans nos organisations et employer les termes : nous sommes dans un système capitaliste qui exploite et épuise les humains et non-humain.e.s. Les oppressions se retrouvent partout, emportant notre joie au passage. Et souvent nous ne les voyons même pas.

Nous ce qu'on veut d'abord, c'est contribuer à rendre ces oppressions visibles, à rendre les luttes joyeuses et accessibles. Puis à accompagner les collectifs à construire du rapport de force pour rendre ces oppressions inexistantes et retrouver de la dignité sur nos existences.

Pour toutes questions ou inscriptions, c'est par ici



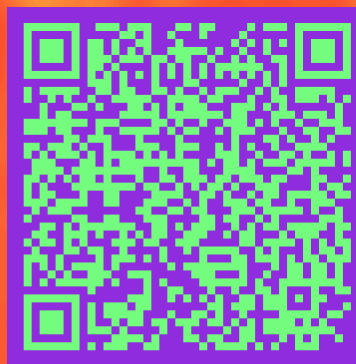
[coucou@lafrontale.org](mailto:coucou@lafrontale.org)



[collectif.lafrontale](https://www.instagram.com/collectif.lafrontale)



[www.lafrontale.org](http://www.lafrontale.org)



Enseigne hébergée par Coop'Alpha - Coopérative d'Activité et d'Emploi  
RCS Périgueux 482371481  
SCOP Anonyme à capital variable  
Siret 482 371 481 00078



# SAISON D'ATELIERS

FÉVRIER - JUIN 2026



Ne pas jeter sur la voie publique

Dé-formation continue  
\* Accompagnement \*  
Ateliers collectifs  
Conférences gesticulées



**Atelier d'initiation : limites et consentement verbal**  
**> Jeudi 26 février - 18h-21h**

**-ouvert à toustes-**

Le consentement est partout dans nos vies quotidiennes. Mais c'est quoi le consentement au fait ? Du partage d'outils et de savoirs viendront compléter des exercices pour apprendre à poser ses limites et prendre en compte celles des autres.  
! Il n'y aura pas d'exercice tactile dans cet atelier !

**Désintoxication de la langue de bois**  
**> Mercredi 5 mars - 18h-21h**

En sortant de cet atelier, vous serez un.e expert.e en débusquage de discours politique sans fond et sur les termes barbant qu'on peut entendre à longueur de journée en réunion.  
 Pratique en temps d'élections (et pas que !)

**Atelier des Zikettes - 2 sessions !**  
**> week-end des 28 et 29 mars**  
**> week-end des 23 et 24 mai**  
**> Studios du Sans Réserve à La Filature**

**-mixité choisie femmes et minorisées de genre-**

Les constats du sexisme dans la musique sont édifiants. Atelier d'empouvoirement et d'initiation aux pratiques musicales en groupe. Pas obligé de savoir jouer, le principal : apprendre ensemble, s'amuser et dézinguer les clichés sexistes !



en partenariat avec



**Journée d'autodéfense queer-féministe**  
**> Samedi 25 avril**

**-mixité choisie sans homme cisgenre-**

L'idéal serait de ne pas avoir à se défendre juste parce qu'on existe mais vu qu'on est encore en cis-patriarcat...

**> 10h30-12h30 : autodéfense verbale**

Apprendre à répliquer verbalement quand un.e relou mascu, que ce soit l'un.e de nos proches ou pas, fait une remarque sexiste ou transphobe, ou les deux en mode pot-pourri TERF.

**> 14h30-17h : autodéfense physique + goûter**

Là c'est l'atelier pour se défouler physiquement et apprendre des techniques d'autodéfense, au rythme que tu souhaites, en imaginant tes exs abusifs et les personnes qui disent "c'est contre-naturaaaaannnn"

**Journée « écoute, bonhomme ! »**  
**> Samedi 25 avril - 10h30-17h**

Quand on a été éduqué comme un bonhomme, on a rarement appris à écouter. Et en vrai, on en souffre. Alors on se retrouve entre hommes pour parler d'écoute, de nos difficultés à ouvrir les oreilles (et le cœur, surtout), des problèmes que ça (nous) pose, et comment apprendre à mieux le faire !

**Tous les ateliers sont à prix conscient sur la base de l'outil (imparfait) du Thunomètre**

**Repenser le conflit et le soin dans nos collectifs**  
**> Mercredi 20 mai - 18h30-21h**

Les conflits dans les groupes, c'est comme les légumes vapeurs. Personne n'aime vraiment ça, mais c'est sain de s'en farcir de temps en temps. On pense même que reconnaître leur existence, et les traiter correctement, c'est la condition sine qua non pour faire de la démocratie et du soin dans les collectifs.

**Non-binaire, transgenre, agenre, masculin, féminin... Comprendre la notion de genre**  
**> Mercredi 10 juin**

Si vous êtes perdu.e.s avec tout ces termes, c'est normal. Non ce n'est pas "une mode" ou "du n'importe quoi de personnes bizarres", ces termes nomment des réalités, des histoires qui ne viennent pas d'hier. Viens en apprendre plus sur tout ça pour éviter des erreurs blessantes.

Légende :

- \* > Luites Trans, Pédé.e, Gouine, Inter, + (TPGI+)
- ▲ > Luites féministes, queer et antipatriarcales
- ⚡ > Luites contre le fascisme, l'extrême droite et les idées réactionnaires
- 🌱 > Luites écologistes et paysannes
- ❤ > Luites antiracistes et décoloniales
- 🌙 > Outiller les luites et les orgas
- ◆ > Luites sociales et contre le capitalisme
- 👤 > Luites contre le validisme
- > Théories et savoirs politiques
- ✦ > Soin collectif

**NOUS CONTACTER POUR LES LIEUX**

