

FRICHE
LA BELLE DE MAI



Solidarité
femmes¹³



ATELIERS
PROJECTIONS
RENCONTRES
THÉÂTRE
DANSE
BOUM



J'CRAINS

DÉGUN
LES CINQ ANS !

JOURNÉES POUR L'ÉLIMINATION
DES VIOLENCES
FAITES AUX FEMMES
ET MINORITÉS DE GENRE

21 & 25/11
2026



J'CRAINSDEGUN.FR





J'CRAINS DÉGUN

ÉDITION 2026

TOUS LES ATELIERS OU SPECTACLES SONT À PRIX LIBRE ET ACCESSIBLES PMR
+ D'INFORMATIONS ET RÉSERVATIONS EN LIGNE
DIRECTEMENT SUR [JCRAINSDEGUN.FR](https://jcrainsdegun.fr)

SAMEDI 21 NOVEMBRE - GRAND PUBLIC - FRICHE LA BELLE DE MAI

14h-19h

Kermesse féministe, espace d'écoute - J'crains dégun

PLATE-FORME

Tout public

Toute la journée venez à la rencontre des trois associations organisatrices pour découvrir nos outils de prévention, faire une partie de baby-foot ou prendre un goûter à prix libre !

14h-16h

Rencontre autour des identités queer musulmanes - Klaam

LABO FRICHE

Tout public

Écoute d'un podcast suivi d'une rencontre entre Yasmine Sellami, journaliste, et Ludovic-Mohamed Zahed, premier imam ouvertement homosexuel de France et docteur en sciences humaines et sociales.

14h et 15h15

À l'écoute de nos émotions (contes pour enfants) - L'œil du Loup

PETIT STUDIO

5 à 9 ans

Atelier parents-enfants autour de la série audio *Nour, Marin et les perles de magie*, une série d'histoires pensée comme un outil de promotion du consentement qui aide les enfants à mieux comprendre leurs émotions, leurs besoins et leurs relations aux autres. Suivi d'un temps d'échanges.

14h-16h

Vers la guérison - Kiyémis

SALLE DES TABACS

Femmes et minorités de genre

Atelier d'écriture pensé comme un espace de tendresse et de soin. On parle souvent de colère et de résilience, plus rarement de guérison : c'est cette question que l'atelier explore.

14h-16h

À nos désirs, récits de premières fois - Transbordeur

SALLE HORIZON

Ados

Écoute et échanges autour du podcast *À nos désirs* : des jeunes de 17 à 22 ans partagent leurs premières expériences affectives et sexuelles pour briser les tabous et ouvrir le dialogue.

14h-16h

Vers des politiques publiques féministes ? - Radio Galère & invité-es

RADIO GALÈRE

Tout public

Autour du plateau en direct : des collectifs d'habitant-es, des associations et organisations politiques féministes discutent des revendications féministes et des stratégies et intentions en période électorale.

14h-18h

Pédocriminalité : des faits divers aux crimes systémiques - Mucem

PETIT ATELIER

Tout public

Cet atelier de la Commission d'enquête est un moment pour réfléchir ensemble sur les violences sexuelles faites aux enfants, en préparation du Procès du siècle qui aura lieu le 30 novembre à l'auditorium du Mucem.

14h30-17h

Porteuses d'espoir - Solidarité femmes 13

LE LOCAL

Tout public

Mettre en place un grand arc-en-ciel constitué de toutes nos différentes identités tel un pont qui nous réunit et nous projette vers une autre rive plus coopérative et porteuse d'espoir.

15h30-17h30

MÉDIALAB

Tout public

NUMERITECH, impression 3D de sifflet - Chroniques

Fabriquez votre propre sifflet d'autodéfense en impression 3D. Vous passerez par toutes les étapes : modélisation 3D simple, préparation de l'impression et lancement sur une imprimante 3D.

16h30-18h30

SALLE HORIZON

Public LGBTQIA+
16 ans et +

Plus qu'hier et bien moins que demain - Planning familial 13 & invité-e

Explorez la question de la transmission intergénérationnelle, en mixité choisie, à travers des récits, des ressources, où l'écoute, les paroles, les écrits tissent des liens entre générations.

Si vous le souhaitez apporter un objet de votre choix pour vous présenter.

16h30-18h30

LABO FRICHE

Tout public

Au bain des dames - Margaux Fournier

Projection (29") suivie d'une rencontre. Synopsis : Tous les jours, Joëlle rejoint ses amies retraitées sur la plage. Comme dans un théâtre à ciel ouvert, elles rient, parlent d'amour, de sexe, de corps qui changent, et refont le monde avec la liberté de celles qui n'ont plus rien à prouver.

18h-20h

LIBRAIRIE

Tout public

Rencontre littéraire - Kiyémis & Myriam Rabah-Konaté

Avec Kiyémis, autrice, poétesse et essayiste et Myriam Rabah-Konaté, documentariste, danseuse, autrice et traductrice. Modération par Aphélandra Siassia, journaliste.

18h30-20h30

EXTÉRIEUR

Femmes et
minorités de genre
Dès 10 ans

Balade nocturne - Elsa Noyons

Une déambulation dans les rues pour occuper l'espace public avec liberté, briser la peur et affirmer que la nuit nous appartient aussi.

RDV à 18h15 devant la Salle des Machines.

BOUM BOUM

17h et 19h

PETIT PLATEAU

Tout public

Les Superbes - Cie ERd'O

Les Superbes prend la forme d'un défilé performatif qui s'inscrit dans un cycle de créations participatives (3 jours d'ateliers avec 16 participantes) consacré à l'image de soi et au regard social. Les participant-es y ont produit textes et mouvements à partir de leurs expériences liées aux corps, aux vêtements et aux violences vécues. Venez les applaudir !

20h30-00h

GRANDES TABLES

Tout public

Boum boum d'anniversaire

Pour nos cinq ans, on a eu envie d'inviter Issa Naïmo pour du groove tout en douceur, avant de se donner sur vos meilleurs titres de karaoké puis sur les rythmes endiablés de SM6 !

Entrée libre dans la limite des places disponibles

MERCREDI 25 NOVEMBRE - SCOLAIRES - FRICHE LA BELLE DE MAI

En clôture de cette édition 2026, J'crains dégun propose **une matinée réservée aux scolaires le mercredi 25, de 8h30 à 12h**. Des parcours spécifiques composés d'ateliers ludiques adaptés aux élèves de collège et lycée seront animés par des professionnel·les de prévention de nos trois associations. L'occasion de parler de violences sexistes et sexuelles, mais aussi de vie amoureuse et de relation à l'autre.

Pour toute demande d'inscription, merci d'envoyer un mail à contact@jcrainsdegun.fr

ÉDITO

Ce 21 novembre 2026, J'crains dégün fête ses cinq ans ! Cinq ans que nos trois associations féministes marseillaises **ont décidé d'unir leurs forces contre les violences faites aux femmes, aux minorités de genre et aux enfants** en créant leur propre festival.

Pour son anniversaire, on a le droit de faire des vœux ?! Alors voici les nôtres pour cette année et toutes celles à venir :

- que le féminisme et la lutte contre les violences faites aux femmes et aux enfants cessent d'être instrumentalisés et vidés de leurs substances politiques à des fins électoralistes ;
- que les violences conjugales, sexistes et sexuelles soient unanimement considérées comme une urgence sociale et de santé publique produites par un système patriarcal ;
- que les politiques publiques de lutte contre les violences soient préventives et pas seulement répressives ;
- que des moyens pérennes soient réellement débloqués pour la prise en charge des situations de violences : formation des professionnel·les, places d'hébergement, accueil et accompagnement des victimes, des agresseur·es, des familles, etc ;
- que tous les enfants aient accès à des cours d'éducation affective, relationnelle et sexuelle dès la maternelle pour leur permettre d'être informé·es, outillé·es et capables de défendre leur droit à une vie sans violences ;
- qu'il y ait plus d'espaces où les enfants aient le droit de s'exprimer, de crier "non" avec joie et d'occuper une place politique comme lors de J'crains dégün des minot·es le 17 juin dernier ;
- qu'on continue à défendre l'existence des espaces en non-mixité pour que les personnes minorisées puissent reprendre une place qui leur a été si souvent confisquée ;
- que nos espaces de célébration, de résistance et d'élaboration collective continuent à grandir pour penser et déployer l'avenir féministe !

On dit qu'on craint dégün, mais au fond on craint quand même que ces vœux restent lettre morte... Pour conjurer le sort, on vous invite le **21 novembre à La Friche la Belle de Mai**. Pas besoin de cadeaux, c'est à prix libre. Pour le reste, on s'occupe de tout... Pensez juste à réserver et à en parler autour de vous !

Le Planning Familial 13, le CIDFF Phocéen et Solidarité femmes 13
Pour J'crains dégün

+ D'INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS :

GRAND PUBLIC : EN LIGNE SUR JCRAINSDEGUN.FR

SCOLAIRE : PAR MAIL À CONTACT@JCRAINSDEGUN.FR

CAGNOTTE HELLOASSO

