



AUTODÉFENSE FÉMINISTE

STAGE D'UNE JOURNÉE

JEUDI 20 OCTOBRE

DE 09H30 à 16h30

AU CINÉMA LE RÉGENT A SAINT GAUDENS

L'ASSOCIATION FEMMES DE PAPIER VOUS CONVIE À CET ATELIER.
VOUS SEREZ INITIÉES À L'AUTODÉFENSE PAR L'ASSOCIATION FAIRE FACE.

? Qu'est-ce que l'autodéfense ?

L'AUTODÉFENSE FÉMINISTE PROPOSE UNE LARGE PALETTE D'OUTILS ET DE STRATÉGIES VERBALES, MENTALES, ÉMOTIONNELLES OU PHYSIQUES POUR SE DÉFENDRE DANS LES ESPACES PUBLICS, PRIVÉS OU PROFESSIONNELS.

? Quelles sont les conditions et modalités d'inscription ?

- ATELIER LIMITÉ À 12 PERSONNES MAXIMUM
- AUCUNE CONDITION PHYSIQUE PARTICULIÈRE N'EST NÉCESSAIRE POUR PARTICIPER, PAS BESOIN D'ÊTRE JUDOKA POUR APPRENDRE, APPROFONDIR, PARTAGER !
- AUCUNE TENUE VESTIMENTAIRE N'EST DEMANDÉE, UNE TENUE DÉCONTRACTÉE SUFFIT !
- ENTRÉE LIBRE SUR INSCRIPTION UNIQUEMENT

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS AUPRÈS DE L'ASSOCIATION FEMMES DE PAPIER

Téléphone : 05 61 88 79 34 mail : association@femmesdepapier.fr

