

- Secteur Jeunes MJC CS Nini Chaize -

# AUTODÉFENSE FÉMINISTE POUR ADOLESCENTES

>14 à 17 ans le lundi 22 avril  
>11 à 13 ans le mardi 23 avril

SUR INSCRIPTION - TARIF SELON QUOTIENT FAMILIAL DE 12.50 à 31 EUROS

## POURQUOI DE L'AUTODÉFENSE FÉMINISTE POUR ADOLESCENTES?

- Pour **gagner en autonomie** en apprenant à se sentir **légitime** de poser ses **limites**.
- Pour **reconnaître** le plus **tôt possible** des **situations d'agressions**, qu'elles soient **verbales, sexuelles ou physiques**.
- Pour **comprendre** et **identifier** un **abus de pouvoir**.
- Pour **découvrir** ses **possibilités d'actions**, en **posant des limites** verbales et non-verbales, en **déstabilisant** un **agresseur**, en **cherchant de l'aide**, en se **protégeant physiquement**, etc.
- Pour **réfléchir** par des **jeux de rôles** aux **conditionnements sociaux** qui nous construisent.

## INFOS PRATIQUES

Horaires: 9H30 à 17H30. RDV à la MJC CS Nini Chaize

Ramène ton pique-nique, goûter offert!

Prend des habits confortables

et un oreiller épais si possible

Sur inscription avec Justine

secteur.jeunes@mjcnicichaize.org

06 34 20 52 95

## INSCRIPTION

Tarif selon quotient familial :

moins de 250 : 12.50 € / de 251 à 500 : 17 €

de 501 à 750 : 21 € de 751 à 1000 : 25 €

1001 à 1250 : 29 € / de 1251 à 1500 : 30 €

plus de 1500 : 31 €

Pour les non-adhérentes +5€ d'adhésion et

remplir la fiche d'adhésion 2023-24

## AUTORISATION

Je sous-signe.e..... représentant.e légal.e de.....

l'autorise à participer au stage d'autodéfense féministe organisé par la MJC CS Nini Chaize

(cocher la date correspondante) :

pour adolescentes de 14 à 17 ans le 22 avril 2024

pour adolescentes de 11 à 13 ans le 23 avril 2024

au sein de la MJC CS Nini Chaize de 9H30 à 17H30.

Date et signature:



**mjc**  
Centre Social  
Nini Chaize

**TITANES**

Centres et  
Pays de Sables  
CŒURS DE PROXIE

**sa**  
santé  
famille  
retraite  
services

MAIRIE DE LA DRÔME  
Café

PRÉFET  
DE LA DRÔME