

Mais ce n'est pas votre dossier !? Vous ne pouvez pas faire des démarches pour une autre personne!



## Modalités pratiques

Les stages se déroulent sur un week-end (samedi et dimanche) de 9h à 17h30.

Si vous êtes une association ou un collectif : Il est possible de nous inviter à intervenir dans votre ville en nous contactant par mail.

Si vous êtes intéressé-e pour participer à un stage :

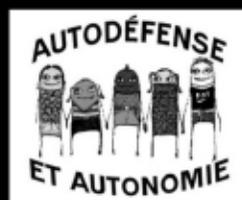
Pour connaître les prochaines dates et lieux de stage ou pour d'autres renseignements, veuillez nous envoyer un mail ou aller sur le site internet de l'association Autodéfense et Autonomie, rubrique «stage trans' et intersexe».

## Pour nous contacter

mail  
autodefense-trans@riseup.net

adresse postale  
Groupe d'autodéfense trans'  
et intersexe  
C/O Association Autodéfense  
et Autonomie  
22-23 quai Saint vincent  
69001 LYON

site internet  
<http://www.autodefenselyon.lautre.net/>

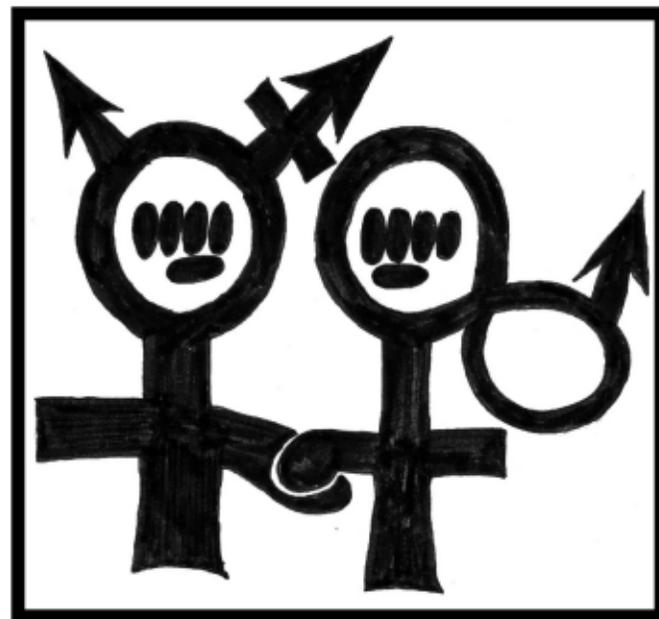


\***Trans'** : personne transgenre, transsexuelle, ftm, mtf,... Personne qui a une identité de genre non conforme à son sexe de naissance.

\***Intersexe** : personne née dans un corps atypique selon les normes en vigueur pour catégoriser les personnes dans un des deux sexes officiels

Pour  
trans, personnes  
et intersexes

# STAGE D'AUTODÉFENSE



## Pourquoi un stage d'auto-défense pour personnes trans' et intersexes ?

- ★ S'encourager à riposter lors de harcèlements, d'agressions par des proches, des personnes connues et inconnues,
- ★ Parler des expériences de discriminations, de violence et d'agressions vécues,
- ★ Renforcer la confiance en soi,
- ★ Prévenir des situations de violence par des proches, des administrations, des médecins ou des inconnus,
- ★ Découvrir ou retrouver sa force.



## Qu'est-ce qu'il y a dans le stage ?

Des techniques verbales pour apprendre à dire non, à poser ses limites et arrêter des situations de discrimination ou d'agression.

Un travail pratique pour se (re)donner de la confiance en soi.

Des moments de réflexions partagées sur l'image véhiculée par la société des personnes trans' et intersexes, des peurs que nous avons et des stratégies pour y faire face.

Des techniques physiques simples et immédiatement efficaces et sans entraînement physique nécessaire.

Des mises en pratique  
Situations d'agression  
Techniques verbales et physiques

## Qui sommes nous ? A qui s'adresse le stage ?

Nous sommes un groupe de personnes trans', nous avons acquis des outils de l'autodéfense féministe et des techniques d'empowerment.



Ce stage s'adresse à toute personne trans'\* ou intersexe\*. Il est accessible à toute personne quelque soit son âge et sa condition physique.

Le prix sera le plus abordable possible en comprenant la location de la salle et le défraiement des animateur-ices.