

Cours offert en
partenariat avec



INSTINCTS

Cours d'auto-défense pour femmes de 16 ans et plus

DATE : Le 23 février 2013

HEURE : 9 h à 17 h

LIEU : Thunder Bay

Ce cours gratuit d'une journée offre aux participantes l'opportunité d'acquérir des habiletés physiques, pratiques et efficaces pour faire face aux formes d'agressions les plus fréquentes et découvrir en même temps leur propre puissance et leur capacité de se défendre.

Afin de vous inscrire ou obtenir de plus amples renseignements, veuillez communiquer avec Nathalie au 684-1955.

Les places sont limitées, veuillez vous inscrire avant le 18 février 2013.

Service de garde sera disponible gratuitement pour les enfants.

Témoignages de participantes

« J'ai beaucoup plus confiance en moi et je sais que je pourrai me défendre »

« J'ai découvert en moi une force inconnue »

« Je suis arrivée ici avec une peur extrême de tout et de rien. Maintenant je sors de mon cocon avec une confiance et une force nouvelle »

Un programme créé par le Centre
ontarien de prévention des agressions

