



## **‘Je weren kan je leren, ook met een handicap’**

### **Uitnodiging workshop zelfverdediging voor vrouwen met een handicap**

Bij agressie tegen mensen met een handicap is handicap maar één factor. Vrouwen worden in het algemeen op andere manieren aangevallen dan mannen. Ben je een vrouw met een handicap of een chronische invaliderende ziekte? In deze workshop leer je gevaarlijke situaties herkennen en je te verdedigen. Je oefent om je lichaamstaal in de strijd te gooien en je verbaal te verdedigen. Je oefent ook concrete verdedigingstechnieken, aangepast aan je handicap. Daarom hebben we een korte omschrijving van je handicap nodig.

- zaterdag 06 oktober: voor vrouwen met een louter fysieke handicap (van 10 tot 17 uur)
- zaterdag 20 oktober: voor vrouwen met een zintuiglijke handicap (van 10 tot 17 uur)

#### **Waar?**

Cultureel ontmoetingscentrum Sint-Andries (coStA)  
Kleine zaal  
Sint-Andriesplaats 24                      2000 Antwerpen

#### **Bereikbaarheid**

Te voet: vertrek op de Groenplaats. Volg de Nationalestraat. Neem de zevende straat (= Lange Vlierstraat) naar rechts tot op de Sint-Andriesplaats.  
Met het openbaar vervoer: tram 4 of bussen 22, 180, 181, 182, 183 halte 'Sint Andries'

#### **Prijs?**

Leden van Persephone betalen 4€, niet-leden betalen 6 €  
Te storten op rekening BE10 0013 5130 7404 van Persephone vzw met als mededeling ‘cursus zelfverd. vr vrouwen m.e. handicap’ + datum.

#### **Meebrengen?**

Lunchpakket. Drank is te verkrijgen in de cafetaria.

**Inschrijven is verplicht en kan ten laatste 8 dagen vooraf.** Het aantal inschrijvingen is beperkt. Wacht dus niet te lang!

#### **Inschrijvingen en algemene informatie:**

Persephone vzw, Vereniging voor vrouwen met een handicap of invaliderende chronische ziekte  
tel. 03 322 46 40, (ma. wo. vr. 9-11 uur of di. do. 17-19 uur - Ria Van Meenen),  
[info@persephonevzw.org](mailto:info@persephonevzw.org), [www.persephonevzw.org](http://www.persephonevzw.org)