

AUTO-DIFESA

Insieme per
conoscere meglio
LE VIOLENZE
e come
difendersi

A cura di:

- ✓ **Dott.ssa Patrizia Lisa**, psicologa e mediatrice familiare
- ✓ **Barbara Gangemi**, professional counselor, relational coach, facilitatrice AMA
- ✓ **Luca Cavallo**, maestro karate e difesa personale

Modalità

Il corso si terrà a **Pinerolo** presso il **Centro Sociale San Lazzaro**, Via Rochis 3.
E' richiesto abbigliamento comodo, consigliate tuta e scarpe da ginnastica.

Costo: € 35 da saldare direttamente il 16/05 prima dell'incontro. Nell'importo è compreso il costo dell'assicurazione per i 5 appuntamenti.

N° minimo di iscritti per l'attivazione del corso: 8. N° massimo: 20.
La partecipazione è consentita a chi abbia raggiunto il 16° anno di età.

5 incontri
16-23-30 Maggio
6-13 Giugno
ore 20.30-22.30

5 serate di incontri nei quali affronteremo le forme di violenza attuali, esercizi interattivi, giochi e confronti.

Ci esploreremo con tecniche di autodifesa personale in situazioni di violenza (nelle varie categorie, in specifico quella di genere).

Di cosa parleremo: sensibilizzazione sul tema violenza nel linguaggio, le relazioni intime e sociali, le conseguenze e i meccanismi di difesa, le risorse sul territorio, la rete di aiuto.

PER ISCRIZIONI E INFORMAZIONI:

Messaggio whatsapp al n°: +39 349 321 5231
Via email: ama.pinerolo@gmail.com

www.ama.pinerolo.it

Partners
dell'iniziativa:



Con il patrocinio:

CITTÀ di
PINEROLO