

AUTODIFESA PERSONALE

Percorso rivolto a
DONNE/ MAMME,
RAGAZZE E RAGAZZI 11-14 anni

ORE 20.30
DUE
INCONTRI
IN PARALLELO

al Centro della cooperativa L'Ancora
Via Cesare Battisti, Ponte Arche



MERCOLEDÌ 6

DICEMBRE

MERCOLEDÌ 20

DICEMBRE

Attività condotta da:
dott.ssa Aglaja Masé,
psicologa e psicoterapeuta
Emanuele Collini
istruttore Krav Maga Global

Come posso difendermi da un punto di vista pratico?

Due serate per prevenire la conflittualità e conoscere le strategie di difesa che si possono adottare sia a livello psicologico che fisico tramite la conoscenza consapevole dei comportamenti che possono stimolare e smorzare l'aggressività.

Progetto FAMIGLIE, COMUNITÀ E CORRESPONSABILITÀ
promosso da

Partecipazione gratuita

Si consiglia un abbigliamento pratico



Info: Centro MeTe Tione | 345.6848308 | info@conmetepuoi.it | www.conmetepuoi.it