"Defensa personal per a dones"

Red adscrita CAT

Temas

Juventud, Mujeres, Personas mayores, Salud mental/Bienestar emocional, Cultura, ocio y naturaleza.

Descripción

"Avui en dia els abusos i acostaments sexuals cap a la dona encara afecten la nostra societat. La sensació de vulnerabilitat i desprotecció davant aquests fets ens planteja la necessitat de fer un treball personal que ens permeti tenir recursos per sentir-nos més segures. A partir d'eines que ens proporcionen les arts marcials, la psicologia i la transformació personal, es treballen exercicis que enforteixen la ment i el cos per reforçar així la sensació de seguretat en una mateixa. Cal portar roba còmoda i calçat esportiu. Cal inscripció prèvia. Us podeu inscriure a l'activitat seguint l'enllaç que trobareu a continuació (Web)."

Población

Población Adulta (Mayores de 14 años) - Mujeres ()

Persona de contacto

"Centre Cívic Sagrada Familia" ("93 450 89 17") (info@ccsagradafamilia.net)

Entidad participante/colaboradora/promotora

"Centre Cívic Sagrada Familia"

Fecha de última actualización de la actividad

05/03/2024

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

NS/NC

Localización

Calle Provença 480 08025 Barcelona Barcelona Cataluña España

Fecha de la Actividad

De 02/10/2023 a 04/12/2023

Página web del proyecto

https://sagradafamilia.inscripcionscc.com/MiramModular/buscador/buscador.jsp?g=1&c=39&a=5804