

Autodefensa feminista

Red adscrita  CAT

Temas

Juventud, Mujeres, Escuela de salud, Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física.

Descripción

En aquest taller aprendrem un conjunt de tècniques i eines físiques, verbals i actitudinals que ens permetin identificar, abordar i resoldre tota mena de violències sexistes a la nostra quotidianitat. Per això utilitzarem tècniques de defensa personal, eines físiques per poder sortir de situacions d'atac, combinades amb eines més reflexives d'autoconeixement individual i col·lectiu, com a estratègies que ens permetin guanyar seguretat i entendre l'autodefensa com una disciplina més àmplia i propera, que busca erradicar la violència sexista. 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 Cívica La Sedeta (93 459 12 28) (ccsedeta@bcn.cat)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Centre Cívica La Sedeta

Fecha de última actualización de la actividad

12/06/2024

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

NS/NC

Localización

Calle Sicília 321 08025 Barcelona Barcelona Cataluña España



Fecha de la Actividad

De 15/01/2024 a 11/03/2024

Página web del proyecto

<https://cursoslasedeta.inscripcionescc.com/MiramModular/buscador/buscador.jsp?g=1&c=25&a=3297>