

# DEFENSA PERSONAL PER A DONES

Red adscrita  CAT

---

## Temas

Juventud, Mujeres, Personas mayores, Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física.

---

## Descripción

Destinat a dones majors de 15 anys per aprendre a defensarse en situacions d'assetjament masclista, conèixer les tècniques de prevenció d'una manera fàcil i en un ambient proper i desenvolupar la capacitat de reacció, l'autoconfiança i l'autocontrol.

---

## Población

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

---

## Persona de contacto

Sara Yagüe (670 311 604) (siad@lesfranqueses.cat)

---

## Fecha de última actualización de la actividad

14/08/2024

---

## Situación actual de la actividad

Activa

---

## Gratuita

Sí

---

## Localización

Lugar Verge de Montserrat s/n 08520 Corro d'Avall Pavelló Espai Can Prat Franqueses del Vallès, Les Barcelona

Cataluña España



## Fecha de la Actividad

De 06/10/2024 a 06/10/2024