

Autodifesa, parte il corso della Casa delle Donne

RIMINI

Partirà martedì prossimo 18 ottobre il corso per l'anno 2022 di autodifesa dedicato a ragazze dai 16 ai 20 anni e organizzato dalla Casa delle Donne di Rimini in collaborazione con Centro sportivo italiano, La Pedivella, ASD e il contributo del **Lions club** Rimini Host. Il corso vedrà anche la partecipazione dell'Arma dei carabinieri, polizia di Stato e polizia municipale che metteranno a disposizione gratuitamente i propri istruttori nel corso delle lezioni.

Il corso si svolgerà nella palestra della scuola De Amicis di Rimini (via Crispi 101), a partire dal 18 ottobre e quindi a seguire tutti i martedì e i giovedì dalle 17 alle 18.30 per un totale di 10 giornate di lavoro.

Il corso, questo è l'intento delle organizzatrici che consolidano quindi una attività che si ripete ormai da tempo, offrirà approfondimenti teorici e pratici con l'obiettivo di potenziare la consapevolezza personale delle ragazze, la conoscenza dei comportamenti e delle strategie adottate dagli stalker, l'acquisizione di una maggiore sicurezza personale e la gestione della paura attraverso la conoscenza di tecniche di base di autodifesa, ma anche di informazioni e conoscenze legate alla psicologia.

Il corso è gratuito, per iscriversi ci si può rivolgere alla Casa delle Donne telefonando al numero 0541 704545 o inviando una email a lacasa-delledonne@comune.rimini.it

