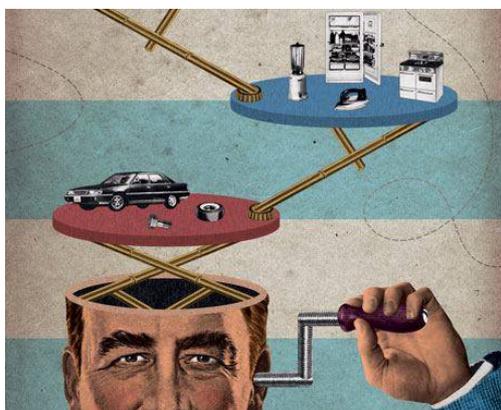


A.R.C. "GIUSTIZIA"

Circolo Ricreativo Culturale, Palazzo di Giustizia "Bruno Caccia" C.so Vittorio Emanuele n°130 - TORINO

| | | |
|---|---|--|
|  | <p>PREVENIR PARLANDO</p> <p>Un progetto di tutela e sostegno alla libertà personale dove si incontrano la cultura fisica e verbale</p> |  <p>Progetto Essere Scienze e dinamiche naturali</p> |
|---|---|--|

PREVENIRPARLANDO LA DIFESA (LEGALE) IN MOVIMENTO



Nuovo corso di Giorgio Fattor e Massimo Tallone orientato alla difesa dalle molestie fisiche e verbali negli ambienti di vita e di lavoro pensato espressamente per il Cral del Palagiustizia di Torino.

Si parte dalla respirazione e dal movimento per arrivare alla piena padronanza di astuzie verbali e fisiche con cui fronteggiare l'aggressore. Il graduale lavoro di controllo delle emozioni e di addestramento all'uso della parola produce un movimento interno di cambiamento.

All'esterno, questo mutamento si manifesta in abitudini motorie finalizzate alla difesa personale e in tecniche verbali utili per difendersi con consapevole fermezza da attacchi di bassa intensità.

Verranno definite le modalità attraverso le quali è possibile individuare i molestatori e verranno proposti approfondimenti sui vecchi e nuovi fenomeni di disagio quali ad esempio lo stalking, il gaslighting, il mobbing e il cyberstalking.

Nell'ultima parte della lezione spazio alle tecniche di difesa personale direttamente sul tatami adiacente.

6 lunedì

15 – 22 – 29 febbraio 2016

7 – 14 - 21 marzo 2016

Orario 17,30 – 19,00

PRESSO IL CRAL DEL PALAZZO DI GIUSTIZIA "BRUNO CACCIA" DI TORINO

Costo: 35 euro + tessera associativa + assicurazione (12 euro)

Per informazioni sul corso: Mail a: prevenirparlando@prevenirparlando.it

tel: 347 56 22 696 (dopo le ore 15) – 348 69 57 310