

Progetto

L.I.R.A.

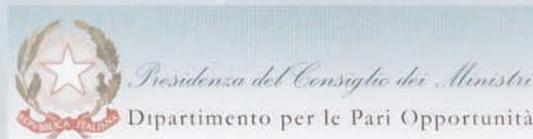
eLaborare Insieme
peRcorsi
Antiviolenza

Il progetto L.I.R.A. *eLaborare Insieme peRcorsi Antiviolenza* di durata biennale, è realizzato con il contributo del Dipartimento per le Pari Opportunità della Presidenza del Consiglio dei Ministri e promosso dal Centro Donna - Centro Antiviolenza del Comune di Venezia in collaborazione con la Cooperativa Sociale Iside.

L'obiettivo del progetto L.I.R.A. è incrementare le risorse e gli strumenti del Centro Antiviolenza a sostegno delle donne.

I percorsi elaborati sono costruiti e pensati per fornire alle donne, che vogliono uscire dalla situazione di maltrattamento e violenza, spazi, linguaggi e strumenti nuovi per rafforzare la loro autostima e consapevolezza.

Attraverso il confronto e la condivisione il progetto si pone l'obiettivo di sottolineare che la violenza non è una "questione privata" ma un gravissimo ed esteso problema di cui tutti, uomini e donne, devono essere consapevoli.



Coordinamento progetto
Comune di Venezia
Centro Donna Viale Garibaldi 155/A
Mestre, Venezia

www.pariopportunita.gov.it
www.comune.venezia.it/c-donna
www.isidecoop.com

Info:
349 6023531
progettolira@comune.venezia.it

CITTA' DI
VENEZIA



ASSESSORATO
CITTADINANZA DELLE DONNE
ATTIVITÀ CULTURALI



Progetto

L.I.R.A.

eLaborare Insieme
peRcorsi
Antiviolenza

2013

Corso di Difesa Personale

Imparare la difesa attraverso la conoscenza delle potenzialità e dei limiti del proprio corpo e della propria mente incrementando efficacia ed autostima.

Nel mese di settembre verranno attivati due corsi di difesa personale.

Programma

I corsi prevedono una sessione di allenamento a settimana per la durata di tre mesi. All'interno dei corsi ci saranno alcuni momenti di approfondimento sia di carattere psicologico che legale.

L'approfondimento psicologico si propone di offrire alle donne elementi per migliorare la conoscenza di sé contribuendo ad aumentare il livello di consapevolezza della capacità di reazione.

L'approfondimento legale si propone di offrire informazioni e spunti di riflessione su strumenti e percorsi di tutela legale.

Il corso si focalizzerà sulle seguenti tematiche:

- La distanza e il proprio limite territoriale
- Il contatto fisico
- La reazione

LUOGHI e DATE

Municipalità di CHIRIGNAGO-ZELARINO

presso la palestra PAROLARI
via Zandomeneghi, Zelarino

dalle ore 9.00 alle ore 10.30

gli incontri avranno luogo di **sabato**
data inizio attività: 14 settembre 2013

Difesa personale

14, 21, 28 settembre

5, 12, 19, 26 ottobre

9, 16, 23, 30 novembre

7 dicembre

Approfondimento psicologico

3 incontri *in data da definire*

Approfondimento giuridico-legale

1 incontro *in data da definire*

Municipalità di MARGHERA

presso la palestra ANNA FRANK
via Scarsellini, 34

dalle ore 11.30 alle ore 13.00

gli incontri avranno luogo di **sabato**
data inizio attività: 14 settembre 2013

Difesa personale

14, 21, 28 settembre

5, 12, 19, 26 ottobre

9, 16, 23, 30 novembre

7 dicembre

Approfondimento psicologico

3 incontri *in data da definire*

Approfondimento giuridico-legale

1 incontro *in data da definire*

La frequenza ai corsi è gratuita.

L'iscrizione è obbligatoria ai fini della partecipazione. Saranno accettate le iscrizioni fino al raggiungimento dei posti disponibili.

Al momento dell'iscrizione verrà comunicato il calendario definitivo con le indicazioni di luoghi e orari.

per iscrizioni

041.2690612

progettolira@comune.venezia.it

E' obbligatorio essere in possesso del certificato medico per la pratica sportiva non agonistica.