



CORSO DI AUTODIFESA

CONTRO LA VIOLENZA DI GENERE

Questo progetto nasce dalla collaborazione di UDI Borgo Panigale e UISP Bologna con il contributo del bando di Cura della Comunità e Cura del Territorio 2023 del Quartiere Borgo Panigale-Reno. Quest'esperienza al femminile è finalizzata a fornire i primi strumenti pratici, competenze psicologiche e informazioni legali per affrontare al meglio situazioni di aggressione o violenza. Il nostro intento, inoltre, è quello di creare connessioni tra le donne del territorio e favorire un ambiente sicuro all'interno del quale poter condividere esperienze, pensieri e opinioni.

Il corso è **gratuito** ed è rivolto alle **donne del Territorio**, limitatamente ai **20 posti disponibili**.

Il percorso inizierà **venerdì 20 OTTOBRE** per la durata di 2 ore circa a partire dalle ore **20.00** e si articolerà in 8 incontri con cadenza settimanale presso la palestra GQ in via Ducati 12/11 a Bologna.

Durante il corso si alterneranno sessioni di allenamento pratico con istruttore UISP e incontri con Psicologa, Avvocata e donne del gruppo A.M.A. (Auto Mutuo Aiuto).

Per informazioni contattare:

referente UDI Tamara tel. 349 2222924 (20.00-21.00)

referente UISP Giorgio Moi tel. 051 406202 - 351 8252165

Per iscrizioni dal **9 al 13 ottobre** inviare una mail con i propri dati anagrafici (nome, cognome, indirizzo, data e luogo di nascita a:

udi.borgopanigale@libero.it o **palestra.gq@uispbologna.it**

Essendo i posti limitati, l'iscrizione sarà confermata tramite riscontro mail.