

L'ASSESSORATO ALLE POLITICHE SOCIALI
E PER LA FAMIGLIA DEL COMUNE DI THIENE

RICORDA CHE E' ATTIVO IL

CENTRO DI ASCOLTO DONNA

un servizio di ascolto, sostegno e prima accoglienza di donne in difficoltà residenti a Thiene

aperto il Mercoledì pomeriggio dalle ore 16.00 alle ore 18.00
previo appuntamento telefonico n. 0445/804734

presso Ufficio sito in Thiene - Piazzale Salvo D'acquisto
(ex Pretura) entrata da n. civico 4

CHE COSA OFFRE

- ascolto e prima accoglienza mediante colloqui individuali; per interventi specialistici si procederà all'invio presso le strutture competenti, già presenti nel territorio;
- ascolto e sostegno psico-sociale, relativamente a problematiche femminili e/o relazionali, con l'obiettivo di orientare la donna nell'acquisizione di strumenti atti al superamento del disagio vissuto;
- sostegno dell'autonomia economica attraverso colloqui di orientamento e supporto professionale ;
- informazioni su attività, iniziative e percorsi formativi finalizzati al supporto delle donne in difficoltà (gruppi di auto-mutuo-aiuto presenti nel territorio, corsi/attività per rafforzamento della propria autostima...);



COMUNE di THIENE
L'ASSESSORATO ALLE POLITICHE SOCIALI

PROPONE

CORSI DI AUTODIFESA AL FEMMINILE

TERZA EDIZIONE



In collaborazione con
**ASSOCIAZIONE CULTURALE
CENTRO DI SPERIMENTAZIONE E
RICERCA MARZIALE PSICOMILETICA
"PENTAGYM"**



Anche quest'anno il Centro Pentagym proporrà il corso di difesa personale femminile ispirandosi ai principi del Wing Tzun, uno stile di combattimento e autodifesa semplice ed efficace che permette anche ai più deboli di poter fronteggiare una situazione ad alto rischio. Le valutazioni e le reazioni alle diverse tipologie di aggressioni sono le attività più difficili e impegnative che un sistema di difesa personale deve trasmettere al praticante. Tutto ciò a causa dell'elevato numero di variabili che entrano in gioco durante il combattimento. Ancora più problematico risulta affrontare questo tipo di valutazioni in termini di riconoscimento degli attacchi. Come osservò il matematico Zadeh "più aumenta la complessità di un sistema, più diminuisce la capacità dell'uomo di fare considerazioni precise e significative". Ecco perché, più un sistema di combattimento è "semplice", più diventa efficace ed istintiva la difesa. Inoltre, prevenzione e psicologia sono le armi principali di ogni programma di autodifesa femminile. La difesa personale proposta è per situazioni estremamente reali. Saranno impartite lezioni teoriche dove si analizzeranno tutte le fasi dell'escalation criminale, la preparazione psicologica, le varie tipologie di aggressione, il controllo della paura, l'adrenalina, lo studio dei punti vitali del corpo umano, le strategie di "sopravvivenza urbana" e l'impiego di armi improvvisate. Verrà anche svolta una lezione sul tema della legittima difesa prevista dal codice penale. Oltre alla teoria, naturalmente, ci sarà la parte pratica con l'esecuzione di validi principi per fronteggiare qualsiasi tipo minaccia. Le allieve, inoltre, avranno la possibilità di interagire con gli istruttori e gli assistenti che, indossando apposite protezioni, simuleranno molte situazioni di pericolo avvicinandosi quanto più possibile alla realtà. In questo modo tutte le donne potranno testare, sotto stress, la loro capacità di risposta con forza e determinazione. Alla fine delle lezioni le discenti acquireranno più sicurezza nelle proprie capacità e maggiore autostima.

I CORSI, DELLA DURATA DI N. 10 LEZIONI, SONO APERTI ALLE DONNE DI QUALSIASI FASCIA DI ETA', PURCHE' MAGGIORENNI E SARANNO COSI' ARTICOLATI.

PRIMO CORSO: giorni di LUNEDI' e MERCOLEDI'
Dalle ore 20,00 alle 21.00

SECONDO CORSO: giorni di LUNEDI' e MERCOLEDI'
Dalle ore 21,00 alle 22,00

I CORSI AVRANNO INIZIO IL 12.09.2011

POSTI DISPONIBILI A CORSO: N° 50

MODALITA' ISCRIZIONI:

LE ISCRIZIONI SONO APERTE DAL 04.07.2011 FINO AL 07.09.2011 E COMUNQUE FINO AD ESAURIMENTO DEI POSTI DISPONIBILI. MA COMUNQUE CON PRECEDENZA ALLE DONNE RESIDENTI NEL COMUNE DI THIENE.

I corsi si terranno presso il **PADIGLIONE FIERISTICO** del Comune di THIENE (Via Vanzetti).

LE ISCRIZIONI, PER TUTTI I CORSI SI RICEVONO PRESSO L'UFFICIO SERVIZI SOCIALI DEL COMUNE DI THIENE

(P.le V. Brig. S. D'Acquisto, 3 - ex Pretura), CON I SEGUENTI ORARI:

- LUNEDI' DALLE 10,00 ALLE 12,30
- MERCOLEDI' DALLE 16,30 ALLE 18,00
- GIOVEDI' DALLE 10,00 ALLE 13,30

Per informazioni in merito allo svolgimento dei corsi rivolgersi a:

Ufficio Servizi e Sociali del Comune di Thiene :

Tel 0445/804735 – 804738

Quota di partecipazione al corso : € 15,00
da versarsi al momento dell'iscrizione.