

Percorso gratuito

AUTODIFESA E CONSAPEVOLEZZA

Impara a proteggerti da aggressioni fisiche e virtuali e
rafforza autonomia personale e accesso al lavoro

SICUREZZA E PREVENZIONE PER GIOVANI DONNE



Analisi del Rischio



Sicurezza Online



Violenza Digitale



Gestione Emotiva

12 ORE

Consapevolezza e futuro



Valorizza le tue esperienze e competenze, anche informali



Orientati verso nuove opportunità personali e lavorative



Impara a gestire risorse, diritti e vita quotidiana

Quando:

- 19/10/2026 (09:00 - 13:00)
- 21/10/2026 (09:00 - 13:00)
- 23/10/2026 (09:00 - 13:00)

16 ORE

Autodifesa e sicurezza



Riconoscere e prevenire situazioni di rischio



Strategie di autodifesa e gestione emotiva



Rafforza sicurezza, assertività e relazioni sane

Quando:

- 14/10/2026 (14:00 - 17:30)
- 16/10/2026 (14:00 - 16:30)
- 26/10/2026 (14:00 - 17:30)
- 28/10/2026 (14:00 - 17:30)
- 30/10/2026 (13:30 - 16:30)



Dove:

Treviso - Viale della Repubblica 154 - c/o CNA

A chi è rivolto:

Donne e studentesse

Info e contatti:

Ecipa scarl ecipa@ecipa.eu o 041928638



ISCRIVITI

GRATUITAMENTE

[clicca qui](#) o tramite QR code