

Progetto “Donne e il diritto alla sicurezza”

Il tema della sicurezza è da sempre sentito nella società in maniera talmente forte da non poter essere ignorato. L'insicurezza, data da una casistica di atti violenti ampia e preoccupante, è una delle principali preoccupazioni dei cittadini.

Oggi si sono moltiplicate le forme di violenza che alimentano la cronaca giornaliera; gli stupri, le rapine, la microcriminalità, i balordi, il bullismo, gli omicidi, i femminicidi e la violenza gratuita, sono diventati una vera e propria emergenza.

Le Istituzioni non riescono a dare risposte sempre adeguate al tema della sicurezza, data anche la dimensione e la complessità della materia, che meriterebbe un progetto d'intervento su più fronti e di lunga e ampia prospettiva.

In questo panorama si inserisce la nostra proposta, che vuole essere soprattutto un contributo, per quanto modesto, al nostro territorio, in particolare rivolto ai soggetti potenzialmente più “deboli” e “a rischio”, con specifico riferimento alle donne.

L'obiettivo della nostra iniziativa non è formare degli esperti ma fornire alle persone strumenti semplici e pratici per poter affrontare, nella loro vita quotidiana, situazioni di criticità, con la consapevolezza delle proprie risorse e capacità fisiche e mentali.

Con autodifesa o difesa personale si indica la capacità di difendersi dai pericoli e dalle minacce alla propria integrità fisica e psichica.

Il concetto base della difesa personale è quello della cultura della prevenzione; il suo studio ha principalmente lo scopo di aumentare la fiducia in se stessi e di imparare a conoscere i tipi di rischio.

San Mariano, 23.04.2018

Il Presidente
Dott. Luca CONVITO



Aree Tematiche del corso

a) Lavorare sul corpo - Docenti: Psicologo e Dottore in Scienze Motorie

- ✓ la conoscenza di sé: gli aspetti funzionali del proprio corpo. Limiti e potenzialità;
- ✓ la consapevolezza della propria vulnerabilità, ma anche delle proprie risorse e potenzialità;
- ✓ decodificare e elaborare i propri sentimenti di ansia e paura;
- ✓ agire sull'autostima

b) Lavorare sulla casistica delle modalità oppressive ed aggressive - Docenti: Esperto di sicurezza, Avvocato, Forze dell'Ordine

- ✓ riconoscere situazioni a rischio e valutarle nella giusta misura (rapporto fra pericolo, rischio e danno). Aggressioni a fini estortivi, violenza fisica/stupro;
- ✓ prevenire e gestire situazioni di conflitto;
- ✓ linguaggio verbale e non verbale;
- ✓ vittimologia. I tratti dell'aggressione;
- ✓ come e a chi chiedere aiuto;
- ✓ individuare le vie di fuga;
- ✓ negoziazione, gestire l'altrui aggressività;
- ✓ la difesa personale nell'ordinamento giuridico. La legislazione a tutela della donna;
- ✓ impiego del "pepper spray" in ambito civile. Contesti d'impiego e legislazione.

c) Lavorare sulla tecnica - Docente: Insegnante di arti marziali con specifica competenza

- ✓ ottimizzare le reazioni spontanee. Il corpo come arma;
- ✓ acquisire un bagaglio minimo di conoscenze tecniche evasive e reattive, semplici e efficaci, compatibili con le possibilità della persona;
- ✓ utilizzo di oggetti di uso quotidiano, come strumenti ausiliari di difesa.

Struttura del corso

Il corso è stato predisposto per un massimo di 40 partecipanti e per complessive 20 ore da tenersi in 10 incontri settimanali, ogni mercoledì, a partire dal 3 ottobre fino al 5 dicembre 2018, presso un impianto del Comune di Corciano.