

VareseNews

Un nuovo corso di autodifesa femminile promosso da Comune e City Angels

Pubblicato: Venerdì 29 Settembre 2017



Un corso di autodifesa femminile in collaborazione tra Comune e City Angels di Varese.

Le lezioni, 8 in totale, si terranno sempre la sera con inizio alle 20 nella palestra di Morosolo in via Verdi 1. Le iscrizioni sono aperte e il corso partirà il 25 ottobre.

La proposta, su iniziativa dell'assessore Simone Fraietta, si inserisce in un più **ampio discorso sulla sicurezza** che nei prossimi mesi verrà ampliato e illustrato ai cittadini. «Si parte con questo corso – spiega Fraietta –, importante perché è stato pensato per le donne, che sono le più colpite da molestie e abusi. A differenza dei classici corsi di “difesa personale”, il cui obiettivo è quello di neutralizzare l'aggressore attraverso la superiorità tecnica, **i corsi di autodifesa femminile hanno lo scopo di ridurre la vulnerabilità di una potenziale vittima**, innanzitutto attraverso strategie di dissuasione preventiva e di autoprotezione. La finalità dell'autodifesa femminile non può essere semplicemente quella di “insegnare alle donne a picchiare” ma piuttosto a sottrarsi nel modo più rapido e sicuro ad una esperienza di prevaricazione. **Il corso è finalizzato all'acquisizione di una maggiore sicurezza nell'affrontare eventuali situazioni di pericolo**, attraverso tecniche e pratiche di autodifesa e l'analisi di atteggiamenti psicologici adeguati».

«Nel corso delle lezioni le partecipanti ampliano la conoscenza ed il controllo del proprio corpo in movimento e possono inoltre sperimentare modelli di comportamento e reazioni emotive, imparando a gestire la propria aggressività e rafforzando la propria sicurezza in se stesse, attraverso la scoperta delle proprie potenzialità fisiche e mentali», prosegue Fraietta *(foto)*.



Per informazioni e iscrizioni chiamare la segreteria del Comune di Casciago – Ufficio Cultura al n. 0332 .211.055 dal lunedì al venerdì dalle ore 9:00 alle ore 13:00 – Referente dott.ssa Eloisa Benvenuti.

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it