

PROGETTO “DONNA SICURA”

Una vera “Scuola di antiaggressione” promossa dalla Pol. San Luigi Crema, in collaborazione con Kick Boxing Fighter Crema, aperta a tutte le donne e le ragazze, anche e soprattutto quelle che non hanno mai praticato sport

I femminicidi che stanno riempiendo le pagine dei quotidiani e le cronache dei telegiornali sono una delle piaghe che attanagliano l'Italia di oggi. Il ruolo della donna nella nostra società sembra aver quasi definitivamente superato le discriminazioni di un tempo, ma c'è un dato che non è possibile eliminare: la debolezza fisico-strutturale femminile rispetto a quella di un uomo adulto.

Nei casi di aggressione e violenze, la percentuale di successo di un uomo malintenzionato su una donna colta di sorpresa è di oltre l'82%. Questa percentuale scende al di sotto del 20% con la semplice applicazione di alcuni utili consigli.

Ecco così che nasce il **progetto “Donna sicura”**.

La collaborazione tra Polisportiva San Luigi Crema e Kick Boxing Fighter Crema ha reso possibile una proposta innovativa ed efficace: **una vera e propria “Scuola di antiaggressione”, aperta a tutte le donne, anche e soprattutto coloro che non hanno mai praticato sport.**

Il primo incontro del progetto “Donna sicura” si terrà **martedì 14 gennaio**, presso le palestre del Centro “San Luigi”, in via Bottesini, 4, a Crema (CR), tutti i martedì, **dalle ore 20.00 alle ore 22.00**; si consiglia un abbigliamento sportivo.

Istruttori qualificati di krav maga (autodifesa) ed esperti marzialisti insegneranno alle partecipanti alcune manovre e mosse per eludere aggressioni da parte dei malintenzionati, ma non solo.

Il progetto “Donna sicura” prevede un **ciclo di 7 lezioni**, durante le quali verranno illustrate e fatte provare sul campo le azioni di difesa, ma saranno anche impartiti insegnamenti a livello psicologico e cognitivo per destreggiarsi ed evitare situazioni pericolose, come rispondere a un potenziale aggressore, il linguaggio verbale e del corpo che possano indurre un malvivente a desistere dai propri turpi propositi. Durante le lezioni saranno presenti professionisti e istruttori di ogni genere: maestri di kick boxing e krav maga (arti marziali), psicologi, esperti legali e molto altro.

Il costo per la partecipazione al progetto “Donna sicura” è di 50 (cinquanta) € e al termine del ciclo di lezioni verrà rilasciato un attestato di partecipazione.

Questo il calendario delle lezioni: **martedì 14, 21 e 28 gennaio, martedì 4, 11, 18 e 25 febbraio.**

Impariamo a difenderci! Oggi è importante più che mai!

Per iscrizioni e informazioni contattare:

Daniele 3388169181

Dalmazio 3391385545

Fabio 3280516968