



## Il Progetto

In **Italia** i dati Istat mostrano che il 31,5% delle donne ha subito nel corso della propria vita una qualche forma di violenza fisica o sessuale dove le forme più gravi di violenza sono esercitate da partner o ex partner, parenti o amici.

Il rischio si amplifica quando ad aggredire sono persone che si trovano sotto l'effetto di droghe o di sostanze alcoliche o affetti da alterazioni psichiche e il più delle volte vengono eseguite con l'ausilio di armi, proprie e improprie.

Nel triennio **2017-2019**, secondo le risultanze dell'analisi condotta dal Ministero della Salute e dall'Istat sugli accessi in Pronto Soccorso, rilevati dal Sistema informativo per il monitoraggio dell'assistenza in Emergenza-Urgenza (EMUR), per approfondire la conoscenza del fenomeno della violenza di genere, le donne che hanno avuto almeno un accesso in Pronto Soccorso con l'indicazione di diagnosi di violenza sono **16.140** per un numero totale di accessi in Pronto Soccorso con l'indicazione di diagnosi di violenza nell'arco del triennio pari a 19.166 (1,2 accessi pro capite).

Le stesse donne nell'arco del triennio hanno effettuato anche altri accessi in Pronto Soccorso con diagnosi diverse da quelle riferibili a violenza: **una donna che ha subito violenza nell'arco del triennio torna in media 5/6 volte in Pronto Soccorso.**

Tutto questo non è tollerabile e in piena sintonia con i principi del proponente ispirati agli **Obiettivi dell'Agenda 2030 ONU**, quali il sostegno alle persone vulnerabili, la riduzione delle disuguaglianze e la lotta ad ogni forma di violenza, il progetto vuole sensibilizzare e fornire ai partecipanti le **capacità introduttive alla difesa personale** oltre alla comprensione del Krav Maga quale disciplina basata sul rispetto.

Ci si prefigge l'obiettivo di collaborare con i partecipanti indicando quali possono essere in primis i segnali che debbono mettere in allerta e in seguito come attuare azioni di carattere difensivistico.

La violenza appare talvolta sotto altre forme, contemplando sia quella **psicologica** come isolamento, persecuzione o intimidazione sia quella **economica**, per citarne alcune.

Questo incontro è volto a tutte quelle donne che vogliono imparare tecniche reali di autodifesa per prevenire eventuali eventi o azioni delittuosi, migliorando in tal modo la consapevolezza nei propri mezzi per vivere nel contesto urbano con sempre maggior **sicurezza**.

Il progetto è realizzato dal Servizio Assistenza Civile – S.A.C. dell'Ordine Pauperes Commilitones Christi Templique Salomonis – V.E.O.S.P.S.S.

## Contenuti del Progetto

Le tecniche utilizzate derivano dal Krav Maga, metodo di combattimento utilizzato dai reparti d'élite dell'esercito israeliano.

L'iniziativa nasce per avvicinare le persone, in particolar modo le donne, al mondo della difesa personale.

Le tecniche sono di facile apprendimento e applicazione, perché si basano su reazioni reali, rapide, istintive ed efficaci e le diverse federazioni e organizzazioni esistenti hanno scientificamente studiato e sviluppato metodi specifici adatti ad ogni individuo, di qualsiasi corporatura (donne, uomini e ragazzi), che si prestano all'autodifesa in qualsiasi luogo e situazione (a piedi, in auto, in ambienti chiusi etc...), mantenendo sempre intatti i principi fondamentali per cui è nato.

La giornata formativa sarà costituita da una breve parte teorica introduttiva e una successiva pratica, con un'assistenza costante da parte degli istruttori qualificati.

Un aspetto molto importante a cui porre attenzione in fase di allenamento è quello della preparazione psicologica e della preparazione emotiva che devono assolutamente far parte dell'addestramento globale.

Il progetto è rivolto a Donne maggiorenti che vivono, studiano o lavorano in Liguria, in particolar modo nel territorio della Provincia di Genova.



## Programma dettagliato

L'evento si svolgerà il **30 ottobre 2021**, presso la **palestra Hwasong di Genova**, salita superiore della noce 37.

Fondata nel 2008, è parte integrante del quartiere di San Martino, in uno spazio di 500 mq dedicato alle arti marziali, alle discipline olistiche ed al benessere in generale.

Non un centro fitness, ma un punto di ritrovo per le famiglie del quartiere dove fare sport e star bene in compagnia.

Qui di seguito il programma dettagliato della giornata:

- Ore 9.30: ritrovo davanti alla **palestra Hwasong di Genova**
- Ore 9.45: breve introduzione alla giornata da parte degli istruttori
- Ore 10.00: inizio prima fase del corso di **difesa personale** (fondamenti della disciplina, lavoro in coppie, etc.)
- Ore 12.30: fine prima fase del corso, **briefing** con gli istruttori
- Ore 13.00: breve pausa pranzo
- Ore 14.30: inizio seconda parte del corso
- Ore 16.30: termine del corso di **difesa personale** con work-out
- Ore 17.00: consegna degli **attestati di partecipazione** alla giornata.

Si alterneranno tre istruttori qualificati:

- **M° Adriano Giacobone**, cintura nera 6° liv. III Dan, Diploma Nazionale di Istruttore II livello "Attività sportiva ginnastica finalizzata alla salute e al fitness" Opes Italia, 2019 diploma nazionale Istruttore "Jujitsu" Opes Italia, 2021 di I° livello Jujitsu A.S.C. Academy, studio medio avanzato per il TaiChi, stile Yang.
- **M° Bruno Cavanna**, cintura nera V Dan disciplina di Taekwondo e di Haidong Gumdo, rappresentante degli Atleti per la Fita, fondatore con la M° Barbara Marchese della A.S.D. Hwasong, da oltre 10 anni fucina di Atleti agonisti.
- Istruttore di I° livello settore Krav Maga **Davide Sanguineti**, abilitazione alla formazione del personale di salvamento rilasciato dalla Società Nazionale di Salvamento in Genova, Istruttore BLS-D, BLSD-PRO, BTLS, OXY, allenatore atleti per la pallanuoto.

## Stime sull'evento

Secondo le stime del proponente, nel pieno rispetto delle normative anti-covid vigenti, l'evento potrà accogliere 30 soggetti partecipanti alle lezioni.

L'utenza media è femminile, senza una specifica fascia d'età, essendo promossa sul territorio della provincia di Genova fino ad esaurimento posti, con la possibilità di replicare nei successivi mesi con altre giornate.

La giornata verrà promossa almeno su due quotidiani locali della provincia di Genova, dimensioni variabili dell'annuncio in base alle disponibilità dei giornali.

Inoltre, si predispone la creazione di un manifesto che verrà affisso sul territorio di Genova.

Ancora, l'evento sarà promosso sui social media quali Facebook, Instagram e Twitter.

