

**FEDERSPORT CONFCOMMERCIO BRINDISI - WOMAN DEFENSE ACADEMY – ANTIBULLISMO
ANTIAGGRESSIONE CON IL PATROCINIO DEL CONI PUGLIA - SICURAMENTE DONNA – ANTIBULLISMO E
ANTIAGGRESSIONE - ATTIVITA' MOTORIA DI BASE.**

PREMESSA:

Da sempre il sistema sociale da risposte deboli e non organiche al tema della sicurezza personale. Al di là di una politica populista anche il sistema di governo si accorge poco del fenomeno, nonostante le ripercussioni sulla condizione di felicità degli individui, sulla civiltà delle relazioni e sui costi sociali. La dimensione e la complessità della materia meriterebbero un progetto di intervento su più fronti e di lunga e ampia prospettiva. È più facile prospettare immediate, quanto finte, soluzioni ed intervenire su un segmento, in questo caso una risposta individuale. Negli ultimi anni si è mostrato sempre più attento, invece, il mercato, che qui, ne ravvisa fonti di guadagno. Le forme con le quali si inserisce in questa domanda sono molteplici e divaria qualità ed affidabilità. È indubbio che la proliferazione dei molti corsi di difesa personale si inscrivono in questo contesto. Vanno distinti due blocchi dalle finalità e dalla strutturazione decisamente diversa. Da una parte ci sono i corsi rivolti a particolari categorie professionali: forze dell'ordine e chiunque operi nel campo della sicurezza. Qui va confezionata una proposta tecnica parametrata alle necessità, dalle esigenze difensive a quelle contenitive e costruire insieme - ed è estremamente importante - un'etica della responsabilità ed una cultura delle relazioni, che si traduca in una strategia comunicativa tale da rendere il confronto fisico l'ultima ratio, eliminando la violenza gratuita ed isterica.

Altra cosa è la difesa personale rivolta ai soggetti potenzialmente "deboli", "a rischio", primo fra tutti le donne, bambini ecc...

È un terreno delicato e scivoloso. Credo sia ormai fin troppo evidente che proporre una efficace strategia difensiva in poche lezioni sia roba da imbonitori. L'onestà intellettuale ci impone di spiegare insieme all'utilità, i limiti di questa proposta. Occorre evidenziare che solo una pratica continuativa e costante può dare risultati apprezzabili. Deve essere l'occasione per affrontare socialmente il tema della violenza e della prevaricazione, che sia la molestia, lo stalking, il maltrattamento nell'ambito familiare, l'aggressione a fini sessuali od estortivi, l'aggressione e maltrattamenti vari. Sul piano individuale, un buon percorso, nel tempo, può incidere in maniera positiva sull'autostima; permettere di riconoscere situazioni a rischio e valutarli nella giusta misura; prendere consapevolezza del proprio corpo, limiti e potenzialità; decodificare i propri sentimenti di ansia e paura e lavorarci sopra; gestire la propria e l'altrui aggressività sia prevenendo situazioni di conflitto, che affrontando relazionalmente e fisicamente episodi di oppressione, prevaricazione o aggressione psicologica e fisica.

PROVINCIA DI BRINDISI

SELF DEFENSE INCLUSIONE - WOMAN DEFENSE ACADEMY – ANTIBULLISMO ANTIAGGRESSIONE

Affrontare questa problematica significa avviare un complesso, ma proficuo, percorso di riconoscimento di sé e affermare il sacrosanto diritto alla sicurezza e alla propria libertà. La paura è una forma di intollerabile limitazione della libertà personale. La base contestuale deve essere una battaglia culturale. La lotta alla violenza deve passare attraverso l'insegnamento del rispetto, della tolleranza, dell'uguaglianza come principi morali di affermazione nella società e quindi lo scopo è quello di creare un movimento socio-culturale al fine di rafforzare la fiducia nelle istituzioni e nelle strutture che operano per la nostra ed altrui sicurezza, agevolare il contatto fra i "deboli" e coloro che sono preposti alla loro tutela, gettare le basi per far sì che non ci possano più essere scappatoie legali e burocratiche da parte dei colpevoli, stimolare il tessuto sociale a reagire nei confronti di tali piaghe, comprendere la reale dimensione del problema, dare chiari segnali di svolta e costruire una cultura del rispetto e della tolleranza dove la sottomissione del debole non sia strumento di affermazione della propria identità ma al contrario la tutela di sé e degli altri, sia un pezzo importante della costruzione di una società civile e responsabile. Siamo nel campo della sperimentazione e la galassia delle esperienze è la più diversificata.

Una delle letture delle arti marziali è ovviamente la difesa personale. Un'Associazione come la nostra se ne deve occupare e dobbiamo farlo senza meschinità e cinismi mercantili o faciloneria. Sentiamo tutta la responsabilità delle implicazioni. La nostra natura non ci rende sospetti e le competenze acquisite in tanti anni di lavoro serio nel campo delle arti marziali e dello studio non solo di tecniche difensive ma di metodologie che dialoghino in maniera positiva con il profondo di sé stessi, ci permette di avere titoli per costruire un progetto serio e non solo di "facciata" rispetto una problematica così delicata, importante e che diventa sempre più percepita, appunto, dal cittadino in generale e da alcune categorie di soggetti in particolare, come prioritario per la propria qualità di vita. Spesso le proposte sul mercato sfruttano l'emotività e l'ignoranza. Sono proposte di basso profilo e/o disoneste intellettualmente. Su questo tema non si può fare business e nemmeno improvvisarsi. La sicurezza è un diritto di cui la collettività se ne deve fare carico e qualunque risposta va inquadrata come un servizio, contemplando la collaborazione con le istituzioni pubbliche: Amministrazioni Comunali, ASL, Associazioni Femminili, Cooperative/Comunità ecc...

La FEDERSPORT Confcommercio Brindisi assieme al Dipartimento "Woman Defense Academy", si pone come obiettivo di lavorare sugli aspetti cognitivi ed emotivi, relativi alla tematica della difesa personale, da atti di violenza, abuso e sopraffazione fisici e/o psicologici, aggressioni varie e maltrattamenti in genere.

OBIETTIVI:

PROGETTO SELF DEFENSE INCLUSIONE (COMPLETAMENTE GRATUITO PER I PARTECIPANTI) SICURA-MENTE DONNA – ANTIBULLISMO E ANTIAGGRESSIONE – ATTIVITA' MOTORIA DI BASE.

Il corso è tenuto da istruttori qualificati della – **Fitness Center Academy**. Affiliata ad A.S.C. Ente di Promozione Sportiva riconosciuta dal CONI. E' un percorso rivolto alla Donna, al Bambino, al debole ai più bisognosi , dal 2017 viene svolto contro il bullismo in genere nelle scuole. Il corso viene proposto anche alle mamme degli studenti e ai Docenti stessi, si parte dalla Scuola Media, fino alle Università, è stato attivato come progetto pilota nelle scuole d' Italia.



Il corso o Stage, prevede un allenamento fisico all'autodifesa integrato da una parte teorica, relativa ai diversi aspetti del fenomeno della violenza e della possibilità di difendersi nei differenti contesti in cui si manifesta. L'intervento psicologico riguarda, da una parte, l'elaborazione delle emozioni suscitate dalla partecipazione al corso anche in relazione ad eventuali vissuti personali che l'attività può evocare, e dall'altra il riconoscimento e il potenziamento di un senso di autoefficacia personale che consenta di sentirsi in grado di fare fronte alle situazioni che minacciano la propria integrità. Gli obiettivi sono principalmente quelli di fornire un'informazione chiara e precisa sulla violenza di genere in un'ottica di prevenzione e di modificazione anche culturale degli atteggiamenti relativi a tali tematiche. Per avere una buona Formazione

Personale, gli incontri rivolti al gruppo classe si dovrebbero strutturare in 2 ore per ogni incontro, la durata del corso può variare dalle 10 alle 20 settimane, tra pratica e teoria, rappresentati in due moduli:

attività pratica finalizzata ad apprendere delle tecniche fisiche di autodifesa con **La FEDERSPORT Confcommercio Brindisi** **assieme al Dipartimento "Woman Defense Academy"**- attività teorico/esperienziale suddivisa a sua volta in due fasi:

- approfondimento delle teorie della prevenzione del pericolo e dell'autodifesa da aggressioni esterne; conoscenza della relazione che si instaura tra vittima ed aggressore (vittimologia) e sviluppo di una consapevole capacità di valutazione delle situazioni potenzialmente a rischio al fine di poter reagire efficacemente.
- gestione delle emozioni e analisi delle dinamiche di gruppo questa fase è mirata a promuovere il riconoscimento dei vissuti emozionali che sorgono nella riflessione sulle tematiche del corso nel senso di poter imparare a distinguerli e nominarli correttamente. Il focus dell'intervento è quello di sviluppare la capacità di gestire e tollerare la rabbia, l'aggressività e la paura senza agirle immediatamente, ma anzi trasformandole in forme di interazione più adattative. Un ulteriore obiettivo riguarda la possibilità di avviare una riflessione sui ruoli che si ricoprono all'interno del gruppo classe, rendendo visibili le dinamiche disfunzionali vittima/e prevaricatore/i, se sono presenti, promuovendo una mobilitazione e un riassetto dei ruoli più cristallizzati.



CONFCOMMERCIO
IMPRESE PER L'ITALIA
PROVINCIA DI BRINDISI



IMPRESA PER L'ITALIA
PROVINCIA DI BRINDISI



CONFCOMMERCIO

IMPRESE PER L'ITALIA

PROVINCIA DI BRINDISI



PROVINCIA DI BRINDISI





I.C. "G. MAZZINI"
Torre Santa Susanna



2° I.C. "Monaco - Fermi"
Orta (BR)



I.C. "G. MAZZINI"
Torre Santa Susanna (BR)

2019/12/13 10:41





ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO
DAL CONI

CONFCOMMERCIO
ANDRE PER L'ITALIA



L'ENTE DI PROMOZIONE SPORTIVA A.S.C.

Attività Sportive Confederato
COMITATO DI BRINDISI

Lunedì 28 Novembre 2022 alle ore 9:00 in occasione della
Giornata internazionale per l'eliminazione della violenza contro le donne
presso l'Aula Consiliare Comunale di Torre Santa Susanna

ORGANIZZA IL CONVEGNO

Non stiamo in silenzio parliamo di violenza sulle donne

Con la partecipazione di

Marisa GAROFALO sorella di **LEA TESTIMONE DI Giustizia**

LEA GAROFALO

TESTIMONE DI GIUSTIZIA



IO VEDO
IO SENTO
IO PARLO

USCIRE DALLA VIOLENZA
SI PUO':
NON RESTARE IN SILENZIO
CHIEDI AIUTO!

CHIAMA IL NUMERO 112

OPPURE 1522



Interverranno

sen. dott. Michele SACCOMANNO Sindaco del Comune di Torre Santa Susanna
avv. Serena Lucia MISSERE Assessore del Comune di Torre Santa Susanna
dott. Corrado MEMMI Luogotenente Stazione Carabinieri di Torre Santa Susanna
prof. Vito Andrea MARIGGIÒ Dirigente Scolastico I.C. "G.Mazzini" di Torre S. Susanna
avv. Giovanni MORLEO Associazione "L'Umana Avventura"-Ente gestore Liceo Linguistico-
dott.ssa Fernanda DELL'ATTI Coordinatore Socio Sanitario DSS4 Ass. Soc. Cons. di Torre S. Susanna
Marisa GAROFALO Sorella di LEA

Moderatore prof. Antonio RIGLIANO Giornalista

Si ringraziano per la collaborazione le seguenti associazioni



Info A.S.C.: brindisi@ascsport.it / www.ascbrindisi.it

Presidente Prov.le A.S.C. Brindisi M° Massimiliano ZANZARELLA - Cell.: 366 5376141



29 Novembre 2022



I.C. "G. Mazzini"
Torre Santa Susanna (BR)





Epifanio Ferdinando Mesagne (BR) Economico - Coreutico



Sabato 11/01/2025





FEDERSPORT Confcommercio Brindisi assieme al Dipartimento **“Woman Defense Academy “** affiliato A.S.C. Ente di **Promozione Sportiva** riconosciuto dal CONI, **ORGANIZZA SU TERRITORIO NAZIONALE** gli Stage di **Antiaggressione Femminile “ WOMAN DEFENSE – Antibullismo - Antiaggressione“**

La durata dello stage è complessivamente di ore due, PER UN GRUPPO con un MASSIMO DI 80 PARTECIPANTI per GRUPPO, lo stage è rivolto solo alle donne, in tal caso si richiede ai partecipanti abbigliamento normale, con l'obbligo di indossare pantaloni per comodità di esecuzione delle tecniche, scarpe da ginnastica, borse, zaini ecc...

Di seguito, si riporta il programma e gli scopi che l'Associazione si prefigge di rispettare ed eseguire con cura dagli operatori di sicurezza FCA-Woman Defense Academy.;

- 1) **Il linguaggio del corpo**
- 2) **Gestione della paura e dello stress**
- 3) **Riconoscere i tipi di aggressore**
- 4) **Studio dell'ambiente circostante**
- 5) **Autodifesa da attacchi multipli, Autodifesa specifica femminile**
- 6) **Prevenzione e lotta alle dipendenze giovanili** (contro le dipendenze da sostanze stupefacenti ed alcol, nuove dipendenze digitali e ludopatia)
- 7) **Autodifesa con oggetti occasionali**

IL PRESIDENTE
FEDERSPORT – CONFCOMMERCIO Brindisi
Massimiliano ZANZARELLA



CONFCOMMERCIO
IMPRESE PLURISCELARIE

PROVINCIA DI BRINDISI