

#NOVIOLENZA

IDEE PER FERMARE LA VIOLENZA

#DONNE

VOCE AI GIOVANI: UNA GARA DI IDEE

La donna in difesa della donna



#NOVIOLENZA #DONNE

IDEE PER FERMARE LA VIOLENZA

La donna in difesa della donna

CHI SIAMO

Siamo due amiche una di 22 e l'altra di 25 anni iscritte allo stesso corso di laurea specialistica in Scienze della formazione e consulenza pedagogica nelle organizzazioni.

La passione che mettiamo nel fare ciò che amiamo e la voglia di provare a superarci continuamente per vedere fino a che punto siamo capaci, ci uniscono creando così un'armonia totale tra di noi.



#NOVIOLENZA #DONNE

IDEE PER FERMARE LA VIOLENZA

La donna in difesa della donna

LA TIPOLOGIA DEL NOSTRO PROGETTO

- Prevenzione
- Aumento della sicurezza/difesa



#NOVIOLENZA #DONNE

IDEE PER FERMARE LA VIOLENZA

La donna in difesa della donna

L'IDEA:

L'idea fondamentale del progetto è aiutare le donne a *ripensare il proprio corpo*. Il corpo di una donna rappresenta al tempo stesso il suo più grande dono e il suo più grande limite nel rapporto con gli uomini e nella tutela di se stessa. **Tuttavia il corpo femminile non è soltanto oggetto di seduzione e violenza, ma imparando a gestirlo e padroneggiarlo può diventare un potente strumento di difesa di sé dai pericoli del mondo.**

Attraverso la pratica dei principi di morbidezza e cedevolezza tipici delle arti marziali, necessari all'acquisizione di una buona capacità di difesa personale, ogni donna imparerà a familiarizzare ed entrare in contatto profondo con il proprio corpo, sviluppando abilità connesse alle proprie doti fisiche e imparando a dare valore a quelle parti di sé che riteneva non ne avessero.

Nelle arti marziali si persegue una via, il "do" giapponese, tra i cui principi cardine vi è quello secondo cui **ogni praticante deve imparare a volersi bene, a potenziare le proprie qualità ed abbracciare i propri limiti, poiché nel "do" ogni persona può trovare la giusta espressione di sé, a prescindere da peso, statura ed età.**

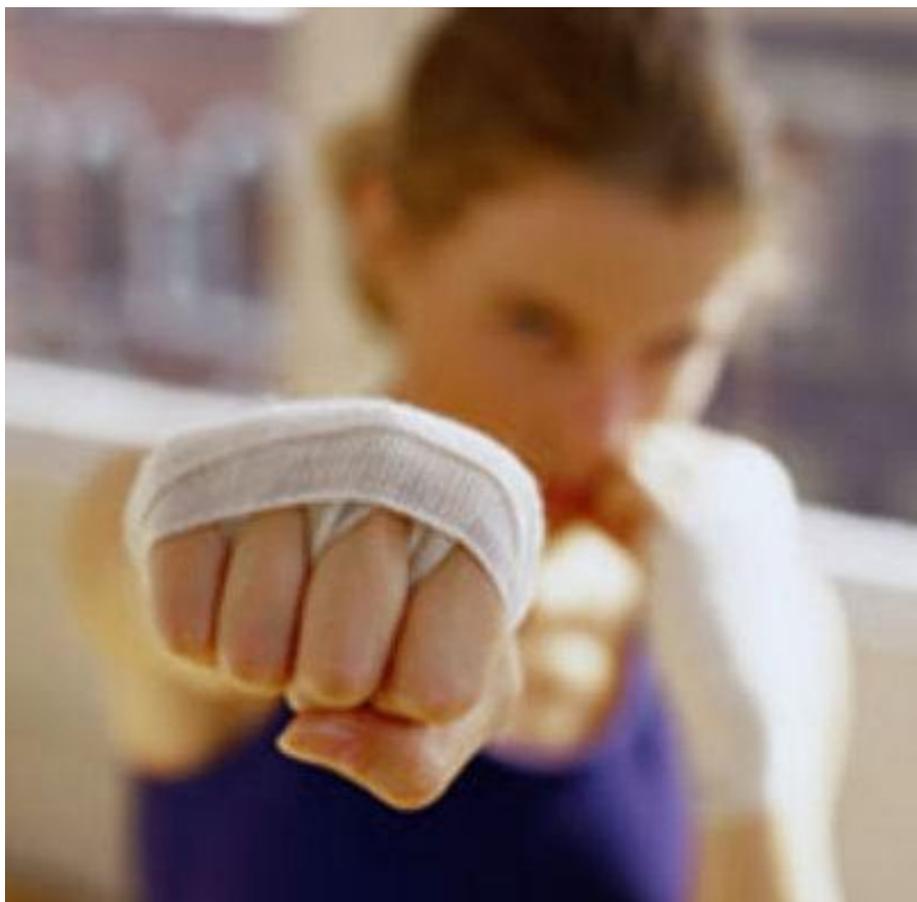


#NOVIOLENZA #DONNE

IDEE PER FERMARE LA VIOLENZA

La donna in difesa della donna

LA NOSTRA IDEA IN UN'IMMAGINE:





#NOVIOLENZA #DONNE

IDEE PER FERMARE LA VIOLENZA

La donna in difesa della donna

LA NOSTRA IDEA IN UNA CITAZIONE:

«Il corpo contiene l'anima, la materia contiene la mente. Il mondo contiene il paradiso, la polvere il divino. Devi scoprirlo, e il primo passo verso quella scoperta è l'accettazione di se stessi, la gioia di essere se stessi.»

"Osho, il benessere emotivo"



#NOVIOLENZA #DONNE

IDEE PER FERMARE LA VIOLENZA

La donna in difesa della donna

CHE OBIETTIVI HA IL PROGETTO AD UN ANNO DA ADESSO?

- Crediamo che il nostro progetto rappresenti un primo passo nell'aiutare ogni donna che ha subito o che teme di subire una violenza a proteggersi nel migliore dei modi possibili, ad acquisire maggiore fiducia in se stessa e nelle potenzialità del proprio corpo e a parlare liberamente del proprio problema in un ambiente protetto e di condivisione. Forti del fatto che quando ammetti di avere una paura vuol dire che la stai già superando.
- Noi ci prefiggiamo l'obiettivo, più "modesto" ma di sicuro efficace ai fini preventivi, di affrontare il problema della violenza prevalentemente fisica partendo da ciò che caratterizzandosi quale sostrato fondamentale del genere femminile, rende spesso la donna una creatura tanto bella e desiderabile quanto fragile ed indifesa e cioè, *il corpo*.



#NOVIOLENZA #DONNE

IDEE PER FERMARE LA VIOLENZA

La donna in difesa della donna

LE PRINCIPALI COSE CHE SERVIRÁ FARE PER REALIZZARE IL PROGETTO

- Organizzare un corso di arti marziali incentrato sulla difesa personale e pensato specificatamente per la donna (che comprenda discipline quali ju-jitsu e Tai chi Chuan). Il corso si svolgerà attraverso un numero regolare di incontri con un maestro esperto in questo specifico campo e saranno a ingresso libero;
- Creare al termine di ogni incontro un momento di confronto in presenza di una figura esperta e qualificata durante il quale ogni partecipante potrà esprimere le proprie emozioni, sensazioni, paure, bisogni e curiosità e le potrà condividere con gli altri se vorrà;
- Aprire un blog «keep in touch» utile, appunto, a rimanere sempre in contatto e ad offrire alle partecipanti al progetto e a tutte le altre donne interessate un luogo virtuale di incontro dove potersi sentire protette e partecipi del problema che le accomuna e che riguarda tutte.



#NOVIOLENZA #DONNE

IDEE PER FERMARE LA VIOLENZA

La donna in difesa della donna

PERCHÉ VOTARE IL NOSTRO PROGETTO?

Durante gli ultimi anni la donna è andata guadagnandosi una sempre maggior emancipazione rispetto al passato. Nonostante questo la donna continua ad essere troppo spesso vittima di violenze fisiche e psicologiche. Molte sono state le iniziative promosse per porre fine a tale fenomeno: seminari di sensibilizzazione, workshop, convegni, aperture di centri di ascolto, corsi presso i consultori e così via. Coscienti dell'estrema delicatezza che caratterizza questo fenomeno dal punto di vista emotivo e psicologico. **Vogliamo battere un sentiero nuovo che possa apportare un contributo effettivo e dare nuova forma al concetto di rispetto della donna che ancora non ha attecchito negli animi delle generazioni più giovani e tanto meno in quelle che ormai dovrebbero considerarsi più mature.** Ergo, perché votare il nostro progetto?

- perché ci sembra che la nostra proposta sia un aiuto concreto a questo brutale, ma reale problema;
- perché vogliamo agire non solo attraverso le parole, ma anche e soprattutto attraverso i fatti;
- perché ci crediamo davvero.



#NOVIOLENZA #DONNE

IDEE PER FERMARE LA VIOLENZA

La donna in difesa della donna

É tutto.

Ci vediamo al convegno il 24 maggio a Roma.