



Corso di difesa personale per giovani e non più giovani donne

SVIZZERA

Femminicidio, una storia che continua a ripetersi

In Svizzera due donne al mese vengono uccise per mano di un uomo. Le testimonianze raccolte da Modem dopo il caso italiano di Giulia Cecchettin

21 novembre 2023, 16:23 • 11 dicembre 2023, 13:42



Care concittadine,

è con grande piacere che vi invitiamo a partecipare a questo corso di difesa personale organizzato dal Comune su suggerimento di una concittadina che come mamma di una giovane donna, ha sentito il bisogno di proporre un momento di condivisione e insegnamento per imparare a valutare le situazioni di pericolo, per saper reagire di conseguenza, per difendersi e mettersi al sicuro.

Verranno fornite le conoscenze necessarie per sapersi districare da una grave, delicata e spiacevole situazione di pericolo per se stesse, imparando alcune semplici tecniche di autodifesa.



Particolarmente indicato per tutte le donne a partire dai 15 anni e senza una necessaria preparazione fisica.

Le lezioni di difesa personale saranno impartite da Jimmy Caminada, maestro di arti marziali, professionista con numerosi anni di insegnamento all'attivo.

- Costo:** fr. 75.00 per 8 lezioni, di cui fr. 35.00 finanziati dal Comune
- Orario:** dalle 19.00 alle 20.30
- Date:** 25 marzo; 15 aprile; 22 aprile;
29 aprile o 6 maggio (la data definitiva verrà confermata in seguito)
13 maggio; 27 maggio; 3 giugno; 10 giugno
- Luogo:** centro civico Vezia
- Abbigliamento:** training, t-shirt maniche lunghe o corte (no canottiera), scarpe da palestra
- Necessario:** materiale per prendere appunti
- Iscrizione:** direttamente in cancelleria comunale con il versamento della quota di fr. 40.00 a contanti

Il numero massimo di partecipanti è di 16 persone. Le iscrizioni dovranno pervenire entro l'11 marzo 2024 e verranno prese in considerazione in ordine di entrata.