

CORSO DI AUTODIFESA

«Vittime non si nasce» e vale anche per gli uomini

Difendersi dalle violenze. In teoria e in pratica. È quello che offre il corso di difesa personale «Vittime non si nasce» aperto a tutti dai 16 anni in su. Alla sua seconda edizione il corso è organizzato dal **sindacato di polizia Siap** (Comitato Pari Opportunità) in collaborazione con l'associazione Thamaia Onlus e con il patrocinio dei Comitati Pari opportunità di Consulenti del lavoro, Università, Comune, Ufficio della Consigliera Pari opportunità, Ordine dei Commercialisti. Un coro di adesioni ad un'iniziativa che punta a far acquisire sicurezza. Nato l'anno scorso come iniziativa riservata alle donne, quest'anno anche gli uomini potranno partecipare alle lezioni pratiche (9 incontri settimanali in palestra con il maestro Sebastiano Urzi istruttore di Kyusho) e teoriche (4 incontri con le operatrici di Thamaia). Ma anche i bambini dai cinque anni in poi potranno partecipare ad un corso di karate solo per loro mentre i genitori fanno lezione in un'altra sala. Il metodo che verrà insegnato, fa parte del Karate Kenpo, ed è applicabile a qualsiasi arte marziale. Neutralizza l'aggressore con delle particolari mosse senza ricorrere alla forza fi-

sica.

Non c'è infatti da allenarsi come dei «Rambo». Per questo è particolarmente indicato per signore anche molto in avanti con l'età. L'obiettivo non è quello di far del male all'avversario ma di salvarsi la vita in particolari situazioni di pericolo. Il dolore che si provoca nell'avversario - facendo pressione su particolari punti delle braccia o delle gambe - è breve, intenso e soprattutto non provoca danni. Ma quello che gli organizzatori si prefiggono è insegnare a non essere vittime, insegnare cioè più che una tecnica sportiva, uno stato psicologico.

Per questo, oltre alle lezioni, si parlerà anche di violenza di genere, violenza nell'ambito domestico, di stalking, di pregiudizi, di leggi, del lavoro dei centri antiviolenza, di cultura delle pari opportunità. Insomma una presa in carico "globale" di chi almeno una volta nella vita si è sentito o ha paura di sentirsi vittima.

Il corso (a prezzi popolari con tariffe anche per famiglie) verrà presentato venerdì 30, alle 10, nella sala Coppola di Palazzo degli Elefanti.

CARMEN GRECO

