



COMUNE  
di PISTOIA

Piazza del Duomo 1 - 51100 Pistoia  
Numero verde 800-012146  
Tel. 05733711 - Fax 0573371289 C.F. e P.Iva 00108690470

## La miglior difesa sei tu. Corso di autodifesa per minorenni



Per la prima volta a Pistoia un corso per informare e apprendere le tecniche di autodifesa rivolto alle ragazze dai 16 ai 18 anni. Il Comune di Pistoia in collaborazione con la Polizia di Stato - Questura di Pistoia ha organizzato il corso **"La miglior Difesa sei tu"** per la prevenzione della violenza di genere e l'apprendimento di tecniche di autodifesa. Da dieci anni Amministrazione e Polizia di Stato organizzano corsi rivolti alle donne adulte. Adesso si partirà anche con le minorenni visto che il fenomeno della violenza contro le donne si manifesta in tutte le fasce di età.

Il corso, gratuito, si articolerà in quattro incontri a cadenza settimanale ogni mese a partire da dicembre. In base al numero di adesioni, il ciclo di lezioni riprenderà a gennaio per poi proseguire, se necessario, fino a maggio 2018.

Le adolescenti sono state informate dell'iniziativa grazie alla collaborazione con gli istituti scolastici pistoiesi. Chi desidera frequentare il ciclo di quattro incontri può ricevere informazioni telefonando ai numeri 0573-371406 o 371400 da lunedì a venerdì dalle 9 alle 13 e iscriversi tramite email inviando apposito modulo all'indirizzo [servizio.civile@comune.pistoia.it](mailto:servizio.civile@comune.pistoia.it). Il modulo di iscrizione può essere scaricato qui sotto.

Per andare incontro il più possibile alle preferenze già emerse dalle ragazze, il corso è stato strutturato in modo che un ciclo si terrà nel pomeriggio di lunedì e quello successivo nel pomeriggio di mercoledì con orario **dalle 14.30 alle 16.30 al Centro Mèlos in via dei Macelli 11**.

Ecco il calendario degli incontri. Nel mese di **dicembre** si svolgeranno nei giorni 4, 11, 18 e 20 dalle 14.30 alle 16.30. A **gennaio** il 10, 17, 24 e 31. A **febbraio** il 5, 12, 19, 26. A **marzo** il 7, 14, 21 e 28 marzo. Nel mese di **aprile** le date sono 9, 16, 23, 30 e a **maggio** il 9, 16, 23 e 30.

Per ogni incontro è prevista una **parte teorica** (caratteristiche della violenza di genere, i servizi presenti sul territorio pistoiese filmati e letture sul tema per spunti riflessivi) che verrà svolta da operatori esperti del Centro Antiviolenza "Aiutodonna" della

Società della Salute Pistoiese e dalla Questura di Pistoia e una **parte pratica** dedicata all'autodifesa, gestita dalla Questura, tenuta dagli istruttori di difesa personale della Polizia di Stato i quali offriranno, liberi dal servizio, la loro professionalità, con entusiasmo e passione, insegnando alle ragazze alcune fondamentali tecniche di autodifesa.

L'iniziativa si inquadra nel più ampio programma della **polizia di prossimità** che la Questura di Pistoia pianifica quotidianamente attraverso vademecum, consigli, informazioni e attività di prevenzione per garantire la tutela dei cittadini, ed in particolare delle fasce più deboli (anziani, minori e donne) da tutte le potenziali aggressioni.

Il progetto, che quest'anno porta il titolo "**La miglior Difesa sei tu**", è stato realizzato per la prima volta dalla Questura di Pistoia nel 2010 e ritorna in un momento in cui il femminicidio è sempre più di estrema attualità.

**Una donna su tre**, infatti, ha subito violenze fisiche o sessuali nella maggioranza dei casi da parte del partner o di un familiare. Picchiate in casa, molestate in strada, vittime di bullismo sul web. **Più di un milione di donne in Italia** finisce nella rete dei soprusi al maschile, che si ripetono più volte arrivando alla vergognosa cifra di **14 milioni di atti di violenza** (dallo schiaffo allo stupro) con oltre **25 casi** al giorno di stalking. **Ogni tre giorni in Italia una donna viene uccisa**, per aver lasciato il proprio compagno vengono definiti i "femminicidi del possesso". Il **70% circa** dei femminicidi avvengono in ambito familiare per mano del coniuge, del partner o dell'ex partner. La violenza psicologica è ancora più alta, raggiunge il **43% delle donne** e comprende, violenza economica, impedimento alla libertà di movimento, controllo, minacce.

Per quanto riguarda la provincia di Pistoia, solamente nell'ultimo triennio con andamento oramai pressoché costante, sono stati denunciati per atti persecutori **274 cittadini**, di cui **oltre il 95% di sesso maschile**, e ammoniti con provvedimento del Questore **14 persone**.

Per aiutare le donne che subiscono violenze di ogni tipo, da anni è attivo nell'area pistoiese il **Centro Antiviolenza "Aiutodonna"** che, oltre ad accogliere e supportare le donne vittime di violenza, si occupa di rilevare i bisogni del territorio su cui costruire campagne di prevenzione e sensibilizzazione.

Negli anni sono già stati raggiunti centinaia di studenti attraverso **campagne di educazione** all'interno delle scuole pistoiesi per promuovere cambiamenti nei comportamenti socio-culturali per eliminare pregiudizi, costumi e tradizioni, pratiche basate su modelli stereotipati dei ruoli delle donne e degli uomini, promuovendo una visione della figura femminile nelle diverse età libera dalla riproduzione di modelli di genere rigidi, stereotipati e degradanti.

[Scarica il modulo di iscrizione](#)