

## Contro la violenza sport, autodifesa e dialogo: al Pirellone per il progetto Sicuramente Donna

LINK: <https://www.ilpunto notizie.it/contro-la-violenza-sport-autodifesa-e-dialogo-al-pirellone-per-il-progetto-sicuramente-donna/>

**VUOI FARE CENTRO?**  
Spazio disponibile



**LA TUA ATTIVITA' QUI'**  
Richiedi una consulenza a  
[info@blvmediaitaliasrl.it](mailto:info@blvmediaitaliasrl.it)

Contro la violenza sport, autodifesa e dialogo: al Pirellone per il progetto Sicuramente Donna «A 17 anni ho vissuto l'incubo di un rapporto tossico. Ma grazie al fatto che ho parlato con i miei genitori e con gli insegnanti e che poi sono stata aiutata e sostenuta nella denuncia, ma soprattutto grazie al fatto che mi ero resa conto che il mio ragazzo era un manipolatore pericoloso, sono riuscita a liberarmi e oggi posso raccontarlo». Si chiama Giulia, poco meno di 18 anni, ed è una delle donne che riescono a liberarsi dai maschi controllanti, spesso minori, e quindi a diventare testimonial per tutte le donne vittime di violenza non solo fisica ma spesso psicologica. La sua testimonianza toccante è stata la punta di diamante di un evento unico ospitato nello splendido Belvedere Jannacci del Pirellone lo scorso 6 novembre e promosso da Consiglio regionale della Lombardia, Unione Nazionale Vittime e Naikan-Do Shotokan Academy: il progetto "SicuraMente Donna", per

dimostrare come lo sport possa essere tra gli strumenti più efficaci per prevenire e contrastare la violenza attraverso una "rete" sul territorio formata da istituzioni, associazioni e forze dell'ordine. "La vera sfida da vincere nella società e tra i banchi di scuola è difendere le donne da un principio aberrante: chi uccide o picchia è spinto da una concezione della donna del tutto inaccettabile, quella di essere 'proprietà' di qualcuno. Per questo la violenza contro le donne è, prima di tutto, una battaglia culturale. È questa la strada che dobbiamo seguire. Perché è un nostro preciso dovere morale combattere ogni forma di violenza e non lasciare mai sola nessuna donna", ha detto Federico Romani, Presidente del Consiglio Regionale della Lombardia. A lui ha fatto eco la vulcanica e propositiva Paola Redaelli, presidente di Unione Nazionale Vittime che si occupa della tutela dei più deboli a tutti i livelli anche per la legittima difesa. Hanno poi parlato professionisti del settore,

tra cui avvocati specializzati nel Codice Rosso, psichiatri e rappresentanti delle forze dell'ordine come l'Arma dei Carabinieri. Il professor Fabrizio Villanacci ha poi presentato il progetto Naikan-D? Sicuramente Donna, un approccio innovativo alla difesa personale con la dimostrazione pratica di tecniche di autodifesa. «La difesa personale, infatti, non solo fornisce tecniche fisiche per proteggersi, ma contribuisce anche a migliorare la sicurezza interiore e l'autostima, strumenti preziosi nella prevenzione della violenza. La pratica di sport e autodifesa può aiutare le donne a sviluppare una maggiore consapevolezza e prontezza, rendendole più sicure in situazioni potenzialmente pericolose», ha detto. Sul palco hanno sfilato, insieme alla piccola Giulia, Alessandro Continiello avvocato della Commissione Codice Rosso dell'Ordine degli avvocati di Milano, Francesca Giarmoleo del Coordinamento Unavi Lombardia che ha letto la testimonianza di Beatrice

un'altra donna scampata alla morte e all'aguzzino compagno, Carmelo Ferraro, direttore generale dell'**Ordine** degli **Avvocati** di **Milano**, le avvocate Alice Di lalli e Tiziana Perrotta, Rita Capriotti, dell'**Ordine** dei Commercialisti di **Milano** focalizzata sulla violenza economica, Michele Chiesa, medico chirurgo e il capitano Landonia della Compagnia dei Carabinieri Duomo **Milano**. Ma soprattutto a scaldare il cuore è stato il numerosissimo pubblico composto da tanti ragazzi delle scuole **milanesi**, giovani soprattutto a cui è rivolto il messaggio che la violenza si combatte con la cultura della prevenzione. A moderare Francesco Maria Del Vigo, vicedirettore de Il giornale e Valentina Jannacone, giornalista Unavi. Unavi si ritroverà impegnata sempre con lo sport questa volta acquatico nella piscina Aquamore di Landriano (Pv) per un altro momento di confronto nel pomeriggio di sabato 9 novembre dalle 16.30 con acquaticità per tutte le donne e dalle 18 per un dibattito sulla violenza e sul narcisismo maligno. [www.unionenazionalevittime.it](http://www.unionenazionalevittime.it) e <https://fb.watch/vICzuqnJLF/>