



QUESTURA DI CATANZARO



GRUPPO SPORTIVO GIOVANILE FF.OO.

presenta

*PROGETTO PER UN CORSO DI DIFESA PERSONALE, PREVENZIONE E
GESTIONE DI PERSONE MOLESTE*

OBIETTIVI

Il corso è un percorso di riscoperta delle proprie risorse. Incentrato sulla crescita dell'autostima e della motivazione personale, è basato sulle tecniche semplici ed immediate del metodo MGA (metodo globale autodifesa). Si caratterizza per essere alla portata di tutti, adatto a tutte le età, a tutti i livelli ed a tutte le condizioni fisiche. Il corso insegna alle donne ad anticipare il pericolo, a valutarlo, ad evitarlo, e se necessario, ad affrontarlo rispettando la legge. Perché in una società organizzata e civilizzata, per difendersi, bisogna conoscere e rispettare il quadro giuridico della legittima difesa. Obiettivi quelli appena citati che saranno perseguiti grazie alle lezioni non solo di tecnica ma con approfondimenti riguardati la parte psicologica e giuridica, nonché con semplici allenamenti di coordinamento e sviluppo motorio.



DURATA

Il corso, della durata di 40 ore, sarà distribuito su tre mesi, nella fascia oraria 14.30-16.30.

DESTINATARI

Il corso sarà indirizzato alle donne dipendenti del Ministero dell'Interno (Polizia di Stato, Amministrazione civile dell'interno - VV.FF. – Protezione Civile) e delle altre Forze Armate e di Polizia. Le partecipanti al corso indosseranno abbigliamento comodo (tute, divise operative) nel rispetto del decoro, utilizzeranno scarpe ad uso esclusivo interno o in caso contrario a piedi nudi. Gli spogliatoi della palestra in uso al Centro Sportivo Giovanile FF.OO. saranno a completa disposizione delle donne partecipanti. Anche il parcheggio, esterno al Polifunzionale della Polizia di Stato, è a disposizione dei partecipanti.

PERSONALE IMPIEGATO

Il corso verrà tenuto dall'Assistente della Polizia di Stato INSANGUINE Dario, coadiuvato da altro personale specializzato in forza alla Questura di Catanzaro.

L'Assistente INSANGUINE oltre a possedere la qualifica di Insegnante Tecnico MGA di 3° livello, è istruttore di difesa personale della Polizia di Stato nonché Aspirante Allenatore lotta FIJKAM, come da attestazioni in allegato. Tutti i componenti sono abilitati all'uso del defibrillatore di cui la struttura è fornita.

CONCLUSIONI

Il corso, diretto alle donne non servirà solo a dare gli strumenti su come difendersi ma può essere un'idea pilota per uniformare la difesa personale nelle forze di polizia, siano esse ad ordinamento civile o militare. Inoltre sarà un modo diverso per dire alle donne che la Polizia di Stato ed i suoi appartenenti si impegnano ogni giorno in sua difesa.

