

## A chi si rivolge

**AI RAGAZZI E ALLE RAGAZZE DELLE  
CLASSI III E IV DELLE SCUOLE SUPERIORI  
DI SECONDO GRADO**

## Durata

**14 ORE COMPLESSIVE (14 PER IL GRUPPO  
DELLE RAGAZZE E 8 PER IL GRUPPO DEI  
RAGAZZI) DA DIVIDERE IN 4 GIORNATE  
DI LAVORO**

## Figure professionali

Tutto questo sarà possibile grazie alla presenza di **2 PSICOLOGI** che accompagneranno il percorso dell'intero gruppo classe in tutte le sue fasi e di **3 ISTRUTTORI DI DIFESA DONNA** che si occuperanno prevalentemente del gruppo femminile, sottolineando in maniera decisa l'importanza della prevenzione di fronte ad una possibile aggressione, mostrando le tecniche per una difesa legittima che è per prima cosa diritto e dovere di ogni donna.

**PER INFORMAZIONI RIVOLGERSI A:**

**Dott.ssa Chiara Crivelli**  
Cell. 3381894048  
E-mail: chcriv@gmail.com

**Dott.ssa Ambra Frascà**  
Cell. 3398183720  
E-mail: ambra.psico@hotmail.it

**Fabrizio Pagani**  
Cell. 3333985105  
E-mail: fabryjkd@yahoo.it

**Luca Ravera**  
Cell. 3337651079  
E-mail: luca.rattan@gmail.com

**Sara Parente**  
Cell. 3493900595  
E-mail: sara.parente.sp@gmail.com



[www.difesadonna.it](http://www.difesadonna.it)



[www.avventureteamticino.it](http://www.avventureteamticino.it)

*"Il sentiero della non-violenza  
richiede molto più coraggio di  
quello della violenza"  
Mohandas Gandhi, Harijan, 1946*

## **EDUCAZIONE ALLA NON-VIOLENZA**



**Progetto per le  
classi III e IV delle  
scuole superiori di  
secondo grado**

## **Gli adolescenti e la violenza di genere**

La fase di vita dell'adolescenza comprende anche lo sviluppo della dimensione sessuale, coinvolgendo diversi aspetti della personalità: dall'identità corporea del soggetto, all'identità psicologica e sociale della persona nei suoi rapporti con gli altri.

E' proprio in questo momento che negli adolescenti emerge il bisogno di confrontarsi su temi quali la sessualità e il rapporto tra uomo e donna.

Fondamentale dunque sembra essere l'affrontare, proprio in questo momento di passaggio alla vita adulta, un tema come quello della violenza sulle donne, fornendo strumenti adeguati alle ragazze per prendere consapevolezza di sé, del proprio corpo, della propria forza fisica e psicologica. Allo stesso modo sarà opportuno sensibilizzare i ragazzi, coinvolgendoli all'interno di un progetto che miri a confrontarsi sugli stereotipi dell'uomo e della donna, sulla visione di una violenza che non può essere atto di amore o virilità, sulla messa in atto di atteggiamenti e comportamenti che prescindono dal rispetto di sé e dell'altro.

## **Il progetto e i suoi obiettivi**

Il progetto "Educazione alla Non-Violenza", creato per i ragazzi e le ragazze delle scuole superiori di secondo grado, è finalizzato alla diffusione della cultura della non-violenza, in tutte le sue forme. In particolare il progetto si soffermerà sulla PREVENZIONE E SENSIBILIZZAZIONE dei giovani studenti, delle classi terze e quarte, nei confronti della violenza di genere.

Tutto ciò sarà possibile grazie ad incontri di gruppo nei quali i ragazzi e le ragazze affronteranno due percorsi paralleli che permetteranno loro di ricongiungersi nelle ultime fasi del progetto per confrontarsi e unire le loro esperienze, permettendo un ulteriore arricchimento e il raggiungimento di una consapevolezza di sé e dell'altro, del diritto di difendere la propria persona, dell'amore, del rispetto, della non-violenza.

## **Il Metodo Difesa Donna**

E' il metodo di Antiaggressione Femminile frutto della pluriventennale esperienza nel campo delle arti marziali e della difesa personale del Maestro Roberto Bonomelli, fondatore e direttore tecnico dell'Associazione nazionale Akea e della Scuola Bono Academy di Sesto San Giovanni (Milano), giornalista e autore di libri del settore. Il Maestro Bonomelli, diplomato Istruttore di arti marziali a Los Angeles, ha studiato e creato questo programma di difesa personale rivolto esclusivamente alle donne, ispirandosi ai più evoluti corsi di antiaggressione femminile americani come Impact e Model Mugging. Rientrato dagli Stati Uniti ha voluto offrire anche alle donne italiane la possibilità di sentirsi più sicure attraverso una nuova metodologia. Nuova per l'approccio psicologico e per le materie trattate. Unica nel suo genere per la logica struttura e per la sensibilità verso il mondo femminile.

Oggi si possono trovare Istruttori del metodo Difesa Donna in tutta Italia. La sede centrale, dove vengono formati nuovi docenti, è la Bono Academy di Sesto San Giovanni, alle porte di Milano.