IVG

Loano, al via le lezioni di autodifesa per gli studenti delle Mazzini-Ramella

di **Luca Berto**
20 Ottobre 2015 – 10:39

Loano. Prenderà il via il prossimo 26 ottobre presso le scuole Mazzini-Ramella di Loano **“Vivi il tuo futuro”**, il progetto ideato dall’Asd Krav Maga Parabellum di Loano (che si occupa di arti marziali e discipline di difesa personale) per insegnare agli studenti delle scuole superiori le tecniche di autodifesa sia fisica che verbale nonché la consapevolezza e la sicurezza di sé e che ha l’obiettivo di contrastare quei fenomeni (come il bullismo e il consumo di alcolici) che sono in notevole aumento tra gli adolescenti

“Questo progetto tratta molti aspetti – spiega Davide Carosa – dal bullismo nelle scuole fino al consumo di alcol sempre più in età giovanile, per passare agli aspetti della difesa personale. Siamo molto contenti che il primo istituto ad aderire sia il Mazzini- Ramella. Negli incontri precedenti abbiamo avuto modo di instaurare con i docenti (in particolar modo con Dario Caruso) una buona base di partenza. Inoltre, aver ricevuto da parte dell’amministrazione comunale loanese il patrocinio non oneroso ci spinge ad affrontare queste problematiche adolescenziali in maniera mirata e costruttiva”.

“Siamo molto contenti di aver instaurato questo rapporto con le scuole loanesi e di interfacciarci con professori attenti al benessere dei propri studenti. Non solo la nostra associazione e le scuole sono due realtà sono che si trovano nello stesso comune, ma perché crediamo fortemente che quello che verrà proposto sia utile nella loro vita di tutti i giorni. Avere un feedback così diretto con i ragazzi porterà uno sviluppo ulteriore dei prossimi lavori proposti. Lo Csen di Savona ha contribuito fortemente a questa iniziativa registrando il progetto presso la Siae di Roma”.

Il corso sarà sviluppato su cinque classi pilota (suddivise tra seconde e terze medie) per un totale di 8 ore di lesione. Il seminario "occuperà" le ore delle lezioni di educazione fisica tenute dalle professoresse Marina Biano e Paola Manera.

Il progetto nasce dall'idea dei due fondatori dell'associazione stessa, il maestro Giuseppe Calà, scomparso prematuramente a gennaio scorso, e Davide Carosa, infermiere presso l'Asl savonese. L'iniziativa è rivolta **agli studenti delle scuole superiori e ha l'obiettivo di trattare problematiche ormai tipiche del mondo giovanile**: il bullismo, la violenza domestica sui minori e sulle donne, l'uso e l'abuso delle sostanze stupefacenti e dopanti. Durante il seminario (che si sviluppa su dodici lezioni a cadenza settimanale della durata di due ore) **verranno trattati argomenti legislativi, comportamentali e psicologici legati alla sfera motivazionale individuale, con indirizzo sportivo difensivo**.

Al termine gli studenti avranno appreso una base di autodifesa, attraverso semplici tecniche di divincolo da una presa, costrizione e immobilizzazione, senza l'utilizzo di tecniche di percussione sull'aggressore. **Il coaching aiuterà a riflettere e organizzare le idee per stabilire delle strategie efficaci e definire piani d'azione calibrati, lavorando sulla determinazione, la concentrazione, l'autostima e la gestione del proprio stato**. Il sistema "Powerful Inside", che è un corso di difesa personale per bambini e adolescenti che si basa sulla prevenzione della violenza, avrà il compito di trasmettere ai ragazzi, attraverso esercizi fisici, automatismi atti a comunicare un messaggio di forza e di sicurezza.

Gli studenti acquisiranno le nozioni giuridiche di base che gli consentiranno di tutelarsi in caso di eventuali violenze fisiche o verbali e nel contempo gli permetteranno di conoscere il funzionamento del procedimento penale. Gli incontri con la psicologa avranno invece lo scopo di raccogliere e di lavorare sulle fantasie e sui vissuti emotivi riguardanti la tematica dell'autodifesa, la percezione di pericolo e di se stessi in situazioni di aggressione, attraverso il confronto di gruppo e la stimolazione della "intelligenza emotiva".

Lo staff di insegnanti è composto da professionisti e istruttori che porteranno ciascuno un contributo specifico. Tra loro il maestro Gianni Puppo, promotore e responsabile degli sport da combattimento; l'istruttore Maurizio Boccone e l'istruttore Roberto Bestoso, suoi stretti collaboratori; l'istruttore di savate e preparazione atletica Claudio Lodi; l'istruttore Massimiliano Pulito, ideatore del metodo "Powerful Inside"; Linda Bo, istruttrice del settore ginnastica sportiva; Dino Fava, Piero Casula, Maurizio Vaccari, istruttori di educazione e tiro arma corta; Barbara D'Alessandro, mental coach; l'avvocato Eva Rocca e la psicologa Monica Ricci.