

IVG

Albenga, gli studenti del liceo “Bruno” si diplomano in autodifesa

di **Redazione**

30 Aprile 2016 - 12:33



Albenga. Ieri mattina nell’aula magna del liceo “Giordano Bruno di Albenga” si è svolta la cerimonia di consegna degli attestati di partecipazione a “Vivi il tuo futuro”, il corso di difesa personale ideato e svolto dagli istruttori e collaboratori dell’associazione sportiva Krav Maga Parabellum di Loano.

Al progetto hanno preso parte circa cento studenti di tre differenti classi: la 2C linguistico; la 2A classico ed infine la 1B linguistico.

Alla consegna degli Attestati erano presenti il sindaco di Albenga Giorgio Cangiano, la preside Simonetta Barile con alcuni professori del corpo docenti, il presidente del comitato provinciale del Centro Sportivo Educativo Nazionale di Savona, oltre allo staff e ai tecnici dell’associazione sportiva loanese.



Durante il corso gli studenti hanno affrontato argomenti più che attuali come il bullismo, il consumo di alcol in età giovanile, l'assunzione di droghe come la cannabis, le violenze domestiche e sulle donne, la difesa personale in campo urbano. Il presidente della Kmp Davide Carosa, infermiere presso l'Asl2 savonese e istruttore di difesa personale, ha coinvolto gli studenti nell'analisi dei rischi derivanti dal consumo di alcol e droghe e li ha fatti riflettere sulle pericolose conseguenze per la salute propria e degli altri. Inoltre ha presentate le basilari tecniche di divincolo da una presa di costrizione e immobilizzazione senza l'utilizzo delle percosse.



L'istruttrice Barbara D'Alessandro ha sottolineato l'importanza di 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.

L'istruttore Massimiliano Pulito ha illustrato la sua metodologia "Powerful Inside" trasmettendo ai ragazzi, attraverso esercizi fisici, automatismi atti a comunicare un messaggio di forza e di sicurezza.



L'avvocato Eva Rocca ha fornito ai ragazzi nozioni giuridiche di base che consentiranno di tutelarsi in caso di eventuali violenze fisiche o verbali e nel contempo permetteranno di conoscere il funzionamento del procedimento penale.

La psicologa Monica Ricci ha raccolto e lavorato 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".