



Seguici su



Cerca nel sito

Cerca

Invia messaggio

Sport Home Calcio Calcio a 5 Basket Pallavolo Rugby Pallanuoto Altri sport

IL PROGETTO

Il Karate contro la Violenza di Genere: la WKf da vita ai corsi 'Guardian Girls'

Il consigliere Fijlkam Colaiacomo: "Attività di autodifesa per prevenire le situazioni difficili"

di Redazione - 04 Febbraio 2024 - 20:26



Ascolta questo articolo ora...

Madrid – Lo scorso mese di dicembre a Madrid, è stato avviato il primo corso innovativo volto a dare forza e protezione alle donne di tutto il mondo. La **World Karate Federation** ha dato vita a un progetto chiamato 'Guardian Girls' in coordinamento con il Fondo delle Nazioni Unite per la popolazione (UNFPA) e la Koyamada International Foundation (KIF). **I corsi formeranno istruttrici in tutto il mondo.**

Al nuovo corso ha preso parte anche la Consigliere Federale della Fijlkam, **Cinzia Colaiacomo.**

La sua intervista (fijlkam.it)

"Il progetto è delle Nazioni Unite ed è molto sentito, anche in funzione del periodo storico che stiamo vivendo e dell'attenzione che si sta riversando sul tema della violenza contro le donne. Questo tipo di corso è particolare, in quanto anche le istruttrici, che propongono le attività di autodifesa, sono donne. Di fondo, in questo tipo di metodo c'è un forte aspetto psicologico, molto curato, nel quale innanzitutto si cerca di mettere a proprio agio le donne che si avvicinano al corso, dandole la possibilità di aprirsi liberamente.

È un corso mirato anche alla prevenzione di situazioni difficili, con la creazione di un bagaglio di sicurezza che si possa sempre avere con sé. Ma, di nuovo, il primo fattore è proprio dare la possibilità di far emergere tali difficoltà e le problematiche che spesso sono più complesse di quello che si pensa.

Il rapporto donna-donna (istruttrice-allieva) è importante. Ciò non significa che si esclude il supporto e la collaborazione di insegnanti uomini ma la particolarità di questo corso si struttura proprio nel rapporto di fiducia che inizialmente può instaurarsi tra donne."

Approccio psicologico, prevenzione, ma anche scambio è una parola chiave in questo progetto:

"Assolutamente! Uno scambio tra donne provenienti da parti di mondo molto diverse, dove si sono messi a confronto i vari sistemi di aiuto che alcune nazioni mettono a disposizione per le donne in situazioni di pericolo, soprattutto in strada. In Italia, ad esempio, abbiamo il Codice Rosso ed è stato importante poter dare e ricevere consigli da donne e istruttrici provenienti da altre nazioni. Dal Messico, dall'Europa, dalla Jamaica, dal Sud America... estrazioni molto diverse il cui confronto è stato molto interessante."

A chi è rivolto il progetto Guardian Girls nel suo complesso?

"Le donne che si avvicinano a questo progetto non lo fanno per fare attività fisica, questo aspetto entra in un secondo momento. Si avvicinano, invece, incuriosite e con la voglia di esternare e condividere le proprie esperienze. Il metodo, dunque, si avvicina a persone che non hanno mai praticato il karate. Dunque, nel passaggio dalla fase di attivazione e riscaldamento alle tecniche vere e proprie, si cerca di mantenere il più possibile la semplicità del programma. Poi, naturalmente c'è una base forte di karate e tutte le tecniche che vengono insegnate sono estrapolate da questa arte marziale e da molti kata (che hanno le tecniche di autodifesa al loro interno).

Le manifestazioni per far conoscere il progetto si sono tenute perlopiù in contesti di competizioni ufficiali della WKF, come il Campionato Europeo o le Premier League. Ma le persone che si sono avvicinate erano del luogo. Per esempio, a Guadalajara, ci sono state delle donne di una casa antiviolenza che hanno partecipato. Alcune si avvicinano perché già praticano il karate e quindi grazie all'evento, ma la maggior parte sono persone che non hanno mai praticato.

Anche il lavoro di comunicazione, dunque, va e deve andare oltre l'evento stesso di karate."

E l'intenzione è anche quella di riportare l'esperienza in Italia?

“Sì. Insieme al Presidente di settore Davide Benetello, il Consiglio del Karate è formato da tre donne, oltre a me, che sono già formata come istruttrice, ci sono Daniela Berrettoni e Alessia Coppola Neri. La nostra idea è di portare in Italia questa iniziativa anche in Italia proprio per aiutare le donne ad avvicinarsi, per insegnare l'autodifesa e per dare il nostro contributo nella lotta contro la violenza di genere. Vorremmo cercare anche noi di trovare opportunità durante gli eventi ufficiali, in particolare attraverso i campionati italiani.

L'intento è sociale: utilizzare il karate e le sue tecniche per entrare nel tessuto sociale legandoci a questa problematica purtroppo.

Oltre a questo aspetto, credo che sarà importante lavorare anche con i giovanissimi, sempre sulla via indicata dalle arti marziali, come quella dell'autodisciplina e della consapevolezza dei propri mezzi. Queste fragilità sono date anche da una mancata cura dell'autostima. I giovanissimi hanno bisogno di comunicare realmente, di riflettere insieme e confrontarsi, di lottare l'isolamento.”

Foto Fijlkam