

Intensivo de Defensa Personal Para Mujeres

Agentes de Igualdad del Distrito Bailén Miraflores y Puerto de la Torre

Información del evento

Lugar:

Salón de usos múltiples de la Junta Municipal de Distrito nº 4

Organiza:

Distrito 4 y Distrito 10

Contacto:

Tel./fax: 951929181 / 951929503

Email: mmsalaberria@malaga.eu / lgjimenez@malaga.eu

Inicio:

18 de noviembre de 2023 | 10:00

Finalización:

18 de noviembre de 2023 | 14:00

Fecha: 18 de noviembre en horario de 10 a 14 horas

LUGAR DE REALIZACION: Salón de usos múltiples de la Junta Municipal de Distrito nº 4

POBLACIÓN DESTINATARIA: Mujeres del Distrito 4 y el Distrito 10

Inscripción: Distrito 4: mmsalaberria@malaga.eu [<mailto:mmsalaberria@malaga.eu>] / 951929181 Distrito 10: lgjimenez@malaga.eu [<mailto:lgjimenez@malaga.eu>] / 951929503

Desde el Servicio de Agentes de Igualdad de los Distritos nº4 y nº 10 y en colaboración con la asociación SHOKEMA, se ha puesto en marcha la realización de la actividad "Taller de Autodefensa para Mujeres" que se celebró el pasado **18 de noviembre** en una sesión intensiva de 10.00h a 14.00h.

Se ofreció un taller de carácter práctico para mujeres de todas las edades, usuarias del Servicio de Agentes de Igualdad. El objetivo principal de este taller es analizar el origen y la construcción de la violencia en todos sus aspectos generando un espacio que posibilite el tomar conciencia de nuestros derechos y de nuestras capacidades para acabar con situaciones de violencia que ocurren en nuestra vida cotidiana.

Además, se han trabajado aspectos como la autoestima y solidaridad colectiva ante la violencia por razón de género, rompiendo mitos y creencias erróneas en cuanto a la vulnerabilidad de las mujeres a través de su cuerpo. El efecto que produce en la mujer el sentimiento de vulnerabilidad, la hace vivir muchas veces, un miedo inconsciente que la limita en el momento de querer realizar proyectos y actividades.

La asociación Shokema, que practica el arte marcial “Sonringi Kempo”, da a las pautas de los diferentes ejercicios y transmitirá los preceptos fundamentales de esta disciplina dando a conocer su filosofía. _____