



creano ogni volta uno spazio aperto al dibattito.

## **LA DONNA: UN CORPO DA DIFENDERE, UNA SOCIETA' DA CAMBIARE?**

### **Presentazione del libro: PSICOLOGIA DELL'AUTODIFESA FEMMINILE**

**SABATO 3 LUGLIO**

**ore 19**

**FESTA DEMOCRATICA**

**Area Feste - Via A. Moro**

**BRUGHERIO**

**Intervengono:**

**l'autrice Diana Nardacchione**

*Psicologa, istruttrice corsi di autodifesa*

**Michela Zucca**

*Antropologa*

**Seguirà dibattito organizzato  
dal Circolo del Pd di Brugherio e  
dall'Associazione Amiche di ABCD**

**dialogan donne** è uno luogo pensato dall'Associazione Amiche di Abcd per incontrarsi e confrontarsi in dibattiti dove si ha l'occasione di conoscere autrici/ori che hanno scritto libri che parlano degli interessi legati alle pari opportunità, e/o per incontrare persone che abbiano esperienze vive e dirette da raccontare legate alla cultura di genere e che

**IL LIBRO: Meno avvezze a esprimere l'aggressività, più vulnerabili rispetto agli uomini, le donne dispongono di risorse aggressive sufficienti a proteggersi, scoraggiare e demotivare un potenziale aggressore.**

**Imparare l'autodifesa può significare guadagnare quella manciata di secondi che, in caso di aggressione, possono consentirle di mettersi in salvo.**

**Consapevolezza del proprio valore, determinazione a non lasciarsi intimidire, capacità di riconoscere le situazioni di rischio e risolutezza nel demotivare l'aggressore prima ancora che si sia**



**compromesso sono tutti  
atteggiamenti mentali  
indispensabili affinché una  
donna possa proteggersi e  
difendersi.**