



Con RistoDonna il 28 novembre si impara la Difesa Personale

L'evento celebra in modo "attivo" la Giornata contro la violenza sulle donne che si tiene il 25 novembre

Varedo, 9 novembre 2018 – Ristopiù Lombardia, azienda che distribuisce e commercializza prodotti Food and Beverage per il canale Horeca, sposa con continuità progetti nel segno della Corporate Social Responsibility, per sensibilizzare il territorio di riferimento, sostenere i progetti delle comunità in cui è inserita, accompagnare progetti culturali e sociali, come da mission della società.

Il prossimo appuntamento nel segno della condivisione e diffusione di temi di valore si terrà **mercoledì 28 novembre prossimo**: in quell'occasione la Sala delle Vittorie di Ristopiù (Varedo, via Monte Tre Croci 5), ospiterà, sotto il brand **RistoDonna**, il **"Corso di Difesa Personale" rivolto a tutte le donne**.

La possibilità di partecipare è doppia e viene incontro alle necessità lavorative delle persone: le interessate potranno infatti essere presenti o la mattina, dalle 9,30 alle 11,30, oppure il pomeriggio, dalle 15 alle 17.

Nelle due ore di corso, guidate da **Lorenzo Crestale e Michael Bonvini della Wolf Tactical**, le donne impareranno a gestire diverse situazioni di pericolo. Si confronteranno con l'uso della forza, con il respingimento di un malintenzionato; impareranno a osservare l'ambiente e a riconoscere gli eventuali elementi ostili. **Un percorso di accrescimento della consapevolezza**, per uscire sicure e garantire la sicurezza per se stesse e le amiche (si pensi alle ragazze che escono di notte dalla discoteca).

Già lo scorso anno RistoDonna, il brand di Ristopiù dedicato alle iniziative al femminile, aveva organizzato il Corso di Difesa Personale: il successo era stato davvero importante. Anche in questa edizione, l'invito è rivolto a tutte le persone che gravitano attorno al mondo Ristopiù (clienti, fornitori, partner, oltre che a coloro che risiedono nei comuni limitrofi): la partecipazione è, per tutte, gratuita.

Fatti, non solo parole

"Dover dedicare una Giornata, a livello mondiale, a ricordare la violenza sulle donne e a contrastare questi atteggiamenti, è emblematico: significa che molti passi devono essere ancora fatti – spiega il Presidente di Ristopiù Lombardia, Giuseppe Arditi – significa non solo che la parità dei sessi resta una promessa scritto sulla carta, ma che ancora troppe volte il rapporto uomo-donna è vissuto come totale possesso, controllo e dominanza anche fisica del più forte sulla più debole. Oltre ai convegni, alle tavole rotonde, alla sensibilizzazione, alle marce, ci sembrava che la forma di vicinanza migliore alle ragazze e alle donne fosse proprio un momento formativo. Per aiutare, in semplicità, a spazzare via un po' di paura, a costruire una maggiore sicurezza di sé e delle proprie risorse-energie. Le donne possiedono un potenziale immenso: dobbiamo sostenerlo, non imbrigliarlo".

I numeri, per capire

- ✓ Secondo i dati Istat relativi al 2014, circa 4 milioni e 400 mila donne in Italia hanno sofferto abusi fisici o psicologici da parte del partner: una donna su 4 tra quelle che vivevano un rapporto di coppia.

- ✓ Nel 2016 sono state assassinate 149 donne, di cui 111 – tre su quattro: circa il 75 per cento - a opera di un componente della famiglia. Più di 4 mila donne hanno denunciato violenze sessuali, più di 13 mila sono state vittima di stalking - quasi la metà in più rispetto al 2011- e 14 mila hanno sporto denuncia per maltrattamenti.
- ✓ Nel corso della propria vita, poco meno di 7 milioni di donne tra i 16 e i 70 anni (6 milioni 788 mila), quasi una su tre (31,5%), riferiscono di aver subito una qualche forma di violenza fisica o sessuale, dalle forme meno gravi (come la molestia) a quelle più gravi, come il tentativo di strangolamento o lo stupro.

(Fonte: Senato della Repubblica, Femminicidio, Vittime e carnefici in Italia: la prima mappa italiana della violenza sulle donne (e i loro aggressori, marzo 2018)

Per informazioni: 800078844 oppure <https://ristopiulombardia.it/ristopiulombardia/iscrizione-smile-event.aspx>