



CITTÀ DI MONCALIERI



Contrastare la violenza contro le donne attraverso la cura e la consapevolezza di sé

Un percorso di yoga somatico e mindfulness dal centro Antiviolenza di Moncalieri per tutte le donne

Al Centro Antiviolenza PuntoDonna di Moncalieri ne sono sicure: la prevenzione della violenza di genere può passare anche attraverso una maggiore consapevolezza del proprio corpo. Conoscersi meglio significa, tra le altre cose, essere maggiormente preparate nello scorgere in tempo segnali di pericolo fuori e dentro la relazione.

Un percorso di sei incontri, rivolto a tutte le donne, dedicati alla consapevolezza corporea attraverso pratiche di yoga somatico e mindfulness.

“Un modo per fare del proprio corpo il posto sicuro di cui molte donne hanno bisogno”, affermano le educatrici del Centro Antiviolenza, “attraverso il quale impareremo a fidarci delle nostre sensazioni, a riconoscere bisogni e limiti.”

Il percorso, in partenza venerdì 14 ottobre e realizzato grazie al contributo della Città di Moncalieri, è completamente gratuito e si svolgerà presso il Centro Polifunzionale Don P.G. Ferrero in via Santa Maria 27/bis a Moncalieri. Per informazioni e iscrizioni ci si può rivolgere al PuntoDonna all'indirizzo mail puntodonna.moncalieri@gmail.com o al numero telefonico 337/1082919.

“Il nuovo percorso rivolto alla consapevolezza di sé va ad affiancarsi all'attività che il Centro Antiviolenza svolge con dedizione fin dalla sua inaugurazione nel febbraio 2019: l'ascolto e il supporto di tutte quelle donne che subiscono violenza, sia essa fisica, affettiva o psicologica” ha dichiarato l'Assessore Silvia di Crescenzo, che ha aggiunto “Un punto di riferimento importante per tutte le donne del territorio, che può contare sulla collaborazione con la Città, l'AslTo5, l'Unione dei Comuni, la Polizia Locale e molte realtà del Terzo Settore”.

Un presidio importante che, nel 2022, è stata in grado di dare ascolto attivo e sostegno a 35: tutte loro sono state ascoltate poi accompagnate in un percorso personalizzato di consapevolezza e di fuoriuscita dalla violenza.

Lo sportello Anti Violenza è attivo tutti i mercoledì dalle 15:00 alle 18:00 presso il Polifunzionale Don P. G. Ferrero in via Santa Maria 27 bis a Moncalieri. C'è anche un numero di telefono, al quale un'operatrice qualificata risponde dal lunedì al venerdì dalle 10:00 alle 18:00: 337/1082919.