Soroptimist International d'Italia
A global voice for women

# COMUNICATO STAMPA

24 FEBBRAIO 2025

## "Alza la guardia": seminario di autodifesa per la Giornata internazionale della donna.

In occasione della **Giornata internazionale della donna**, il **Soroptimist Club Valchiavenna** è lieto di annunciare l'evento **"Alza la guardia"**, un seminario di autodifesa rivolto alle donne, che si terrà sabato **8 marzo 2025** presso la **Palestra Fitness Factory di Prata Camportaccio (SO).**

A un anno esatto dal primo evento sportivo di sensibilizzazione contro il femminicidio, **"Spin to Stop"**, il **Soroptimist Club Valchiavenna** rinnova il proprio impegno nella lotta alla violenza di genere, con un'iniziativa che vuole essere non solo un momento di riflessione, ma anche un'azione concreta.

**"Alza la guardia"** è infatti un vero e proprio invito alle donne a non attendere aiuti esterni, ma a **rafforzare la propria consapevolezza e capacità di autodifesa**.

Il seminario, della durata di **due ore**, sarà condotto dall'istruttore **Fabio Ciapponi**, esperto in tecniche di autodifesa e si articolerà in due sessioni, con un numero massimo di trenta partecipanti per singola sessione:

**dalle 15:00 alle 17:00**

**dalle 17:00 alle 19:00**

**L'evento è aperto a tutte le donne**, con una quota di partecipazione simbolica di **€ 5,00 per sessione**. L'intero ricavato sarà destinato al **Soroptimist Club Valchiavenna** per sostenere le campagne di informazione e sensibilizzazione sul tema della violenza di genere e del femminicidio.

La **Palestra Fitness Factory**, insieme all'istruttore **Fabio Ciapponi**, ringrazia il **Soroptimist Club Valchiavenna** per l'impegno costante e ribadisce la volontà di supportare iniziative che promuovano il **benessere, la sicurezza e il valore sociale dello sport**.

Il **Soroptimist Club Valchiavenna** esprime un sincero ringraziamento al **gestore della Palestra Fitness Factory** per la generosa concessione gratuita degli spazi, all'**istruttore Fabio Ciapponi** per la sua preziosa professionalità e dedizione, ed al **Consorzio Turistico Valchiavenna** per la sensibilità e il sostegno concreto dimostrati nel valorizzare e

supportare questo importante progetto. La loro collaborazione è fondamentale per trasformare un'idea in un'azione concreta a beneficio della comunità.
Un piccolo gesto può fare la differenza. **Alziamo la guardia, insieme.**

**Info e prenotazioni** (WhatsApp):
**333 3346764 – Caterina**




**Soroptimist Club Valchiavenna**
https://www.soroptimist.it/club/valchiavenna/