DIVERSAS EXPERIENCIAS
TALLERES O CURSOS DE DEFENSA PERSONAL PARA MUJERES

Provincia	Información recibida	Persona de contacto para más información
ÁLAVA/ARABA	<p>En CRE Álava-Araba realizaron un taller de defensa personal en colaboración con un gimnasio el mes de noviembre 2016,; fue dirigido a mujeres de distintos programas de Cruz Roja..</p> <ul style="list-style-type: none"> Se dispone de un pdf con el cartel de la actividad y un ppt con fotos. 	<p>Txomin Ondarre Díez y Arantza Cortijo Rey Tfno: +34 945 22 22 22 IP: 23481; IP 23482 tondarre@cuzroja.es ispe07@cuzroja.es</p>
ALICANTE	<p>Desde la provincia de Alicante, son muchas las Asambleas Locales de CRE Alicante que realizan talleres de defensa personal y algunas de ellas los mantienen de manera continua. Los talleres los suelen impartir policía, monitores de gimnasio y/o agentes de seguridad.</p> <p>Lorena nos informa también que: Desde la Local de Alicante se han realizado varios talleres de Defensa Personal, pero no dirigidos únicamente a mujeres de ATENPRO si no abierto en general a usuarias de distintos proyectos; con la colaboración de un profesor con el que compensan su apoyo en estos talleres con talleres de Primeros Auxilios a sus alumn@s de Yudo.</p>	<p>Noelia Sempere Román Técnico provincial del programa de Mujer en dificultad social Tlf. + 34 96 525 41 41 IP: 25308 – IP móvil: 81876 nosero@cuzroja.es</p> <p>Lorena Marin Pacheco Técnica Local de Salud y Mujeres Trabajadoras del Sexo Tlf. + 34 96 525 41 41 IP. 25143 - Móvil. 600 948 242 lmarin@cuzroja.es</p>
A CORUÑA	<p>En CRE Coruña hacen este taller 2 veces al año. Habitualmente colabora un Club deportivo y el taller está orientado a enseñar a las mujeres estrategias sencillas para protegerse, soltarse o escapar de una situación de riesgo.</p> <ul style="list-style-type: none"> Se dispone de foto 	<p>Noelia Marta Gantes Responsable Programa de Mujer en dificultad social Tlf: 981221000 IP: 38241 nomaga@cuzroja.es</p>
BARCELONA	<p>En CRE Barcelona la experiencia con los talleres de defensa personal se está realizando mediante la colaboración con Cruz Roja de la Fundación DIR (cuenta con una red de gimnasios DIR distribuidos por toda la ciudad y en otras localidades).</p> <p>http://www.mundodeportivo.com/otros-deportes/20170117/413444553570/fundacion-dir-y-cruz-roja-catalunya-con-los-mas-necesitados.html</p> <p>Video: http://www.abc.es/espana/abci-cruz-roja-imparte-cursos-5658230186001-20171125011010_video.html</p>	<p>Gemma Rocés Bellmunt Responsable programes de dones, persones cuidadores i maltractaments. Tel.+ 34 93 3006565 IP. 30362 Gemma.Roces@creuroja.org</p>
CÁDIZ	<p>En CRE Cádiz se ha diseñado igualmente un taller de defensa persona bajo las técnicas del Aikido (arte marcial que busca la neutralización del contrario en situación de conflicto). Colaboran con un Gimnasio y la Asociación Española de Técnicos de Aikido.</p> <ul style="list-style-type: none"> Se dispone documentación del taller 	<p>Miriam Rabanillo Pérez Técnica Provincial MUJER y ATENPRO Cruz Roja Española en Cádiz Tfno: +34 956 22 22 22 IP: 34511 miriamrabanillo@cuzroja.es</p>
CANTABRIA	<p>En CRE Cantabria se hicieron tres talleres defensa personal en tres Asambleas Locales en el año 2012. Lo impartía un guardia civil que se ofreció como voluntario.</p> <ul style="list-style-type: none"> Se dispone proyecto y memoria final de esta actividad. 	<p>Hermi Sánchez Vigo; Referente de ATENPRO Tfno: 942 366 495 IP 64102 hesavi@cuzroja.es</p>

CÓRDOBA	<p><i>En CRE Córdoba se realizó una charla sobre Defensa Personal al grupo de autoayuda de mujeres. Pero la experiencia no resultó muy positiva porque lo realizaron monitores de un gimnasio y la formación que ofrecieron no fue muy eficaz e interesante, no la adaptaron adecuadamente a las necesidades e intereses del grupo de mujeres.</i></p>	<p>Carmen Cabello Lozano Mujeres en Dificultad Social Tel. 957 433 878 IP: 37476 carcalo@cruzroja.es</p>
GIRONA	<p><i>En CRE Girona no realizan ningún taller de defensa personal en Cruz Roja, ya que en la provincia de Girona este tipo de formación, la realizan desde hace tiempo el grupo de atención a la víctima de la Policía Local. Cuando tienen alguna mujer interesada en esta actividad formativa la derivan con este grupo de la policía local.</i></p>	<p>Olga Bernal Prat Psicòloga Depart. Immigrants i Refugiats Referent Atenció a Dones. Tel.972 21 64 00 IP: 40151 olbepr@creuroja.org</p>
LEÓN	<p><i>En CRE León se han realizado en varias ocasiones formación en defensa personal dirigida principalmente a usuarias del servicio ATENPRO y del proyecto de Acogida, atención y asesoramiento para mujeres, así como a las propias trabajadoras de Cruz Roja.</i></p> <p><i>Se dispone de bastante material:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Presentación Jornadas de Defensa Violencia de Género – realizada por el voluntario GRS y basada en las técnicas de protección de personalidades.</i> • <i>Protocolo de Seguridad y Prevención – realizado por la Asociación Deportiva de Autodefensa.</i> • <i>Ficha de una de las acciones formativas con los objetivos y temario.</i> • <i>Fotos de los talleres (se dispone de los derechos de imagen de las personas que aparecen).</i> 	<p>Noelia González Cabezas Puentes hacia el empleo, Acogida, atención y asesoramiento mujer Tfno: 987.25.25.35 IP: 47527; IP 47481 nogoca@cruzroja.es</p>
LAS PALMAS	<p><i>En CRE Las Palmas, durante el año 2015 la Unidad de Igualdad del Ayuntamiento de Las Palmas, organizó talleres semanales impartidos en dos lugares diferentes (un IES y las dependencias de la Policía Local), en estos dos sitios derivaron a las mujeres de los proyectos de Cruz Roja durante ese año.</i></p>	<p>Patricia Ramírez Hernández Trabajadora Social Servicio de Prevención y Atención Integral a Mujeres V.V.G Tel. 928 29 33 74 IP: 60825 parahe@cruzroja.es</p>
MADRID	<p><i>En la provincia de Madrid, Cruz Roja han realizado varias experiencias:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Asamblea local de Colmenar: una jornada de 1 día, y un curso de varios días (6 sesiones de 4 horas, los sábados), realizado por la Policía Nacional y abiertos a mujeres VVG, voluntariado, personal laboral, el polideportivo municipal prestó las instalaciones.</i> <p><i>Se dispuso del siguiente contenido:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>La mujer y el miedo</i> - <i>La evitación</i> - <i>Las medidas de seguridad (Ej. Asalto en el ascensor, en el domicilio, medidas en el domicilio, modos de andar en la calle, seguridad en el vehículo, armas artificiales).</i> - <i>Defensa personal</i> - <i>Técnicas de último recurso.</i> - <i>Recursos de la mujer ante la violencia:</i> - <i>Direcciones de interés y bibliografía.</i> 	<p>Laura Zolle Folgueira Coordinadora Programas Intervención Social Cruz Roja Española Comunidad de Madrid 91 5325550 IP: 51765 IP Móvil: 80549 laura.zolle@cruzroja.es</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Asamblea del Jarama: se realizó una actividad puntual.</i> • <i>Asamblea de Madrid: se han realizado 4 talleres por un profesional de artes marciales.</i> • <i>Asamblea de Móstoles: se realizó un taller de defensa personal en colaboración con la policía local de Móstoles. Se incluyó tanto la parte básica de defensa personal, como la de cómo evitar el bloqueo emocional al ver al agresor.</i> <p>Video: https://www.20minutos.es/noticia/3190918/0/clase-defensa-personal-victimas-violencia-de-genero/</p>	
OURENSE	<p><i>En CRE Ourense han realizado 2 talleres de defensa personal para mujeres (uno en noviembre de 2015 y otro en marzo de 2016).</i></p> <p><i>Lo impartió una persona que dispone de gimnasio y que anteriormente había trabajado como escolta de mujeres víctimas de violencia en el País Vasco. El taller incluía técnicas de defensa personal a las mujeres.</i></p> <p><i>Resultaron de mucho interés para las participantes.</i></p>	<p>Vicky Rodríguez González Cruz Roja Juventud Cruz Roja Española en Ourense Tfno: 988 222 484 IP/ext.: 57433 vickyrg@cruzroja.es</p>
SANTA CRUZ DE TENERIFE	<p><i>Desde CRE Tenerife organizaron cursos de AUTOPROTECCIÓN junto con la Subdelegación de Gobierno. Suelen darse 3 talleres al año en diferentes municipios de las islas.</i></p> <p><i>El curso dura 5 días (4 horas cada día) y consta de 3 partes:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Una primera parte donde responsables de Policía Nacional y Guardia Civil explican los procedimientos de protección y escuchan las quejas de las víctimas sobre cómo han sido atendidas (esta 1ª parte al monitor le sirve como mejora y a las mujeres les sirve como desahogo).</i> - <i>3 días y medio de actividades físicas de autoprotección impartidas por monitores/as de Policía Nacional y Guardia Civil; reproduciendo posibles agresiones (en suelo, de frente, de espalda...)</i> - <i>El último día es de desahogo emocional para canalizar todos los sentimientos, sensaciones que pueden haber brotado durante el curso. Lo lleva una psicóloga.</i> <p><i>Esta composición del curso ha sido muy valorada por las usuarias, porque cubre no sólo una parte física de defensa personal, si no el acercamiento a los Cuerpos y Fuerzas de Seguridad del Estado de otra forma.</i></p> <p><i>Desde Subdelegación de Gobierno han reconocido esta labor con el "Premio Menina" en 2014, año en el que comenzaron a impartir estos talleres.</i></p>	<p>Loly Belenguer Duque Responsable de ATENPRO Tfno.: + 34 922 205685 IP: 63734 atenprofte@cruzroja.es</p>
SEGOVIA	<p><i>En CRE Segovia se hizo hace unos años un taller de defensa personal, no lo organizaba directamente Cruz Roja sino el Ayuntamiento, pero abrieron la participación a entidades sociales, entre otras a CRE. Algunas de nuestras usuarias mujeres se animaron a participar y con muy buenos resultados.</i></p>	<p>Alba Mª Migueláñez Díez. Trabajadora Social. Programa de Personas Mayores. Ayuda a Domicilio Complementaria. Cruz Roja Española en Segovia. Tlf. 921.44.02.02.</p>

		IP. 65026
SEVILLA	<i>En CRE Sevilla, se derivan estas demandas de talleres de defensa personal a la organización "Comisión para los malos tratos", que es la entidad que está ofreciendo dicho servicio en Sevilla.</i>	Carmen Barraca Esteban Referente Mujeres en Dificultad Social Tif: 95.437.62.57 IP: 66754 cabaes@cuzroja.es
TARRAGONA	<i>En CRE Tarragona han realizado defensa personal, lo han impartido Mossos d'Esquadra, más concretamente el Grupo ARRO, que son los que se dedican a formar a todos los agentes de la provincia en defensa personal. Todas las chicas quedaron encantadas y quieren repetir.</i>	Zaida Román Cobacho Departamento de Personas Mayores y Violencia de Género Tel.977.24.46.33 IP.68416 Tel. centralita 977 24.47.69 zairoca@creuroja.org
VALENCIA	<i>En CRE Valencia realizaron un taller de medidas de seguridad pasivas a víctimas de violencia, impartido por un voluntario de CRE Valencia que ha trabajado en el CNI; estaba más orientado a medidas de prevención relacionadas con acciones cotidianas.</i>	Patricia Peris Remón Prog. Mujeres en Situación de Precariedad Tel. 96 380 22 44 IP: 71485 papere@cuzroja.es

Información actualizada a enero 2018.