

**06 MAGGIO** 🕒 **11.00**

📍 Ex mercato comunale Selinunte  
Piazza Selinunte, 2 - Milano

## **DONNE E SPORT: ALLENARE LA LIBERTA'**

Pratiche quotidiane  
per una vittoria collettiva

Lo sport come occasione di cura, crescita personale e comunitaria. Valorizzare l'attività sportiva e renderla uno strumento di espressione potente e totalmente accessibile e sicura per tutte le donne che vogliono praticarla. Un workshop al femminile che ha l'obiettivo di far emergere le difficoltà che ancora oggi le donne possono trovarsi ad affrontare nel quotidiano, che possono essere superate talvolta grazie allo sport.

**CSI Milano e Forum del Terzo Settore Città di Milano** in collaborazione con alcuni enti locali e realtà del circondario del quartiere San Siro promuovono un incontro dinamico e interattivo, con l'intervento di atlete e relatori esperti, testimonianze positive e significative, dimostrazioni sportive pratiche.

**11.00-11.15 Saluti istituzionali di apertura**

**11.15-12.00 Le testimonianze: esperienze a confronto**

**Alessandra Stella** - Psicologa clinica, psicologa dello sport, psicoterapeuta, allenatrice. Ex atleta della nazionale di pattinaggio sincronizzato sul ghiaccio, vincitrice di 14 titoli italiani, con una serie di presenze al mondiale

**Lisa Barbanti** - Istruttrice di boxe educativa e autodifesa femminile per la ASD Ring of Life, impegnata nel progetto Level-up presso l'ex mercato comunale di piazzale Selinunte con il corso gratuito di autodifesa femminile per ragazze dai 14 ai 25 anni

**Dorotea Beneduce** - Presidente Il Telaio delle Arti, APS con sede nel quartiere di San Siro che opera in ambito sociale, riabilitativo, culturale e formativo, curando e sostenendo in particolar modo i contesti di fragilità sociale

**Modera**

**Rossella Sacco** - Portavoce Forum del Terzo Settore Città di Milano

**12.00-13.00 Dimostrazioni e attività pratiche sportive** uno spazio aperto "prova" a disposizione dei partecipanti.

Vi aspettiamo numerosi!

➔ Per partecipare all'incontro scrivere a: [segreteria.presidenza@csi.milano.it](mailto:segreteria.presidenza@csi.milano.it)

