



PROJETO DE LEI Nº 13985/2023

(*Quézia Doane de Lucca*)

Institui o “**Programa DEFENSE**”, de promoção de aulas de Krav Magá para mulheres.

Art. 1º. É instituído o “**Programa DEFENSE**”, a ser executado pela sociedade civil organizada, com objetivo de promover aulas de Krav Magá para mulheres, como forma de defesa pessoal.

Art. 2º. O **Programa** poderá ter o apoio do Poder Público na sua execução.

Art. 3º. Essa lei entra em vigor na data de sua publicação

Justificativa

Considerando que infelizmente o Brasil apresenta um dos piores índices de violência contra a mulher. Segundo pesquisa do Fórum Brasileiro de Segurança Pública (2022) todas as formas de violência contra as mulheres aumentaram no Brasil em 2022.

Considerando que além de políticas de enfrentamento da violência que pode ser doméstica, urbana, institucional, é necessário pensar na prevenção primária da violência;

Considerando que o Krav Magá é uma técnica de defesa pessoal israelense que surgiu em 1940, sendo utilizada nas Unidades de Elite do Exército Israelense, mas que com o passar do tempo, deixou de ser restrito ao universo militar e foi conquistando adeptos em todo o mundo como uma arte marcial que traz técnicas de defesa pessoal por meio de um combate corporal assertivo e eficaz.

A arte marcial tem se mostrado eficaz na prevenção da violência vez que possibilita que a mulher adquira autoconfiança, consciência corporal e melhora no condicionamento físico, o que torna a mulher mais atenta aos sinais sendo capaz de antever a violência, deixando de ser um alvo fácil.

Dentre as vantagens de praticar o Krav Magá, podemos destacar:

- Melhora no condicionamento físico;
- Melhora a autoestima;
- Ensinar a autodefesa;
- Ganho de força muscular;
- Ganho de inteligência para se defender;





- Perda de peso e emagrecimento rápido;
- Melhoria da disposição (funcionamento do coração e do pulmão) e atenção no dia a dia;

- Alívio do estresse e ansiedade;
- Diminuição do colesterol;
- Melhoria da qualidade de vida;

Isto posto, entende-se que a oferta desse Programa pode trazer inúmeros benefícios para as mulheres jundiaienses como forma de prevenção à violência por meio da promoção da defesa pessoal.

QUÉZIA DOANE DE LUCCA

Quézia de Lucca

