



Publicado em 23/04/2026 - 17:09

Aulão de defesa pessoal feminina no Ibirapuera reforça debate sobre segurança das mulheres no Brasil

Evento gratuito liderado por ativista reúne mulheres e levanta alerta sobre avanço da violência de gênero no país

Por Blog da Cris

O Parque Ibirapuera será palco, neste domingo (26), de um aulão gratuito de defesa pessoal feminina que vai além da prática esportiva e entra diretamente no debate sobre segurança pública e violência de gênero no Brasil. A iniciativa será comandada pela ativista Maira Bandeira, conhecida por sua atuação no enfrentamento à violência contra mulheres.

Realizado na Praça Burle Marx, no espaço conhecido como Cantinho da Duá, o encontro ocorre em parceria com o Projeto Fancha, coletivo voltado à promoção de atividades para mulheres lésbicas, bissexuais, trans e pessoas não binárias. A proposta une acolhimento, conscientização e estratégias práticas de autoproteção em um momento em que os índices de violência continuam em alta no país.

A iniciativa surge em meio a um cenário preocupante. Dados do Ministério da Saúde, por meio do Sistema de Informação de Agravos de Notificação (Sinan), apontam que, em 2025, cerca de 900 mulheres e meninas foram atendidas diariamente nas unidades de saúde após sofrerem violência interpessoal. O número reforça a dimensão do problema e pressiona por respostas mais efetivas do poder público.

Para Maira Bandeira, ações como essa são uma resposta direta à escalada da violência. Segundo a ativista, não basta apenas cobrar justiça após os crimes é necessário investir em prevenção e empoderamento feminino como estratégia de enfrentamento. A proposta do aulão dialoga com essa visão, ao oferecer ferramentas práticas que fortalecem a autonomia e a segurança das participantes.

Após a atividade física, o evento contará ainda com uma palestra sobre “prevenção e cura da violência”, conduzida pela própria ativista. Fundadora do Instituto Maira Bandeira há mais de uma década, ela desenvolve um trabalho que integra artes marciais com apoio psicológico e orientação jurídica, já tendo impactado mais de 20 mil mulheres e crianças em todo o país.

Com vagas limitadas, o evento é gratuito e deve reunir participantes interessadas não apenas em aprender técnicas de defesa pessoal, mas também em discutir caminhos para enfrentar um dos principais desafios sociais da atualidade: a proteção das mulheres em um ambiente ainda marcado por altos índices de violência.

Por Cris Oliveira – Jornalista | Blog da Cris

Especialista em política, políticas públicas, empreendedorismo e cobertura institucional.

<https://blogdacris.com.br/brasil/estados/sao-paulo/aulao-de-defesa-pessoal-feminina-no-ibirapuera-reforca-debate-sobre-seguranca-das-mulheres-no-brasil/>

Veículo: Online -> Blog -> Blog da Cris