

07 de marzo de 2025

## Embajada de Israel y Coyoacán ofrecer taller de defensa personal a mujeres

- La sesión de *krav maga* se llevó a cabo en el marco del Día Internacional de la Mujer.

Con el objeto de brindar herramientas que sumen al bienestar de las mujeres, y en el marco de la conmemoración del Día Internacional de la Mujer, la Embajada de Israel en México y la Alcaldía Coyoacán ofrecieron un taller de *krav maga*, técnica de autodefensa, para habitantes de la demarcación.

El Centro Integral de Atención a la Mujer "Ifigenia Martínez" fue la sede de esta sesión, donde se brindaron a las participantes diferentes técnicas de defensa personal útiles para fortalecer su seguridad personal y confianza.

La actividad fue inaugurada por Dahlia Neumann, agregada de Diplomacia Pública, Prensa y Cultura en la Embajada israelí; y Desirée Navarro López, directora general de Derechos Humanos y Grupos Prioritarios de Coyoacán; quienes destacaron la relevancia de contar con espacios y actividades de empoderamiento femenino que abonen a la igualdad de género, así como al combate a la violencia contra las mujeres.

Las asistentes recibieron instrucciones teóricas y prácticas sobre medidas de seguridad personal, técnicas de autodefensa y métodos de reacción ante diferentes escenarios y probables situaciones de peligro que se pueden presentar en su vida cotidiana.

La enseñanza corrió a cargo del coach Issac Grossman, experto en *krav maga*, técnica de autodefensa creada en Israel, quien, junto a la Embajada israelí, ha llevado en recientes fechas este taller a escuelas, municipios y agrupamientos de seguridad.

El *krav maga* se caracteriza por ser una disciplina sencilla, útil y efectiva, misma que permitirá a las mujeres a estar preparadas ante riesgos reales que podrían enfrentar, a fin de resguardar su integridad y, por ende, brindarles confianza y seguridad en su día a día.

La Embajada de Israel en México y la Alcaldía Coyoacán refrendan su compromiso con la sociedad mexicana, y con actividades de esta naturaleza con sus mujeres, abonando a los esfuerzos por el ejercicio de una vida sin violencia y en consecuencia de un libre desarrollo.

A la par, Israel y Coyoacán avanzan en el fortalecimiento de sus lazos de amistad y en la generación de comunidad a través del intercambio de conocimientos y experiencias.