

**1 BILLION RISING** **14**  
FEBRUARY  
2013



# UN MILIARDO

## CONTRO LA VIOLENZA SU DONNE E BAMBINE

una su tre anche in Italia, un miliardo di donne e bambine nel mondo  
subisce violenza nell'arco della propria vita,  
invitiamo un miliardo di persone a dire basta con il proprio corpo  
alla violenza sul corpo di donne e bambine

**BALLIAMO** Break the chain  
**ALZIAMO LA MANO** in solidarietà  
**IMPEGNAMOCI** con azioni concrete  
**BASTA!**

**14 febbraio 2013**

manifestazioni in programma a Trento, Rovereto, Pergine, Arco/Dro  
adesioni e dettagli su [www.facebook.com/VDayTrentino](http://www.facebook.com/VDayTrentino)

# 1 BILLION RISING 14 FEBRUARY 2013



## Break the Chain (Tena Clark/Tim Heintz)

I raise my arms to the sky  
On my knees I pray  
I'm not afraid anymore  
I will walk through that door  
Walk, dance, rise  
Walk, dance, rise

I can see a world where we all live  
Safe and free from all oppression  
No more rape or incest, or abuse  
Women are not a possession

You've never owned me, don't even know me  
I'm not invisible, I'm simply wonderful  
I feel my heart for the first time racing  
I feel alive, I feel so amazing

I dance cause I love  
Dance cause I dream  
Dance cause I've had enough  
Dance to stop the screams  
Dance to break the rules  
Dance to stop the pain  
Dance to turn it upside down  
Its time to break the chain, oh yeah  
Break the Chain  
Dance, rise  
Dance, rise

In the middle of this madness, we will stand  
I know there is a better world  
Take your sisters & your brothers by the hand  
Reach out to every woman & girl

This is my body, my body's holy  
No more excuses, no more abuses  
We are mothers, we are teachers  
We are beautiful, beautiful creatures

I dance cause...

Sister won't you help me, sister won't you rise (x4)

Dance, rise  
Dance, rise

Sister won't you help me, sister won't you rise (x4)

This is my body...

I dance cause...

## Spezza la catena (Tena Clark/Tim Heintz)

Alzo le braccia al cielo  
Prego in ginocchio  
Non ho più paura  
Attraverserò quella porta  
Alzati, balla, ribellati  
Alzati, balla, ribellati

Vedo un mondo in cui tutte siamo  
Sicure e libere da ogni oppressione  
Niente più stupri né incesti né abusi  
Le donne non si possiedono

Tu non mi hai mai posseduta, non mi conosci neppure  
Non sono invisibile, sono semplicemente meravigliosa  
Sento il mio cuore per la prima volta correre  
Mi sento viva, mi sento straordinaria

Ballo perché amo  
Ballo perché sogno  
Ballo perché ne ho abbastanza  
Ballo per fermare le urla  
Ballo per rompere le regole  
Ballo per fermare il dolore  
Ballo per rivoltare tutto  
E' ora di spezzare la catena, sì  
Spezza la catena  
Balla, ribellati  
Balla, ribellati

In mezzo a tutta questa follia, noi ci leveremo  
Io so che c'è un mondo migliore  
Prendi per mano le tue sorelle e i tuoi fratelli  
Unisciti a tutte le donne e bambine

Questo è il mio corpo, il mio corpo è sacro  
Non più scuse, non più abusi  
Siamo madri, siamo insegnanti  
Siamo belle, belle creature

Ballo perché...

Sorella non mi vuoi aiutare, sorella non ti vuoi ribellare

Balla, ribellati  
Balla, ribellati

Sorella non mi vuoi aiutare, sorella non ti vuoi ribellare

Questo è il mio corpo...

Ballo perché...