



# NUOVO CORSO GRATUITO 2021 AUTODIFESA FEMMINILE E SICUREZZA

Il Comune di Gorizia, nell'ambito delle attività del Corpo di Polizia locale, organizza un nuovo Corso gratuito di autodifesa femminile e sicurezza composto da moduli formativi che tengono conto dell'esigenza di unire alla preparazione tecnica sull'autodifesa anche importanti nozioni relative alla prevenzione, ad un corretto approccio psicologico e alla conoscenza della normativa che tutela l'incolumità personale.

Il corso comprende anche una interessante serata informativa aperta al pubblico in tema di sicurezza.

## Calendario del corso

Data	Orario	Argomento/attività	Sede
mer 20/ott 21	Ore 20.30	Strategie di comunicazione e prevenzione di rischi personali e conflitti	WEBINAR
ven 22/ott 21	20.30 - 22.00	Tecniche di autodifesa	Palestra Fermi 1, Via Diaz
ven 29/ott 21	20.30 - 22.00		
ven 05/nov 21	20.30 - 22.00		
ven 12/nov 21	20.30 - 22.00		
ven 19/nov 21	20.30 - 22.00		
ven 26/nov 21	20.30 - 22.00		
ven 03/dic 21	20.30 - 22.00		

## PER ISCRIVERSI

Sarà possibile iscriversi fino al giorno 19.10.2021 con le seguenti modalità:

- compilando la scheda di iscrizione on-line sul sito internet del Comune;
- su [www.irss.it/iscrizione-autodifesa-gorizia-2021](http://www.irss.it/iscrizione-autodifesa-gorizia-2021);
- oppure inquadrando con lo smartphone il QR Code a fianco.

**N.B.** Avranno priorità nelle iscrizioni le donne residenti a Gorizia.

I posti sono limitati, se interessate vi consigliamo di procedere subito all'iscrizione.

Per la partecipazione è richiesto di essere in possesso del GREEN PASS (controllo all'ingresso), di godere di buona salute e accettare le condizioni di partecipazione. Per le persone abitualmente sedentarie è raccomandato un controllo medico prima dell'avvio delle lezioni pratiche.



**NECESSARIO  
GREEN PASS**



**CONTROLLO  
ALL'INGRESSO**