



REGIONE AUTONOMA
FRIULI VENEZIA GIULIA

I Comuni di Pavia di Udine, Pradamano, Santa Maria la Longa e Trivignano Udinese nell'ambito delle attività della Polizia Locale

Iniziativa realizzata con il contributo della Regione Autonoma Friuli Venezia Giulia Servizio affari istituzionali e locali, polizia locale e sicurezza

Corso gratuito

AUTODIFESA FEMMINILE E SICUREZZA

I Comuni di Pavia di Udine, Pradamano, Santa Maria la Longa e Trivignano Udinese, nell'ambito delle attività della Polizia Locale, hanno organizzato un nuovo "Corso gratuito di autodifesa femminile e sicurezza" che tiene 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 due interessanti serate informative aperte al pubblico in tema di sicurezza.

PROGRAMMA ATTIVITA'

Data	Orario	Argomento/attività	Sede
22/10/18	Ore 20.30	Sicurezza e legittima difesa: linee guida	Sala Consiglio Comunale di Lauzacco, piazza Julia n. 1
30/10/18	20.30 – 21.30	Tecniche di autodifesa	Palestra Scuole Medie di Lauzacco - Piazza U. Zanfagnini
06/11/18	20.30 – 21.30	Tecniche di autodifesa	Palestra Scuole Medie di Lauzacco - Piazza U. Zanfagnini
13/11/18	20.30 – 21.30	Tecniche di autodifesa	Palestra Scuole Medie di Lauzacco - Piazza U. Zanfagnini
20/11/18	20.30 – 21.30	Tecniche di autodifesa	Palestra Scuole Medie di Lauzacco - Piazza U. Zanfagnini
27/11/18	20.30 – 21.30	Tecniche di autodifesa	Palestra Scuole Medie di Lauzacco - Piazza U. Zanfagnini
04/12/18	20.30 – 21.30	Tecniche di autodifesa	Palestra Scuole Medie di Lauzacco - Piazza U. Zanfagnini
06/12/18	Ore 20.30	Violenza: quale prevenzione?	Sala Consiglio Comunale di Lauzacco, piazza Julia n. 1

PER ISCRIVERSI

Sarà possibile iscriversi **fino al giorno 18 ottobre 2018** con le seguenti modalità:

- compilando la scheda di iscrizione on-line sul sito internet dei Comuni oppure su www.irss.it;
- inviando la scheda di iscrizione a irss@irss.it, oppure al fax 0432 1841050;
- consegnando la scheda di iscrizione cartacea presso l'Ufficio di Polizia locale.

La scheda di iscrizione è anche scaricabile dal sito internet dei Comuni oppure su www.irss.it.

N.B. Avranno priorità nelle iscrizioni le donne che risiedono nei Comuni di Pavia di Udine, Pradamano, Santa Maria la Longa e Trivignano Udinese.

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

Il Corso si configura come attività ludico-ricreativa, per le lezioni in palestra è richiesto di godere di buona salute. Per le persone abitualmente sedentarie è raccomandato un controllo medico prima dell'avvio delle lezioni pratiche.