



**Comune di
Pasian di Prato**

Assessorato alla Sicurezza
Assessorato alle Pari Opportunità



**REGIONE AUTONOMA
FRIULI VENEZIA GIULIA**

Iniziativa realizzata con il contributo della
Regione Autonoma Friuli Venezia Giulia
Direzione centrale autonomie locali, sicurezza e politiche dell'immigrazione
Servizio polizia locale, sicurezza e politiche dell'immigrazione



**Comune di
Martignacco**

Assessorato alle
Politiche socio-assistenziali,
Pari opportunità, Cultura e Istruzione

CORSI GRATUITI DI DIFESA PERSONALE FEMMINILE

I Comuni di Pasian di Prato e Martignacco, nell'ambito delle attività del Corpo di Polizia locale, hanno organizzato due nuovi corsi gratuiti di difesa personale e sicurezza, rivolti alle donne, 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. Nel corso delle lezioni teoriche e pratiche verranno inoltre fornite informazioni utili a gestire ansie, paure e ad aver un maggior controllo del proprio corpo nelle situazioni di stress.

I corsi comprendono infatti anche due interessanti serate informative.



Calendario Attività

CORSO 1 – PASIAN DI PRATO			
Data	Orario	Argomento/Attività	Sede/Modalità
lun 18/ott 21	Ore 20.30	Il Codice Rosso: caratteristiche e novità	Auditorium Elio Venier, via Roma n. 40
lun 25/ott 21	20.30 - 22.00	Tecniche di autodifesa	Sala Polifunzionale di Colloredo, via Martignacco
lun 08/nov 21	20.30 - 22.00		
lun 15/nov 21	20.30 - 22.00		
lun 22/nov 21	20.30 - 22.00		
lun 29/nov 21	20.30 - 22.00		
lun 06/dic 21	20.30 - 22.00		
ven 10/dic 21	Ore 20.30	L'arma più potente: aspetti psicologici e strategie per prevenire aggressioni e violenze	Martignacco – Auditorium Impero, via Delser n. 23

CORSO 2 – MARTIGNACCO			
Data	Orario	Argomento/Attività	Sede/Modalità
lun 18/ott 21	Ore 20.30	Il Codice Rosso: caratteristiche e novità	Pasian di Prato – Auditorium Elio Venier, via Roma n. 40
ven 22/ott 21	20.30 - 22.00	Tecniche di autodifesa	Centro Civico di Torreano, via Villa Italia n.15
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	10.00 - 11.30		
ven 26/nov 21	20.30 - 22.00		
ven 10/dic 21	Ore 20.30	L'arma più potente: aspetti psicologici e strategie per prevenire aggressioni e violenze	Martignacco – Auditorium Impero, via Delser n. 23

PER ISCRIVERSI

Sarà possibile iscriversi fino al giorno 17.10.2021 con le seguenti modalità:

- compilando la scheda di iscrizione on-line sul sito internet dei Comuni,
- su <https://www.irss.it/iscrizione-autodifesa-pasianmartignacco2021> oppure inquadrando con lo smartphone il QR Code a fianco;
- rivolgendosi all'Ufficio Protocollo dei Comuni.

N.B. Avranno priorità nelle iscrizioni le donne residenti nei Comuni di Pasian di Prato, Martignacco e Pagnacco (in convenzione per il servizio di Polizia Locale).

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**