



Comune di
Campoformido



Comune di
Pozzuolo del Friuli



REGIONE AUTONOMA
FRIULI VENEZIA GIULIA

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 Campoformido e Pozzuolo del Friuli organizzano un 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 e alla conoscenza della normativa che tutela l'incolumità personale.

Il corso comprende anche un'interessante serata informativa aperta al pubblico in materia di sicurezza.

Calendario del corso

Comune	Data	Orario	Argomento/attività	Sede
Campoformido	ven 30/ott 20	Ore 20.30	Stalking: cos'è, come difendersi	WEBINAR
Pozzuolo del Friuli	lun 02/nov 20	20.30 - 22.00	Tecniche di autodifesa	Palestra Scuola secondaria di Pozzuolo, via delle Scuole
Pozzuolo del Friuli	lun 09/nov 20	20.30 - 22.00	Tecniche di autodifesa	
Pozzuolo del Friuli	lun 16/nov 20	20.30 - 22.00	Tecniche di autodifesa	
Pozzuolo del Friuli	lun 23/nov 20	20.30 - 22.00	Tecniche di autodifesa	
Pozzuolo del Friuli	lun 30/nov 20	20.30 - 22.00	Tecniche di autodifesa	
Pozzuolo del Friuli	lun 07/dic 20	20.30 - 22.00	Tecniche di autodifesa	

PER ISCRIVERSI

Sarà possibile iscriversi fino al giorno 28.10.2020 con le seguenti modalità:

- compilando la scheda di iscrizione on-line sul sito internet dei Comuni, su www.irss.it oppure inquadrando con lo smartphone il QR Code a fianco;
- inviando la scheda di iscrizione a irss@irss.it;
- consegnandola presso l'ufficio di Polizia Locale che osserva i seguenti orari: Campoformido (Mar dalle 17.30 alle 18.30, Ven dalle 11.30 alle 13.00), Pozzuolo (Lun, Mer e Sab dalle 12.00 alle 13.00).



N.B. Avranno priorità nelle iscrizioni le donne residenti nei Comuni di Campoformido e Pozzuolo del Friuli. I posti sono limitati, se interessate vi consigliamo di procedere subito all'iscrizione.

Per la partecipazione è richiesto di godere di buona salute, di rispettare le norme anti COVID19 e sottoscrivere la relativa dichiarazione. Per le persone abitualmente sedentarie è raccomandato un controllo medico prima dell'avvio delle lezioni pratiche.

Consigliamo di iscriversi in coppia con familiari o conviventi.

Le iscrizioni saranno raccolte anche nel caso in cui dovessero inasprirsi le restrizioni legate al contenimento del COVID19. Le iscritte saranno in ogni caso informate di eventuali modifiche alle attività o all'organizzazione del corso.