



Comune  
di Azzano  
Decimo



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

# NUOVO CORSO GRATUITO DI AUTODIFESA FEMMINILE E SICUREZZA



Il Comune di Azzano Decimo, nell'ambito delle attività della 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.

## PROGRAMMA DEL CORSO

### ► PRIMA PARTE

## STRATEGIE DI COMUNICAZIONE PER LA PREVENZIONE DI SITUAZIONI CONFLITTUALI

Sala "Rita Levi Montalcini"  
c/o Casa dello Studente  
Azzano Decimo - Via Don Milani n. 2

**Lunedì 4 maggio 2026**

ore 20.30-22.00

### ► SECONDA PARTE

## TECNICHE DI AUTODIFESA

Palestra Azzura  
Azzano Decimo - Via Divisione Julia n.11

**Martedì 5-12-19-26 maggio  
giovedì 4 e martedì 9 giugno 2026**

ore 20.30-22.00

## TECNICHE DI UTILIZZO DELLO SPRAY AL PEPERONCINO

Palestra Azzura  
Azzano Decimo - Via Divisione Julia n.11

**Martedì 16 giugno 2026** ore 20.30-22.00

## PER ISCRIVERSI

Sarà possibile iscriversi fino al giorno 03/05/2026 con le seguenti modalità:

- compilando la scheda di iscrizione on-line sul sito internet del Comune di Azzano Decimo;
- inquadrando con lo smartphone il QR Code.

N.B. Avranno priorità nelle iscrizioni le donne residenti ad Azzano Decimo. I posti sono limitati, se interessate vi consigliamo di procedere subito all'iscrizione.

Per la partecipazione è richiesto di rispettare la normativa vigente al momento dell'inizio del corso, di godere di buona salute e di accettare le condizioni di partecipazione. Per le persone abitualmente sedentarie è raccomandato un controllo medico prima dell'avvio delle lezioni pratiche.

