



REGIONE AUTONOMA  
FRIULI VENEZIA GIULIA

I Comuni di Buttrio, San Giovanni al Natisone  
e Premariacco

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 Buttrio, San Giovanni al Natisone e Premariacco 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'

Comune	Data	Orario	Argomento/attività	Sede
Buttrio	gio 21/feb 19	Dalle 20.30	Stalking: strategie di prevenzione e contrasto	Sala Europa – Sede Municipale in Via Divisione Julia, 36
Buttrio	gio 28/feb 19	20.30 – 22.00	Tecniche di autodifesa	Palestra Comunale, Via Lungoroggia, 42
Buttrio	gio 07/mar 19	20.30 – 22.00		
Buttrio	gio 14/mar 19	20.30 – 22.00		
Buttrio	gio 21/mar 19	20.30 – 22.00		
Buttrio	gio 28/mar 19	20.30 – 22.00		
Buttrio	gio 04/apr 19	20.30 – 22.00		
Buttrio	gio 11/apr 19	20.30 – 22.00		
Buttrio	gio 18/apr 19	20.30 – 22.00		
Buttrio	mar 23/apr 19	20.30 – 22.00		
Buttrio	gio 02/mag 19	20.30 – 22.00		
Buttrio	gio 09/mag 19	Dalle 20.30	Aggressioni e violenze: aspetti psicologici e possibili contromisure	Sala Europa – Sede Municipale in Via Divisione Julia, 36

### PER ISCRIVERSI

Sarà possibile iscriversi fino al giorno 18 febbraio 2019 con le seguenti modalità:

- compilando la scheda di iscrizione on-line sul sito internet dei Comuni organizzatori oppure su [www.irss.it](http://www.irss.it);
- inviando la scheda di iscrizione a [irss@irss.it](mailto:irss@irss.it), oppure al fax 0432 1841050;
- consegnando la scheda di iscrizione cartacea presso l'Ufficio Protocollo del Comune di Buttrio nei seguenti orari - dal lunedì al venerdì dalle 9.00 alle 12.30.

La scheda di iscrizione è anche scaricabile dal sito internet del Comune oppure su [www.irss.it](http://www.irss.it).

**N.B.** Avranno priorità nelle iscrizioni le donne che risiedono nei Comuni organizzatori.

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.