



## Comune di Pavia di Udine

Assessorato alla Sanità e ai Servizi Socio Assistenziali

# Corso gratuito AUTODIFESA FEMMINILE E SICUREZZA

Il Comune di Pavia di Udine, nell'ambito delle attività dell'Assessorato alla Sanità e ai Servizi Socio Assistenziali, ha organizzato 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, 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.

### Calendario e sedi delle lezioni

| Data                 | Orario          | Argomento/attività   | Sede  |
|----------------------|-----------------|--|---|
| mar 25 ottobre 2016  | Dalle ore 20.30 | Stalking: cos'è, come difendersi                                 | Sala Consiglio Comunale di Lauzacco                     |
| mer 2 novembre 2016  | 20.30 – 22.00   | Tecniche di autodifesa   | Palestra scuole medie di Lauzacco, Piazza U. Zanfagnini |
| mar 8 novembre 2016  | 20.30 – 22.00   | Tecniche di autodifesa   | Palestra scuole medie di Lauzacco, Piazza U. Zanfagnini |
| mar 15 novembre 2016 | 20.30 – 22.00   | Tecniche di autodifesa   | Palestra scuole medie di Lauzacco, Piazza U. Zanfagnini |
| mar 22 novembre 2016 | 20.30 – 22.00   | Tecniche di autodifesa   | Palestra scuole medie di Lauzacco, Piazza U. Zanfagnini |
| mar 29 novembre 2016 | 20.30 – 22.00   | Tecniche di autodifesa   | Palestra scuole medie di Lauzacco, Piazza U. Zanfagnini |
| mer 7 dicembre 2016  | Dalle ore 20.30 | Violenza di genere: aspetti psicologici e possibili contromisure | Sala Consiglio Comunale di Lauzacco                     |

Sarà possibile iscriversi fino al giorno 24.10.2016 compilando e firmando in tutte le sue parti la scheda di iscrizione sul retro scaricabile anche dal sito internet del Comune di Pavia di Udine o reperibile presso l'Ufficio Protocollo e facendola pervenire con le seguenti modalità:

- inviandola alla e-mail [irss@irss.it](mailto:irss@irss.it);
- inviandola al fax 0432/1841050;
- consegnandola all'Ufficio Protocollo che osserva i seguenti orari: dal lunedì al venerdì dalle 9.30 alle 12.30, il lunedì e il giovedì anche dalle 16.00 alle 18.00;
- sarà anche possibile iscriversi on-line compilando il form presente sul sito internet del Comune di Pavia di Udine oppure su [www.irss.it](http://www.irss.it).

N.B. Avranno priorità nelle iscrizioni le donne residenti nel Comune di Pavia di Udine. I posti sono limitati, se interessate vi consigliamo di procedere subito con l'iscrizione.

La parte pratica del corso si configura come attività ludico-motoria, è in ogni caso necessario che le partecipanti godano di buona salute.