



REGIONE AUTONOMA  
FRIULI VENEZIA GIULIA

I Comuni di Pavia di Udine, Pradamano, Trivignano Udinese e Santa Maria la Longa nell'ambito delle attività della Polizia Locale

Iniziativa realizzata con il contributo della Regione Autonoma Friuli Venezia Giulia Servizio affari istituzionali e locali, polizia locale e sicurezza

# Corsi gratuiti AUTODIFESA FEMMINILE E SICUREZZA

I Comuni di Pavia di Udine, Pradamano, Trivignano Udinese e Santa Maria la Longa nell'ambito delle attività della Polizia Locale, hanno organizzato due Corsi gratuiti di autodifesa femminile e sicurezza composti 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.

I corsi comprendono anche due interessanti serate informative aperte al pubblico.

## CORSO 1

Comune	Data	Orario	Argomento/attività	Sede
Trivignano Udinese	27/04/17	Dalle 20.30	Aggressioni e violenze: aspetti psicologici e possibili contromisure	Sala Consiglio Comunale, piazza Municipio
Trivignano Udinese	05/05/17	20.30 – 22.00	Tecniche di autodifesa	Palestra Scuole Primarie, via Roma
Trivignano Udinese	12/05/17	20.30 – 22.00	Tecniche di autodifesa	Palestra Scuole Primarie, via Roma
Trivignano Udinese	19/05/17	20.30 – 22.00	Tecniche di autodifesa	Palestra Scuole Primarie, via Roma
Trivignano Udinese	26/05/17	20.30 – 22.00	Tecniche di autodifesa	Palestra Scuole Primarie, via Roma
Trivignano Udinese	02/06/17	20.30 – 22.00	Tecniche di autodifesa	Palestra Scuole Primarie, via Roma
Trivignano Udinese	09/06/17	20.30 – 22.00	Tecniche di autodifesa	Palestra Scuole Primarie, via Roma
Trivignano Udinese	14/06/17	Dalle 20.30	Stalking: strategie di prevenzione e contrasto	Sala Consiglio Comunale, piazza Municipio

## CORSO 2

Comune	Data	Orario	Argomento/attività	Sede
Pradamano	04/05/17	Dalle 20.30	Stalking: strategie di prevenzione e contrasto	Sala Consiglio Comunale, via Roma (parcheggio via Niewo)
Pradamano	08/05/17	20.30 – 22.00	Tecniche di autodifesa	Palestra BLU, via Udine
Pradamano	15/05/17	20.30 – 22.00	Tecniche di autodifesa	Palestra BLU, via Udine
Pradamano	22/05/17	20.30 – 22.00	Tecniche di autodifesa	Palestra BLU, via Udine
Pradamano	29/05/17	20.30 – 22.00	Tecniche di autodifesa	Palestra BLU, via Udine
Pradamano	05/06/17	20.30 – 22.00	Tecniche di autodifesa	Palestra BLU, via Udine
Pradamano	12/06/17	20.30 – 22.00	Tecniche di autodifesa	Palestra BLU, via Udine
Pradamano	16/06/17	Dalle 20.30	Aggressioni e violenze: aspetti psicologici e possibili contromisure	Sala Consiglio Comunale, via Roma (parcheggio via Niewo)

**Sarà possibile iscriversi fino a 2 giorni prima dell'inizio del corso** compilando e firmando in tutte le sue parti la scheda di iscrizione sul retro, anche scaricabile dal sito internet dei Comuni o reperibile presso gli uffici comunali e facendola pervenire con le seguenti modalità:

- on-line compilando il form presente sul sito internet dei Comuni oppure su [www.irss.it](http://www.irss.it);
- inviandola alla e-mail [irss@irss.it](mailto:irss@irss.it);
- inviandola al fax 0432/1841050;
- consegnandola presso l'ufficio Protocollo comunale.

N.B. Avranno priorità nelle iscrizioni le donne residenti nei Comuni di Pradamano, Trivignano Udinese, Santa Maria la Longa e Pavia di Udine. **I posti sono limitati, se interessate vi consigliamo di procedere subito con l'iscrizione.**

Il corso si configura come attività ludico ricreativa ma per la partecipazione alle lezioni in palestra è richiesto di godere di buona salute.