

Corso gratuito AUTODIFESA FEMMINILE E SICUREZZA

Il Comune di Spilimbergo, nell'ambito delle attività dell'Assessorato alla Sicurezza e Polizia Locale e in collaborazione con lo Judo Club Fenati, 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.

Calendario e sedi delle lezioni

Comune	Data	Orario	Argomento/attività	Sede
Spilimbergo	06/11/17	Dalle 20.30	Stalking e violenza di genere: cogliere i campanelli d'allarme	Auditorium Casa dello Studente, via Udine 3
Spilimbergo	10/11/17	20.30 – 22.00	Tecniche di autodifesa	Palestra del mosaico, via Corridoni
Spilimbergo	17/11/17	20.30 – 22.00	Tecniche di autodifesa	Palestra del mosaico, via Corridoni
Spilimbergo	24/11/17	20.30 – 22.00	Tecniche di autodifesa	Palestra del mosaico, via Corridoni
Spilimbergo	01/12/17	20.30 – 22.00	Tecniche di autodifesa	Palestra del mosaico, via Corridoni
Spilimbergo	15/12/17	20.30 – 22.00	Tecniche di autodifesa	Palestra del mosaico, via Corridoni
Spilimbergo	19/12/17	Dalle 20.30	Corso sull'utilizzo dello spray al peperoncino (O.C.)	Auditorium Casa dello Studente, via Udine 3

Sarà possibile iscriversi **fino al giorno 03.11.2017** compilando e firmando in tutte le sue parti la scheda di iscrizione sul retro (scaricabile anche dal sito internet del Comune di Spilimbergo) e facendola pervenire con le seguenti modalità:

- inviandola alla e-mail irss@irss.it;
- inviandola al fax 0432/1841050;
- consegnandola presso l'ufficio di Polizia locale che osserva i seguenti orari: al mattino: tutti i giorni feriali dalle 10 alle 12.30 (nuova sede in Corte Europa n. 12).

Sarà possibile iscriversi on-line compilando il form presente sul sito internet del Comune di Spilimbergo oppure su www.irss.it.

N.B. Avranno priorità nelle iscrizioni le donne che risiedono in Comune di Spilimbergo. I posti sono limitati, se interessate vi consigliamo di procedere subito con l'iscrizione. Per frequentare la parte pratica del corso è richiesto il certificato medico di sana e robusta costituzione per attività non agonistica.