



# Corsi gratuiti

## AUTODIFESA FEMMINILE E SICUREZZA

L'Unione Territoriale Intercomunale delle Valli e delle Dolomiti Friulane, nell'ambito delle attività del Corpo intercomunale di Polizia locale, ha organizzato due corsi gratuiti di autodifesa femminile e sicurezza 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 infatti due interessanti serate informative aperte al pubblico.

### CORSO 1

Località	Data	Orario	Argomento/attività	Sede
Maniago	20/03/18	Ore 20.30	Stalking: strategie di prevenzione e contrasto	Sala Rosa Bian c/o Biblioteca, Via Battiferri n. 1.
Maniago	23/03/18	20.30 – 21.30	Tecniche di autodifesa	Palestra Scuole Medie, Via Dante Alighieri n. 39
Maniago	06/04/18	20.30 – 21.30	Tecniche di autodifesa	Palestra Scuole Medie, Via Dante Alighieri n. 39
Maniago	13/04/18	20.30 – 21.30	Tecniche di autodifesa	Palestra Scuole Medie, Via Dante Alighieri n. 39
Maniago	20/04/18	20.30 – 21.30	Tecniche di autodifesa	Palestra Scuole Medie, Via Dante Alighieri n. 39

### CORSO 2

Località	Data	Orario	Argomento/attività	Sede
Travesio	22/03/18	Ore 20.30	Violenze e aggressioni: aspetti psicologici e possibili contromisure	Auditorium Comunale, Via Centro Studi n. 18
Travesio	26/03/18	20.30 – 21.30	Tecniche di autodifesa	Palestra di Via Rizzo n. 35
Travesio	09/04/18	20.30 – 21.30	Tecniche di autodifesa	Palestra di Via Rizzo n. 35
Travesio	16/04/18	20.30 – 21.30	Tecniche di autodifesa	Palestra di Via Rizzo n. 35
Travesio	23/04/18	20.30 – 21.30	Tecniche di autodifesa	Palestra di Via Rizzo n. 35

### PER ISCRIVERSI

Sarà possibile iscriversi fino al giorno 16.03.2018 con le seguenti modalità:

- compilando la scheda di iscrizione on-line sul sito internet dell'UTI delle Valli e delle Dolomiti Friulane, sui siti internet comunali 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;
- rivolgendosi al Comando di Polizia Locale.

La scheda di iscrizione è scaricabile dal sito internet dell'UTI delle Valli e delle Dolomiti Friulane, reperibile presso gli uffici comunali oppure presso il Comando di Polizia Locale.

N.B. Avranno priorità nelle iscrizioni le donne che risiedono nei Comuni aderenti all'UTI.

I posti sono limitati, se interessate vi consigliamo di procedere subito con l'iscrizione.

Il Corso si configura come attività ludico-ricreativa, per le lezioni in palestra è richiesto di godere di buona salute.