Comuni di Artegna, Bordano, Gemona del Friuli, Montenars e Trasaghis

REGIONE AUTONOMA FRIULI VENEZIA GIULIA

Iniziativa realizzata con il contributo della
Regione Autonoma Friuli Venezia Giulia
Direzione centrale autonomie locali, sicurezza e politiche dell'immigrazione
Servizio polizia locale, sicurezza e politiche dell'immigrazione

CORSO GRATUITO 2022
AUTODIFESA FEMMINILE E SICUREZZA

I Comuni di Artegna, Bordano, Gemona del Friuli, Montenars e Trasaghis, nell'ambito delle attività della Polizia locale, organizzano 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 una interessante serata informativa in tema di sicurezza.

Calendario del corso

gio 13/ott 22	Ore 20.30	Strategie di comunicazione e prevenzione di rischi personali e conflitti	Sala della Comunità di Montagna del Gemonese, via Carlo Caneva, 25 Gemona del Friuli
mer 19/ott 22	20.30 - 21.45	Tecniche di autodifesa	Palestra scuola Media, via D'Aronco Gemona del Friuli
mer 26/ott 22	20.30 - 21.45	Tecniche di autodifesa	
mer 02/nov 22	20.30 - 21.45	Tecniche di autodifesa	
mer 09/nov 22	20.30 - 21.45	Tecniche di autodifesa	
mer 16/nov 22	20.30 - 21.45	Tecniche di autodifesa	
mer 23/nov 22	20.30 - 21.45	Tecniche di autodifesa	

PER ISCRIVERSI

Sarà possibile iscriversi fino al giorno 12/10/2022 con le seguenti modalità:

- compilando la scheda di iscrizione on-line sui siti internet comunali oppure su
- www.irss.it/iscrizione-autodifesa-gemonese-2022;
- inquadrando con lo smartphone il QR Code a fianco.

N.B. Avranno priorità nelle iscrizioni le donne che risiedono nei Comuni organizzatori. I posti sono limitati, se interessate vi consigliamo di procedere subito con l'iscrizione.

Per la partecipazione è richiesto di rispettare la normativa vigente al momento dell'inizio del corso, di godere di buona salute e di accettare le condizioni di partecipazione. Per le persone abitualmente sedentarie è raccomandato un controllo medico prima dell'avvio delle lezioni pratiche.