



Comune di Spilimbergo



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

NUOVO CORSO GRATUITO DI AUTODIFESA FEMMINILE E SICUREZZA

Il Comune di Spilimbergo, nell'ambito delle attività del Corpo di Polizia locale 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 un'interessante serata informativa in materia di sicurezza.

Data	Orario	Argomento/attività	Sede
lun 08/nov 21	Ore 20.30	Stalking: strategie di prevenzione e contrasto	Cinema Castello, piazza Duomo
lun 15/nov 21	21.00 - 22.30	Tecniche di autodifesa	Palestra del Mosaico, via Corridoni n. 4
lun 22/nov 21	21.00 - 22.30		
lun 29/nov 21	21.00 - 22.30		
lun 06/dic 21	21.00 - 22.30		
lun 13/dic 21	21.00 - 22.30		
lun 20/dic 21	21.00 - 22.30		

Sarà possibile iscriversi al corso fino al giorno 06.11.2021 con le seguenti modalità:

- compilando la scheda di iscrizione on-line sul sito internet del Comune;
- su www.irss.it/iscrizione-autodifesa-spilimbergo-2021;
- oppure inquadrando con lo smartphone il QR Code.

N.B. Avranno priorità nelle iscrizioni le donne residenti a Spilimbergo.

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

Per la partecipazione alle iniziative è richiesto di essere in possesso del **GREEN PASS** (controllo all'ingresso), di godere di buona salute e accettare le condizioni di partecipazione.

Per le persone abitualmente sedentarie è raccomandato un controllo medico prima dell'avvio delle lezioni pratiche.

In collaborazione con

IRSS

