



REGIONE AUTONOMA
FRIULI VENEZIA GIULIA

Comune di Porcia – Comune di Roveredo in Piano
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 Porcia e Roveredo in Piano, nell'ambito delle attività della Polizia locale, hanno 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. Il corso comprendono anche due interessanti serate informative aperte al pubblico.

CORSO 1 – PORCIA

Località	Data	Orario	Argomento/attività	Sede
Porcia	30/04/19	Dalle 20.30	Sicurezza e legittima difesa: linee guida	La Diemoz, presso il C.S.A. Via delle Risorgive
Porcia	02/05/19	21.00 - 22.00	Tecniche di autodifesa	Palestra ex scuola Elementare di via Roma ingresso da via Vietti
Porcia	09/05/19	21.00 - 22.00	Tecniche di autodifesa	
Porcia	16/05/19	21.00 - 22.00	Tecniche di autodifesa	
Porcia	23/05/19	21.00 - 22.00	Tecniche di autodifesa	
Porcia	30/05/19	21.00 - 22.00	Tecniche di autodifesa	
Porcia	06/06/19	21.00 - 22.00	Tecniche di autodifesa	

CORSO 2 – ROVEREDO IN PIANO

Località	Data	Orario	Argomento/attività	Sede
Roveredo in Piano	29/04/19	Dalle 20.30	L'arma più potente: aspetti psicologici e strategie per prevenire aggressioni e violenze	Sala Consiglio Comunale, via Carducci n. 11
Roveredo in Piano	03/05/19	20.30 - 21.30	Tecniche di autodifesa	Palestra Ex Tennis, via Carducci n. 40/B
Roveredo in Piano	10/05/19	20.30 - 21.30	Tecniche di autodifesa	
Roveredo in Piano	17/05/19	20.30 - 21.30	Tecniche di autodifesa	
Roveredo in Piano	24/05/19	20.30 - 21.30	Tecniche di autodifesa	
Roveredo in Piano	31/05/19	20.30 - 21.30	Tecniche di autodifesa	
Roveredo in Piano	07/06/19	20.30 - 21.30	Tecniche di autodifesa	

PER ISCRIVERSI

Sarà possibile iscriversi fino al giorno 26 aprile 2019 con le seguenti modalità:

- compilando la scheda di iscrizione on-line (modalità consigliata) sul sito internet dei Comuni di Porcia e Roveredo in Piano oppure su www.irss.it;
- inviando la scheda di iscrizione a irss@irss.it, oppure al fax 0432 1841050;
- rivolgendosi agli uffici di Polizia locale di Porcia e Roveredo in Piano negli orari di apertura.

N.B. Avranno priorità nelle iscrizioni le donne residenti a Porcia e Roveredo in Piano.

Il Corso si configura come attività ludico-ricreativa, per le lezioni in palestra è richiesto di godere di buona salute. Per le persone abitualmente sedentarie è raccomandato un controllo medico prima dell'avvio delle lezioni pratiche.

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