Comune di
Pasian di Prato
Assessorato alla Sicurezza
Assessorato alle Pari Opportunità

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

Comune di
Martignacco
Assessorato alle
Politiche socio-assistenziali,
Pari opportunità, Cultura e Istruzione

CORSI GRATUITI DI
DIFESA PERSONALE FEMMINILE

I Comuni di Pasian di Prato e Martignacco, nell'ambito delle attività del Corpo di Polizia locale, hanno organizzato due nuovi corsi gratuiti di difesa personale e sicurezza, rivolti alle donne, 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. Nel corso delle lezioni teoriche e pratiche verranno inoltre fornite informazioni utili a gestire ansie, paure e ad aver un maggior controllo del proprio corpo nelle situazioni di stress.
I corsi comprendono infatti anche due interessanti serate informative.

Calendario Attività

CORSO 1 – PASIAN DI PRATO			
Data	**Orario**	**Argomento/Attività**	**Sede/Modalità**
lun 18/ott 21	Ore 20.30	Il Codice Rosso: caratteristiche e novità	Auditorium Elio Venier, via Roma n. 40
lun 25/ott 21	20.30 - 22.00	Tecniche di autodifesa	Sala Polifunzionale di Colloredo, via Martignacco
lun 08/nov 21	20.30 - 22.00		
lun 15/nov 21	20.30 - 22.00		
lun 22/nov 21	20.30 - 22.00		
lun 29/nov 21	20.30 - 22.00		
lun 06/dic 21	20.30 - 22.00		
ven 10/dic 21	Ore 20.30	L'arma più potente: aspetti psicologici e strategie per prevenire aggressioni e violenze	Martignacco – Auditorium Impero, via Delser n. 23

CORSO 2 – MARTIGNACCO			
Data	**Orario**	**Argomento/Attività**	**Sede/Modalità**
lun 18/ott 21	Ore 20.30	Il Codice Rosso: caratteristiche e novità	Pasian di Prato – Auditorium Elio Venier, via Roma n. 40
ven 22/ott 21	20.30 - 22.00	Tecniche di autodifesa	Centro Civico di Torreano, via Villa Italia n.15
ven 29/ott 21	20.30 - 22.00		
ven 05/nov 21	20.30 - 22.00		
ven 12/nov 21	20.30 - 22.00		
ven 19/nov 21	10.00 - 11.30		
ven 26/nov 21	20.30 - 22.00		
ven 10/dic 21	Ore 20.30	L'arma più potente: aspetti psicologici e strategie per prevenire aggressioni e violenze	Martignacco – Auditorium Impero, via Delser n. 23

PER ISCRIVERSI

Sarà possibile iscriversi fino al giorno 17.10.2021 con le seguenti modalità:

- **compilando la scheda di iscrizione on-line sul sito internet dei Comuni,**
- **su https://www.irss.it/iscrizione-autodifesa-pasianmartignacco2021 oppure inquadrando con lo smartphone il QR Code a fianco;**
- **rivolgendosi all'Ufficio Protocollo dei Comuni.**

N.B. Avranno priorità nelle iscrizioni le donne residenti nei Comuni di Pasian di Prato, Martignacco e Pagnacco (in convenzione per il servizio di Polizia Locale).

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

Per la partecipazione 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.