



FUTURA

**LA SCUOLA
PER L'ITALIA DI DOMANI**



ISTITUTO ISTRUZIONE SUPERIORE DIAVERSA LEONARDO DA VINCI

Con sezioni associate: CESL031016 Liceo Artistico di Aversa CEPS031019 Liceo Scientifico e delle Scienze Umane di Trentola Ducenta

Agli Alunni della 1 A -1B -1C -1D
Alle Famiglie della 1 A -1B -1C -1D
Ai Docenti
Al Sito web
Alla Bachecca Spaggiari

Oggetto: Evento di Difesa Personale - A cura dell'Associazione Kosmos Self Defence

Il giorno 02/12/2024, in collaborazione con l'Associazione Kosmos Self Defence, sarà organizzato un evento formativo dedicato alla difesa personale.

L'iniziativa è rivolta a tutti gli studenti delle classi prime e ha lo scopo di sensibilizzare i ragazzi sui temi della sicurezza personale, della prevenzione dei rischi e della gestione di situazioni di pericolo in modo consapevole e responsabile.

L'evento sarà condotto da esperti professionisti del settore, con particolare attenzione a tecniche semplici ed efficaci che possano essere utili in caso di necessità.

Programma dell'evento:

- Introduzione alla difesa personale: cos'è, quando e come può essere utile.
- Tecniche di base di autodifesa: postura, movimenti, e reazioni in situazioni di pericolo.
- L'importanza della consapevolezza e dell'autocontrollo: come prevenire situazioni di rischio.
- Simulazioni pratiche: esercitazioni di difesa in scenari controllati.

L'incontro ha l'obiettivo di fornire agli studenti strumenti pratici per affrontare situazioni di stress e pericolo, promuovendo anche il rispetto reciproco e la valorizzazione della propria sicurezza fisica ed emotiva.

Confidiamo nella partecipazione di tutti, certi che questa iniziativa rappresenti un'occasione importante di crescita e consapevolezza per i nostri ragazzi.

**La Dirigente Scolastica
prof.ssa Margherita Montalbano**