



Cari colleghi,

abbiamo il piacere di invitarVi ad un innovativo corso che avrà come obiettivo la gestione dello stress in situazioni di emergenza ed in particolare analizzerà norme di comportamento verbale e pratico in caso di rapina.

Purtroppo si tratta di una tematica attuale che è importante trattare con il giusto peso.

Il corso si terrà presso la nuova sala "Costa" della Palestra Tribune (Stadio Amsicora) in via dei Salineri e verrà proposto sabato 30 Novembre dalle 16.00 alle 19.00 oppure in alternativa domenica 1 Dicembre dalle 10.00 alle 13.00.

Il costo per i soci Agifar Sardegna è di € 15 e per i non soci €20.

Inoltre la palestra darà l'opportunità per chi lo volesse di usufruire al termine del corso di tutta la struttura compreso sala pesi, idromassaggio, sauna e bagno turco.

Il corso è aperto ad un max di 20 partecipanti per sessione.

Programma del corso:

#### **FARMACIA E SICUREZZA: GESTIONE DELLO STRESS IN SITUAZIONI DI EMERGENZA**

- Aspetti normativi e legislativi
- Rapine : comportamenti verbali e pratici durante e dopo le rapine
- Gestione del panico e dello stress
- Prevenzione attiva e passiva per contenere i danni
- Sistemi di prevenzione ( videocamere, vetrine,etc.)
- Focus aggressione femminile
- Gestione di casi estremi: tecniche pratiche di autodifesa ( Krav Maga )

Per iscriverVi al corso contattatoci a [segreteria@agifarsardegna.it](mailto:segreteria@agifarsardegna.it) oppure via facebook <https://www.fb.me/agifarsardegna>

**I POSTI SONO LIMITATI! AFFRETTATEVI AD ISCRIVERVI! VI ASPETTIAMO!**