

La Croce rossa di Tradate a scuola di difesa personale

Pubblicato: Giovedì 16 Ottobre 2025



La Croce rossa italiana – Comitato di Tradate promuove *Io mi difendo*, un modulo formativo gratuito dedicato alla sicurezza personale degli operatori volontari Cri, realizzato in collaborazione con **Accademia dello Sport Varesina** e condotto da **Stefano Gallucci**. Il corso è in programma **domenica 19 ottobre** dalle 10:00 alle 13:00 alla sede **Cri di Tradate**.

Pensato per chi opera in contesti sanitari, di emergenza e di assistenza, il percorso fornisce **strumenti pratici e realistici per prevenire e gestire situazioni di rischio**: consapevolezza degli spazi, tecniche di de-escalation, gestione delle distanze, svincoli da prese e uscita in sicurezza, sempre in coerenza con le procedure CRI e nel pieno rispetto della persona.

[Redazione VareseNews](#)

redazione@varesenews.it