

# ŻYJ BEZPIECZNIE

Źródło: <http://zyjbezpiecznie.policja.pl/zb/aktualnosci/53661,Nie-taka-slaba-plec.html>

Wygenerowano: Wtorek, 23 stycznia 2018, 19:03

Strona znajduje się w archiwum.

## NIE TAKA SŁABA PŁEĆ

**W Radomiu zakończyła się 11 edycja kursu samoobrony dla kobiet zorganizowana przez Wydział Prewencji KWP w Radomiu przy współpracy ze stowarzyszeniem KRAV-MAGA. Na zajęcia tej edycji zgłosiło się 120 pań, kurs ukończyło 61. We wszystkich edycjach przeszkolono już blisko 500 kobiet.**

Podczas 11 edycji kursu przygotowano scenki związane z zagrożeniami czyhającymi na kobiety m.in. niekulturalne zaczepki, próba gwałtu, itp. Zadaniem kursantek było przejście wyznaczoną przez organizatorów drogą, zachowując się adekwatnie do sytuacji. W przypadku zagrożenia mogły stosować wszystkie możliwe środki, aby wyjść z opresji. Osoby atakujące natomiast miały za zadanie wprowadzić taki nastrój, aby uczestniczka była zestresowana i nie była pewna tego, co ją czeka na wytyczonym odcinku. „Napastnicy” mogli stosować wszelkiego rodzaju fortele i chwytów, aby ta droga nie była łatwa, przy jednoczesnym zachowaniu zasad bezpieczeństwa. Mogli stoczyć walkę z uczestniczką z możliwością rzucenia jej na materace i okładania ciosami lub zaciągnięcia w odosobnione miejsca.

Niespodzianką dla uczestniczek był udział Tomasza Karolaka w uroczystym zakończeniu kursu. Aktor, znany z wielu polskich filmów i seriali, przybył do Radomia na specjalne zaproszenie organizatora kursu - Komendy Wojewódzkiej Policji w Radomiu.

W dotychczasowych dziesięciu edycjach kursu samoobrony dla kobiet przeszkolonych zostało już blisko 500 pań. Podczas zajęć teoretycznych przekazano paniom wiedzę z zakresu prewencji kryminalnej dotyczącą m.in. bezpiecznych zachowań oraz sposobów unikania zagrożeń.

Natomiast podczas zajęć praktycznych kobiety nauczyły się podstawowe rodzaje chwytów, które mogą być wykorzystane przy próbie wyrwania torebki czy pobicia oraz tego, gdzie uderzyć napastnika, by obrona była skuteczna. Dowiedziały się również, jak mają reagować na zagrożenia oraz jak rozpoznawać potencjalnych napastników.

Jesteśmy przekonani, że kurs samoobrony przyczyni się w dużym stopniu do poprawy poczucia bezpieczeństwa kobiet, a zdobyte umiejętności obrony przed atakiem pozwolą na właściwą reakcję w sytuacji zagrożenia.

(źródło: KWP w Radomiu)

Ładowanie odtwarzacza...

Ocena: 0/5 (1)

[Tweetnij](#)

[prewencja](#) [bezpieczeństwo kobiet](#)