

<https://lubelska.policja.gov.pl/lub/aktualnosci/71793,KWP-Zapraszamy-na-kolejna-edycje-kursu-samoobrony-Bezpieczna-kobieta.html>

2026-03-26, 20:06

KWP: ZAPRASZAMY NA KOLEJNĄ EDYCJĘ KURSU SAMOOBRONY „BEZPIECZNA KOBIETA”

Data publikacji 11.09.2017

Policjanci zapraszają na kolejną edycję kursu prewencyjnego pod hasłem pod nazwą „Bezpieczna kobieta”. To przedsięwzięcie realizowane jest przez Wydział Prewencji KWP w Lublinie i jest to już druga jego edycja. Pod okiem wykwalifikowanych instruktorów Panie przez najbliższe miesiące będą przyswajać teoretyczną wiedzę i praktyczne umiejętności dotyczące m.in. sposobów obrony przed napastnikiem.

Każda kobieta, bez względu na wiek może stać się potencjalną ofiarą przestępstwa, dlatego udział w kursie jest doskonałą okazją do tego, aby poznać i nauczyć się podstawowych elementów samoobrony. Akcja adresowana jest do wszystkich Pań bez względu na wiek, wykształcenie czy wykonywany zawód.

Oprócz ćwiczeń z zakresu samoobrony, uczestniczki wezmą także udział w zajęciach z zakresu psychologii, prawa, prewencji kryminalnej. Na zajęciach z ratownikiem medycznym przyswoją z kolei algorytmy postępowania w przypadku powstania zagrożenia dla życia i zdrowia a także podstawowe czynności ratownicze. Panie dowiedzą się również o sposobach uchronienia się przed negatywnymi skutkami innych niebezpiecznych zdarzeń o charakterze masowym.

I edycja kursu, która odbyła się wiosną b.r. cieszyła się ogromnym zainteresowaniem. Do udziału w projekcie przystąpiło ponad 80 kobiet.

Wszystkie Panie zainteresowane udziałem w tym przedsięwzięciu mogą zapisywać się już od dzisiaj do 26 września dzwoniąc pod numer tel. (81) 535-59-30.

Serdecznie zapraszamy!

AK

