

Jestem bezpieczna



[1]

Straż Miejska w Toruniu rozpoczyna nabór pań chętnych do udziału w XVII edycji Kursu Samoobrony dla Kobiet „JESTEM BEZPIECZNA”. W ramach szkolenia odbędą się nieodpłatne zajęcia z samoobrony oraz psychologii dla kobiet.

Kurs zostanie przeprowadzony w sali sportowej Straży Miejskiej w Toruniu przy ul. Grudziądzkiej 157. Celem szkolenia jest nauka właściwych reakcji i technik samoobrony w różnych sytuacjach i miejscach zagrożenia, a także sposobów unikania ataku.

Zajęcia odbywać się będą raz w tygodniu w czwartki:

- I grupa: 15.30-17.00
- II grupa: 17.30-19.00
- III grupa: 19.30-21.00

w terminie: od 2 października do 4 grudnia 2014 roku.

Przewidywana liczebność jednej grupy szkoleniowej to 16 uczestniczek. O fakcie zakwalifikowania się na kurs decyduje kolejność zgłoszeń. Termin zgłoszenia udziału rozpoczyna się 22 września, a upływa w dniu 24 września 2014 roku o godz. 14.30. Forma dokonania zgłoszenia: telefonicznie od poniedziałku do środy, w godzinach 07.30 - 14.30 pod nr telefonu Straży Miejskiej w Toruniu (056) 6574203, osoba upoważniona do kontaktów – Anna Wiśniewska koordynator ds. profilaktyki i współpracy ze szkołami Straży Miejskiej.

[Regulamin kursu](#) [2]

[Oświadczenie uczestniczki](#) [3]

Odnośniki:

[1] <https://www.torun.pl/sites/default/files/samoobrona-sm.jpg>

[2] https://www.torun.pl/sites/default/files/pictures/samoobr_kobiet_regulamin_kursu.pdf

[3] https://www.torun.pl/sites/default/files/pictures/samoobr_kobiet_oswiadczenie.pdf