

Samoobrona kobiet - Zaufaj Wojsku - ruszają zapisy na bezpłatne treningi

Ministerstwo Obrony Narodowej wraz z Centralnym Wojskowym Centrum Rekrutacji i Dowództwem Generalnym Rodzajów Sił Zbrojnych organizuje bezpłatne szkolenia z samoobrony dla dorosłych Polek. Szkolenia z doświadczonymi żołnierzami – instruktorami odbywać się będą w wybrane soboty i niedziele wiosną i latem w parkach miejskich, na plażach, w ośrodkach sportu i rekreacji na terenie całej Polski.

Już w sobotę 27 maja w 16 miastach wszystkie chętne pełnoletnie panie mogą wziąć udział w blisko 4-godzinny, bezpłatny, praktyczny treningu z technik samoobrony, prowadzonym przez wykwalifikowanych żołnierzy – instruktorów.

Projekt realizowany jest w każdym województwie w wybrane weekendy od 27 maja do 20 sierpnia. Żołnierze – instruktorzy nauczą podstawowych zasad codziennego bezpieczeństwa, sposobów wykrywania oraz unikania zagrożeń. Pokażą techniki walki wręcz przydatne w niebezpiecznych sytuacjach. To okazja dla wszystkich chętnych pań, aby pod okiem doświadczonych instruktorów nauczyć się podstaw umiejętności zachowania się w sytuacjach zagrażających życiu lub zdrowiu, zwłaszcza wynikających z zastosowanej wobec nich przemocy fizycznej. Uczestniczki będą miały także okazję zapoznać się z zasadami zdrowego stylu życia oraz odświeżyć praktyczną wiedzę nt. zasad udzielania pierwszej pomocy.

Celem projektu jest promowanie obronności oraz budowanie pewności siebie w sytuacji kryzysowej. Każda z uczestniczek szkolenia po jego ukończeniu otrzyma pamiątkowy certyfikat.

W każdym z miejsc, w czasie szkolenia ochotniczek, ich bliscy, osoby towarzyszące, mogą odwiedzić punkty promocyjno – informacyjne lokalnych jednostek wojskowych. Każdy zainteresowany służbą w wojsku będzie mógł znaleźć kompleksową informację o rekrutacji do Sił Zbrojnych i porozmawiać z przedstawicielami Wojskowego Centrum Rekrutacji. Na zakończenie szkolenia nie zabraknie kulinarnego hitu, jakim jest wojskowa grochówka.

Bliższych informacji nt. projektu „Samoobrona kobiet – zaufaj wojsku” w województwie śląskim udzielają:

- ppłk Małgorzata KOBRYŃ-KRÓL (tel. 508 799 302, e-mail: m.kobryn-krol@ron.mil.pl),
- por. Adam BAWTREL (tel. 697 082 287; e-mail: a.bawtrel@ron.mil.pl).

W województwie śląskim szkolenia będą się odbywać w niżej wskazanych terminach i miejscach:

1. 27-28.05.2023 r. Szkoła Podstawowa nr 12 im. Józefa Janika, ul. Szkolna 1, 43-196 Mikołów;
2. 17-18.06.2023 r. Park Miejski w Zawierciu, ul. Piastowska 6, 42-400 Zawiercie;
3. 24-25.06.2023 r. Liceum Ogólnokształcące im. Marii Skłodowskiej-Curie, ul. Marii Konopnickiej 9, 43-502 Czechowice-Dziedzice;
4. 08-09.07.2023 r. Ośrodek Żeglarski Politechniki Krakowskiej, ul. Świętego Wita 73, 34-300 Żywiec;
5. 22-23.07.2023 r. Ośrodek Sportu i Rekreacji „Skałka”, ul. Bytomska 40, 41-608 Świętochłowice;
6. 05-06.08.2023 r. Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji, ul. Olimpijska 3, 41-943 Piekary Śląskie;
7. 19-20.08.2023 r. Dom Kultury w Knurowie, ul. Górnicza 1, 44-193 Knurów.

Niezbędne informacje i formularze:

<https://wcrzczestochowa.wp.mil.pl/pl/articles/6-aktualnosci/samoobrona-kobiet-zaufaj-wojsku-ruszaja-zapisy-na-bezplatne-treningi/>