

Ruszył kurs samoobrony dla kobiet

Z końcem października ruszyło szkolenie z zakresu samoobrony dla uczestniczek projektu „Mamy moc, aby pokonać przemoc”, realizowanego w ramach Programu Ośłonowego Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej „Wspieranie jednostek samorządu terytorialnego w tworzeniu systemu przeciwdziałania przemocy w rodzinie - edycja 2017 r.”. Dziesięciogodzinne szkolenie obejmuje m.in. naukę technik obrony przed uderzeniami, kopnięciami, chwytami, chwytami za ubranie, duszeniami, atakami kiedy kobieta znajduje się na ziemi oraz innymi sytuacjami zagrożenia. Zajęcia prowadzone są przez doświadczonego instruktora Aikido. Szkolenie odbywa się w gościnnych progach Środowiskowego Domu Samopomocy przy ul. Stara Droga w Radomsku.
