



Straż Miejska w Toruniu rozpoczęła nabór do kolejnej edycji Kursu Samoobrony dla Kobiet pn. „JESTEM BEZPIECZNA”. O fakcie zakwalifikowania się na kurs decyduje kolejność zgłoszeń.

Celem kursu jest **nauka właściwych reakcji i technik samoobrony w różnych sytuacjach i miejscach zagrożenia, a także sposobów unikania ataku.** Panie dowiedzą się również, jak zapobiegać niebezpiecznym sytuacjom oraz jak postępować, gdy dojdzie do ewentualnej napaści.

Zajęcia z samoobrony odbywać się będą w terminie od 30 września 2024 r. do 9 grudnia 2024 r., raz w tygodniu, w poniedziałki, w godzinach:

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

Kurs organizowany przez Straż Miejską w Toruniu zostanie przeprowadzony w sali sportowej Straży Miejskiej w Toruniu przy ul. Grudziądzkiej 157. **Uczestniczki nie ponoszą opłat za udział w zajęciach.**

O fakcie zakwalifikowania się na kurs decyduje kolejność zgłoszeń. Zapisy rozpoczęły się w dniu 23 września 2024 roku. Wszystkie zainteresowane osoby prosimy o kontakt telefoniczny w dni powszednie w godzinach 8.30 - 13.30 pod numerem (056) 657 42 03. Osoba upoważniona do kontaktów – Anna Wiśniewska koordynatorka Zespołu ds. Profilaktyki i Komunikacji Społecznej Straży Miejskiej w Toruniu.

Regulamin kursu oraz oświadczenie są [dostępne na stronie Straży Miejskiej](#).

fot. Straż Miejska w Toruniu

- [Go back](#)
- [Share on: X](#)
- [Share on: FB](#)
- [Print](#)
- [PDF](#)