



Mieszkanki Torunia odbyły bezpłatny kurs samoobrony dla kobiet zorganizowany przez Toruńskie Centrum Usług Społecznych wspólnie z Komendą Miejską Policji w Toruniu.

Uczestniczki kursu poznały podstawowe techniki samoobrony oraz zgłębiły zagadnienia związane z obroną konieczną. Nauczyły się również jak reagować w sytuacjach zagrożenia. Czterogodzinne spotkanie składało się z części teoretycznej oraz praktycznej. Poza podstawowymi technikami, uczestniczki dowiedziały się także, że zarówno szpilki, jak i ciężka torebka mogą świetnie posłużyć do obrony.

Zajęcia odbyły się w Szkole Podstawowej nr 7 przy ulicy Morcinka. Przypomnijmy zajęcia będą odbywały się w lipcu i sierpniu, adresowane są do pełnoletnich mieszanek Torunia i realizowane w 24-osobowych grupach. Zajęcia odbędą się zarówno w lewo-, jak i prawobrzeżnej części Torunia. Do dyspozycji uczestniczki mają wykwalifikowanych trenerów oraz psycholog.

Harmonogram wakacyjnych kursów:

- 23.07.2025 r. godz. 16:00 – Szkoła Podstawowa nr 12, ul. Strzałowa 15

- 06.08.2025 r. godz. 16:00 – Szkoła Podstawowa nr 7, ul. Morcinka 13
- 20.08.2025 r. godz. 16.00 – Szkoła Podstawowa nr 12, ul. Strzałowa 15

Zgłoszenia na listę rezerwową są przyjmowane pod nr tel.: 56 611 89 02.

Szkolenia z samoobrony dla kobiet organizowane przez Toruńskie Centrum Usług Społecznych wspólnie z Komendą Miejską Policji w Toruniu **zostały zaplanowane jeszcze we wrześniu**. O terminach i zapisach będziemy informować wkrótce.

Szkolenia to jeden z elementów pakietu bezpieczeństwa przedstawionego na początku lipca. Należą do niego m.in. :

- zwiększenie liczby patroli Policji do 2000 do końca 2025 r.
- wsparcie Policji
- zakup specjalistycznego pojazdu dla Grupy Szybkiego Reagowania Policji (400 tys. zł),
- rozbudowa monitoringu miejskiego
- edukacja i wsparcie mieszkańców

>>> Więcej informacji na temat pakietu bezpieczeństwa w Toruniu

Fot. © UMT 2025, autor: Agnieszka Bielecka, licencja: CC BY-NC 4.0

















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