

Bezpieczna Kobieta – warsztaty 2020

Projekt dofinansowany ze środków Gminy Michałowice



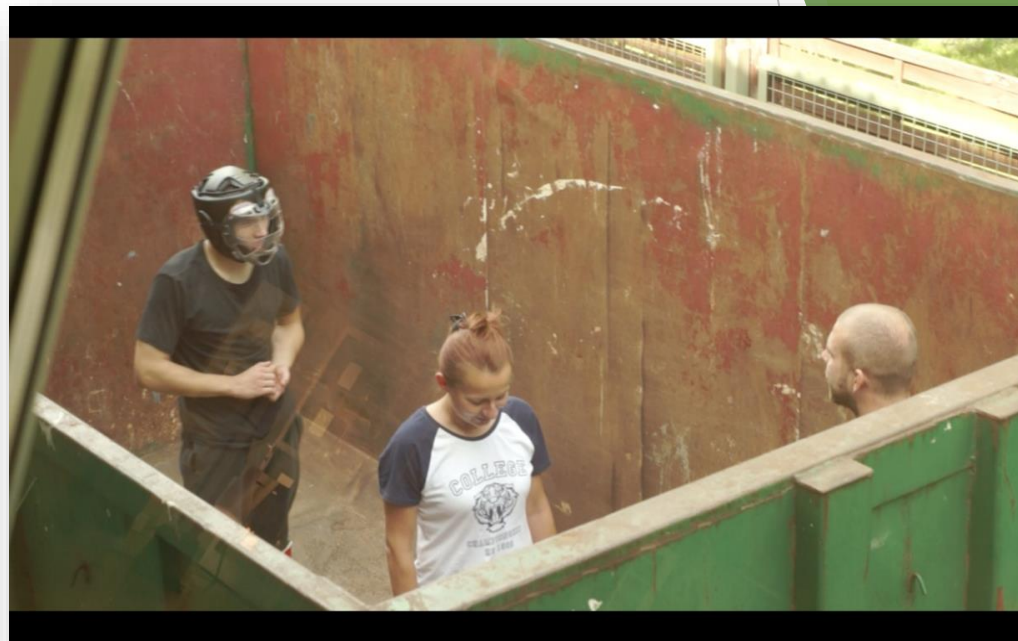
W ramach projektu Bezpieczna Kobieta - 2020 w Gminie Michałowice:



- ▶ Przeprowadziliśmy 4 warsztaty, na których omawialiśmy zagadnienia z zakresu samoobrony.
- ▶ W warsztatach wzięło udział 26 kobiet.
- ▶ Na każdym warsztacie przeprowadzaliśmy symulacje ataku.



1. Warsztat - Wprowadzenie do podstawowych zasady i technik samoobrony



2. Warsztat - Obrona przed obchwytemi i walka w ciasnym pomieszczeniu



3. Warsztat - Walka na ziemi oraz w autobusie



4. Warsztat - Użycie gazu pieprzowego i innych przedmiotów w samoobronie



Urząd Gminy Michałowice
- dziękujemy za wsparcie!

Koordynator projektu: Maciej Borowski
Stowarzyszenie „Przyjazne Jutro”

Lipiec - Październik 2020
Gmina Michałowice