

MEGHÍVÓ

1. ÖNVÉDELMI NYÍLT NAP

TOP-7.1.1-16-H-ESZA-2020-01992

A programra *Anjou Udvari Lovagkör Kardvívó és Önvédelmi Iskola Sportegyesület* „Lendület projekt – avagy innovatív eszközökkel a méltányosságként felfogott igazságosságért” c. projektje keretében kerül sor.

A rendezvényen előbb elméleti bevezetés történik az áldozattá válás és konfliktus megelőzés fontosságáról, az önvédelem jogi alapjairól, az agressziókezelésről, a nőket ért bántalmazások formáiról, a lelki önvédelem alapjairól. Majd a Pugil utcai önvédelmi rendszer nők által is gyakorolható formájának alapjai kerülnek sportedző segítségével oktatásra, begyakorlásra. (Bemelegítés, helyes esés, önvédelmi eszközök kipróbálása, stresszhelyzet szimuláció, alap ütések, fogások tanulása, helyes segítségkérés, vészhelyzeti kommunikáció, családi önvédelem, lelki önvédelem, eszközhasználat vészhelyzetben, levezető nyújtás.) A végén újra elméleti továbbképzés történik. Az eseményen áldozatsegítő tanácsadás is elérhetővé lesz. A HBM Kormányhivatal Áldozatsegítő Szolgáltatának szolgáltatásai is ismertetésre kerülnek. Számítógép és projektor segítségével a digitális korszak jelentette újfajta veszélyek is bemutatásra kerülnek

IDŐPONT: 2022.05.15., vasárnap 09.00-14.00

HELYSZÍN: 4031 Debrecen, Pósa u. 1., udvar és tornaterem

PROGRAM:

09:00 -09:15 MEGNYITÓ (Dr. Pávay Tibor szakmai vezető, Farkas Zsolt projektmenedzser)

09:15 -09:45 Elméleti bevezető (önvédelem, jog, prevenció, kommunikáció, stresszkezelés)

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

09:45 - 10:00 Leleki önvédelem - Kérdezz-felelek szeminárium az áldozatsegítésről

10:00 - 13:00 Pugil önvédelmi rendszer gyakorlása (szabad becsatlakozás)

13:00 - 14:00 Összefoglaló, tapasztalatmegosztás, szóróanyag kiosztása

A rendezvény első két órájában anonim áldozatsegítő tanácsadás igénybevételére is lehetőség nyílik.

SZÉCHENYI 



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE