



HALUATKO PARANTAA NUORESISI TAI OMAA TURVALLISUUTTASI?

Järjestämme mm. seuroille, yhdistyksille, yrityksille ja yksityisille henkilöille 2 h intensiivisen kokonaisvaltaisen harjoituksen.

Opetamme helpolla, hauskalla ja turvallisella tavalla yksinkertaisia tekniikoita, jotka saattavat pelastaa oman tai läheisesi hengen sekä auttavat selviytymään uhkaavista tilanteista. Koulutuksessa käydään läpi oikeita käytännön esimerkkejä ja tilanteita.

KOULUTUKSEN TEORIAOSUUDEN JÄLKEEN:

- Havaitset, tiedostat sekä ennakoit uhkaavat tilanteet ympäristössä ja osaat reagoida niihin riittävän ajoissa.
- Tunnistat alkavan hyökkäyksen merkit ja tiedät syyt sekä käyttäytymismallit siihen miksi ihminen saattaa joutua rikoksen uhriksi
- Tiedät mitkä ovat riskitekijät sellaisessa tilanteessa, jossa oma havainnointikyky on rajoittunut
- Huomioit oman sijainnin ja sen tunnistamisen merkityksen avun saannissa ja ongelmiin varautumisessa

KÄYTÄNNÖN HARJOITUKSEN JÄLKEEN:

- Osaat liikkua turvallisesti eri asennoissa ja eri suuntiin, jolla minimoidaan kaatumisen /tasapainon menettämisen vaara sekä osaat seisoa tasapainossa, jossa sinun on helpompi puolustaa itseäsi /väistää alkava hyökkäys
- Ymmärrät käytännön harjoittelun jälkeen voimankäytön porrastuksen merkityksen oman oikeusturvasi kannalta.
- Osaat käyttää ääntäsi ja työntää hyökkääjän pois omalta henkilökohtaiselta alueeltasi varmistaen ympäristön tarkkailun.
- Osaat itsenäisesti harjoitella tartuntaotteista vapautumista ja opittuja tekniikoita.
- Osaat kaatua oikein ja tiedostat riskit, joita kaatuminen saattaa aiheuttaa.
- Osaat puolustautua maassa ja nousta maasta ylös riskit minimoimalla.
- Kannat henkilökohtaista hälytintä aina mukana ja tiedät olosuhteet, joissa sitä käytetään.
- Tunnet hätäensiavun keskeisiä seikkoja ja osaat toimia hätätilanteessa sekä hälyttää apua

Tiedät miten käyttää tilapäisvälineitä itsensä puolustamiseen.

Koulutus on maksuton ja mukaan mahtuu max 12 osallistujaa. Harjoituksen jälkeen on mahdollisuus ostaa henkilökohtainen hälytin (15 e) itselle/perheenjäsenelle. Hälytin on myös hyvä joululahjaidea sisältäen käyttöohjeet.

Seuraava koulutus järjestetään 13.11.2021 kello 13:00-15:00

Osoite: Kauklahten Kerhotalo Puikkari, Hansatie 4.

Varustuksena sisätossut, pyyhe sekä juomapullo.

Lisätietoja antaa:

Ilari Parisaari Puh: 0504066826

Sähköposti: ilaripar@gmail.com