



Zapraszamy na wykłady
oraz szkolenia z samoobrony
i pierwszej pomocy w dniach:

13 - 14.09.2025

20 - 21.09.2025

Czy zastanawiałeś się,
jak reagować
w przypadku zagrożenia?

01 / Odwróć uwagę napastnika

Zamiast konfrontacji – odciągnij uwagę. Możesz udawać zagubionego, głośno zapytać o drogę lub wspomnieć o policji.

02 / Wezwij pomoc

Zadzwoń na 112 lub 986. Jeśli nie możesz – poproś kogoś lub użyj aplikacji alarmowej.

03 / Okaż wsparcie po fakcie

Jeśli nie zareagowałeś wcześniej – podjeżdż po wszystkim, zapytaj, czy ofiara potrzebuje pomocy, zaoferuj wsparcie.

04 / Zachowaj bezpieczeństwo

Nie ryzykuj. Reaguj z bezpiecznej odległości – wezwanie pomocy bywa skuteczniejsze niż bezpośrednia interwencja.

05 / Zapamiętaj szczegóły

Zwróć uwagę, jak wyglądał napastnik i dokąd poszedł – te informacje pomogą służbom.

Miejsce:
PKIN - 12. piętro



Uniwersytet
Civitas



STOP
ZNIECZULICY
NA ULICY



patronat honorowy
Prezydenta miasta
stołecznego
Warszawy



Designed by
BRANDBURGER