

## **«Защити себя сам» – курсы самообороны**

### **Тюменские фельдшеры прошли курсы самообороны по системе «Krav maga»**

Накануне в Тюмени завершились обучающие занятия в рамках социально значимой инициативы «Защити себя сам»: семинары по системе «Krav maga» для фельдшеров «Скорой помощи».



Данный проект, реализуемый тюменской региональной общественной организацией ветеранов десантных войск «Союз Десантников» совместно с военно-патриотическим клубом «Квазар» при поддержке Фонда Президентских грантов призван повысить безопасность медицинских работников, регулярно несущих службу на каретах скорой помощи, путём обучения их навыкам уникальной системы рукопашного боя Крав-мага. Эта разработанная в середине XX века в Израиле боевая система делает акцент на быстрой нейтрализации угрозы жизни и принята на вооружение силовыми структурами многих стран мира. Занятия, проводившиеся на базе Тюменского центра самообороны Крав-мага по ул. Осипенко, 81, в общей сложности прошли 120 человек, работающих на трёх подстанциях скорой помощи в городе Тюмени. В ходе серии семинаров, проводимых квалифицированным инструктором по самозащите и рукопашному бою для гражданских лиц Алексеем Вячеславовичем Макаровым, сотрудники медицинских учреждений прошли три блока обучения: первый – по психологической и физической подготовке, второй – по специальной и тактической подготовке и третий, подразумевающий сдачу нормативов прошедших двух блоков в условиях моделирования ситуаций приближенных к реальным. В

частности, фельдшеры познакомились с техникой правильной стойки и перемещения в бою, смогли узнать как защититься от нападения злоумышленников вооруженных палкой, ножом и травматическим пистолетом, а также освоили приёмы самообороны от группового нападения.

По итогам занятий все прошедшие курс самообороны не только успешно сдали нормативы, необходимые для завершения обучения, но и получили массу действительно полезных навыков, которые смогут при необходимости применить на практике.

Организаторы проекта подчеркивают, что проект нашёл огромный отклик как у участников, так и у коллег из других регионов. Так, руководитель проекта, Антон Юрьевич Клецко, отметил, что «поделиться опытом по организации курсов по самообороне уже просят специалисты из Новосибирска и Красноярска!».

С октября занятия проекта «Защити себя сам» для фельдшеров «Скорой помощи» начались и в Ялуторовске.

***Пресс-служба ОПТО***