



Ασφάλεια στο Σπίτι

Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα **Ασφάλεια στο Σπίτι** περιλαμβάνει:

- Αυτοπροστασία – Βασικές Αρχές
- Αυτοάμυνα – Βασικές Αρχές
- Ασφαλές Σπίτι

Το πρόγραμμα απευθύνεται σε άνδρες και γυναίκες, χωρίς προϋποθέσεις προηγούμενης ενασχόλησης/πείρας, οι οποίοι επιθυμούν να εκπαιδευτούν σε ό,τι αφορά την πρόβλεψη, πρόληψη και αντιμετώπιση κινδύνου εντός της οικίας.

Στόχοι του εκπαιδευτικού προγράμματος

Με σεβασμό στην ανθρώπινη ύπαρξη και προτεραιότητα την εξασφάλιση της ακεραιότητάς της, το πρόγραμμα έχει διαμορφωθεί κατάλληλα ώστε:

- Να κτίσουμε στον πολίτη της μεγαλούπολης ωφέλιμες συνήθειες για την αυτοπροστασία του και ένα σχέδιο δράσης για την αυτοάμυνα του και την προστασία της περιουσίας του, μέσα από το **σύστημα Ασφάλειας, Αυτοπροστασίας και Αυτοάμυνας του Combatives Group**. Κατά την εκπαίδευση, δίνεται έμφαση στο νομικό πλαίσιο της αυτοάμυνας, ώστε ο πολίτης να δρα πάντα εντός αυτού.
- Να μάθει ο πολίτης να χρησιμοποιεί «εργαλεία» τα οποία μπορούν να του προσφέρουν την αίσθηση της ασφάλειας όταν αυτός βρίσκεται εντός του σπιτιού.
- Να μάθει ο πολίτης να χρησιμοποιεί «εργαλεία» τα οποία μπορούν να προστατεύσουν την περιουσία του από μία εγκληματική ενέργεια.

Αναλυτικά Περιεχόμενα Προγράμματος:

A) Βασικές έννοιες

- Στρες και τρόποι διαχείρισης του
- Πανικός – ένα εμπόδιο που θα πρέπει να ξεπεράσουμε
- Πρωτόκολλα αυτοπροστασίας
- Λόγοι συμπλοκής
- Κίνητρα βίας
- Είδη βίας
- Αυτοάμυνα – Αυτοπροστασία Διαφορές
- Ο Νόμος και η Αυτοάμυνα
- Security levels – Πίνακας χρωμάτων Jeff Cooper
- Εγκληματική πράξη - Ορισμός

B) Αυτοπροστασία – Αυτοάμυνα – Ασφαλές Σπίτι

- Παγκόσμια πρωτόκολλα πρόβλεψης και αντιμετώπισης κινδύνου εντός της οικίας
- Ασφαλείς και Επικίνδυνες συνήθειες
- Ασφάλιση χώρων
- Εξωτερική Περίμετρος
- Εσωτερική Περίμετρος
- Εσωτερικά μέτρα Ασφάλειας
- Citadel
- Κανόνες εμπλοκής
- Κανόνες χρήσης βίας
- Μετά από ένα συμβάν

Με την παρακολούθηση και ολοκλήρωση της εκπαίδευσης δίδονται:

- **Βεβαίωση παρακολούθησης**

Διάρκεια Εκπαίδευσης: 4 ώρες

Κόστος εκπαίδευσης: 50 ευρώ