



De middagen in Kerkcentrum Holy beginnen om 13.00 uur en kosten in totaal 25 euro. Info bij Marielle van Santen, tel: 06-50258370. (Foto: Peter Spek)

Een straatroof is zó gepleegd, en dan?

wo 21 mrt 2018, 10:18

Vorige week nog werd een nietsvermoedende Vlaardingse op de Watersportweg bijna beroofd van haar tasje. Samen met haar man fietste zij ter hoogte van het Klauterwoud, toen ineens een man uit de berm tevoorschijn kwam en probeerde haar tas te roven. Door tussenkomst van haar echtgenoot en hevig verzet sloeg de overvaller uiteindelijk op de vlucht. Zonder buit, maar met schaafwonden voor de slachtoffers en schade aan de fietsen.

VLAARDINGEN – Het had zomaar een voorbeeld kunnen zijn op de weerbaarheidstraining van Seniorenwelzijn. Vorige week werd in wijkcentrum De Bijenkorf een workshop gehouden voor senioren: hoe te handelen als je onverhoopt slachtoffer wordt van een overval op straat. Regillio Bezemer en Bart van de Wiel, gespecialiseerd in de zelfverdedigingssysteem Krav Maga, gaven een verhelderende demonstratie en lieten de senioren zien hoe te handelen bij een straatroof of andere overval. "Veel senioren voelen zich onveilig, angstig en kwetsbaar. Dit resulteert in onzekerheid", zegt Regilio. "De training die wij hebben ontwikkeld voor senioren heeft als doel de deelnemers vertrouwen te geven in hun eigen fysieke en mentale mogelijkheden", aldus de Krav Maga-instructeur. "De training is een goed middel om coördinatie, flexibiliteit, kracht en behendigheid te verbeteren. Dit zal bijna automatisch leiden tot een vergroting van het zelfvertrouwen. En dat zal weer in de meeste gevallen de aanvaller afschrikken."

Regillio Bezemer en Bart van de Wiel lieten de senioren hierna aan den lijve ondervinden hoe het is om overvallen te worden, maar belangrijker nog: hoe te handelen. "Gelukkig ben ik zelf nooit slachtoffer geweest van een overval, maar de instructies die ik kreeg als het onverhoopt toch een keer zou gebeuren, heb ik goed in mij opgenomen", zegt deelnemer Theo Joppe. "Natuurlijk schrik je enorm als je dat meemaakt, ik vind het fijn dat ik oefeningen heb meegekregen en nu weet hoe ik moet reageren

in zo'n situatie. Dat geeft mij toch wel zelfvertrouwen", aldus de Vlaardinger. Veel senioren lieten de kans niet liggen om zelf in actie te komen en het geleerde meteen in praktijk te brengen tijdens de workshop. Veel straatrovers hebben het gemunt op handtassen, halskettingen en andere persoonlijke bezittingen. "De overvaller kiest vaak met zorg zijn slachtoffers uit. Vaak mensen die onzekerheid uitstralen, daarom is het belangrijk dat ook de non-verbale communicatie in orde is. Straal uit dat je niet bang bent. Dat kan best geleerd worden."

Na komende woensdagen wordt er gewerkt aan het afweren van een overvaller.