



Sebeobrana seniorů

SEBS, Sebeobrana specifických skupin

Specifika

- Hrozby
- Prostředí
- Prostředky
- Didaktika

- Útoky na seniory jsou, podobně jako u dětí, vedeny účelně s využitím jejich naivity a fyzické převahy útočníka

- **Specifika cílové skupiny**
 - osamělost a odloučení někdy dezorientace ve společnosti



týrání

- Strach ze samoty
- Generační hodnoty (respektování manželství, nedotknutelnost rodiny)
- Obavy o fyzické a psychické zdraví (vlastní či pachatele)
- Objektivní závislost na tyranovi (finanční, v mobilitě...)
- Sousedská pouta, zakotvení v určitém místě
- Komplikovanější přístup k sociálním službám
- Strach z odvety
- Normalizace týrání



Fyzická obrana

- Menší síla, stabilita
- Improvizované zbraně
- Alarmy





- <https://www.youtube.com/watch?v=xBV0QBx4oAU> – krav maga v barvy života
- https://www.facebook.com/PolicieCZ/posts/2673670359350359?comment_id=2687982191252509

