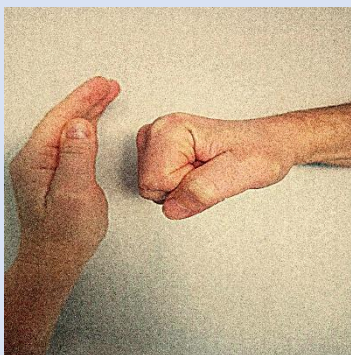


Spokojna jesień życia – Senior silny, nie bezsilny!



**Stop przemocy wobec
Seniorów!!!**



Moja mapa pomocy – Informator dla Seniora

Jak rozpoznać zachowania przemocowe?

Gdzie szukać pomocy i wsparcia?



Przemoc domowa to jednorazowe albo powtarzające się działanie lub zaniechanie, wykorzystujące przewagę fizyczną, psychiczną lub ekonomiczną, naruszające prawa lub dobra osobiste osoby doznającej przemocy domowej, w szczególności narażające tę osobę na niebezpieczeństwo utraty życia, zdrowia lub mienia, naruszające jej godność, nietykalność cielesną lub wolność, w tym seksualną, powodujące szkody na jej zdrowiu fizycznym, psychicznym, wywołujące u tej osoby cierpienie lub krzywdę, ograniczające lub pozbawiające tę osobę dostępu do środków finansowych lub możliwości podjęcia pracy lub uzyskania samodzielności finansowej, a także istotnie naruszające prywatność tej osoby lub wzmacniające u niej poczucie zagrożenia, poniżenia lub udręczenia, w tym podejmowane za pomocą środków komunikacji elektronicznej.



Rodzaje przemocy:

Fizyczna, psychiczna, ekonomiczna, seksualna, zaniedbanie, a także cyberprzemoc

Zachowania przemocowe wobec osób starszych:

Przemoc fizyczna: bicie, popychanie, szarpanie, policzkowanie, duszenie, wykręcanie rąk, karmienie z użyciem

siły lub pozbawianie jedzenia, stosowanie środków uspokajających, przedawkowanie leków, ograniczanie dostępu do łazienki lub innych pomieszczeń wspólnych, zamykanie samotnie w domu lub w jednym pomieszczeniu, nieodpowiednia temperatura w pomieszczeniu, pozbawianie spokoju, snu

Przemoc psychiczna: krzyki, przeklinanie, obelgi i groźby, ciągła krytyka, szykanowanie z powodu wieku, niepełnosprawności, upokarzanie, zastraszanie, szantażowanie, wyśmiewanie, domaganie się posłuszeństwa, ograniczenie lub pozbawienie

jedzenia, ograniczanie kontaktu lub izolowanie od innych członków rodziny czy przyjaciół, znajomych (zakazy wychodzenia z domu, przyjmowania gości, korzystania z telefonu), odebranie prawa do podejmowania własnych decyzji czy posiadania własnych tajemnic, groźenie porzuceniem lub umieszczeniem w domu opieki, wykorzystywanie do wykonywania prac ponad siły (codzienna opieka nad wnukami, prowadzenie gospodarstwa domowego, prace polowe) pod groźbą odrzucenia i samotności

Przemoc ekonomiczna: odbieranie renty lub emerytury, kontrolowanie i wydzielanie pieniędzy, pozbawianie karty płatniczej, zmuszanie do podpisywania zobowiązań finansowych, do zmiany testamentu, do przepisywania (darowizn) nieruchomości, dóbr, pieniędzy, fałszerstwo, nadmierne obciążanie kosztami, zabieranie przedmiotów

Przemoc seksualna: gwałt, molestowanie, obnażanie się, zmuszanie do nieakceptowanych form współżycia, do oglądania treści pornograficznych, niechciane żarty o podtekście seksualnym



Co świadczy o przemocy wobec osoby starszej?

Najłatwiej jest zauważyć przemoc fizyczną – siniaki i rany występujące w miejscach, które nie mogą być skutkiem upadków (m.in. szyja, ramiona). O przemocy wobec Seniora może również świadczyć:

- obniżony nastrój,
- reaguje agresją przy próbie dotyku,
- nie chce rozmawiać o swojej sytuacji rodzinnej,
- jest odwodniony lub niedożywiony bądź zaniedbany w zakresie higieny,
- nie chce wracać do miejsca, gdzie jest stosowana wobec niego przemoc,
- ignorowane lub nieleczone są problemy zdrowotne,
- jest odcięty od kontaktów z innymi ludźmi,
- nie chce jeść, pić, odmawia przyjmowania leków

Gdzie szukać pomocy i wsparcia?

Drogi Seniorze, jeżeli doświadczasz przemocy lub jesteś świadkiem przemocy wobec drugiego człowieka, nie zwlekaj – reaguj



Numery alarmowe:

997 – Policja
112 – numer alarmowy, bezpłatny i dostępny na terenie całej Unii Europejskiej zarówno z telefonów stacjonarnych, jak i komórkowych.

Wsparcia uzyskasz w następujących instytucjach:

Ośrodek Pomocy Społecznej w Lubniu

32-433 Lubień 50
tel: 18-26 821 23,
kom: 515-758-785
email: ops@lubien.pl

Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy Domowej

32-433 Lubień 50
tel: 18-2682123,
kom: 515-758-785

Komenda Powiatowa Policji w Myślenicach (czynne całą dobę)

ul. Jagiellońska 1
32-400 Myślenice
tel: 47 832 92 00

Powiatowe Centrum Pomocy rodzinie/Ośrodek Interwencji Kryzysowej

ul. Kazimierza Wielkiego 5
32-400 Myślenice
Tel.: +48 510 132 396
+48 506 318 838
+48 514 096 584
+12 271 04 29

Ogólnopolski telefon dla osób doświadczających przemocy

„Niebieska Linia” 800-12-00-02

Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Krakowie

ul. Radziwiłłowska 8b
31-026 Kraków
Całodobowy numer: 12 421 92 82

Krakowski Telefon Zaufania przy OIK

czynny w godz. od 16 - 21 tel. 12 413 71 33

Walka z przemocą zaczyna się od świadomości problemu. Seniorze, bądź świadomy.