



Jesteś osobą starszą?

Doświadczasz przemocy

od najbliższych i wstydzisz się do tego przyznać? Obawiasz się osoby stosującej wobec Ciebie przemoc i tego do czego może się posunąć?

Przerwij to!

Pamiętaj – przemoc jest jednorazowym lub powtarzającym się aktem. Niesie za sobą ryzyko bezprawnych zachowań wobec osoby pozostającej pod opieką innych osób stosujących przemoc, zależnej od nich. Osoby, które pozostają z Tobą w bliskich relacjach, opiekują się Tobą, powinny wzbudzać w Tobie zaufanie i poczucie bezpieczeństwa, a nie być źródłem lęku, stresu, wstydu, a nawet zranienia.

Przemoc może przybrać różne formy:

- **przemoc fizyczna** z reguły pozostawia ślady – zadrapania, sińce, w niektórych przypadkach złamania. Koncentruje się na zadawaniu bólu przez uszkodzenie ciała np. bicie przedmiotami, dłonią, duszenie, kopanie, ciągnięcie za włosy, nieudzielanie pomocy.
- **przemoc psychiczna** ma na celu zmniejszenie poczucia własnej wartości, pozbawienie osoby starszej poczucia bezpieczeństwa, a także kontroli nad swoim własnym życiem, wzbudzanie strachu (min. stosowanie gróźb i obelg, prześladowanie ze względu na niepełnosprawność czy wiek, ciągła krytyka, domaganie się posłuszeństwa, izolowanie od rodziny i znajomych);
- **przemoc seksualna** występuje gdy osoba zmuszana jest do podjęcia współżycia albo niechcianych zachowań seksualnych (min. molestowanie, gwałt, obnażanie).
- **przemoc ekonomiczna** związana jest z finansowym uzależnieniem od osoby, lub kontrolowaniem przez nią wydatków (min. odbieranie emerytury lub renty, kontrolowanie wydatków, wydzielanie pieniędzy, zmuszanie do zmiany testamentu, niszczenie wartościowych przedmiotów).
- **zaniedbanie** wiąże się z niezaspokajaniem podstawowych potrzeb, a także szczególnie narażanie na głód, niedożywienie, niezapewnienie opieki, chłód emocjonalny, zamykanie w domu, niepodawanie albo przedawkowanie leków.

Osoba starsza, która doświadcza przemocy – w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia powinna wzywać Policję. Każda forma przemocy jest przestępstwem, a zgłoszenie sprawy Policji spowoduje pociągnięcie sprawcy do odpowiedzialności karnej.

Osoby starsze, doświadczające przemocy mogą uzyskać pomoc, w:

Komendzie Powiatowej Policji
ul. Jagiellońska 32, tel. 18 20 234 00

Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej
Punkcie Konsultacyjnym dla Ofiar Przemocy w Rodzinie
ul. Jagiellońska 7, tel. 18 20 147 33

Tatrzańskim Ośrodku Interwencji Kryzysowej
ul. Makuszyńskiego 9, tel. 18 20 644 54

a także w: przychodniach lekarskich i szpitalach.

Osoby starsze oraz zależne mogą również skorzystać z pomocy:

Ogólnopolskiego Telefonu dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”

porady udzielane są bezpłatnie od poniedziałku do soboty w godzinach od 8.00 do 22.00 w niedzielę i święta od godziny 8.00 do 16.00,
tel. 0 801 120 002

Telefonu zaufania dla osób starszych

opłata zgodnie z cennikiem operatora, w terminach wtorek 9.00 – 12.00, środa – czwartek od 17.00 – 20.00, tel. 22 635 09 54