**PRZEMOC WOBEC OSÓB STARSZYCH I NIEPEŁNOSPRAWNYCH – PORADNIK**

Niepełnosprawność i starość często utrudnia zaspokajanie własnych potrzeb, niejednokrotnie czyni człowieka zależnym w ich zaspokajaniu od innych, często też utrudnia ich artykułowanie i blokuje starania o pomoc. Jest jednym z kryteriów wykluczenia zarówno społecznego, jak i prawnego. Osoby niepełnosprawne i starsze są często pozbawione możliwości pełnego uczestnictwo w życiu społecznym. Jest to związane z ograniczeniami wywołanymi mniejszą sprawnością fizyczną, chorobą bądź brakiem umiejętności korzystania z istniejących możliwości i przysługujących uprawnień, brakiem świadomości ich istnienia lub brakiem dostępu do dóbr.

Przemoc wobec osób starszych i niepełnosprawnych jest szczególnie wstydliwym problemem. Jest to związane z emocjonalnym związkiem ofiary ze sprawcą i próbą jego ochrony, ale również potrzebą aprobaty społecznej i niechęcią do bycia ocenianym jako osoba słabsza i bezradna. Częstą przyczyną ukrywania nadużyć jest również zależność finansowa i emocjonalna osób w podeszłym wieku od młodszych członków rodziny oraz strach przed pogorszeniem swojej sytuacji. Mniejsza mobilność i ograniczone kontakty społeczne powodują, że często osoby spoza rodziny, czy z sąsiedztwa lub znajomi nie wiedzą o dokonywanych aktach przemocy.

**Czym jest przemoc wobec osób starszych i niepełnosprawnych?**

Przemoc wobec osób starszych i niepełnosprawnych może być zdefiniowana jako pojedyncze lub powtarzające się działanie, lub brak odpowiedniego działania, występujące
w jakiejkolwiek relacji, w której oczekuje się zaufania, a która powoduje krzywdę bądź cierpienie tej osoby.

 Może ona przybierać różne formy:

**Przemocy fizycznej:** popychanie,   obezwładnianie,   przytrzymywanie, policzkowanie, duszenie, bicie, wykręcanie rąk, rzucanie w kogoś przedmiotami, karmienie z użyciem siły, stosowanie środków uspokajających, itp.

**Przemocy psychicznej:** ośmieszanie, wyśmiewanie, krzyki, obelgi i groźby, zastraszanie umieszczeniem w „domu starców”, wmawianie  choroby  psychicznej, stała  krytyka,   narzucanie  własnych  poglądów,   kontrolowanie i ograniczanie kontaktów z innymi osobami, domaganie się posłuszeństwa, wyzywanie, poniżanie, upokarzanie, zawstydzanie itp.

**Przemocy ekonomicznej:** odbieranie renty/emerytury, zmuszanie do zaciągania kredytów, sprzedawanie mienia bez zgody, przywłaszczenie mienia, zmuszanie do przepisania majątku, spadku, zmiany testamentu itp.

**Przemocy seksualnej:** zmuszanie do obcowania płciowego lub niechcianych zachowań seksualnych, obnażanie się, gwałt, molestowanie, wymuszanie nieakceptowanych pieszczot
i praktyk seksualnych, wymuszanie seksu z osobami trzecimi, krytyka zachowań seksualnych, itp.

Bywa tak, że ludzie z niepełnosprawnością, zwłaszcza intelektualną, stają się obiektem czynności seksualnych. Dzieje się tak w domach rodzinnych i innych miejscach pobytu, wykorzystywani stają się ofiarami przemocy. Nie mając świadomości swoich praw, a także będąc uzależnionymi od oprawców, godzą się ze swoim losem. Złe zachowania względem siebie uznają jako normę i akceptują wyrządzane im krzywdy. Osoby z niepełnosprawnością umysłową lub inną mogą być też z łatwością zastraszane i szantażowane. Panuje powszechne przekonanie, że opiekunowie bardzo dbają o niepełnosprawnych. Musimy jednak być bacznymi obserwatorami, gdyż napotkany człowiek, np. z zespołem Downa, z siniakami oraz innymi oznakami przemocy fizycznej raczej nie był uczestnikiem bójki z rówieśnikami,
a w większości przypadków przemoc miała miejsce w domu i była zadana przez najbliższych.

**Zaniedbania:** **nie dostarczanie jedzenia/ odzieży/opieki, pozostawianie bez opieki**, nieudzielanie koniecznej pomocy, ograniczanie snu i pożywienia, nie  zaspakajanie  podstawowych potrzeb itp.

**Jak reagować jeśli stałeś się świadkiem przemocy wobec osoby starszej
i niepełnosprawnej?**

Jeśli podejrzewasz, że osoba starsza lub niepełnosprawna jest ofiarą przemocy – ZAREAGUJ !!! – porozmawiaj z nią, udziel wsparcia i zaoferuj pomoc. Większość ofiar milczy ze strachu, wstydu, bezradności bądź niewiedzy o swoich prawach. Krzywdziciel to zazwyczaj osoba z najbliższego otoczenia: dzieci, wnuki, współmałżonek, opiekun. Osoba krzywdzona pozostaje po presją sprawcy. Moment, kiedy zaczyna mówić o swoich doświadczeniach, bywa dla niej bardzo trudny, dlatego ważne jest potraktowanie jej z uwagą
i zrozumieniem.

Osoba doświadczająca przemocy powinna przede wszystkim dowiedzieć się od Ciebie, że to nie jej wina, a całą odpowiedzialność, za to co dzieję się złego, ponosi zawsze sprawca przemocy.

**Twoje współczucie i wsparcie może być decydujące dla jej dalszej decyzji.**

Informacji o przemocy nie możemy pozostawić, zapomnieć. Sprawca, który czuje się bezkarny, zaczyna działać coraz okrutniej, a to może zagrażać zdrowiu, a nawet życiu osoby krzywdzonej. Ujawnienie tajemnicy o dziejącej się krzywdzie, budzi zawsze duże niezadowolenie u sprawcy, który z reguły wszystkiemu zaprzecza, a winą obarcza krzywdzonego.

Jeśli bezpieczeństwo osoby krzywdzonej jest zagrożone należy działać jak najszybciej, by uniemożliwić kontakt ze sprawcą. Z dniem 30 listopada weszła w życie tzw. ustawa antyprzemocowa, dała ona możliwość natychmiastowej izolacji sprawców przemocy domowej. Jedną z najważniejszych zmian ustawy jest przyznanie funkcjonariuszom policji
i Żandarmerii Wojskowej uprawnienia do wydawania wobec sprawcy nakazu opuszczenia wspólnie zajmowanego mieszkania i zakazu zbliżania się do jego bezpośredniego otoczenia. Co najważniejsze, taki nakaz lub zakaz będzie miał natychmiastową skuteczność, a stosować można je również łącznie. Funkcjonariusz ma prawo je wykorzystać zarówno w przypadku skierowania go bezpośrednio na interwencję do osoby stosującej przemoc domową,
jak i w sytuacji, gdy pozyska informacje o niepokojących zdarzeniach od jej ofiary.

**Osoba doświadczająca przemocy lub świadek przemocy powinni w sytuacji zagrożenia niezwłocznie wezwać policję.** Poinformuj osobę doświadczającą przemocy,
że każdy akt przemocy jest przestępstwem i że zgłoszenie sprawy Policji jest jednym sposobem na pociągnięcie sprawcy do odpowiedzialności karnej.

Wskaż instytucje lub organizacje udzielające bezpłatnych porad prawnych oraz wsparcia psychologicznego. Zaproponuj skorzystanie z pomocy medycznej.
(Wykaz instytucji i organizacji udzielających wsparcia osobom dotkniętym przemocą
w rodzinie znajdziesz poniżej).

**Co możesz zrobić jeśli jesteś osobą pokrzywdzoną przemocą?**

**PAMIĘTAJ!!!**

* Nie musisz sam sobie radzić – Twoja siła to inni ludzie. Poszukaj wsparcia, by nie być sam w tak trudnej dla Ciebie sytuacji.

**PRZEŁAM MILCZENIE!!! PRZEMOC SAMA NIE ZNIKNIE.**

* W każdej sytuacji będącej zagrożeniem dla zdrowia lub życia Twojego lub Twoich bliskich **WEZWIJ POLICJĘ!!! NIE WAHAJ SIĘ!!!**
* Porozmawiaj z rodziną, znajomymi, sąsiadem czy księdzem – oni zapewne domyślą się, że potrzebujesz pomocy, czekają tylko na Twój sygnał, że jej potrzebujesz.
* Możesz uzgodnić z sąsiadami, że w razie awantury, krzyków lub na Twój sygnał wezwą Policję.
* Nie wstydź się, poproś o możliwość schronienia, gdyby trzeba było uciekać.
* Opowiedz lekarzowi o swojej trudnej sytuacji, on też Ci pomoże.
* Udaj się do Ośrodka Pomocy Społecznej znajdującego się w Twojej Gminie, tak możesz uzyskać informacje o możliwości pomocy instytucji.
* Spotkaj się z psychologiem, który pomoże uwierzyć Ci we wlane siły, wesprze Cię w pokonywaniu trudności.

**Gdzie szukać pomocy?**

**INSTYTUCJE I ORGANIZACJE UDZIELAJĄCE POMOCY OSOBOM DOTKNIETYM PRZEMOCĄ W RODZINIE W POWIECIE ŁĘCZYŃSKIM:**

**1. Komenda Powiatowa Policji**

ul. Księży Wrześniewskich 10, 21-010 Łęczna
tel. 47 812 72 10 lub 112, 997

[www.leczna.lubelska.policja.gov.pl](http://www.leczna.lubelska.policja.gov.pl)

e-mail: komendant.kppleczna@lu.policja.gov.pl

**2. Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Łęcznej**

ul. Staszica 9, 21-010 Łęczna
tel. 81 53 15 384
[www.pcprleczna.pl](http://www.pcprleczna.pl)
e-mail: sekretariat@pcprleczna.pl

 **3. Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Łęcznej/ Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w rodzinie.**

ul. Jaśminowa 4, 21-010 Łęczna
tel. 81 53 15 526 od poniedziałku do piątku w godz. 7:00-15:00,
wtorek 8:00-16:00
[www.mops.leczna.pl](http://www.mops.leczna.pl)

e-mail: poczta@mops.leczna.pl

**4. Ośrodek Pomocy Społecznej w Cycowie/ Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w rodzinie.**

ul. Chełmska 42, 21-070 Cyców
tel. 82 56 77 041

e – mail: ops\_cycow@poczta.fm

**5. Ośrodek Pomocy Społecznej w Ludwinie/ Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie.**

Ludwin - Kolonia 24, 21 - 075 Ludwin
tel. 81 75 70 337

e – mail: opsludwin@wp.pl

[www.opsludwin.naszops.pl](http://www.opsludwin.naszops.pl)

**6. Ośrodek Pomocy Społecznej w Milejowie/ Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w rodzinie.**

ul. Partyzancka 13a, 21-020 Milejów
tel. 81 757 20 54

e – mail: ops@milejow.pl

[www.milejow.naszops.pl](http://www.milejow.naszops.pl)

**7.**  **Ośrodek Pomocy Społecznej w Puchaczowie/ Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie.**

ul. Tysiąclecia 8, 21-013 Puchaczów
tel. 81 75 75 068

e – mail: opspuchaczów@op.pl

[www.opspuchaczów.pl](http://www.opspuchaczów.pl)

**8. Ośrodek Pomocy Społecznej w Spiczynie/ Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie.**

Spiczyn 10 c, 21-077 Spiczyn
tel. 81 75 78 186,

e– mail: spiczyngops@wp.pl

[www.spiczyn.naszops.pl](http://www.spiczyn.naszops.pl)

**9. Środowiskowy Dom Samopomocy w Łęcznej**

ul. Podzamcze 2,
tel. 53 15 578

e-mail:  sdsinfo@go2.pl

[www**.**leczna.naszsds.pl](http://www.leczna.naszsds.pl)

**10. Stowarzyszenie MONAR Poradnia Profilaktyczno - Konsultacyjna w Łęcznej**

ul. Pl. Kościuszki 1, 21-010 Łęczna
tel. 81/ 462-87-21

 e-mail: pkmonar\_leczna@wp.pl

**11. Regionalne Centrum Trzeźwości „Maksymilian”**

ul. Jaśminowa 4 21-010 Łęczna
Tel. 81/ 462-94-99

dyżury: wtorek-sobota w godzinach 17:00- 20:00

[www.rct-maksymilian.cba.pl](http://www.rct-maksymilian.cba.pl)

e-mail: rtc.leczna@gmail.com

**12. Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych**

ul. Plac Kościuszki 5, 21-010 Łęczna
tel. 81/ 752-11-50
(pisma można składać w Urzędzie Miejskim)

**13. Poradnia terapii Uzależnienia i Współuzależnienia od Alkoholu**

ul. Górnicza 3, 21-010 Łęczna,
Tel. 81 752 07 41

**14 Centrum Psychiatrii i Terapii Środowiskowej**

ul. Szkolna 4, 21 – 010 Łęczna

tel. 81 75 20 288

**15. Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Łęcznej**

ul. Al. Jana Pawła II 95 , 21-010 Łęczna,
tel. 81 531 53 37

e – mail: ppp.leczna@op.pl

[www.pppleczna.pl](http://www.pppleczna.pl)

**PRZEŁAM MILCZENIE!!! PRZEMOC SAMA NIE ZNIKNIE!!!**

Łęczna, 2020r.

Opracowała: Iwona Wiśniewska