Chraňte se před násilím

ROSA

2013

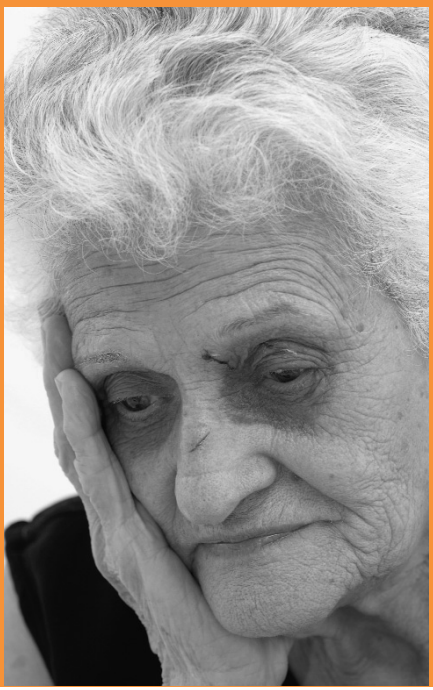
Seniorský věk by měl být obdobím spojeným s klidem, pohodou, nadhledem, předáváním životní moudrosti. Ale bohužel často je to období zcela jiné: smutné a bolestné. Poznamená ho samota, ale i násilí, strach, bolest způsobená cizími lidmi, ale příbuznými či dokonce těmi, kteří by seniorům měli pomáhat…

Můžu být obětí násilí? Násilí může potkat kohokoliv z nás: někoho, koho máme rádi, sousedku či souseda a nebo nás samotné.

Násilí na seniorech je jakákoliv forma týrání, které má za následek zranění, způsobuje bolest či strach. Násilí začíná znevažováním, snižováním respektu, okřikováním, ponižováním, omezováním, přikazováním a pokračuje nevědomým zanedbáváním, ekonomickým zneužíváním (zneužívání majetku a finančních prostředků seniora, upírání práva přístupu k vlastním financím, vynucování změny závěti). To posléze může vést až k otevřenému násilí. Násilí na seniorech zahrnuje ztrátu nezávislosti, domova,

celoživotních úspor, důstojnosti a bezpečí, zdraví i života. Násilí je ale i zanedbávání péče třetí osobou (neposkytování stravy, čistého oblečení, upírání zdravotní péče a hygieny).

Domácí násilí je naučené chování mezi blízkými lidmi. Agresor jedná z pozice moci, kdy senior je na něj odkázán, má strach. Bohužel, senioři jsou často osamocení, nemocní, bezradní, vystrašení, závislí na pomoci, velmi důvěřiví, a proto mohou být lehce oběťmi násilí. Násilím je i nedostatek péče, která je s důvěrou očekávána od členů rodiny nebo personálu lůžkových zařízení pro seniory. Příbuzní, ale i personál sociálních a zdravotních služeb, kteří necitlivým přístupem zanedbávají úmyslně či z nedbalosti péči o seniora, se stávají pachateli násilí. Pachateli násilí mohou být známí, synové, dcery, vnuci, nebo další osoby poskytující péči. Ohrožen domácím násilím je pak prakticky kdokoliv. Více jsou ohroženy osoby izolované, bez sociálních kontaktů, se zdravotními indispozicemi, závislé na péči.



V Česku stoupá počet odkrytých případů týraných seniorů. Je smutnou skutečností, že v každém

druhém případu týrání jsou agresory vlastní potomci. Děti nebo vnoučata psychicky, ale i fyzicky týrají seniory. Až čtvrtina osob vykázaných ze společného bydliště se dopouštěla mezigeneračního násilí na starém člověku. Mnoho obětí v seniorském věku se ze studu či ze strachu z pomsty bojí vyhledat odbornou pomoc.

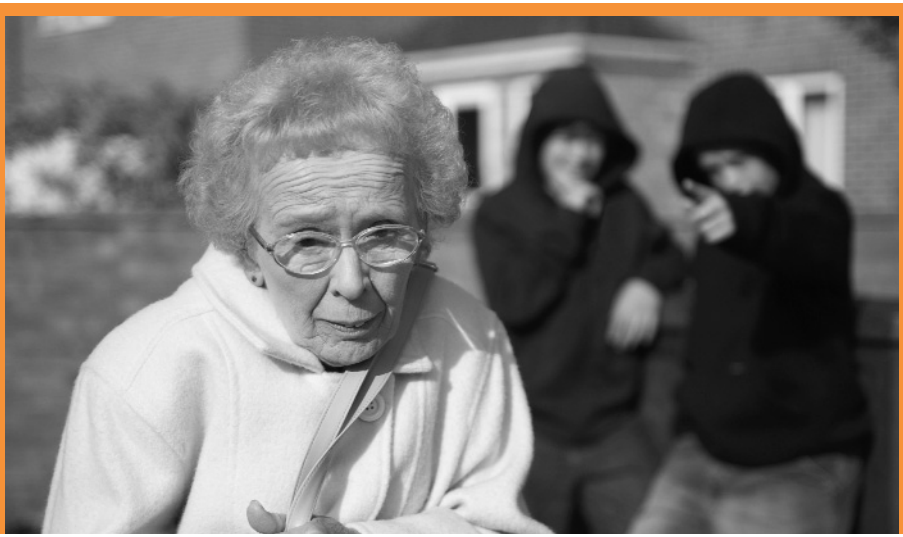
Senioři jsou velmi zranitelnou skupinou. Nevědí jak se bránit, mají strach o násilí hovořit, protože agrese násilné osoby by rostla. Někdy násilí berou jako samozřejmost nebo dokonce své selhání (pokud je týrají vlastní děti). Tento pocit je pro ně paradoxně horší, než týrání.

Pomoc existuje

„Na poradenské centrum ROSA se obrací ženy – oběti domácího násilí, které blízký člověk doma ohrožoval, vydíral, zastrašoval či bil. Asi 5 procent z nich je v seniorském věku. Nezapomenu na 75 letou ženu s modřinami ve tváři. Bil jí doma nezaměstnaný syn alkoholik, který se po rozvodu vrátil k ní domů. Hovořily jsme spolu několikrát a podařilo se nám motivovat tuto paní, aby zažité příkoří nezamlčovala, netajila je, ale naopak, svěřila se se svými pocity širší rodině. Jejího syna si k sobě následně vzal její vnuk a podílel se na tom, že se její syn začal z alkoholismu léčit. Jiná paní našla dočasné azylové ubytování v azylovém domě Rosa a současně začala splácet obrovské dluhy, ke kterým ji dohnala dcera, která ji dlouhá léta terorizovala a bila a současně donutila vzít

na sebe značné dluhy. Další ženy bité svými manžely ale nechtěly situaci řešit, snažily se, aby o jejich problémech rodiny nevěděly, i když jsme při debatách s nimi podrobně probíraly situace, které je mohou i ohrozit na životě. Dochází-li v rodině k násilí, obvykle se zpočátku projevuje a zvyšuje nenápadně. Zprvu to jsou hádky, shazování, narážky. Seniorům je dáváno najevo, že jsou nepotřební, staří, pomalí, zdržují, ničemu nerozumí , měli by jít do ústavu a jim nechat byt, mají již odžito…. Téměř 37 % žen (aktivní studentky Univerzity třetího věku) nám na seminářích sdělilo, že zažily během svého života násilí od blízké osoby (manžel, druh). Některé seniorky nemají přístup ke svým penězům, jiné jsou zesměšňovány doma i na ulici. Další 85letý senior sdělil, že mu rodina dává najevo, že je nadbytečný. Celkem 12 % žen zažilo verbální násilí na předváděcích akcích. Kolem 5,5% žen zažilo přepadení (krádeže), když si šly pro důchod.“

Marie Vavroňová, ředitelka centra ROSA



FORMY NÁSILÍ NA SENIORECH

- **Strach:**
  Vzbuzovat strach je nejsilnějším způsobem, jak kontrolovat druhou osobu. Strach ve vás mohou vzbuzovat pohledy, gesta, ničení majetku, výhrůžky zbraní a jakékoli další zastrašující chování.

- **Psychické násilí:**
  Psychické týrání spočívá v úmyslném způsobení psychické a emocionální újmy hrozbami, ponižováním, nebo jiným verbálním nebo neverbálním chováním. A to například formou urážek, slovního napadání až po vyhrožování fyzickým ublížením (likvidací) nebo izolací.

- **Fyzické násilí:**
  Fyzické násilí je úmyslné užití síly ke způsobení fyzické újmy, ublížení na zdraví, bolesti. Fyzické násilí se může pohybovat od strkání, facek, bití, kopání, škrcení, až po zabití. Patří sem i nadměrná omezení – například poutání, přivazování.

- **Domácí násilí:**
  Stupňující se násilí (psychické i fyzické) partnerem, který násilí používá aby prosadil svou vůli, záměry, moc, ovládl svou partnerku (partnera).

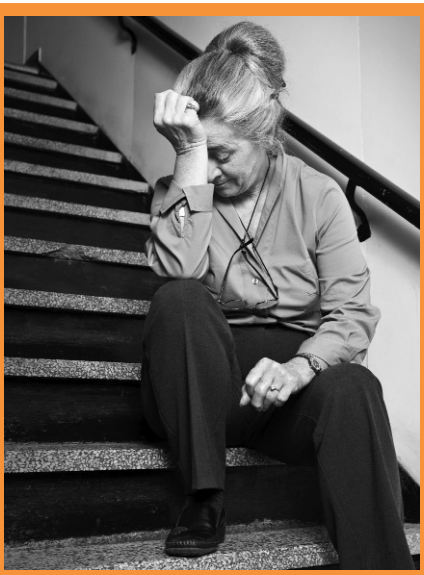
- **Sexuální násilí:**
  Sexuální zneužívání zahrnuje jakékoli sexuální aktivity, se kterými osoba staršího věku nesouhlasí, nebo není schopna dát souhlas.

- **Ekonomické násilí:**
  Zahrnuje zneužití nebo nelegální použití vlastnictví oběti, jejích peněz, odebírání peněz, tlak na odkázání, věnování peněz či majetku nebo zneužití plné moci.

- **Sociální násilí:**
  Zahrnuje odpírání sociálních kontaktů včetně přátel a dalších členů rodiny, může také zahrnovat nedostatek svobody.

- **Zanedbávání:**
  Zanedbávání (aktivní i pasivní) znamená neplnění fyzických, sociálních nebo emocionálních potřeb starších osob. Rozdíl mezi aktivním a pasivním zanedbáváním spočívá v záměru pečovatele. Aktivní zanedbávání je úmyslné, pasivní zanedbávání není záměrné, často bývá důsledkem přetížení pečovatele nebo nedostatkem informací o vhodné péči.

- **Ať došlo k násilí v kterémkoli věku, násilí není nikdy v pořádku.**
- **Není vinou obětí, že jsou týrány.**
- **Za ukončení násilí nenesou odpovědnost oběti, ale pachatelé.**



PREVENCE NÁSILÍ NA SENIORECH

1. Plán pro seniory - co můžete udělat předem:

- Udržujte sociální kontakty; rozšiřte síť přátel.
- Zůstaňte v kontaktu se starými přáteli a sousedy.
- Udržujte přátelství mimo domov.
- Domluvte se s přáteli na návštěvách u vás doma.
- Zapojte se do sociálních a komunitních aktivit.
- Mějte svůj vlastní příjem. Důchod si nechávejte posílat na bankovní účet.
- Nežijte v bytě (domě) s někým, kdo má historii násilného chování, závislosti na alkoholu či drogách.
- Nenechávejte váš domov bez dozoru.
- Nepodepisujte dokumenty, kterým nerozumíte, nechte je přezkoumat někým, komu věříte.
- Myslete dopředu na péči a právní otázky: sepište závěť, jmenujte včas sami někoho, komu důvěřujete, aby, pokud k tomu dojde, že sami nebudete moci, za vás dělal zdravotní či právní rozhodnutí.
- Nebojte se využívat nové komunikační prostředky jako je internet, mobil, email, SMS zprávy, naučte se je používat.

2. Buďte opatrní:

Bezpečně doma

- Násilí může přijít od kohokoli a kdykoli. Pokud se tak někdo začne projevovat, je třeba včas násilí nebo nátlak zastavit a odmítnout. V opačném případě se násilí zhoršuje.

- Pozor na varovné signály násilí, kterými často jsou zpočátku nezájem, nadávky, nerespektování.
- Pokud vám hrozí násilné chování od blízkých, nestyďte se hledat pomoc.
- Než si objednáte domů něčí pomoc, zajímejte se o jeho pověst, snažte se získat o nabízených službách reference o koho se jedná, a to například i na sociálních odborech, ověřte si, že se jedná o registrovanou službu.

Nákupní akce

- Nenechte se zlákat prodejci na akcích a nákupních výletech. Jejich zboží není ani jedinečné, ani uzdravující ani zázračné.
- Nikdo vás nesmí nutit podepisovat smlouvy, které podepsat nechcete a kupovat zboží. Nenakupujte na předváděcích akcích doma ani v restauraci či klubovně.
- Na levné výlety se vydejte raději s nejbližším domovem seniorů, který takové akce připravuje nejen pro ty, kteří zde bydlí.
- Nenechte se ovlivnit nápisy „akce, sleva“, nemusí být vůbec pravdivé.

Podpisy smluv

- Nikdo vás nesmí nutit podepisovat smlouvy, které podepsat nechcete.
- Pokud nerozumíte smlouvě, rovněž nepodepisujte. Vezměte si návrh smlouvy s sebou a pročtěte ji s někým, komu důvěřujete, ať je to právník a nebo člen rodiny.

Bezpečně na ulici

- Pokud se při chůzi musíte opírat, nejste si již tak jisti, je lepší nosit tašku křížem přes rameno, ať jste žena nebo muž. Je to bezpečnější.
- Někdy je lepší odmítnout pomoc od člověka, který se k vám vrhne se slovy „tetičko, já vám pomůžu s tou taškou do schodů“. Nepouštějte nikoho cizího do domu, zamykejte vchodové dveře, nenechte se doprovázet nikým cizím do výtahu či bytu. Lepší je odejít od nezvaného a neodbytného pomocníka, zazvonit na sousedy. Pokud někdo žádá o vodu, použití toalety, odkažte ho na nejbližší obchodní dům, lékárnu, metro.

Bezpečně po telefonu

- Neposkytujte do telefonu údaje jako je rodné číslo, datum narození, číslo účtu. Nikdy nevíte, kdo je skutečně na druhé straně.
- Mobilním telefonem nepřijímejte hovory z čísla, které neznáte. Pokud vám technika již přidělává starosti, nechte si od dětí, vnoučat navolit rychlé předvolby a také kontakty do telefonu.
- Nepovídejte si s nikým, kdo s Vámi chce dělat po telefonu „průzkum trhu“, „průzkum mínění“, ptá se, kam jezdíte na dovolenou apod. I když jste rádi, že někdo volá, můžete mu poskytnout informace, které vás mohou ohrozit.
- Po telefonu si nic neobjednávejte a pokud vám takto někdo nabízí služby, odmítněte. Nechtějte službu ani vyzkoušet ani poslat informace. Jsou firmy, které pak po vás chtějí peníze za služby, které nechcete.

Bezpečně u dveří

- Dveře vás mají chránit před útokem někoho zvenčí. Každé dveře jsou bezpečnější, pokud mají závoru, kukátko, řetízek.
- Neotevírejte, když se na vás někdo dobývá a jen tak tvrdí, že nabízí lepší smlouvu na plyn, jde odečítat elektřinu nebo měřit cosi do bytu. Všechny odečty mají být řádně nahlášené.
- Do bytu nepouštějte nikoho, kdo vypadá jako „opravář“ či „pracovník ochranky“ nebo i „nějaké policie“, pokud jste si někoho takového domů nezavolali. Pokud by za dveřmi byla skutečně Policie a potřebovala konat, dostane se tam, kam potřebuje, sama.

KDE HLEDAT POMOC

- **Kam se obrátit v případě nouze:**

Policie České republiky	158
Městská policie	156
Záchranná služba	155
Hasičský záchranný sbor	150
Jednotné evropské číslo tísňového volání	112

Připravte se poskytnout své jméno, adresu (číslo pokoje, pokud jde o zařízení sociální péče), věk (pokud je známo), telefonní číslo (pokud je známo), specifika toho, co se nyní děje, proč jste se rozhodli zavolat dnes.

- **Veškeré násilí:**

Bílý kruh bezpečí	257 371 110

- **Násilí na ženách (partnerské a v rámci rodiny)**

ROSA – SOS linka pro ženy oběti násilí	
www.rosa-os.cz	602 246 102, 241 432 466,

- **Senioři (kontakty, linky, aktivity):**

Život 90 Senior, http://www.zivot90.cz/,	
nonstop, zdarma, telefon	800 157 157
Elpida – 8–20 hod., linka seniorů	800 200 007

- **Kde hledat ještě podporu:**

v nejbližším okolí, na linkách důvěry, v Intervenčních centrech, v krizových centrech, u sociálních pracovnic a pracovníků, na městském (obecním) úřadě, u svého praktického lékaře, psychologa, právníka, u neziskových organizací zaměřených na pomoc seniorům a pomáhajících ženám ohroženým domácím násilím.

PRÁVO A ZÁKONY

Proti všem formám násilí chrání náš právní řád oběť násilného jednání především Ústavou č. 1/1993Sb. a Listinou základních práv a svobod č. 2/1993SB., ale dále zákonem trestním č. 40/2009 Sb.v platném znění, dále přestupkový zákon č.200/1990Sb.v platném znění i některá ustanovení o vykázání ze společně obývaného obydlí dle policejního zákona a nebo předběžná opatření o zákazu vstupu do společného obydlí dle občanského soudního řádu.

K týrání se mohou vztahovat tyto paragrafy TZ:

§ 199 Týrání osoby žijící ve společném obydlí. (K zahájení trestního stíhání podle § 199 není třeba souhlasu poškozené/ho (oběti).

§ 145 Těžké ublížení na zdraví

§ 146 Ublížení na zdraví

§ 170 Zbavení osobní svobody

§ 171 Omezování osobní svobody

§ 175 Vydírání

§ 177 Útisk

§ 185 Znásilnění

§ 186 Sexuální nátlak

§ 352 Násilí proti skupině obyvatel a proti jednotlivci

§ 353 Nebezpečné vyhrožování

§ 178 Porušování domovní svobody

BEZPEČNOSTNÍ PLÁN – DOMÁCÍ NÁSILÍ

V akutní situaci:

- Volejte Policii ČR (telefonní číslo 158), která může na místě rozhodnout o vykázání násilné osoby ze společného obydlí a o zákazu navazování kontaktu a styku s ohroženou osobou na dobu 10 dnů. Policie následně předá informaci o vykázání příslušnému Intervenčnímu centru, které do 48 hodin po policejním zákroku kontaktuje osobu ohroženou a nabídne ji pomoc a podporu. Násilí je trestný čin a nikdo nemá právo se k vám takto chovat.
- Volejte záchrannou lékařskou službu (telefonní číslo 155).
- Před příjezdem policie neodklízejte případné stopy po násilí.
- S policií mluvte bez přítomnosti agresora (např. v jiné místnosti).
- Po fyzickém napadení vyhledejte odborného lékaře a nechte si vypracovat odbornou zprávu. Je-li to možné, zdokumentujte (i dodatečně) svá zranění.
- Pokud nebyl agresor zajištěn, je z bezpečnostního hlediska lepší na čas odejít například do azylového domu, k dalším příbuzným, do léčebného zařízení, krizového centra, pečovatelského domu, domova pro seniory. Řešit situaci z bezpečného místa za podpory sociálních pracovnic, psychologů a právníků.

Další pravidla bezpečí

- Nechte si pomoci s vytvořením sítě pomoci, od přátel, rodiny, sousedů až po odborníky (zdravotníky, sociální pracovnice, místního městského policistu apod.)
- Je nutné zcela přerušit kontakty s násilnou osobou. Domluva agresorovi a víra v nápravu nefunguje. Násilí se naopak stupňuje a po oznámení může vést k závažnému napadení. Je nutné např. změnit zámky u dveří, změnit číslo mobilního telefonu, neotevírat, nekomunikovat. Jednáním pověřte jinou osobu (např. právníka, sociální pracovnici).
- Nestyďte se za svou situaci a vyhledejte odbornou pomoc.
- Na pachatele domácího násilí můžete podat trestní oznámení ve smyslu paragrafu 199 trestního zákona, který hovoří o týrání osoby blízké.
- Neomlouvejte násilí a neobviňujte se za něj.
- První krok je těžký, pokud ale nic neuděláte, násilí samo nepřestane – ani přes sliby násilníka.
- Pamatujte si, že násilí, které se neřeší, má tendenci se stupňovat.

Vydala: ROSA – centrum pro týrané ženy, Podolská 242/25, Praha 4 v roce 2013 v rámci projektu Umění říci Ne, za podpory grantu prevence kriminality Ministerstva vnitra ČR a za podpory grantu prevence kriminality hl.m. Prahy, foto ISIFA.

www.rosa-os.cz , www.stopnasili.cz

PRA HA
PRA GUE
PRA GA
PRA G

PREVENCE SE MUSÍ VYPLATIT
MINISTERSTVO VNITRA ČESKÉ REPUBLIKY