

# ŚCIEŻKA PRACY z SENIORAMI uwikłanymi w PRZEMOC



# PRZEMOC



## CZYM JEST PRZEMOC WOBEC OSÓB STARSZYCH?

Przemoc to jednorazowe lub powtarzające się umyślne działanie lub zaniechanie, naruszające prawa lub dobra osobiste seniorki/ra w szczególności narażające osobę starszą na niebezpieczeństwo utraty życia, zdrowia, naruszające jej godność, nietykalność cielesną, wolność w tym seksualną, powodujące szkody na zdrowiu fizycznym lub psychicznym, a także wywołujące cierpienia i krzywdy moralne<sup>1</sup>.

Znęcanie się nad osobami starszymi to pojedynczy lub powtarzający się akt - lub brak odpowiedniego działania - występujący wewnątrz każdego związku opartego na zaufaniu, które powoduje krzywdę lub niepokój u starszej osoby.

Cechą charakterystyczną przemocy jest nierówność sił. Jest to relacja między ludźmi, w której jedna ze stron ma przewagę nad drugą; ofiara jest słabsza, a sprawca silniejszy.

Ludzie często uważają, że znęcanie się nad osobami starszymi jest głównie popełniane przez pracowników instytucji opiekuńczych lub opłacanych prywatnie opiekunów, ale niestety większość zgłoszonych przypadków znęcania się nad osobami starszymi występuje w stosunkach rodzinnych.

Znęcanie się nad osobami starszymi jest problemem zdrowotnym i społecznym, a zapobieganie mu jest kwestią praw człowieka i solidarności społecznej.

Wg niemieckiego badacza Rolfa Hirscha akty przemocy funkcjonują w trzech, przenikających się obszarach<sup>2</sup>:



## **PRZEMOC OSOBISTA**

(bezpośrednia) objawia się obrażeniami fizycznymi i uszczerbkiem na zdrowiu psychicznym (np. stosowanie elderspeak - języka dyskryminującego „dziadurzenia”), nadużyciami seksualnymi, wykorzystywaniem finansowym, ograniczaniem wolnej woli, uspokajaniem za pomocą leków, a także biernym i czynnym zaniedbywaniem



## **PRZEMOC STRUKTURALNA**

(pośrednia) jest raczej ukryta i mniej konkretna niż przemoc bezpośrednia. Jej działania bywają powolne i wynikają ze szkodliwego funkcjonowania niektórych struktur społecznych czy instytucji, które mogą szkodzić ludziom poprzez uniemożliwienie im realizacji ich podstawowych potrzeb. W takim wypadku nie ma możliwości bezpośredniego obwinienia kogokolwiek za zaistniały stan rzeczy;



## **PRZEMOC KULTUROWA**

(niezmienna) dotyczy odnoszenia się do wewnętrznych obrażeń wartości i zbiorowych uprzedzeń, które zmniejszają skuteczność przeciwdziałania przemocy, wspierając przemoc strukturalną oraz osobistą. Przykładami tego są: ageizm (wiekizm - dyskryminacja ze względu na wiek), akceptacja przemocy, obowiązek opieki ciążyący w przekonaniu społecznym na kobietach, jak też wymaganie „poczucia misji” od osób świadczących pomoc.

Najczęściej spotykanymi formami przemocy są :



## **PRZEMOC FIZYCZNA**

(naruszenie nietykalności fizycznej): brutalne działanie powodujące krzywdę, fizyczny ból lub złe samopoczucie, w tym uderzanie, szarpanie lub popychanie, krępowanie ruchów, ciągnięcie za włosy, duszenie, pozostawienie w niebezpiecznym miejscu, nie udzielenie niezbędnej pomocy, powściągliwość lub niewłaściwe stosowanie leków



## **PRZEMOC PSYCHICZNA**

(naruszenie godności osobistej): działania powodujące ból psychiczny, udrękę lub niepokój poprzez akty werbalne lub niewerbalne, w tym obraźliwy język, zastraszanie, groźby, szantaż, poniżanie, wyśmiewanie, wyzywanie, zawstydzanie, osądzanie, ocenianie, czytanie osobistej korespondencji, ujawnianie tajemnic, sekretów, lekceważenie, wyśmiewanie opinii, poglądów, przekonań, religii, upokarzanie lub izolacja i ograniczanie kontaktów społecznych, wmawianie choroby psychicznej



## **PRZEMOC SEKSUALNA**

(naruszenie intymności): kontakt fizyczny bez zgody, np. niechciane dotykanie lub całowanie, gwałt, wyśmiewanie preferencji seksualnych



## **PRZEMOC FINANSOWA**

(naruszenie własności): wykorzystywanie pieniędzy lub przedmiotów bez zgody i na niekorzyść osoby starszej, w tym kradzież pieniędzy lub dóbr, odmawianie pieniędzy na utrzymanie, kontrolowanie wydatków, sprzedawanie wspólnych rzeczy bez uzgodnienia, zmuszanie do spłacania długów, zaciąganie długów i kredytów bez zgody, uniemożliwianie podjęcia pracy zarobkowej, naciski w związku z testamentami i spadkami, a także nadużywanie pełnomocnictwa





## **PRZEMOC INSTYTUCJONALNA**

to nadużycia (psychiczne, fizyczne, ekonomiczne, seksualne) występujące w urzędach, przychodniach, domach pomocy społecznej i tym podobnych instytucjach, a także zaniechania w procedurach



## **ZANIEDBANIE / PORZUCENIE**

(naruszenie obowiązku opieki), czyli odmowa lub niewywiązywanie się z powinności wobec osoby starszej przez osoby odpowiedzialne za zapewnienie opieki, pomocy i schronienia to np. odmowa podania pożywienia, koniecznych lekarstw, zaniedbywanie czynności pielęgnacyjnych, higienicznych, kiedy osoba jest brudna i /lub mieszkanie bardzo zaniedbane, brak postępowania rehabilitacyjnego, nie przeciwdziałanie bólowi, niestosowanie się do poleceń lekarskich, niezapewnienie codziennej pomocy i opieki, niekupowanie przepisanych leków, niekupowanie produktów potrzebnych do przestrzegania zalecanej diety, opóźnianie zgłoszenia do lekarza, zabieranie osoby starszej za każdym razem do różnych lekarzy, szpitali

**Pamiętaj! ZANIEDBANIE również JEST FORMĄ PRZEMOCY!**

*Na oddział jednego ze szpitali powiatowych w regionie trafia 85-letnia kobieta. Złamała biodro. „Upadłam”- tłumaczyła zajmującemu się nią lekarzowi, który niczego więcej wiedzieć nie potrzebował a powinno go zastanowić, skąd się wzięły sińce na twarzy i rękach kobiety. Nie dowiedział się więc, że jego pacjentka upadła, bo popchnął ją zięć, już wcześniej zresztą wielokrotnie dopuszczający się rękoczynów wobec teściowej. Lekarz interweniował wyłącznie jako medyk. Po szczęśliwej operacji i pobycie w szpitalu starsza pani wróci do swojej wsi, swojego domu i zięcia, który (zwłaszcza po kielichu) uzna, że wszystko jest w porządku i znów ją „nieszczęśliwie popchnie”.*

*Z interwencji Rzecznika Praw Osób Starszych  
Federacji FOSa*

## JAK DUŻY JEST PROBLEM?

PRZEMOC WOBEC OSÓB STARSZYCH jest zjawiskiem wszechobecnym we wszystkich krajach regionu europejskiego. Szacunki wskazują, że co najmniej 4 miliony osób powyżej 60 r.ż. doświadcza złego traktowania. Pełna skala problemu nie jest do końca znana, ale ma daleko idące konsekwencje dla psychicznego i fizycznego samopoczucia milionów starszych ludzi a pozostawienie bez kontroli może spowodować ich przedwczesną śmierć.

W 2015 roku w badaniu PAN 43 proc. ankietowanych Polaków przyznało, że zna przypadek stosowania przemocy wobec osoby starszej. Ponad 30% respondentów w 2018 r. zaobserwowało we własnych rodzinach przynajmniej jedną z form przemocy wobec tej grupy osób.

Analiza WHO na danych z 52 badań prowadzonych w 28 państwach, w tym 12 krajach o niskich i średnich dochodach wskazuje że aż 16 proc. ludzi po 60 r.ż. doświadcza jakiejś formy przemocy.

Najczęściej jest to przemoc psychiczna (11,6 proc.), wykorzystywanie finansowe (6,8 proc.), zaniedbania w opiece (4,2 proc.), przemoc fizyczna (2,6 proc.) i seksualna (0,9 proc.)

Opublikowane w 2021 roku badanie PolSenior 2 wskazuje, że wśród seniorów/rek czynnej przemocy doświadczają częściej kobiety, osoby z niższym poziomem wykształcenia, w przedziale wieku 65–69 lat, mieszkające w środowiskach wiejskich oraz we wschodnim i północnym regionie Polski.

Większość krajów Europy, również Polska ma starzejącą się populację. Wg danych GUS, równoległe do przewidywanego spadku liczby ludności o 4,3 mln osób do 2050 r., spodziewany jest stały wzrost liczby ludności w wieku senioralnym. Wśród mieszkańców miast udział osób w wieku senioralnym wzrośnie z 27,8 proc. w 2020 r. do 42,4 proc. w 2050 r., a udział osób starszych w populacji polskiej wsi zwiększy się z 22,3 proc. do 37,8 proc.<sup>3</sup>

**Obecnie w Polsce ponad 9 mln osób ma więcej niż 60 lat. Według prognoz do 2050 r. liczba ta ma wzrosnąć do blisko 14 mln.**

**JEŚLI NIC NIE ZROBIMY PRZEMOC BĘDZIE STOSOWANA WOBEC 2 MLN 240 TYSIĘCY OSÓB.**

*– Jak nie będziesz słuchał, oddam cię do domu starców – taką groźbę słyszy pan Marian z ust córki. Dobiegający 90-tki mężczyzna od pół wieku mieszka w domu, który sam pobudował. Teraz córka jest głównym lokatorem. Ona o wszystkim decyduje i ogranicza suwerenność seniora: zabrania wchodzić do części zamieszkaanej przez „młodych”, przyjmowania w domu własnych gości. Kontroluje ojcu leki, ostatnio także dostęp do lodówki. Wszystko „dla jego dobra”. Nie zwraca się już do niego per „tato”, ale po imieniu, albo zwyczajnie „stary!”*

*Z interwencji Rzecznika Praw Osób Starszych Federacji FOŚa*

## KIEDY PRZEMOC WYSTĘPUJE CZĘŚCIEJ?

Istnieje wiele czynników, które mogą przyczyniać się do tego, że seniorki i seniorzy są bardziej narażeni na przemoc. Do najważniejszych z nich należą:

**⚠️ IZOLACJA SPOŁECZNA** - starsze osoby mogą być bardziej izolowane społecznie niż osoby młodsze, zwłaszcza jeśli mieszkają sami lub w domu opieki. To może sprawić, że są one bardziej podatne na przemoc ze strony opiekunów lub innych osób, którym ufają.

**⚠️ ZMNIEJSZONA ZDOLNOŚĆ DO SAMOOBRONY** - starsze osoby mogą mieć ograniczoną zdolność do samoobrony ze względu na fizyczne i psychiczne ograniczenia, choroby lub niepełnosprawność.

**⚠️ ZALEŻNOŚĆ OD OPIEKUNÓW** - starsze osoby często zależą od innych osób, na przykład od najbliższej rodziny lub pracowników placówek, w których przebywają. To może sprawić, że są one bardziej narażone na przemoc ze strony tych osób.

**⚠️ TRUDNA SYTUACJA FINANSOWA** - starsze osoby mogą być bardziej narażone na przemoc finansową ze względu na swoją zależność od innych osób lub na niskie dochody, co może sprawić, że stają się łatwym celem dla oszustów ale też członków rodzin czy opiekunów.

**⚠️ DYSKRYMINACJA ZE WZGLĘDU NA WIEK** - niestety, starsze osoby mogą być dyskryminowane ze względu na swój wiek, co może prowadzić do narażenia na przemoc lub zaniedbanie ze strony młodszych ludzi

**⚠️ PROBLEMY OPIEKUNA** - kiedy ich współdomownik doświadcza stresu, ma choroby psychiczne, zaburzenia osobowości lub nadużywa substancji psychoaktywnych częściej dochodzi do sytuacji przemocy.

Wszystkie te czynniki mogą sprawić, że starsze osoby są bardziej narażone na przemoc, dlatego ważne jest, aby zwrócić na to uwagę i działać w celu ochrony ich przed tym zagrożeniem.



Co to jest

# CYKL PRZEMOCY

Cykl przemocy to schemat używany do opisanie sposobu, w jaki nadużycia czasami występują w związkach. Większość z nas była świadkiem lub osobą doświadczającą jakiegoś rodzaju przemocy domowej.

Nie wszystkie etapy następują jednocześnie i nie w każdym związku dzieje się to w ten sam sposób. Czasami może się to zdarzyć w ciągu kilku godzin, podczas gdy innym razem może to zająć nawet rok, aby zakończyć cykl.

Cykl przemocy przebiega wg 3 etapów. Są to: faza narastającego napięcia, faza ostrej przemocy, faza miodowego miesiąca - powtarzają się w kółko.

Podczas **FAZY NARASTAJĄCEGO NAPIĘCIA** krzywdziciel się złości a ofiara próbuje deeskalować drażliwe sytuacje. Obie strony doświadczają w tym okresie szerokiego zakresu emocji. Ofiara staje się bardzo ostrożna z każdym słowem, które wypowiada. Może czuć upokorzenie, złość, beznadzieję, strach lub popaść w depresję.

W **FAZIE OSTREJ PRZEMOCY** napięcie zaczyna szybko rosnać, krzywdziciel staje się drażliwszy, irracjonalny i niebezpiecznie gwałtowny. Dochodzi do psychicznych i/lub fizycznych aktów przemocy.

Faza „**MIESIĄCA MIODOWEGO**” jest to etap cyklu, w którym wydaje się, że sprawca ma wyrzuty sumienia z powodu fizycznego, słownego lub seksualnego wykorzystania, które spowodował wobec ofiary. Sprawca może przeproszać ofiarę, obiecać przez łzy, że nigdy więcej tego nie zrobi. W większości sytuacji ofiara wierzy krzywdzicielowi. W fazie „miesiąca miodowego” osoba stosująca przemoc tworzy nagle bezpieczną przestrzeń wypełnioną miłością i poczuciem bezpieczeństwa. Ta faza ma znaczący wpływ na osobę doświadczającą przemocy, ponieważ potrzeba akceptacji, pozytywnych uczuć jest w niej ogromna. Zaczyna często na nowo tłumaczyć i idealizować sprawcę przemocy. Zdarza się, że w tej fazie sprawca może próbować zrzucić winę na ofiarę, mówiąc jej, że zmusiła go do przemocy swoim zachowaniem. Krzywdziciel może sugerować ofierze, że nadużycie nigdy nie miało miejsca, lub że wymyślają powagę zdarzenia.



## ⚠️ DLACZEGO SENIORZY/SENIORKI NIE MÓWIĄ, ŻE DOŚWIADCZAJĄ PRZEMOCY?

Tajemnicy doświadczania aktów przemocy dochoiwuje często sama osoba starsza, ponieważ:

- poczucie wstydu, bo sprawcy często są osobami z najbliższej rodziny;
- poczucie obowiązku chronienia najbliższych członków rodziny dzieci, wnuków, współmałżonka powoduje znoszenie cierpienia w milczeniu;
- wini siebie za akty przemocy - np. starsza matka - ofiara przemocy ma przekonanie, że to z powodu jej złego wychowania syn tak się zachowuje wobec niej;
- wraz z wiekiem zatrważająco wzrasta procent osób starszych, chorych na depresję (w przedziale wiekowym 75-79 lat to ogółem 32,6%, a w przedziale wiekowym 85-89 lat to już aż 43,2% populacji osób starszych w Polsce) - depresja odbiera siłę do przeciwstawiania się sprawcy przemocy;
- złe traktowanie zabiera seniorowi/rce poczucie godności, wartości i samostanowienia;
- przemoc w rodzinie ma tzw. przebieg cykliczny – sprawca poza okresami, gdy krzywdzi miewa lepsze dni, kiedy dobrze traktuje ofiarę, bywa troskliwy i wyrozumiały, senior/ka ufa więc, że sprawca zmieni swoje zachowanie;
- sprawca przemocy celowo zawstydzia ofiarę, ukazując jej nieporadność;
- czuje lęk przed odwetem ze strony osoby, która wyrządza krzywdę;
- osoba starsza, zależna, często bardziej boi się odrzucenia i samotności, niż aktów przemocy;
- nie ma wiedzy o osobach czy instytucjach pomocowych i przysługujących seniorom prawach;
- ma niskie zaufanie do ośrodków zajmujących się przeciwdziałaniem przemocy.

*Paweł S. w swoim życiu przepracował może ze trzy lata. Po nieskończonych studiach znalazł robotę jako nauczyciel w wiejskiej szkole. Nie odpowiadało to jego ambicjom, jak każda inna praca poniżej statusu inteligenta, za jakiego się uważał. „Opiekował się” więc matką. Gdy chodziło o wikt i opierunek, biedna nie mogła synowi odmówić. Potem jednak (mężczyzna zdążył po drodze przekroczyć czterdziestkę) tematem zaczęły być pieniądze. Od pierwszej prośby o 20 złotych pożyczki, po – pod pozorem, że coraz sędziwsza matka nie poradzi sobie - przejęcie konta, na które wpływała jej emerytura. Wykorzystywał tak matkę przez dziesiątki lat... aż do jej śmierci.*

*Z interwencji Rzecznika Praw Osób Starszych  
Federacji FOSa*

## ⚠️ DLACZEGO SENIORZY/SENIORKI NIE MÓWIĄ, ŻE DOŚWIADCZAJĄ PRZEMOCY?

### **OZNAKI ZNĘCANIA SIĘ NAD OSOBAMI STARSZYMI MOGĄ SIĘ RÓŻNIĆ W ZALEŻNOŚCI OD PRZYPADKU, A NIEKTÓRZY SENIORZY MOGĄ PAŚĆ OFIARĄ WIĘCEJ NIŻ JEDNEGO RODZAJU PRZEMOCY.**

Osoby z otoczenia seniorki/seniora - członkowie rodzin, sąsiedzi, pracownicy ochrony zdrowia i pomocy społecznej nie zawsze reagują na oznaki przemocy wobec osób starszych. Powody takiego zachowania to min.:

- naturalne oznaki starzenia się, takie jak narażenie na upadki i urazy ciała;
- niedowierzanie i lekceważenie ze strony osób, którym zgłaszają ten problem;
- trudność w zweryfikowaniu czy rzeczywiście dochodzi do stosowania przemocy wobec osoby starszej, czy też ma ona na przykład objawy wytwórcze występujące w chorobie psychicznej bądź w otępieniu;
- trudność w zweryfikowaniu czy lęk, obniżony nastrój, niedbałość o higienę, zmniejszenie apetytu są przejawem stosowania przemocy wobec seniora/rki czy też objawem depresji lub procesu otępiennego;
- niechęć do wtrącania się w cudze sprawy.

**NIGDY nie lekceważ nawet najmniejszych oznak przemocy, nawet jeżeli masz wątpliwości czy są prawdziwe.  
WZMÓŻ SWOJĄ CZUJNOŚĆ, GDY:**

- ⚠️ zauważasz siniaki i rany, które występują w miejscach, które raczej nie są wynikiem upadków (np. na szyi, ramionach, w okolicach żeber);
- ⚠️ senior/ka ma obniżony nastrój;
- ⚠️ osoba starsza reaguje agresją przy próbie dotyku;
- ⚠️ senior/ka nie chce rozmawiać o swojej sytuacji rodzinnej (jest wtedy załęczony/na), ale jednocześnie czyni aluzje na jej temat (wyraża informacje nie wprost);
- ⚠️ osoba starsza jest odwodniona, niedożywiona lub zaniedbana w zakresie higieny;
- ⚠️ senior/ka nie chce wracać do miejsca, gdzie jak podejrzewasz jest stosowana wobec niego/niej przemoc (np. jest tak bardzo zadowolony/na z pobytu w szpitalu, że nie chce wracać do domu czy domu pomocy społecznej);
- ⚠️ u osoby starszej są ignorowane lub nieleczone problemy zdrowotne;
- ⚠️ senior/ka ma niesanitarnie lub niebezpieczne warunki mieszkaniowe (brak ogrzewania, insekty, zapach moczu);
- ⚠️ osoba starsza jest odcięta od kontaktów z innymi ludźmi;
- ⚠️ senior/ka nie chce spożywać posiłków i napojów, odmawia przyjmowania leków (mogą to być oznaki myśli samobójczych wyrażonych nie wprost).

**KTO I JAK MOŻE**

# PRZECIWDZIAŁAĆ PRZEMOCY **WOBEC OSÓB STARSZYCH?**

Formalnie opieka nad osobami starszymi w Polsce sprawowana jest poprzez dwa uzupełniające się systemy: system opieki zdrowotnej oraz system pomocy społecznej i w największej mierze przez opiekunów nieformalnych. Realnie zakres instytucji (potencjalnych interwentów) tworzy znacznie szerszy ekosystem społeczny.<sup>2</sup>

Ekosystem ludzi starszych zagrożonych przemocą koncentruje się wokół kilkunastu instytucji i środowisk. Należą do nich:

LEKARZE I PIELĘGNIARKI  
POLICJA  
ORGANY PAŃSTWA  
URZĘDNICY  
SZKOŁY, BIBLIOTEKI  
KOŚCIÓŁ

DALSZA RODZINA, OPIEKUNOWIE  
KOLEŻANKI I KOLEDZY Z PRACY  
SĄSIEDZI, PRZYPADKOWI ZNAJOMI  
LISTONOSZ TAKSÓWKARZE  
SKLEPY  
SANATORIA

RODZINNE OGRODY DZIAŁKOWE  
ORGANIZACJE POZARZĄDOWE  
ZWIĄZKI EMERYTÓW  
RADY SENIORÓW  
UNIwersytety TRZECIEGO WIEKU  
OCHOTNICZE STRAŻE POŻARNE

Instytucje, które mają największy wpływ na osoby starsze zagrożone przemocą to:

LEKARZE I PIELĘGNIARKI  
OPIEKUNOWIE, SKLEPY

Instytucje, które mają najślabszy wpływ na osoby starsze zagrożone przemocą to:

ORGANIZACJE POZARZĄDOWE  
URZĘDNICY, RADY SENIORÓW

Instytucje, które mają duży potencjał w rozwiązywaniu problemów osób starszych zagrożonych przemocą to:

LEKARZE I PIELĘGNIARKI, SĄSIEDZI  
UNIwersytety TRZECIEGO WIEKU  
BIBLIOTEKI  
RADY SENIORÓW  
SZKOŁY I INSTYTUCJE EDUKACYJNE  
RODZINNE OGRODY DZIAŁKOWE

Instytucje, które nie wykorzystują swojego potencjału lub nie działają dobrze na rzecz osób starszych zagrożonych przemocą to:

ORGANY PAŃSTWA  
(przepisy nie nadążają za zmianami społecznymi)  
LEKARZE I PIELĘGNIARKI  
SZKOŁY I INSTYTUCJE EDUKACYJNE

## JAK I GDZIE OSOBY STARSZE, ZAGROŻONE PRZEMOCĄ, SYGNALIZUJĄ PROBLEMY?

- dzwonią na telefon zaufania (*limit dla nich to 15 minut rozmowy*)
- odwiedzają przychodnie (*przychodnia staje się miejscem spotkań towarzyskich*)
- rozmawiają z rówieśnikami
- dążą do kontaktów towarzyskich
- rozmawiają z przypadkowymi osobami
- angażują rodzinę w swoje sprawy
- zaczepiają się wzajemnie na ławkach w parku
- odwiedzają sklepy osiedlowe
- zgłaszają się na Policję i do instytucji pomocowych
- chodzą do kościoła
- dzwonią na 112
- rozmawiają z sąsiadami, z rodziną
- spotykają się z pracownikami socjalnymi

## KTO MOŻE WESPRZEĆ OSOBY STARSZE, ZAGROŻONE PRZEMOCĄ?

- zespoły interdyscyplinarne
- spółdzielnie mieszkaniowe
- szkoły
- NGO'sy
- kluby seniora
- usługi opiekuńcze
- świadczenia pieniężne
- zaspokojenie potrzeb bytowych
- pielęgniarstwa środowiskowe
- dzielnicowi
- opieka społeczna
- sąsiad
- ksiądz proboszcz
- sołtys

*– Panie doktorze, przepraszam, ale ja swoje wnuki znam – pan Aleksander tak zareagował, kiedy podczas wizyty w przychodni lekarz zwrócił się do niego „dziadku!” Doktor był nieco zaskoczony, podniósł głowę, ale nie przeprosił, jeśli ktoś ma więcej niż 70 lat, normalne że jest dziadkiem. Niby nie ma w tym określeniu nic obraźliwego, ale to prosta droga do tego, by usłyszeć zaraz bezosobowe „niech się rozbierze, niech słucha”, albo na przykład pretenzje, że senior przyszedł do lekarza bez... opiekuna. Instytucje - służba zdrowia, opieka społeczna, urzędy - często spychają osoby starsze wyłącznie do roli pacjenta, podopiecznego i petenta, ignorując jego zdanie, zapominając, że każdy ma własne imię i nazwisko.*

*Z interwencji Rzecznika Praw Osób Starszych  
Federacji FOSa*

## JAKICH KORZYŚCI OCZEKUJĄ OSOBY STARSZE, ZAGROŻONE PRZEMOCĄ?

- docenienia
- wyjścia z domu
- kontaktu z innym człowiekiem
- poczucia bliskości
- poczucia bezpieczeństwa
- zbudowania więzi
- pomocy w życiowych sprawach
- rozwiązania problemów
- zrozumienia własnej sytuacji

## W JAKI SPOSÓB INSTYTUCJE ZAJMUJĄCE SIĘ SPRAWAMI OSÓB STARSZYCH ZAGROŻONYCH PRZEMOCĄ ZASPOKAJAJĄ ICH POTRZEBY I BOLĄCZKI?

- doraźnie wysłuchują
- słabo informują
- realizują kampanie społeczne
- pracownicy socjalni udostępniają usługi społeczne
- zakłady pracy robią spotkania

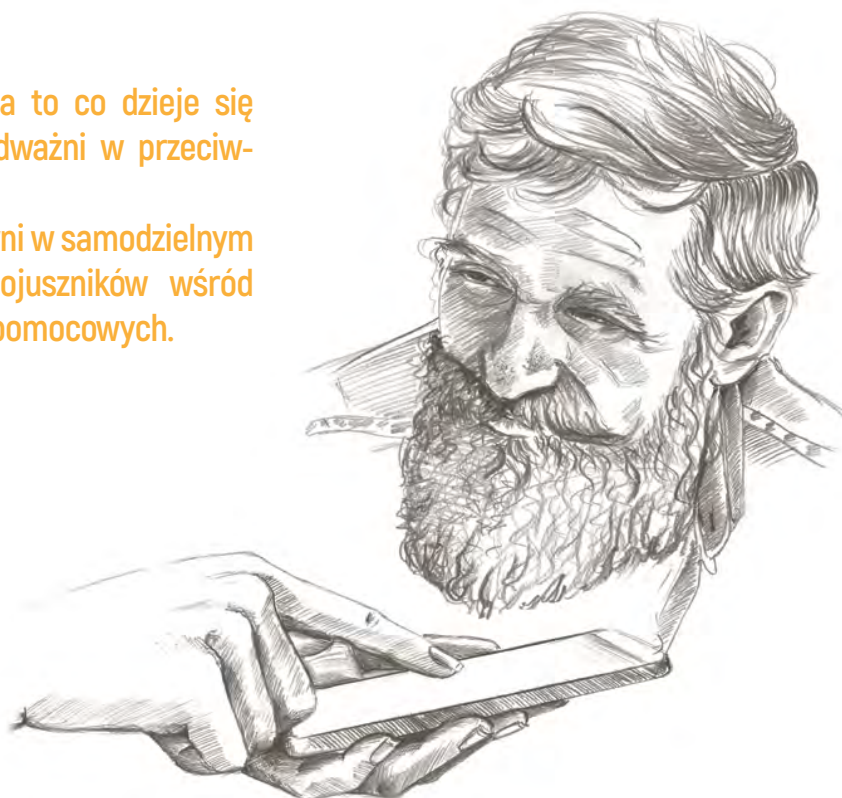
## JAKIE PRZESZKODY NAPOTYKAJĄ OSOBY STARSZE, ZAGROŻONE PRZEMOCĄ NA DRODZE DO ZREALIZOWANIA OCZEKIWAŃ?

BRAK ZAANGAŻOWANIA ZE STRONY INSTYTUCJI  
BRAK INFORMACJI  
BRAK ZROZUMIENIA, OBOJĘTNOŚĆ

BRAK ZAUFANIA  
WSTYD, LĘK PRZED NIEZNANYM  
NIKT NIE PAMIĘTA O OSOBACH STARSZYCH

Bądźmy zatem uważni na to co dzieje się w naszym otoczeniu i odważni w przeciwdziałaniu przemocy.

Jeżeli nie czujemy się pewni w samodzielnym działaniu, poszukajmy sojuszników wśród znajomych lub instytucji pomocowych.





## **INTERWENCI INSTYTUCJONALNI MOGĄ PRZECIWDZIAŁAĆ PRZEMOCY POPRZEZ:**


- bliską relację lekarza rodzinnego z wieloletnim pacjentem/pacjentką
- indywidualną pracę z seniorem/rką i rodziną, skierowaną na zatrzymaniu dysfunkcji, minimalizowanie skutków przemocy, motywowanie do zmiany sytuacji
- zapewnienie seniorowi/rce doświadczającym przemocy bezpiecznego miejsca zamieszkania i opieki (dom pomocy, mieszkanie chronione, ośrodek dla ofiar przemocy)
- realizowanie zaplanowanego procesu pracy socjalnej z udziałem seniora/rki
- monitorowanie środowisk zagrożonych przemocą poprzez systematyczne wizyty w środowisku w ramach realizacji procedury Niebieska Karta
- przeciwdziałanie izolacji społecznej
- poradnictwo specjalistyczne (prawne, psychologiczne i rodzinne)
- bezzwłoczną interwencję kryzysową udzielaną osobie starszej, znajdującej się w sytuacji kryzysu. Z tej formy pomocy często korzystają osoby doznające przemocy ze strony bliskich współmieszkańców. Polega na udzieleniu pomocy psychologicznej i odizolowaniu sprawcy od krzywdzonych
- włączenie procedur prawnych policji, prokuratury i sądów

## **INNI POTENCJALNI INTERWENCI Z BLISKIEGO ŚRODOWISKA SENIORA/RKI (NP.: SĄSIEDZI, ZNAJOMI, LISTONOSZ, BIBLIOTEKARKA, PAN Z KIOSKU, ZNAJOMI Z KOŚCIOŁA LUB UTW) MOGĄ ZAPOBIEGAĆ PRZEMOCY WOBEC OSÓB STARSZYCH POPRZEZ:**

- rozmowę twarzą w twarz, propozycję pomocy lub wspólnego udania się po pomoc
- zareagowanie tu i teraz - przerwanie działania przemocy
- powiadomienie właściwych organów o swoich podejrzeniach lub popełnionym przestępstwie, (jeśli dysponujemy konkretnymi informacjami o dziejącej się osobie starszej krzywdzie, chcemy zapobiec krzywdzie, przyczynić się do wykrycia i ukarania sprawcy, możemy złożyć ustne lub pisemne zawiadomienie o popełnieniu przestępstwa lub o podejrzeniu popełnienia przestępstwa). Zawiadomienie pisemne może być wysłane pocztą, mailem, faksem lub dostarczone osobiście do jednostki Policji lub do Prokuratury. Zawiadomienie ustne zostanie przyjęte i spisane przez funkcjonariusza Policji w formie protokołu a zgłaszający zostanie przesłuchany w charakterze świadka). Anonimowy telefon oraz anonim przesłany organom ścigania zainicjuje czynności Policji.
- powiadomienie ośrodka pomocy społecznej lub organizacji pozarządowej zajmującej się sprawami seniorów/rek. Powiadomić można osobiście lub anonimowo - telefonicznie. Ważne, żeby zareagować i przerwać cykl przemocy

**Najbliższe otoczenie seniora/rki ma największy wpływ na to jak wygląda jego/jej codzienne życie.**

## JAKIE DZIAŁANIA OSOBA STARSZA POWINNA PODJĄĆ W MOMENCIE POKRZYWDZENIA LUB PRZESTĘPSTWA?

- powiadomić niezwłocznie zaufaną osobę w celu uzyskania niezbędnego wsparcia i uzyskania pomocy
- porozmawiać o sytuacji ze swoim lekarzem lub pielęgniarką środowiskową.
- zgłosić się do znanej nam instytucji pomocowej (np. Ośrodek Pomocy Społecznej, Kościół, Sołtys), najbliższej z uwagi na miejsce zamieszkania osoby starszej, z prośbą o pomoc w sytuacji pokrzywdzenia
- zgłosić niezwłocznie fakt pokrzywdzenia w najbliższej jednostce Policji, pisząc zawiadomienie o podejrzeniu popełnienia przestępstwa lub telefonicznie, żądając interwencji Policji
- zgłosić się do jednego z Okręgowych Ośrodków lub Lokalnych Punktów Pomocy Pokrzywdzonym Przystępstwem, tworzących ogólnopolską Sieć Pomocy Osobom Pokrzywdzonym Przystępstwem, współfinansowaną ze środków Funduszu Sprawiedliwości.
- skorzystać z całodobowej Linii Pomocy Pokrzywdzonym pod numerem:  
 **48 222 309 900.**

**NAJWAŻNIEJSZE, ŻEBY DZIAŁAĆ.  
PRZEMOC TO WSTYD  
DLA SPRAWCY  
A NIE OSOBY POKRZYWDZONEJ.**



<sup>1</sup> na podstawie raportu z badania ogólnopolskiego Polskiej Akademii Nauk Instytutu Psychologii „Przemoc w rodzinie wobec osób starszych i niepełnosprawnych (2009)” dla Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej

<sup>2</sup> Hirsch, R. D., 2016. Gewalt gegen alte Menschen. Bundesgesundheitsblatt, 59, s. 105–12.

<sup>3</sup> Sytuacja osób starszych w Polsce w 2020 r. pod kierunkiem Ewy Kamińskiej Gawryluk, Główny Urząd Statystyczny, Urząd Statystyczny w Białymstoku, Warszawa, Białystok 2021.

<sup>4</sup> Raport z warsztatu „Przemoc wobec seniorów”-opracowanie ścieżki wsparcia dla osób zagrożonych przemocą, Federacja FOSa, Olsztyn 2022.

Seniorko! Seniorze!

# DOŚWIADCZASZ PRZEMOCY?



⚠️ Ktoś naruszył twoją cielesność? Uderzył, popchnął, odmówił ci posiłku, świadomie pozostawił bez pomocy i doznałeś krzywdy?  
**TO JEST PRZEMOC FIZYCZNA!**

⚠️ Ktoś naruszył twoją godność osobistą? Użył wobec ciebie obraźliwego języka, zastraszał, groził, szantażował, wyśmiewał, zawstydzał?  
**TO JEST PRZEMOC PSYCHICZNA!**

⚠️ Ktoś zabrał ci pieniądze? Przejmuje bez twojej zgody rentę i emeryturę, sprzedaje twoje rzeczy, naciska ciebie na zapisy w testamencie i natrętnie domaga się korzyści, zmusza cię do zaciągania pożyczek i zostawia z długami?  
**TO JEST PRZEMOC EKONOMICZNA!**

⚠️ Instytucja, która ma pomagać zawiodła? Szpital nie udzielił ci pomocy, nakrzyczał na ciebie ktoś z personelu, nie uszanowano twoich praw ani nie wzięto pod uwagę twoich szczególnych potrzeb związanych z podeszłym wiekiem czy brakiem sprawności?  
**TO JEST PRZEMOC INSTYTUCJONALNA!**

⚠️ Ktoś dotknął cię w sposób niewłaściwy? Pocałował wbrew twojej woli, dotykał, domagał się zbliżenia?  
**TO JEST PRZEMOC SEKSUALNA!**

**POPROŚ O POMOC! POINFORMUJ ZAUFANĄ OSOBĘ,  
KTÓRA POMOŻE CI UZYSKAĆ WSPARCIE!  
SKORZYSTAJ Z PONIŻSZYCH NUMERÓW:**



**RZECZNIK PRAW OBYWATELSKICH**

Infolinia RPO kom. 800 676 676

**RZECZNIK PRAW PACJENTA**

przy Narodowym Funduszu Zdrowia  
kom. 800 190 590

**POLICJA** tel. 112

**OLSZTYŃSKI TELEFON ZAUFANIA**

tel. 89 19288 lub 89 527 00 00

**OGÓLNOPOLSKI TELEFON ZAUFANIA**

**STOWARZYSZENIA MALI BRACIA  
UBOGICH**

tel. 22 635 09 54

**NIEBIESKA LINIA** tel. 801 120 002

niebieskalinia@niebieskalinia.info

**DOBRE SŁOWA**

**TELEFON DLA SENIORÓW**

tel. 12 333 70 88

**MIEJSKI RZECZNIK KONSUMENTÓW**

**W OLSZTYNIE** tel. 89 522 28 01

**POWIATOWY RZECZNIK  
KONSUMENTÓW**

(Powiat Olsztyński) tel. 89 523 28 90

**REGIONALNA STREFA POMOCY**

przy Federacji FOSa

kom. 799 099 862

**RZECZNIK PRAW OSÓB STARSZYCH  
WOJ. WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO**

Stanisław Brzozowski

**OLSZTYN** Federacja FOSa,

ul. Linki 3.4 10-535 Olsztyn

tel. (89) 523-60-92

kom. 601 558 143

email: rzecznik@federacjafosa.pl

**Z-CA RZECZNIKA**

**NA PODREGION ELBLĄSKI**

Urszula Wolna

**ELBLĄG**

tel. 601 694 717

email: rzecznik.elblag@federacjafosa.pl

**Z-CA RZECZNIKA**

**NA PODREGION EŁCKI:**

Krzysztof Marusiński

**ORZYSZ**

tel. 796 140 648

email: k.marusinski@federacjafosa.pl

**PROKURATURA**

**SĄD RODZINNY**

**ÓŚRODKI POMOCY SPOŁECZNEJ**



# WIDZISZ PRZEMOC WOBEC OSOBY STARSZEJ I PONIŻSZE OBJAWY?

Jesteś sąsiadką/em, znajomym/a, pracujesz w instytucji czy organizacji, która wspiera osoby starsze?

## ZAREAGUJ!

⚠️ Widzisz u znajomej seniorki/ra: odleżyny, rany, wyraźne braki w higienie osobistej i zaniedbania w dbałości o wygląd fizyczny, znaczne podrażnienia skóry, wysypki, bolące miejsca, znaczącą niejasną i/lub nagłą utratę masy ciała, wyraźny głód czy pragnienie, jak również zasinienia, nacięcia, złamania itp.?

**TA OSOBA STARSZA JEST OFIARĄ PRZEMOCY FIZYCZNEJ!**

⚠️ Obserwujesz u znajomej osoby starszej: znaczące obniżenie nastroju, depresję, nerwowość, pobudzenie, impulsywność, lękliwość, labilność emocjonalną, strach, alienowanie się, wpadanie w gniew lub apatyczność; obniżone poczucie własnej wartości, niski poziom pewności siebie itp.

**TA OSOBA JEST OFIARĄ PRZEMOCY PSYCHICZNEJ!**

⚠️ Widzisz u osoby starszej: widoczne zmiany w zachowaniu, niespodziewane reakcje emocjonalne, lęk przed dotykiem, wstyd, starszy pacjent/pacjentka pojawia się w gabinecie lekarskim z chorobą weneryczną?

**TA OSOBA MOGŁA ULEC PRZEMOCY SEKSUALNEJ!**

⚠️ Widzisz, że: znajoma ci osoba starsza nie dysponuje żadnymi pieniędzmi lub dokonała nagłych zmian w testamencie; albo wzięła pożyczkę lub kredyt w banku na którą wiesz, że jej nie stać; ktoś próbuje, pomimo dobrej kondycji psychicznej, seniorkę/ra ubezwłasnowolnić?

**TA OSOBA MOŻE BYĆ NARAŻONA NA PRZEMOC EKONOMICZNĄ!**

⚠️ Widzisz, że: osoby starsze skarżą się na oszukiwanie, ignorowanie ich problemów. Doświadczają ograniczania należytej im uwagi i czasu, dużego niedostosowania różnych działań i rozwiązań do ich specyficznych potrzeb, zwracania się do nich po imieniu, albo pozornie dobrotliwego „niech babcia/dziadek”, okazywania zniecierpliwienia i obrażanie ze względu na ich niepełnosprawności (np. niedosłyszenia, niedowidzenia, powolności)?

**DOŚWIADCZAJĄ ONE PRZEMOCY INSTYTUCJONALNEJ!**



**NIE STÓJ Z BOKU. ZAREAGUJ.  
POINFORMUJ ODPOWIEDNIE SŁUŻBY, OSOBY I INSTYTUCJE!  
OBOJĘTNOŚĆ I ZANIECHANIE POMOCY TEŻ JEST PRZEMOCĄ!**



**RZECZNIK PRAW OBYWATELSKICH**

Infolinia RPO kom. 800 676 676

**RZECZNIK PRAW PACJENTA**

przy NFZ kom. 800 190 590

**POLICJA tel. 112**

**NIEBIESKA LINIA kom. 801 120 002**

niebieskalinia@niebieskalinia.info

**MIEJSKI RZECZNIK KONSUMENTÓW**

**W OLSZTYNIE tel. 89 522 28 01**

**POWIATOWY RZECZNIK  
KONSUMENTÓW**

(Powiat Olsztyński) tel. 89 523 28 90

**REGIONALNA STREFA POMOCY**

przy Federacji FOSa

kom. 799 099 862

**RZECZNIK PRAW OSÓB STARSZYCH  
WOJ. WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO**

Stanisław Brzozowski

**OLSZTYN** Federacja FOSa,

ul. Linki 3.4 10-535 Olsztyn

tel. (89) 523-60-92

kom. 601 558 143

email: rzecznik@federacjafosa.pl

**Z-CA RZECZNIKA**

**NA PODREGION ELBLĄSKI**

Urszula Wolna

**ELBLĄG**

tel. 601 694 717

email: rzecznik.elblag@federacjafosa.pl

**Z-CA RZECZNIKA**

**NA PODREGION EŁCKI:**

Krzysztof Marusiński

**ORZYSZ**

tel. 796 140 648

email: k.marusinski@federacjafosa.pl

**PROKURATURA**

**SĄD RODZINNY**

**OSRODKI POMOCY SPOŁECZNEJ**



# JESTEŚ OFIARĄ PRZEMOCY DOMOWEJ? POINFORMUJ O TYM, POKAZUJĄC GEST



**help me**

**JEŻELI WIDZISZ TEN GEST  
STARAJ SIĘ ZACHOWAĆ SPOKÓJ,  
ZAPAMIĘTAĆ JAK NAJWIĘCEJ SZCZEGÓŁÓW,  
NIEZWŁOCZNIE ZADZWOŃ NA POLICJĘ**



**NIE ZWLEKAJ, POMÓŻ !  
PRZEMOC ŻYWI SIĘ BIERNOŚCIĄ**



Ministerstwo Rodziny  
i Polityki Społecznej



DOFINANSOWANO ZE ŚRODKÓW BUDŻETU PAŃSTWA  
w ramach programu WSPIERANIE JEDNOSTEK SAMORZĄDU TERYTORIALNEGO  
W TWORZENIU SYSTEMU PRZECIWDZIAŁANIA PRZEMOCY  
PROJEKT OSŁONOWY „Dobry kierunek – (s) przeciw przemocy”  
realizowany przez Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Olsztynie  
DOFINANSOWANIE 26 390,00 zł CAŁKOWITA WARTOŚĆ 37 700,00 zł

POWIATOWE CENTRUM POMOCY RODZINIE W OLSZTYNIE  
tel. 89-544-38-00 | fax. 89-544-38-11 | Fb: PCPROLSZTYN  
www.pcpr-powiatolsztyński.pl | pcpr@powiat-olsztyński.pl