

# ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਦੀ ਪਛਾਣ



## ਅਤੇ ਜੋਖਮ ਵਿਚ ਬਾਲਗ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋ

“ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਸਾਡੇ ਲਈ ਇੱਕ ਭਾਰੀ ਸ਼ਬਦ ਹੈ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਇਹ ਇੱਕ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮਾਮਲਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ।”

“ਅਸੀਂ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨ ਦਾ ਯਤਨ ਕੀਤਾ ਭਾਵੇਂ ਸਾਡੇ ਬੱਚੇ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਖਤਮ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ।”

### ਬਦਸਲੂਕੀ ਵਾਲਾ ਵਿਵਹਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ◆ ਬਾਲਗ ਬਜ਼ੁਰਗ ਨੂੰ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਤੋਂ ਅਲੱਗ ਕਰਨਾ
- ◆ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਲਈ ਬਾਲਗ ਬਜ਼ੁਰਗ ਨੂੰ ਜ਼ੁੰਮੇਵਾਰ ਠਹਿਰਾਉਣਾ
- ◆ ਬਾਲਗ ਬਜ਼ੁਰਗ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਅਣਦੇਖੀ ਕਰਨਾ
- ◆ ਬਜ਼ੁਰਗ ਨੂੰ ਬੱਚੇ ਵਾਂਗ ਸਮਝਿਆ ਜਾਣਾ
- ◆ ਨਾਮ ਬੁਲਾਉਣਾ, ਅਕਸਰ ਦਲੀਲਾਂ ਦੇਣਾ ਜਾਂ ਧਮਕੀਆਂ ਦੇਣਾ
- ◆ ਅਣਗਹਿਲੀ ਕਰਨਾ, ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਬਾਲਗ ਬਜ਼ੁਰਗ ਨੂੰ ਇਕੱਲੇ ਛੱਡਣਾ

### ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ?

- ◆ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿਸੇ ਬਾਲਗ ਬਜ਼ੁਰਗ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਅਜ਼ਾਦੀ ਨੂੰ ਸੀਮਤ ਕਰਦਾ ਜਾਂ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਬਾਲਗ ਬਜ਼ੁਰਗ ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਚੋਣ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਬੇਇਜ਼ਤ ਹੋਣ, ਹਾਨੀ ਪਹੁੰਚਣ ਜਾਂ ਇਕੱਲੇ ਰਹਿ ਜਾਣ ਦਾ ਡਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ◆ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਸਰੀਰਕ, ਜ਼ਬਾਨੀ, ਭਾਵੁਕ, ਮਾਲੀ, ਲਿੰਗਕ, ਆਤਮਿਕ ਜਾਂ ਅਣਗਹਿਲੀ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ◆ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਅਕਸਰ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਮੈਂਬਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਦੋਸਤ, ਗੁਆਂਡੀ, ਸੰਭਾਲ ਪਰਦਾਨ ਕਰਤਾ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਕੋਈ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਪਾਤਰ ਜਾਂ ਰਸੂਕ ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ◆ ਕੋਈ ਵੀ ਬਾਲਗ ਬਜ਼ੁਰਗ, ਭਾਵੇਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਨਸਲ ਜਾਂ ਸਭਿਆਚਾਰ ਦਾ ਹੋਵੇ, ਉਹ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

### ਚਿਤਾਵਨੀ ਦੇ ਕੀ ਚਿੰਨ੍ਹ ਹੁੰਦੇ ਹਨ?

- ◆ ਅਣਜਾਣ ਸੱਟਾਂ: ਝਰੀਟਾਂ, ਮੋਰਾਂ, ਟੁੱਟੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ, ਖੁਰਚਿਆ ਹੋਣਾ
- ◆ ਤਣਾਅ, ਦੁਨੀਆਦਾਰੀ ਨੂੰ ਤਯਾਗ ਦੇਣਾ, ਡਰ
- ◆ ਅਜਿਹੇ ਧਾਰਮਿਕ ਜਾਂ ਸਮਾਜਿਕ ਮੌਕਿਆਂ ਤੇ ਨਾ ਪਹੁੰਚਣਾ ਜਿੱਥੇ ਉਹ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਰਹੇ ਹੋਣ
- ◆ ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਅਚਾਨਕ ਜਾਂ ਅਣਜਾਣ ਤਬਦੀਲੀਆਂ
- ◆ ਬਾਲਗ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੇ ਪੈਸੇ ਜਾਂ ਜਾਇਦਾਦ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ
- ◆ ਅਣਗਹਿਲੀ ਦੇ ਚਿੰਨ੍ਹ; ਘਰ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਦਾ ਨਾ ਹੋਣਾ, ਡਾਕਟਰੀ ਹਾਲਤ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਨਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ

“ਅਸੀਂ ਸਿੱਖ ਲਿਆ ਹੈ ਕਿ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਸਿਰਫ ਸਰੀਰਕ ਹਿੰਸਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਮੈਂ ਉਮੀਦ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਜੇ ਉਹ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਲੋਕ ਇਸ ਬਾਰੇ ਚੇਤੰਨ ਹਨ।”

“ਸਾਡੇ ਵਿੱਚੋਂ ਬਹੁਤੇ ਵੱਡੇ-ਵੱਡੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਨਹੀਂ ਬੋਲਦੇ। ਜੇ ਮੈਂ ਹੈਲਪ ਲਾਈਨ ਵਰਤਦਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਮੇਰੀ ਭਾਸ਼ਾ ਬੋਲ ਸਕਦਾ ਹੋਵੇ।”

### ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ?

ਗੁਆਂਡੀ, ਦੋਸਤ, ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ 3 ਕੰਮ ਕਰਨੇ ਸਿੱਖ ਸਕਦੇ ਹਨ:

1. **ਵੇਖੋ!** “ ਇਹ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੈ!” ਚਿਤਾਵਨੀ ਦੇ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ।
2. **ਨਾਮ ਦਿਓ!** “ ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਹਾਂ।” ਬਾਲਗ ਬਜ਼ੁਰਗ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਸ ਪੁਰਸ਼ ਜਾਂ ਇਸਤਰੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਰੋਕਾਰ ਦੱਸੋ।
3. **ਜਾਂਚ ਕਰੋ!** “ ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਲਈ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?” ਪੁੱਛਨ ਕਰੋ, ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਨਾਲ ਜਾਂਚ ਕਰੋ, ਖ਼ਤਰੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ, ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ।

### ਮਦਦ ਕਿੱਥੋਂ ਹਾਸਲ ਕਰਨੀ ਹੈ?

- ◆ ਖ਼ਤਰੇ ਅਤੇ ਅਮਰਜ਼ੀ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵਿੱਚ **911** ‘ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।
- ◆ ਜਿਸ ਵਿਅਕਤੀ ‘ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਕਰਦੇ ਹੋ ਉਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ, ਜਾਂ ਬਾਲਗ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਲਈ ਸੇਵਾ ਪਰਦਾਨ ਕਰਤਾ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿਚਲੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪਰਦਾਨ ਕਰਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ।
- ◆ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਂ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਹੇਠ ਦਰਜ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ (ਸਭ ਕੋਲ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਹੈ):

ਕੈਲਗਰੀ ਵਿੱਚ:

- ◆ ਬਜ਼ੁਰਗ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਸਰੋਤ ਲਾਈਨ **403-705-3250**
- ◆ 403-SENIORS **403-736-4677**

ਅਲਬਰਟਾ ਵਿੱਚ:

- ◆ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਾਈਨ **310-1818**
- ◆ (ਵੱਖ ਵੱਖ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ) ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੇ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ [www.alberta.ca/get-help-elder-abuse.aspx](http://www.alberta.ca/get-help-elder-abuse.aspx) ‘ਤੇ ਜਾਓ।