

Prawa seniora – jak chronić się przed przemocą, wyzyskiem i manipulacją?

Z wiekiem wielu seniorów doświadcza nie tylko samotności czy problemów zdrowotnych, ale także **przemocy ze strony bliskich**. To temat trudny, ale bardzo ważny. Przemoc wobec osób starszych może mieć różne formy – nie zawsze chodzi o bicie. Może to być **manipulacja, zastraszanie, odbieranie pieniędzy czy zmuszanie do oddania majątku**.

Co to jest przemoc wobec seniora?

Rodzaje przemocy, które najczęściej dotyczą osób starszych:

- **Przemoc ekonomiczna** – np. dziecko zmusza rodzica do przekazania emerytury, zabiera kartę bankową, każe przepisać mieszkanie.
- **Przemoc psychiczna** – krzyki, obelgi, wyzwiska, izolowanie od znajomych, groźby („i tak już nic nie możesz”, „oddasz dom albo trafisz do DPS-u”).
- **Manipulacja emocjonalna** – wzbudzanie poczucia winy („tyle dla ciebie robię, a ty mi nie przepiszesz mieszkania?”).
- **Wyrzucenie z domu** – np. po dokonanej darowiznie.
- **Zaniedbanie** – brak opieki, lekceważenie potrzeb, głodzenie, brak leków.

Uwaga: Przemoc może pochodzić zarówno od dzieci, wnuków, jak i opiekunów czy sąsiadów.

Jak rozpoznać, że ktoś przekracza granice?

Oto sygnały ostrzegawcze:

- Czujesz strach przed bliską osobą.
- Boisz się odmówić lub wyrazić własne zdanie.
- Ktoś ogranicza Twój kontakt z rodziną lub znajomymi.
- Twoje pieniądze „znikają” lub ktoś nimi zarządza bez zgody.
- Czujesz się „zmuszany” do przekazania majątku.

Co zrobić gdy doświadczam przemocy?

- Porozmawiaj z **osobą zaufaną**
- Zadzwoń na **Niebieską Linie (800 12 00 02)**
- Zgłoś sprawę na **Policję** lub do **MOPS**
- **Cofnij darowiznę** (jeśli obdarowany zachowuje się rażąco niewdzięcznie)
- Poproś o ustanowienie kuratora/opiekuna, jeśli jesteś niesamodzielnym

Cofnięcie darowizny

- Jeśli ktoś, komu oddałeś mieszkanie, **rażąco Cię krzywdzi**, możesz odwołać darowiznę.

Pomoc prawna i psychologiczna

- Możesz otrzymać **bezpłatną pomoc prawną** w wielu urzędach i punktach (np. starostwa).
- **Niebieska Linia – 800 12 00 02** – całodobowy telefon dla ofiar przemocy.

Policja i sąd

- Jeśli jesteś nękany, zastraszany, okradany – **zgłoś to na Policję**.
- Możesz zażądać, by sprawca został usunięty z mieszkania lub miał zakaz zbliżania się.

Masz prawo do godności i bezpieczeństwa!

Nikt nie ma prawa Cię:

- poniżać, obrażać, zastraszać,
- zmuszać do przekazania majątku,
- traktować jak „ciężar”.

Prawo stoi po Twojej stronie, nawet jeśli sprawcą jest Twoje dziecko lub wnuk.

Materiał z serii **Notatki z wykładu** powstał w ramach zadania realizowanego przez Stowarzyszenie Wspierania Aktywności Obywatelskiej CIVIS SUM, finansowane ze środków przekazanych przez Powiat Zielonogórski na podstawie umowy o powierzenie realizacji zadania publicznego pn. „Powierzenie prowadzenia w 2025 r. jednego punktu nieodpłatnej pomocy prawnej i jednego punktu nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego na terenie Powiatu Zielonogórskiego”.