



## ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਨੂੰ ਰੋਕਣਾ Preventing Abuse and Neglect of Older Adults

ਪਿਛਲੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਇੱਕ ਬਾਲਗ ਦੀ ਸਿਹਤ, ਖੁਸ਼ੀ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਕੋਲੋਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿੰਨਾਂ ਤੋਂ ਉਹ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਜਾਂ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਘਰ ਵਿੱਚ, ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਕਸਰ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਸਦੱਸ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਜੀਵਨ ਸਾਥੀ ਜਾਂ ਬੱਚੇ, ਪਰ ਇੰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਦੋਸਤ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

### ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਕਿਹੜੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਜਾਂ ਅਣਗਹਿਲੀ ਵਾਪਰ ਸਕਦੇ ਹਨ?

ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਕਈ ਰੂਪ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਸਰੀਰਕ, ਭਾਵਾਤਮਕ, ਆਰਥਕ, ਲਿੰਗੀ, ਆਤਮਕ, ਜਾਂ ਸਮਾਜਕ। ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਵਿੱਚ ਦਵਾਈਆਂ ਜਾਂ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਤੇ ਰੋਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਦੀਆਂ ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਇੱਕ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਮੂਲ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਉਲੰਘਨਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਅਨੇਕ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਜੁਰਮ ਹਨ।

- **ਸਰੀਰਕ ਦੁਰਵਿਹਾਰ** ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਹਿੰਸਾ, ਅਨਉਚਿਤ ਬੰਦਸ਼, ਜਾਂ ਖੌਰਾ ਸਲੂਕ, ਜੋ ਉਸ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਸੱਟ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਵੀ
- **ਭਾਵਾਤਮਕ ਦੁਰਵਿਹਾਰ** ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਬੁਰਾ ਭਲਾ ਕਹਿਣਾ, ਧਮਕਾਉਣਾ, ਧਮਕੀਆਂ, ਜਾਂ ਕੋਈ ਅਜਿਹਾ ਸਲੂਕ ਜੋ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਮੁੱਲ ਨੂੰ ਠੇਸ ਪਹੁੰਚਾਏ। ਭਾਵਾਤਮਕ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਅਕਸਰ ਇੱਕ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀ ਤੇ ਕਾਬੂ ਰੱਖਣ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
- **ਆਰਥਕ ਦੁਰਵਿਹਾਰ** ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਦੁਆਰਾ ਰਿਪੋਰਟ ਕੀਤਾ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਰੂਪ ਹੈ। ਆਰਥਕ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਦੀਆਂ ਮਿਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀ ਤੇ ਪੈਸਿਆਂ ਸੰਬੰਧੀ ਬੇਨਤੀਆਂ ਨਾਲ ਜ਼ੋਰ ਪਾਉਣਾ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਦੀ ਸੰਪਤੀ ਜਾਂ ਪੈਸੇ ਵਰਤਣਾ, ਜਾਂ ਪਾਵਰ ਆਫ ਅਟੌਰਨੀ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰ ਨੂੰ ਗਲਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵਰਤਣਾ
- **ਲਿੰਗੀ ਦੁਰਵਿਹਾਰ** ਉਸ ਵੇਲੇ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਉੱਤੇ ਨਿਕਟਤਾ ਲਈ ਜ਼ੋਰ ਪਾਉਂਦਾ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲਿੰਗਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਦਾ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੇ ਲਿੰਗੀ ਹਮਲਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਲਿੰਗੀ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਵਿੱਚ ਲਿੰਗਕ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਚੁਟਕਲੇ ਸੁਣਾਉਣਾ, ਅਤੇ ਅਣਚਾਹਿਆ ਸਪਰਸ਼ ਜਾਂ ਬੁਰੀ ਨਜ਼ਰ ਨਾਲ ਦੇਖਣਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ
- **ਹੱਕਾਂ ਦੀਆਂ ਉਲੰਘਨਾਵਾਂ** ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਦੇ ਇਕੱਲੇ, ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਾਂ ਸਮਾਜਕ ਸਹਾਰੇ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਉਹ ਯੋਗ ਹਨ ਸੰਬੰਧੀ ਹੱਕਾਂ ਦੀ ਉਪੇਖਿਆ ਕਰਨਾ
- **ਅਣਗਹਿਲੀ** ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵੱਲ ਸੰਕੋਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਿਥੇ ਕਿ ਇੱਕ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਲਈ ਦੇਖਭਾਲ ਜਾਂ ਸਹਾਇਤਾ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਫਰਜ਼ ਹੈ ਪਰ ਉਹ ਅਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ/ਦੀ। ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ, ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਬਿਲਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ, ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਖਾਣੇ, ਦਵਾਈ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਸਹਾਇਤਾ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਵੇ ਜਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਨਿਰਭਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਦੇ ਲੰਮੇ ਅਰਸਿਆਂ ਲਈ ਇਕੱਲਾ ਛੱਡ ਦੇਣ

### ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਜਾਂ ਅਣਗਹਿਲੀ ਕਿਉਂ ਵਾਪਰਦੀ ਹੈ?

ਕਈ ਲੋਕ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਹਿੰਸਾ ਅਤੇ ਨਿਯੰਤਰਨ ਵਰਤਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਨਾਲ ਇੱਜ਼ਤ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ। ਜਦੋਂ ਕਈ ਲੋਕ ਨਿਜੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਜਾਂ ਦਬਾਵਾਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦੂਸਰਿਆਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਅਣਗਹਿਲੀ ਕਰਨ ਦੇ ਜੋਖਮਾਂ ਨੂੰ ਵਧਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਕਾਰਕ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਇਕੱਠੇ ਰਹਿਣ ਕਰਕੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਤਣਾਉ ਉਤਪੰਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਕੇਸਾਂ ਵਿੱਚ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਮਾਣ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਨੂੰ ਛੁਪਾ ਕੇ ਰੱਖ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ, ਖਿਆਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਮਾਜ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

### ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਦੇ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕੀ ਹਨ?

ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਦੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਭਲਾਈ ਤੇ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਅਸਰ ਪਾਉਣ ਵਾਲੇ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਪ੍ਰਭਾਵ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਦੇ ਅਧਾਰ ਤੇ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਵਿਅਕਤੀ ਤੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਹੋਣਗੇ। ਇਹ ਪ੍ਰਭਾਵ ਘੱਟ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਵਿਅਕਤੀ ਕੋਲ ਦੋਸਤਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਲੋਂ ਭਾਵਾਤਮਕ ਸਹਾਰਾ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਜੇ ਉਹ ਅਜਿਹਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਥਿਤੀ ਉੱਤੇ ਕੁਝ ਨਿਯੰਤਰਨ ਹੈ।

ਆਮਤੌਰ ਤੇ, ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਕੋਲ ਘੱਟ ਸਰੀਰਕ ਤਾਕਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਰੀਰਕ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਤੋਂ ਬਚਾ ਸਕਣ ਦੇ ਘੱਟ ਕਾਬਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਰੀਰਕ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਸਪਸ਼ਟ ਚਿੰਨ੍ਹ ਹਨ ਗਿਰਨਾ, ਰਗੜਾਂ, ਟੁੱਟੀਆਂ ਹੱਥੀਆਂ, ਜਲਣਾ, ਸਿਰ ਤੇ ਲਗੀਆਂ ਚੋਟਾਂ ਜਾਂ ਮੂੰਹ ਤੇ ਲੱਗੀਆਂ ਚੋਟਾਂ।

ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਜਾਂ ਅਣਗਹਿਲੀ ਦੇ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਦੂਸਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਘੱਟ ਸਪਸ਼ਟ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਇੰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਸੌਣ ਵਿੱਚ ਦਿੱਕਤਾਂ, ਪੇਟ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ, ਜਾਂ ਸਾਹ ਲੈਣ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ। ਅਣਗਹਿਲੀ ਕੀਤੇ ਗਏ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਦੀ ਤੀਬਰ ਕਮੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ (ਕਾਫੀ ਦ੍ਰਵ ਨਾ ਮਿਲ ਰਹੇ ਹੋਣ) ਜਾਂ ਉਹ ਕੁਪੋਸ਼ਣ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ (ਕਾਫੀ ਖਾਣਾ ਨਾ ਮਿਲ ਰਿਹਾ ਹੋਣਾ)।

ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਦੇ ਕੁਝ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅਕਸਰ ਗਿਰਨਾ ਜਾਂ ਉਲਝਣ, ਨੂੰ ਵੱਧਦੀ ਉਮਰ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਸਮਝਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਕੁਝ ਚਿੰਨ੍ਹ ਪਿਛਲੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਆਮ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਵਰਗੇ ਲਗਣ। ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਜਾਂ ਅਣਗਹਿਲੀ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਵਿਅਕਤੀ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਰੁੱਚੀ ਵੀ ਗੁਆ ਦੇਣ, ਆਪਣੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖਾਣਾ, ਪੀਣ ਜਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਬਦਲ ਦੇਣ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਖੁਦਕੁਸ਼ੀ ਸੰਬੰਧੀ ਖਿਆਲ ਆਉਣ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕ ਇੰਨਾਂ ਨੂੰ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾ ਪਛਾਣਨ ਜਾਂ ਇੰਨਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾ ਕਰਨ।

ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਦੇ ਨਾਲ ਜੀਣਾ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਬੀਮਾਰ ਹੋਣ ਜਾਂ ਜਲਦੀ ਮਰ ਜਾਣ ਦੇ ਸੰਜੋਗਾਂ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਜਾਂ ਅਣਗਹਿਲੀ ਦੇ ਨਾਲ ਜੀਣ ਦਾ ਦਬਾ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਦੂਸਰੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਬਦਤਰ ਬਣਾ ਦੇਵੇ।

## ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਦੇ ਭਾਵਾਤਮਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕੀ ਹਨ?

ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਜੋ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੇ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੇ ਹਨ ਅਕਸਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਧਮਕਾਉਂਦੇ, ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਦੇ ਜਾਂ ਡਰਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਧਮਕੀ ਦੇ ਕੇ ਡਰ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਕਿ ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪੋਤੇ-ਪੋਤੀਆਂ/ਦੋਹਤੇ-ਦੋਹਤੀਆਂ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਨਹੀਂ ਦੇਣਗੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਲੇ ਛੱਡ ਦੇਣ ਦੀ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਭਾਲ ਵਾਲੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਸਹੂਲਤ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾ ਦੇਣ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦੇ ਕੇ।

ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਵਿਅਕਤੀ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਅਕਸਰ ਦਬਾਓ ਹੇਠ, ਚਿੰਤਤ ਜਾਂ ਉਦਾਸ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਉਹ ਸ਼ਰਮ, ਕਮਰ ਜਾਂ ਉਲਝਣ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਕਿ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਨੇ ਜਾਂ ਕਿਸੀ ਕਰੀਬੀ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਇਆ ਹੈ। ਇੱਕ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦਾ ਬਾਲਗ ਵਿਅਕਤੀ ਜੋ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਜਾਂ ਅਣਗਹਿਲੀ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਇਆ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਭਰੋਸਾ ਗੁਆ ਬੈਠਦਾ ਹੈ ਜੋ ਉਸ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਕੁਝ ਬਾਲਗ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿੰਨਾਂ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂ ਜੀਵਨ ਭਰ ਵਿੱਚ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨੀਂਦ, ਬੇਚੈਨੀ ਜਾਂ ਦੂਸਰੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸ਼ਰਾਬ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਦੁਆਰਾ ਨਿਰਧਾਰਤ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੈ ਜਾਂ ਹੋਇਆ ਸੀ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਾਉਂਸਲਿੰਗ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਭਾਵਾਤਮਕ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਸਹਾਰਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਿਸੀ ਗਰੁਪ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਨੂੰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੁਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹਾ ਕੋਈ ਕਾਨੂੰਨ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜੋ ਮੰਗ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਬਾਰੇ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਜਾਂ ਅਣਗਹਿਲੀ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਮਦਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਅਤੇ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਲਈ ਤੋੜ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਅਜਿਹੇ ਕਈ ਤਰੀਕੇ ਹਨ ਜਿੰਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਤੁਸੀਂ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਸੰਭਵ ਹੈ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਜਾਂ ਅਣਗਹਿਲੀ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹਨ ਜਾਂ ਅਜਿਹਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ:

- ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਵਿਅਕਤੀ ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕਰੋ ਜੇ ਉਹ ਕਿਸੇ ਮੁਸ਼ਕਲ ਸਥਿਤੀ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗੁਪਤ ਰੂਪ ਨਾਲ ਦੱਸਦੇ ਹਨ
- ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਫੈਸਲਾ ਨਾ ਸੁਣਾਉਣ ਵਾਲੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸੁਣੋ
- ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਨੂੰ ਪਛਾਣੋ ਅਤੇ ਉਸ ਬਾਰੇ ਆਵਾਜ਼ ਉਠਾਓ
- ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਕੋਲੋਂ ਗੁਪਤ ਮਦਦ ਮੰਗਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ
- ਜਾਣੋ ਕਿ ਸਹਾਇਤਾ ਜਾਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਥੇ ਫੋਨ ਕਰਨਾ ਹੈ
- ਵਿਅਕਤੀ ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ ਕਰੋ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੱਕਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਿਆਦਾ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ
- ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਆਤਮਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਹੁਨਰ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਜਾਂ ਮੁੜ ਕੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੋ
- ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸਮਾਜਕ ਵੱਖਰੇਵੇਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੋ
- ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਉਚਿਤ ਵਸੀਲੇ ਰੱਖੋ

ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਅਤੇ ਦੂਸਰੇ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਦੇ ਆਮ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ ਅਤੇ ਉਸ ਲਈ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਹ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਕਿ ਮਦਦ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਉਹ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਨਿਜੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਯੋਜਨਾ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

## ਜੇ ਮੈਂ ਕੋਈ ਬਜ਼ੁਰਗ ਜਾਂ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਸਥਿਤੀ ਦੇਖਾਂ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਸੀਨੀਅਰਜ਼ ਅਬਜੂਜ਼ ਐਂਡ ਇੰਫਰਮੇਸ਼ਨ ਲਾਇਨ (ਐਸ ਏ ਆਈ ਐਲ) (Seniors Abuse and Information Line (SAIL)) ਨੂੰ ਲੋਅਰ ਮੇਨਲੈਂਡ ਵਿੱਚ 604 437-1940 ਤੇ, ਜਾਂ 1 866 437-1940 ਤੇ ਟੋਲ ਫ੍ਰੀ ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਕੋਈ ਬਜ਼ੁਰਗ ਜਾਂ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਸਥਿਤੀ ਵਾਪਰਦੀ ਹੋਈ ਦੇਖਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਹੀ ਪੁਲਿਸ ਜਾਂ 9-1-1 ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਦਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨਾਲ ਸੰਦੀਗਧ ਦੁਰਵਿਹਾਰ, ਅਣਗਹਿਲੀ ਜਾਂ ਸਵੈ-ਅਣਗਹਿਲੀ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਬਾਰੇ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।

## ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ

ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਾਂ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ, ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਕੋਲ ਜਾਓ:

- ਬੀ.ਸੀ. ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਐਲਡਰ ਐਡਵੋਕੇਸੀ ਐਂਡ ਸਪੋਰਟ ਦੁਆਰਾ ਮੇਜ਼ਬਾਨੀ ਕੀਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਸੀਨੀਅਰਜ਼ ਅਬਜੂਜ਼ ਐਂਡ ਇੰਫਰਮੇਸ਼ਨ ਲਾਇਨ (ਐਸ ਏ ਆਈ ਐਲ) (Seniors Abuse and Information Line (SAIL)) ਨੂੰ ਵੈਨਕੂਵਰ ਵਿੱਚ 604 437-1940 ਤੇ ਜਾਂ 1 866 437-1940 ਤੇ ਟੋਲ ਫ੍ਰੀ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ <http://seniorsfirstbc.ca/> ਤੇ ਜਾਓ
- ਗੌਰਮਿੰਟ ਆਫ ਬੀਸੀ - ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਫਰੋਮ ਐਲਡਰ ਅਬਜੂਜ਼ ਐਂਡ ਨਿਗਲੈਕਟ ਲਈ [www.gov.bc.ca/elderabuse](http://www.gov.bc.ca/elderabuse) ਤੇ ਜਾਓ
- 604 660-4444 ਤੇ ਪਬਲਿਕ ਗਾਰਡੀਅਨ ਐਂਡ ਟਰਸਟੀ ਜਾਂ [www.trustee.bc.ca](http://www.trustee.bc.ca) ਤੇ ਜਾਓ
- 604 408-2172 ਜਾਂ 1 866 577-2525 ਤੇ ਟੋਲ ਫ੍ਰੀ ਤੇ ਲੀਗਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਸੁਸਾਇਟੀ ਜਾਂ <https://lss.bc.ca/> ਤੇ ਜਾਓ
- ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ 1 800 563-0808 ਤੇ ਵਿਕਟਿਮ ਲਿੰਕ ਟੋਲ ਫ੍ਰੀ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰਕ ਅਤੇ ਲਿੰਗੀ ਹਿੰਸਾ ਜਾਂ ਜੁਰਮ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰਾਂ ਵਾਸਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ [www.victimlinkbc.ca](http://www.victimlinkbc.ca) ਤੇ ਜਾਓ

ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀਸੀ ਫਾਇਲਾਂ ਦੇਖੋ:

- [HealthLinkBC File #93b ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ: ਪਰਿਵਾਰਕ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ](#)
- [HealthLinkBC File #93c ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ: ਲਿੰਗ ਸੰਬੰਧੀ ਫਰਕਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ](#)
- [HealthLinkBC File #93d ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਆਰਥਕ ਦੁਰਵਿਹਾਰ](#)

seniors first BC

ਹੈਲਥਲਿੰਕਬੀਸੀ ਫਾਇਲਾਂ ਦੇ ਹੋਰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਵਾਸਤੇ, [www.HealthLinkBC.ca/healthfiles](http://www.HealthLinkBC.ca/healthfiles) ਤੇ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਯੂਨਿਟ ਕੋਲ ਜਾਓ। ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਨੌਨ-ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਲਈ, [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca) ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ 8-1-1 (ਟੋਲ ਫ੍ਰੀ) ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਬਹਿਰੇ ਅਤੇ ਉੱਚਾ ਸੁਣਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਵਾਸਤੇ, 7-1-1 ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ ਤੇ 130 ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਸੇਵਾਵਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।