Punjabi - Number 93a
Elder abuse prevention series - November 2025

ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਨੂੰ ਰੋਕਣਾ
Preventing abuse and neglect of older adults

ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਇੱਕ ਬਾਲਗ ਦੀ ਸਿਹਤ, ਤੰਦਰੁਸਤੀ, ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਵਿੱਤੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਉਹ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਭਰੋਸਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਘਰ ਵਿੱਚ, ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਸੰਸਥਾਗਤ ਸੈਟਿੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਵਾਪਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਜੀਵਨ ਸਾਥੀ ਜਾਂ ਬੱਚੇ, ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਦੋਸਤ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਨਾਲ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਜਾਂ ਅਣਗਹਿਲੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਕਈ ਰੂਪ ਲੈ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰਕ, ਭਾਵਨਾਤਮਕ, ਵਿੱਤੀ, ਜਿਨਸੀ, ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਜਾਂ ਪ੍ਰਣਾਲੀਗਤ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਵਿੱਚ ਦਵਾਈਆਂ ਜਾਂ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ 'ਤੇ ਰੋਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਇੱਕ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਦੇ ਬੁਨਿਆਦੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਅਪਰਾਧ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਕਰਨ ਜਾਂ ਲਾਪਰਵਾਹੀ ਕਰਨ ਦਾ ਇਰਾਦਾ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦੇ।

- **ਸਰੀਰਕ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ** ਵਿੱਚ ਹਿੰਸਾ, ਅਣਉਚਿਤ ਰੋਕ ਜਾਂ ਖਰ੍ਹਵਾ ਸਲੂਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਇਸਦਾ ਨਤੀਜਾ ਸੱਟ ਨਾ ਵੀ ਹੋਵੇ
- **ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ** ਵਿੱਚ ਬੁਰਾ ਭਲਾ ਕਹਿਣਾ, ਡਰਾਉਣਾ, ਧਮਕੀਆਂ ਜਾਂ ਕੋਈ ਵੀ ਅਜਿਹਾ ਸਲੂਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਜੋ ਕਿਸੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਮਾਣ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਠੇਸ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਕਸਰ ਕਿਸੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀ 'ਤੇ ਕਾਬੂ ਰੱਖਣ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
- **ਆਰਥਿਕ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ** ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਦੁਆਰਾ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਰਿਪੋਰਟ ਕੀਤੀ ਗਈ ਕਿਸਮ ਹੈ। ਆਰਥਿਕ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਦੇ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ 'ਤੇ ਪੈਸੇ ਲਈ ਬੇਨਤੀਆਂ ਨਾਲ ਦਬਾਅ ਪਾਉਣਾ, ਕਿਸੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੰਪਤੀ ਜਾਂ ਪੈਸੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ, ਜਾਂ ਪਾਵਰ ਆਫ਼ ਅਟਾਰਨੀ ਦੇ ਅਧੀਨ ਕਿਸੇ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ ਦੀ ਗਲਤ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ
- **ਜਿਨਸੀ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ** ਉਦੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿਸੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ 'ਤੇ ਨਿਕਟਤਾ ਲਈ ਦਬਾਅ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜਿਨਸੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਜਿਨਸੀ ਹਮਲਾ ਕਰਦਾ ਹੈ

  ਜਿਨਸੀ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਵਿੱਚ ਜਿਨਸੀ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਚੁਟਕਲੇ ਸੁਣਾਉਣਾ, ਅਤੇ ਅਣਚਾਹਿਆ ਛੂਹਣਾ ਜਾਂ ਬੁਰੀ ਨਜ਼ਰ ਨਾਲ ਦੇਖਣਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ
- **ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਦਾ** ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿਸੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਦੇ ਗੋਪਨੀਯਤਾ, ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਾਂ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਉਹ ਯੋਗ ਹਨ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰਅੰਦਾਜ਼ ਕਰਨਾ
- **ਅਣਗਹਿਲੀ** ਉਹਨਾਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਦਾ ਹਵਾਲਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਕਿਸੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਨੂੰ ਦੇਖਭਾਲ ਜਾਂ ਮਦਦ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਫਰਜ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ, ਉਹ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ, ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਬਿੱਲਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ, ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਨੂੰ ਭੋਜਨ, ਦਵਾਈ ਜਾਂ ਹੋਰ ਮਦਦ ਦੇਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਾਂ, ਉਹ ਕਿਸੇ ਨਿਰਭਰ ਬਜ਼ੁਰਗ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਦੇ ਲੰਬੇ ਅਰਸਿਆਂ ਲਈ ਇਕੱਲਾ ਛੱਡ ਸਕਦੇ ਹਨ

ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਜਾਂ ਅਣਗਹਿਲੀ ਕਿਉਂ ਵਾਪਰਦੀ ਹੈ?

ਕੁਝ ਲੋਕ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਹਿੰਸਾ ਅਤੇ ਨਿਯੰਤਰਣ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ। ਦੂਸਰੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਨਾਲ ਆਦਰ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ। ਜਦੋਂ ਲੋਕ ਨਿੱਜੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਜਾਂ ਤਣਾਅ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਜਾਂ ਅਣਗੌਲਿਆ ਕਰਨ ਦਾ ਵਧੇਰੇ ਜੋਖਮ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕਾਰਕ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਨਾਲ ਇਕੱਠੇ ਰਹਿਣ ਨਾਲ ਪਰਿਵਾਰਕ ਤਣਾਅ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਮਾਣ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਨੂੰ ਲੁਕਾ ਕੇ ਰੱਖ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਦੇ ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕੀ ਹਨ?

ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ

ਤੰਦਰੁਸਤੀ 'ਤੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤ 'ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਵਿਅਕਤੀ ਤੱਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੋਣਗੇ। ਇਹ ਪ੍ਰਭਾਵ ਘੱਟ ਹੋ ਸਕਦੇ

ਹਨ ਜੇਕਰ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਨੂੰ ਦੋਸਤਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਤੋਂ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਸਹਾਇਤਾ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਜੇ ਉਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਥਿਤੀ 'ਤੇ ਕੁਝ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਹੈ।

ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰਕ ਤਾਕਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਸਰੀਰਕ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਤੋਂ ਆਪਣਾ ਬਚਾਅ ਕਰਨ ਦੇ ਘੱਟ ਸਮਰੱਥ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਰੀਰਕ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਲੱਛਣ ਡਿੱਗਣਾ, ਨੀਲ ਪੈਣਾ, ਟੁੱਟੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ, ਜਲਣਾ, ਸਿਰ ਵਿੱਚ ਸੱਟਾਂ ਜਾਂ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਸੱਟਾਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਜਾਂ ਅਣਗਹਿਲੀ ਦੇ ਹੋਰ ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਭਾਵ ਘੱਟ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਨੀਂਦ ਆਉਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ, ਪੇਟ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਜਾਂ ਸਾਹ ਲੈਣ ਸੰਬੰਧੀ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦਾ ਅਣਗੌਲਿਆ ਬਾਲਗ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਦੀ ਤੀਬਰ ਕਮੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ (ਕਾਫ਼ੀ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਰਹੇ) ਜਾਂ ਕੁਪੋਸ਼ਣ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ (ਕਾਫ਼ੀ ਭੋਜਨ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਰਿਹਾ)।

ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਦੇ ਕੁਝ ਲੱਛਣਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡਿੱਗਣ ਜਾਂ ਉਲਝਣ ਕਾਰਨ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਸੱਟਾਂ ਲੱਗਣਾ, ਨੂੰ ਵੱਧ ਰਹੀ ਉਮਰ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਸਮਝਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਚਿੰਨ੍ਹ ਅਜਿਹੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਵਰਗੇ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਆਮ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਜਾਂ ਅਣਗਹਿਲੀ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਵੀ ਗੁਆ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਆਪਣੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖਾਣ, ਪੀਣ ਜਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ, ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਤਮ ਹੱਤਿਆ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਵਜੋਂ ਨਾ ਪਛਾਣਨ ਜਾਂ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਵਜੋਂ ਨਾ ਕਰਨ।

ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਨਾਲ ਜੀਉਣਾ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਜਾਂ ਜਲਦੀ ਮਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤਣਾਅ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਹੋਰ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਵਧਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਦੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕੀ ਹਨ?

ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ, ਅਕਸਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਧਮਕੀਆਂ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਡਰਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪੋਤੇ-ਪੋਤੀਆਂ/ਦੋਹਤੇ-ਦੋਹਤੀਆਂ ਨੂੰ ਨਾ ਮਿਲਣ ਦੇਣ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦੇ ਕੇ ਡਰ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਲੇ ਛੱਡਣ ਦੀ ਧਮਕੀ ਵੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਦੀ ਇੱਛਾ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੌਂਗ-ਟਰਮ ਕੇਅਰ ਹੋਮ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਅਕਸਰ ਤਣਾਅਗ੍ਰਸਤ, ਚਿੰਤਤ, ਬੇਚੈਨ ਜਾਂ ਉਦਾਸ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਸ਼ਰਮ, ਦੋਸ਼ ਜਾਂ ਸ਼ਰਮਿੰਦਗੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਮੈਂਬਰ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਇਆ ਹੈ। ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਜਾਂ ਅਣਗੌਲਿਆ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦਾ ਬਾਲਗ, ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿੱਚ ਭਰੋਸਾ ਗੁਆ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕੁਝ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ, ਨੀਂਦ, ਬੇਚੈਨੀ ਜਾਂ ਹੋਰ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਨਾਲ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸ਼ਰਾਬ ਜਾਂ ਪ੍ਰਿਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕਿਸੇ ਜਾਣਕਾਰ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਕਾਉਂਸਲਿੰਗ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਸਹਾਇਤਾ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਨਿਸ਼ਚਿਤ ਹੋ ਕਿ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਾਂ ਅਣਗਹਿਲੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਚਿੰਤਾ ਬਾਰੇ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸੀਨੀਅਰਜ਼ ਅਬਿਊਜ਼ ਐਂਡ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਲਾਈਨ (SAIL) ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਤੁਸੀਂ ਕਈ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਜਾਂ ਅਣਗਹਿਲੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਜੋ ਅਜਿਹਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਜੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦਾ ਬਾਲਗ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਮੁਸ਼ਕਲ ਸਥਿਤੀ ਬਾਰੇ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕਰੋ
- ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਦੀ ਗੱਲ ਗੈਰ-ਅਲੋਚਨਾਤਮਕ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸੁਣੋ
- ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਨੂੰ ਪਛਾਣੋ ਅਤੇ ਉਸ ਬਾਰੇਅਜਿਹੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜੋ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਖ਼ਤਰਾ ਨਾ ਪਾਵੇ
- ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਤੋਂ ਗੁਪਤ ਮਦਦ ਮੰਗਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ
- ਜਾਣੋ ਕਿ ਮਦਦ ਜਾਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿੱਥੇ ਫੋਨ ਕਾਲ ਕਰਨਾ ਹੈ
- ਵਿਅਕਤੀ ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਦਾ ਆਦਰ ਕਰੋ

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

- ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਕੇ
- ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਆਤਮਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਹੁਨਰ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਜਾਂ ਮੁੜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਕੇ
- ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸਮਾਜਿਕ ਅਲੱਗ-ਥਲੱਗਤਾ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਕੇ
- ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਲਈ ਢੁਕਵੇਂ ਸਰੋਤ ਰੱਖਕੇ

ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਆਮ ਸੰਕੇਤਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਵਾਸਤੇ ਸਕ੍ਰੀਨ ਕਰਨ ਲਈ ਸਿਖਲਾਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਹ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਉਹ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਨਿੱਜੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਉਹ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਯੋਜਨਾ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਮੈਂ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਦੇਖਾਂ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਅਜਿਹਾ ਅਪਰਾਧ ਜਾਂ ਸਥਿਤੀ ਦੇਖਦੇ ਹੋ ਜੋ ਕਿਸੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਨੂੰ ਫੌਰੀ ਜੋਖਮ ਵਿੱਚ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਜਾਂ **9-1-1** ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ, ਅਣਗਹਿਲੀ ਜਾਂ ਸਵੈ-ਅਣਗਹਿਲੀ ਦੀ ਸੰਦਿਗਧ ਸਥਿਤੀ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।

ਸੀਨੀਅਰਜ਼ ਅਬਿਊਜ਼ ਇਨਫੋ ਲਾਈਨ (SAIL) ਨੂੰ ਲੋਅਰ ਮੇਨਲੈਂਡ ਵਿੱਚ 604-437-1940'ਤੇ, ਜਾਂ 1-866-437-1940'ਤੇ ਟੋਲ ਫ੍ਰੀ ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ

ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਜਾਂ ਮਦਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ, ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਜਾਓ:

- https://seniorsfirstbc.ca 'ਤੇ ਸੀਨੀਅਰਜ਼ ਫਸਟ ਬੀ.ਸੀ.
- ਬੀਸੀ ਸਰਕਾਰ - ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਜਾਂ ਅਣਗਹਿਲੀ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ
- 604-660-4444 'ਤੇ ਪਬਲਿਕ ਗਾਰਡੀਅਨ ਐਂਡ ਟਰੱਸਟੀ ਜਾਂ ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਦੇ ਵਿੱਤ ਨੂੰ ਖ਼ਤਰਾ ਹੈ ਤਾਂ www.trustee.bc.ca 'ਤੇ ਜਾਓ
- 604-408-2172 'ਤੇ ਜਾਂ 1-866-577-2525 'ਤੇ ਟੋਲ-ਫ੍ਰੀ ਲੀਗਲ ਏਡ ਬੀ.ਸੀ. ਜਾਂ https://legalaid.bc.ca 'ਤੇ ਜਾਓ
- 1-800-563-0808 'ਤੇ ਟੋਲ-ਫ੍ਰੀ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰਕ ਅਤੇ ਜਿਨਸੀ ਹਿੰਸਾ ਜਾਂ ਅਪਰਾਧ ਦੇ ਪੀੜਤਾਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ VictimLinkBC 'ਤੇ ਜਾਓ

ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹੈਲਥਲਿੰਕਬੀਸੀ ਫਾਈਲਾਂ ਦੇਖੋ:

- HealthLinkBC File #93b ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ: ਪਰਿਵਾਰਕ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ
- HealthLinkBC File #93c ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ: ਵੱਖ-ਵੱਖ ਅਨੁਭਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ
- HealthLinkBC File #93d ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਨਾਲ ਆਰਥਿਕ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ

ਹੋਰ ਹੈਲਥਲਿੰਕਬੀਸੀ ਫਾਈਲ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਵਾਸਤੇ www.HealthLinkBC.ca/health-library/healthlinkbc-files 'ਤੇ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਯੂਨਿਟ ਕੋਲ ਜਾਓ। ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਗੈਰ-ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਿਹਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਦੇ ਲਈ www.HealthLinkBC.ca 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ **8-1-1** (ਟੋਲ-ਫ੍ਰੀ) 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਬੋਲ਼ੇ ਅਤੇ ਉੱਚਾ ਸੁਣਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ, **7-1-1** 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ ਤੇ 130 ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਸੇਵਾਵਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।