

CARE αίες



Εργαλεία & υλικά για τα εκπαιδευτικά σενάρια

Εργαλεία & υλικά για τα εκπαιδευτικά σενάρια

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ



ΕΡΓΑΛΕΙΑ & ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ ΤΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΣΕΝΑΡΙΑ

6

ΥΛΙΚΟ ΓΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΣΕΝΑΡΙΑ 8

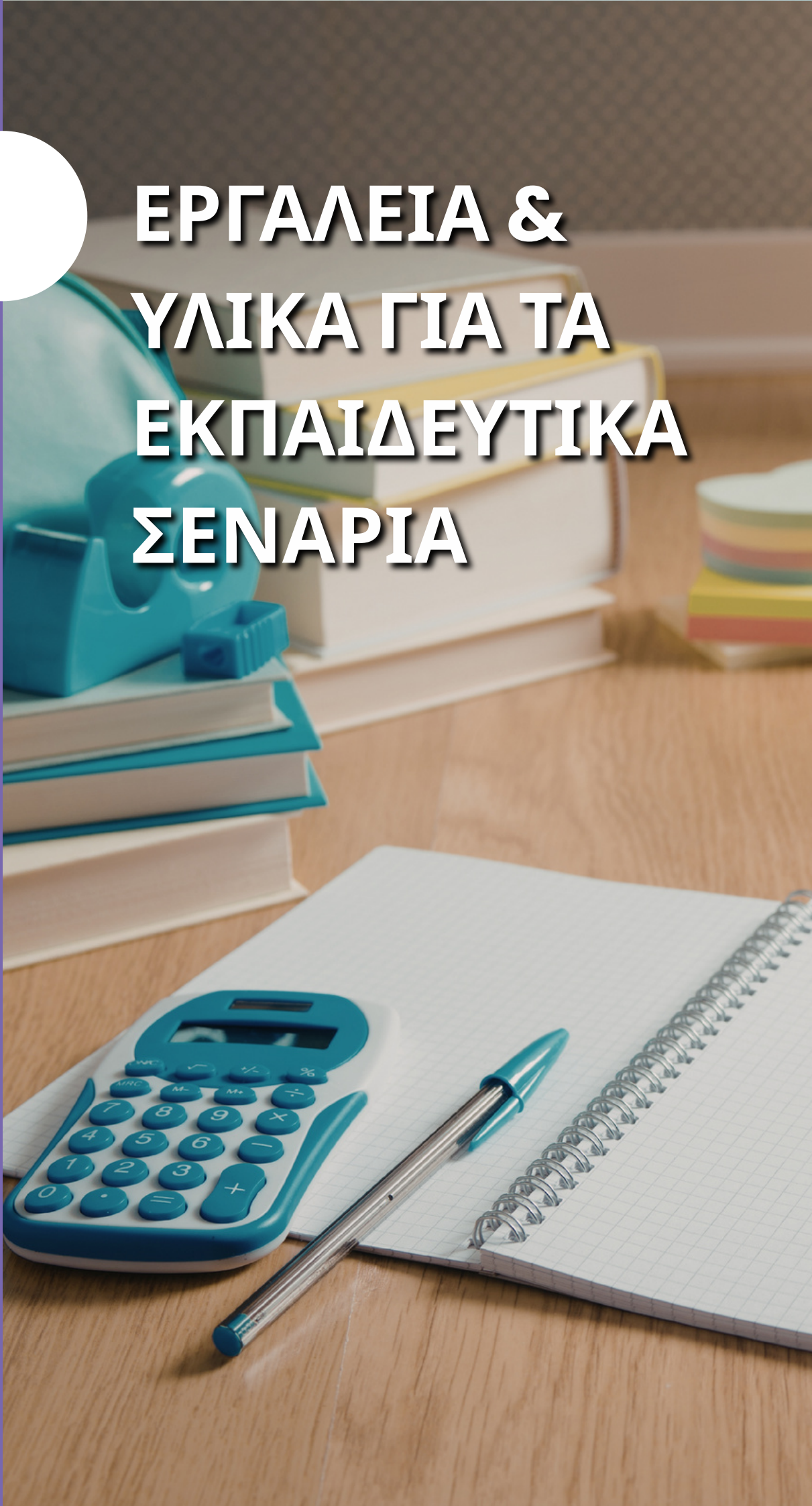
Σενάριο 1: Κατανοώντας την έμφυλη βία	9
Σενάριο 2: Έμφυλη βία και τρίτη ηλικία	12
Σενάριο 3: Παράγοντες ευαλωτότητας	15
Σενάριο 4: Red flags	18
Σενάριο 6: Χαρτογράφηση κοινότητας	32
Σενάριο 8: Καλές πρακτικές στην αναγνώριση έμφυλης βίας σε ηλικιωμένα άτομα	33
Σενάριο 9: Σύνδεση με υπηρεσίες και ασφαλής παραπομπή	40
Σενάριο 10: Το επαγγελματικό φορτίο και το δευτερογενές τραύμα	42
Σενάριο 11: Στρατηγικές αντιμετώπισης του επαγγελματικού φορτίου	51

ΥΛΙΚΟ ΓΙΑ ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΣΕΝΑΡΙΑ55

Σενάριο 2: REAMI ερωτηματολόγιο	56
Σενάριο 3: Safety plan	59
Σενάριο 4: Σεξουαλική βία ενάντια ηλικιωμένων γυναικών	60
Σενάριο 5: Εθελοντισμός	61
Γενικό υλικό- Χάρτα δικαιωμάτων της ΕΕ	62
Questions codes	73
Βιβλιογραφία	74



ΕΡΓΑΛΕΙΑ & ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ ΤΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΣΕΝΑΡΙΑ





ΥΛΙΚΟ ΓΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΣΕΝΑΡΙΑ

Σενάριο 1: Κατανοώντας την έμφυλη βία

Εκτυπώστε και κόψτε τις κάρτες σε 1 όψη χαρτιού A4



Οι κάρτες αυτές αντιστοιχούν στο υλικό που ανήκει και στην ενότητα «Υλικό για εξειδικευμένα εκπαιδευτικά σενάρια», στο Σενάριο 3: Safety Plan, σελ. 59, και πρέπει να εκτυπωθούν όταν θελήσετε να υλοποιήσετε αυτό το σενάριο

ΚΑΡΤΑ 1



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, ή της ActionAid Hellas. Η Ευρωπαϊκή Ένωση ή/και η ActionAid δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι τις εκφραζόμενες απόψεις.



Η κυρία Μαρία είναι 68 ετών και ζει με τον σύζυγό της εδώ και 45 χρόνια. Η κυρία Μαρία σταμάτησε την εργασία της για να «μεγαλώσει τα παιδιά της». Τα τελευταία χρόνια, που τα παιδιά έχουν φύγει πλέον από το σπίτι, αντιμετωπίζει προβλήματα υγείας που περιορίζουν την κινητικότητά της. Ο σύζυγός της ελέγχει τα οικονομικά του σπιτιού και συχνά της λέει ότι «δεν ξέρει να διαχειρίζεται χρήματα». Δεν της επιτρέπει να έχει πρόσβαση στον τραπεζικό λογαριασμό του και της δίνει μόνο μικρά ποσά σε μετρητά για τα ψώνια. Ειδικά μετά τα προβλήματα υγείας της, την προσβάλλει λέγοντας ότι «είναι άχρηστη» ή ότι «χωρίς αυτόν δεν θα μπορούσε να επιβιώσει πια». Η κυρία Μαρία δεν έχει αναφέρει ποτέ σε κανέναν αυτά τα περιστατικά. Θεωρεί ότι «έτσι είναι ο γάμος» και ότι δεν υπάρχει λόγος να δημιουργήσει προβλήματα στην οικογένεια και ειδικά στα παιδιά της.



Σενάριο 1: Κατανοώντας την έμφυλη βία

Εκτυπώστε και κόψτε τις κάρτες σε 1 όψη χαρτιού A4

ΚΑΡΤΑ 2



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, ή της ActionAid Hellas. Η Ευρωπαϊκή Ένωση ή/και η ActionAid δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι τις εκφραζόμενες απόψεις.



Η κυρία Βάνα είναι 63 ετών και ζει στην Ελλάδα τα τελευταία 25 χρόνια. Μετανάστευσε από άλλη χώρα μαζί με τον σύζυγό της και εργάζεται ακόμη ως καθαρίστρια και εκείνος ως ηλεκτρολόγος. Τα παιδιά της είναι στο Λύκειο αλλά δεν τα πάνε πολύ καλά στο σχολείο. Ο σύζυγός της την κατηγορεί συνέχεια ότι εκείνη φταίει που τα παιδιά δεν αποδίδουν στο σχολείο παρόλα τα φροντιστήρια και ότι αν ήταν καλύτερη μάνα τα πράγματα θα ήταν αλλιώς. Τους τελευταίους μήνες έχουν μετακομίσει σε ένα νέο διαμέρισμα για να έχουν ένα ξεχωριστό δωμάτιο για τα παιδιά που μεγαλώνουν και το οποίο έχει αποτελέσει αφορμή για ακόμα πιο συχνούς καβγάδες στο σπίτι. Μπροστά στα παιδιά υψώνει τη φωνή του και την κατηγορεί για όλα τα προβλήματα της οικογένειας. Μερικές φορές της λέει ότι «θα την χωρίσει» και ότι «χωρίς αυτόν δεν θα τα κατάφερνε». Η κυρία Βάνα αποφεύγει να αντιδρά για να μη δημιουργούνται εντάσεις μπροστά στα παιδιά. Τον τελευταίο καιρό αισθάνεται πολύ κουρασμένη και μόνη. Έχει αρχίσει να πιστεύει ότι, ίσως πράγματι εκείνη φταίει για τα προβλήματα της οικογένειας, καθώς και τα παιδιά έχουν αρχίσει να στρέφονται εναντίον της.



ΚΑΡΤΑ 3



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, ή της ActionAid Hellas. Η Ευρωπαϊκή Ένωση ή/και η ActionAid δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι τις εκφραζόμενες απόψεις.



Η κυρία Αντωνία είναι 82 ετών και ζει σε μια δομή φροντίδας ηλικιωμένων τους τελευταίους έξι μήνες. Μετακόμισε εκεί μετά από ένα σοβαρό πρόβλημα υγείας που την έκανε να χρειάζεται καθημερινή βοήθεια. Η κόρη της την επισκέπτεται μία φορά την εβδομάδα. Τον τελευταίο καιρό έχει παρατηρήσει ότι η μητέρα της φαίνεται πιο ανήσυχη. Σε μια από τις τελευταίες επισκέψεις της πρόσεξε μερικούς μώλωπες στο χέρι της μητέρας της, κοντά στον καρπό, και έναν ακόμη στο πάνω μέρος του μπράτσου. Όταν τη ρώτησε πώς συνέβη αυτό, η κυρία Αντωνία απάντησε ότι «μάλλον χτύπησε κάπου» αλλά δεν μπόρεσε να εξηγήσει ακριβώς πότε ή πώς έγινε. Φαινόταν διστακτική να συνεχίσει τη συζήτηση. Όταν η κόρη της είπε ότι θα μιλήσει σχετικά με αυτό στο προσωπικό η κυρία Αντωνία την παρακάλεσε να μην πει κάτι και ότι σίγουρα κάπου χτύπησε.



Σενάριο 1: Κατανοώντας την έμφυλη βία

Εκτυπώστε και κόψτε τις κάρτες σε 1 όψη χαρτιού A4

ΚΑΡΤΑ 4



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, ή της ActionAid Hellas. Η Ευρωπαϊκή Ένωση ή/και η ActionAid δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι τις εκφραζόμενες απόψεις.



Η κυρία Ελένη είναι 74 ετών και ζει μόνη της στο σπίτι όπου μεγάλωσε τα παιδιά της. Πριν από δύο χρόνια διαγνώστηκε με αρχόμενο στάδιο άνοιας και αντιμετωπίζει δυσκολίες στη μνήμη και στην οργάνωση της καθημερινότητάς της. Ο γιος της, που ζει σε κοντινή περιοχή, έχει αναλάβει να τη βοηθά με τα ψώνια, τους λογαριασμούς και τις τραπεζικές υποθέσεις. Πριν από έναν χρόνο η κυρία Ελένη του έδωσε εξουσιοδότηση για να μπορεί να κάνει αναλήψεις από τον τραπεζικό της λογαριασμό. Σε μια πρόσφατη επίσκεψη στο φαρμακείο της γειτονιάς, η φαρμακοποιός παρατήρησε ότι η κυρία Ελένη δεν είχε πληρώσει τα φάρμακά της για δύο μήνες. Όταν τη ρώτησε σχετικά, η Ελένη φάνηκε μπερδεμένη και είπε ότι «μάλλον ο γιος της θα τα έχει κανονίσει». Η φαρμακοποιός ρώτησε την κυρία Ελένη αν έχει το τηλέφωνό του για να του μιλήσει η ίδια και να το κανονίσουν αλλά η κυρία Ελένη δίστασε να το δώσει.



ΚΑΡΤΑ 5



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, ή της ActionAid Hellas. Η Ευρωπαϊκή Ένωση ή/και η ActionAid δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι τις εκφραζόμενες απόψεις.



Η Άλεξ είναι 67 ετών και τα τελευταία χρόνια ζει μόνη της σε μια μικρή πόλη. Έχει εργαστεί για πολλά χρόνια σε κομμωτήριο και πλέον έχει συνταξιοδοτηθεί. Τα τελευταία χρόνια έχει αρχίσει να μιλά πιο ανοιχτά για την ταυτότητά της και συστήνεται ως τρανς γυναίκα σε ανθρώπους που εμπιστεύεται. Στη γειτονιά όμως αρκετοί άνθρωποι τη γνωρίζουν από παλιά και συνεχίζουν να χρησιμοποιούν το παλιό της όνομα ή να σχολιάζουν την εμφάνισή της. Σε ορισμένες περιπτώσεις έχει ακούσει σχόλια όπως «σε αυτή την ηλικία τι τα θέλει αυτά» ή «που του ήρθε τώρα αυτό στα γεράματα». Μια φίλη της κοινωνική λειτουργός που εργάζεται στον δήμο την συνάντησε πρόσφατα και έμαθε για τα προβλήματα υγείας που αντιμετωπίζει και τη δυσκολία στο να επισκεφθεί τις τοπικές δομές υγείας. Η Άλεξ της εξήγησε ότι πολλές φορές αποφεύγει να ζητήσει βοήθεια, γιατί φοβάται ότι θα αντιμετωπιστεί με ειρωνεία ή ότι το προσωπικό θα χρησιμοποιήσει το παλιό της όνομα, κάτι που την κάνει να αισθάνεται άβολα και ανασφαλής.



ΙΣΤΟΡΙΑ 1

Δεν ξύπνησα μια μέρα και είπα “ζω με κακοποίηση”», μου λέει η Μαρία. Είναι 67 ετών και μιλά ήρεμα, σχεδόν απολογητικά. «Απλώς συνήθισα. Έτσι γίνονται αυτά».

Κάθεται απέναντί μου με τα χέρια σφιγμένα, σαν να φοβάται ακόμη ότι κάποιος την ακούει. «Στην αρχή ήταν μόνο λόγια. Με διόρθωνε συνεχώς. Μου έλεγε ότι υπερβάλλω, ότι είμαι ευαίσθητη, ότι φταίω εγώ».

Στην αρχή ήταν τα λόγια. «Με έκανε να νιώθω μικρή. Να αμφιβάλλω για τον εαυτό μου». Με τον καιρό, τα λόγια έγιναν κανόνες. «Μην πας εκεί. Μην μιλάς σε εκείνη. Τι το θέλεις το τηλέφωνο;» Η ζωή της μίκρυνε χωρίς να το καταλάβει. «Έκοψα φίλους, μετά συγγενείς. Όταν το συνειδητοποίησα, ήμουν ήδη μόνη». Μετά ήρθαν οι απαγορεύσεις, οι έλεγχοι, η απομόνωση. «Δεν μου το είπε ποτέ καθαρά, αλλά ήξερα ότι δεν έπρεπε να μιλάω. Ούτε σε φίλους, ούτε στην οικογένεια».

Τα χέρια εμφανίστηκαν αργότερα. «Και τότε ήταν πια αργά. Ή τουλάχιστον έτσι νόμιζα. Και τότε είπα: τώρα πια δεν φεύγεις. Είσαι μεγάλη».

Τη ρωτώ γιατί δεν ζήτησε βοήθεια. Παίρνει χρόνο πριν απαντήσει. «Γιατί δεν είχα λεφτά δικά μου. Γιατί φοβόμουν τι θα πει ο κόσμος. Γιατί στα 60 δεν σου λένε “ξεκίνα από την αρχή”, σου λένε “κάνε υπομονή”». Μου λέει πως ένιωθε αόρατη. «Σαν να μην μπορούσε να μου συμβεί κάτι τόσο σοβαρό, μόνο και μόνο επειδή είχα άσπρα μαλλιά».

Η Μαρία δεν μιλά για εκδίκηση. Μιλά για αναγνώριση. «Θέλω να ξέρουν ότι η βία δεν τελειώνει με την ηλικία. Ότι δεν είναι ποτέ αργά να φύγεις, αρκεί κάποιος να σου πει ότι έχεις δικαίωμα». Όταν σηκώνεται να φύγει, μου λέει χαμηλόφωνα: «Το πιο δύσκολο δεν ήταν τα χτυπήματα. Ήταν ότι έμαθα να μη ζητάω βοήθεια».

Η ιστορία της Μαρίας δεν είναι εξαίρεση. Είναι απλώς μια ιστορία που, για χρόνια, κανείς δεν ήθελε να ακούσει.

Σενάριο 2: Έμφυλη βία και τρίτη ηλικία

Εκτυπώστε σε 1 όψη χαρτιού A4

ΙΣΤΟΡΙΑ 2

«Στα 62 μου δεν με χτυπούσε πια. Δεν χρειαζόταν», μου λέει η Ελένη. Η φωνή της είναι σταθερή, σχεδόν ψυχρή. «Η δουλειά είχε γίνει χρόνια πριν».

Η Ελένη παντρεύτηκε στα 20. Δούλεψε, μεγάλωσε παιδιά, πλήρωσε δάνεια. «Όλα ήταν στο όνομά του. Ο μισθός μου πήγαινε στο κοινό ταμείο, αλλά ποτέ δεν ήταν πραγματικά κοινό».

Όταν αρρώστησε και αναγκάστηκε να σταματήσει να εργάζεται, η εξάρτηση έγινε απόλυτη. «Δεν είχα πια πρόσβαση σε λογαριασμούς. Ούτε σε αποφάσεις». Η κακοποίηση ήταν σιωπηλή. «Με μετρούσε. Τι ξόδεψες, γιατί άργησες, γιατί κουράστηκες».

Της μιλούσε σαν να ήταν βάρος. «Μου έλεγε ότι χωρίς αυτόν δεν θα τα κατάφερνα. Κι εγώ, σιγά-σιγά, το πίστεψα». Δεν την έβριζε μπροστά σε άλλους. «Ήταν ευγενικός. Αυτό ήταν το πιο δύσκολο να εξηγήσω».

Τη ρωτώ γιατί δεν έφυγε. Γελάει πικρά. «Γιατί στα 60 δεν έχεις αποδείξεις. Δεν έχεις μώλωπες. Έχεις μόνο κούραση». Μου λέει πως όταν τόλμησε να μιλήσει σε οικείους της είπαν ότι «αυτά είναι οικογενειακά».

Σήμερα η Ελένη ζει μόνη, με μια μικρή σύνταξη και λιγότερο φόβο. «Δεν ξαναέφτιαξα τη ζωή μου. Την πήρα πίσω».

Θέλει η ιστορία της να ακουστεί για έναν λόγο: «Για να καταλάβουμε ότι η βία δεν φωνάζει πάντα. Μερικές φορές ψιθυρίζει, μέχρι να σε εξαφανίσει».

ΙΣΤΟΡΙΑ 3

«Τη γνωρίζω σαράντα χρόνια. Ξέρω πώς γελάει, πώς θυμώνει, πώς σωπαίνει. Κι αυτό το σωπαίνει, τον τελευταίο καιρό, είχε γίνει αφύσικο», μου λέει η Κατερίνα για τη φίλη της, τη Λένα, 73 ετών. Δεν υπήρχαν σημάδια που να “φωνάζουν”. «Ήταν πιο σκυφτή. Πιο προσεκτική. Κοιτούσε συνέχεια το κινητό της, λες και περίμενε έγκριση για να μιλήσει». Όταν τη ρωτούσε τι συμβαίνει, η Λένα χαμογελούσε. «Τίποτα, μωρέ. Μεγαλώνουμε».

Μια μέρα, όμως, άργησε να πάει στο καθιερωμένο τους ραντεβού για ελληνικό καφέ στο σπίτι της κοινής τους φίλης. «Όταν έφτασε, ήταν ταραγμένη. Και τότε μου είπε κρυφά από τις άλλες: “Δεν αντέχω άλλο”». Η κακοποίηση ήταν καθημερινή. Φωνές, υποτιμήσεις, έλεγχος, φόβος. «Όχι χτυπήματα συχνά. Αλλά αρκετά για να φοβάται».

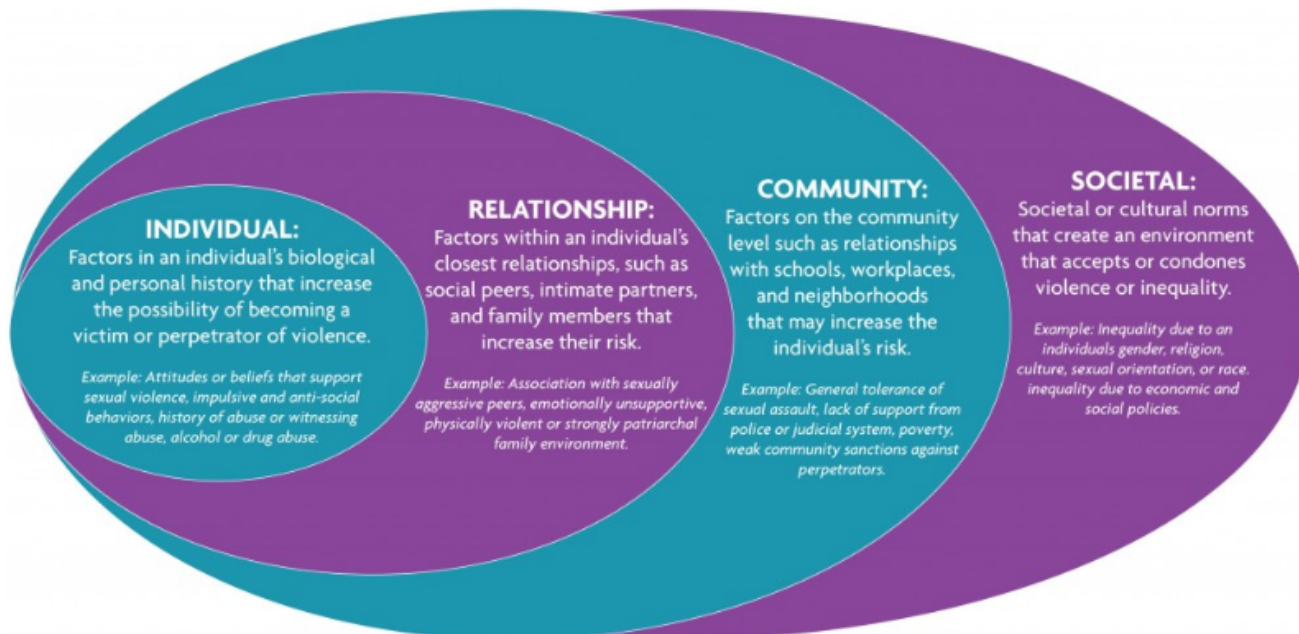
Η Κατερίνα δεν ήξερε τι να κάνει. «Δεν ήθελα να την πιέσω. Ήθελα να την πιστέψω». Της πρότεινε να πάνε μαζί σε συμβουλευτικό κέντρο. «Μου είπε ότι ντρεπόταν. Ότι στα 73 της δεν “ταιριάζει” να ζητάς βοήθεια». Πήγαν μαζί. «Κάθισα δίπλα της. Αυτό μόνο».

Σήμερα, η Λένα κάνει μικρά βήματα. «Δεν σώθηκε μέσα σε μια μέρα», λέει η Κατερίνα. «Αλλά κάποιος την άκουσε. Καμιά φορά, το πιο σημαντικό δεν είναι να έχεις λύση. Είναι να μην αφήσεις τη φίλη σου μόνη».

Σενάριο 3: Παράγοντες ευαλωτότητας

Εκτυπώστε σε 1 όψη χαρτιού Α4

SOCIAL ECOLOGICAL MODEL



ΓΡΑΦΗΜΑ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ ΚΙΝΔΥΝΟΥ ΚΑΙ ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΤΙΚΩΝ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ

Οικολογικό Μοντέλο για την κατανόηση των παραγόντων κινδύνου και των προστατευτικών παραγόντων της κακοποίησης ηλικιωμένων

Παράγοντες κινδύνου για ηλικιωμένες γυναίκες	Γενικοί παράγοντες κινδύνου της κακοποίησης ηλικιωμένων	Επιπρόσθετοι παράγοντες κινδύνου για την άνοια		Προστατευτικοί παράγοντες
Πολιτισμικές προσδοκίες, αξίες και νόρμες που επιτρέπουν τη βία ως αποδεκτή συμπεριφορά εναντίον ηλικιωμένων γυναικών Επιδράσεις κοροής Περιοδικές επιδράσεις Επιδράσεις ηλικιακού ρατσισμού Σεξισμός "Διπλός κίνδυνος" (συνδυασμός ηλικίας και φύλου)	Εγγλεμιακάτητα Κακή ψυχική υγεία, προβλήματα ψυχικής υγείας (πχ. συμπτώματα κατάθλιψης, επιθετικότητα), άγχος Χαμηλά επίπεδα φροντίδας της υγείας εντός συστημάτων, υπηρεσιών πρόνοιας και δομών φροντίδας Ανεπαρκής εκπαίδευση προσωπικού φροντίδας της υγείας και κοινωνικής φροντίδας, χαμηλές αμοιβές και υπερβολικός φόρτος εργασίας Οι εφαρμοζόμενες πολιτικές γίνονται με βάση το συμφέρον των οργανισμών αντί για των ατόμων Τα στερεότυπα που σχετίζονται τις ηλικιακές διακρίσεις όπου τα ηλικιωμένα άτομα εκλαμβάνονται ως εύκολοι, αδύναμοι και εξαρτώμενοι Διαβίωση δεσμών μεταξύ γενεών οικογενείας Πολιτισμικές νόρμες που περιθωριοποιούν τους ηλικιωμένους και δεν τρέφουν σεβασμό προς τα ηλικιωμένα άτομα	Παρερμίνευση άνοιας και των επιδράσεων της Στρεγνωσίας της άνοιας	ΚΟΙΝΩΝΙΑ	Προαγωγή θετικών εικόνων για τα ηλικιωμένα άτομα Κουλτούρα σεβασμού στις αξίες, την σοφία και την συμβολή των ηλικιωμένων ατόμων Σωστά εκπαιδευμένοι επαγγελματίες υγείας και κοινωνικής μέριμνας
Κοινωνικές νόρμες οι οποίες θέτουν την ιδιαιτερότητα της οικογένειας πάνω από τα δικαιώματα των θυμάτων Η αυθεντία των αρρεσινών εναντί των γυναικών είναι αποδεκτή Ανεπαρκής/ μη διαθέσιμες κοινοτικές υπηρεσίες για τις γυναίκες θύματα Συστηματική αορατότητα: Οι ηλικιωμένες γυναίκες αγνοούνται	Κοινωνική απομόνωση των ηλικιωμένων ατόμων και των φροντιστών τους Ανεπαρκής/ μη διαθέσιμες κοινοτικές υπηρεσίες Έλλειψη κοινωνικής υποστήριξης προς φροντιστές Συστηματική αορατότητα: Τα ηλικιωμένα θύματα αγνοούνται	Έλλειψη βοήθειας/ υπηρεσιών/ εκπαίδευσης που παρέχονται σε ανθρώπους που φροντίζουν ηλικιωμένα άτομα με άνοια	ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ	Υπηρεσίες Υποστήριξης Θυμάτων βασίζουσες στην κοινότητα Προσάρμοση μετανάστευσης, κοινοτικές δομές και στέγαση
Μορφωμένο περιβάλλον διαβίωσης Διαβίωση σε μεγάλο νοικοκυριό Κακές ή συγκρουσιακές σχέσεις Εξάρτηση θύματος Μακροπρόθεσμα δυναμικά δύναμης και ελάχιστο κυριαρχία αρρεσινών στην οικογένεια	Εξάρτηση θύτη από το ηλικιωμένο άτομο Υψηλά επίπεδα οικονομικής ή/ και συναισθηματικής εξάρτησης ενός ευάλωτου ηλικιωμένου ατόμου από τον φροντιστή του ή το αντίστροφο Ιστορικό ενδοοικογενειακής βίας Έλλειψη υποστήριξης από άλλα μέλη της οικογένειας Στρες φροντιστών	Ακατάλληλοι/ άβολοι διακανονισμοί διαβίωσης Κακές σχέσεις μεταξύ ενός ηλικιωμένου ατόμου και του φροντιστή του πριν την έναρξη της άνοιας Αλληλοεπικάλυψη με κακοποίηση: τα δευτερογενή συμπτώματα της άνοιας μπορεί να κάνουν τους ηλικιωμένους να αντιδρούν βίαια προς τους φροντιστές τους	ΣΧΕΣΕΙΣ	Οικογένειες που νοιάζονται Τα θύματα (και οι θύτες) διατηρούν παλαιά υγιή σχέσεις με άλλους Επίσημα και ανεπίσημα κοινωνικά δίκτυα Ανακουφιστική φροντίδα και υποστήριξη για οικογενειακούς φροντιστές
Ηλικιωμένα άτομα/ θύμα Γένος θύματος (θηλυκό) Χαμηλό εισόδημα/ σύνταξη Λειτουργική εξάρτηση/ αναπηρία Ποιότητα σχέσεων Θύτης βίας Κατάχρηση ουσιών Ιστορικό βίας (πχ. Μαρτυρία ή εμπειρία βίας ως παιδί, διάπραξη ενδοοικογενειακής βίας στο παρελθόν)	Κακή σωματική/ ψυχική υγεία Χαμηλό εισόδημα/ σύνταξη Παρελθοντικές εμπειρίες κακοποίησης και το σχετιζόμενο τραύμα Χαρακτηριστικά του ατόμου που αυξάνουν την πιθανότητα να καταστεί θύμα ή θύτης βίας Ανεπαρκείς δεξιότητες διαχείρισης Φορτίο φροντιστών ή/ και στρες Κακή/ ανεπαρκής προστασία/ ετοιμότητα φροντιστή Ανάλυση χρεών φροντιστή σε νεαρή ηλικία	Ηλικιωμένα άτομα/ θύμα που πάσχει από άνοια Δευτερογενή συμπτώματα άνοιας: ανισοκαταστάσεις όπως επιθετικότητα ή/και υπερβολικά ασυνεπείς συμπεριφορές (πχ. Σεξουαλικώς προσβλητικές ή πράξεις) Η λειτουργικότητα του λήπτη υπηρεσιών, η σοβαρότητα και το στάδιο της άνοιας, οι επιθετικές συμπεριφορές και βίαιες επιθέσεις, τα καταβλητικά συμπτώματα και οι κοινωνικές τους επαφές Θύτης βίας Στρες που σχετίζεται με τα φροντιστικά καθήκοντα Το άγχος του φροντιστή, καταβλητικά συμπτώματα, κοινωνικές επαφές, προλαμβανόμενο φορτίο, συναισθηματική κατάσταση και περιορισμοί του ρόλου εξαιτίας συναισθηματικών προβλημάτων	ΑΤΟΜΟ (ΘΥΜΑ ΚΑΙ ΘΥΤΗΣ)	Καλές δεξιότητες διαχείρισης Συμπεριφορά ανοχή/τήρησης βοήθειας Προσωπικό πλάνο ασφαλείας σε εφαρμογή και μορφοποίηση αυτού με έμπιστο μέλος της οικογένειας, γείτονα ή πάροχο υπηρεσιών Επιδόρμωση και υποστήριξη που προστατεύουν από τη βία

Σενάριο 3: Παράγοντες ευαλωτότητας

Εκτυπώστε σε 1 όψη χαρτιού A4



Κάρτα 1

Όνομα: Σοφία

Ετών: 79

Η κυρία Σοφία είναι 79 ετών και ζει μόνη της σε ένα διαμέρισμα. Τα τελευταία χρόνια αντιμετωπίζει κινητικά προβλήματα και δυσκολεύεται να μετακινηθεί. Μια γυναίκα από τη γειτονιά την επισκέπτεται καθημερινά για να τη βοηθήσει με τα ψώνια και τις δουλειές του σπιτιού. Η κυρία Σοφία δεν έχει κοντινούς συγγενείς στην πόλη που ζει και βασίζεται σχεδόν αποκλειστικά στη γειτόνισσά της.



Κάρτα 2

Όνομα: Νουρ

Ετών: 66

Η κυρία Νουρ είναι 66 ετών και ζει στην Ελλάδα τα τελευταία 15 χρόνια. Δεν μιλά καλά ελληνικά και εξαρτάται από τον γιο της για την επικοινωνία με υπηρεσίες υγείας και δημόσιους φορείς. Έχει πρόσφατα διαγνωστεί με ένα χρόνιο πρόβλημα υγείας, αλλά δυσκολεύεται να κατανοήσει τις οδηγίες των γιατρών. Ο γιος της συχνά της λέει ότι «δεν χρειάζεται να ξέρει λεπτομέρειες» και ότι «εκείνος τα κανονίζει όλα». Η ίδια δεν αισθάνεται άνετα να απευθυνθεί μόνη της σε κάποια υπηρεσία.



Κάρτα 3

Όνομα: Δήμητρα

Ετών: 83

Η κυρία Δήμητρα είναι 83 ετών και ζει σε μια ιδιωτική δομή φροντίδας ηλικιωμένων. Έχει ήπια γνωστική έκπτωση και χρειάζεται βοήθεια στην καθημερινότητά της. Δέχεται επίσκεψη μια φορά την εβδομάδα από την κόρη της που δουλεύει σε άλλη πόλη.

Σενάριο 3: Παράγοντες ευαλωτότητας

Εκτυπώστε σε 1 όψη χαρτιού A4



Κάρτα 4

Όνομα: Χάνα

Ετών: 71

Η κυρία Χάνα είναι 71 ετών και ζει με τον σύζυγό της. Δεν εργάστηκε ποτέ εκτός σπιτιού και δεν έχει δικό της εισόδημα. Δεν έχει ποτέ ασχοληθεί με τα οικονομικά γιατί ο σύζυγός της τα διαχειριζόταν όλα



Κάρτα 5

Όνομα: Άννα

Ετών: 68

Η Άννα είναι 68 ετών και ζει σε αγροτική περιοχή. Έχει ιστορικό κατάθλιψης και τα τελευταία χρόνια λαμβάνει φαρμακευτική αγωγή. Μετά τον θάνατο του συζύγου της ζει μόνη της και έχει περιορισμένη επαφή με άλλα άτομα. Δεν οδηγεί και εξαρτάται από έναν συγγενή για μετακινήσεις και πρόσβαση σε υπηρεσίες υγείας.

Σενάριο 4: Red flags

Εκτυπώστε σε 1 όψη χαρτιού A4

Κλινικές & Ιατροδικαστικές Ενδείξεις σωματικής βίας - Μώλωπες	Δυσκολίες στην αναγνώριση ηλικιωμένων θυμάτων/ Αλλαγές λόγω ηλικίας ή ασθενειών
Μώλωπες σε ασυνήθιστα σημεία: πλάγια στα χέρια, πρόσωπο, πλάτη και είναι μεγαλύτεροι από 5 εκ.	Το δέρμα είναι πιο λεπτό, πιο εύθραυστο, χάνει το προστατευτικό του λιπαρό στρώμα → αυξάνεται ο κίνδυνος δερματικού τραυματισμού και μελανιάσματος.
Μώλωπες στο στήθος, λαιμό, αυτιά, κοιλιά, οπίσθια, παλάμες και πατούσες.	Τα αιμοφόρα αγγεία του δέρματος γίνονται πιο εύθραυστα → πιο επιρρεπή σε μώλωπες και αιμορραγία κάτω από το δέρμα (γεροντική πορφύρα).
Τραυματισμοί με μοτίβο, σημάδια από ζώνη, δάχτυλα, άλλου είδους αρθρώσεις ή αντικείμενα.	Γεροντική πορφύρα: συχνή πάθηση στους ηλικιωμένους, κυρίως σε χέρια και πόδια.
Παράλληλα σημάδια και μώλωπες.	Κηλίδες χωρίς τραύμα ή εμφανή αιτία.
Πολλαπλοί μώλωπες σε διαφορετικά στάδια επούλωσης.	Μιμητικά σημάδια λόγω φαρμακευτικής αγωγής (π.χ. αντιπηκτικά, στεροειδή, ασπιρίνη).
Σε βαθύτερους τραυματισμούς οι μώλωπες μπορεί να εμφανιστούν μέρες μετά.	Κάποιες ασθένειες μπορεί επίσης να προκαλέσουν μώλωπες.

Σενάριο 4: Red flags

Εκτυπώστε σε 1 όψη χαρτιού A4

Κλινικές & Ιατροδικαστικές Ενδείξεις σωματικής βίας – Κατάγματα	Δυσκολίες στην αναγνώριση ηλικιωμένων θυμάτων
Ιστορικό συχνών τραυματισμών ή πτώσεων. Επαναλαμβανόμενες επισκέψεις στο ΤΕΠ με παρόμοιους τραυματισμούς.	Οι πτώσεις και οι τραυματισμοί είναι ο πιο συνηθισμένος τραυματισμός στους ηλικιωμένους, λόγω μειωμένης όρασης ή κινητικότητας και προβλημάτων ισορροπίας.
Τα κατάγματα στους γοφούς είναι πιο συνηθισμένα σε γυναίκες, λόγω οστεοπόρωσης (λεπτά και εύθραυστα οστά).	Οστεοπόρωση και άλλες σχετικές ασθένειες. Δύο είδη καταγμάτων μπορούν να συμβούν αυθόρμητα σε ηλικιωμένες με οστεοπόρωση: κατάγματα στους σπονδύλους και τους γοφούς.
Τα κατάγματα όπως στο κρανίο, τη σπονδυλική στήλη, το σαγόνι και τα ζυγωματικά είναι πιο πιθανά να είναι αποτέλεσμα επίθεσης από ό,τι τα κατάγματα στους γοφούς, τους καρπούς και τους σπονδύλους.	Τα οστά των ηλικιωμένων είναι πιο λεπτά και λιγότερο πυκνά.
Ανεξήγητα κατάγματα.	Λίγα στοιχεία σχετικά με εγκληματολογικά ευρήματα για κατάγματα στους ηλικιωμένους.
Κατάγματα που απαιτούν υψηλή ενέργεια, τα οποία είναι ασυμβίβαστα με τους αναφερόμενους μηχανισμούς και τη συνύπαρξη οξείας και χρόνιας βλάβης.	Καρκίνος που εισβάλλει στα οστά
Χρήση διαφορετικών ιατρών ("doctor hopping" or "doctor shopping") αντί παρακολούθησης από έναν συγκεκριμένο γιατρό.	Φτωχή διατροφή.
Απροθυμία του ασθενή ή του φροντιστή να απαντήσει σε ερωτήσεις	Έλλειψη βιταμίνης D.
Τεταμένη αλληλεπίδραση μεταξύ ασθενή φροντιστή ή Αντιφάσεις μεταξύ της περιγραφής του ασθενή και του φροντιστή σχετικά με τον τραυματισμό	Αλκοολισμός
Εγκατάλειψη του ασθενούς στο ΤΕΠ από τον φροντιστή ή ασυνήθιστη καθυστέρηση στην αναζήτηση ιατρικής φροντίδας.	Ορμονικές αλλαγές.

Σενάριο 4: Red flags

Εκτυπώστε σε 1 όψη χαρτιού A4

Κλινικές & Ιατροδικαστικές Ενδείξεις σωματικής βίας – Έγκαυματα/ Κοψίματα/ Σκισίματα	Δυσκολίες στην αναγνώριση ηλικιωμένων θυμάτων
Έγκαυμα από υγρό ή ατμό σε σημείο του σώματος που δύσκολα προκαλούνται ατυχήματα (π.χ. πίσω μέρος χεριών, πέλματα, γλουτοί, πλάτη).	Τα εγκαυματα στους ηλικιωμένους μπορεί να είναι αποτέλεσμα κακοποίησης ή παραμέλησης αλλά και τυχαίο γεγονός πχ κατά το μαγείρεμα, μπάνιο (πολύ ζεστό νερό) κτλ.
Έγκαυματα που υποδεικνύουν μοτίβο ή σχέδιο (π.χ. από τσιγάρο ή σε σχήμα γαντιού/κάλτσας από εξαναγκαστική βύθιση σε καυτό υγρό)	Το μέγεθος, το σημείο, το σχήμα, το μοτίβο και η περιγραφή του πώς συνέβη το έγκαυμα αποτελούν ενδείξεις για την πραγματική αιτία.
Πολλαπλά κοψίματα σε σημεία εκτός από τα χέρια και τα πόδια.	Η ελαστικότητα και το πάχος του δέρματος μειώνονται με την ηλικία.
Κοψίματα που απαιτούν υψηλή ενέργεια, τα οποία είναι ασυμβίβαστα με τους αναφερόμενους μηχανισμούς	Τα τριχοειδή αγγεία γίνονται πιο εύθραυστα, γεγονός που μπορεί να οδηγήσει σε αγγειακές βλάβες όπως μώλωπες και γεροντική πορφύρα
Αντιφάσεις στην περιγραφή ή τεταμένη αλληλεπίδραση ασθενή – ατόμου φροντίδας σχετικά με το κόψιμο- σκίσιμο	Οι αλλαγές στο δέρμα μπορεί να επιδεινωθούν με τη χρήση συγκεκριμένων φαρμάκων, όπως κορτικοστεροειδή (π.χ. για άσθμα).

Σενάριο 4: Red flags

Εκτυπώστε σε 1 όψη χαρτιού A4

Κλινικές & Ιατροδικαστικές Ενδείξεις πιθανής παραμέλησης	Δυσκολίες στην αναγνώριση ηλικιωμένων θυμάτων
Βαθιά έλκη κατάκλισης σε πολλαπλά σημεία. Εντοπίζονται συνήθως πάνω στο ιερό οστό, τα ισχία ή τα πέλματα (πτέρνες).	Οι ηλικιωμένοι είναι πιο επιρρεπείς σε έλκη λόγω ασθενειών και όχι με βάση την ηλικία και μόνο. Τα έλκη κατάκλισης μπορεί να οφείλονται σε παράγοντες όπως οξεία ασθένεια, διαταραχές του κυκλοφορικού συστήματος, κακή διατροφή
Μεγάλα μολυσμένα έλκη κατάκλισης που δεν έχουν φροντιστεί.	Η φυσιολογική γήρανση του δέρματος έχει σχετικά καλά διατηρημένη ροή αίματος.
Γενικά τα μεγάλα, μολυσμένα, νεκρωτικά έλκη κατάκλισης, τα πολλά και ιδιαίτερα τα βαθιά έλκη κατάκλισης μπορεί να είναι ένδειξη παραμέλησης.	Υπάρχουν διαφορετικές απόψεις σχετικά με το ποια έλκη σχετίζονται με ασθένεια και ποια με παραμέληση ή κακοποίηση
Αφυδάτωση	Η αφυδάτωση μπορεί να προκληθεί από διάφορους παράγοντες πχ ασθένειες
Υποσιτισμός και μη σκόπιμη – ανεξήγητη απώλεια βάρους.	Η γήρανση σχετίζεται με μείωση της όσφρησης και της γεύσης, και συνεπώς με μειωμένη όρεξη.

Σενάριο 4: Red flags

Εκτυπώστε σε 1 όψη χαρτιού A4

Κλινικές & Ιατροδικαστικές Ενδείξεις σωματικής βίας	Δυσκολίες στην αναγνώριση ηλικιωμένων θυμάτων
Σημάδια ή ουλές γύρω από τους καρπούς, τους αστραγάλους ή τον λαιμό.	Μπορεί να αποδοθούν λανθασμένα σε πτώσεις, ιατρικές παρεμβάσεις ή «ατυχήματα».
Τραυματική αλωπεκία (απώλεια μαλλιών από τράβηγμα).	Μπορεί να συγχέεται με φυσιολογική τριχόπτωση λόγω ηλικίας ή φαρμακευτικής αγωγής.
Οίδημα της κεφαλής.	Μπορεί να υποτιμηθεί ως αποτέλεσμα πτώσης ή να μην αναφερθεί από το ίδιο το άτομο.
Ενδο-αρθρικές βλάβες μαλακών ιστών.	Δύσκολο να εντοπιστούν χωρίς εξειδικευμένο έλεγχο και συχνά αποδίδονται σε εκφυλιστικές παθήσεις.
Τραυματισμοί στους οφθαλμούς (π.χ. αποκόλληση αμφιβληστροειδούς).	Μπορεί να αποδοθούν σε προϋπάρχουσες παθήσεις όρασης ή σε εκφυλιστικές αλλαγές.
Διάσειση	Συμπτώματα (σύγχυση, αστάθεια) μπορεί να αποδοθούν σε άνοια ή ηλικία.
Ήπια τραυματική εγκεφαλική βλάβη (μώλωπες, σχισμές ή πρήξιμο εγκεφάλου).	Δύσκολη διάκριση από νευροεκφυλιστικές παθήσεις ή γνωστική έκπτωση.

Σενάριο 4: Red flags

Εκτυπώστε σε 1 όψη χαρτιού A4

Κλινικές & Ιατροδικαστικές Ενδείξεις σωματικής βίας – Σεξουαλική βία σε ηλικιωμένες γυναίκες	Δυσκολίες στην αναγνώριση ηλικιωμένων θυμάτων
Τραυματισμοί στα γεννητικά όργανα, τον πρωκτό ή τη στοματική κοιλότητα.	Οι γυναίκες βιώνουν φυσιολογικές αλλαγές στην περιοχή των γεννητικών οργάνων καθώς μεγαλώνουν καθώς τα επίπεδα προγεστερόνης και οιστρογόνων μειώνονται με τη γήρανση
Πόνος, φαγούρα ή κάψιμο στην περιοχή των γεννητικών οργάνων.	Τα μειωμένα επίπεδα οιστρογόνων οδηγούν σε αλλαγές στο σχήμα του κόλπου, αυξημένη ξηρότητα και αραίωση των κολπικών τοιχωμάτων.
Μώλωπες, φλεγμονή, ευαισθησία, εκδορές ή τραύματα στην περιοχή των γεννητικών οργάνων και του πρωκτού.	Οι αλλαγές λόγω ηλικίας μπορεί να προκαλέσουν πόνο και αιμορραγία κατά τη σεξουαλική επαφή
Μώλωπες στο στήθος και/ή την κοιλιά.	Συχνά υπάρχει δισταγμός ή αδυναμία αναφοράς λόγω ντροπής, φόβου ή γνωστικών δυσκολιών.
Αλλαγές (ιδιαίτερα αιφνίδιες) στην κίνηση του εντέρου ή στη δραστηριότητα της ουροδόχου κύστης.	Αλλαγές στην κίνηση του εντέρου ή στη λειτουργία της ουροδόχου κύστης μπορεί να σχετίζονται με φυσιολογικές αλλαγές της γήρανσης ή με ιατρικές καταστάσεις
Συχνές ουρολοιμώξεις.	Οι ουρολοιμώξεις ή άλλες παθήσεις του ουροποιητικού συστήματος, μπορεί να προκαλούν πόνο, κάψιμο κατά την ούρηση ή δυσφορία στην περιοχή των γεννητικών οργάνων
Ανεξήγητη σεξουαλικά μεταδιδόμενη ασθένεια.	Η σεξουαλική βία σε μεγαλύτερες ηλικίες παραμένει συχνά «αόρατη» και υποαναγνωρισμένη.
Αιφνίδια δυσκολία στο περπάτημα, στο να σηκωθεί ή να καθίσει.	Η δυσκολία στο περπάτημα, στο να σηκωθεί ή να καθίσει μπορεί να σχετίζεται με φυσιολογικές αλλαγές της γήρανσης ή ιατρικές καταστάσεις.

Σενάριο 4: Red flags

Εκτυπώστε σε 1 όψη χαρτιού A4

Συμπεριφορικές ενδείξεις	Δυσκολίες στην αναγνώριση ηλικιωμένων θυμάτων
Φόβος ή άγχος παρουσία συγκεκριμένου ατόμου (π.χ. φροντιστή, συγγενή).	Μπορεί να αποδοθεί σε «χαρακτήρα», άνοια, κατάθλιψη ή γενικό άγχος.
Απομόνωση ή απόσυρση από κοινωνικές δραστηριότητες.	Συχνά θεωρείται φυσιολογική συνέπεια της ηλικίας ή της απώλειας κοινωνικού κύκλου καθώς φίλοι/ες, συμμαθητές/ριες κτλ φεύγουν από τη ζωή.
Αλλαγές στη διάθεση (κατάθλιψη, ευερεθιστότητα, απάθεια).	Μπορεί να αποδοθούν σε γήρανση, πένθος ή ψυχική νόσο.
Δισταγμός ή φόβος να μιλήσει μπροστά σε συγκεκριμένο άτομο.	Μπορεί να εκληφθεί ως «σεβασμός».
Αντιφατικές ή ασαφείς απαντήσεις για την καθημερινότητα ή τραυματισμούς.	Μπορεί να αποδοθούν σε γνωστική έκπτωση ή άνοια.
Άτομο τρίτο απαντά συνεχώς αντί για το ηλικιωμένο άτομο.	Συχνά θεωρείται «φροντίδα» ή «βοήθεια», όχι έλεγχος.

Σενάριο 4: Red flags

Εκτυπώστε σε 1 όψη χαρτιού A4

Συμπεριφορικές ενδείξεις	Δυσκολίες στην αναγνώριση ηλικιωμένων θυμάτων
Έντονη εξάρτηση από συγκεκριμένο άτομο για αποφάσεις ή επικοινωνία.	Μπορεί να θεωρηθεί φυσιολογική «φροντίδα» λόγω ηλικίας ή προβλημάτων υγείας.
Απροθυμία να ζητήσει βοήθεια ή να μιλήσει για προσωπικά ζητήματα.	Συχνά ερμηνεύεται ως «ιδιωτικότητα» ή «χαρακτήρας»
Αίσθημα ενοχής ή αυτοκατηγορίας- στίγμα («εγώ φταίω», «δεν είμαι καλή»).	Μπορεί να συνδέεται με χαμηλή αυτοεκτίμηση ή πολιτισμικά πρότυπα.
Φόβος απώλειας φροντίδας ή στέγης αν μιλήσει.	Δεν είναι εύκολα ορατός, ειδικά όταν το άτομο δεν το εκφράζει άμεσα.
Ξαφνικές αλλαγές στη συμπεριφορά (π.χ. υπερβολική υπακοή, παθητικότητα).	Μπορεί να αποδοθούν σε ηλικία ή προβλήματα υγείας.
Υπερβολική ανησυχία για οικονομικά χωρίς σαφή λόγο.	Μπορεί να θεωρηθεί «άγχος ηλικίας» ή σύγχυση.
Έντονη προσκόλληση ή φόβος εγκατάλειψης από τον φροντιστή/ρια.	Μπορεί να εκληφθεί ως φυσιολογική ανάγκη ασφάλειας.

Σενάριο 4: Red flags

Εκτυπώστε σε 1 όψη χαρτιού A4

Διάλογος 1- Σε κέντρο υγείας

Γιατρός: Καλημέρα σας. Για ποιο λόγο ήρθατε σήμερα εδώ;

Σύζυγος: Είχε μια μικρή πτώση στο σπίτι πριν δύο μέρες. Ζαλίστηκε και έχασε την ισορροπία της.

Γιατρός: Μάλιστα. Εσείς κυρία...

Σύζυγος: Τασία

Γιατρός: Μάλιστα. Εσείς κυρία Τασία πως θυμάστε να πέσατε;

Γεωργία: Ε... να... ζαλίστηκε λίγο... τίποτα σοβαρό.

Γιατρός: Χτυπήσατε κάπου;

Γεωργία: Όχι... δηλαδή... λίγο στο χέρι ίσως...

Γιατρός (παρατηρεί): Έχετε και έναν μώλωπα εδώ στο μπράτσο. Πονάει;

Γεωργία: Αχ...Ε.. Όχι ιδιαίτερα...

Σύζυγος: Πέφτει εύκολα τελευταία. Δεν προσέχει.

Γιατρός: Έχετε ξαναζαλιστεί;

Γεωργία: Καμιά φορά...

Γιατρός: Και σήμερα γιατί ήρθατε εδώ; Για το χέρι;

Γεωργία (κοιτώντας το σύζυγο): Ναι. Πονάει κάπως...

Γιατρός: Βλέπω εδώ ότι είχατε έρθει και πριν ενάμιση μήνα στο κέντρο και σας είχε δει ο κύριος Ζολινδάκης.

Σύζυγος: Δεν τρώει καλά, γιατρέ. Και ζαλίζεται και πέφτει.

Γιατρός: Τρώτε κανονικά μέσα στη μέρα;

Γεωργία: Ναι...

Σύζυγος: Δεν τρώει γιατρέ. Ξεχνάει.

Γιατρός: Παίρνετε τα φάρμακά σας;

Σύζυγος: Ναι τα παίρνει. Εγώ της τα δίνω. Δεν τα θυμάται μόνη της.

Γιατρός: Θα ήθελα να σας ρωτήσω και κάτι μόνη σας, αν γίνεται.

Γεωργία: Όχι, όχι... δεν χρειάζεται...

Σύζυγος: Ό,τι θέλετε να ρωτήσετε, πείτε το σε μένα.



Σενάριο 4: Red flags

Εκτυπώστε σε 1 όψη χαρτιού A4

Διάλογος 2- Φαρμακείο

Φαρμακοποιός: Καλημέρα σας. Πώς μπορώ να βοηθήσω;

Γυναίκα: Καλημέρα... ήθελα να κάνω το εμβόλιο για τη γρίπη... Μου είπε ο γιατρός ότι είναι απαραίτητο στην ηλικία μου...

Φαρμακοποιός: Βεβαίως. Έχετε το ΑΜΚΑ σας;

Γυναίκα: Ναι... (δίνει το ΑΜΚΑ και η φαρμακοποιός το κοιτάζει στο σύστημα)

Φαρμακοποιός: Βλέπω εδώ ότι έχετε και αγωγή για πίεση και θυρεοειδή αλλά δεν έχει εκτελεστεί εδώ και δύο μήνες...

Γυναίκα: Ε... ναι...Δυο μήνες ε; Τι να σας πω ...τα κανονίζει ο γιος μου αυτά συνήθως...

Φαρμακοποιός: Έχετε φάρμακα στο σπίτι ακόμα;

Γυναίκα: Ε... όχι πολλά...

Φαρμακοποιός: Θέλετε να σας εκτελέσω τώρα τις συνταγές σας;

Γυναίκα: Δεν ξέρω... Τα κανονίζει ο γιος μου αυτά...

Φαρμακοποιός: Καταλαβαίνω. Αν θέλετε, μπορώ να σας δώσω τις πληροφορίες και να το κανονίσετε με εκείνον και για τώρα να κάνουμε μόνο το εμβόλιο

Γυναίκα: Ναι... Καλύτερα έτσι...



Διάλογος 3- Μονάδα φροντίδας ηλικιωμένων

Κόρη: Καλημέρα μαμά... πώς είσαι σήμερα;

Μητέρα (χαμηλόφωνα): Καλά... καλά είμαι...

Κόρη: Δεν φαίνεσαι πολύ καλά... είσαι κουρασμένη;

Μητέρα: Ε, δεν κοιμήθηκα καλά...

Κόρη: Γιατί;

Μητέρα: Ε... δεν ξέρω...

(η κόρη τη βοηθά να σηκωθεί λίγο και βλέπει δυσκολία στην κίνηση)

Κόρη: Πονάς;

Μητέρα: Λίγο... στη μέση...

Κόρη: Σου αλλάζουν θέση συχνά;

Μητέρα: Ε... Όταν προλαβαίνουν...

(η κόρη σηκώνει ελαφρώς τη ρόμπα και βλέπει κοκκινίλες/πληγή)

Κόρη: Αυτό τι είναι;

Μητέρα: Τίποτα... μου είπαν ότι είναι από το κρεβάτι...

Κόρη: Σου βάζουν κάτι;

Μητέρα: Ναι... κάτι βάζουν...

(μπαίνει νοσηλεύτρια)

Νοσηλεύτρια: Καλημέρα σας. Όλα καλά;

Κόρη: Ναι... απλώς είδα μια πληγή στη μέση της...

Νοσηλεύτρια: Α, ναι... είναι συνηθισμένο... το δέρμα στις ηλικίες αυτές είναι πολύ ευαίσθητο... Ειδικά όταν είναι πολύ ώρα σε κατάκλιση...

Κόρη: Δεν με ενημέρωσε ωστόσο κανένας. Έχει χειροτερέψει από όταν άρχισε;

Νοσηλεύτρια: Κοιτάξτε... η μητέρα σας δεν κινείται πολύ, αυτό συμβαίνει...

Κόρη: Τρώει κανονικά; Τη βλέπω να έχει χάσει βάρος...

Νοσηλεύτρια: Είναι φυσιολογικό σε αυτές τις ηλικίες...

(η κόρη κοιτά τη μητέρα της)

Κόρη: Τρως όλο το φαγητό σου;

Μητέρα: Ε... όχι πάντα...

(η κόρη κοιτά τη μητέρα της)

Κόρη: Τρως όλο το φαγητό σου;

Μητέρα: Ε... όχι πάντα... και καμιά φορά κρυώνει...

Κόρη: Δεν σου το ζεσταίνουν;

Νοσηλεύτρια (γρήγορα): Κάνουμε ό,τι μπορούμε, αλλά καταλαβαίνετε... έχουμε πολλά άτομα...



Διάλογος 4- Φαρμακείο

Φαρμακοποιός: Καλημέρα σας, κυρία Κατερίνα. Για το εμβόλιο ήρθατε;

Κατερίνα: Ναι... μου είπε ο γιατρός να το κάνω...

(η φαρμακοποιός ετοιμάζει το εμβόλιο και ζητά να σηκώσει το μανίκι)

Φαρμακοποιός: Μπορείτε να σηκώσετε λίγο το μανίκι;

(η γυναίκα διστάζει λίγο, μετά το σηκώνει. Στο πίσω μέρος του χεριού φαίνεται ένα έγκαυμα και πιο πάνω μικρά κοψίματα)

Φαρμακοποιός: Έχετε χτυπήσει εδώ;

Κατερίνα: Ε... ναι... κάηκα λίγο...

Φαρμακοποιός: Πώς έγινε;

Κατερίνα: Με το νερό... στο μπάνιο... ήταν πολύ ζεστό...

Φαρμακοποιός: Πώς έγινε;

Κατερίνα: Με το νερό... στο μπάνιο... ήταν πολύ ζεστό...

(η φαρμακοποιός παρατηρεί ότι το έγκαυμα είναι στο πίσω μέρος του χεριού και έχει σχετικά καθαρό περίγραμμα)

Φαρμακοποιός: Και αυτά τα κοψίματα;

Κατερίνα: Α, αυτά... δεν θυμαμαι...

Φαρμακοποιός: Δεν θυμάστε;

Κατερίνα: Ε... όχι... μάλλον κάπου θα χτύπησα και γδάρθηκα...

Φαρμακοποιός: Σας βοηθάει κάποιος στο σπίτι;

Κατερίνα: Έρχεται η νύφη μου...

Φαρμακοποιός: Σας έχει ξανασυμβεί να καείτε έτσι;

Κατερίνα: Όχι... ε... όχι ακριβώς...

Φαρμακοποιός: Σας έχει ξανασυμβεί να καείτε έτσι;

Κατερίνα: Όχι... ε... όχι ακριβώς...

(η φαρμακοποιός παρατηρεί και ένα δεύτερο μικρό έγκαυμα πιο πάνω)

Φαρμακοποιός: Αυτό εδώ είναι από το ίδιο;

Κατερίνα: Ε... ναι... νομίζω...

Φαρμακοποιός: Αν θέλετε, μπορούμε να κανονίσουμε να το δει και ένας γιατρός...

Κατερίνα: Όχι, εντάξει... δεν χρειάζεται...



Διάλογος 5- Οφθαλμολογικό ιατρείο

Γιατρός: Καλημέρα σας. Τι σας φέρνει εδώ σήμερα;

Γυναίκα: Καλημέρα... ε, δεν βλέπω πολύ καθαρά από το ένα μάτι...

Γιατρός: Από πότε το παρατηρήσατε;

Γυναίκα: Δυο-τρεις μέρες...

Γιατρός: Είχατε κάποιο χτύπημα;

Γυναίκα: Ε... όχι... δεν νομίζω...

(ο γιατρός πλησιάζει να εξετάσει το μάτι – υπάρχει ελαφρύ οίδημα γύρω από την οφθαλμική περιοχή)

Γιατρός: Έχετε λίγο πρήξιμο εδώ... το είχατε προσέξει;

Γυναίκα: Ε... ναι...

Γιατρός: Πονάει;

Γυναίκα: Όχι πολύ...

Γιατρός: Πονάει;

Γυναίκα: Όχι πολύ...

Γιατρός: Ζαλιστήκατε και πέσατε;

Γυναίκα: Ναι... έτσι νομίζω... Δεν θυμάμαι καλά...

(ο γιατρός παρατηρεί και μια μικρή αραίωση μαλλιών σε συγκεκριμένο σημείο στο κεφάλι)

Γιατρός: Παίρνετε κάποια φάρμακα;

Γυναίκα: Ναι... για την πίεση... Μια στιγμή τα έχω γραμμένα...

(η γυναίκα ανοίγει την τσάντα της για να βγάλει ένα χαρτί με τα φάρμακά της και ο γιατρός παρατηρεί κάποιες κοκκινίλες κοντά στους καρπούς)

Γιατρός: Αυτά στα χέρια είναι από το πέσιμο;

(η γυναίκα κατεβάζει γρήγορα τα μανίκια της)

Γυναίκα: Α, αυτά δεν είναι τίποτα... Με απασχολεί που δε βλέπω καλά γιατρέ...



Σενάριο 4: Red flags

Εκτυπώστε σε 1 όψη χαρτιού A4



Ποια σημεία στον διάλογο αποτελούν πιθανά red flags;



Σε ποια κατηγορία ανήκουν (σωματικά, ψυχολογικά, κοινωνικά);



Ποια στοιχεία μπορούν να εξηγηθούν και με βάση την ηλικία ή κάποια ασθένεια;



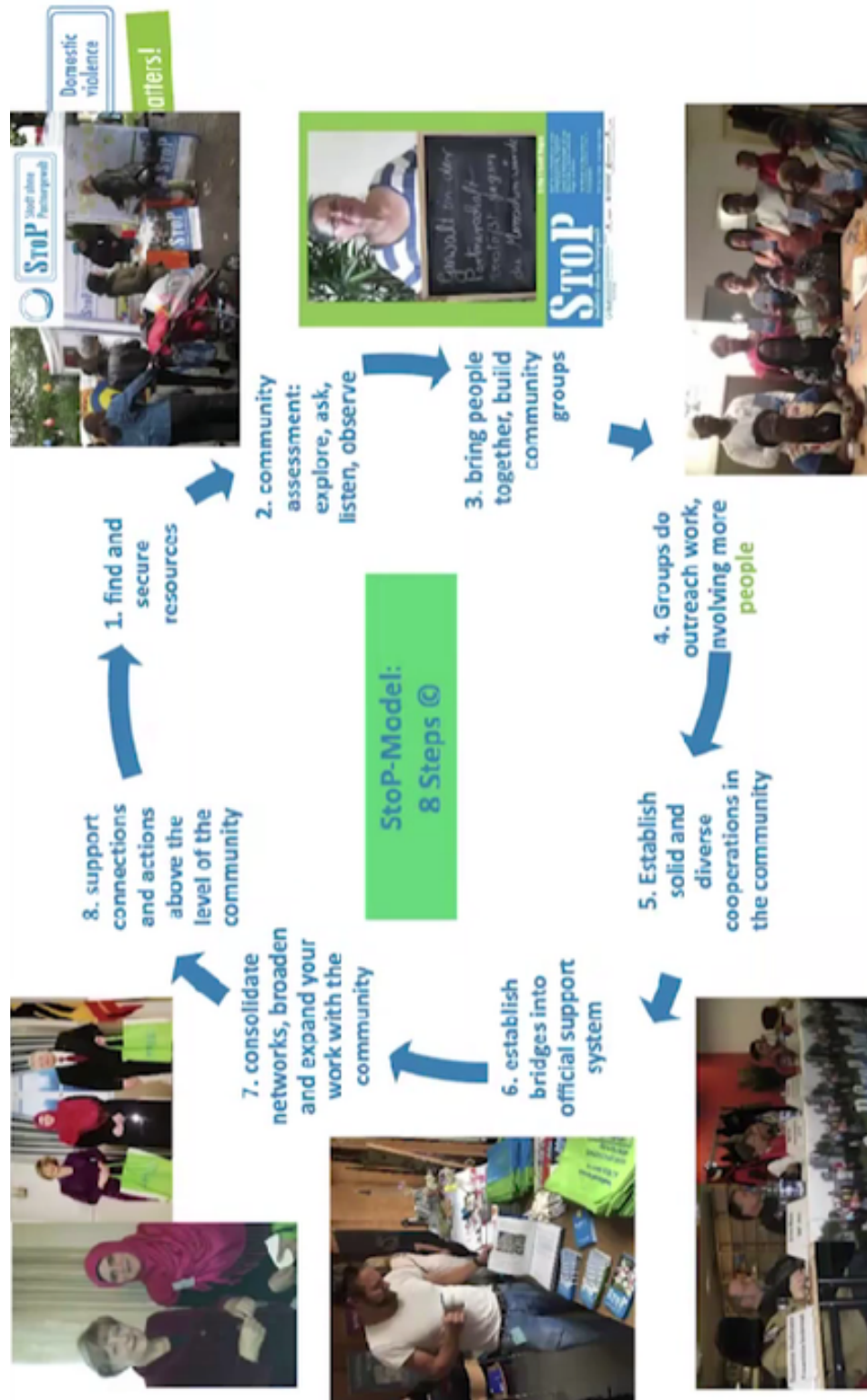
Υπάρχουν αντιφάσεις ή ασάφειες στις απαντήσεις;



Υπάρχει κάποιο μοτίβο ή συνδυασμός ενδείξεων (pattern);

Σενάριο 6: Χαρτογράφηση κοινότητας

Εκτυπώστε σε 1 όψη χαρτιού Α4



Γιατί οι ηλικιωμένες γυναίκες- θηλυκότητες δεν φεύγουν

- Διάφορα είδη προσκόλλησης στους θύτες: ψυχολογικής/ συναισθηματικής, κοινωνικής ή οικονομικής φύσης, π.χ. απώλεια ενός τόπου που ήταν σπίτι για δεκαετίες, φόβος να πάει σε δομή φροντίδας ως εναλλακτική λύση
- Διαφορετικές αξίες: Οι ηλικιωμένες γυναίκες κοινωνικοποιήθηκαν με πιο παραδοσιακές αρχές και αξίες, κυρίως όσον αφορά τους έμφυλους ρόλους, τον γάμο, την οικογένεια, το ταμπού του διαζυγίου, την μεγαλύτερη δέσμευση σε παραδοσιακές θρησκευτικές αρχές
- Κοινωνικοποιήθηκαν με ένα έντονο αίσθημα ιδιωτικότητας για τα οικογενειακά θέματα και μια ισχυρή δέσμευση στην οικογενειακή αφοσίωση και αλληλεγγύη
- Τα οικονομικά εμπόδια μπορεί να είναι ακόμη μεγαλύτερα για τις ηλικιωμένες γυναίκες καθώς δε δούλεψαν εκτός σπιτιού
- Η εκπαίδευση και η ανεξαρτησία δεν ενθαρρύνονταν τότε στις γυναίκες
- Έλλειψη των απαιτούμενων δεξιοτήτων για την αναζήτηση και εύρεση εργασίας
- Δεν έχουν εμπειρία στην αντιμετώπιση οικονομικών και νομικών θεμάτων
- Τα δικαιώματα της γυναίκας, η κακοποίηση ηλικιωμένων και η ενδοοικογενειακή βία δεν συζητιόταν στο παρελθόν ούτε καν αναγνωρίζονταν με αποτέλεσμα να μην είναι ικανές να αντιληφθούν ότι υπάρχουν επιλογές
- Οι ηλικιωμένες γυναίκες είναι περισσότερο πιθανό από ότι οι νεότερες γυναίκες να έχουν λειτουργικά θέματα ή θέματα υγείας τα οποία τις καθιστούν εξαρτώμενες σε σχέση με την φροντίδα τους
- Κάποιες ηλικιωμένες γυναίκες λαμβάνουν φροντίδα από τον κακοποιητικό τους σύντροφο, και κάποιες άλλες μπορεί να παρέχουν φροντίδα
- Τα κοινωνικά δίκτυα έχουν μειωθεί σε μεγάλο βαθμό λόγω θανάτου των συνομήλικων
- Ο κακοποιητικός σύντροφος/ ενήλικο παιδί μπορεί να είναι το μόνο άτομο που έχει απομείνει στην ζωή της ηλικιωμένης γυναίκας και εκείνη να φοβάται τη μοναξιά ή να νιώθει ενοχή για την εξέλιξή του σε κακοποιητικό άτομο (για το ενήλικο παιδί).

Υποστηρίζοντας τις ηλικιωμένες γυναίκες και θηλυκότητες που έχουν υποστεί έμφυλη βία

Αν υπάρχει υποψία κακοποίησης:

- Δημιουργήστε ένα ασφαλές περιβάλλον για συζήτηση
- Μιλήστε στην ασθενή και τον/ην φροντιστή/ρια ή συγγενή ξεχωριστά
- Δημιουργήστε μια σχέση εμπιστοσύνης και αλληλοσεβασμού
- Χρησιμοποιήστε ήπιες εκφράσεις και μη επικριτικές λέξεις ώστε να βοηθήσετε το άτομο να χαλαρώσει
- Η καλύτερη επιλογή είναι οι ερωτήσεις να γίνονται στο πλαίσιο ενός εργασιακού μοντέλου

Προσοχή!

- Μην μπερδεύετε τις αντιδράσεις τραύματος σε συνδυασμό με κάποια αναπηρία (π.χ. εξασθένιση της ακοής/όρασης, αφασία) με την γήρανση
- Λάβετε υπόψη ότι οι ηλικιωμένες γυναίκες μπορεί να μπορεί να επεξεργάζονται τις πληροφορίες πιο αργά από τους νεώτερους ενήλικες και να χρειάζονται περισσότερο χρόνο για να αρθρώσουν τις σκέψεις τους
- Θυμηθείτε ότι πολλά ηλικιωμένα άτομα μπορεί να είναι διστακτικά να μιλήσουν για την κακοποίηση ή να ζητήσουν βοήθεια επειδή φοβούνται πως θα χάσουν την ανεξαρτησία τους

Τι να ρωτήσετε και πως;

Προτείνεται να χρησιμοποιείτε εκφράσεις όπως οι παρακάτω αντί για ευθείες ερωτήσεις σχετικά με πιθανά σημάδια που παρατηρείτε.

- Πώς είναι τα πράγματα στο σπίτι/ στη δομή φροντίδας;
- Πώς περνάτε τις μέρες σας;
- Πώς αισθάνεστε σχετικά με την βοήθεια που λαμβάνεται στο σπίτι/ στη δομή φροντίδας;
- Πώς νιώθετε ότι ο (σύζυγος/κόρη/άλλος φροντιστής) τα βγάζει πέρα;
- Έχετε όλα όσα χρειάζεστε για να φροντίσετε τον εαυτό σας;
- Σύμφωνα με την εμπειρία μου πολλές γυναίκες υποφέρουν από ... εσάς ποια είναι η εμπειρία σας;
- Έχετε υπάρξει....

Έχετε υπόψην σας...

Συχνά για τις ηλικιωμένες γυναίκες δεν είναι επιλογή το να αφήσουν τον θύτη οπότε βάλτε προτεραιότητα σε:

- Θέματα ασφάλειας / ελαχιστοποίησης κινδύνου
- Συμβουλές και σχέδιο για καταστάσεις έκτακτης ανάγκης
- follow up και δυνατότητα επαφής όταν απαιτείται

Προσέγγιση Ενδυνάμωσης του θύματος

Θυμηθείτε:

- Η μακροχρόνια θυματοποίηση ηλικιωμένων γυναικών- θηλυκοτήτων οδηγεί σε **σωρευτική βία** και θυματοποίηση
- Οι ηλικιωμένες γυναίκες-θηλυκότητες συχνά έχουν **εσωτερικεύσει το στίγμα λόγω κακοποίησης** (Αυτό-Στιγματισμός self-stigma). Το στίγμα είναι μια διαδικασία κατά την οποία η αντίδραση των άλλων καταστρέφει την υπάρχουσα ταυτότητα του ατόμου. Η στιγματισμένη ταυτότητα του ατόμου σημαίνει ένα σημάδι ντροπής ή αποτυχίας που συνδέεται με μεγαλύτερη ψυχολογική οδύνη. Η εσωτερικοποίηση του στίγματος είναι εμπόδιο για το άτομο στο να ζητήσει βοήθεια από δίκτυα στήριξης (επίσημα ή ανεπίσημα).
- Η φύση της κακοποίησης από τον θύτη μπορεί να σχετίζεται άμεσα με το αν και πώς τα θύματα βιώνουν και εσωτερικεύουν το στίγμα, ιδιαίτερα μέσω της συναισθηματικής και λεκτικής κακοποίησης. Η ομάδα η οποία ανέφερε το υψηλότερο επίπεδο Στιγματοποίησης ανέφερε επίσης υψηλότερα ποσοστά λεκτικής κακοποίησης.
- Επίσης υπάρχει το **αναμενόμενο στίγμα** που δίνει έμφαση στην ανησυχία που υπάρχει για το τι θα γίνει όταν άλλα άτομα μάθουν για την ενδοσυντροφική βία (π.χ., απόρριψη, αποδοκιμασία, διάκριση). Αναφέρεται στον βαθμό τον οποίο τα άτομα φοβούνται ή αναμένουν την στιγματοποίηση από τρίτους και επίσης θεωρείται κρίσιμο εμπόδιο στην αναζήτηση βοήθειας
- **Κοινωνικό Στίγμα** είναι οι πεποιθήσεις στο επίπεδο της κοινωνίας (π.χ. η πεποίθηση πως τα θύματα κακοποίησης προκαλούν τα ίδια την θυματοποίηση τους). Το κοινωνικό στίγμα επηρεάζει την στιγματοποίηση, την εσωτερίκευση του στίγματος καθώς και κάθε στάδιο της διαδικασίας αντιμετώπισης της κακοποίησης και της εύρεσης βοήθειας.
- Οι ηλικιωμένες γυναίκες μπορεί να νιώθουν ιδιαίτερα ντροπιασμένες όσον αφορά την κακοποίηση που βιώνουν από τους συντρόφους τους και μπορεί ακόμη να νιώθουν ντροπή για το ότι αποδέχονται την κακοποίηση για τόσο καιρό.
- Οι ηλικιωμένες γυναίκες που αρχίζουν μια νέα σχέση αργότερα στην ζωή μπορεί να νιώθουν ντροπή να παραδεχτούν ότι έχουν κάνει λάθος.

Τι είναι σημαντικό;

- Πληροφορίες, εκπαίδευση, και η απαραίτητη οικονομική και κοινωνική υποστήριξη για να λαμβάνουν ενημερωμένες αποφάσεις οι οποίες αντανakλούν καλύτερα τα συμφέροντα και τις ανάγκες τους.
- Υπηρεσίες οι οποίες στηρίζουν τα θύματα να ανταπεξέλθουν σε συναισθηματικά, ψυχολογικά, και φυσικά τραύματα, να αποκαθιστούν την αυτό-εκτίμηση τους και να χτίζουν την ανεξαρτησία τους

Για φορείς- Διαλογή

- Διαλογή (screening) είναι η διαδικασία κατά την οποία ο/η/το επαγγελματίας ανιχνεύει τα θύματα κακοποίησης και αποκλείει (screening out) τα μη κακοποιημένα άτομα
- Η βασική προσέγγιση στην αναγνώριση της κακοποίησης ηλικιωμένων βασίζεται στην αναγνώριση των παραγόντων υψηλού κινδύνου.
- Ο όρος «διαλογή» είναι συγκεκριμένη έννοια στο τομέα της υγείας, με μεγάλη έμφαση στην παρακολούθηση (follow-up) της διαδικασίας.
- Η έρευνα που διενεργείται μόνο σε ύποπτες περιπτώσεις (για παράδειγμα αν ένα άτομο ανήκει σε χαμηλότερη κοινωνικό-οικονομική κατάσταση ή σε κάποια μειονότητα), μπορεί αν αυξήσει τις προκαταλήψεις και το στίγμα και πρέπει να αποφεύγεται.
- Το εργαλείο διαλογής /τακτικής εξέτασης πρέπει να είναι δομημένο και να χρησιμοποιείται συστηματικά.
- Η χρήση εργαλείων αποτελεί παρέμβαση και σηματοδοτεί την αρχή της διαδικασίας για αυτό είναι σημαντικό να γίνεται μόνο από επαγγελματίες (πχ υγείας, κοινωνικούς λειτουργούς κτλ)

Προϋποθέσεις για την διεξαγωγή Διαλογής/ Τακτικής Εξέτασης

- Οι/Τα εργαζόμενοι/ες/ά είναι εκπαιδευμένοι/ες/α στην κακοποίηση ηλικιωμένων, στην σωστή χρήση των εργαλείων διαλογής/εξέτασης, στην διεξαγωγή αξιολόγησης κινδύνου σε περιστατικά κακοποίησης
- Ο οργανισμός και οι επαγγελματίες συμμετέχουν σε δίκτυο Διασύνδεσης φορέων
- Η αλυσίδα τοπικών παρόχων υπηρεσιών είναι γνωστή και σε συμφωνία
- Υπάρχει σχεδιασμός ασφαλείας για τους/ις/α εργαζόμενους/ες/α του οργανισμού
- Είναι διαθέσιμη η υπηρεσία συμβουλευτικής (κρίσεων), καθώς και η εποπτεία και υποστήριξη των εργαζόμενων

Διαδικασία διαλογής/τακτικής εξέτασης

- Οι ερωτήσεις πρέπει να γίνονται με την σειρά, καθώς πηγαίνουν από το θεωρητικώς λιγότερο απειλητικό στο περισσότερο απειλητικό
- Κάντε τις ερωτήσεις σε ιδιωτικό, εμπιστευτικό και ήσυχο περιβάλλον μακριά από τα μέλη της οικογένειας κ τους συνοδούς
- Ξεκινήστε με μια φράση όπως «Θα ήθελα να σας κάνω κάποιες ερωτήσεις σχετικά με την ευημερία και την ασφάλεια σας..»
- Δώστε χρόνο να σκεφτούν και να απαντήσουν, καθώς δεν επεξεργάζονται τις ερωτήσεις και απαντήσεις τόσο γρήγορα όσο οι νεότεροι
- Δώστε θετική ανατροφοδότηση πχ. «Σας ευχαριστώ για..»
- Αν δεν θέλει να απαντήσει μπορείτε να προτείνετε να μιλήσει αργότερα για αυτά τα θέματα σε κάποιον/α/ο που εμπιστεύεται

Εκτυπώστε



ΤΙΤΛΟΣ PODCAST :



ΠΟΙΟ ΕΙΝΑΙ ΑΚΡΙΒΩΣ ΤΟ ΘΕΜΑ ΤΟΥ ΕΠΕΙΣΟΔΙΟΥ;



ΡΟΛΟΙ:



ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Εκτυπώστε



ΕΡΩΤΗΣΗ 1 ΠΡΟΣ ΤΟΝ/ΗΝ ΠΡΟΣΚΕΚΛΗΜΕΝΟ/Η:



ΑΠΑΝΤΗΣΗ 1:



ΕΡΩΤΗΣΗ 2 ΠΡΟΣ ΤΟΝ/ΗΝ ΠΡΟΣΚΕΚΛΗΜΕΝΟ/Η:



ΑΠΑΝΤΗΣΗ 2:



ΕΡΩΤΗΣΗ 3 ΠΡΟΣ ΤΟΝ/ΗΝ ΠΡΟΣΚΕΚΛΗΜΕΝΟ/Η:



ΑΠΑΝΤΗΣΗ 3:

Εκτυπώστε



ΕΡΩΤΗΣΗ 4 ΠΡΟΣ ΤΟΝ/ΗΝ ΠΡΟΣΚΕΚΛΗΜΕΝΟ/Η:



ΑΠΑΝΤΗΣΗ 4:



ΕΝΑ ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ ΜΗΝΥΜΑ ΠΡΟΣ ΤΟΥΣ ΑΚΡΟΑΤΕΣ....



ΚΛΕΙΣΙΜΟ ΡΟΔCAST ΑΠΟ ΤΟΝ/ΗΝ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΤΗ/ΡΙΑ

Σενάριο 9: Σύνδεση με υπηρεσίες και ασφαλής παραπομπή

Εκτυπώστε και κόψτε τις κάρτες σε 1 όψη χαρτιού A4

1



Μια φαρμακοποιός ανησυχεί γιατί μια ηλικιωμένη γυναίκα δεν παίρνει τα φάρμακά της και φαίνεται να εξαρτάται από τον γιο της

2



Μια γειτόνισσα ακούει συχνά φωνές και αντιλαμβάνεται ότι η ηλικιωμένη γυναίκα της διπλανής πόρτας φοβάται τον άντρα της

3



Μια κόρη που έχει τη μητέρα της σε δομή βλέπει σημάδια παραμέλησης

4



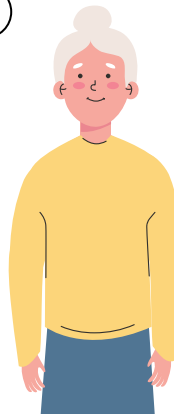
Ένα μέλος ΚΑΠΗ ακούει μια γυναίκα να λέει ότι «δεν αντέχει άλλο» αλλά δεν θέλει να πει περισσότερα

5



Ένας εργαζόμενος σε καφενείο ακούει να μιλάει προσβλητικά ένας ηλικιωμένος άντρας για την γυναίκα του

6



Μια φίλη μιας ηλικιωμένης παρατηρεί ότι δεν έρχεται πια τόσο συχνά στις συναντήσεις που κάνουν και όποτε έρχεται μοιάζει ανήσυχη και δεν μιλάει όπως παλιά

Σενάριο 9: Σύνδεση με υπηρεσίες και ασφαλής παραπομπή

Εκτυπώστε και κόψτε τις κάρτες σε 1 όψη χαρτιού A4

Δίκτυο Συμβουλευτικών κέντρων και ξενώνων της Γενικής Γραμματείας Ισότητας και Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων: [Your paragraph text](#)

Τηλεφωνική Γραμμή SOS 15900 (Εθνική εμβέλεια)

27 Συμβουλευτικά Κέντρα έχουν δημιουργηθεί στους Δήμους : Αλεξανδρούπολης, Αρταίων, Βέροιας, Ελευσίνας, Ζακύνθου, Θήβας, Καβάλας, Καλαμάτας, Καρδίτσας, Κεφαλονιάς, Καστοριάς, Κατερίνης, Κερατσινίου-Δραπετσώνας, Κορινθίων, Κω, Περιστερίου, Πρέβεζας, Πύργου, Ρεθύμνης, Ρόδου, Σερρών, Τρικκαίων, Φλώρινας, Φυλής, Χαλανδρίου, Χαλκιδέων και Χίου.

18 Ξενώνες Φιλοξενίας των Γυναικών θυμάτων βίας και των παιδιών τους έχουν δημιουργηθεί στους Δήμους: Αγρινίου, Αθηναίων, Βόλου, Ηρακλείου (Κρήτης), Θεσσαλονίκης, Ιωαννινών, Κέρκυρας, Κοζάνης, Κομοτηνής, Κορδελιού-Ευόσμου, Λαμιέων, Λαρισαίων, Λέσβου, Πατρέων, Πειραιώς, Ρόδου, Τρίπολης και Χανίων.

2 Ξενώνες του Εθνικού Κέντρου Κοινωνικής Αλληλεγγύης (ΕΚΚΑ) στην Αθήνα και την Θεσσαλονίκη

Γενική Γραμματεία ισότητας φύλων του Υπουργείου Εσωτερικών <https://womensos.gr/>

41 Συμβουλευτικά κέντρα <https://womensos.gr/sumvouleutika-kentra-ggif/>

21 Ξενώνες φιλοξενίας

Ελληνική Αστυνομία-ΕΛΛΑΣ Επιτελικό Τμήμα Αντιμετώπισης Ενδοοικογενειακής Βίας
<https://www.astynomia.gr/odigos-tou-politi/chrisimes-symvoules/endooikogeneiaki-via>
<https://www.infovictims.gr/gr/home>

Εθνικό Κέντρο Κοινωνικής Αλληλεγγύης/Ε.Κ.Κ.Α <https://ekka.org.gr/index.php/el/home>

Νοσοκομεία και Υπηρεσίες υγείας

Κοινωνικές υπηρεσίες Δήμων

MetooGreece <https://metoogreece.gr/>

Κέντρο Διοτίμα <https://diotima.org.gr/>

Ευρωπαϊκό Δίκτυο Κατά της Βίας <https://antiviolence-net.eu/eavn/>

1109 Γραμμή πληροφόρησης για την εμπορία ανθρώπων

Ένωση Κυριών Δράμας <https://dlu.gr/>

BIA STOP (Καβάλα) <https://www.viastop.gr/>

Equal Rights Beyond Borders <https://equal-rights.org/>

LEILA Hotline <https://afw.ngo/leila>

Εκτυπώστε και κόψτε τις κάρτες σε 1 όψη χαρτιού A4



Εμπειρίες των επαγγελματιών στην εργασία με ηλικιωμένα θύματα βίας: Τραύμα μέσω της Παρατήρησης, Δευτερογενές Τραυματικό Στρες, Κόπωση Συμπόνιας και Επαγγελματική Εξουθένωση



Co-funded by the Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme of the European Union under Grant Agreement no JUST/2015/RDAP/AG/VICT/9320

Εμπειρίες των επαγγελματιών στην εργασία με ηλικιωμένα θύματα βίας

- Η εργασία στην θεματική της βίας διαφέρει από την παραδοσιακή κοινωνική ή ιατρική εργασία
- Ο εργαζόμενος πρέπει να έχει ξεκάθαρη θέση απέναντι στην βία – η ουδέτερη προσέγγιση στην εργασία και στον ασθενή δεν λειτουργεί
 - Τα θύματα χρειάζονται επιβεβαίωση των κακοποιητικών τους εμπειριών για να βοηθηθούν να ξεπεράσουν την κακοποίηση
 - Οι κακοποιητικές εμπειρίες πρέπει να επιβεβαιώνονται από κάποιο τρίτο άτομο για να νιώσουν τα θύματα ότι γίνονται πιστευτά
- Η θέση αυτή είναι ηθική υποχρέωση για τους επαγγελματίες στο πεδίο της πρόληψης της βίας
- Αυτό μπορεί να προκαλέσει δυσάρεστα συναισθήματα
- Μπορεί να προκαλέσει μια διαδικασία δύσκολων εμπειριών, αναμνήσεων και συναισθημάτων



Co-funded by the Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme of the European Union under Grant Agreement no JUST/2015/RDAP/AG/VICT/9320

Εκτυπώστε και κόψτε τις κάρτες σε 1 όψη χαρτιού A4

Εμπειρίες των επαγγελματιών στην εργασία με ηλικιωμένα θύματα βίας

- Η εργασία με ηλικιωμένους επιζήσαντες βίας μπορεί να προκαλέσει αντιφατικά / αμφιλεγόμενα συναισθήματα στους επαγγελματίες:
 - Αντιμετωπίζει την κατάσταση αλλά νιώθει πως δεν έχει τα προσόντα ή αρκετή υποστήριξη από τους άλλους για να το κάνει
 - Αυτό μπορεί να προκαλέσει αισθήματα απογοήτευσης ή παραίτησης από το περιστατικό
- Φόβος (για τον θύτη)
- Θυμός
- Απόγνωση, απογοήτευση
 - Κάνω ότι καλύτερο μπορώ και δεν συμβαίνει τίποτα
 - Παίρνει πάρα πολύ χρόνο
 - Τα θύματα δεν κάνουν όσα συμφωνήσαμε
 - Τα ίδια πράγματα συμβαίνουν ξανά και ξανά



"Co-funded by the Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme of the European Union under Grant Agreement no JUST/2015/RDAP/AG/VICT/9320"

Εμπειρίες των επαγγελματιών στην εργασία με ηλικιωμένα θύματα βίας

- Αίσθημα Παντοδυναμίας
 - Ξέρω τι πρέπει να γίνει, μπορώ να λύσω την κατάσταση
- Αμφιλεγόμενα συναισθήματα (εμπάθεια – σύγχυση – θυμός)
- Υπερπροστατευτική συμπεριφορά του βοηθού
 - Πολλοί ηλικιωμένοι θύματα βίας δεν έχουν την δυνατότητα να προστατεύσουν τον εαυτό τους
- Αντιμετωπίζοντας τον πόνο των θυμάτων
 - Ο βοηθός νιώθει τα αισθήματα των θυμάτων και τα κουβαλάει μέσα του
- Απογοήτευση για τις ανεπαρκείς ή ελλιπείς υπηρεσίες ή ποιότητα των υπηρεσιών για τους κακοποιημένους ηλικιωμένους
- Μη ύπαρξη απλών λύσεων
- Πόσο χρήσιμη είναι η εργασία στον τομέα αυτόν;



"Co-funded by the Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme of the European Union under Grant Agreement no JUST/2015/RDAP/AG/VICT/9320"

Εκτυπώστε και κόψτε τις κάρτες σε 1 όψη χαρτιού A4

Εμπειρίες των επαγγελματιών στην εργασία με ηλικιωμένα θύματα βίας

Η επαγγελματική εργασία επηρεάζεται επίσης από:

- Προσωπικές πιθανές εμπειρίες κακοποίησης και βίας
- Προσωπικές εμπειρίες μέσω της παροχής βοήθειας και υποστήριξης
- Η αυτογνωσία είναι απαραίτητη καθώς και η προσωπική εργασία με τα συναισθήματα μας → επαγγελματική ενδυνάμωση
- Η συνειδητοποίηση των φόβων και συμπεριφορών των ίδιων των επαγγελματιών
- Η ασφαλής και υποστηρικτική ομάδα εργασίας και η οργάνωση μπορούν να υποστηρίξουν αυτή τη διαδικασία



"Co-funded by the Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme of the European Union under Grant Agreement no JUST/2015/RDAP/AG/VICT/9320"

Αντιδράσεις των επαγγελματιών στο πεδίο της πρόληψης της βίας

- Οι αρνητικές ψυχολογικές αντιδράσεις που μπορεί να βιώσουν οι επαγγελματίες στην εργασία τους με ευάλωτους και ασθενείς με τραύμα:
 - Τραύμα μέσω της Παρατήρησης (Vicarious trauma - VT),
 - Δευτερογενές Τραυματικό Στρες (Secondary Traumatic Stress - STS) (Επαγγελματικό Τραυματικό Στρες)
 - Κόπωση Συμπόνιας (CF)/ Μετά-Τραυματικό Στρες (Post Traumatic Stress Disorder - PTSD)

Jason M. Newell and Gordon A. MacNeil 2010.

Sprang et al. 2007.

- Επαγγελματική Εξουθένωση (Burnout)



"Co-funded by the Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme of the European Union under Grant Agreement no JUST/2015/RDAP/AG/VICT/9320"

Εκτυπώστε και κόψτε τις κάρτες σε 1 όψη χαρτιού A4

Αντιδράσεις των επαγγελματιών στο πεδίο της πρόληψης της βίας

- Το Τραύμα μέσω της Παρατήρησης (Vicarious traumatization) αναφέρεται σε «μια διαδικασία γνωστικής αλλαγής που προκύπτει από την επαναλαμβανόμενη συναισθηματική εμπλοκή με τις εμπειρίες του επιζήσαντα»
 - Αλλαγές στην αίσθηση του εαυτού του, αλλαγές σε πεποιθήσεις για βασικά θέματα όπως η ασφάλεια, η εμπιστοσύνη και ο έλεγχος, και αλλαγές σε σχέση με τα πνευματικά πιστεύω,
 - Δομικές εσωτερικές γνωστικές αλλαγές.

Jason M. Newell and Gordon A. MacNeil 2010.



"Co-funded by the Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme of the European Union under Grant Agreement no JUST/2015/RDAP/AG/VICT/9320"

Αντιδράσεις των επαγγελματιών στο πεδίο της πρόληψης της βίας/ VT

- Οι επαγγελματίες που ακούν τις ιστορίες φόβου και πόνου των ασθενών, μπορεί να νιώσουν παρόμοιο φόβο και πόνο επειδή νοιάζονται για τον ασθενή
- Οι θεραπευτές οι οποίοι εργάζονται με θύματα βιασμού μπορεί να αναπτύξουν ένα γενικό αίσθημα αποστροφής για τους βιαστές που επεκτείνεται σε όλους τους άντρες
- Υπερβολική φροντίδα ή συναισθηματική εγκατάλειψη απέναντι στο θύμα, κυνικές και αποτροπιαστικές συμπεριφορές, έλλειψη κινήτρων απάθεια
- Η εργασία στο τραύμα μπορεί να αυξήσει την αίσθηση του επαγγελματία περί προσωπικής ευαλωτότητας και μπορεί να διαταράξει την αίσθηση της ασφάλειας



"Co-funded by the Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme of the European Union under Grant Agreement no JUST/2015/RDAP/AG/VICT/9320"

Εκτυπώστε και κόψτε τις κάρτες σε 1 όψη χαρτιού A4

Αντιδράσεις των επαγγελματιών στο πεδίο της πρόληψης της βίας/ VT

- Συμπτώματα, τα οποία συχνά δεν γίνονται αντιληπτά, μπορεί να κυμαίνονται από ψυχολογικά ζητήματα όπως
 - άγχος, αποσύνδεση, αποφυγή της κοινωνικής επαφής, επικριτικότητα, θυμός, κατάθλιψη, σωματοποίηση, διαταραχές ύπνου, εφιάλτες, αίσθημα αδυναμίας, εξάντληση (σωματική ή συναισθηματική), διαταραγμένη εικόνα του εαυτού και τρίτων.
- Σωματικά συμπτώματα όπως
 - ναυτία, πονοκέφαλοι, γενική συστολή, αλλαγές σωματικής θερμοκρασίας, ζάλη, λιποθυμίες και εξασθενημένη ακοή.

Ginny Sprang et al. 2007.



"Co-funded by the Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme of the European Union under Grant Agreement no JUST/2015/RDAP/AG/VICT/9320"

Αντιδράσεις των επαγγελματιών στο πεδίο της πρόληψης της βίας/ STS

- Το δευτερογενές τραυματικό στρες είναι αποτέλεσμα
 - Της εμπλοκής σε μια σχέση με ένα άτομο που πάσχει από μια τραυματική εμπειρία και γίνεται μάρτυρας των έντονων ή τρομερών τραυματικών εμπειριών του συγκεκριμένου ατόμου
 - Της βοήθειας ή της θέλησης να βοηθήσουμε ένα άτομο με τραύμα ή ένα άτομο που υποφέρει
 - Εξωτερικών συμπτωμάτων συμπεριφοράς
 - Μπορεί να περιλαμβάνει πλήρες φάσμα συμπτωμάτων PTSD.

Jason M. Newell and Gordon A. MacNeil 2010.



"Co-funded by the Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme of the European Union under Grant Agreement no JUST/2015/RDAP/AG/VICT/9320"

Εκτυπώστε και κόψτε τις κάρτες σε 1 όψη χαρτιού A4

Αντιδράσεις των επαγγελματιών στο πεδίο της πρόληψης της βίας /CF

- Η **κόπωση συμπόνιας** είναι ένα σύνδρομο που αποτελείται από έναν συνδυασμό συμπτωμάτων του δευτερογενούς τραυματικού στρες και της επαγγελματικής εξουθένωσης
- Καινούριος όρος
- Ένας πιο γενικός όρος που περιγράφει την συνολική εμπειρία της συναισθηματικής και σωματικής κόπωσης που βιώνουν οι επαγγελματίες λόγω της χρόνιας χρήσης της ενσυναίσθησης στην θεραπεία ασθενών που υποφέρουν με κάποιον τρόπο
- Η επαναλαμβανόμενη χρήση της ενσυναίσθησης συνδυάζεται με τις καθημερινές δυσκολίες και την βιασύνη της εργασίας
- Η εμπειρία της κόπωσης συμπόνιας τείνει να συμβαίνει σωρευτικά με τον καιρό.

Jason M. Newell and Gordon A. MacNeil 2010.



"Co-funded by the Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme of the European Union under Grant Agreement no JUST/2015/RDAP/AG/VICT/9320"

Αντιδράσεις των επαγγελματιών στο πεδίο της πρόληψης της βίας /CF

- Η κόπωση συμπόνιας είναι κοινή ανάμεσα σε επαγγελματίες που εργάζονται απευθείας με θύματα με τραύμα όπως επαγγελματίες υγείας, ψυχολόγους, προσωπικό πρώτων βοηθειών
- Είναι πιο συνηθισμένη στον τομέα της υγείας
- Όταν οι επαγγελματίες υγείας αγωνίζονται να αντιμετωπίσουν το τραύμα που βιώνουν οι ασθενείς τους
 - Η ψυχική τους υγεία, οι σχέσεις τους, η αποτελεσματικότητά τους στην εργασία και η σωματική τους υγεία μπορεί να πληγούν.

S Michie & S Williams 2003.



"Co-funded by the Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme of the European Union under Grant Agreement no JUST/2015/RDAP/AG/VICT/9320"

Εκτυπώστε και κόψτε τις κάρτες σε 1 όψη χαρτιού A4

Αντιδράσεις των επαγγελματιών στο πεδίο της πρόληψης της βίας /CF

- Ολοκληρωτικό: τα συμπτώματα μπορεί να εξαπλωθούν σε όλους τους τομείς της ζωής
 - Επιρροή στην οικογενειακή ζωή
 - Η κατανόηση και εικόνα για την ζωή και τον κόσμο μπορεί να αλλάξουν
- Παράγοντες που συνεισφέρουν στον τομέα της ιατρικής π.χ.
 - «κουλτούρα σιωπής»
 - Έλλειψη γνώσης σε σχέση με τα συμπτώματα
 - Φτωχή κατάρτιση αναφορικά με τους κινδύνους που συνδέονται με την εργασία με υψηλά επίπεδα στρες



"Co-funded by the Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme of the European Union under Grant Agreement no JUST/2015/RDAP/AG/VICT/9320"

Παράγοντες Κινδύνου για Τραύμα μέσω της Παρατήρησης, Δευτερογενές Τραυματικό Στρες, Κόπωση Συμπόνιας

Μικρό-Αναλυτικό επίπεδο

- Επαγγελματίες με
 - Προϋπάρχουσα διαταραχή άγχους
 - Διαταραχή διάθεσης
 - Προσωπικό ιστορικό τραύματος (ιδίως παιδική κακοποίηση και παραμέληση)
 - Μεγάλο φόρτο εργασίας που σχετίζεται με περιστατικά τραύματος ενώ έχουν λίγη κλινική εμπειρία στην εργασία με ασθενείς με τραύμα
- Προσωπική χρήση ακατάλληλων δεξιοτήτων αντιμετώπισης στην εργασία με ασθενείς με τραύμα, όπως η καταστολή των συναισθημάτων, η απομάκρυνση από τους ασθενείς και η χρήση δυναμικών κακοποίησης

Jason M. Newell and Gordon A. MacNeil 2010.



"Co-funded by the Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme of the European Union under Grant Agreement no JUST/2015/RDAP/AG/VICT/9320"

Εκτυπώστε και κόψτε τις κάρτες σε 1 όψη χαρτιού A4

Παράγοντες Κινδύνου για Τραύμα μέσω της Παρατήρησης (VT), Δευτερογενές Τραυματικό Στρες (STS), Κόπωση Συμπόνιας (CF)

Μάκρο- Αναλυτικό Επίπεδο

- Χαρακτηριστικά οργανισμού
 - Οργανωτικοί περιορισμοί
 - Ανεπαρκής εποπτεία
 - Έλλειψη διαθέσιμων πόρων για τους ασθενείς
 - Έλλειψη υποστήριξης από τους συναδέλφους
 - Κουλτούρα οργανισμού (αρχές, κανόνες)
- Η κουλτούρα ενός οργανισμού πρέπει να αναγνωρίζει την ύπαρξη των VT, STS και CF ως φυσιολογικές αντιδράσεις στην εργασία με ασθενείς με τραύμα
- Η δεκτική κουλτούρα ενός οργανισμού βοηθά να μαλακώσει το στίγμα σε περίπτωση που οι επαγγελματίες που εργάζονται με περιπτώσεις τραύματος βιώνουν αντιδράσεις, όπως η αίσθηση ανεπάρκειας ή ανικανότητας.

Jason M. Newell and Gordon A. MacNeill 2010.



"Co-funded by the Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme of the European Union under Grant Agreement no JUST/2015/RDAP/AG/VICT/9320"

Μια πολυδιάστατη προσέγγιση στην επαγγελματική εξουθένωση (burnout)

- Το φαινόμενο της επαγγελματικής εξουθένωσης έχει να κάνει με το περιβάλλον εργασίας
- Η σωματική και συναισθηματική εξάντληση που βιώνουν οι επαγγελματίες όταν έχουν χαμηλή ικανοποίηση από την δουλειά τους και νιώθουν αδύναμοι και καταβεβλημένοι στην εργασία τους
- Συνήθως προκαλείται από π.χ. νέες τεχνολογίες και τεράστια ροή πληροφοριών, οικονομικούς περιορισμούς, εργασία με βάρδιες, αριθμός ασθενών με δύσκολες διαγνώσεις, έλλειψη συνεχούς εκπαίδευσης και κακή επικοινωνία
- Επιπλέον έλλειψη ελέγχου πάνω στην εργασία τους και μικρή υποστήριξη από τους συναδέλφους και την διοίκηση
- Οι μη ξεκάθαροι ρόλοι και τα υψηλά ποσοστά εργασίας είναι ισχυροί προγνωστικοί παράγοντες της εξάντλησης

Selmanovic S, Ramic E, Pranjic N, Brekalo-Lazarevic S, Pasic Z, Alic A. Stress at work and burnout syndrome in hospital doctors. Med Arh 2011;65(4):221-4.



"Co-funded by the Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme of the European Union under Grant Agreement no JUST/2015/RDAP/AG/VICT/9320"

Εκτυπώστε και κόψτε τις κάρτες σε 1 όψη χαρτιού A4

Μια πολυδιάστατη προσέγγιση στην επαγγελματική εξουθένωση (burnout)

- Η επαγγελματική εξουθένωση είναι μια σωρευτική διαδικασία σωματικής, συναισθηματικής και πνευματικής εξάντλησης, που προκαλείται από την χρόνια έκθεση σε πληθυσμούς ευάλωτους στον πόνο
- Τρία διακριτά μέρη: συναισθηματική εξάντληση, αποπροσωποποίηση, και μειωμένο αίσθημα επίτευξης
 - Η συναισθηματική εξάντληση είναι μία κατάσταση η οποία συμβαίνει όταν οι συναισθηματικοί πόροι του εργαζόμενου εξαντλούνται από τις χρόνιες ανάγκες, απαιτήσεις και προσδοκίες των ασθενών, των εποπτών και των οργανισμών στους οποίους εργάζονται
 - Η αποπροσωποποίηση (συχνά αναφέρεται και ως κυνισμός) αναφέρεται στις αρνητικές, κυνικές ή υπερβολικά αποσπασματικές απαντήσεις σε συναδέλφους ή ασθενείς και στις καταστάσεις τις οποίες αντιμετωπίζουν
 - Η μειωμένη αίσθηση προσωπικής επίτευξης συμβαίνει όταν οι κοινωνικοί λειτουργοί νιώθουν ανεπαρκείς, καθώς οι ασθενείς/ωφελοούμενοι δεν αντιδρούν στην θεραπεία, παρά τις προσπάθειες των επαγγελματιών να τους βοηθήσουν.

Jason M. Newell and Gordon A. MacNeil 2010.



"Co-funded by the Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme of the European Union under Grant Agreement no JUST/2015/RDAP/AG/VICT/9320"

Μια πολυδιάστατη προσέγγιση στην επαγγελματική εξουθένωση (burnout)

- Η επαγγελματική εξουθένωση μπορεί να συμβεί σε προσωπικό επίπεδο, σε επίπεδο οργανισμού ή σε επίπεδο ασθενή (ή σε συνδυασμό).
- Ο κύριος παράγοντας κινδύνου για την εμφάνιση της επαγγελματικής εξουθένωσης είναι η εργασία στο τομέα παροχής κοινωνικών υπηρεσιών με τις ακόλουθες προσδοκίες:
 - Επίδειξη συναισθημάτων σε καθημερινό πλαίσιο
 - Χρόνια χρήση της ενσυναίσθησης
- Παράγοντες στο πλαίσιο του οργανισμού που συμβάλλουν στην επαγγελματική εξουθένωση:
 - Υπερβολικά μεγάλος φόρτος εργασίας
 - Έλλειψη ελέγχου ή επιρροής στην προσωπική εργασία και τις διαδικασίες
 - Ανισότητες στην δομή της οργάνωσης και την πειθαρχία
 - Χαμηλή υποστήριξη από συναδέλφους και επόπτες
 - Κακή εκπαίδευση στην εργασία

Jason M. Newell and Gordon A. MacNeil 2010.



"Co-funded by the Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme of the European Union under Grant Agreement no JUST/2015/RDAP/AG/VICT/9320"

Εκτυπώστε και κόψτε τις κάρτες σε 1 όψη χαρτιού A4

Παράγοντες προστασίας από το VT, STS, CF, PTSD, Burnout

- Κουλτούρα Οργανισμού
 - Οι αξίες και η κουλτούρα του οργανισμού
 - Υποστηρικτικό περιβάλλον
 - Άδεια στους εργαζόμενους για να φροντίζουν τους εαυτούς τους
 - Άδειες ασθενείας
- Φόρτος Εργασίας
 - Η έρευνα έχει δείξει πως η ανάληψη διαφορετικών ειδών περιστατικών συνδέεται με μειωμένο Τραύμα μέσω της Παρατήρησης

Holly Bell et al. 2003.



"Co-funded by the Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme of the European Union under Grant Agreement no JUST/2015/RDAP/AG/VICT/9320"

Παράγοντες προστασίας από το VT, STS, CF, PTSD, Burnout

- Περιβάλλον εργασίας
 - Ασφαλές, άνετο
- Εκπαίδευση
 - Η κατάρτιση σχετικά με την αντιμετώπιση τραύματος μειώνει την πιθανότητα Τραύματος μέσω Παρατήρησης
 - Οι πληροφορίες μπορεί να βοηθήσουν τα άτομα να κατονομάσουν τις εμπειρίες τους και να παράσχουν ένα πλαίσιο κατανόησης και αντιμετώπισης

Holly Bell et al. 2003.



"Co-funded by the Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme of the European Union under Grant Agreement no JUST/2015/RDAP/AG/VICT/9320"

Εκτυπώστε και κόψτε τις κάρτες σε 1 όψη χαρτιού A4

Παράγοντες προστασίας από το VT, STS, CF, PTSD, Burnout

- Ομάδας στήριξης/ Ομαδική εργασία
 - Ευκαιρίες για ανεπίσημη ενημέρωση και επεξεργασία του τραυματικού υλικού με επόπτες και συναδέλφους
 - Η ενημέρωση για το άγχος που σχετίζεται με τα περιστατικά είναι μία πιο επίσημη μέθοδος για την επεξεργασία συγκεκριμένων τραυματικών γεγονότων αλλά μπορεί να είναι λιγότερο βοηθητική στην διαχείριση επαναλαμβανόμενου ή χρόνιου τραυματικού υλικού
 - Η μείωση του άγχους δεν έχει να κάνει με την αντιμετώπιση των συμπτωμάτων αλλά με την διαχείριση των συναισθημάτων που προκύπτουν πριν κ μετά τις συνδιαλλαγές με τον ασθενή με τραύμα.

Holly Bell et al. 2003.



"Co-funded by the Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme of the European Union under Grant Agreement no JUST/2015/RDAP/AG/VICT/9320"

Παράγοντες προστασίας από το VT, STS, CF, PTSD, Burnout

- Εποπτεία
 - Η αποτελεσματική εποπτεία είναι ένα ουσιώδες συστατικό της πρόληψης και της θεραπείας του Τραύματος μέσω Παρατήρησης
 - Η υπεύθυνη εποπτεία δημιουργεί μια σχέση στην οποία ο εργαζόμενος νιώθει ασφαλής στο να εκφράσει τους φόβους του, τις ανησυχίες του και τις αδυναμίες του
 - Π.χ. η εβδομαδιαία ομαδική εποπτεία: το τραυματικό υλικό και το προσωπικό αποτέλεσμα επεξεργάζονται και εξομαλύνονται μέρος του έργου της οργάνωσης
- Οι διαθέσιμοι πόροι συμβουλευτικής π.χ. όπως η αμοιβαία υποστήριξη

Holly Bell et al. 2003.



"Co-funded by the Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme of the European Union under Grant Agreement no JUST/2015/RDAP/AG/VICT/9320"

Εκτυπώστε και κόψτε τις κάρτες σε 1 όψη χαρτιού A4

Στρατηγικές Διαχείρισης

- Συχνή χρήση εργαλείων για να αξιολογηθεί ο βαθμός στον οποίο υπάρχουν αυτές οι συνθήκες στο εργατικό δυναμικό.
 - Το Maslach Burnout Inventory (MBI), το Secondary Traumatic Stress Scale, και το Professional Quality of Life scale (ProQOL) έχουν επικυρωθεί ως εργαλεία μέτρησης της επαγγελματικής εξουθένωσης και του τραυματικού στρες
 - Θα μπορούσε να γίνει κατά την διάρκεια σεμιναρίων κατάρτισης ή συνεχούς εκπαίδευσης στις θεματικές αυτές
 - Η πρακτική αυτή μπορεί να νομιμοποιήσει τα προβλήματα των εργαζομένων
- Αξιολόγηση των παραγόντων κινδύνου στον οργανισμό με την χρήση των MBI και ProQOL
- Εκπαίδευση σχετικά με τα βασικά χαρακτηριστικά, τα προειδοποιητικά σημάδια και τα συμπτώματα που σχετίζονται με την επαγγελματική εξουθένωση και το STS, καθώς και με τις στρατηγικές και τις τεχνικές αυτό-φροντίδας ως προληπτική πρακτική.

Jason M. Newell and Gordon A. MacNeil 2010.



"Co-funded by the Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme of the European Union under Grant Agreement no JUST/2015/RDAP/AG/VICT/9320"

Παράγοντες προστασίας από το VT, STS, CF, PTSD, Burnout

- Πιθανότητα να υπάρχουν επίσημες διαβουλεύσεις με εξειδικευμένους επαγγελματίες/οργανισμούς
- Δημιουργία επαγγελματικών δικτύων

Αυτό-φροντίδα

- Ισορροπία ανάμεσα στην εργασία και την προσωπική ζωή, απόλαυση της ζωής, ικανοποιητικές εμπειρίες και εμπειρίες καλοσύνης



"Co-funded by the Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme of the European Union under Grant Agreement no JUST/2015/RDAP/AG/VICT/9320"

Εκτυπώστε και κόψτε τις κάρτες σε 1 όψη χαρτιού A4

Στρατηγικές αυτό-φροντίδας για τους επαγγελματίες

- Η ανάπτυξη προσωπικών στρατηγικών και ικανοτήτων διαχείρισης είναι επίσης χρήσιμη για τους επαγγελματίες που βιώνουν STS, VT, or CF
- Για τα άτομα που πάσχουν από τραυματικό άγχος, η ψυχοθεραπεία μπορεί επίσης να είναι μια λογική επιλογή θεραπείας, ιδιαίτερα για εκείνους με ιστορικό τραύματος
- Συναισθηματική και κοινωνική υποστήριξη από την οικογένεια και τους στενούς φίλους.

Jason M. Newell and Gordon A. MacNeil 2010.



"Co-funded by the Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme of the European Union under Grant Agreement no JUST/2015/RDAP/AG/VICT/9320"

Στρατηγικές αυτό-φροντίδας για τους επαγγελματίες

- Η χρήση των προσόντων και στρατηγικών ώστε να διατηρούν τις δικές τους προσωπικές, οικογενειακές, συναισθηματικές, ψυχικές και πνευματικές ανάγκες, ενώ ανταποκρίνονται στις ανάγκες και απαιτήσεις των ασθενών τους.
- Σχετικά με την επαγγελματική εξουθένωση, περιλαμβάνεται ο καθορισμός ρεαλιστικών στόχων όσον αφορά το φόρτο εργασίας και την εξυπηρέτηση των ασθενών, η χρήση των διαλλειμάτων για καφέ και φαγητό, και η επαρκής ανάπαυση και χαλάρωση
- Η κοινωνική υποστήριξη από επαγγελματίες συναδέλφους, όπως η βοήθεια με κάποιον συγκεκριμένο δύσκολο ασθενή, ή η συναισθηματική υποστήριξη, όπως η άνεση, η συγκριτική και προσωπική ανατροφοδότηση και η χρήση του χιούμορ.

Jason M. Newell and Gordon A. MacNeil 2010.



"Co-funded by the Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme of the European Union under Grant Agreement no JUST/2015/RDAP/AG/VICT/9320"

ΥΛΙΚΟ ΓΙΑ ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΣΕΝΑΡΙΑ

Μελέτη περίπτωσης:

Η κυρία Ελένη είναι μια γυναίκα 81 ετών που ζει στο διαμέρισμά της μαζί με τον γιο της τα τελευταία τρία χρόνια. Πριν από αυτό ζούσε μόνη της, αλλά μετά από μια πτώση και τη σταδιακή επιδείνωση της κινητικότητάς της, κρίθηκε απαραίτητο να υπάρχει κάποιο άτομο μαζί της. Η Ελένη αντιμετωπίζει προβλήματα αρθρίτιδας και χρειάζεται βοήθεια σε ορισμένες καθημερινές δραστηριότητες, όπως το μπάνιο και η μετακίνησή της μέσα στο σπίτι. Τα τελευταία χρόνια παρουσιάζει επίσης μικρά κενά μνήμης, τα οποία όμως δεν έχουν διαγνωστεί ως άνοια.

Ο γιος της, ο Νίκος, 50 ετών, μετακόμισε στο σπίτι της όταν έχασε τη δουλειά του. Από τότε δεν έχει σταθερή εργασία και φαίνεται να αντιμετωπίζει οικονομικές δυσκολίες. Ο Νίκος έχει αναλάβει τη φροντίδα της μητέρας του, βοηθώντας τη με τα ψώνια, τα φάρμακα και τις καθημερινές ανάγκες. Η Ελένη βασίζεται σε μεγάλο βαθμό σε εκείνον, καθώς δεν έχει άλλους κοντινούς συγγενείς στην πόλη και ο κοινωνικός της κύκλος έχει περιοριστεί σημαντικά τα τελευταία χρόνια.

Μια κοινωνική λειτουργός επισκέπτεται το σπίτι μετά από ανησυχία που εξέφρασε μια γειτόνισσα, η οποία ανέφερε ότι δεν βλέπει συχνά την κυρία Ελένη έξω και ότι φαίνεται όλο και πιο απομονωμένη. Κατά την επίσκεψη, η κοινωνική λειτουργός παρατηρεί ότι το σπίτι δεν είναι ιδιαίτερα καθαρό και ότι υπάρχουν λίγα τρόφιμα στο ψυγείο. Η Ελένη φαίνεται αδύναμη και κουρασμένη, ενώ φοράει ρούχα που δεν ανταποκρίνονται στις καιρικές συνθήκες.

Κατά τη διάρκεια της συζήτησης, ο γιος της απαντά συχνά αντί για εκείνη και δείχνει ανυπόμονος. Αναφέρει ότι η μητέρα του «δεν συνεργάζεται» και ότι «ξεχνάει συνέχεια». Ο ίδιος φαίνεται εκνευρισμένος και κουρασμένος, και εκφράζει παράπονα για την κατάσταση στην οποία βρίσκεται. Όταν η κοινωνική λειτουργός προσπαθεί να απευθυνθεί απευθείας στην Ελένη, εκείνη αποφεύγει την οπτική επαφή και απαντά σύντομα, λέγοντας ότι «όλα είναι καλά» και ότι «δεν θέλει να δημιουργεί προβλήματα».

Σε μια στιγμή που ο γιος απομακρύνεται για λίγο από το δωμάτιο, η κοινωνική λειτουργός παρατηρεί ότι η Ελένη φαίνεται πιο αγχωμένη. Της λέει χαμηλόφωνα ότι «ο γιος της κουράζεται πολύ» και ότι «δεν θέλει να τον στεναχωρεί». Αναφέρει επίσης ότι «μερικές φορές φωνάζει», αλλά δεν δίνει περισσότερες λεπτομέρειες. Στο ίδιο πλαίσιο, εκφράζει ότι «είναι ο μόνος που έχει» και ότι δεν θέλει να πάει κάπου αλλού.

Κατά τη διάρκεια της επίσκεψης, η κοινωνική λειτουργός παρατηρεί μώλωπες στα χέρια της Ελένης. Όταν τη ρωτά σχετικά, εκείνη απαντά ότι «χτυπάει εύκολα» και ότι «έπεσε πριν λίγες μέρες», χωρίς να δώσει σαφή περιγραφή του πώς συνέβη. Λίγο αργότερα, όταν ο γιος επιστρέφει στο δωμάτιο, η Ελένη σταματά να μιλά και δείχνει πιο σφιγμένη.

Στη συζήτηση που ακολουθεί, ο γιος αναφέρει ότι τα οικονομικά είναι δύσκολα και ότι «προσπαθεί να τα βγάλει πέρα» με τη σύνταξη της μητέρας του. Η κοινωνική λειτουργός αντιλαμβάνεται ότι υπάρχει οικονομική εξάρτηση και πιθανώς πίεση γύρω από τα χρήματα, χωρίς όμως να υπάρχει σαφής εικόνα για το πώς τα διαχειρίζονται.

Η κοινωνική λειτουργός φεύγει από το σπίτι με την αίσθηση ότι η κατάσταση δεν είναι ξεκάθαρη, αλλά ότι υπάρχουν αρκετές ενδείξεις που απαιτούν περαιτέρω διερεύνηση. Η Ελένη δεν αναφέρει άμεσα κακοποίηση, ωστόσο φαίνεται να υπάρχει φόβος, εξάρτηση και πιθανή παραμέληση. Ταυτόχρονα, ο Νίκος φαίνεται επιβαρυνμένος, απομονωμένος και χωρίς υποστήριξη.

Σενάριο 2: REAMI ερωτηματολόγιο

Εκτυπώστε

REAMI (Risk on Elder Abuse and Mistreatment Instrument)

Προσωπικά Χαρακτηριστικά:

Ημερομηνία		
Φύλο	☐ Άρρεν	☐ Θήλυ
Ηλικία		
Συγκατοίκηση	☐ Όχι, μένω μόνος-η ☐ με παιδιά	☐ με το σύντροφο/σύζυγο ☐ με άλλους

Σε ποιο βαθμό συμφωνείτε με τις ακόλουθες προτάσεις αναφορικά με τα ηλικιωμένα άτομα και το περιβάλλον τους; (παρακαλώ συμπληρώστε στα κουτιά)

A = Διαφωνώ απόλυτα

C = Συμφωνώ σχετικά

B = Διαφωνώ σχετικά

D = Συμφωνώ απόλυτα

Μέρος 1ο

Σε τι βαθμό αισθανόσαστε:

	A	B	C	D
...το ηλικιωμένο άτομο είναι εξαρτώμενο σε ένα πρόσωπο-κλειδί; (πχ. Για φροντίδα, οικονομικά, διαχείριση, στέγαση)				
...το ηλικιωμένο άτομο είναι απομονωμένο;				
...υπάρχουν σημάδια ότι το ηλικιωμένο άτομο δεν διαχειρίζεται πλέον τη κατάσταση; (πχ. σημάδια υπερβολικής επιβάρυνσης, κόπωσης, συναισθηματικής εξουθένωσης, αδιαφορίας, συναισθήματα αδυναμίας, απογοήτευσης, άγχους)				
...το ηλικιωμένο άτομο αντιμετωπίζει σωματικούς περιορισμούς, άνοια, συμπτώματα κατάθλιψης, εθισμό, ψυχιατρικά ή ψυχολογικά προβλήματα;				
...έχουν προξενηθεί πρόσφατα ριζικές και αγχωτικές αλλαγές στη ζωή των ηλικιωμένων ατόμων; (πχ. μετακόμιση, θάνατος συζύγου)				
...υπάρχει οικογενειακό ιστορικό βίας;				
Συνολικά(μετρήστε πόσες φορές απαντήθηκαν τα A και B, C και D)				

Μέρος 2ο

Σε τι βαθμό νιώθετε ότι:

	A	B	C	D
...η σχέση ανάμεσα στο πρόσωπο-κλειδί και το ηλικιωμένο άτομο είναι προβληματική; (πχ. άγχος, εντάσεις, συγκρούσεις)				
...η σχέση ανάμεσα στο πρόσωπο-κλειδί και το στενό περιβάλλον του είναι προβληματική; (πχ. άγχος, εντάσεις, συγκρούσεις)				
... το πρόσωπο-κλειδί είναι εξαρτώμενο από το ηλικιωμένο άτομο;				
... η φροντίδα που παρέχεται από το πρόσωπο-κλειδί στο ηλικιωμένο άτομο είναι υπερβολική;				
... οι γνώσεις του προσώπου αναφοράς για φροντίδα είναι ανεπαρκείς;				
... το πρόσωπο-κλειδί είναι απομονωμένο;				
... υπάρχουν σημάδια ότι το πρόσωπο κλειδί δεν μπορεί να διαχειριστεί πλέον την κατάσταση; (πχ. σημάδια υπερβολικής επιβάρυνσης, κόπωσης, συναισθηματικής εξουθένωσης, αδιαφορίας, συναισθήματα αδυναμίας, απογοήτευσης, άγχους)				
...το πρόσωπο-κλειδί έχει προβλήματα υγείας, άνοια, συμπτώματα κατάθλιψης, εθισμό, ψυχιατρικά ή ψυχολογικά προβλήματα;				

Σενάριο 2: REAMI ερωτηματολόγιο

Εκτυπώστε

...το πρόσωπο-κλειδί έχει οικονομικά προβλήματα;				
...έχουν προξενηθεί πρόσφατα στη ζωή του προσώπου-κλειδιού ριζικές και αγχωτικές αλλαγές;				
Συνολικά (μετρήστε πόσες φορές απαντήθηκαν τα Α και Β, C και D)				

Μέρος 3ο

Σε τι βαθμό νιώθετε ότι:

	A	B	C	D
... υπάρχουν σημάδια παραβίασης δικαιωμάτων; (πχ. παρεμπόδιση ανάγνωσης των email τους, να συναντήσουν φίλους ή γνωστούς)				
... υπάρχουν σημάδια συναισθηματικής κακοποίησης και κακομεταχείρισης; (πχ. αίσθημα άγχους, αισθάνονται ντροπιασμένοι, τρομαγμένοι/τρομοκρατημένοι από απειλές, αίσθημα υποτίμησης)				
...υπάρχουν σημάδια παραμέλησης; (πχ. Στέρηση ενδυμασίας, τροφής, γεύματος, στέγασης και νοικοκυριού).				
...υπάρχουν σημάδια για οικονομική κακομεταχείριση και κακοποίηση; (πχ. πιέζεται να υπογράψει χαρτιά ή να δώσει χρήματα ή αγαθά, πιέζεται να αλλάξει μια διαθήκη, ή υπάρχουν ξαφνικές και ανεξήγητες αλλαγές στην οικονομική κατάσταση)				
...υπάρχουν σημάδια σωματικής κακομεταχείρισης και κακοποίησης; (πχ. σωματικοί τραυματισμοί, έχει υποστεί βιαιοπραγία)				
...υπάρχουν σημάδια σεξουαλικής κακομεταχείρισης και κακοποίησης; (πχ. μη θελημένα αγγίγματα, εξαναγκαστική αφαίρεση ρούχων)				
Συνολικά (μετρήστε πόσες φορές απαντήθηκαν τα Α και Β, C και D)				

Συνολικό αποτέλεσμα του REAMI

Συμπληρώστε το σύνολο από τα γκρι κουτιά των μερών 1, 2 και 3.

Πολλαπλασιάστε τα σύνολα με τους αντίστοιχους αριθμούς(1,10 ή 1000)

Προσθέστε αυτά τα τρία νούμερα μαζί.

Part 1:		X 1	=
Part 2:		X 10	=
Part 3:		X 1000	=
		Total REAMI score	=

Συνολική βαθμολογία REAMI	Εξήγηση
0	Η κατάσταση είναι καλή. Δεν υπάρχει κανένας κίνδυνος.
1 / 2 / 3 10 / 11	Το ηλικιωμένο άτομο βρίσκεται σε χαμηλό βαθμό επικινδυνότητας για κακομεταχείριση και κακοποίηση.
4 / 5 / 6 12 until 106	Το ηλικιωμένο άτομο διατρέχει μέτριο βαθμό επικινδυνότητας στη κακομεταχείριση και κακοποίηση ηλικιωμένων. Αυτή τη στιγμή δεν υπάρχουν προφανή σημάδια κακομεταχείρισης και κακοποίησης, όμως υπάρχει μέτρια επικινδυνότητα. Απαιτείται περισσότερη προσοχή.
1000 until 6106	Υπάρχουν δείκτες ότι το ηλικιωμένο άτομο κακοποιείται. Υπάρχει υψηλός βαθμός επικινδυνότητας για κακομεταχείριση και κακοποίηση ηλικιωμένων.

Σενάριο 3: Safety plan

Εκτυπώστε και κόψτε τις κάρτες σε 1 όψη χαρτιού A4



Για αυτό το σενάριο πρέπει να εκτυπώσετε και τις **κάρτες** που ανήκουν στο «Σενάριο 1: Κατανοώντας την έμφυλη βία», οι οποίες βρίσκονται στην ενότητα «Υλικό για εκπαιδευτικά σενάρια». Δείτε τη **σελίδα 9**

Ενδεικτικό παράδειγμα safety plan

	Συζήτηση
Ημερομηνία	Έχω συζητήσει με τον κατ'οίκον φροντιστή για το πώς θα βρω αξιόπιστους φίλους ή μέλη της οικογένειας τα οποία θα μπορούσα να μιλήσω για την κατάστασή μου.
Ημερομηνία	Έχω εξασκήσει με τον κατ'οίκον φροντιστή μου, τι να πω στην κόρη μου όταν εκείνη θέλει χρήματα από εμένα.
Ημερομηνία	Έχω εξασκηθεί με τους κατ'οίκον φροντιστές μου για να μετακινηθώ σε ένα ασφαλέστερο μέρος, το οποίο είναι:
Ημερομηνία	Αν την δω να γίνεται περισσότερο θυμωμένη και νευρική, μπορώ να προστατεύσω τον εαυτό μου με τους ακόλουθους τρόπους:
Ημερομηνία	Αν αισθάνομαι ότι η κατάσταση είναι πολύ σοβαρή, μπορώ να δώσω στη κόρη μου ότι θέλει. Πρέπει να προστατεύω τον εαυτό μου έως ότου είμαι εκτός κινδύνου.
Ημερομηνία	Έχω προβλήματα κινητικότητας, όμως, μπορώ να φτιάξω ένα σχέδιο έκτακτης ασφαλείας. Μπορώ να επικοινωνήσω με τα ακόλουθα μέρη/ ανθρώπους:
Ημερομηνία	Κρατώ πάντοτε το κινητό μου τηλέφωνο μαζί μου. Τα κουμπιά έκτακτων κλήσεων είναι εγκατεστημένα στο κινητό μου.
Ημερομηνία	Θα ελέγχω το πλάνο ασφαλείας συχνά με τους κατ'οίκον φροντιστές μου. Η ημερομηνία για την επόμενη συνάντηση είναι:

Μελέτη περίπτωσης

Η Μαρίνα είναι μια 63χρονη γυναίκα, η οποία είναι φροντίστρια του συζύγου της. Ο άνδρας της είναι 65 χρονών, έχει διαταραχές ομιλίας (αφασία) και κινητικές δυσκολίες μετά από ένα εγκεφαλικό. Χρειάζεται βοήθεια για να ντυθεί και να πλυθεί. Σύμφωνα με την άποψη της Μαρίνας, ο άνδρας της είχε διαταραχές στην ψυχική του υγεία όχι μόνο μετά το εγκεφαλικό, αλλά ήδη πριν από αυτό. Χάνει τη ψυχραιμία του γρήγορα αν κάποια πράγματα δεν πηγαίνουν σύμφωνα με τις επιθυμίες του, αρχίζει να φωνάζει και να κατηγορεί τη Μαρίνα ότι δεν τον φροντίζει σωστά.

Λόγω των δυσκολιών στη χρήση των χεριών του, απαιτεί από τη Μαρίνα να τον σερβίρει δίνοντάς του φαγητό και ροφήματα με τα χέρια της. Επίσης, θέλει να γνωρίζει πού πηγαίνει και πότε θα επιστρέψει. Η Μαρίνα έχει παρατηρήσει ότι ο άνδρας της περνά χρόνο στο διαδίκτυο βλέποντας ταινίες ερωτικού περιεχομένου.

Το πιο δύσκολο για εκείνη είναι η σεξουαλική συμπεριφορά του. Συχνά κάνει σχόλια για την εμφάνισή της, λέγοντας ότι είναι «μεγάλη» και «άσχημη» για εκείνον και ότι δεν τον ελκύει πια. Επιπλέον, επιμένει να της δείχνει φωτογραφίες με πορνογραφικό υλικό. Η Μαρίνα αισθάνεται ντροπή και έντονο άγχος. Δεν έχει μιλήσει σε κανέναν για αυτή τη συμπεριφορά.

Η ίδια αισθάνεται ότι δεν είναι πλέον ικανή να φροντίζει τον σύζυγό της και ότι η κατάσταση την ξεπερνά. Η Μαρίνα μιλά στον οικογενειακό γιατρό για την επιβάρυνσή της αλλά αποφεύγει να μιλήσει για τη σεξουαλική παρενόχληση που βιώνει και ζητά να εισαχθεί ο σύζυγός της σε γηροκομείο. Ο γιατρός της εξηγεί ότι δεν υπάρχουν επαρκείς ιατρικοί λόγοι για μια τέτοια απόφαση και την παραπέμπει σε κοινωνικό λειτουργό.

Η Μαρίνα νιώθει απογοητευμένη και συγχυσμένη και ρωτά αν μπορεί τουλάχιστον να δοθεί στον σύζυγό της κάποια ηρεμιστική αγωγή. Ο γιατρός της εξηγεί ότι αυτό δεν είναι κατάλληλο, καθώς θα αυξήσει την εξάρτησή του από εκείνη.

Όταν τελικά συναντά την κοινωνική λειτουργό, η Μαρίνα μιλά για την κόπωση και την επιβάρυνσή της. Η κοινωνική λειτουργός δείχνει κατανόηση, αλλά της εξηγεί ότι είναι δύσκολο να προχωρήσει σε τοποθέτηση σε γηροκομείο και ότι το πιο ρεαλιστικό είναι να ενισχυθούν οι υπηρεσίες φροντίδας στο σπίτι.

Σε αυτό το σημείο, η Μαρίνα αποφασίζει να μιλήσει για τη σεξουαλική παρενόχληση που βιώνει. Η κοινωνική λειτουργός της απαντά ότι η συμπεριφορά αυτή μπορεί να σχετίζεται με την ασθένεια του συζύγου της και ότι εκείνος υποφέρει, προτρέποντάς την να κάνει υπομονή. Μετά από τις επαφές της με τον οικογενειακό γιατρό και την κοινωνική λειτουργό, η Μαρίνα αισθάνεται ότι δεν την πήραν στα σοβαρά. Νιώθει ότι υποτιμήθηκε τόσο ο φόρτος φροντίδας που βιώνει όσο και η σεξουαλική παρενόχληση που αντιμετωπίζει.

Μελέτη περίπτωσης

Δουλεύετε ως εθελοντής/ρια/ό σε ένα κέντρο ημερήσιας φροντίδας ηλικιωμένων. Ο χώρος λειτουργεί ως σημείο συνάντησης, όπου τα άτομα περνούν χρόνο μαζί, συμμετέχουν σε δραστηριότητες και κοινωνικοποιούνται. Το προσωπικό είναι συχνά απασχολημένο, οπότε οι/τα εθελοντές/ριες/ά βοηθούν στη συνοδεία, στη συζήτηση και στη γενικότερη υποστήριξη των ηλικιωμένων.

Ένα από τα άτομα που συνοδεύετε συχνά είναι η κυρία Ειρήνη, 76 ετών. Έρχεται στο κέντρο σχεδόν κάθε μέρα. Είναι γενικά ήρεμη, ευγενική και της αρέσει να συμμετέχει σε δραστηριότητες, ιδιαίτερα στο πλέξιμο και στις ομαδικές συζητήσεις. Έχει αναφέρει ότι ζει με τον γιο της, ο οποίος «τη βοηθάει με τα πάντα», όπως λέει.

Τις τελευταίες ημέρες παρατηρείτε κάποιες αλλαγές στη συμπεριφορά της. Η κυρία Ειρήνη φαίνεται πιο σιωπηλή, αποφεύγει τη συζήτηση και συχνά κοιτάζει προς την είσοδο του χώρου, σαν να περιμένει κάποιον. Όταν τη ρωτάτε αν είναι καλά, απαντά «μια χαρά, μην ανησυχείς».

Σήμερα, κατά τη διάρκεια μιας δραστηριότητας, το κινητό της χτυπάει επανειλημμένα. Η ίδια φαίνεται αγχωμένη και ζητά να βγει έξω για να απαντήσει. Επιστρέφει μετά από λίγα λεπτά εμφανώς ταραγμένη και σας λέει ότι πρέπει να φύγει νωρίτερα γιατί «την περιμένουν στο σπίτι».

Την επόμενη στιγμή, καθώς τη βοηθάτε να φορέσει το παλτό της, παρατηρείτε ότι τραβιέται ελαφρώς όταν ακουμπάτε το μπράτσο της. Σας λέει γρήγορα «χτύπησα λίγο στο σπίτι, τίποτα δεν είναι». Δεν φαίνεται πρόθυμη να δώσει περισσότερες πληροφορίες.

Λίγο πριν φύγει, σας λέει χαμηλόφωνα: «Ξέρεις... καλύτερα να μην αργώ... γιατί μετά... νευριάζει...». Δεν συνεχίζει τη φράση της.

Η πολιτική του προγράμματος εθελοντισμού αναφέρει ότι/τα οι εθελοντές/ριες/ά δεν παρεμβαίνουν άμεσα σε περιστατικά, αλλά έχουν ευθύνη να παρατηρούν, και να ενημερώνουν το προσωπικό όταν κάτι φαίνεται να μην είναι ασφαλές.

Αναρωτιέστε τι ακριβώς συμβαίνει και ποιος είναι ο ρόλος σας σε αυτή την περίπτωση.

Εκτυπώστε σε μονή όψη Α4 χαρτί

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ι

ΑΞΙΟΠΡΕΠΕΙΑ

Άρθρο 1

Ανθρώπινη αξιοπρέπεια

Η ανθρώπινη αξιοπρέπεια είναι απαραβίαστη. Πρέπει να είναι σεβαστή και να προστατεύεται.

Άρθρο 2

Δικαίωμα στη ζωή

1. Κάθε πρόσωπο έχει δικαίωμα στη ζωή.
2. Κανείς δεν μπορεί να καταδικαστεί στην ποινή του θανάτου ούτε να εκτελεστεί.

Άρθρο 3

Δικαίωμα στην ακεραιότητα του προσώπου

1. Κάθε πρόσωπο έχει δικαίωμα στη σωματική και διανοητική ακεραιότητά του.
2. Στο πεδίο της ιατρικής και της βιολογίας, πρέπει να τηρούνται ιδίως τα εξής:
 - η ελεύθερη και εν επιγνώσει συναίνεση του ενδιαφερομένου, σύμφωνα με τις λεπτομερέστερες διατάξεις που ορίζονται από το νόμο,
 - η απαγόρευση των ευγονικών πρακτικών, ιδίως όσων αποσκοπούν στην επιλογή των προσώπων,
 - η απαγόρευση της μετατροπής του ανθρωπίνου σώματος και των μερών του καθ'αυτών σε πηγή κέρδους,
 - η απαγόρευση του αναπαραγωγικού κλωνισμού των ανθρωπίνων όντων.

Άρθρο 4

Απαγόρευση των βασανιστηρίων και των απάνθρωπων ή εξευτελιστικών ποινών ή μεταχείρισης

Κανείς δεν μπορεί να υποβληθεί σε βασανιστήρια ούτε σε απάνθρωπες ή εξευτελιστικές ποινές ή μεταχείριση.

Άρθρο 5

Απαγόρευση της δουλείας και της αναγκαστικής εργασίας

1. Κανείς δεν μπορεί να κρατηθεί σε δουλεία ούτε σε ειλωτεία.
2. Κανείς δεν μπορεί να υποβληθεί σε αναγκαστική ή υποχρεωτική εργασία.
3. Απαγορεύεται η εμπορία των ανθρωπίνων όντων.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ II

ΕΛΕΥΘΕΡΙΕΣ

Άρθρο 6

Δικαίωμα στην ελευθερία και την ασφάλεια

Κάθε πρόσωπο έχει δικαίωμα στην ελευθερία και την ασφάλεια.

Άρθρο 7

Σεβασμός της ιδιωτικής και οικογενειακής ζωής

Κάθε πρόσωπο έχει δικαίωμα στο σεβασμό της ιδιωτικής και οικογενειακής ζωής του, της κατοικίας του και των επικοινωνιών του.

Άρθρο 8

Προστασία των δεδομένων προσωπικού χαρακτήρα

1. Κάθε πρόσωπο έχει δικαίωμα στην προστασία των δεδομένων προσωπικού χαρακτήρα που το αφορούν.
2. Η επεξεργασία αυτών των δεδομένων πρέπει να γίνεται νομίμως, για καθορισμένους σκοπούς και με βάση τη συγκατάθεση του ενδιαφερομένου ή για άλλους θεμιτούς λόγους που προβλέπονται από το νόμο. Κάθε πρόσωπο έχει δικαίωμα να έχει πρόσβαση στα συλλεγμένα δεδομένα που το αφορούν και να επιτυγχάνει τη διόρθωσή τους.
3. Ο σεβασμός των κανόνων αυτών υπόκειται στον έλεγχο ανεξάρτητης αρχής.

Άρθρο 9

Δικαίωμα γάμου και δικαίωμα ίδρυσης οικογένειας

Το δικαίωμα γάμου και το δικαίωμα ίδρυσης οικογένειας διασφαλίζονται σύμφωνα με τις εθνικές νομοθεσίες που διέπουν την άσκησή τους.

Άρθρο 10

Ελευθερία σκέψης, συνείδησης και θρησκείας

1. Κάθε πρόσωπο έχει δικαίωμα στην ελευθερία σκέψης, συνείδησης και θρησκείας. Το δικαίωμα αυτό συνεπάγεται την ελευθερία μεταβολής θρησκειώματος ή πεποιθήσεων, καθώς και την ελευθερία εκδήλωσης του θρησκειώματος ή των πεποιθήσεών του, ατομικά ή συλλογικά, δημόσια ή κατ' ιδίαν, με τη λατρεία, την εκπαίδευση, την άσκηση των θρησκευτικών καθηκόντων και τις τελετές.
2. Το δικαίωμα αντίρρησης συνειδήσεως αναγνωρίζεται σύμφωνα με τις εθνικές νομοθεσίες που διέπουν την άσκησή του.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ II

ΕΛΕΥΘΕΡΙΕΣ

Άρθρο 11

Ελευθερία έκφρασης και πληροφόρησης

1. Κάθε πρόσωπο έχει δικαίωμα στην ελευθερία έκφρασης. Το δικαίωμα αυτό περιλαμβάνει την ελευθερία γνώμης και την ελευθερία λήψης ή μετάδοσης πληροφοριών ή ιδεών, χωρίς την ανάμειξη δημοσίων αρχών και αδιακρίτως συνόρων.
2. Η ελευθερία των μέσων μαζικής ενημέρωσης και η πολυφωνία τους είναι σεβαστές.

Άρθρο 12

Ελευθερία του συνέρχεσθαι και του συνεταιρίζεσθαι

1. Κάθε πρόσωπο έχει δικαίωμα στην ελευθερία του συνέρχεσθαι ειρηνικώς και στην ελευθερία του συνεταιρίζεσθαι σε όλα τα επίπεδα, ιδίως στον πολιτικό και το συνδικαλιστικό τομέα, καθώς και στους τομείς που αναφέρονται στον πολίτη, πράγμα που συνεπάγεται το δικαίωμα κάθε προσώπου να ιδρύει με άλλους συνδικαλιστικές ενώσεις και να προσχωρεί σ' αυτές για την υπεράσπιση των συμφερόντων του.
2. Τα πολιτικά κόμματα, στο επίπεδο της Ένωσης, συμβάλλουν στην έκφραση της πολιτικής βούλησης των πολιτών της Ένωσης.

Άρθρο 13

Ελευθερία της τέχνης και της επιστήμης

Η τέχνη και η επιστημονική έρευνα είναι ελεύθερες. Η ακαδημαϊκή ελευθερία είναι σεβαστή.

Άρθρο 14

Δικαίωμα εκπαίδευσης

1. Κάθε πρόσωπο έχει δικαίωμα στην εκπαίδευση και στην πρόσβαση στην επαγγελματική και συνεχή κατάρτιση.
2. Το δικαίωμα αυτό περιλαμβάνει την ευχέρεια δωρεάν παρακολούθησης της υποχρεωτικής εκπαίδευσης.
3. Η ελευθερία ίδρυσης εκπαιδευτικών ιδρυμάτων με σεβασμό των δημοκρατικών αρχών, καθώς και το δικαίωμα των γονέων να εξασφαλίζουν την εκπαίδευση και τη μόρφωση των τέκνων τους σύμφωνα με τις θρησκευτικές, φιλοσοφικές και παιδαγωγικές πεποιθήσεις τους, γίνονται σεβαστά σύμφωνα με τις εθνικές νομοθεσίες που διέπουν την άσκησή τους.

Άρθρο 15

Ελευθερία του επαγγέλματος και δικαίωμα προς εργασία

1. Κάθε πρόσωπο έχει δικαίωμα να εργάζεται και να ασκεί το επάγγελμα, το οποίο επιλέγει ή αποδέχεται ελεύθερα.
2. Κάθε πολίτης της Ένωσης είναι ελεύθερος(η) να αναζητά απασχόληση, να εργάζεται, να εγκαθίσταται ή να παρέχει υπηρεσίες σε κάθε κράτος μέλος.
3. Οι υπήκοοι τρίτων χωρών που έχουν άδεια να εργάζονται στο έδαφος των κρατών μελών δικαιούνται συνθηκών εργασίας αντίστοιχων με εκείνες που απολαμβάνουν οι πολίτες της Ένωσης.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ II

ΕΛΕΥΘΕΡΙΕΣ

Άρθρο 16

Επιχειρηματική ελευθερία

Η επιχειρηματική ελευθερία αναγνωρίζεται σύμφωνα με το κοινοτικό δίκαιο και τις εθνικές νομοθεσίες και πρακτικές.

Άρθρο 17

Δικαίωμα ιδιοκτησίας

1. Κάθε πρόσωπο έχει δικαίωμα να είναι κύριος των νομίμως κτηθέντων αγαθών του, να τα χρησιμοποιεί, να τα διαθέτει και να τα κληροδοτεί. Κανείς δεν μπορεί να στερείται την ιδιοκτησία του, παρά μόνον για λόγους δημόσιας ωφέλειας, στις περιπτώσεις και υπό τις προϋποθέσεις που προβλέπονται στο νόμο και έναντι δίκαιης και έγκαιρης αποζημίωσης για την απώλειά της. Η χρήση των αγαθών μπορεί να υπόκειται σε περιορισμούς από το νόμο, εφόσον αυτό είναι αναγκαίο προς το γενικό συμφέρον.
2. Η πνευματική ιδιοκτησία προστατεύεται.

Άρθρο 18

Δικαίωμα ασύλου

Το δικαίωμα ασύλου διασφαλίζεται τηρουμένων των κανόνων της σύμβασης της Γενεύης της 28ης Ιουλίου 1951 και του πρωτοκόλλου της 31ης Ιανουαρίου 1967 σχετικά με το καθεστώς των προσφύγων και σύμφωνα με τη συνθήκη για την ίδρυση της Ευρωπαϊκής Κοινότητας.

Άρθρο 19

Προστασία σε περίπτωση απομάκρυνσης, απέλασης και έκδοσης

1. Απαγορεύονται οι συλλογικές απελάσεις.
2. Κανείς δεν μπορεί να απομακρυνθεί, να απελαθεί ή να εκδοθεί προς κράτος όπου διατρέχει σοβαρό κίνδυνο να του επιβληθεί η ποινή του θανάτου ή να υποβληθεί σε βασανιστήρια ή άλλη απάνθρωπη ή εξευτελιστική ποινή ή μεταχείριση.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ III

ΙΣΟΤΗΤΑ

Άρθρο 20

Ισότητα έναντι του νόμου

Όλοι οι άνθρωποι είναι ίσοι έναντι του νόμου.

Άρθρο 21

Απαγόρευση διακρίσεων

1. Απαγορεύεται κάθε διάκριση ιδίως λόγω φύλου, φυλής, χρώματος, εθνικής καταγωγής ή κοινωνικής προέλευσης, γενετικών χαρακτηριστικών, γλώσσας, θρησκείας ή πεποιθήσεων, πολιτικών φρονημάτων ή κάθε άλλης γνώμης, ιδιότητας μέλους εθνικής μειονότητας, περιουσίας, γέννησης, αναπηρίας, ηλικίας ή γενετήσιου προσανατολισμού.

2. Απαγορεύεται κάθε διάκριση λόγω ιθαγενείας, εντός του πεδίου εφαρμογής της συνθήκης για την ίδρυση της Ευρωπαϊκής Κοινότητας και της συνθήκης για την Ευρωπαϊκή Ένωση και με επιφύλαξη των ειδικών διατάξεων των εν λόγω συνθηκών.

Άρθρο 22

Πολιτιστική, θρησκευτική και γλωσσική πολυμορφία

Η Ένωση σέβεται την πολιτιστική, θρησκευτική και γλωσσική πολυμορφία.

Άρθρο 23

Ισότητα ανδρών και γυναικών

Η ισότητα ανδρών και γυναικών πρέπει να εξασφαλίζεται σε όλους τους τομείς, μεταξύ άλλων στην απασχόληση, την εργασία και τις αποδοχές.

Η αρχή της ισότητας δεν αποκλείει τη διατήρηση ή τη θέσπιση μέτρων που προβλέπουν ειδικά πλεονεκτήματα υπέρ του υποεκπροσωπούμενου φύλου.

Άρθρο 24

Δικαιώματα του παιδιού

1. Τα παιδιά έχουν δικαίωμα στην προστασία και τη φροντίδα που απαιτούνται για την καλή διαβίωσή τους. Τα παιδιά μπορούν να εκφράζουν ελεύθερα τη γνώμη τους. Η γνώμη τους σχετικά με ζητήματα που τα αφορούν λαμβάνεται υπόψη σε συνάρτηση με την ηλικία και την ωριμότητά τους.

2. Σε όλες τις πράξεις που αφορούν τα παιδιά, είτε επιχειρούνται από δημόσιες αρχές είτε από ιδιωτικούς οργανισμούς, πρωταρχική σημασία πρέπει να δίνεται στο υπέρτατο συμφέρον του παιδιού.

3. Κάθε παιδί έχει δικαίωμα να διατηρεί τακτικά προσωπικές σχέσεις και απ' ευθείας επαφές με τους δύο γονείς του, εκτός εάν τούτο είναι αντίθετο προς το συμφέρον του.

Άρθρο 25

Δικαιώματα των ηλικιωμένων

Η Ένωση αναγνωρίζει και σέβεται το δικαίωμα των ηλικιωμένων προσώπων να διάγουν μια αξιοπρεπή και ανεξάρτητη ζωή και να συμμετέχουν στον κοινωνικό και πολιτιστικό βίο.

Άρθρο 26

Ένταξη των ατόμων με ειδικές ανάγκες

Η Ένωση αναγνωρίζει και σέβεται το δικαίωμα των ατόμων με ειδικές ανάγκες να επωφελούνται μέτρων που θα τους εξασφαλίζουν την αυτονομία, την κοινωνική και επαγγελματική ένταξη και τη συμμετοχή στον κοινωνικό βίο.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ IV

ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗ

Άρθρο 27

Δικαίωμα των εργαζομένων στην ενημέρωση και τη διαβούλευση στο πλαίσιο της επιχείρησης

Εξασφαλίζεται στους εργαζομένους ή τους εκπροσώπους τους, στα ενδεδειγμένα επίπεδα, εγκαίρως ενημέρωση και διαβούλευση, στις περιπτώσεις και υπό τις προϋποθέσεις που προβλέπονται από το κοινοτικό δίκαιο και τις εθνικές νομοθεσίες και πρακτικές.

Άρθρο 28

Δικαίωμα διαπραγμάτευσης και συλλογικών δράσεων

Οι εργαζόμενοι και οι εργοδότες, ή οι αντίστοιχες οργανώσεις τους, έχουν, σύμφωνα με το κοινοτικό δίκαιο και τις εθνικές νομοθεσίες και πρακτικές, δικαίωμα να διαπραγματεύονται και να συνάπτουν συλλογικές συμβάσεις στα ενδεδειγμένα επίπεδα, καθώς και να προσφεύγουν, σε περίπτωση σύγκρουσης συμφερόντων, σε συλλογικές δράσεις για την υπεράσπιση των συμφερόντων τους, συμπεριλαμβανομένης της απεργίας.

Άρθρο 29

Δικαίωμα πρόσβασης στις υπηρεσίες ευρέσεως εργασίας

Κάθε πρόσωπο έχει δικαίωμα πρόσβασης σε δωρεάν υπηρεσίες ευρέσεως εργασίας.

Άρθρο 30

Προστασία σε περίπτωση αδικαιολόγητης απόλυσης

Κάθε εργαζόμενος έχει δικαίωμα προστασίας έναντι κάθε αδικαιολόγητης απόλυσης, σύμφωνα με το κοινοτικό δίκαιο και τις εθνικές νομοθεσίες και πρακτικές.

Άρθρο 31

Δίκαιες και πρόσφορες συνθήκες εργασίας

1. Κάθε εργαζόμενος έχει δικαίωμα σε υγιεινές, ασφαλείς και αξιοπρεπείς συνθήκες εργασίας.
2. Κάθε εργαζόμενος έχει δικαίωμα σε ένα όριο μέγιστης διάρκειας εργασίας, σε ημερήσιες και εβδομαδιαίες περιόδους ανάπαυσης, καθώς και σε ετήσια περίοδο αμειβόμενων διακοπών.

Άρθρο 32

Απαγόρευση της εργασίας των παιδιών και προστασία των νέων στην εργασία

Η εργασία των παιδιών απαγορεύεται. Η ελάχιστη ηλικία για την ανάληψη εργασίας δεν μπορεί να είναι μικρότερη από την ηλικία κατά την οποία λήγει η υποχρεωτική σχολική φοίτηση, υπό την επιφύλαξη ευνοϊκότερων κανόνων για τους νέους και εξαιρέσει περιορισμένων παρεκκλίσεων.

Οι νέοι που εργάζονται πρέπει να απολαύουν συνθηκών εργασίας προσαρμοσμένων στην ηλικία τους και να προστατεύονται από την οικονομική εκμετάλλευση ή από οποιαδήποτε εργασία που θα μπορούσε να βλάψει την ασφάλειά τους, την υγεία τους, τη σωματική, πνευματική, ηθική ή κοινωνική ανάπτυξή τους ή να θέσει σε κίνδυνο την εκπαίδευσή τους.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ IV

ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗ

Άρθρο 33

Οικογενειακή ζωή και επαγγελματική ζωή

1. Η οικογένεια απολαμβάνει νομική, οικονομική και κοινωνική προστασία.
2. Κάθε πρόσωπο, προκειμένου να μπορεί να συνδυάζει την οικογενειακή με την επαγγελματική ζωή του, έχει δικαίωμα προστασίας από την απόλυση για λόγους που συνδέονται με τη μητρότητα καθώς και δικαίωμα αμειβόμενης άδειας μητρότητας και γονικής άδειας μετά τη γέννηση ή την υιοθεσία παιδιού.

Άρθρο 34

Κοινωνική ασφάλεια και κοινωνική αρωγή

1. Η Ένωση αναγνωρίζει και σέβεται το δικαίωμα πρόσβασης στις παροχές κοινωνικής ασφάλειας και στις κοινωνικές υπηρεσίες που εξασφαλίζουν προστασία σε περιπτώσεις όπως η μητρότητα, η ασθένεια, το εργατικό ατύχημα, η εξάρτηση ή το γήρας, καθώς και σε περίπτωση απώλειας της απασχόλησης, σύμφωνα με τις λεπτομερέστερες διατάξεις που ορίζονται στο κοινοτικό δίκαιο και τις εθνικές νομοθεσίες και πρακτικές.
2. Κάθε πρόσωπο που διαμένει και διακινείται νομίμως εντός της Ένωσης έχει δικαίωμα στις παροχές κοινωνικής ασφάλειας και στα κοινωνικά πλεονεκτήματα, σύμφωνα με το κοινοτικό δίκαιο και τις εθνικές νομοθεσίες και πρακτικές.
3. Η Ένωση, προκειμένου να καταπολεμηθεί ο κοινωνικός αποκλεισμός και η φτώχεια, αναγνωρίζει και σέβεται το δικαίωμα κοινωνικής αρωγής και στεγαστικής βοήθειας προς εξασφάλιση αξιοπρεπούς διαβίωσης σε όλους όσους δεν διαθέτουν επαρκείς πόρους, σύμφωνα με τις λεπτομερέστερες διατάξεις που ορίζονται στο κοινοτικό δίκαιο και τις εθνικές νομοθεσίες και πρακτικές.

Άρθρο 35

Προστασία της υγείας

Κάθε πρόσωπο δικαιούται να έχει πρόσβαση στην πρόληψη σε θέματα υγείας και να απολαύει ιατρικής περίθαλψης, σύμφωνα με τις προϋποθέσεις που ορίζονται στις εθνικές νομοθεσίες και πρακτικές. Κατά τον καθορισμό και την εφαρμογή όλων των πολιτικών και δράσεων της Ένωσης εξασφαλίζεται υψηλού επιπέδου προστασία της υγείας του ανθρώπου.

Άρθρο 36

Πρόσβαση στις υπηρεσίες γενικού οικονομικού ενδιαφέροντος

Η Ένωση αναγνωρίζει και σέβεται την πρόσβαση στις υπηρεσίες γενικού οικονομικού ενδιαφέροντος, όπως αυτό προβλέπεται στις εθνικές νομοθεσίες και πρακτικές, σύμφωνα με τη συνθήκη για την ίδρυση της Ευρωπαϊκής Κοινότητας, προκειμένου να προαχθεί η κοινωνική και εδαφική συνοχή της Ένωσης.

Άρθρο 37

Προστασία του περιβάλλοντος

Υψηλό επίπεδο προστασίας του περιβάλλοντος και η βελτίωση της ποιότητάς του πρέπει να ενσωματώνονται στις πολιτικές της Ένωσης και να διασφαλίζονται σύμφωνα με την αρχή της αειφόρου ανάπτυξης.

Άρθρο 38

Προστασία του καταναλωτή

Οι πολιτικές της Ένωσης διασφαλίζουν υψηλό επίπεδο προστασίας του καταναλωτή.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ V

ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΤΩΝ ΠΟΛΙΤΩΝ

Άρθρο 39

Δικαίωμα του εκλέγειν και εκλέγεσθαι στις εκλογές του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου

1. Κάθε πολίτης της Ένωσης έχει το δικαίωμα του εκλέγειν και εκλέγεσθαι στις εκλογές του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου στο κράτος μέλος κατοικίας του, υπό τους ίδιους όρους με τους υπηκόους του εν λόγω κράτους.
2. Τα μέλη του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου εκλέγονται με άμεση και καθολική, ελεύθερη και μυστική ψηφοφορία.

Άρθρο 40

Δικαίωμα του εκλέγειν και εκλέγεσθαι στις δημοτικές και κοινοτικές εκλογές

Κάθε πολίτης της Ένωσης έχει το δικαίωμα του εκλέγειν και εκλέγεσθαι στις δημοτικές και κοινοτικές εκλογές στο κράτος μέλος κατοικίας του, υπό τους ίδιους όρους με τους υπηκόους του εν λόγω κράτους.

Άρθρο 41

Δικαίωμα χρηστής διοίκησης

1. Κάθε πρόσωπο έχει δικαίωμα στην αμερόληπτη, δίκαιη και εντός ευλόγου προθεσμίας εξέταση των υποθέσεών του από τα όργανα και τους οργανισμούς της Ένωσης.
2. Το δικαίωμα αυτό περιλαμβάνει ιδίως:
 - το δικαίωμα κάθε προσώπου σε προηγούμενη ακρόαση προτού ληφθεί ατομικό μέτρο εις βάρος του,
 - το δικαίωμα κάθε προσώπου να έχει πρόσβαση στο φάκελό του, τηρουμένων των νομίμων συμφερόντων της εμπιστευτικότητας και του επαγγελματικού και επιχειρηματικού απορρήτου,
 - την υποχρέωση της διοίκησης να αιτιολογεί τις αποφάσεις της.
3. Κάθε πρόσωπο έχει δικαίωμα στην αποκατάσταση εκ μέρους της Κοινότητας της ζημίας που του προξένησαν τα όργανα ή οι υπάλληλοί της κατά την άσκηση των καθηκόντων τους, σύμφωνα με τις γενικές αρχές που είναι κοινές στα δίκαια των κρατών μελών.
4. Κάθε πρόσωπο μπορεί να απευθύνεται στα όργανα της Ένωσης σε μια από τις γλώσσες των συνθηκών και πρέπει να λαμβάνει απάντηση στην ίδια γλώσσα.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ V

ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΤΩΝ ΠΟΛΙΤΩΝ

Άρθρο 42

Δικαίωμα πρόσβασης στα έγγραφα

Κάθε πολίτης της Ένωσης ή κάθε φυσικό ή νομικό πρόσωπο που κατοικεί ή έχει την καταστατική έδρα του σε ένα κράτος μέλος έχει δικαίωμα πρόσβασης στα έγγραφα του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου, του Συμβουλίου και της Επιτροπής.

Άρθρο 43

Διαμεσολαβητής

Κάθε πολίτης της Ένωσης ή κάθε φυσικό ή νομικό πρόσωπο που κατοικεί ή έχει την καταστατική έδρα του σε κράτος μέλος, έχει δικαίωμα να προσφεύγει στον Διαμεσολαβητή της Ένωσης, σχετικά με περιπτώσεις κακής διοίκησης στο πλαίσιο της δράσης των κοινοτικών οργάνων ή οργανισμών, με εξαίρεση το Δικαστήριο και το Πρωτοδικείο κατά την άσκηση των δικαιοδοτικών καθηκόντων τους.

Άρθρο 44

Δικαίωμα αναφοράς

Κάθε πολίτης της Ένωσης ή κάθε φυσικό ή νομικό πρόσωπο που κατοικεί ή έχει την καταστατική έδρα του σε κράτος μέλος, έχει δικαίωμα αναφοράς προς το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο.

Άρθρο 45

Ελευθερία κυκλοφορίας και διαμονής

1. Κάθε πολίτης της Ένωσης έχει δικαίωμα να κυκλοφορεί και να διαμένει ελεύθερα στο έδαφος των κρατών μελών.
2. Η ελευθερία κυκλοφορίας και διαμονής μπορεί να χορηγείται, σύμφωνα με τη συνθήκη για την ίδρυση της Ευρωπαϊκής Κοινότητας, στους υπηκόους των τρίτων χωρών που διαμένουν νομίμως στο έδαφος κράτους μέλους.

Άρθρο 46

Διπλωματική και προξενική προστασία

Κάθε πολίτης της Ένωσης απολαύει, στο έδαφος τρίτων χωρών στις οποίες δεν αντιπροσωπεύεται το κράτος μέλος του οποίου είναι υπήκοος, της διπλωματικής και προξενικής προστασίας κάθε κράτους μέλους, υπό τους ίδιους όρους που ισχύουν και έναντι των υπηκόων του κράτους αυτού.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ VI

ΔΙΚΑΙΟΣΥΝΗ

Άρθρο 47

Δικαίωμα πραγματικής προσφυγής και αμερόληπτου δικαστηρίου

Κάθε πρόσωπο του οποίου παραβιάστηκαν τα δικαιώματα και οι ελευθερίες που διασφαλίζονται από το δίκαιο της Ένωσης, έχει δικαίωμα πραγματικής προσφυγής ενώπιον δικαστηρίου, τηρουμένων των προϋποθέσεων που προβλέπονται στο παρόν άρθρο.

Κάθε πρόσωπο έχει δικαίωμα να δικαστεί η υπόθεσή του δίκαια, δημόσια και εντός ευλόγου προθεσμίας, από ανεξάρτητο και αμερόληπτο δικαστήριο, που έχει προηγουμένως συσταθεί νομίμως. Κάθε πρόσωπο έχει τη δυνατότητα να συμβουλευέται δικηγόρο και να του αναθέτει την υπεράσπιση και εκπροσώπηση του.

Σε όσους δεν διαθέτουν επαρκείς πόρους, παρέχεται ευεργέτημα πενίας, εφόσον το ευεργέτημα αυτό είναι αναγκαίο για να εξασφαλιστεί η αποτελεσματική πρόσβαση στη δικαιοσύνη.

Άρθρο 48

Τεκμήριο αθωότητας και δικαιώματα της υπεράσπισης

1. Κάθε κατηγορούμενος τεκμαίρεται ότι είναι αθώος μέχρι αποδείξεως της ενοχής του σύμφωνα με το νόμο.
2. Διασφαλίζεται ο σεβασμός των δικαιωμάτων της υπεράσπισης σε κάθε κατηγορούμενο.

Άρθρο 49

Αρχές της νομιμότητας και της αναλογικότητας αξιοποιώνων πράξεων και ποινών

1. Κανείς δεν μπορεί να καταδικαστεί για πράξη ή παράλειψη, η οποία δεν αποτελούσε, κατά τη στιγμή της τέλεσής της, αδίκημα κατά το εθνικό ή το διεθνές δίκαιο. Επίσης, δεν επιβάλλεται ποινή βαρύτερη από εκείνη, η οποία επιβλήθηκε κατά τη στιγμή της τέλεσης του αδικήματος. Εάν, μετά την τέλεση του αδικήματος, προβλεφθεί με νόμο ελαφρύτερη ποινή, επιβάλλεται αυτή η ποινή.
2. Το παρόν άρθρο δεν επηρεάζει τη δίκη και την τιμωρία ατόμου ενόχου για πράξη ή παράλειψη η οποία, κατά τη στιγμή της τέλεσής της, ήταν εγκληματική σύμφωνα με τις γενικές αρχές που αναγνωρίζονται από όλα τα έθνη.
3. Η αυστηρότητα της ποινής δεν πρέπει να είναι δυσανάλογη προς το αδίκημα.

Άρθρο 50

Δικαίωμα του προσώπου να μην δικάζεται ή να μην τιμωρείται ποινικά δύο φορές για την ίδια αξιόποινη πράξη

Κανείς δεν δώκεται ούτε τιμωρείται ποινικά για αδίκημα για το οποίο έχει ήδη αθωωθεί ή καταδικαστεί εντός της Ένωσης με οριστική απόφαση ποινικού δικαστηρίου σύμφωνα με το νόμο.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ VII

ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

Άρθρο 51

Πεδίο εφαρμογής

1. Οι διατάξεις του παρόντος Χάρτη απευθύνονται στα όργανα και τους οργανισμούς της Ένωσης, τηρουμένης της αρχής της επικουρικότητας, καθώς και στα κράτη μέλη, μόνον όταν εφαρμόζουν το δίκαιο της Ένωσης. Κατά συνέπεια, οι ανωτέρω σέβονται τα δικαιώματα, τηρούν τις αρχές και προάγουν την εφαρμογή τους, σύμφωνα με τις αντίστοιχες αρμοδιότητές τους.

2. Ο παρών Χάρτης δεν δημιουργεί καμία νέα αρμοδιότητα και κανένα νέο καθήκον για την Κοινότητα και για την Ένωση και δεν τροποποιεί τις αρμοδιότητες και τα καθήκοντα που καθορίζονται από τις συνθήκες.

Άρθρο 52

Εμβέλεια των διασφαλιζόμενων δικαιωμάτων

1. Κάθε περιορισμός στην άσκηση των δικαιωμάτων και ελευθεριών που αναγνωρίζονται στον παρόντα Χάρτη πρέπει να προβλέπεται από το νόμο και να τηρεί το βασικό περιεχόμενο των εν λόγω δικαιωμάτων και ελευθεριών. Τηρουμένης της αρχής της αναλογικότητας, περιορισμοί επιτρέπεται να επιβάλλονται μόνον εφόσον είναι αναγκαίοι και ανταποκρίνονται πραγματικά σε στόχους γενικού ενδιαφέροντος που αναγνωρίζει η Ένωση ή στην ανάγκη προστασίας των δικαιωμάτων και ελευθεριών των τρίτων.

2. Τα δικαιώματα που αναγνωρίζονται στον παρόντα Χάρτη και θεμελιώνονται στις κοινοτικές συνθήκες ή στη συνθήκη για την Ευρωπαϊκή Ένωση, ασκούνται υπό τους όρους και εντός των ορίων που καθορίζονται σε αυτές.

3. Στο μέτρο που ο παρών Χάρτης περιλαμβάνει δικαιώματα που αντιστοιχούν σε δικαιώματα τα οποία διασφαλίζονται στην Ευρωπαϊκή Σύμβαση για την Προάσπιση των Δικαιωμάτων του Ανθρώπου και των Θεμελιωδών Ελευθεριών, η έννοια και η εμβέλειά τους είναι ίδιες με εκείνες που τους επιφυλάσσει η εν λόγω σύμβαση. Η διάταξη αυτή δεν εμποδίζει το δίκαιο της Ένωσης να παρέχει ευρύτερη προστασία.

Άρθρο 53

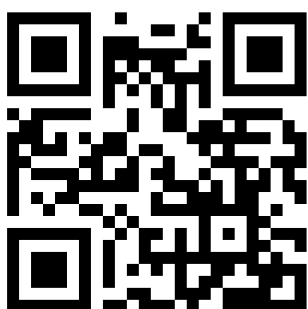
Επίπεδο προστασίας

Καμία διάταξη του παρόντος Χάρτη δεν πρέπει να ερμηνεύεται ως περιορίζουσα ή θίγουσα τα δικαιώματα του ανθρώπου και τις θεμελιώδεις ελευθερίες που αναγνωρίζονται στα αντίστοιχα πεδία εφαρμογής από το δίκαιο της Ένωσης, το διεθνές δίκαιο καθώς και από τις διεθνείς συμβάσεις, στις οποίες είναι μέλη η Ένωση, η Κοινότητα ή όλα τα κράτη μέλη, και ιδίως από την Ευρωπαϊκή Σύμβαση για την Προάσπιση των Δικαιωμάτων του Ανθρώπου και των Θεμελιωδών Ελευθεριών, καθώς και από τα συντάγματα των κρατών μελών.

Άρθρο 54

Απαγόρευση της κατάχρησης δικαιώματος

Καμία από τις διατάξεις του παρόντος Χάρτη δεν πρέπει να ερμηνεύεται ως συνεπαγόμενη δικαίωμα επίδοσης σε δραστηριότητα ή εκτέλεσης πράξης που αποσκοπούν στην κατάλυση των δικαιωμάτων ή ελευθεριών που αναγνωρίζονται στον παρόντα Χάρτη ή σε περιορισμούς των δικαιωμάτων και ελευθεριών ευρύτερους από τους προβλεπόμενους σε αυτόν.



STOP TOOLBOX



ΕΡΕΥΝΑ
ΑΟΡΑΤΕΣ 60+



WHOSEFVA
TOOLBOX



TISOVA TOOLBOX



MARVOW TOOLBOX



SAVE TOOLBOX



Ευρωπαϊκός Χάρτης
δικαιωμάτων και
υποχρεώσεων των
ηλικιωμένων που
χρειάζονται μακροχρόνια
φροντίδα και βοήθεια



Χάρτης των
Θεμελιωδών
Δικαιωμάτων της
Ευρωπαϊκής
Ένωσης



Σύμβασης του Συμβουλίου
της Ευρώπης για την
Πρόληψη και την
Καταπολέμηση της Βίας
κατά των Γυναικών και της
Ενδοοικογενειακής Βίας



CAREaies podcast ep.1 | Ας γνωριστούμε!
<https://www.youtube.com/watch?v=TJTibfUP7AE>



CAREaies podcast ep.2 | Η μεθοδολογία STOP
<https://www.youtube.com/watch?v=TJTibfUP7AE>



CAREaies podcast ep.3 | SHE Society for Help & Empowerment και
αντιμετώπιση της έμφυλης βίας
<https://www.youtube.com/watch?v=CUzyoYKJPMU>



CAREaies podcast ep.4 | Φεμινι-ποιός;
<https://youtu.be/i97pqhON4rk?si=ZCURRRXSaEpKfM4y>

- Academic Council on the United Nations System (ACUNS). (2017). Femicide, Volume VIII: Abuse and femicide of the older woman. Vienna Liaison Office.
- AGE Platform Europe. (2012). Age discrimination as a source of exclusion in Europe: The need for a human rights plan for older persons.
- AGE Platform Europe. (2025, July). Proposal for EU action plan to combat ageism.
- Carastathis, A. (2016). Intersectionality: Origins, contestations, horizons. University of Nebraska Press.
- Crenshaw, K. (1989). Demarginalizing the intersection of race and sex: A Black feminist critique of antidiscrimination doctrine, feminist theory and antiracist politics. University of Chicago Legal Forum, 1989(1), 139–167.
- European Institute for Gender Equality (EIGE). (2019). Risk assessment and management of intimate partner violence in the EU.
- EUSTaCIA. (2010). Ευρωπαϊκός Χάρτης δικαιωμάτων και υποχρεώσεων των ηλικιωμένων που χρειάζονται μακροχρόνια φροντίδα και βοήθεια.
- Feminist Autonomous Center for Research. (2019). Community course on intersectionality.
- Hirata, H. I., Laborie, F., Le Doaré, H., & Senotier, D. (Eds.). (2004). Dictionnaire critique du féminisme (2e éd.). Presses Universitaires de France.
- Kaunas Research Group. (2010). Abuse and health among elderly in Europe.
- Lim, J. (2020). Factors affecting mistreatment of the elderly in long-term care facilities.
- MARVOW Project. (2022). Μοντέλα διασύνδεσης και συνεργασίας φορέων για διαχείριση περιστατικών με ηλικιωμένα θύματα ενδοοικογενειακής βίας.
- PREVENT Project. (2025). Λίστα εθνικών, ευρωπαϊκών και διεθνών πολιτικών και σχεδίων δράσεων σχετικά με την αντιμετώπιση της βίας κατά των γυναικών.
- Safelives. (2018). Working with perpetrators of violence against women.
- SAVE Project. (2020). Οδηγός για την ανίχνευση της κακοποίησης των ηλικιωμένων ατόμων.
- TISOVA Consortium. (2020). How to identify and support older victims of abuse: A training handbook for professionals, volunteers and older people.
- WHOSEFVA Project. (2018). Training material.
- WHOSEFVA Project. (2018). Τα πέντε σημάδια της κακοποίησης ηλικιωμένων.
- World Health Organization. (2008). Discussing screening for elder abuse at primary health care level.
- World Health Organization. (2021). Elder abuse.
- World Health Organization. (2024). Violence against older women.
- Elder abuse without borders: A systematic review and meta-analysis. (2025).
- Men, masculinities, and feminist foreign policy: A review of how governments address the engagement of men and boys. (2025, November).
- Research on gender equality and intersectionality: Networking for strengthened societal and policy impact. (2025).
- Εθνικό Κέντρο Κοινωνικών Ερευνών (ΕΚΚΕ). (2023). Έμφυλη βία κατά των γυναικών και άλλες μορφές διαπροσωπικής βίας στην Ελλάδα (GBV-EL).
- Γενική Γραμματεία Οικογενειακής Πολιτικής και Ισότητας των Φύλων. (2020). 1η ετήσια έκθεση για τη βία κατά των γυναικών.
- 50και Ελλάς. (2020). Ευρωπαϊκό Πλαίσιο Ποιότητας για τις Υπηρεσίες Μακροχρόνιας Φροντίδας.
- Συμβούλιο της Ευρώπης. (2011). Σύμβαση του Συμβουλίου της Ευρώπης για την πρόληψη και την καταπολέμηση της βίας κατά των γυναικών και της ενδοοικογενειακής βίας (Κωνσταντινούπολη, 11 Μαΐου 2011).



Co-funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union, the European Education and Culture Executive Agency or ActionAid Hellas. Neither the European Union nor ActionAid Hellas can be held responsible for them