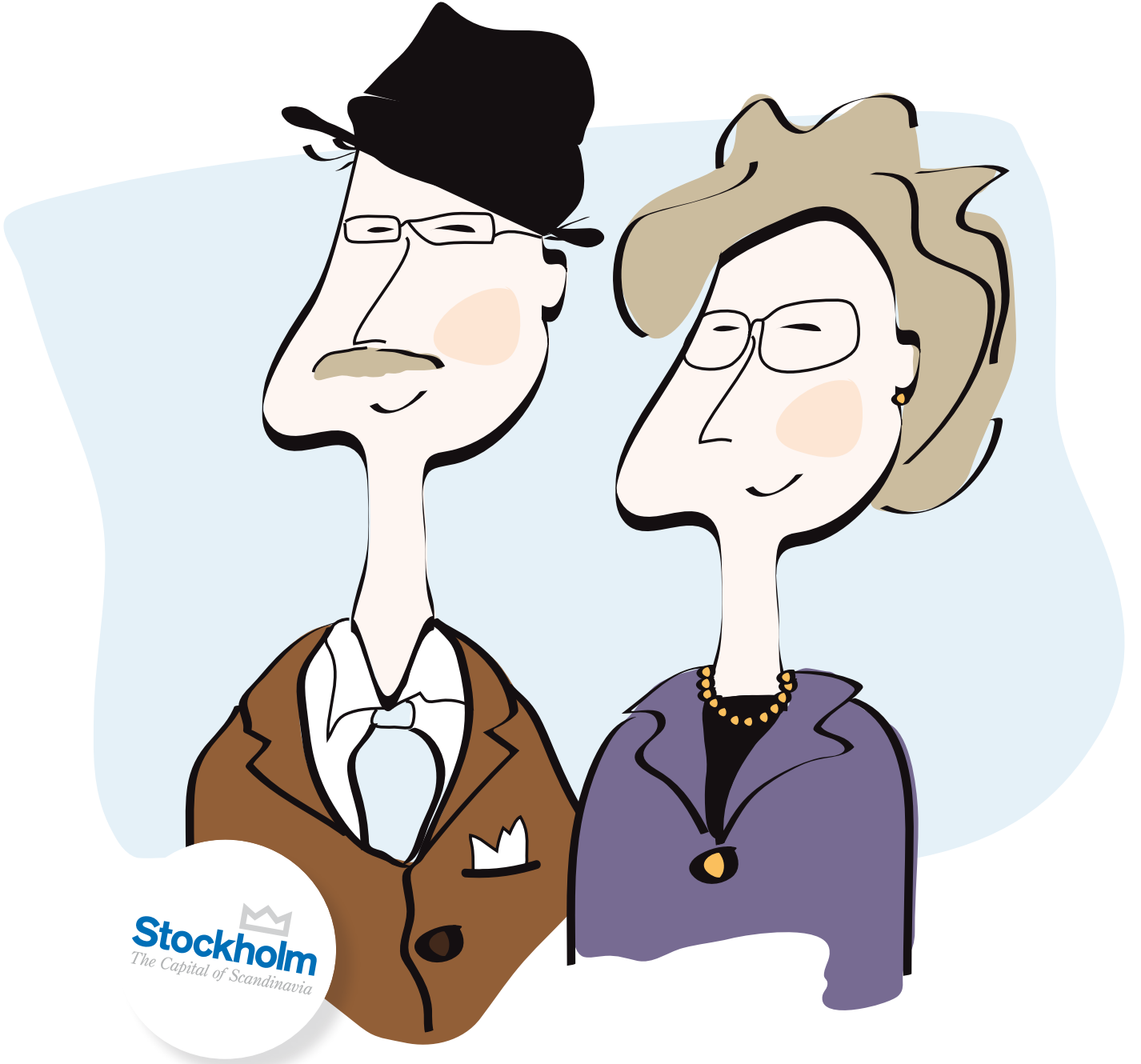


# زيادة الأمان

– قلة احتمالات التعرّض للجريمة



نصائح وإرشادات لكبار السن

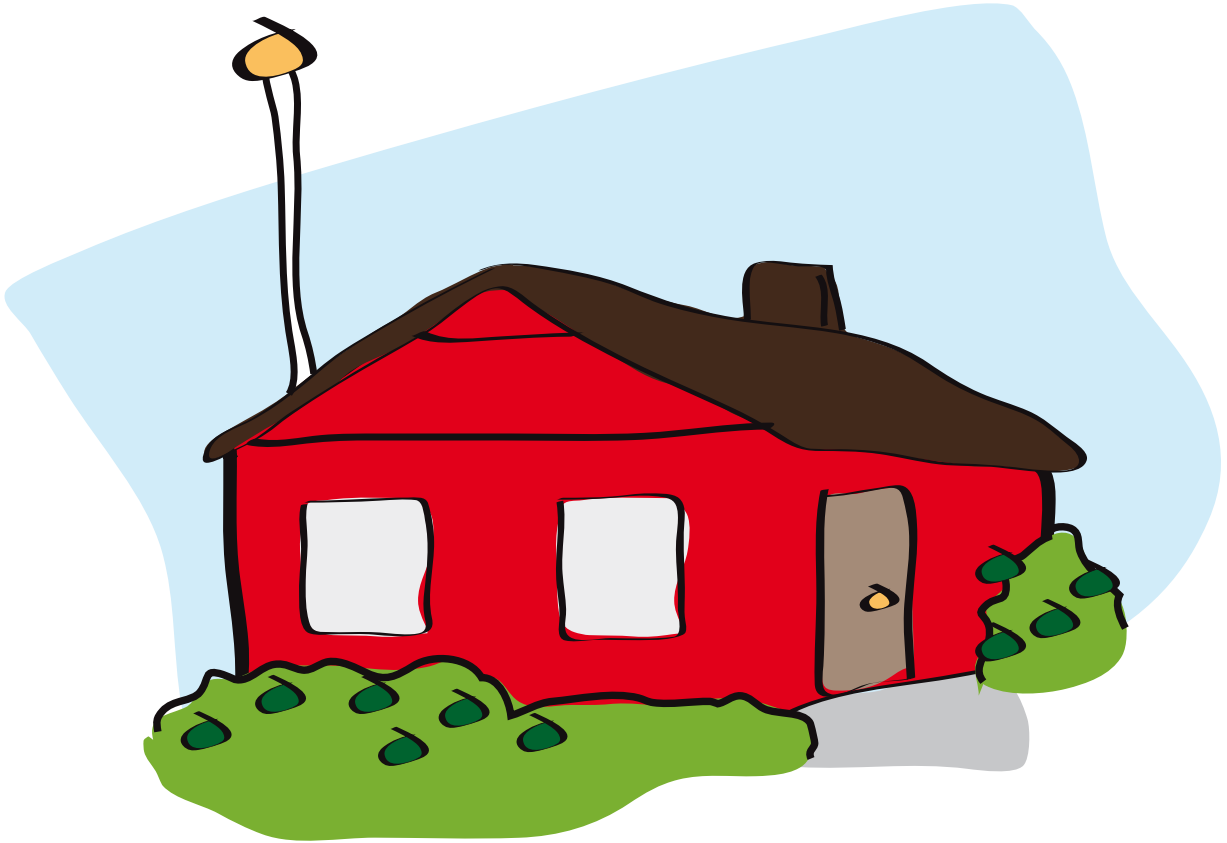
الأشخاص بعمر أكثر من 65 عاماً ينتمون الى مجموعة البالغين المعرضة لأقل احتمالات التعرض للعنف، التهديد بالعنف، السرقة أو التخريب والأذى المادي. ومع ذلك تحدث بعض الجرائم ضد كبار السن تؤدي الى الشعور بعدم الأمان. وغالباً ماتكون سرقات من قبل أشخاص يتظاهرون بالرغبة في تقديم المساعدة بشكل من الأشكال. ولكن العنف ضد كبار السن يحدث أيضاً. هذا الكتيّب يحتوي على عدد من المقترحات حول كيفية تقليل احتمالات تعرض الإنسان للجريمة، والذي بإمكانك أن تفعله في حال تعرضت لجريمة رغم كل إجراءات الوقاية والحذر التي قمت بها.



جرائم كبار السن الأكثر شيوعاً هي التعرض للنشل، سرقة حقائب اليد وسرقة المنازل. ويُقصد بجرائم كبار السن "الجرائم التي يستغل فيها السارق ضعف كبار السن أو ضعف قدرتهم على المقاومة بسبب تقدم السن". يجب التفكير بأن مرتكبي هذه الجرائم هم من جميع الأعمار، ومن كلا الجنسين، ويمنحون غالباً إنطباعاً عن لطفهم وأمانتهم - بهدف تضليل كبار السن من خلال مثلاً عرضهم تقديم "المساعدة" لهم.

# إذا كنت تسكن في فيلا أو رادھوس

- إخبار جيرانك عند نيتك السفر. أطلب من الجيران أن يقوموا بنقل مكان بعض الأشياء في الحديقة كي تبدو كما لو كنت موجوداً في المنزل.
- استخدم مهنيين لديهم F-skattsedel بطاقة الضريبة فئة F وإطلب منهم توصيات موثقة.
- لا تترك أدوات عمل وسلّم في الخارج.
- ليكن بينك وبين الحرفيين إتفاقاً مكتوباً بصدد التكلفة.
- أستعمل مجسّات أو مصابيح تعمل على التوقيت للأنارة الخارجية.



هناك إجراءات بسيطة تزيد من مستوى الأمان في منزلك - سواء كنت في المنزل أو خارجه مثلاً لغرض السفر. تحقق أيضاً من الشركات، مثلاً الحرفيين، قبل أن تعهد لهم باجراء الخدمات.

## داخل المنزل

- ليكن لديك سلسلة حماية معدنية فوق القفل وعين سحرية في الباب الخارجي، وعلى إرتفاع مناسب في حال كنت تستعمل الكرسي المتحرك. إستخدم شركة ذات سمعة جيدة لإداء هذا العمل. وعليك أن تأخذ بنظر الإعتبار أن لاتكون بمفردك في المنزل عند تركيب المعدّات.
  - إذا قرع شخص غريب الباب - إفتح الباب فتحة صغيرة بالمقدار الذي تسمح به سلسلة الحماية وأطلب هوية التعريف قبل أن تفتح الباب بشكل كامل. في حال طلب منكم غرباء استعمال الهاتف أو كأس من الماء فلاتسمح لهم بالدخول!
  - ضع قفل في باب الشرفة (البالكون) والسطحية في حال كنت تسكن في الطابق الأرضي، وكذلك في الشبائيك.
  - حافظ على الباب مغلقاً دائماً.
  - لاتحتفظ بمبالغ كبيرة في المنزل وضع الحلّي الخاصة بك في مكان مقفول. ومن الأفضل إستعمال صندوق الأمانات في أحد المصارف.
  - أقفل القفل الإضافي عند خروجك من المنزل، ولكن ليس عندما تكون داخل المنزل.
  - لاتضع أبداً حقيبة اليد أو محفظة النقود في مدخل المنزل.
  - قم بكتابة قائمة بأشياءك الثمينة أو قم بتصويرها.
  - ينبغي إخبار مالك العقار مسبقاً في حال كانت هناك حاجة لدخول الحرفيين الى شقتك.
  - ينبغي أن يقوم طاقم الخدمة المنزلية أو الرعاية الصحية بالتبليغ عن وقت قدومهم الى بيتك.
- أطلب من أصدقاءك إعلامك قبل مجيئهم لزيارتك - وحدد وقت مجيئهم.
  - قم بدفع الأيجار وبقية المدفوعات عن طريق البنك أو حساب التجيير plusgiro أو عن طريق الإنترنت.
  - لاتقم "بإعارة" بطاقتك المصرفية أو الإئتمانية الى الطواقم التي تساعدك أو الى الجيران.
  - لاتعطي رقم حسابك المصرفي أو رمز السحب لأي شخص يدّعي أنه يتصل من مصرف أو ماشابه. ليس للمصارف أي إجراءات روتينية كهذه عند الإتصال بالزبائن.
  - لاتشتري أي شئ من البائعين عن الباب، هذا يبين أنك تحتفظ بالمال في المنزل.



لاتقم بالتوقيع على أي ورقة قبل أن تتأكد من محتواها. ذات الشئ ينطبق على البائعين بواسطة الهاتف، لاتعتقد أي إتفاق للشراء عن طريق الهاتف في حال كنت غير متأكد من ذلك.

- أترك لمبة مشتعلة أو الراديو مفتوحاً عند خروجك من المنزل، ليبدو كما لو كنت في البيت.
- عند سفرك، إتفق مع الجيران على تفرغ صندوق البريد.
- أوقف إشتراك الصحف أو أطلب إرسالها الى العنوان الذي ستواجد فيه لفترة طويلة.
- لا تترك أي رسالة في الهاتف أو الكمبيوتر تُعلم بسفرك وتارك عودتك.
- ضع محفظة النقود في الجيب الداخلي وليس في جيب البنطلون الخلفي.
- لاتضع كلا المفاتيح والنقود في حقيبة اليد.
- ضع النظارات في أحد الجيوب كي لاتضطر لفتح الحقيبة لإخراج النظارة.
- أحمل الحقيبة بحيث يكون القفل الى الجانب الداخلي وتكون مغلقة، وتوضع الحقيبة بشكل عرضي على الصدر.
- لاتضع الحقيبة المحتوية على محفظة النقود في عربة الزبائن في المحلات أو على مسند السير.
- كن يقظاً بشكل أكبر في الزحام، مثلاً في حافلة النقل العام، قطار الأنفاق وطابور الدفع في المحلات.

## خارج المنزل

- أرفض بلطف واشكر الشخص الذي يعرض عليك المساعدة في حمل الأكياس/الحقائب/أو مسند السير rullator عند الباب أو الدرج الخارجي.
- كن حذراً عن إخراجك للنقود من الصراف الآلي. لاتدع أي شخص يساعدك.
- لاتُظهر نقودك لأحد، لاتُظهر رمز السحب لأحد، لاتضع الرمز في محفظة النقود.
- لاتصطحب معك نقوداً أكثر من الضروري عند خروجك.
- وُزَع النقود - ضع مبالغ صغيرة في أماكن مختلفة.
- كن دقيقاً بإسترجاع ماتبقى من النقود بعد الشراء، مثلاً ليس فقط أوراق المائة كرون عند دفعك مبلغ خمسمائة كرون.



يحاول لصوص المحافظ سرقته من خلال إشغالك. وغالباً مايقوم شخص بإشغالك بينما يقوم آخر بأخذ المحفظة. كن متيقظاً بشكل خاص في الزحام، مثلاً عند صعودك أو ترجلك من حافلة النقل العام أو طابور الدفع في المحلات.

## عند حدوث جريمة

- عندما تشكُّ بوجود شخص غريب في منزلك - لاتدخل المنزل بل إتصل بالشرطة على رقم 112.
- حاول أن تتذكر أكبر قدر ممكن من التفاصيل كي تستطيع وصف الأشخاص والوضع للشرطة.
- قم بتقديم بلاغ لدى الشرطة في قسم الشرطة، او هاتف 14 114 أو عن طريق الإنترنت [www.polisen.se](http://www.polisen.se).
- لاتلمس الأشياء التي لمسها مرتكب الجريمة. فربما تستطيع الشرطة إيجاد آثار يمكن أن تدلُّ على مرتكب الجريمة ويمكن القبض عليه.
- عند سرقة محفظتك - قم فوراً بإيقاف بطاقتك الإئتمانية المصرفية ووثائق الهوية الشخصية.
- عند تعرضك للإحتيال من قبل بائع أو حرفي - إتصل بمرشد المستهلكين الموجود في جميع البلديات.

## نتر الحقائق

- يُقصد بنتر الحقائق أن يقوم شخص بأخذ حقيبتك بينما هو يتحرك بسرعة - قد يكون راكضاً أو على دراجة هوائية أو دراجة نارية خفيفة.
- لاتقاوم! المال لايعوِّض كسر في عظم الفخذ أو ضلع في القفص الصدري.

## إثناء حدوث جريمة إتصل بالرقم 112

## لهذا يجب عليك التبليغ عن الجرائم

- إن التبليغ أحد المستوجبات اللازمة للكشف عن الجريمة.
- لأن التبليغ غالباً ما يكون أحد الشروط كي تحصل على تعويض من شركة التأمين.
- لأنه يجعل من السهل عليك إسترجاع الأشياء المسروقة في حال عثور الشرطة عليها.



# يمكنك هنا الحصول على الإستشارة والإسناد

## متطوعو الشرطة

إن متطوعي الشرطة مجندون وحاصلون على تأهيل خاص من قبل الشرطة فيما يتعلق بقضايا الجرائم. في حال إحتجت الى استشارة أو الى الدعم عند تبليغك عن جريمة أطلب من الشرطة التي ستوصلك بدورها بأحد أولئك المتطوعين.

## خفارة ضحايا الجرائم 19 20 21 - 0200

- دعم معنوي ونصائح عملية.
- مساعدة في الإتصال بالدوائر الرسمية وشركات التأمين.
- دعم في حال حصول محاكمة.
- شخص تتحدث معه يفهم وضع وشعور ضحايا الجرائم.

## الخفارة النسوية

سكن محمي للنساء اللواتي يتعرضن للعنف يُقدم من قبل إدارة الخدمات الإجتماعية، والمنظمات الطوعية، وشركات خاصة وأيشتا دياكوني Ersta diakoni. إذا كنت بحاجة الى سكن محمي بسبب العنف في المنزل - إتصلي بخدمة الخفارة لدى إدارة الشؤون الإجتماعية على الهاتف 508 40 000.

خفارة ضحايا الجرائم : 19 20 21 - 0200

# كيف أقوم بتقديم بلاغ؟

## إثناء جريمة جارية

في حال كانت الجريمة جارية، إتصل بالهاتف 112.

## في حال جريمة كانت قد حدثت مسبقاً وقضايا أخرى غير مستعجلة

يمكنك الإبلاغ عن الجرائم بطرق عديدة:

- إتصل بالشرطة على الهاتف 14 114.
- إذهب الى أقرب قسم شرطة.
- إبلاغ عن الجريمة عن طريق الإنترنت [www.polisen.se](http://www.polisen.se)
- يمكنك طلب المساعدة من شخص تثق به.

## لتكن هذه المعلومات جاهزة لديك

- الرقم الشخصي لمن يقوم بالتبليغ.
- الرقم الشخصي للشخص الذي تعرّض للجريمة.
- شركة التأمين ذات العلاقة.
- رقم الإنتاج، رقم الهيكل، رقم IMEI (للهااتف الخليوي) أو ماشابه للشئ/الأشياء التي تمّ سرقته.
- أذكر الوقت المضبوط والمكان المحدد لوقوع الجريمة قدر الإمكان.

**في الحالات غير المستعجلة إتصل بالرقم 14 114**

## ماذا يحدث بعد ذلك؟

بعد إستلام الشرطة لبلاغك سيتم إستدعائك لإجراء تحقيق. لذلك فمن المهم أن تتحدث بالتفصيل الممكن عما حدث. أي شكل من التهديد، أو العنف أو أي جرائم أخرى تعرضت لها؟ هل تعرف الشخص/الأشخاص الذين إرتكبوا الجريمة؟ هل حدثت لفترة طويلة؟ هل هناك شهود؟

في حال كنت تريد الحصول على تعويض للآذى الذي اصابك من الجريمة يجب أن تطلب ذلك عند إستجواب الشرطة لك.

## ماذا أفعل في حال تعرضي لإصابة؟

إذا تعرضت لإعتداء جسدي، إذهب الى الطبيب لتوثيق الإصابات الموجودة. تصوير تلك الإصابات يمنح من جهة قاعدة جيدة لإصدار شهادة عدلية، ومن جهة أخرى تمنح المدعي العام إمكانية إثبات الجريمة. يجب إتقاط الصور من قبل الشرطة أو طاقم العناية الطبية.

## هل يحق لي إصطحاب شخص الى الإستجواب؟

نعم، يحق لك إصطحاب صديق/صديقة الى الإستجواب. يحق لك في بعض القضايا المتعلقة بالجرائم أن يكون هناك وكيل لصاحب القضية (في هذه الحالة أنت صاحب القضية). عادة ما يكون وكيل صاحب القضية شخص حقوقي يقدم الدعم والمساعدة خلال التحقيق الأولي، وفي المحكمة عند إنعقادها وعند المطالبة بتعويض عطل وضرر. هذا الدعم مجاني ولايكلفك شيئاً.

في حال تعرضك للعنف فمن المهم أن تحصل على الرعاية الطبية وتطلب توثيق الإصابات. هذا ضروري كي تستطيع الحصول على تعويض مالي عن الأذى.

## ماذا يحدث خلال المحاكمة؟

عند إنتهاء تحقيق الشرطة الأولي يقرر المدعي العام إذا كان المتهم بالجريمة سيُحال الى المحكمة أم لا. الإتهام يؤدي الى جلسة مرافعة شفوية في المحكمة. حينها يتم إستجوابك، والشخص المتهم والشهود في حال وجودهم. بعد ذلك تقوم المحكمة بدراسة القضية وإصدار الحكم. إذا كان الشخص غير راض عن حكم المحكمة يمكنه إستئناف الحكم لدى محكمة الإستئناف.

### ماهو إسناد الشهود؟

خلال المحكمة يمكنك الحصول على إسناد الشهود. وهو شخص يعمل بشكل تطوعي ويعطي معلومات عملية ومساعدة بالتزامن مع جلسات المحكمة.

### هل يجب علي التحدث بالسويدية؟

لا، يحق لك الحصول على خدمات الترجمة الشفهية إذا كنت بحاجة لذلك. وهذا يسري خلال التحقيق الأولي وأثناء المحاكمة. يمكنك أيضاً الإستعانة بالمرجم الشفهي عند الإتصال بالسلطات الأخرى مثل خدمات الرعاية الإجتماعية.

### إذا كنت مهدداً، هل يمكنني الحصول على حماية؟

الشرطة هي التي تخمن حجم الخطر المائل لتعرضك الى جريمة مرة أخرى. الهدف هو الحصول على اساس لإتخاذ إجراءات الحماية التي ستمنع تكرار الجريمة والتحرشات الخطيرة. إجراءات الحماية مكيفة دائماً حسب الحاجات الشخصية المحددة ويمكن أن تحتوي على أمور عديدة منها جهاز الإنذار الى مجموعة من أشخاص الإتصال. يمكن للشخص المههد أن يحصل على حجب لمعلوماته الشخصية في قيد النفوس لدى مصلحة الضرائب. حجب المعلومات يمنع حصول الآخرين على معلومات شخصية كالعنوان وماشابه. إذا أُجبر الشخص على الإنتقال الى مكان سري يمكن للمرء طلب الإبقاء على سجله في قيد النفوس وهذا يعني إن الشخص يبقى مسجلاً في عنوانه القديم وتقوم مصلحة الضرائب بإرسال الرسائل الى عنوان المنزل الجديد.

إثناء المحكمة يمكنك الحصول على إسناد الشهود. يمكنك أيضاً الحصول على مساعدة من مترجم شفهي خلال إستجواب الشرطة وجلسات المحكمة.

## الشرطة

أتصل بالرقم 112 إذا أردت حضور الشرطة فوراً.  
أتصل بالرقم 114 14 إذا أردت التشاور أو كانت الحالة غير مستعجلة.

## الحجب والتجميد

تختلف طرق تجميد دفاتر الحساب المصرفي، البطاقة الائتمانية وغيرها، بين المصارف. أتصل بالمصرف أو الشرطة وأسأل عن ذلك.

## التأمينات

إحصل على معلومات عن الحماية التي يوفرها لك التأمين. بالدرجة الأولى التأمين المنزلي.

## خدمة الخفارة في ستوكهولم لكبار السن

### وذوي الإحتياجات الخاصة

أتصل بالرقم 508 40 700 في حال أحتجت الى رعاية سريعة.

## الوكيل العام لشؤون كبار السن

مؤسسة عامة مستقلة غير منحازة يمكنها أن تقدم الدعم والنصائح في حالات التعرض. إتصل بالرقم 508 36 210 أو بالبريد الإلكتروني [aldreombudsmannen@aldre.stockholm.se](mailto:aldreombudsmannen@aldre.stockholm.se)

## ÄLDR DIREKT

يمكنك الإتصال بـ Äldre Direkt للحصول على إجابات حول جميع أنواع الأسئلة المتعلقة بقضايا رعاية كبار السن في مدينة ستوكهولم. إتصل بالرقم 80 65 65.

## المزيد من النصائح والدعم

يمكنك الحصول على المزيد من الدعم والنصح حول الأمان في الحياة اليومية عن طريق ما يسمى Myndigheten för samhällsskydd och beredskap، MSB، الموقع الإلكتروني [msbmyndigheten.se](http://msbmyndigheten.se) وأيضاً من Syddsnetet «شبكة الحماية» التي هي عبارة عن تعاون بين عدد من السلطات الرسمية والمنظمات. تجد موقع شبكة الحماية في [www.skyddsnetet.se](http://www.skyddsnetet.se).

صدر هذا الكتيب في خريف 2009 من قبل إدارة شؤون المسنين Äldreförvaltningen في مدينة ستوكهولم بالتعاون مع سلطة الشرطة في محافظة ستوكهولم، خدمة خفارة ضحايا الجرائم Brottsofferjouren و Micasa Fastigheter ومنظمات المتقاعدين SKPF، PRO، PRG، SPS، SPRF. ومبني على معلومات من يوتيبوري 2005، أيربرو 2006 وكندا 2008.

106 75 Stockholm  
هاتف: 114 14



Polisen

[www.polisen.se](http://www.polisen.se)

إدارة شؤون المسنين  
106 64 Stockholm  
هاتف: 08-508 36 200



[www.stockholm.se](http://www.stockholm.se)