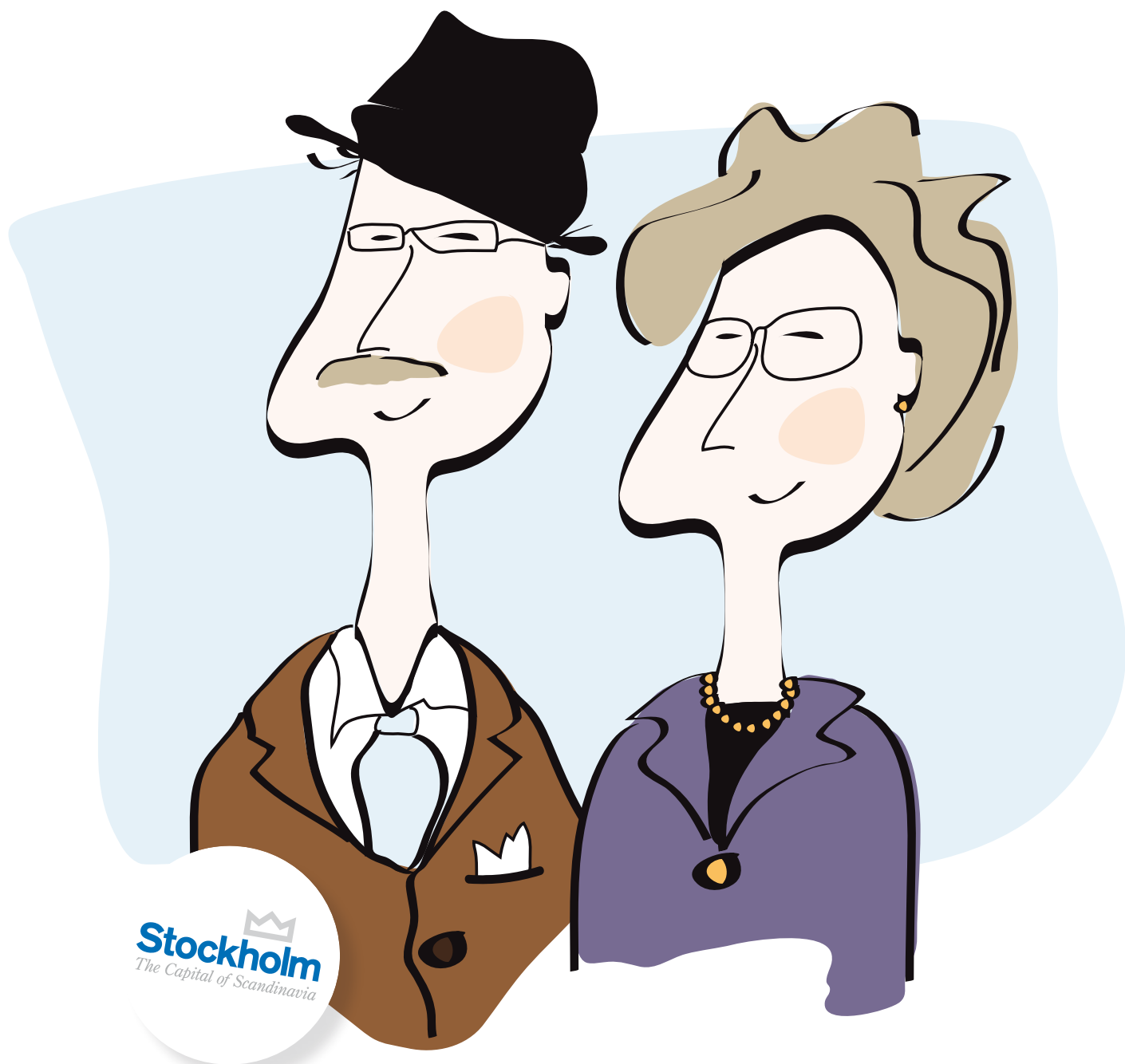


به امنیت واطمینان بافزائید

خطر وزیان را کاهش دهید



رهنمايشها ومشورتها

افراد بزرگتر از 65 سال جزء گروهی از مردم اند که کمتر از همه در معرض خشونت، تهدید به خشونت، سرقت و یا آسیب و صدمه قرار میگیرند. با آنهم کهنسالان در معرض جرائم قابل ملاحظه قرار میگیرند که آسایش و امنیت آنان را برهم میزند. معمولترین جرم سرقت است و اغلب توسط کسانی بعمل میآید که به اشکال گونه گون و انمودمی کنند قصد کمک را دارند. لیکن در برابر کهنسالان خشونت نیز رخ میدهد. این نوشتار حاوی یک سلسله پیشنهاداتی است که بر مبنای آن می توان خطر قرار گرفتن در معرض جرائم را کاهش داد، بر علاوه حاوی مشورت هائی است که به انانیکه که با همه تدابیر احتیاطی باز هم در معرض جرم قرار میگیرند.



معمولترین جرائمی که با کهنسالان رخ میدهد، کیسه بری، قاپیدن کیف و سرقت اموال خانه میباشد. قصداً آن سرقت هاست که بشکل غیردزدانه صورت میگیرد و سارق اغلب از ضعف ممکن و یا عدم توانائی کهنسال برای نشان دادن مقاومت بهره میبرد. باید این امر را بیاد داشت که مجرم میتواند در همه سنین، مرد یا زن باشد که معمولاً ظاهراً قابل اعتماد داشته و خوش برخورد میباشد. این برای آن است که کهنسال را گمراه سازد و به اصطلاح “کمک” خود را قابل پذیرش سازد.

اگر شما در ویلا ویاخانه های یک ردیف دارای حیاط زندگی میکنید

- وقتی به سفر میروید به همسایگان خود اطلاع دهید. از آنان بخواهید که اشیای موجود در باغچه را تغییر مکان دهند تا چنین وانمود شود که شما در خانه میباشید.
- تنه‌ها به ترمیمکاران دارای فورم مالیاتی ف و توصیه نامه‌ی خوب اعتماد کنید.
- نباید بازار کار و پولکان هادرمحل قابل دسترس و در حیاط خانه وا گذاشته شوند.
- با ترمیمکاران قرارداد کتبی امضا کنید که در آن کار مورد نظر و قیمت اجرای آن ذکر شده باشد.
- برای چراغهای بیرون خانه از زمان سنج و کلید قطع و وصل اتوماتیک استفاده کنید.



یک سلسله تدابیر ساده وجود دارد که امنیت و مصئونیت در خانه‌ی شما را، هم در زمانی که خود در خانه هستی و هم در وقتی که در سفر میباشید، بهبودی می‌بخشد. شرکتها و موسساتی را کارهای ترمیم خانه رابه آنها می‌سپارید از قبل کنترل کنید.

در داخل خانه

- کارت بانکی ویا کارت کریدت خودرابه کارکنان ویا کدام همسایه "اعتماد" نکنید.
- شماره‌ی حساب بانکی ویا کدبانکی خودرا در اختیار کسی که تلفن کرده و خودراماموربانک معرفی میکنند، قرارندهید. بانکهاچنین شیوه‌ی تماس بامشتریان راندارند.

- در ورودی رابابست زنجیری یا تسمه‌ی فلزی حفاظتی وسوراخ چشم اندازمجهزسازید. در صورتیکه از صندلی چرخدار استفاده می‌کنید، وسایل متذکره رادر ارتفاع مناسب نصب کنید. این کاررابه شرکت ویا موسسه‌ی اسپاریدکه از شهرت خوب برخوردار باشد. بر علاوه بهتر خواهد بود که شما در حین انجام این کارها در خانه تنها نباشید!

- اگر شخص ناآشنائی زنگ در را می‌زند، فقط در رابه همان اندازه باز کنید که زنجیر محافظتی اجازه میدهد. قبل از آنکه در را بطور کامل باز کنید از شخص ناآشنا مدارک شناسائی رامطالبه کنید!

- اگر شما در طبقه‌ی هم سطح زمین زندگی می‌کنید درهای بالکن ها و تراسها و همچنان پنجره هارا قفل نصب کنید

- در را همیشه قفل کنید.

- مبالغ زیاد پول رادر خانه نگهداری نکنید. زیورآلات را در جایی قفل کنید. بهتر است از جعبه‌ی بانکی استفاده کنید.

- وقتی خارج خانه می‌روید، قفل اضافی رابسته کنید، لیکن هنگامی که در خانه هستید آنرا باز نگذارید.

- کیف دستی یا کیف بغلی خود را هیچگاهی در حال نگذارید.

- یک فهرست از اشیای گرانبهای خود تهیه کنید ویا عکس آنها را بگیرید.

- اگر ضرورت آمدن کدام ترمیم کاربه آپارتمان شما وجود داشته باشد باید شرکت مالک خانه قبلاً اطلاع داده باشد.

- خدمات خانگی وخدمات پزشکی و طبیبی باید قبلاً اوقات آمدن خودرابه اطلاع شمارسانیده باشند.

- از دوستان خود بخواهید که قبل از آمدن به دیدار شما تلفنی وقت آمدن خودرابه اطلاع شمارسانند.

- پرداختهای پولی خود را از طریق حساب بانکی ویا اینترنت انجام دهید.



در پای هیچ نوشته‌ای که از محتوی آن مطمئن نیستید، امضا نکنید. عین احتیاط باید در مورد فروش تلفنی اشیای مراعات شود. هیچ خریدی ویا قراردادی را از طریق تلفن انجام ندهید اگر از صحت آن اطمینان ندارید.

- کیف بغلی را در جیبهای داخلی بگذارید و نه در جیب عقبی.
- هم کلیدها و هم پول خود را یکجا در کیف دستی نگذارید.
- عینک خود را در جیب نگهداری کنید تا مجبور نشوید برای بیرون کشیدن آن کیف تان را باز کنید.
- کیف دستی خود را سربسته و بالای سینه خود حمل کنید.
- هیچگاه یک کیف حاوی پول را در بین واگن مغازه و یا بالای نوار متحرک نگذارید.
- در جائی که تعداد مردم زیاد است بطور مثال در بین بس، مترو و در صف پرداخت پول در مغازه بیش از حد معمول متوجه باشید.

- هیچگاه شئی را در کنار درختان خریداری نکنید؛ زیرا به این وسیله نشان میدهد که پولی در خانه دارید.
- وقتی به بیرون از خانه میروید یک چراغ و یا رادیو روشن بگذارید تا دیگران فکر کنند که کسی در خانه وجود دارد.
- وقتی به سفر میروید با همسایگان خود به توافق برسید که صندوق پستی تان را خالی کنند.
- اگر در روزنامه‌ی اشتراک دارید آنرا بطور موقت متوقف سازید. در صورتی که برای مدت طولانی غایب می‌باشید از خدمات فرستادن پست به آدرس جدید استفاده کنید.
- در تلفن و یا کامپیوتر خود هیچ پیامی نگذارید که حاکی از این باشد که شما به سفر رفته اید و چه زمانی بازمی‌گردید.

خارج از خانه

- اگر کدام شخص ناآشنا به شما پیشنهاد می‌کند که در بردن اشیای دست داشته تان تا لب در و یا در پلکان کمک کند، از پذیرفتن کمک خودداری کنید.
- هنگام برداشت پول از اتوماتهای بانکی با احتیاط باشید. کمک هیچ شخص ناآشنا را نپذیرید.
- پول تان را به کسی نشان ندهید، کدبانکی تان را به کسی ندهید، کدبانکی را در کیف بغلی خود نگهداری نکنید.
- وقتی بیرون از خانه میروید، پول بیشتر از مقدار مورد ضرورت را با خود حمل نکنید.
- پول تان را به بخشهای کوچک تقسیم کنید و هر قسمت را جداگانه نگهداری کنید.
- هنگام گرفتن پول خرد و یا بقیه پول خود دقت کنید تا بطور مثال بعضی پنجم فقط یکصد دریافت نکنید.



کیسه بران تلاش میکنند که حواس شما را پرت و پریشان سازند و در ضمن جیب شما را ببرند. بطور معمول یک نفر شما را مشغول میکند و نفر دیگر جیب شما را می‌برد. وقتی تعداد مردم زیاد است، طور مثال وقتی به بس بالا می‌شوید و یا از آن فرود می‌آید و یا وقتی در یک صف برای پرداخت پول ایستاده اید، بیش از پیش متوجه باشید.

وقتی یک جرم به وقوع می‌پیوندد

- اگر شما شک میکنید که یک کس بیگانه در مسکن شماست، به آن داخل نشوید، بلکه به پلیس به شماره ۱۱۲ زنگ بزنید.
- سعی کنید همه چیز را هر چه بیشتر بیاد بیاورید تا بتوانید افراد و اوضاع را هر چه بهتر به پلیس ترسیم کنید.
- به پلیس اطلاع دهید، این کار را یا در مرکز پلیس کنید یا از طریق تلفن ۱۴ ۱۱۴، یا از طریق اینترنت به آدرس زیر: www.polisen.se
- به اشیای که ممکن است مجرم به آن دست زده باشد، تماس نکنید. شاید پلیس بتواند آثاری در آنها بیابد که موجب دستگیری مجرم گردد.
- اگر کیف بغلی تان سرقت شده است با فاصله کارت کراید و مدارک شناسائی تان را که در آن بوده از اعتبار ساقط سازید.
- اگر شما از جانب کدام فروشنده یا ترمیم کار فریب خورده اید با راهنمای مصرف کنندگان که در هر کمون وجود دارد در تماس شوید.

قاییدن کیف دستی

- منظور از قاییدن کیف دستی آن است که کسی با سرعت کیف دستی شما را می‌گیرد و بادو و یا بالاستفاده از دوچرخه یا موتور گازی از شما دور می‌گردد.
- مقاومت نکنید! پول نمی‌تواند یک استخوان شکسته دردست، پای و یا قفس سینه را جبران کند.

در حالی که یک جرم جریان دارد، به شماره ۱۱۲ زنگ بزنید

چرا باید وقوع یک جرم را اطلاع داد

- این یک زمینه را برای کشف و تحقیق جرم مهیا میسازد.
- در اغلب موارد این یک شرط است تا شما بتوانید از شرکت بیمه غرامت حاصل کنید.
- این کار شما را آسان میسازد تا در صورت دریافت اشیاء توسط پلیس آنها به شما مسترد گردد.



در این مراجع می‌توانید کمک و مشورت دریافت کنید

رضاکاران پلیس

رضاکاران پلیس توسط اداره‌ی پلیس استخدام شده
و در امور مربوط به قربانیان جرائم آموزش دیده اند

کشیک سازمان کمک به قربانیان جرائم، 19 20 21 - 0200

- پشتیبانی معنوی و احساسی و مشورت‌های عملی
- کمک در تماسها با ادارات و شرکتهای بیمه
- پشتیبانی و حمایت در رابطه با جریان قضائی
- صحبت کردن با یک کس که وضع قربانی جرم را درک و احساس میکند

کشیک امور زنان

مسکن مصئون برای زنانی که در معرض خشونت قرار می‌گیرند، از طرف اداره‌ی خدمات اجتماعی، سازمانهای
رضاکار و داوطلب، شرکتهای و موسسات خصوصی و خدمات کمکی ایرشته تامین می‌گردد. اگر شما بنا بر خطر مواجه
شدن با خشونت در خانه ضرورت به مسکن مصئون دارید با کشیک اجتماعی به تلفن 508 04 000 در تماس
شوید.

کشیک کمک به قربانیان جرائم: 19 20 21 - 0200

من چگونه میتوانم به پلیس اطلاع دهم؟

درجریان یک جرم

اگر یک جرم در حال وقوع است، به شماره ی 112 زنگ بزنید.

در صورتی که جرم قبل براین واقع شده و در سایر موارد غیر اضطراری

شما میتوانید به اشکال مختلف از وقوع جرم اطلاع دهید:

- به پلیس زنگ بزنید، تلفن 114 14
 - به نزدیکترین مرکز پلیس مراجعه کنید.
 - اطلاع تانرا از طریق اینترنت بفرستید، به آدرس زیر: www.polisen.se.
- شما میتوانید از یک کس که شما خود به او اعتماد دارید، خواهان کمک شوید.

این اطلاعات را با خود داشته باشید

- شماره شناسائی شخصی اطلاع دهنده
- شماره شناسائی شخصی فردی که در معرض جرم قرار گرفته است (شاکی).
- شرکت بیمه ی فرد شاکی
- !! یا شماره ی بین المللی شناخت (تلفن موبایل) و یا شماره مشابه دردیگراشیای سرقت شده.
- IMEI شماره ی تولید، شماره قاب،
- تا حد امکان وقت دقیق و محل ارتکاب جرم.

در حالات غیر اضطراری به شماره ی 114 14 زنگ بزنید

بعد از آن چه رخ میدهد؟

بعد از آنکه پلیس اطلاع شمارا دریافت کرد، شمارا برای کسب اطلاعات بیشتر و بازرسی فرا می خواند. این امر بسیار مهم است که شما واقعه را با تفصیل هرچه بیشتری بیان کنید. شما در معرض چه شکل تهدید، خشونت و یا جرم دیگری قرار گرفتید؟ شما میدانید که چه کس و یا کسانی بودند؟ آیا این عمل در مدت زمان طولانی رخ داده یا اخیراً؟ آیا شهودی وجود دارد یا اخیراً؟

اگر من مجروح شده باشم، چه باید بکنم؟

در صورتیکه شما مورد ضرب و شتم قرار گرفته باشید، به یک دوکتور مراجعه کنید تا جراحات شما ثبت شود. عکس جراحات یک مدرک خوبی برای انجام اجراءات عدلی و قانونی میباشد، من جمله به دادستان امکان ثبوت جرم را میدهد. عکسها باید از جانب پلیس یا پرسونل طبی گرفته شود.

من میتوانم در جریان بازرسی پلیس کسی را با خود داشته باشم؟

بله، شما میتوانید یکی از دوستان خود را در جریان بازرسی پلیس با خود داشته باشید. در صورت جرائم معین حتی شما حق دارید به مثابه ی متضرر یک وکیل را با خود داشته باشید. (در این حالت شما به مثابه ی شاکی اقدام میکنید). وکیل متضرر اغلب یک حقوقدان میباشد که در جریان تحقیق و بازرسی مقدماتی و در جریان بررسی محتمل قضائی و در صورت تقاضای غرامت به شما کمک میکند و از شما حمایت حقوقی بعمل می آورد.

اگر شما مورد خشونت قرار میگیرید، این مهم است که شما به موسسات طبی و پزشکی مراجعه کنید و جراحات را ثبت کنید. این یک ضرورت است تا شما بتوانید غرامت بدست آورید.

درجین یک محاکمه ودادرسی چه رخ میدهد؟

وقتی تحقیقات مقدماتی پلیس به پایان میرسد، دادستان تصمیم میگیرد که آیا شخص مظنون مورد تعقیب جزائی قرار گیرد یا نه. دادستان اتهام خود بر شخص مظنون را بطور شفاهی در برابر یک دادگاه بدوی مطرح میکند. در جریان این کاراز شما، از شخص مظنون و متهم و از شهود ممکن سؤالاتی صورت میگیرد. بعد از آن دادگاه قرار خود را صادر میکند. اگر کسی با تصمیم یا قرار محکمه موافق نیست میتواند به دادگاه استیناف شکایت کند.

حمایت شاهد چیست؟

در جریان محاکمه و دادرسی شما میتواند از حمایت شاهد مستفید شوید. این یک شخصی است که به طور داوطلب کار کرده به شما درباره ی محاکمه اطلاعات داده و کمک عملی میکند.

باید من به سؤدک صحبت کنم؟

نه، شما حق دارید هم در جریان تحقیقات مقدماتی و هم در جریان محاکمه از کمک مترجم استفاده کنید در صورتی که به آن ضرورت داشته باشید. بر علاوه شما میتوانید در تماس خود با سایر ادارات برای مثال اداره ی کمک های اجتماعی نیز از کمک مترجم بهره مند شوید.

اگر من مورد تهدید قرار گرفته باشم میتوانم تقاضای محافظت کنم؟

پلیس خطر این را بررسی میکند که ممکن است شما باز هم در معرض جرم قرار گیرید. قصد از این بررسی آنست که در صورت ضرورت تدابیر محافظتی برای جلوگیری از تکرار جرم و آزار و اذیت شما گرفته شود. تدابیر محافظتی همیشه بنا بر ضرورت بوده و ویژه گی های قضیه مدنظر گرفته می شود و میتواند از یک دستگاهی اعلام خطر تا تعیین اشخاص مختلف تماس را در برگیرد. شخص مورد تهدید میتواند در نزد اداره ی ثبت احوال مربوط اداره ی مالیات تقاضای منع ارائه اطلاعات درباره ی آدرس و سایر مشخصات خود را کند. اگر شخص مورد تهدید مجبور شود که به یک محل محرم نقل مکان کند، میتواند تقاضا کند که هنوز هم در آدرس قبلی ثبت باشد و اداره مالیات مراسلات پستی را به مسکن جدید بفرستد.

در جریان یک محاکمه شما میتواند از حمایت یک شاهد مسفید شوید. همچنان شما حق دارید در جریان بررسی پلیس و در جریان محاکمه از کمک مترجم استفاده کنید.

پلیس

به شماره‌ی 112 زنگ بزنید، اگر ضرورت دارید که پلیس بصورت فوری بیاید.
به شماره‌ی 114 14 زنگ بزنید، اگر می‌خواهید گزارش دهید و وضع اضطراری پیش نیامده است.

مسدود کردن و باطل کردن

چگونه یک شخص می‌تواند حساب بانکی خود را مسدود سازد یا کارت بانکی خود را باطل کند،
از یک بانک تابانک دیگر متفاوت است. در صورت ضرورت به بانک خود و یا به پلیس زنگ بزنید

بیمه‌ها

اطلاعات حاصل کنید که شما از چگونه حمایت‌های بیمه مستفید شده می‌توانید. در گام نخست این اطلاعات را می‌توانید از طریق
بیمه‌ی مسکن بدست آورید.

کشیک برای کهنسالان و معلولین در استوک‌هلم

به شماره‌ی 508 40 700 زنگ بزنید اگر به مواظبت فوری ضرورت دارید.

نماینده‌ی رابط کهنسالان

نماینده‌ی رابط کهنسالان یک مرجع غیر وابسته و بی طرف است و می‌تواند به شما مشورت دهد و
در شرایط خطر از شما حمایت کند. به شماره‌ی 508 36 210 زنگ بزنید و یا یک ایمیل به آدرس زیر بفرستید:
aldreombudsmannen@aldre.stockholm.se

کمک مستقیم به کهنسالان

به این مرجع می‌توانید در صورت داشتن هرگونه سؤال درباره‌ی مواظبت از کهنسالان در استوک‌هلم مراجعه کنید.

شماره‌ی تلفن: 80 65 65

مشورت و راهنمایی بیشتر

با آدرس اینترنتی زیر MSB شما می‌توانید در مورد امنیت و مصئونیت روزمره از اداره‌ی محافظت اجتماعی و آمادگی‌ها
(www.msbyndigheten.se) و شبکه‌ی محافظتی که در همکاری با عده‌ی زیادی از ادارات، موسسات و سازمانها ایجاد شده
است، طلب اطلاعات کنید.

شبکه‌ی محافظتی را شما می‌توانید در صفحه‌ی اینترنتی زیر بیابید: www.skyddsnetet.se.

این بروشور در خزان سال 2009 به همکاری اداره‌ی مواظبت از کهنسالان در شهراستوک‌هلم و اداره‌ی پلیس استان (ولایت) استوک‌هلم، شرکت مسکن
بنام میکاسا، سازمانهای بازنشسته گان آماده شده است. بروشور بر اساس مواد یوتیبوری 2005، اوریبرو 2006 و کانادا 2008 تهیه شده است.

106 75 Stockholm
Tfn: 114 14



Polisen

www.polisen.se

اداره‌ی مواظبت از کهنسالان
106 64 Stockholm
Tfn: 08-508 36 200



www.stockholm.se