

از خودتان محافظت کنید - سالمندان

ایمنی سالمندان

امن بودن از جرم و خشونت در جامعه ما یک حق اساسی برای هر کسی است. به تدریج که مسن تر می‌شویم، چندین عامل می‌توانند روی اعتماد به نفس و کیفیت زندگی ما تاثیر بگذارند. چند احتیاط بیشتر را به کار ببرید و وقتی خطری مشخص می‌شود آماده باشید. این کار خیلی کمک می‌کند که احساس ایمنی شما وقتی در اماکن عمومی هستید و همینطور در خانه بهتر شود. اینها چند نکته مفید ساده هستند که همه ما می‌توانیم برداریم تا خود و خانواده و دوستانان را از اثرات جرم محفوظ نگه دارید.

وقتی خارج از خانه هستید از خودتان محافظت کنید.

- **همیشه** وقتی با وسایل حمل و نقل عمومی سفر می‌کنید هوشیار باشید. واگنهای شلوغ، کوبه نگهبان (مشخص شده با چراغ آبی) را پیدا کنید یا در جلوی اتوبوس بنشینید.
 - **همیشه** سعی کنید در صورت امکان با گروه‌های دوستان سفر کنید.
 - **هرگز** مقدار زیادی پول در محلهای عمومی با خود نبرید.
 - **همیشه** مدرک شناسایی خود را همراه داشته باشید و به کسی بگویید که کجا می‌روید و چه ساعتی به خانه برمی‌گردید.
- (از مامور محلی پیشگیری از جرم در باره برنامه نزدیکترین خویشاوند (Next of Kin) سوال کنید.

از خودتان در خانه محافظت کنید

- **هرگز** کسی را که نمی‌شناسید و مورد اعتمادتان نیست به داخل منزل خود راه ندهید.
- **همیشه** درها و پنجره‌های خانه تان را محکم ببندید.
- چیزهای ارزشمند، دستگاههای قابل حرکت یا کلیدها (خانه و اتومبیل) را در جایی که به وضوح دیده شود **نگذارید**.
- **همیشه** رفتار مشکوک در محله تان را به پلیس گزارش دهید.

بروشور خانه امن: http://www.police.nsw.gov.au/_data/assets/pdf_file/0011/357059/292859_0615_G015395_NSW_Police_Brochure_-_Home.pdf

اطلاعات مواظبت محله: [http://www.police.nsw.gov.au/community_issues/crime_prevention/ neighbourhood_watch_nsw](http://www.police.nsw.gov.au/community_issues/crime_prevention/neighbourhood_watch_nsw)

خودتان را از تقلب محفوظ بدارید

- وقتی اطلاعات شخصی یا مالی، مثل مشخصات گواهینامه رانندگی یا تاریخ تولدتان را تلفنی یا آنلاین با کسی در میان می‌گذارید **مواظب باشید**.
 - **همیشه** قبل از اینکه برای هر کاری پول بدهید با دقت اسناد مربوط به خدمات را بخوانید.
 - **هرگز** به هیچکس اجازه دسترسی از راه دور به دستگاههای آنلاین تان را ندهید.
 - **هرگز** ایمیل‌هایی را که فرستنده آن را نمی‌شناسید باز نکنید.
- اگر شما قربانی سوء رفتار هستید یا کسی را می‌شناسید که هست، لطفاً به خط کمک سوء رفتار سالمندان، شماره 1800 628 221 تلفن بزنید یا از این سایت دیدن کنید: <http://www.elderabusehelpline.com.au/>

برای اطلاعات بیشتر در باره پیشگیری از جرم از وبسایت ما دیدن کنید

www.police.nsw.gov.au



Justice