NATIONAL CENTER ON ELDER ABUSE
(PAMBANSANG TANGGAPAN SA PANG-AABUSO SA MATATANDA)

12 Bagay na Magagawa ng Bawat Isa upang Maiwasan ang Pang-aabuso sa

Ang ating mga komunidad ay tulad ng mga gusaling sumusuporta sa kagalingan ng mga tao. Nasisiguro sa matitibay na gusali na ligtas at umuunlad ang mga tao anuman ang edad. Lahat tayo ay may papel na ginagampanan sa proyekto ng konstruksyong ito.

Narito ang 12 bagay na magagawa ng bawat isa upang bumuo ng mga suporta sa komunidad at iwasan ang pang-aabuso sa matatanda.

> **Alamin ang mga palatandaan** ng pang-aabuso at pagpapabaya sa matatanda at kung paano natin sama-samang malulutas ang problema.

> **Kausapin ang mga kaibigan at mga miyembro ng pamilya** tungkol sa kung paano tayong lahat tatanda sa mabuting paraan at bawasan ang pang-aabuso sa pamamagitan ng mga programa at serbisyo gaya ng pinabuting pagpapatupad ng batas, mga tanggapan sa komunidad, at pampublikong transportasyon.

> **Iwasan ang pag-iisa at pagkakahiwalay sa mga tao.** Tawagan o bisitahin ang ating mga mahal sa buhay na matatanda at regular regular na kumustahin ang kanilang kalagayan.

> **Sumulat** sa isang lokal na pahayagan, radyo o istasyon ng telebisyon at magmungkahing ibalita nila ang World Elder Abuse Awareness Day (Hunyo 15) o Araw ng mga Lolo at Lola sa Setyembre. September.

> **Sumali sa Ageless Alliance**, aisang organisasyong kumukonekta sa mga tao anuman ang edad, sa buong bansa, na nagkakaisa para sa dignidad ng matatanda at para sa pag-tigil ng pang-aabuso sa matatanda. Bisitahin **agelessalliance.org**.

> **Pagpahingahin** ang mga tagapagkaloob ng pangangalaga.

> **Hikayatin ang ating mga tagapamahala ng bangko** na sanayin ang mga teller sa kung paano matutuklasan ang pinansyal na pang-aabuso sa matatanda.

> **Hilingin sa ating mga doktor** na tanungin ang lahat ng matatandang pasyente tungkol sa posibleng karahasan sa pamilya sa kanilang buhay.

> **Makipag-ugnay sa isang lokal na Adult Protective Services (Mga Serbisyong Pumuprotekta sa Matatanda) o Long-Term Care Ombudsman (Ombudsman para sa Pangmatagalang Pangangalaga)** upang malaman kung paano masusuportahan ang kanilang gawain sa pagtulong sa matatanda at mga nasa hustong gulang na may mga kapansanan na maaaring higit na nanganganib.

> **Magsaayos ng isang "Aging with Dignity" ("Pagtanda nang may Dignidad") na paligsahan sa pagsulat ng sanaysay o pagguhit ng poster** isa isang lokal na paaralan.

> **Hilingin sa mga pinuno ng kongregasyong panrelihiyon** na magdaos ng talakayan tungkol sa pang-aabuso sa matatanda sa isang serbisyo o magpahatid ng mensahe sa bulletin tungkol sa pang-aabuso sa matatanda.

> **Magboluntaryo** sa ating komunidad na maging isang mabuting tagabisita sa isang residente sa nursing home (tirahang may mga propesyonal na tagapag-alaga) o sa isang nakakatandang hindi maka labas ng tirahan.

Nasa sa ***ating lahat*** *ang pag-iwas at pagtugon sa pang-aabuso sa matatanda!*

Para sa higit pang impormasyon sa pag-iwas sa pang-aabuso sa matatanda, mangyaring bumisita sa **ncea.acl.gov**.

NCEA
National Center on Elder Abuse

Kinumpleto ang materyal na ito para sa National Center on Elder Abuse na matatagpuan sa Keck School of Medicine sa University of Southern California at sinusuportahan ang bahagi nito ng isang gawad (Blg. 90ABRC000101-02) mula sa Administration for Community Living (Pangasiwaan para sa Pamumuhay sa Komunidad), U.S. Department of Health and Human Services (DHHS, Kagawaran ng mga Serbisyong Pangkalusugan at Pantao ng Estados Unidos). Ang mga ginagawarang nagsasagawa ng mga proyekto sa ilalim ng pag-sponsor ng gobyerno ay hinihikayat na malayang ipahayag ang kanilang mga natuklasan at konklusyon. Samakatuwid, ang mga pananaw at opinyon ay hindi sadyang kumakatawan sa opisyal na patakaran ng ACL o DHHS. HULING REBISYON NG DOKUMENTO: DISYEMBRE 2017

Keck School of Medicine of USC