

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

Narito ang 5 bagay na magagawa ng bawat isa upang bumuo ng mga suporta sa komunidad at iwasan ang pang-aabuso sa matatanda.

- 1) **Alamin ang mga palatandaan** ng pang-aabuso sa matatanda at kung paano natin sama-samang malulutas ang problema.
- 2) **Iwasan ang pag-iisa at pagkakahiwalay sa mga tao.** Tawagan o bisitahin ang ating mga mahal sa buhay na matatanda at regular na kumustahin ang kanilang kalagayan.
- 3) **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 tagapagpatupad ng batas, mga tanggapan sa komunidad, at pampublikong transportasyon.
- 4) **Mag-sign up upang maging isang mabuting tagabisita** sa isang nakakatanda sa ating mga komunidad.
- 5) **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

*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 amin online o tumawag sa:

ncea.acl.gov | 855-500-3537

