

**ÕIGE EI VÕTA
SEDA VASTU, MIS
ÜLEKOHTUNE PAKUB.**

EESTI VANASÕNA

VÄGIVALD

Kuidas ära tunda ja ennetada?





Loore tervitab.

Tahan öelda, et elus juhtub igasugust ja toimub ka muret tegevaid asju, aga peamine on see, et ei tohi alla anda, vaid tuleb lahendusi otsida.

Üks mu kolleeg sattus kurba olukorda. Lugu algas sellest, et tema mees läks pensionile, kui iga kätte jõudis. Kaks ettevõtet ühinesid ja töötajate arvu vähendati ning mees ei hakanud uues ettevõttes oma koha eest võitlema või uut ametit õppima. Ütles, et üks ole juba tööd tehtud küll. See kolleeg, Tiiu, on mehest kümme aastat noorem, nii et temal on pensionini veel aega. Mäletan küll, kui Tiiu ütles, et mees jääb pensionile ja ütleb, et saabki nüüd lõpuks kodus olla nii kaua, kui tahab.

Tiiu ikka rääkis mulle vahel oma elust. Ühiseid lapsi neil ei ole. Mehel on tütar, kellega ta harva suhtleb. Tiiul on esimesest abielust tütar ja poeg. Ta mees oli muidu töökas, aga üsna järapäine. Ei lubanud näiteks Tiiul sõbrannadega väljas käia, nimetas seda mõttetuks raharaiskamiseks, aga tegelikult oli ilmselgelt armukade. Mees ei lubanud Tiiul kunagi oma lastele raha anda või laenata, öeldes, et suured inimesed peavad ise oma eluga hakkama saama. Mees ei saanudki Tiiu lastega normaalselt kontakti. Tiiu kohtus oma lastega linna peal või vahel harva sai neil külas käia.

Kuigi mees oli ikka öelnud, et täiskasvanud inimesed peavad ise oma eluga hakkama saama, oli just tema ise see, kes ei saanud hakkama, kui töölt ära jäi. Ta hakkas päevad läbi toas istuma ja napsitama. Ma nägin, kuidas Tiiu hakkas sellest ajast alates nagu rasket koormat turjal kandma. Ta ütles, et mees on õhtuti pahur ja ütleb halvasti.

Alguses jõi mees peamiselt õlut ja siis oli ikka jutuvõimeline, kuigi jutt oli kogu aeg sama, et elu on halb ja inimesed on halvad. Kui ta aga õlle viina vastu vahetas, siis oli tihti nii purjus, et ei suutnud midagi normaalset rääkida. Tiiu oli täiesti meeleheitel. Ütles, et meest üldse ei huvita, kuidas tema ennast tunneb. Siis võeti mehel autojuhiload ära, sest ta hakkas autoga poodi minema, aga tagurdas napsise peaga naabri autole otsa. Siis hakkas ta viina järel käima jalgrattaga, aga kukkus pea veriseks. Seejärel hakkas nõudma, et Tiiu ise talle viina tooks. Naine tegi küll juttu, et mees peaks ravile minema, aga mees soovitas vihaselt Tiiul endal ravile minna. Tiiu tõigi mehele viina ja põhjendas, et kui mees ise läheks, võiks ta jälle kukkuda ja kogu perele häbi teha.

Kuulasin Tiiu jutte väga murelikult ja mõtlesin, mida teha. Tiiu ise lohus ennast nii, et löönud pole mees teda kunagi. Väike lohutus mu meelest. Tal polnud ju mingit oma elu enam.

Ühel päeval kohtasin tänaval Tiiu väimeest ja arutasime asja. Ta oli nõus koos oma naise ja minuga minema mehega rääkima, et niimoodi ei tohi oma naist alandada ja ta peaks minema ravile.

See oli üks isevärki õhtu. Palju hirme ja palju vängeid sõnu. Ütlesime talle, et me ei luba enam Tiiu alandamist ja teeme asja avalikuks, kui ta ei muutu. Meie rahulik sõnum jõudis kohale. Mees nõustus viinaravile minema. Vähemalt proovima, nagu ta ütles. Eks oli ka tagasilööke, aga üldiselt leidis mees eluisu uuesti üles. Nüüd on temast saanud kirglik kalamees ning sügiseti marjuline ja seeneline. Ja minul on nii hea meel, et ma Tiiut üksi ei jätnud tema raskes olukorras. ●

Vägivalda ei pea kannatama

Kõigil on õigus elada oma elu rahulikult ja turvaliselt. Olgu tegemist noore või vanaga, inimesega kodus, tänaval või kinnises hooldusasutuses – kõigil on õigus vabadusele, privaatsusele, inimväärikusele ja isikupuutumatussele. Inimväärikuse kaitse on üks peamisi põhiseaduslikke väärtusi ning igasugune väärkohtlemine on inimõiguste rikkumine.

Estis on lastevastase vägivalda ja perevägivalda kõrval hakatud aina enam rääkima ka eakatevastasest vägivallast. Maailma Terviseorganisatsiooni hinnangul on üle 60-aastastest inimestest kogenud vägivalda iga kuues. Kui see statistika Eesti konteksti tuua, siis võib aastas vägivalda kogeda üle 50 000 eaka. Eakatevastast vägivalda peetakse suureks mureks.

Vägivallast hoidumise, sellele piiri seadmise, peatamise või toibumise eelduseks on teadlikkus ehk arusaamine sellest, mis on vägivald, millised on selle tagajärjed, kuidas seda ära tunda ja ohvriks langemise korral abi leida.

Maailma Terviseorganisatsiooni definitsiooni järgi on eakate väärkohtlemine kas ühekordne või korduv tegevus või tegematajätmine, mis toimub suhtes, milles ühel poolel on ootus teise poole usaldusele ja mis põhjustab vanemale inimesele kahju või kannatust või rikub tema inim- või kodanikuõigusi. Vägivald võib avalduda eri vormides ja aset leida erinevates keskkondades. Inimene võib sattuda vägivalda ohvriks tänaval, oma kodus või hooldusasutuses. Väärkohtlejaks võib olla nii võõras, hooldaja kui lähedane.

Väärkohtlemine ei ole ainult peksmine ja otseste vigastuste tekitamine, vaid ka psühholoogiline vägivald. Vaimne vägivald – nimetatakse ka emotsionaalseks või psühholoogiliseks vägivallaks – tähendab seda, et teisele inimesele tehakse tahtlikult haiget, teda koheldakse väärtusetu ja ebaadekvaatsena, teda ei armastata ning temasse suhtutakse, nagu poleks teda vaja. Vaimne vägivald on kõige levinum vägivallavorm. Emotsionaalne väärkohtlemine käib sageli käsikäes füüsilise, seksuaalse või majandusliku vägivallaga.

Seksuaalvägivald on igasugune tahtevastane seksuaalse sisuga käitumine, mille kaudu kontrollitakse, manipuleeritakse või alandatakse teist inimest.

Majandusliku vägivalla korral kontrollib vägivallatseja ohvri raha ja materiaalse vahendite kasutamist, et muuta ohver endast sõltuvaks. Nägemis- või kuulmisraskuste või mõne muu terviseprobleemi tõttu võib inimene vajada igapäevast abi ja hooldust ning kui see inimene jäetakse hooletusse, on see samuti väärkohtlemine.

Mis on mis? Vägivalla avaldumisviisid

Füüsiline vägivald:

tõukamine, kriimustamine, kinnihaaramine, raputamine, mingi esemega viskamine, löömine, peksmine, juustest tirimine, kägistamine, mürgitamine jms.

Vaimne vägivald:

kritiseerimine ja halvustamine, solvamine, söimamine, hirmutamine, ähvardamine, suhtlemise kontrollimine, sotsiaalne isoleerimine, näiteks sõprade ja sugulastega suhtlemise piiramine või keelamine jms.

Seksuaalne vägivald:

käperdamine, pealesunnitud suguühe, intiimsetele kehaosadele valu tekitamine, vägistamine jms.

Majanduslik vägivald:

raha äravõtmine, pangakaartide enda käes hoidmine, ostude tegemise takistamine, majapidamiskulude range kontrollimine, töötamise või hariduse omandamise keelamine, ühiselt soetatud vara enda nimele kirjutamine vastu teise poole tahtmist jms.

Hooletusse jätmine:

sotsiaalsest elust väljajätmine, isolatsioon, mittehoolitsemine hügieeni eest, toidust, joogist, ravimitest ja üldisest hoolitsusest ilmajätmine, arsti juurde mitte viimine jms.

Turvatundest Eestis

inimeste üldine turvatunne Eestis on suhteliselt hea ja mida vanemaks inimene saab, seda vähem ta ohvriks langeb. Politsei andmetel oli 2017. aastal Eestis perevägivald kuritegude ohvritest ligi kümnendik (u 250) vanemad kui 60-aastased. 2018. aastal oli ohvriabisse pöördunud otsestest ohvritest 14% käimas seitsmekümnendaid või sealt edasi aastaid.

Uuringud on kinnitanud, et kriminaalstatistika kirjeldab eakate väärkohtlemise juhtumite kohta vaid jäämäe tippu. Suur osa vägivallast jääb kahjuks teatamata ega jõua politsei ega teiste asutuste vaatevälja ning seetõttu jääb enamik vägivallaohvreid õiguskaitsesüsteemist ja abistavatest tugiteenustest eemale. Vanemaealiste väärkohtlemise tegelikku ulatust Eestis on vähe uuritud. Mõned uuringud on tehtud ja näiteks on selgunud, et üksi elavate eakate väärkohtlemise sagedaseim vorm on igapäevase vajaliku abita jäämine. Levinuim füüsilise vägivalla vorm on tõukamine-lükkamine. Levinuimaks vaimse vägivalla vormiks on leitud söimamine, halvustamine ning süüdistamine. Marika Tuhermi uurimistööl põhjal olid eakate väärkohtlejateks enamasti nende lapsed, lapselapsed või abikaasa ja elukaaslane. Eakad räägivad väärkohtlemisest lastele, lastelastele või naabrile, paljud ei räägi aga üldse kellelegi, tuues põhjuseks, et neil on häbi. Uuritakse ka Eesti politsei suhtumist eakatevastasesse vägivalda. Politseitöötajate arvates ei tohi eakat hätta jätta ka siis, kui ta probleemi olemasolust ise väga täpselt aru ei saa. Eakad on politsei jaoks igati võrdsed teiste sihtrühmadega, nad ei tohi kannatada ega abist ilma jääda.

Vägivalla ennetamine ja tagajärjed

Kui näiteks alkoholitarbimine väheneb, relvad ei ole kerge vaevaga kättesaadavad ning viiakse ellu koolipõhiseid ennetusprogramme jms, on astunud mitu pikka sammu lähemale ühiskonnale, kus vägivallaohvriks langemise tõenäosus on väiksem. Abi on ka hoolivatest lähisuhetest.

Vägivald võib põhjustada suuri kannatusi ohvrile ja tema lähedastele. Vägivalla tagajärjel võivad tekkida depressioon, stress, ärevus või pikaajaline emotsionaalne trauma, füüsilised vigastused ja isegi surm. Nii vaimse kui füüsilise tervise kahjud võivad avalduda alles aastaid pärast mõnd sündmust või sündmusi. Vägivalla tõttu võib eakal olla suurem risk sattuda haiglasse või hooldusasutusse.

Võrreldes nooremate ohvritega on eakad ohvrid füüsiliselt nõrgemad ja isegi väiksemal vigastusel võivad olla tõsised tagajärjed. Sama on psühholoogiliste tagajärgedega – suurenenud hirm, lein, viha, ärritus, stress ja depressioon, kaob enesekindlus ning

langeb enesehinnang. Pikka aega kestev väärkohtlemine võib põhjustada ka enesetapumõtteid või -katseid. Mõned inimesed on kirjeldanud enda kogemusi kui „laastavaid” ja arvavad, et nad ei taastu sellest kunagi täielikult. Vanematele inimestele, kelle sissetulek on piiratud, mõjub raskelt isegi väikse rahasumma kaotus.

Miks vägivallast vaikitakse?

Vägivallast ei räägita sageli hirmust häbimärgistamise ees. Inimesed kardavad, et neid ei usuta või hakatakse ütleva, et nad on ise selles süüdi. Nii kummaline kui see ka pole, aga sageli ei peagi inimesed endaga juhtunud vägivallaks. Eriti on see nende ohvrite puhul, kellel vägivald on muutunud nende elu osaks.

Kui vägivallatseja on mõni lähedane või tuttav inimene ohvri usaldusringist, näiteks laps või abikaasa, hooldaja või arst, võib vägivallakogemust olla väga raske endale tunnistada. Sageli võib vägivald olla osa lapsepõlvest, mistõttu kirjeldavad ohvrid elu vägivallaga kui normaalset elu osa. Samuti soodustavad vägivallaga leppimist soolised stereotüübid. Inimeste suhtumine vägivalda võib olla salliv. Näiteks Eestis suhtub sallivamalt vägivalda just noorim (15–24) ja vanim (65–74) vanuserühm.

Vägivallast vaikimist võib soodustada ka „ma-saan-hakkama” mentaliteet. Ei taheta kurtmisega teistele tüli tekitada.

Oma laste või partneri vastu on emotsionaalselt raske kaebust esitada ja sellepärast ollakse abi otsimise asemel tihtipeale valmis taluma alandust ja vägivalda. Ohver võib olla vägivallatsejast ka materiaalses mõttes või toimetulemiseks sõltuv, näiteks vajab abi igapäevaeluga toimetulekul.

Kõigil on vastutus ja võimalus märgata ja aidata!

Sõbrad-tuttavad saavad hea seista lähedaste turvalisuse eest. Naabrid saavad üksteist toetada. Ühiskondlikes asutustes, näiteks hoolekandeesutustes, tuleb tagada kõigi inimeste turvalisus ja vägivallatu keskkond.

Ühiskonnas peavad tõusma au sisse vägivalda taunivad hoiakud. Eakate väärkohtlemise ennetamisel on oluline, milline on ühiskonnas üldine suhtumine eakatesse, kuidas toetatakse vanemaealiste vaimset tervist ja sotsiaalseid oskusi, toetatakse kogu elu jooksul lähisuhteid ning pakutakse psühholoogilisi programme väärkohtlejatele.

Lubatud ei ole mitte mingisugune vägivald, ei vaimne ega füüsiline. Leplik kannatamine ei ole lahendus. Seadus annab õiguse abi saada ja ennast kaitsta igaühele, kes tunneb ennast või oma pereliikmeid ohustatuna.

Foto: Kaupo Kikkas



„Põnev peab olema ja
nalja peab saama!”

Margo Orupõld
MTÜ Pärnu Naiste Tugikeskuse
juhatuse liige

„Unistustel on komme täituda. Minust sai majandusinsener, kuigi soov oli õppida juristiksi või psühholoogiks. Unistus täitus 50-aastaselt, kui alustasin tööd Pärnu naiste tugikeskuses, kus nüüd puutun iga päev kokku nii juriidika kui psühholoogiaga. Igal inimesel on õigus turvalisele ja vägivallavabale elule ja seda aitan ma saavutada.”

Peamine on meeles pidada, et igaühel on õigus öelda „ei”, valida vägivallavaba elu ning seada piire, sh kehalise puutumatus kaitseks. Sõltumata vanusest on igaühelt vajalik küsida nõusolekut erinevate toimingute läbiviimiseks, näiteks arstlik läbivaatus, juhendamine võimlemisel või füsioteraapias, ning anda või võtta nõusolekut nii toiminguks tervikuna kui selle kestel. Igaüks on seda väärt, et hoida kontrolli enda elu ning ka enda keha üle.

Vaimne vägivald töökohal

Tööl käimine ei tohi rikkuda inimese tervist mistahes vanuses – töökius aga mõjub vaimsele tervisele väga halvasti. Viimastel aastatel on töökiusamine saanud Eestis üha rohkem tähelepanu. Seda on hakatud enam märkama, ära tundma ja selle vastu tegutsema. Mida enam tunneme ja teame lubatust-mittelubatust ning enda eest seismise võimalustest, seda vähemaks kiusu jääb.

Mis on töökiusamine?

Töökiusamise all mõistetakse seda, kui töötajat koheldakse korduvalt ebameeldival või alandaval viisil, nii et tal on end raske selle vastu kaitsta. Näiteks võib kiusamine olla inimesele tema „liiga vana olemise” tõttu alaväärsus- või hirmutunde tekitamine. Sageli tähendab kiusamine võimu väär- või kuritarvitamist, tagarääkimist, avalikku alavääristamist või oma tegevusega kiusataval töötegemise raskendamist, näiteks ei edastata talle tööks vajalikku ja olulist infot. Ka kellegi halvustavalt ja alandavalt vanamutiks või nässiks kutsumine on töökius.

Kiusamine

võib tähendada töötaja sotsiaalset isoleerimist või ka tööalast eiramist – talle ei anta tööd või on ülesanded üksteisele vastukäivad, eesmärgitud või töötaja ametikohale mittevastavad. Töökiusamise lõppfaasiks võib olla olukord, kus töötajalt nõutakse „vabatahtlikku” allkirja tema lahkumisavaldusele.

Ahistamine

on diskrimineerimise alaliik, sellest on pikemalt juttu lk 15.

Tööalase vägivaldana

mõistetakse sellist vägivalda, mis leiab aset töökohal või ajal, millal töötaja täidab tööülesandeid. Töövägivald võib esineda ühekordse juhtumina või ka süstemaatilise

käitumismudelina ning aset leida organisatsiooni eri tasanditel – juhi vägivald alluva suhtes, alluvate omavahelised vägivallailmingud või kliendi ründed töötaja suhtes. Füüsilised ründed on küll harvemad kui sõnalised, kuid olemuselt kindlasti suure riskiga hili-sema toimetuleku mõttes.

Tuleb rõhutada, et olukorra lahendamisel on oluline see, mis on juhtunud, mitte see, kes on kannatanu ning kuidas kannatanu ahistamisele või kiusamisele reageeris. Oluline on ka see, kas ta takistas toimuvat või läks sellega kaasa.

Üksikjuhtumi lahendamisel lähtutakse konkreetsest olukorrast ja seal toimunud – nii võib kannatanu olla nii naine kui ka mees, noor kui ka vana, töövõtja kui ka tööandja.

Kuidas ennast aidata?

Toimetulek kiusamisega algab enesekindlusest enda eest seismisel. Parim, mida selles olukorras teha, on anda kiusajale selgelt teada, et tema käitumine on taunitav. Enesekehtestamise põhimõtted tulevad siin kasuks – ütle selgelt ja konkreetselt, mis sulle ei sobi.

Kiusaja võib provotseerida, kuid sellega ei maksa kaasa minna. Igal juhul on oluline anda igati mõista, et sa ei ole toimuvaga nõus. See on vajalik olukorra lõpetamiseks, aga ka hiljem enda õigusi kaitstes. Nii võtad kiusajalt ära võimaluse väita, et ta ei saanud sinu vastumeelsusest aru.

Füüsilise ründe puhul katsu esmajärjekorras olukorrast lahkuda ja/või tõmmata endale ümbritsevate tähelepanu – nt karjudes, appi hüüdes. Selles olukorras on kõige olulisem tagada enda turvalisus.

Kiusamisolukordade lahendamiseks ei ole ühte kindlat viisi.

Järgnevalt mõni soovitus, mida võiks arvesse võtta:

- Võta endale aega rahunemiseks, enne kui reageerid. Emotsioonid teevad meid ebastabiilsemaks ning nii on keerulisem enda eest seista. Abi võib olla nt lähedasega rääkimisest, n-õ maha laadimisest.
- Kui tundub võimalik, siis pöördu otse kiusaja poole ja tee talle ettepanek olukorra mõistlikuks lahendamiseks. Mõtle enne valmis ettepanek, mida esitada, ehk oma ootused lahendusele. Tee seda rahulikult ja enesekindlalt. Anna teada, mida teed, kui olukord ei lahene (nt „Kui meil ei õnnestu seda lahendada omavahel, siis pöördun ma juhtkonna poole.”).

- Vaata järele, mida ütlevad töökorralduse reeglid sinu töökohal sellistes olukordades käitumise kohta. Võta ühendust oma otsese ülemusega, personalispetsialisti või mentoriga ja räägi temaga juhtunud (vajadusel mõni teine usaldusväärne kolleeg, sõltub olukorrast). Kirjelda olukorda võimalikult täpselt. Pöördu ja räägi pigem kohe, kui midagi taunitavat on toimunud. Ei maksa jääda lootma, et küll asi iseenesest taandub.
- Korralda nii, et suhtlus kiusajaga talletuks (pöördu kiusaja poole kirjalikult või korralda suhtlust nii, et teie vestlusel oleks tunnistajaid; kabineti uks jäta avatuks). See distsiplineerib kiusajat ning materjal on hiljem vajadusel tõenditena kasutatav.
- Uuri, kas on teisi kannatajaid – ühiselt on kergem kiusajale vastu hakata.
- Tea oma õigusi, vajadusel pea nõu juristiga.
- Võid vajada psühholoogilist toetust – pöördu lähedaste, sõprade või professionaali poole.
- Otsi abi tööinspeksioonist (saad nõu tööelu sätestavate seaduste osas) ning soolise võrdõiguslikkuse ja võrdse kohtlemise volinikult.

Kuidas käituda, kui tunned end tööl kiusatuna?

- Turvalisuse ja turvatunde taastamine (uskumuste korrigeerimine; suhted inimestega – nt uue töökoha hankimine või rohkem väljaspool töökohta inimestega suhtlemine).
- Märka oma mõtteid, mis tuletavad sulle meelde muutunud turvatunnet ja/või ohuhinnanguid.
- Analüüsi nende mõtete paikapidavust ja otsi tõendeid, mis kinnitavad olukorra turvalisust.
- Otsi märke selle kohta, mis tõestavad, et asjad on sinu kontrolli all. Kui ise ei oska või ei jaksa, otsi abi vaimse tervise spetsialistilt (psühholoog, psühhiaater).
- Kogu informatsiooni, kuhu saad pöörduda, kui abi vajad. Spetsialisti poole pöördudes räägi, mis on juhtunud, mida oled juba ise proovinud ette võtta ja kuidas see on sind aidanud või siis mitte. Ole avatud ja aktiivne – esita julgelt oma ootusi ja küsimusi. Pea meeles, et muutused ei tule praktikata – harjuta ja vii muutused ka päriselt ellu!

Ära jää oma murega üksi – abi on olemas!

Enda kaitsmine vägivalda eest võib olla eluliselt tähtis. Sa väärivad hoolivat ja armastusväärset kohtlemist nagu kõik teised inimesed. Eestis on sõltumata ohvri vanusest ja soost võimalik saada erinevat tüüpi abi – nõustamist, tuge õiguslike küsimuste korral, vajadusel majutust ja muud toetust. Kui sul pole võimalik spetsialisti juurde ise minna, siis saab abi ka helistades või kirja teel.

Pöördu lähedaste ja sõprade poole. Räägi kellegagi, keda sa usaldad. Proovi olla üle valehäbist ja mitte karta teiste hukkamõistu ega halvustavat suhtumist – ohver ei ole süüdi. Kui väärkohtlejaks on pereliige, siis otsi abi sugulastelt, sõpradelt või tuttavatelt.

Võta ühendust linna või valla sotsiaaltöötajaga. Tea, et alati saad pöörduda spetsialistide poole. Kui sul ei ole kedagi, kellega arutada enda jaoks olulisi küsimusi ning kes aitaks probleemide lahendamisel, saad nõu küsida sotsiaaltöötajalt. Lähima sotsiaaltöötaja kontaktid leiad elukohajärgse kohaliku omavalitsuse veebilehelt. Kui sa ei tea, kelle poole pöörduda, küsi nõu kriisiabitelefoniilt.

Kriisiabitelefoni number on 116 006.

Kriisiabitelefoniilt pakutakse ööpäevaringset nõustamist, jagatakse informatsiooni ohvri õigustest ja abistavatest süsteemidest. Lisaks tagatakse, et saadud informatsioon jõuaks vastavate abiandvate spetsialistideni.

116 006 numbrile helistamine on tasuta ja soovi korral saab jääda anonüümseks. Nõustatakse eesti, vene ja inglise keeles. Helista ka siis, kui on lihtsalt mure – mure või kriisi suuruse üle aitavad otsustada spetsialistid. Oluline on, et astud sammu lahenduse suunas ega jää murega üksi.

Kiiret abi vajavast olukorrast teata otsekohe hädaabinumbril 112.

Ära pelga valida nii-öelda valet numbrit.



Kasulik teave!

Foto: Kaupo Kikkas



„Tants on iseenda olemuse ja rõõmu väljendus – viis oma maailma teistega jagada.”

Maie Orav

tantsupedagoog ja koreograaf,
Meeste Tantsupeo idee autor
ja pealavastaja

Ohvriabi

Kui oled kogunud vägivalda, hoolimatust, halba kohtlemist või langenud kuriteo ohvriks, on võimalik pöörduda ohvriabisse. Eestis on ohvriabisüsteem riiklik, ohvriabikeskused asuvad kõigis suuremates linnades. Ohvriabiteenus tähendab vestlust ohvriabitöötajaga, üldist nõustamist ja jõustamist ning abi teiste asutustega suhtlemisel. Eelkõige pakub ohvriabitöötaja emotsionaalset tuge. Kui mure lahendamiseks on vajalik mitme asutuse koostöö, siis küsitakse luba koostööpartneritega kontakti võtmiseks. Vajadusel aitab ohvriabitöötaja korraldada psühholoogilise abi ja riikliku kuriteohüvitise andmist. Ohvriabi poole pöördumine on sinu otsus, ohvriabitöötaja toetab sind lahenduse leidmisel.

Nõustamisteenus on abivajajatele tasuta ning abivajajale tagatakse konfidentsiaalsus. Selleks et ohvriabiteenust saada, ei pea olema eelnevalt politseisse kuriteoteade tehtud. Ohvriabitöötajad on toeks ja abiks ka siis, kui sinu vastu toime pandud füüsilise, vaimse või seksuaalse vägivalda tekitaja ei ole teada. Ohvriabikeskusesse võid pöörduda ka anonüümselt, kuid hüvitiste ja teenuste taotlemisel on siiski vaja esitada oma isikuandmed.

Naiste tugikeskused

Naiste tugikeskustes pakutakse abi ja toetust vägivalda ohvriks langenud naistele ja nendega kaasas olevatele lastele. Tugikeskuses pakutakse esmast kriisinõustamist ning juhtumipõhist nõustamist, vajadusel psühholoogilist ja ka juriidilist nõustamist või turvalist ajutist majutust. Esmast kriisinõustamist pakutakse ööpäevaringselt telefoni teel või kohtumisel. Soovi korral võib esmasel kriisinõustamisel jääda anonüümseks. Infot ja toetust pakutakse ka vägivaldaohvri lähedastele. Teenuseosutajad on olemas igas maakonnas, täpsed kontaktid leiad sotsiaalkindlustusameti kodulehelt, infot selle kohta saad küsida ka kriisiabitelefonilt või ohvriabist.

Politsei

Kiiret abi vajavast olukorrast teata otsekohe hädaabinumbril 112. Teavita politseid kindlasti siis, kui kellegi elu või tervis on ohus. Kui sinu murega saavad paremini aidata teised abiteenused ning nõustajad, suunatakse sind hädaabinumbri kaudu edasi. Ära karda, et helistad äkki valel numbril. Parem ennast ja oma lähedasi kaitsta kui kahetseda. ●

Näiteid eakate väärkohtlemise juhtumitest Eestis

Hooldusalune tõukas tekkinud tüli ja vaidluse tagajärjel hooldekodus teist hooldusalust, mille tagajärjel kaotas viimane tasakaalu ning murdis trepist alla kukkudes õlavarreluu.

30ndates mees vägistab endast 50 aastat vanema naise, eelnevalt majja omavoliliselt sisse tungides ja naiselt seadusliku aluseta vabaduse võttes.

Pojad, enamasti alkoholiprobleemidega kimpus olevad, pressivad vanematelt pensionipäeval raha välja.

Lapselapse, lapse või teiste lähisugulaste poolt eaka pereliikme väärkohtlemine: alkoholihoobes lapselaps tõukas vanaema kätega, mille tagajärjel viimane kukkus põrandale.

Väimees tungis kallale invaliidist ämmale, lõi jalgadega ja kätega ning kägistas.

30ndates naine pettis eakatel meestelt nende terviseseisundit ära kasutades välja pangakaardid ning võttis kontodelt suures summas sularaha välja.

Samal ajal kasutas naine valeidentiteeti ning esines sotsiaaltöötajatele eakate kannatanute sugulasena. Ohvritele tekitatud kahju on vähemalt 50 000 eurot.

Pensionär Tiina langes väljapressimise ohvriks, kui ennustajad petsid teda süsteemselt verbaalselt töödeldes välja 11 500 eurot.

Ükski inimene ei pea tundma hirmu ahistamise, ähvardamise või vägivalda pärast.