



## ዕድመን ሓልዮትን

ዓመጽ አብ ውሽጢ ስድራቤት ነቶም ብዕድመ ዝደፍኡ ሰባት ወይ ከኣ አብ ክንክን ኣገማድ ዝምርኮሱ ሰባት እውን ይጸልዎም እዩ።

### አብ እርጋን ዝፍጸም ዓመጽ

ስነ-አእምሮአዊ፣ አካላዊ፣ ፋይናንሳውን ጸታውን ዓመጽ አብ ዝምድናታት ኣረጋውያን እውን የጋጥም እዩ። ምክሪ ንምርካብ ፈጸሙ ደንጉና ኣይንፈልጥን። እቲ ማእከል ምክሪ ሓበሬታን ደገፍን ይህብ። አገዳሲ፡- ብመትከል እቲ ክኢላ ብዘይ ፍቓድ ናይቲ ዝምልከቶ ሰብ ዝኾነ ነገር ኣይገብርን እዩ። እዚ ድማ ዝቐጽል ስጉምታታት እንታይ ምጻኑ ይውሰን።

### አብ ነርሲንግ ምጥሓስ ዶብ

ብሰንኪ ዕድመ፣ ሕማም ወይ ስንክልና ሓገዝ ዘድልዮም ሰባት መብዛሕትኡ ግዜ ብሓልዮት ኣባላት ስድራቤት ምጥሓስ ዶብ የጋጥሙም። ዝተፈላለዩ ጽግዕተኛነት፣ ተነጽሎ፣ ውሱን ምክልኻልን ካብ መጠን ንላዕሊ ጠለባትን ንዓመጽ ዝመልኦ ባህርያት የስፋሕፍሑ። አብ መፍትሒ ንምርካብ ንፍሉይ ክፍልታት ደገፍ ምሃብ።

### አብ ግጭታትን ዓመጽን ዝግበር ደገፍ

እቶም ዝተጠቐሱ ሰባት ካብ ዝተፈላለዩ ቦታታት ሓገዝ ክረኽቡ ይኽእሉ። ነቶም ግዳያት ቀረባ ዝኾኑ ሰባትውን ካብዘን ትካላት ምክሪ ክረኽቡ ይኽእሉ እዮም። ምስጢራዊን ነጻን እዩ።

### ዝያዳ ሓበሬታ (ሊንክኣድራቫታት ብሮቩራት ቡለቲን)

[www.hallo-bern.ch/ti/haeusliche-gewalt/alter-und-pflege](http://www.hallo-bern.ch/ti/haeusliche-gewalt/alter-und-pflege)