

An Garda Síochána

Bileog Eolais um Chosc ar Choireacht



Sábháilteacht Phearsanta

Slándáil don Duine Aosta



Réamhrá

Creid é nó ná creid - ní minic a bhíonn daoine scothaosta ina n-íospartigh coireachta i gcomparáid le go leor dá gcuid comharsana níos óige. Ní minic a tharlaíonn cásanna ionsaithe, cé go mba mhaith linn ar fad munar dtarlódh sé chóiche ná go deo dúinne.

Tá daoine aosta, áfach, faoi réir buirgléireachtaí agus gadaithe chomh minic leis an gcuid eile den daonra. Is féidir le ré saoil taithí mar aon leis na deacrachtaí fisiciúla atá bainteach le bheith ag dul in aois go n-airíonn daoine scothaosta soghonta agus a bheith níos eaglaí roimh éirí ina n-íospartach coireachta.

Slándáil Baile

- Feistigh breathnóir dorais. Ligfidh sé seo duit a fheiceáil go sábháilte cé tá taobh amuigh sula n-osclaíonn tú an doras.
- Feistigh slabhra dorais / teorantóir. Ligfidh sé seo duit an doras a oscailt go páirteach fad a ligfidh sé duit fós smacht a bheith agat ar shlándáil.
- Ba cheart doirse tosaigh agus cúldoirse a choinneáil faoi ghlas de ló agus d'óiche. Ba cheart fuinneoga a bheith faoi ghlas freisin.
- Coinnigh liosta de na huimhreacha éigeandála, rud gur féidir leat tagairt dó i gcás éigeandála cuir i gcás clann, gaolta, comharsana, Gardaí, doctúir, altra an cheantair, agus mar sin de.
- Ma tá fón póca agat, cinntigh go bhfuil na huimhreacha éigeandála teagmhála taifeadtha faoin gcóras ICE (i gcás éigeandála)
- Coinnigh Pacáiste Eolais Pearsanta i do chúisneoir (féach ar láithreán gréasáin Age Action Ireland le haghaidh tulleadh eolais).
- Cuir uimhir ar do theach go soiléir sa gcao is gur féidir le Gardaí agus le seirbhísí éigeandála tú a fháil go beo nuair is gá é.

Buirgléireacht Seachráin

Déanfaidh roinnt buirgléirí iarracht cleas a dhéanamh fáil isteach i do bhaile. Is é buirgléireacht sheachráin ná áit a fhaigheann cuairteoir bréige rochtain ar do bhaile ar réamhthéacs / ar bhréag nó a chruthaíonn inflocht mheabhair sa gcao is gur féidir le cionchoirí fáil isteach i ngan fhíos duit féin ar leith.

Ar an drochuair, is minic a bhíonn daoine aosta piochta amach le haghaidh na coire seo. Déarfadh cuairteoirí bréige aon cheo le fáil isteach –

“Tá timpiste tár éis titim amach, an féidir liom glaoch a chur ar otharcharr?”,

“Tá mé tar éis briseadh síos, an féidir liom do ghuthán a úsáid?”,

“Bhí titim agam, an bhféadfainn gloine uisce a bheith agam”,

“Is ón gcomhairle mé, tá píopa ag ligean uisce is gá dom do sholáthar a chasadh anuas” agus mar sin de.

Coinneoidh roinnt daoine ag caint tú ag an doras tosaigh fad a fhaigheann a chionchoirí isteach i ngan fhios duit tríd an cúldoras. I ngach aon chás is gá duit **a bheith san airdeall ar strainséirí atá ag tabhairt cuairt ar do bhaile**. Déan faichill -

- Ná hoscail an doras d'aon duine sula bhfuil siad seiceáilte amach agat cé hé nó cé hí nó cé hiad agus an rud atá á lorg acu. Úsáid do bhreathnóir dorais agus slabhra / teorantóir.
- Seiceáil aitheantas, mar is cuí.
- Ná fág strainséirí gan tionlacan ar leac an dorais.
- Cinntigh go bhfuil do chúldoras faoi ghlas nuair a fhreagraíonn tú glaoch ag an doras tosaigh.

Cuimhnigh, má tá tú in amhras, coinneigh amach iad

Airgead tirim / Slándáil Airgeadais

Ní maith le gadaithe agus le buirgléirí aon cheo níos mó ná airgead tirim. Tá sé rithábachtach mar sin an méid seo a leanas a choinneáil i gcuimhne a oiread agus is féidir -

- Ná coinneigh lear mór airgid i do theach cónaithe. Úsáid bainc, cumainn foirgníochta, comharchreid-measanna, oifigí an phoist agus mar sin de a oiread agus is féidir.
- Coinnigh na cártaí creidmheasa agus dochair in áit slán, lena n-áirítear leabhair bainc agus leabhair agus ráitis eile airgeadais agus mar sin de.
- Ba cheart seanchártaí atá as dáta a scrios go cuí.
- Na tabhair do chuid pasanna focal do do chárta chreidmheasa / dochair d'aon duine
- Nuair a bhíonn tú amuigh faoi spéir, seachain lear mór airgid a bheith i do sheilbh agat.

Le haghaidh tulleadh eolais air seo nó ar aon shaincheisteanna eile maidir le Cosc ar Choireacht, déan teagmháil le do thoil le

d'Oifigeach Garda um Chosc ar Choireacht áitiúil

nó

tabhair cuairt ar láithreán gréasáin an Gharda Síochána ag www.garda.ie

Maoin

Marcáil do chuid maoin agus déan taifid de do chuid sraithuimhreacha mar is cuí. Déanann sé níos éasca é a aithint má tá sé goidte agus faighte. Is féidir marcanna ultraivialait agus/nó uirlisí speisialta eitseála a úsáid. Úsáid uimhir thagartha úrnua ar nós do chuid inisealacha agus dáta do bhreithe. Faigh comhairle mar gheall ar maoin ardluach a mharcáil cuir i gcás seandachtaí, péintéireachtaí agus mar sin de.

Is smaoineamh maith é freisin grianghraf a thógáil de do chuid maoin. Glac grianghraf de earraí ar nós seoda i gcoinne rialóra nó earra éigin eile baile coitianta (mar thagairt tomhaise). Ma tá tú ag tógáil grianghrafanna digiteacha, coinigh cóipeanna de do chuid ghrianghrafanna maoin in áit eile ar fad seachas ar do chuid ríomhairí féin.

Bain úsáid as comharsana maithe

Is rítháthachtach a bheith i do chomharsa maith agus comharsana maithe a bheith agat maidir le coireacht a chosc, a bheith ag aireachtáil slán agus eagla roimh choireacht a laghdú. Tá sé seo thar a bheith tábhachtach don duine aosta. Comharsa maith is ea duine a choinníonn súil ar mhaoin a chomharsana agus a thugann cuairt go rialta le feiceáil an bhfuil gach rud ceart go leor.

Is féidir leatsa freisin a bheith i do chomharsa maith, tá sé mar gheall ar feasacht a bheith agat ar an méid atá ag tarlú mórthimpeall ort féin agus a bheith ag coinneáil súil cairdiúil amach don duine atá i ngar duit. Socraigh 'córás dlúth-chairde' le do lucht comhaoise le seiceáil ar a chéile gach lá. Déan machnamh ar a bheith páirteach le scéim Phobal ar Aire nó le scéim Faire Comharsana má tá ceann i do cheantarsa. Is féidir leis na scéimeanna seo cuidiú leat maoiniú a fháil do chórais éagsúla slándála atá le fáil do dhaoine aosta atá cáilithe. Is féidir le do Stáisiún Garda áitiúil nó leis an Oifigeach Garda um Ghosc ar Choireacht níos mó eolais a sholáthar ar a leithéid de scéim a bhunú.

Taobh amuigh agus thart timpeall na háite

- Seachain a bheith ag taisteal leat féin, áit gur féidir leat. Téigh in éineacht leis an gclann, in éindí le cairde agus comharsana.
- Más ag taisteal le carr, coinigh na doirse ar fad faoi ghlas. Bí airdeallach nuair a bhíonn tú ag locadh agus ag dul isteach /agus amach as d'fheithicil.
- Ar iompar poiblí suígh chomh cóngarach don tiománaí nó leis an mbealach amach agus is féidir.
- Coinnigh airgead tirim go dtí an méid is lú. Iompair na cártaí creidmheasa / cártaí dochair amháin atá uaitse.
- Coinnigh tiachóga agus sparáin as radharc; ba cheart do mhálaí láimhe nó gualainne a bheith coinnithe cóngarach don cholainn agus ní ar bogarnach leis na strapaí.
- Déan iarracht gan siúl san oíche, Má tá ort siúl, tá sé inmholta compánach a bheith agat, siúil ar shráideanna atá dea-shoilsithe agus chomh cóngarach do thaobh an bhóthair agus is féidir.

Camscéimeanna

Bí airdeallach ar ealaíontóirí bréige. Ná tit d'aon rud atá ró-mhaith le bheith fíor.

- I gcoitinne, ná tabhair amach do chuid eolais pear-santa thar an líne teileafóin murab eol duit an té lena bhfuil tú ag caint. Baineann sé seo le cumarsáid idirlín freisin.
- Ná tabhair amach do chuid uimhreacha creidmheasa / dochair, do chuntas bainc, do chuid uimhreacha leas sóisialaigh d'aon duine thar an líne teileafóin.

- Na fág seanráitis airgeadais nach bhfuil ábhartha níos mó ag luí thart timpeall na háite. Stiall iad mar is cuí.
- Bí airdeallach faoi trádálaithe bréige, daoine atá ag tabhairt cuairt ar do dhóras agus ag tabhairt comhairle duit gur gá do dhíon a bheith deisithe, go bhfuil gáitéirí blocáilte agus gur gá iad a bheith glanta, gur gá crainnte a leagan agus mar sin de.

Mí-úsáid seanóra

Is féidir le mí-úsáid an tseanóra a bheith sna catagóirí seo a leanas: -

- Mí-úsáid fisiciúil
- Mí-úsáid síceolaíochta
- Mí-úsáid airgeadais
- Mí-úsáid ábhair
- Mí-úsáid Gnéasach
- Faillí (gníomhach nó neamhionsaitheach)

In go leor cásanna, is féidir leis an íospartach a bheith faoi réir níos mó ná aon chineál iompraíochta díbhliithe.

Tá sé de cheart ag chuile dhuine a bheith saor ó drochúsáid agus faillí. Má tá tú i d'íospartach ar mhí-úsáid seanóra, nó má tá tú in amhras ar dhuine a bheith ina íospartach ar mí-úsáid seanóra, tuairiscigh é do na húdaráis cuí.

Conclúid

I ndiaidh na comhairle sa bhileog seo cabhróidh sé tú stopadh ó bheith i d'íospartigh coireachta. Is féidir le d'Oifigeach Garda áitiúil um Chosc ar Choireacht cuidiú maidir leis seo freisin.

I gcás go bhfuil tú bagartha le forneart fisiciúil ná comhraic ina aghaidh. Déan iarracht fanacht calma agus, más féidir, díriú ar comharthaí aithne maith a fháil ar an gciontach.

Níl sé ar intinn an chomhairle atá sa bhileog eolais seo a bheith uileghabhálach nó iomlán.

Ní cheart aon cheo atá san fhoilsiúchán seo a fhorléiriú mar éigeantach, oibleagáideach nó ceaptha dul i gcoinne aon rialacháin reachtúla.

Teagmhálaithe agus Nascanna Úsáideacha

Aonad Náisiúnta an Gharda Síochána um Chosc ar Choireacht,

Ceanncheathrú an Gharda Síochána,
Cearnóg Fhearchair, Baile átha Cliath 2.
Fón: (01) 6663362, Facs: (01) 6663314
Ríomhphost: crime_prevention@garda.ie

An Garda Síochána

www.garda.ie

Age Action Ireland

www.ageaction.ie

An Chomhairle Náisiúnta um Dhul in Aois agus Daoine Scothaosta

www.ncaop.ie

Feidhmeannach na Seirbhíse Sláinte

www.hse.ie

An Roinn Sláinte agus Leanaí

www.dohc.ie

Roinn Gnóthaí Pobail, Teaghlaigh agus Sóisialach

www.welfare.ie