(NE) BEZPEČNÝ VĚK

Doporučení seniorům

Když víte, co vás může ohrozit, mátě větší šanci se bránit.

JAK SE CHRÁNIT PŘED OKRADENÍM

- Peníze, doklady i klíče noste v příruční uzavřené tašce nebo kabelce vždy odděleně. Berte si jen tolik peněz, kolik skutečně potřebujete.
- Peněženku uložte na dno nebo do spodní části kabelky nebo nákupní tašky.
- Kabelku nebo tašku přes rameno nenechávejte viset na zádech, ale mějte ji stále na očích a chraňte ji rukama na boku nebo na břiše.
- Kabelku nebo tašku nepokládejte v obchodech na police a nenechávejte ji v nákupním vozíku. Nikdy ji neodkládejte s oděvem v šatně kina, divadla, restaurace, ani v čekárně u lékaře či na úřadech.
- Vyhýbejte se návalům mnoha lidí, tlačenice nahrává zlodějům a okradení může proběhnout bez povšimnutí.
- Čtete-li si v dopravním prostředku MHD, mějte své příruční zavazadlo pořád pod kontrolou.
- Ve vlaku si vybírejte kupé, kde už sedí další cestující a nenechávejte svá zavazadla bez dozoru.
- Při výběru peněz z bankomatu si hlídejte soukromí. Dávejte pozor, jestlí vás někdo nesleduje příliš zblízka. Vybírání z bankomatů uvnitř bank či spořitelen je spolehlivější. Na ulici vybírejte peníze za asistence někoho, koho znáte a důvěřujete mu.

- Nikdy se před nikým nechlubte svými úsporami nebo cennostmi, nepůjčujte cizím lidem peníze, neplaťte žádné zálohy podomním prodejcům.

JAK PŘEDCHÁZET RIZIKU PŘEPADENÍ

- Vyhýbejte se odlehlým, nepřehledným a neosvětleným místům. Choďte raději frekventovanějšími ulicemi.
- Kabelku nebo tašku noste v ruce či na rameni směrem od ulice, aby vám ji z vozovky nemohl někdo vytrhnout a ukrást.
- Chce-li vám někdo kabelku ukrást, nebraňte se za každou cenu. Zdraví nebo dokonce život jsou cennější než peníze!
- Po chodníku choďte raději dále od vchodů domů, kde by mohl číhat případný pachatel a mohl by vás vtáhnout dovnitř.
- Při vstupování do domu se pozorně rozhlédněte a nevcházejte tam s někým

neznámým. Také ve výtahu nejezděte s někým, koho neznáte. Radši počkejte na výtah prázdný.

- Nepřijímejte doprovod nabízený neznámými lidmi, i kdyby vypadali důvěryhodně. Ochota "pomocníka" může být jen záminkou k tomu, aby se dostal do vašeho bytu a tam vás okradl třeba i za použití násilí.
- Kdybyste měli pocit, že vás někdo sleduje, snažte se co nejrychleji dostat na místo, kde je nějaký obchod nebo více lidí, mezi nimiž budete bezpečnější.
- Kdyby vás někdo napadl, křičte i tehdy, když v blízkosti nikoho nevidíte. Mohl by vás uslyšet někdo za rohem a přispěchat na pomoc.
- V případě nutnosti můžete pro svou ochranu použít sprej (deodorant, lak na vlasy nebo slzný plyn), který nosíte v tašce či kabelce. Pachatele tím překvapíte, možná i odradíte a sami tak získáte čas na přivolání pomoci. Spuštění vašeho osobního alarmu může útočníka vylekat a přimět ho k útěku.
- Snažte se vyhnout čekání na liduprázdné zastávce hromadné dopravy, především v časně ranních nebo pozdně večerních hodinách.

- V prázdné tramvaji nebo autobusu si sedejte co nejblíže k řidiči. Jeho blízkost může případného lupiče od zlého úmyslu odradit nebo vám v případě obtěžování či napadení řidič rychleji pomůže.

JAK SE VYHNOUT PODVODU

- Podvodníci využívají různé záminky a lsti, aby se dostali k vašim penězům. Chtějí vniknout do vašeho bytu a pokud z vás nevylákají peníze přímo, ovládají řadu způsobů jak vás okrást.
- Nedůvěřujte neznámým lidem, nikoho cizího nevpouštějte do svého bytu.
- Nikdy hned neotvírejte dveře, nevíte-li, kdo je za nimi.
- Pořiďte si panoramatické kukátko, které vám umožní dobře si návštěvníka prohlédnout, Instalujte si na dveře bezpečnostní řetízek, který udrží dveře jen pootevřené. Některé věci tak můžete vyřídit bezpečněji.
- Zvoní-li opravář, pracovník úřadu či jiných služeb (odečet plynu apod.) nechte si předložit jeho služební průkaz, nebo ještě lépe zavolejte na úřad nebo instituci, na kterou se pracovník odvolává. V případě jakýchkoliv pochybností trvejte na tom, že o nabízenou službu nestojíte.
- Nepodléhejte lákavé vidině snadného zbohatnutí. Podomní nabídky výher v loterii nebo výhodných koupí odmítejte - v naprosté většině jde o podvod.
- Udržujte dobré vztahy se sousedy v domě. Napiště si jejich telefonní čísla, v případě potřeby bývá jejich pomoc nejrychlejší.
- Důležitá telefonní čísla (policie, lékař, hasiči aj.) mějte viditelně blízko telefonu, abyste mohli co nejrychleji přivolat pomoc.
- Nepodvolujte se nátlaku ze strany rodinných příslušníků, natož cizích lidí, k podpisu závažných dokumentů např. k převedení bytu, domu nebo chaty nebo poskytnutí peněžních půjček. Vše si v klidu a pečlivě promyslete.

- Závažná rozhodnutí o vašem majetku konzultujte s právníkem, nechte si poradit od dalších věrohodných osob. Většina institucí a nevládních organizací, která poskytuje pomoc seniorům, nabízí i bezplatnou právní poradnu.

JAK ZABEZPEČIT MAJETEK

- Zamykejte vstupní dveře a zavírejte okna vždy, když opouštíte domácnost, i když jdete třeba jen na chvíli k sousedce nebo na krátký nákup. Pootevřená balkónová okna nebo větrací okénka jsou pro zloděje-bytaře velkým lákadlem. Venkovní, bytové i balkónové dveře v noci zamykejte, i když jste doma.
- Bezpečnost bytu zvýšíte instalací bezpečnostních dveří nebo různých mechanických zábranných prostředků jako jsou např. bezpečnostní štít a profilová cylindrická vložka, vrchní přídavný zámek, příčná a celoplošná dveřní závora, pojistka dveřních závěsů jako zábrana proti vysazení dveří.
- Okna lze opatřit různými typy mříží apod. Moderní technika nabízí také využití domácího videotelefonu s elektromechanickým ovládáním vstupních dveří (např. u rodinných domků, v nové panelové výstavbě).
- Opouštíte-li byt nebo dům na delší čas (např. jedete na chatu nebo rekreaci), nezatahujte rolety a žaluzie, nevypínejte přívod elektřiny. Snažte se udržovat dojem, že jste stále přítomni. Vhodná je výpomoc mezi sousedy, mohou vám byt kontrolovat a pravidelně vybírat schránku.
- Můžete si pořídit elektronické spínací zařízení, které podle nastavení rozsvítí světla, zapne rozhlasový přijímač, televizi apod. Opět tak vytváříte zdání, že jste doma.
- Pro případ, že byste přesto byli vykradeni, je vhodné mít vyfotografovány cenné věci, sepsána výrobní čísla apod. Tyto informace pomohou policii v pátrání a usnadní vaše jednání s pojišťovnami při likvidaci pojistné události.
- Stejně postupujte i u zabezpečení rekreačních obydlí.

- Nezapomínejte zamykat svůj automobil. Můžete ho vybavit přídavným zařízením pro uzamčení řadící páky nebo volantu. Je možné si opatřit i elektronické alarmy či imobilizéry zapalování.