Как технологии могут помочь человеку чувствовать себя в безопасности

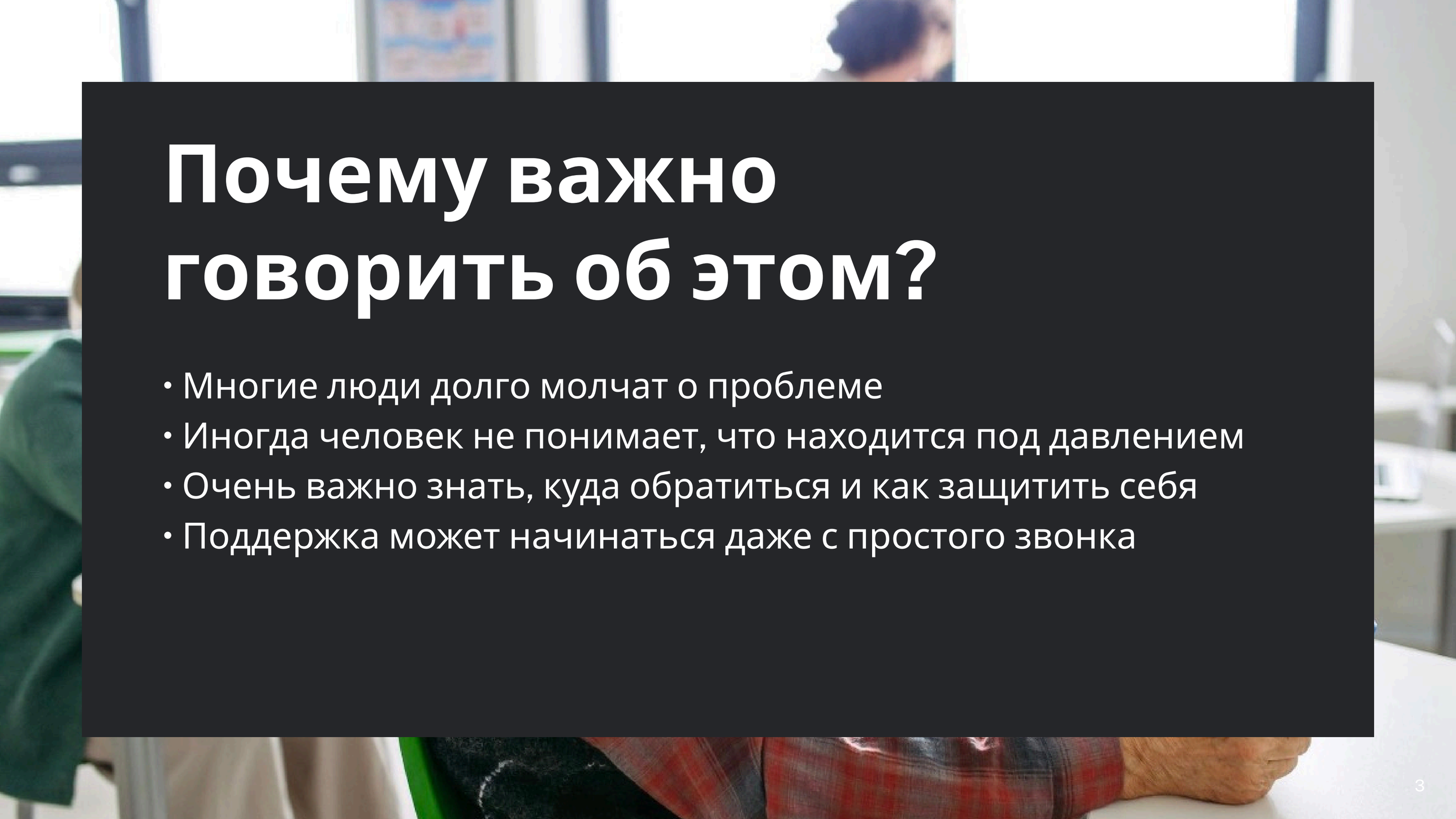
ПРОСТЫЕ ЦИФРОВЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ ДЛЯ ПОДДЕРЖКИ И БЕЗОПАСНОСТИ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ

Что такое домашнее насилие?

Домашнее насилие — это не только физическая сила.

Это также:
- постоянные крики и унижения,
- угрозы,
- давление,
- запрет общаться с близкими,
- контроль денег или телефона,
- психологический страх.





Почему важно говорить об этом?

- Многие люди долго молчат о проблеме
- Иногда человек не понимает, что находится под давлением
- Очень важно знать, куда обратиться и как защитить себя
- Поддержка может начинаться даже с простого звонка



Телефон как средство безопасности

С помощью телефона можно:

- быстро связаться с близкими,
- вызвать помощь,
- отправить геолокацию,
- записать голосовое сообщение,
- сохранить важные контакты.

Телефон — это не только связь, но и чувство безопасности.

Что полезно настроить заранее

- Контакты близких в избранном
- Экстренные номера
- Быстрый набор
- Заряженный телефон
- Пароль, который знаете только вы

Телефонное мошенничество

Очень часто пожилые люди сталкиваются с:
• ложными звонками,
• просьбами перевести деньги,
• сообщениями “ваш родственник в беде”,
• просьбами назвать код из SMS.

Важно помнить:
• нельзя сообщать коды,
• не нужно бояться положить трубку,
• лучше сначала позвонить родственникам.

Цифровые помощники

Сегодня существуют простые программы и чат-помощники, которые могут:

- подсказать контакты помощи,
- дать совет,
- помочь успокоиться,
- напомнить важную информацию.

Иногда человеку проще сначала написать, чем говорить вслух.

Главная мысль

Технологии не заменяют людей.

Но они могут:

- помочь,
- поддержать,
- дать чувство безопасности,
- быстро связать человека с близкими.

Спасибо за внимание

Берегите себя и своих близких ❤️