



Mannréttindaráð

Reykjavík, 4. nóvember 2025

MSS25110001

Efni: Efnistöð rafrænnar fræðslu um aldraða og ofbeldi

Hjálagt er skjal um efnistöð rafrænnar fræðslu fyrir starfsfólk borgarinnar um aldraða og ofbeldi.

Þetta verkefni er í aðgerðaráætlun Reykjavíkurborgar í mannréttinda- og jafnréttismálum 2023 til 2026, aðgerð 3.1.5.

Útbúa stafræna fræðslu fyrir starfsfólk í velferðarþjónustu um ofbeldi gagnvart eldra fólki.

Verkefnið var á ábyrgð velferðarsviðs en vegna þess að um tíma vantaði starfsfólk á sviðið sem sinnir þessum málaflokki þá tók verkefnisstjóri *Saman gegn ofbeldi* þetta að sér.

Efnistökin eru hér með kynnt fyrir fulltrúum öldungaráðs og áheyrnafulltrúum í ofbeldisvarnarmálum í mannréttindaráði. Óskað er eftir ábendingum um það sem betur má fara og um efni sem vantar.

Virðingarfyllst,

Halldóra Dýrleifar Gunnarsdóttir
Mannréttindaskrifstofa
Miðlæg stjórnsýsla



Reykjavík

Efnistöðk rafrænnar fræðslu um aldraða og heimilisofbeldi

Halldóra Dýrleifar Gunnarsdóttir, drög, 3. nóvember 2025 – allar ábendingar vel þegnar

Kynnt á sameiginlegum fundi öldungaráðs og áheyrnafulltrúa mannréttindaráðs í ofbeldisvörnum, 6. nóvember 2025

Efnistöðk í fræðslunni

Hér er sett fram efni sem verður á glærum. Því er fylgt úr hlaði, þ.e. það er upptaka af flutningi með glærunum þar sem farið er meira á dýptina og útskýrt það sem er á glærunum.

Þessu verður skipt í nokkra kafla, styttri búta en það þykir betra í rafrænni fræðslu.

Inn á milli verða viðtöl – klippt inn. Markmiðið með þeim er að setja meira kjöt á beinin og vera með fleiri en eina nálgun til að fræða fólk.

Efnið:

Skilgreining á ofbeldi gegn öldruðum:

Alþjóðaheilbrigðismálastofnunin skilgreinir ofbeldi gegn öldruðum sem einstakan eða endurtekinn verknað sem veldur skaða eða þjáningu aldraða einstaklingsins eða vanrækslu af hálfu þess/peirra aðila sem hinn aldraði ætti að geta treyst.

Þegar ofbeldi gegn öldruðum er til skoðunar er oft greint á milli tveggja yfirflokka:

1. Ofbeldi sem aldraðir verða fyrir af hálfu umönnunaraðila á stofnunum eða af hálfu einstaklings sem veitir þeim þjónustu í heimahúsi (stofnana umhverfi – e. institutional setting).
2. Ofbeldi sem aldraðir verða fyrir af hendi einstaklinga sem eru þeim skyldir eða tengdir (e. community setting).

Í báðum flokkum er um að ræða ofbeldi sem á sér stað innan veggja heimilis brotþola því þótt viðkomandi sé á stofnun þá er það hennar eða hans heimili.

Helstu birtingamyndir ofbeldis í garð aldraða:

- ✓ **Líkamlegt ofbeldi:** T.d. kýla, slá, sparka, hrinda.
- ✓ **Andlegt ofbeldi:** T.d. hótta, skamma, ógna, niðurlægja, stjórna.
- ✓ **Fjárhagsleg misnotkun:** Fjármunum haldið frá fólki/notaðir í ósamræmi við vilja einstaklings.
- ✓ **Kynferðisleg misnotkun:** T.d. nauðgun eða kynferðisleg áreitni. Þetta á einnig við um verknað sem aldraður einstaklingur hefur ekki samþykkt/gæti ekki samþykkt vegna skerðingar eða var þvingaður til að samþykkja.
- ✓ **Efnisleg misnotkun:** Eignaréttur ekki virtur, hlutir eyðilagðir.
- ✓ **Vanræksla:** Aðstoð haldið frá viðkomandi, lyfjagjöf ekki sinnt sem skyldi o.fl.
- ✓ **Ofbeldi sem felur í sér mismunun:** Ofbeldi og áreitni sem beinist t.d. að uppruna, kyni, kynþætti, kynhneigð, kynvitund, skerðingu eða annarri stöðu viðkomandi.

Hvað er sérstakt við aldraða og heimilisofbeldi, þ.e. ofbeldi milli skyldra eða tengdra?

Aldraðir sjálfir:

- ✓ Upplifa það sem er að gerast, ofbeldið, ekki sem ofbeldi.
- ✓ Eiga stundum langa sameiginlega sögu með geranda og vilja ekki rugga bátnum.
- ✓ Hafa ekki „fyrir í lífinu“ fengið þá aðstoð sem þurfti.
- ✓ Vita ekki af mögulegri aðstoð.
- ✓ Vilja ekki tala um ofbeldi vegna ríkjandi fordóma.
- ✓ Skortir stuðning fjölskyldu og vina.

Fagaðilar:

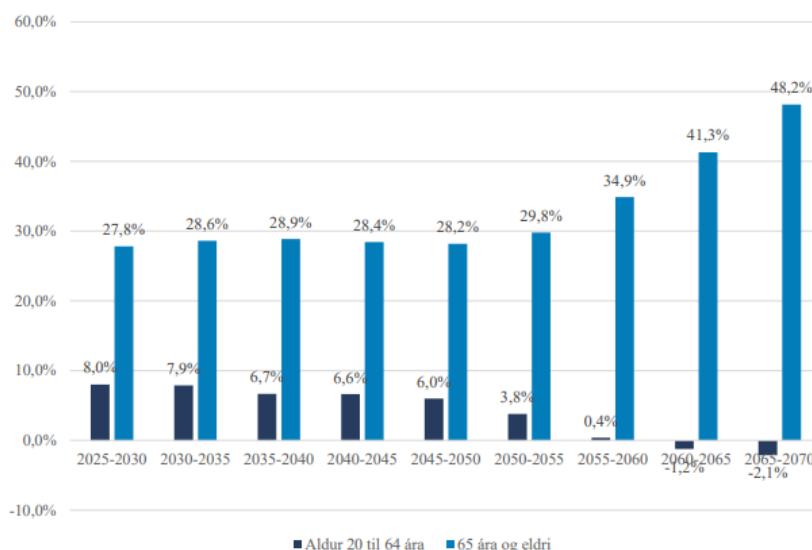
- ✓ Kveikja ekki á því að ástand viðkomandi geti helgast af ofbeldi. Aldraðir líklegri til að detta en yngra fólk, fá frekar marbletti o.s.frv.

Nokkrar lykilstaðreyndir um ofbeldi gegn öldruðum, samkvæmt Alþjóðaheilbrigðisstofnuninni:

- ✓ Um það bil einn af hverjum sex einstaklingum 60 ára og eldri upplifir einhvers konar ofbeldi í samfélaginu.
- ✓ Tíðni ofbeldis gegn öldruðum er há á stofnunum eins og hjúkrunarheimilum þar sem tveir af hverjum þremur starfsmönnum sögðust hafa beitt ofbeldi undanfarið ár.
- ✓ Ofbeldi gegn öldruðum getur leitt til alvarlegra líkamlegra áverka og haft langtíma sálfræðilegar afleiðingar.
- ✓ Spáð er að tíðni ofbeldis gegn öldruðum muni aukast þar sem fjöldi aldraða í mörgum löndum eykst hratt.
- ✓ Fjöldi fólks 60 ára og eldri í heiminum mun meira en tvöfaldast á næstunni, úr 900 milljónum árið 2015 í um 2 milljarða árið 2050.

Fjölgun eldri borgara á Íslandi

Mynd 2 Hlutfallsleg fimm ára breyting fjölsfjölda á Íslandi skv. spá í desember 2023.



Heimild: Hagstofa Íslands

Úr sérriti fjármálaráðs, 04/2024

Rannsóknir um aldraða og ofbeldi

Í úttekt sem gerð var 2017 á 52 rannsóknum um aldraða og ofbeldi í 28 löndum var áætlað að á undanfögnu ári hefði einn af hverjum sex einstaklingum (15,7%) 60 ára og eldri orðið fyrir einhvers konar ofbeldi. Þótt nákvæm gögn skorti, þá veitir úttektin vísbendingar um tíðni mismunandi ofbeldis sem aldraðir verða fyrir, sjá töflu.

	Ofbeldi í garð aldraða á heimili (e. community setting)	Ofbeldi í garð aldraðara í stofnanaumhverfi (e. institutional setting)	
Tegund ofbeldis	Tilkynnt af eldra fólki	Tilkynnt af eldra fólki eða einhverjum þeim nákomnum	Tilkynnt af starfsfólki
Heildar tíðni	15.7%	Ekki nægileg gögn	64.2% eða 2 af hverjum 3 af starfsfólki
Andlegt ofbeldi:	11.6%	33.4%	32.5%
Líkamlegt ofbeldi:	2.6%	14.1%	9.3%
Fjárhagslegt ofbeldi:	6.8%	13.8%	Ekki næg gögn
Vanræksla:	4.2%	11.6%	12.0%
Kynferðislegt ofbeldi:	0.9%	1.9%	0.7%

Rannsókn á tíðni ofbeldis í heimaþjónustu og heimahjúkrun á Íslandi - (Sigrún Ingvarsdóttir, 2010)

Starfsfólk var spurt hvort það hefði unnið á heimilum þar sem það hefði orðið vart við eina eða fleiri vísbendingar um ofbeldi eða vanrækslu. Auk þess voru þau spurð hvort þau hefðu orðið vitni að eða grunað að aldraður notandi hefði verið beittur ofbeldi á seinustu 12 mánuðum.

- ✓ 57% starfsfólks félagslegrar heimaþjónustu merkti við eina eða fleiri lýsingu/tegund af vanrækslu og/eða ofbeldis.
- ✓ 20% þeirra höfðu orðið vör við eða grunað að ofbeldi gegn öldruðum notanda hefði átt sér stað á seinustu 12 mánuðum.
- ✓ 83% svarenda sem störfuðu í heimahjúkrun merktu við lýsingu á aðstæðum sem bentu til vanrækslu og/eða ofbeldis.
- ✓ 44% starfsfólk í heimahjúkrun hafði orðið vitni að eða haft grun um ofbeldi gegn öldruðum.

Kyn og ofbeldi

- ✓ Meðalaldur kvenna á Íslandi er hærri en karla. Meðalævilengd karla 80,9 ár og kvenna 84,3 (2024)
- ✓ Konur eru líklegri en karlar til að verða fyrir ofbeldi á lífsleiðinni.
- ✓ Konur eru einnig líklegri en karlar til að verða fyrir einhvers konar mismunun yfir ævina, hvort sem það snýr að misrétti á vinnumarkaði, lakara aðgengi að menntun eða verra aðgengi að þjónustu.

- ✓ Launamunur kynjanna fylgir konum út ævina þar sem lífeyrisgreiðslur taka mið af launum auk þess að lægri laun draga úr möguleikum fólks á að leggja til hliðar. Eldri konur eru oft á tíðum enn háðari gerandanum en yngri konur.
- ✓ Lífslíkur við góða heilsu 66,2 fyrir konur og 71,5 ár fyrir karla (Stjórnarráðið, Mælikvarðar um hagsæld og lífsgæði).
- ✓ Í kyngreindum upplýsingum sem Reykjavíkurborg hefur safnað í útköllum frá 2015 vegna heimilisofbeldis eru karlar að jafnaði 80% gerenda og konur 20%. Þegar horft er til brotþola eru konur 80% þeirra og karlar 20%.

Mismunandi staða ólíkra hópa

Konur af erlendum uppruna eiga í mikilli hættu á að verða fyrir ofbeldi vegna uppruna síns og/eða takmarkaðrar þekkingar á kerfinu hér á landi sem leiðir af sér að þær leita sér síður hjálpar. Auk þess eiga þær margar minna, jafnvel ekkert, bakland hér á landi.

Fatlaðar konur eru líklegri en nokkur annar hópur til að verða fyrir ofbeldi, þær eru líklegri til að vera beittar ofbeldi yfir löng tímabil og eru í sérstaklega miklum áhættuhóp þegar kemur að kynferðislegu ofbeldi (Reykjavíkurborg, 2015).

Áfallasaga kvenna – rannsókn (gagnaöflun 2018-2019 og aftur 2024):

- ✓ 40% þátttakenda höfðu orðið fyrir ofbeldi (líkamlegt og/eða kynferðisofbeldi)
- ✓ 32% þátttakenda höfðu orðið fyrir áreitni á vinnustað
- ✓ 14% þátttakenda voru með einkenni áfallastreituröskunar

Áhrif ofbeldis á heilsu

Í tengslum við áralanga mismunun og jafnvel ofbeldi sem konur hafa orðið fyrir í tengslum við kyn sitt glíma þær oft við heilsubresti sem má skýra með álaginu sem þessu fylgir.

Nokkrar niðurstöður úr rannsóknum sem eru hluti af áfallasögu kvenna:

- ✓ Nýgengi geðraskana eykst í kjölfar áfalla þ.m.t. ofbeldis – kynferðisofbeldi, heimilisofbeldi.
- ✓ Tengsl áfalla og áfallatengdra raskana við þróun líkamlegra sjúkdóma.
- ✓ Fólk með áfalla- og streitutengdar raskanir; áfallastreituröskun, áfallastreituvíðbrögð, aðlögunarröskun er í um:
 - ✓ 30% aukinni áhættu á fjölmörgum sjálfsöfnæmissjúkdómum.
 - ✓ 30-60% aukinni áhættu á hjarta- og æðasjúkdómum.
 - ✓ 50% aukinni áhættu á ýmsum lífshættulegum sýkingum.

Hver veit og hvað er hægt að gera?

Starfsfólk í öldrunarþjónustu, hvort sem hinn aldraði einstaklingur fær þjónustu í heimahúsi eða á öldrunarstofnun, er í lykilaðstöðu til að greina hvort hinn aldraði búi við ofbeldi.

Aðstandendur sem eru í nánum tengslum við viðkomandi.

Bent hefur verið á að það skorti úrræði, leiðir til að bregðast við þegar grunur vaknar um ofbeldi eða þegar vissa er fyrir því.

Leiðir/úrræði sem eru til fyrir öll:

Kvennaathvarfið

Neyðarnúmer allan sólarhringinn: 561 1205

Netfang:

Kvennaathvarf@kvennaathvarf.is

Miðstöðvar Reykjavíkurborgar

Þjónustuver Reykjavíkurborgar

Sími: 411 1111

Netfang:

upplysingar@reykjavik.is

Bjarkarhlíð

Sími: 553 3000

Netfang:

bjarkarhlid@bjarkarhlid.is

Heimilisfang: v/Bústaðaveg, 108 Reykjavík

Stígamót

Sími: 562 6868 / 800 6868

Netfang:

stigamot@stigamot.is

Heimilisfang: Síðumúla 23, 108 Reykjavík

Móttaka heimilisofbeldis á Landspítalanum

Félagsráðgjafar eru með bakvakt alla virka daga frá kl. 16-24 í síma 825-5469

Ofbeldissíminn er opinn alla virka daga frá kl. 9-16 í síma 660-2005

Félagsráðgjafi er á vakt um helgar og rauða daga frá kl. 10-18.

Neyðarmóttaka fyrir þolendur kynferðisofbeldis

Símar:

543 1000 - Aðalskiptiborð LSH

543 2000 - Afgreiðsla bráðamóttöku LSH

543 2094 - Neyðarmóttaka á dagvinnutíma

543 2085 - Áfallamiðstöð LSH

Heimilisfang: Bráðamóttakan á Landspítalanum Fossvogi

Fjölmenningarsetur Multicultural Information Centre

Sími:

450-3090 (íslenska - enska - spænska - rússneska - úkraínska - pólska - arabíska).



Opið mánudaga til fimmtudaga frá 09:00 – 15:00 og föstudaga frá 09:00 – 12:00.

Netfang: mcc@mcc.is

Vefsíða: www.mcc.is

Mannréttindastofnun Íslands

Sími: 520-8800/réttindagæsla fyrir fatlað fólk, **sími:** 554-8100

Netfang: mannrettindi@mannrettindi.is/rettindagaesla@mannrettindi.is

Vefsíða: <https://mannrettindi.is/>

Kvennaráðgjöfin

Sími: 552-1500

Heimilisfang: Túngata 14,101 Reykjavík

W.O.M.E.N. in Iceland

Sími: 788 7574

Heimilisfang: Túngata 14, 2. hæð

Jafningjaráðgjöf fyrir konur af erlendum uppruna á þriðjudagskvöldum frá 20:00

Odwaga jest kobieta - Stuðningur við pólskar konur sem eru brotapolar ofbeldis
Valdefling fyrir pólskar konur.

Þjónustan er ókeypis.

Hafið samband í gegnum facebook síðuna okkar **Odwaga jest kobieta** eða í síma 788 7574.

B.A.C.A. (Bikers Against Child Abuse)

Sími: 780 2131

Netfang: Arc@ic-isl.bacaworld.org

Samtök bífjólafólks sem styðja við börn sem hafa orðið fyrir ofbeldi.

Þjónusta í tengslum við ofbeldi sem er sérstaklega fyrir aldrað fólk

Miðstöðvar borgarinnar. Það eru sérstakir öldrunarráðgjafar.

Lausnarteymi velferðarsviðs, tekur á málum sem eru sérstaklega þung vegna m.a. geðsjúkdóma, neyslu og/eða ofbeldis.

(Ath. er heilsugæslan með einhverja þjónustu sem snýr sérstaklega að þessu? Búin að senda fyrirspurn)

Viðtöl;

við framkvæmdastýru/starfskonu Kvennaathvarfsins.

við félagsráðgjafa hjá borginni/öldrunarráðgjafa.

við brotapolu/pólanda ofbeldis (hægt að hafa það án nafns og án þess að viðkomandi sjáist ef það er vilji mögulegs viðmælanda.

Fleiri?