

Promosso da:

ROMA



Assessorato alle Politiche Sociali e alla Salute



In collaborazione con:



# *Sono anziano* MA NON CI CASCO



Consigli Antitruffa



*Insieme possiamo  
fare la differenza*

A CURA DI  
*Lidia Borzi*  
Presidente ACLI di Roma aps

Viviamo un tempo di fragilità crescenti, per contrastare le quali le ACLI provinciali di Roma promuovono un modello di **welfare universale** nella visione e **sartoriale** nelle risposte, incentrato sull'interdipendenza delle politiche, orientato alla prevenzione, non solo riparativo, ma promozionale e volto all'inclusione attiva delle persone.

In questa direzione le ACLI di Roma sviluppano un modello di azione sociale che da un lato valorizza i soggetti del Sistema ACLI, dall'altro si pone come snodo della rete esterna al fine di valorizzare le eccellenze e minimizzare le sovrapposizioni, rispondendo in maniera integrale e integrata a tutte le forme di **povertà, materiale, sanitaria, educativa e relazionale**, compresa la solitudine. Proprio quest'ultima rappresenta un terreno fertile per malintenzionati e truffatori, con il rischio di una maggiore vulnerabilità in particolare per i nostri anziani.

A loro è dedicato questo **manuale**, frutto dell'impegno pluriennale, che negli ultimi mesi ci ha visto al fianco dell'Assessorato alle Politiche Sociali di Roma Capitale, con una serie

di incontri svolti nei centri per gli anziani di tutti i Municipi, coinvolgendo oltre 2mila persone.

Queste pagine rappresentano un ulteriore mattone a quella fortezza di conoscenza e prevenzione che abbiamo costruito per loro e insieme a loro, con l'obiettivo da una parte di **informare e prevenire** le truffe, dall'altro di stringere le maglie di una rete di prossimità che mette insieme il Sistema ACLI di Roma, a partire dalla FAP e dall'US, le Istituzioni, la Polizia di Stato, i centri anziani, le parrocchie e tutti gli enti interessati.

All'interno ci sono informazioni essenziali e consigli pratici per aiutare a riconoscere e **difendersi dalle truffe**, certi che solo insieme possiamo fare la differenza.

Consapevoli che proteggere i nostri anziani è un dovere che ci lega come **comunità**, un segno di gratitudine per tutto ciò che hanno dato e continuano a donarci ogni giorno. Questa guida vuole essere nel suo piccolo un modo per sostenerli e difendere il loro diritto a invecchiare in sicurezza. Un **vademecum** con tante pagine quante carezze vorremmo dare ai nostri anziani.





*Costruiamo insieme  
una rete di solidarietà*

A CURA DI

*Barbara Funari*

**Assessora Politiche Sociali Roma Capitale**

In questo periodo è in forte espansione il fenomeno delle **truffe alle persone anziane** nella città di Roma, con diverse modalità di azione, a casa, fuori, online, ma sempre facendo leva su situazioni di vulnerabilità, solitudine e preoccupazioni per gli affetti più cari. Il fenomeno produce effetti preoccupanti, non solo sul versante economico, ma anche su quello emotivo-psicologico e relazionale delle vittime, che si sentono, oltre che truffate, sottoposte a giudizi negativi per non aver riconosciuto l'inganno. Manifestano **sentimenti di vergogna**, spesso vissuti nel segreto.

Sul fronte della **sicurezza pubblica**, è fondamentale concordare piani d'azione che integrino diverse competenze e forniscano risposte, sia in termini di interventi di controllo da parte delle forze dell'ordine, che di investimenti sul versante della prevenzione e della conoscenza.

Tra i compiti dell'Amministrazione Pubblica c'è quello di agire, da un lato fornendo **strumenti preventivi**, di informazione, difesa e tutela, dall'altro promuovendo momenti di supporto e accoglienza emotiva per le vittime.



Per questo, il progetto “Sono Anziano ma non ci casco”, reso possibile grazie ai **fondi della Prefettura di Roma**, riveste particolare importanza.

Coinvolge gli iscritti alle Case Sociali degli Anziani e di Quartiere dei 15 municipi romani e riesce a integrare in maniera costruttiva diversi elementi: informazione, sensibilizzazione e formazione, in collaborazione con il personale della Polizia di Stato. Favorisce un **tessuto locale sinergico** che promuove relazioni di fiducia necessarie per aiutare e sostenere soprattutto nei momenti di difficoltà.

Ho avuto modo di partecipare a diversi incontri svolti in un clima di **entusiasmo e condivisione**. Per questo va il mio ringraziamento alle ACLI di Roma per aver realizzato il progetto con professionalità, cura e attenzione all'altro; alla Polizia di Stato per aver garantito una presenza importante negli incontri, sapendo creare accoglienza e fiducia, ma soprattutto un **GRAZIE SPECIALE** a tutte le Persone Anziane che hanno saputo mettersi in gioco, condividere, anche superando le proprie paure, contribuendo a costruire una **rete di solidarietà**.





*Siamo sempre  
al vostro fianco*

A CURA DI  
*Francesca Picierno*  
Vice Questore Aggiunto Polizia di Stato

La **Polizia di Stato** è impegnata ogni giorno nella tutela delle fasce deboli. Prevenire e reprimere tutti i reati che colpiscono soprattutto le persone anziane rappresenta una delle principali missioni della nostra Istituzione.

Al fianco di importanti attività d'indagine, svolte brillantemente dagli uffici investigativi, ci sono massive **campagne di sensibilizzazione su tutto il territorio nazionale**, per istruire le persone non più giovani su quelle che sono le principali tecniche utilizzate per truffarle, così da evitare che incorrano in questi odiosi reati.

Questa importante attività di informazione viene realizzata, **fianco a fianco**, con altri soggetti che, insieme a noi, contribuiscono a creare una rete per fronteggiare questa tipologia di reati e dare sostegno alle persone anziane.

Un importante partner, in questi anni, sono state le ACLI di Roma (Associazioni Cristiane Lavoratori Italiani) che hanno organizzato, insieme alla Polizia, importanti campagne e **numerosi incontri sul tema delle truffe**.



**E**ssere vittime di questi reati non comporta un **danno** esclusivamente **economico**, bensí anche **emotivo**, poiché gli anziani risentono tantissimo di questi eventi, rinunciando, molto spesso, anche a denunciarli.



La Polizia di Stato é al loro fianco sempre, per sostenerli e per **assicurare alla giustizia** gli autori di queste spregiudicate condotte. Fondamentale é contattare **l'1 1 2, Numero Unico d'Emergenza Europeo**, in ogni caso in cui ci si trovi in una situazione di dubbio o difficoltà, così da consentire l'immediato intervento delle Volanti e l'attivazione delle attività d'indagine.



---

## A CASA NON CI CASCO!

Consigli utili per sventare le truffe domestiche.

## *Non aprite quella porta: come evitare le truffe dentro casa*

La trama delle **truffe domestiche** è sempre la stessa. Sorrisi e modi cordiali. Ecco come si presentano i truffatori alla porta della vittima. **Si fingono** dipendenti, tecnici, o collaboratori dell'amministratore di condominio, cercando di entrare dentro casa con varie scuse. Il primo strumento che hai a disposizione per mandare in frantumi il loro piano è la **prevenzione** e la **conoscenza!**

“

*Evita di tenere denaro o oggetti di valore facilmente accessibili in cassetti o armadi.*

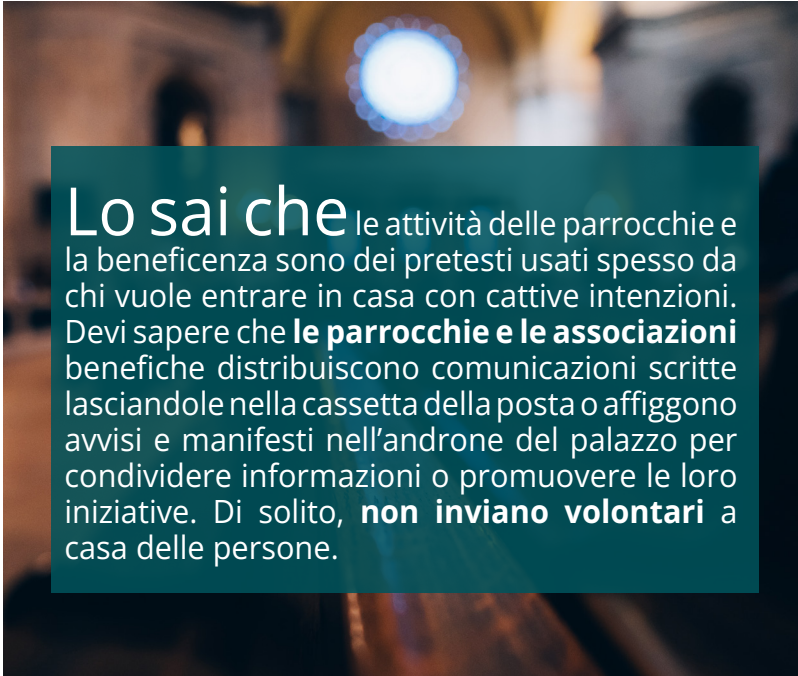




## SEGUI QUALCHE PICCOLO ACCORGIMENTO COME...

- ✓ **Non aprire mai agli sconosciuti**, anche se si presentano come agenti delle Forze dell'Ordine, indossando l'uniforme e mostrando il tesserino.
- ✓ **Ricorda che nessun ente** come INPS, INAIL o l'ASL di appartenenza manda i loro dipendenti in visita a domicilio per riscuotere pagamenti, fare accertamenti sul ticket sanitario o controllare i documenti.
- ✓ **Tutte le aziende di servizi** come gas, acqua, luce e telefono, annunciano sempre prima il loro arrivo con un avviso condominiale, specificando all'utente l'ora e il giorno della visita e le ragioni dell'intervento.
- ✓ **Le banche offrono servizi e consulenza solo** presso i propri sportelli. Quindi è sempre un truffatore chi dice di avere il compito di controllare i numeri di serie, cambiare le tue banconote, o di offrirti servizi bancari gratuiti.

- ✓ **Ricorda che gli addetti alla consegna** della corrispondenza postale consegnano le raccomandate sull'androne del palazzo e lasciano la corrispondenza nella cassetta delle lettere.
- ✓ **Quando rientri a casa fai attenzione** che nessuno ti abbia seguito. Chiudi la porta e non lasciare le chiavi nella serratura.



**Lo sai che** le attività delle parrocchie e la beneficenza sono dei pretesti usati spesso da chi vuole entrare in casa con cattive intenzioni. Devi sapere che **le parrocchie e le associazioni** benefiche distribuiscono comunicazioni scritte lasciandole nella cassetta della posta o affiggono avvisi e manifesti nell'androne del palazzo per condividere informazioni o promuovere le loro iniziative. Di solito, **non inviano volontari** a casa delle persone.

## LE TRUFFE PIÙ DIFFUSE

**...del falso nipote:** i truffatori chiamano la vittima al telefono, iniziando la conversazione con frasi come "Indovina un po' chi parla!". In questo modo riescono a farsi dare il nome di un parente o di un conoscente. Fingendo di essere questa persona, raccontano di aver urgente bisogno di denaro, ma che non possono passare a ritirare i soldi a causa di un problema. Se la vittima accetta, dicono che manderanno un amico a ritirare la somma o invitano la vittima a fare un bonifico sul proprio conto.

**...del pacco:** il truffatore contatta la vittima al telefono. L'avverte che stanno per consegnare un pacco per il figlio o il nipote, e la esorta a preparare la somma da pagare. Il truffatore poi si presenta alla porta in veste di corriere, consegnando il pacco e riscuotendo la somma richiesta.



*Q*uechio alla truffa...

**...del congelatore:** i truffatori si travestono da tecnici dell'acqua o del gas, e si presentano alla porta della vittima dicendo che in casa c'è un grave problema da risolvere immediatamente. Sfruttando l'ansia e la preoccupazione della vittima, i truffatori la invitano a proteggere i propri beni preziosi da potenziali fughe di gas o altre minacce, mettendole al sicuro in un sacchetto all'interno del congelatore, che poi abilmente sottraggono.

**...della finta visita medica:** i truffatori si travestono da infermieri o medici. Con la scusa di effettuare una visita gratuita di prevenzione, ti fanno sdraiare sul letto o sul divano, simulando un controllo medico. Nel frattempo il complice si allontana per rubare oggetti di valore.



## FUORI CASA NON CI CASCO!

Consigli utili per sventare  
le truffe per strada,  
in banca o alla Posta.

*Quando sei fuori casa:  
la distrazione è amica  
dei truffatori*

I truffatori scelgono la propria vittima quando è in un momento di distrazione. Per esempio, mentre sta guardando i risultati di una visita medica, sta maneggiando dei soldi, o è rilassata al tavolo di un bar o su una panchina al parco. **Sfruttano la confusione dei posti affollati** come mezzi pubblici, mercati e i classici luoghi di ritrovo.



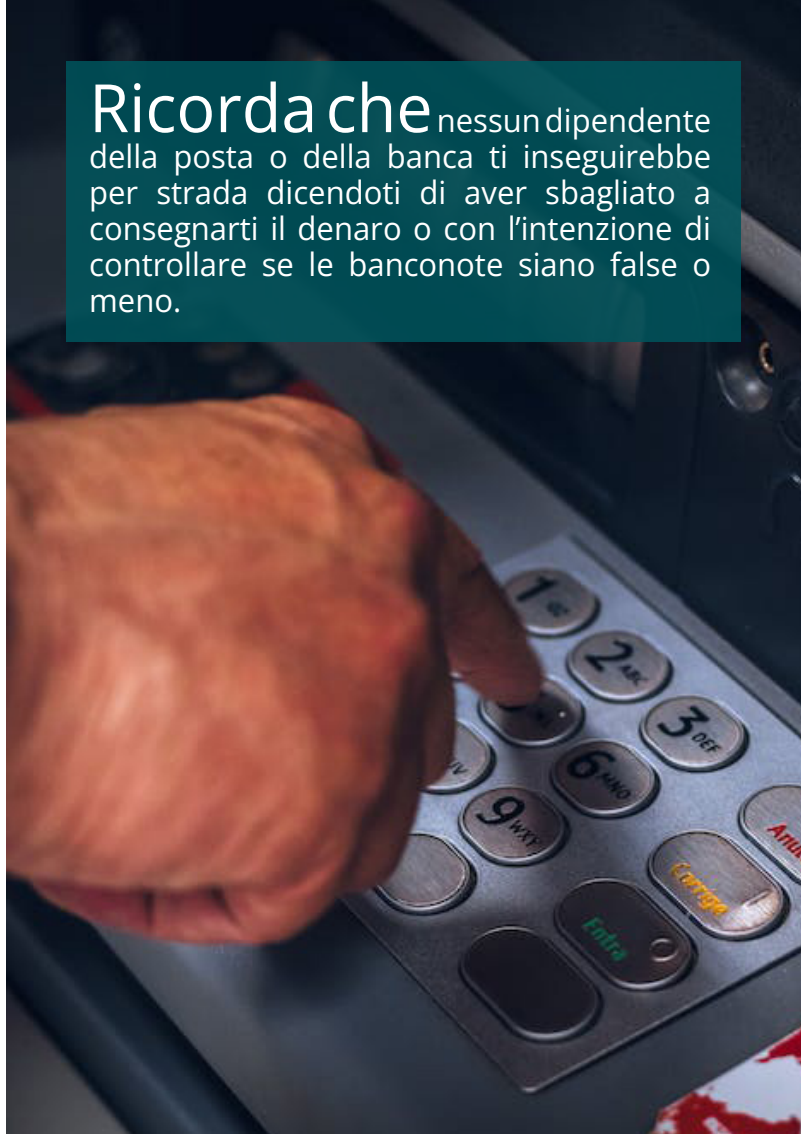
*Per azzerare ogni  
tipo di rischio  
ti consigliamo  
di richiedere  
l'accredito della  
pensione su conto  
corrente bancario  
o postale.*



# QUANDO VAI IN BANCA O ALLA POSTA PER FARE OPERAZIONI DI PRELIEVO

- ✓ **Fatti accompagnare** soprattutto nei giorni in cui vai a ritirare la pensione.
- ✓ **Evita di andarci negli orari di punta**, quando la confusione è massima.
- ✓ **Se hai il dubbio di essere osservato** fermati all'interno della banca o dell'ufficio postale e parlarne con gli impiegati o con gli addetti alla vigilanza.
- ✓ **Non parlare mai di prelievi o depositi**, perché degli sconosciuti nelle vicinanze potrebbero ascoltare e sfruttare quello che dici. E non lasciare mai il PIN nel portafogli.
- ✓ **Dividi il denaro in più tasche**, possibilmente interne all'abito, senza farti notare.
- ✓ **Evita strade solitarie**, soprattutto la sera.
- ✓ **Non fermarti a parlare** con persone che non conosci.

**Ricorda che** nessun dipendente della posta o della banca ti inseguirebbe per strada dicendoti di aver sbagliato a consegnarti il denaro o con l'intenzione di controllare se le banconote siano false o meno.





# QUANDO SEI PER STRADA

- ✓ **Non uscire mai con grandi somme di denaro**, ma porta con te solo la quantità che ritieni strettamente necessaria.
- ✓ **Per evitare gli scippi**, cammina contromano rispetto al senso di marcia. Così hai il vantaggio di vedere chi ti viene incontro, e porta la borsa sul lato opposto alla strada.
- ✓ **Evita di estrarre denaro o oggetti di valore dalla borsa o dalla tasca in pubblico**. Non mostrare gioielli costosi o dispositivi elettronici in modo vistoso.
- ✓ **Cerca di camminare** in zone ben illuminate e frequentate.

## *occhio alla truffa...*

**...dell'amico:** Il truffatore ferma la vittima fingendosi un amico o un conoscente del figlio o dei nipoti. Gli dice che ha accumulato un debito nei suoi confronti e convince la vittima a pagarlo.



# QUANDO SEI IN AUTO, SUL BUS O AL MERCATO

- ✓ **Non lasciare mai le chiavi** inserite nel cruscotto.
- ✓ **Non lasciare mai in bella** vista borse, portafogli o altri oggetti di valore.
- ✓ **Non mettere mai il portafogli** nella tasca posteriore dei pantaloni
- ✓ **Quando fai la spesa** non lasciare mai la borsa incustodita dentro il carrello.

## *Occhio alla truffa...*

**...dello specchietto:** è il raggiro più utilizzato sulle strade. Il truffatore si apposta in doppia fila oppure marcia molto lentamente lungo la carreggiata. Per simulare un rumore colpisce l'auto della vittima con un bastone, una pallina o dei piccoli sassi. A questo punto il truffatore accusa la vittima di averlo urtato e cerca di farla fermare. Successivamente tenta di convincerla, utilizzando anche dei modi aggressivi, a pagare il danno (che non è mai avvenuto) immediatamente senza attivare l'assicurazione.

**Come evitarla** in tre mosse: 1) Non uscire dal veicolo; 2) tieni sotto controllo i tuoi oggetti personali; 3) comunica subito al truffatore la volontà di chiamare i vigili.

---

## SUL WEB NON CI CASCO!

Consigli utili per sventare  
le truffe online.

## *Online, non cadere nella rete dei truffatori*

Gli anziani quando aprono le porte al mondo del web si avventurano in **uno spazio ricco di opportunità e risorse**. Possono esplorare interessi e restare in contatto con amici e familiari in modi innovativi. Tuttavia, questa grande opportunità porta con sé dei **rischi notevoli**. Internet, infatti, è anche un terreno fertile per truffe e frodi che sono sempre dietro l'angolo.

“

*È fondamentale  
mantenere un  
livello di attenzione  
sempre alto e  
sapere come  
muoversi sul web  
per evitarle.*



## QUANDO NAVIGHI NEL WEB

- ✓ **Installa un programma antivirus** sul tuo pc e aggiornalo quando è richiesto.
- ✓ **Non aprire mai le e-mail** e gli allegati che ti arrivano da un mittente sconosciuto.
- ✓ **Non cliccare mai sul link** presente nelle e-mail sospette, quelle per esempio in cui ti viene chiesto di abilitare un account, sbloccare un pacco in ritiro o fare delle procedure online perché il tuo conto bancario è in pericolo. E se per errore dovesse accadere, non autenticarti sul sito falso, ma chiudi immediatamente il web browser.
- ✓ **Non rispondere mai a sms**, mail o chiamate di call center in cui ti viene chiesto di dare i tuoi codici personali, come utenza, password, codici di sicurezza e dati relativi alle carte di pagamento.
- ✓ **Non lasciarti attrarre da finti annunci** di vincite in denaro o offerte di lavoro.

**Ricorda che** banche, Poste e Agenzia delle Entrate, non chiedono mai i tuoi dati riservati (utenza, password, codici di sicurezza) attraverso email, sms, chat di social network e operatori di call center. Dietro a queste richieste ci sono hacker che vogliono impossessarsi dei tuoi dati.



**E anche che** è fondamentale proteggere i propri account con password sicure. Devono essere lunghe non meno di 8 caratteri. Contenere maiuscole, numeri e caratteri speciali (!" ? \$ ?). Da evitare password legate alle informazioni personali, come nome, cognome o data di nascita. Vietato utilizzare la stessa password su più account.



## LE TRUFFE PIÙ COMUNI NEL MONDO DEL WEB

**...del finto sms** che recita così: “Ciao mamma, il cellulare è rotto. Questo è il mio nuovo numero. Mi mandi un messaggio su WhatsApp? Grazie mille”. Diffida subito da questo tipo di messaggio. Il truffatore sta tentando di far compiere alla vittima determinate azioni come l’invio di denaro o di informazioni sensibili per risolvere determinati problemi.

**...della lotteria:** un’e-mail ci comunica la vincita a una lotteria poco conosciuta, di solito situata in un altro paese e sempre con un premio in denaro molto elevato. In alcuni casi, potrebbe essere richiesto anche di pagare una modesta somma per “sbloccare” la vincita. Infine, viene chiesto di condividere informazioni personali per la verifica, ma ci si trova improvvisamente vittime di frodi legate all’identità.

*Occhio alla truffa...*

**...dei negozi online:** tutto ha inizio con un sms, che ha come mittente “Reddito ext”. Nel testo c’è scritto questo: “Ti è stato assegnato un account solo per pochi giorni! Investi a partire da 200 euro e guadagni fino a 1.000 euro al mese”. Il messaggio invita poi a cliccare a un link per avere maggiori informazioni. Una volta che la vittima ha cliccato sul collegamento esterno, gli hacker sono capaci di prendere il controllo del dispositivo elettrico con cui si sta navigando (smartphone, tablet o pc), impossessandosi così di tutti i dati sensibili memorizzati. In questo modo possono accedere a profili privati, conti correnti e password personali. In una manciata di minuti la vittima potrebbe ritrovarsi derubata di tutto.

“

*Attenzione ai broker che promettono guadagni facili con il trading online.*



## MI PIACI MA NON CI CASCO!

Consigli utili per sventare  
le truffe sentimentali.

## *Occhio: i truffatori giocano bene con i sentimenti*

Le **truffe sentimentali** rappresentano un angolo davvero oscuro del mondo digitale. I truffatori riescono a insinuarsi nel cuore e nella mente della vittima, sfruttando l'emotività e il suo **bisogno di affetto**.



*Per tutelarsi, è  
fondamentale  
conoscere bene  
le strategie  
che mettono in  
campo i truffatori  
sentimentali*



## LE STRATEGIE UTILIZZATE DAI TRUFFATORI SENTIMENTALI

**1 Creazione di un profilo falso:** i truffatori creano profili online falsi su siti di incontri, social network o applicazioni di messaggistica. In genere usano foto attraenti rubate ad altre persone.

**2 Inizio di una relazione virtuale:** i truffatori ti inviano una richiesta di amicizia. Cominciano a parlarti attraverso messaggi, cercando a piccoli passi di guadagnare la tua fiducia.

**3 Crescita del coinvolgimento emotivo:** attraverso complimenti, dichiarazioni d'amore, rivelazioni di incredibili affinità, condividono storie personali che si arricchiscono di dettagli sempre più intimi per farti intenerire.

 *Occhio alla strategia...*

**4 Invenzione di emergenze e richieste di denaro:** i truffatori inventano problemi finanziari, malattie immaginarie, interventi medici imprevisti, per indurti a sentire l'urgenza di aiutarli. Ti chiedono soldi sotto forma di prestiti, donazioni o per acquistare biglietti per un incontro che in realtà non avverrà mai.

**5 Minacce e ricatti:** se manifesti qualche dubbio sull'invio del denaro, i truffatori ti minacciano di diffondere dettagli personali o conversazioni imbarazzanti che ti riguardano.

**6 Rinforzo della dipendenza emotiva:** i truffatori come un fiume in piena continuano a chiederti altri fondi, riattivando ogni volta il ciclo di emergenze.

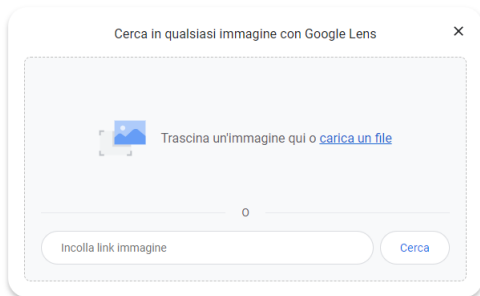
**7 Rivelazione della truffa:** quando ti rendi conto dell'inganno o esaurisci le risorse finanziarie a disposizione, la truffa viene rivelata. Purtroppo, in molti casi, i truffatori sono difficili da rintracciare perchè utilizzano identità false e si connettono da luoghi remoti attraverso la rete.

## LO SAI CHE...

Lo sai che la ricerca inversa delle immagini ti può aiutare a scoprire un'identità falsa?

ECCO COME FARE:

- Utilizza la funzione di **ricerca per immagini di Google**.
- **Carica la foto** della persona che stai conoscendo per scoprire se la sua immagine compare altrove su Internet, ad esempio in altri profili social network.

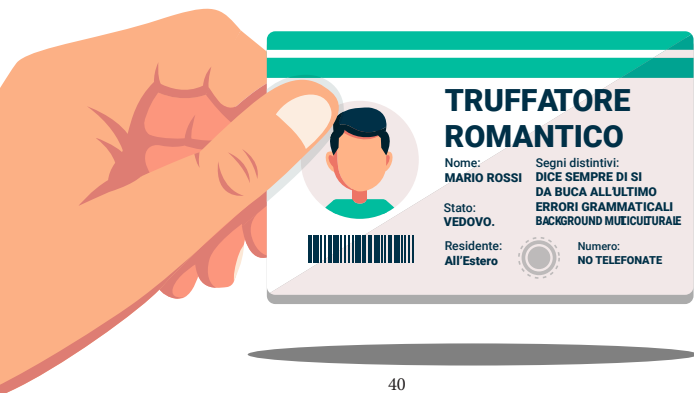


**Ricorda che** i truffatori sfruttano la riservatezza delle vittime, approfittando del loro silenzio per ingannarle più facilmente. Non chiuderti in te stesso ma parla e chiedi consiglio a qualcuno dei tuoi familiari e amici.



## L'IDENTIKIT DEL...

- ✓ È divorziato o vedovo con figli
- ✓ Ha un background multiculturale (es. "Abita in Inghilterra ma è cresciuto in Italia")
- ✓ Svolge un'occupazione all'Estero
- ✓ È d'accordo su tutto quello che dici
- ✓ Fa errori di ortografia e ha una grammatica scadente



## ...TRUFFATORE ROMANTICO

- ✓ Fa dichiarazioni d'amore senza averti mai incontrato di persona
- ✓ Promette di venirti a trovare ma annulla sempre all'ultimo momento
- ✓ Rifiuta sempre di fare telefonate e videochiamate



*Attenzione: l'invio di foto intime al truffatore potrebbe essere la base per un possibile ricatto.*





---

# PREVENGO E NON CI CASCO!

## Cosa fare per prevenire situazioni traumatiche

## *Le vittime di truffe. Gli aspetti psicologici*

A cura della **Dott.ssa Elisiana Dell'Anna**, psicologa

**L**e truffe, indipendentemente dalla tipologia, possono causare **traumi e reazioni psicofisiche** significative in qualsiasi individuo, compromettendo il funzionamento in vari aspetti della vita. Questi traumi sono causati dalla difficoltà nel gestire emotivamente le situazioni truffaldine, generando un **senso di impotenza**, minando la fiducia in se stessi, l'autostima e la sicurezza personale.

I truffatori si presentano con **abbigliamento elegante e modi gentili**, spesso mirando agli anziani, che sono particolarmente vulnerabili a causa della solitudine.

Le vittime possono essere distratte da situazioni quotidiane, come l'arrivo di un falso tecnico del gas o da conversazioni online, e i truffatori **sfruttano la fragilità** fisica, psicologica e i legami emotivi profondi, come l'amore per i propri familiari.

Le vittime **si sentono colpevoli e incapaci**, il che può portarle a non denunciare e a non condividere la loro esperienza per paura di essere giudicate. Le truffe possono causare disturbi fisici come problemi di sonno, stanchezza, perdita di memoria, difficoltà respiratorie, vertigini e tremori, insieme a reazioni psicologiche come **angoscia, paura, rabbia, tristezza e ansia**.

Il pericolo principale per gli anziani è **l'isolamento**. I truffatori romantici sfruttano il bisogno di amore e affetto, causando danni economici ed emotivi significativi. È essenziale partecipare attivamente alla vita sociale e mantenere delle reti sociali solide per preservare la salute mentale. È importante affrontare le emozioni negative senza paura e **chiedere aiuto quando necessario**.



*Coltiva un senso di cura reciproca tra te e le persone che ti sono vicine, a prescindere dall'età.*

## REAZIONI A LIVELLO FISICO

- ✓ **Stanchezza** e irritabilità.
- ✓ **Palpitazioni**, vertigini, tremori, emicranie, sudorazione intensa.
- ✓ **Perdita di memoria** e difficoltà di concentrazione.
- ✓ **Difficoltà di respiro** (affanno, secchezza, nodo alla gola).
- ✓ **Disturbi del sonno** (insonnia, incubi, risvegli bruschi durante la notte).
- ✓ **Disturbi gastrointestinali** (nausea, vomito, diarrea, stitichezza, inappetenza).

## REAZIONI PSICHICHE E RELAZIONALI

- ✓ **Cambiamenti negativi** nel pensiero e nell'umore.
- ✓ **Sintomi e flashback** negativi involontari.
- ✓ Sogni spiacevoli legati all'**evento traumatico**.
- ✓ **Disagio**, vergogna, angoscia e senso di colpa.
- ✓ Aggressività, rabbia, paura e **nervosismo costante**.
- ✓ **Apatia**, l'isolamento e l'ipervigilanza

## CONSIGLI UTILI PER LA VITTIMA

- ✓ **Non negare le emozioni negative** e non attribuirti colpe.
- ✓ **Parla dei tuoi sentimenti** con familiari, parenti o amici fidati.
- ✓ **Investi nelle relazioni** e partecipa a progetti e attività stimolanti.
- ✓ **Concentrati su azioni positive** e considera la condivisione della tua storia.
- ✓ **Consulta un professionista** se i sintomi persistono o si intensificano.

## CONSIGLI UTILI PER CHI È VICINO ALLA VITTIMA

- ✓ **Osserva le reazioni fisiche ed emotive** e contatta uno psicologo/psicoterapeuta in caso di cambiamenti significativi.
- ✓ **Ascolta e riconosci l'importanza delle esperienze** della vittima, compreso il danno subito.
- ✓ **Crea un ambiente** in cui la vittima si senta protetta.
- ✓ **Aiuta la vittima** a riprendere il controllo e a ritrovare la routine quotidiana.



In questo opuscolo sono contenuti alcuni esempi di truffe e atteggiamenti più frequenti, ma ricorda che purtroppo la fantasia e la creatività dei malintenzionati non ha limiti!

Segnala alle autorità gli episodi che ti destano sospetto

**Per qualunque emergenza puoi chiamare**

# 1 1 2

**NUMERO UNICO EUROPEO (NUE)**

**Se hai trovato utili queste informazioni, diffondile a chi ti sta vicino e pensi che possa trarne beneficio.**



**Inquadra questo QR Code con il tuo smartphone per rimanere aggiornato sulle ultime novità**



Progetto finanziato dalla Prefettura di Roma, attraverso il Fondo per iniziative di prevenzione e contrasto delle truffe agli anziani, istituito dal Ministero dell'Interno.

**ACLI di Roma**  
Via Prospero Alpino, 20  
06 57087028 - info@aclroma.it - www.acliroma.it