



## Il existe des ressources

### **On peut être victimes d'abus à tout âge... et obtenir de l'aide!**

Personne ne mérite d'être victime d'abus ou d'exploitation, peu importe son âge. Toutefois, certaines personnes âgées sont victimes d'abus et de négligence, et cela peut entraîner des problèmes graves, voire la mort dans les pires cas. Nous pouvons tous faire notre part afin de prévenir de telles situations.

### **Si vous êtes victime d'abus, souvenez-vous que :**

- Vous ne le méritez pas.
- Vous avez le droit de ne pas vivre dans la peur.
- Ce n'est pas votre faute et vous ne l'avez pas cherché.
- Vous avez droit à un environnement sûr et sain ainsi qu'à des relations saines.
- La violence s'aggrave souvent avec le temps.
- Vous avez le droit de disposer de votre propre vie et de prendre vos propres décisions.
- Vous n'êtes pas seul. D'autres personnes sont victimes d'abus et un bon nombre d'entre elles ont trouvé des façons de composer avec cette situation.

Vous pouvez mettre fin à la situation ou prendre certaines mesures. Toutefois, il est important que vous connaissiez les choix et les ressources qui s'offrent à vous. Il est souvent plus facile de faire des choix difficiles lorsqu'on dispose de renseignements pertinents; vous pouvez alors choisir pour vous-même. Si vous n'êtes pas prêt ou que vous ne désirez pas prendre de décisions maintenant, c'est votre choix et nous le respectons.



## **Si vous êtes victime d'abus ou de négligence, on peut vous aider :**

- Peu importe depuis combien de temps vous êtes victime d'abus ou si vous avez peur, parlez-en à une personne en qui vous avez confiance.
- Si quelqu'un vous maltraite ou vous menace, ou si l'endroit où vous vous trouvez est dangereux pour vous, appelez la police.
- Parlez avec quelqu'un qui peut vous renseigner sur les ressources communautaires disponibles et sur les possibilités de prise en charge de votre sécurité financière et de vos besoins personnels.
- Élaborez un plan d'urgence au cas où vous seriez forcé de vous enfuir :
  - Conservez un trousseau de clés supplémentaire, vos cartes d'identité, vos lunettes, votre carte bancaire, votre argent, votre carnet d'adresses, vos médicaments et vos documents importants dans un endroit sûr ou à l'extérieur de votre résidence.
  - Trouvez un endroit sûr où vous pourrez vous réfugier en cas d'urgence.
  - Envisagez l'obtention d'une injonction pour vous protéger.

## **Conseils pour les personnes âgées :**

- Lorsque cela est possible, attendez un an après le décès d'un conjoint ou après un divorce avant de procéder à des changements majeurs dans votre vie.
- Analysez attentivement toute demande d'argent, de prêt ou toute offre de céder votre propriété, même à des membres de votre famille ou à des amis. Évitez de prendre des décisions sous pression et obtenez l'avis d'un ami, d'un membre de la famille ou d'un professionnel en qui vous avez confiance.



- Envisagez les dépôts automatiques ou les paiements bancaires automatisés, surtout si vous avez besoin d'aide pour régler vos comptes.
- Soyez prudent lorsque vous fournissez votre information bancaire (p. ex., numéros de comptes, mots de passe) à d'autres personnes. Une fois que vous avez transmis votre numéro d'identification personnel à quelqu'un, celui-ci a accès à votre compte bancaire et peut voler votre argent.
- Si vous prêtez ou donnez de l'argent à quelqu'un, inscrivez le montant, le nom de la personne visée et la date sur une feuille. Indiquez aussi s'il s'agit d'un prêt ou d'un cadeau et demandez aussi à la personne en question de signer la feuille. De cette façon, vous vous souviendrez de la somme versée ou de ce qui a été promis.
- Pour toute décision majeure concernant votre propriété, envisagez d'avoir recours à un notaire, à un avocat ou à un avocat populaire pour vous aider à examiner les options et les conséquences avant de prendre une décision.

## **Si vous connaissez une victime d'abus ou de négligence, vous pouvez aider :**

**Si vous découvrez qu'une personne âgée est victime d'un crime ou qu'elle est en danger, appelez le 911, la police locale ou provinciale, la GRC ou le service de police de la réserve immédiatement.** Vous n'êtes pas certain s'il y a abus ou négligence? Consultez d'abord un professionnel de la santé ou un intervenant d'un organisme communautaire.

- **Croyez la victime.** Croyez-la même si l'agresseur paraît gentil ou qu'il est votre ami. Ne niez pas ou ne sous-estimez pas ce qui se passe. L'abus n'est jamais acceptable et ne devrait pas être ignoré.



- **Écoutez la victime sans la juger.** Faites-lui comprendre que vous avez sa situation à cœur et que vous la soutiendrez quoi qu'elle fasse. Écoutez-la, puis dites-lui comment vous pouvez l'aider.
- **Informez-vous.** L'abus et la négligence existent dans votre propre collectivité. Prenez le temps de vous informer sur les ressources offertes dans votre localité.
- **Comprenez** qu'il est difficile de mettre fin à une relation violente. Il s'agit d'un processus souvent graduel, qui prendra un certain temps à se réaliser. Respectez la décision de la victime.
- **Encouragez la victime** à demander du soutien et de l'aide.
- **Ne faites pas connaître à l'agresseur présumé les faits qu'on lui reproche.** Cela pourrait vous attirer des ennuis, ainsi qu'à la victime.
- Si vous croyez qu'une personne âgée a besoin d'aide, commencez par lui parler pour voir de quelle façon vous pourriez l'aider. Posez-lui, par exemple, les questions suivantes : Comment allez-vous? Avez-vous des problèmes à la maison? Puis-je vous aider? Est-ce que je pourrais vous mettre en communication avec quelqu'un qui serait en mesure de vous aider?

## **Comment puis-je aider en tant que membre de la famille?**

- Encouragez la discussion entre les membres de la famille et la personne âgée à propos de sa situation actuelle et de ses besoins futurs. Que veut la personne âgée? Que peut-elle faire par elle-même ou avec un certain soutien?
- Maintenez une communication régulière avec les autres membres de la famille pour que tous soient au courant de la détérioration de l'état de santé d'un parent, d'un conjoint.



- Apprenez à prodiguer des soins et répartissez les responsabilités entre les membres de la famille.

## **Comment puis-je aider en tant que fournisseur de services?**

- Aidez les personnes âgées et leur famille à mieux connaître leurs droits et responsabilités.
- Aidez les personnes âgées à avoir confiance en elles (ou à la regagner) et à acquérir certaines compétences.
- Aidez à réduire l'isolement social de la personne.

## **Les gouvernements font aussi leur part...**

Dans bien des régions du Canada, les autorités locales, provinciales, territoriales et fédérales travaillent à prévenir l'abus et la négligence envers les personnes âgées et à régler ce problème, et ce, de nombreuses façons. Voici quelques exemples :

- agir comme chef de file dans l'élaboration et la mise en œuvre de stratégies de prévention;
- élaborer et soutenir des programmes de sensibilisation du public;
- soutenir les programmes et les ressources communautaires visant les personnes âgées victimes d'abus ou de négligence ou qui risquent de le devenir;
- améliorer la formation des professionnels et l'accès aux services de santé et aux services juridiques.

Contenu adapté à partir du document *If you are being abused* du Réseau canadien pour la prévention des mauvais traitements envers les aînés; *Fiche d'informations : Les mauvais traitements à l'égard des personnes âgées* du gouvernement de la Nouvelle-Écosse; *Ce que vous devez savoir sur les mauvais traitements à l'égard des personnes âgées* du Secrétariat aux affaires des personnes âgées de l'Ontario.