

La prévention des mauvais traitements à l'endroit des aînés en ressource d'hébergement commence par un choix judicieux de la résidence.

Il est souhaitable de visiter l'établissement afin de vérifier la propreté des lieux et observer l'hygiène des résidents, les possibilités de divertissement et les attitudes du personnel envers la clientèle.

Est-ce que les résidents paraissent épanouis?

Il est fortement recommandé d'assister à un repas et d'échanger avec les résidents.

Il existe aussi de l'aide et des services à domicile afin de vous aider à y vivre aussi longtemps que vous le souhaitez, lorsque votre état de santé vous permet de le faire.

En conclusion, pour prévenir la violence, il faut garder le plus longtemps possible votre autonomie. Et, si jamais vous êtes victime de violence,

«Rompez le silence, parlez-en!»

Sûreté du Québec (SQ) : 450 743-7947

Urgence (Police, feu, ambulance) : 911

Centre intégré en santé et services sociaux Montérégie Est (CISSS ME):

Hôpital Hôtel-Dieu : 450 746-6000

CLSC : 450 746-4545

Guichet d'accès pour les personnes

âgées et en perte d'autonomie : Poste 5165

Travailleuse de milieu auprès des aînés:

Francine Laplante : 450 855-3737

Ligne aide abus aînés : 1 800 489-ABUS
poste(2287)

Site web: www.maltraitanceaines.gouv.qc.ca



ASSOCIATION

Vivre et vieillir chez Soi

DU BAS-RICHELIEU INC.

105, rue du Prince, local 112
Sorel-Tracy (Québec)

(Centre Sacré-Cœur, entrée par la porte du
stationnement du 71, rue Hôtel-Dieu)

Courriel : info@vivreetvieillirchezsoi.ca

Visitez notre site internet au
www.vivreetvieillirchezsoi.ca

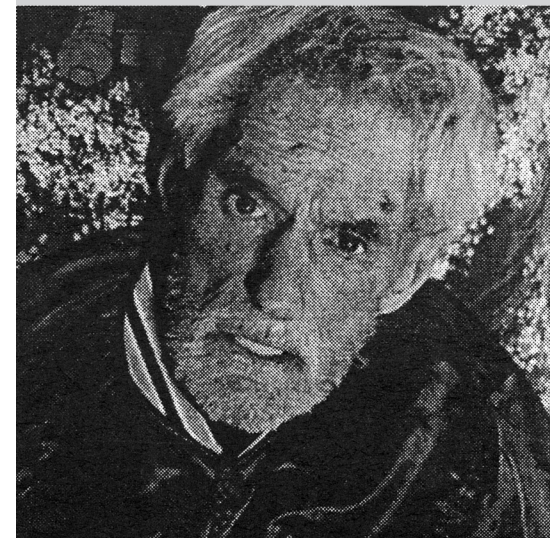
Heures de bureau :

Lundi au jeudi : 9h00 à 16h00
(fermé de 12h00 à 13h00)

Vendredi : 9h00 à 12h00

450 743-1584

*«Agir pour
mieux vieillir»*



**PRÉVENTION
ET
DIMINUTION
DE LA
VIOLENCE**

Le meilleur moyen de réduire la violence, c'est encore la prévention

La violence n'est jamais gratuite, c'est par la peur que l'on essaiera d'obtenir ce que l'on veut.



Pourquoi la personne âgée ne dit-elle rien lorsqu'elle est victime de violence?

- Souvent, la personne âgée ne veut pas créer de problèmes dans la famille;
- elle a honte d'en parler;



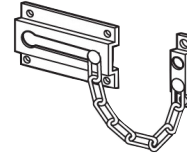
- elle a peur d'être placée;
- elle a peur des représailles;
- elle se sent responsable, pense qu'elle n'a peut-être pas été «une bonne mère» ou «un bon père»;

- **elle trouve des excuses** (des raisons pour excuser les gestes): il a vécu un divorce, elle a besoin d'argent, il prend un verre, à jeun il est correct, etc...

Selon les statistiques, une personne sur dix est âgée de plus de 65 ans. Nous vivons de plus en plus vieux, l'espérance de vie a augmenté. Il est donc très important d'être informé sur les moyens mis à la disposition de chacun afin d'être en mesure d'être le plus loin possible des situations qui engendrent la violence et vivre en sécurité.

Les stratégies en matière de prévention sont multiples. Il existe des moyens simples et efficaces de revenir la violence :

- serrures sécuritaires, systèmes d'alarme;
- barreaux aux fenêtres aux endroits stratégiques (ex. : fenêtres de sous-sol);
- laissez vos avoirs financiers et grosse somme d'argent liquide dans les institutions financières plutôt que de les conserver à domicile;
- n'affichez pas votre revenu dans votre sac à main ou dans votre poche. Ne jamais garder beaucoup d'argent à la maison;
- prenez des dispositions pour faire déposer directement dans votre compte bancaire vos différents chèques de pension. (Vous éviterez également que votre chèque se perde dans la poste, qu'il soit volé, ainsi que les longues files d'attente à la banque ou à la caisse.);



- gérez vos finances (consultez des gens compétents et de confiance si vous avez des questions, faites des vérifications régulières de vos relevés et de vos transactions);
- prenez vos propres décisions; ???
- renseignez- vous avant de donner une procuration autorisant une autre personne à agir à votre place et à gérer vos affaires; déterminez ce que vous êtes encore capable de faire et pour le reste, désignez deux (2) personnes de confiance;
- faites un mandat d'incapacité maintenant (informez-vous auprès du CISSS ME «CLSC»), à l'Association Vivre et vieillir chez Soi du Bas- Richelieu Inc., ou à un notaire);
- ne signez jamais un contrat immédiatement ou sous la pression; consultez, informez- vous, prenez le temps d'y réfléchir. Plus on vous presse, plus c'est louche;
- dites non aux vendeurs de porte à porte, sauf si vous avez vraiment besoin de ce qu'ils vendent;

- faites attention à qui vous ouvrez votre porte;

- ne décidez rien par téléphone, ne donnez jamais de renseignement à un(e) inconnu(e) sur vos informations personnelles ou vos allées et venues et ne donnez surtout pas votre numéro d'assurance sociale ou vos N.I.P (numéros d'identification personnels), ni vos mots de passe;



- assurez- vous de vérifier l'identité réelle de la personne à qui vous vous adressez;

- attention aux informations que vous fournissez par internet;

- disposez de vos documents contenant des informations personnelles (ex. : impôts, comptes de carte de crédit, facture d'électricité, etc.) de manière sécuritaire (ex. : bien rangés ou utilisation d'une déchiqueteuse lorsqu'il faut vous en départir, plutôt que la poubelle et la récupération);

- ne vous «donnez pas» (ex. : «Je te donne ma maison, mais en échange prends soin de moi jusqu'à ce que je meure.»);

- ayez un comportement qui démontre de l'assurance quand vous allez dans les lieux publics;

- ne restez pas isolé(e);

- gardez un contact physique ou, du moins, téléphonique avec des ami(e)s;

- établissez certains contacts avec vos voisins;

- suivez des cours, participez à des loisirs et/ou assistez à des conférences sur les sujets qui vous concernent;

- renseignez- vous sur les lois et sur vos droits;

- gardez les numéros importants pour vous et pour votre sécurité à portée de main (voir dos du dépliant).

