

CONTREZ L'ISOLEMENT SOCIAL D'UNE PERSONNE AÎNÉE

L'isolement social et la solitude présentent un enjeu social important et soulèvent des questions vitales pour la santé et la qualité de vie des personnes âgées. Beaucoup d'entre elles vivent complètement seules. Avec le temps, leur santé physique et mentale décline, alors qu'elles deviennent pratiquement « invisibles » : on pense à elles une fois qu'elles se retrouvent à l'urgence de l'hôpital. Cette situation doit changer. Le présent outil vise à identifier les risques et à proposer des gestes à poser.

IMPORTANT : SELON LA SITUATION, IL PEUT Y AVOIR NÉCESSITÉ D'AGIR MÊME AVEC SEULEMENT DEUX OU TROIS FACTEURS DE RISQUE.

FACTEURS DE RISQUE OU INDICATEURS D'ISOLEMENT SOCIAL

Personnel

- + de 80 ans
- sans enfant
- personne retraitée
- appartenance à certains groupes (autochtones, LGBT...)
- nouvel arrivant
- peu scolarisé
- peu d'estime de soi
- décès d'une personne proche
- peu de facilité pour la communication
- mauvaise connaissance du français
- peu de soutien émotionnel

Santé

- maladie ou handicap chronique
- dépression ou autre problème de santé mentale
- perte de la vision ou de l'ouïe
- démence
- problèmes tels que l'incontinence ou la peur de tomber
- problèmes de mobilité
- alcoolisme ou autres dépendances

Conditions de vie

- revenu faible ou incertain
- personne vivant seule
- milieu de vie (urbain, rural, éloigné)
- sans amis ou parents à proximité
- manque de sécurité dans le voisinage
- personne inconnue dans la communauté
- peu d'activités ou de sorties sociales

Changements ...

- de la santé physique (blessure, maladie, faiblesse...)
- d'ordre mental ou émotif (peur, confusion...)
- de l'apparence, ou de l'hygiène personnelle (repli sur soi, mauvaise alimentation...)
- de la personnalité ou de la routine (repli sur soi, mauvaise alimentation...)
- de l'état de la résidence (négligence, malpropreté...)

Obstacles

- manque de moyens de transport ou accès difficile
- perte du permis de conduire
- manque de connaissance ou d'accès aux services communautaires
- mal à l'aise avec la technologie
- manque de services d'aide (magasinage, préparation de repas...)

NIVEAU DE RISQUE

1 RISQUE POSSIBLE

3 FACTEURS DE RISQUE OU PLUS

2 RISQUE MODÉRÉ

5 FACTEURS DE RISQUE OU PLUS

3 RISQUE SÉRIEUX

7 FACTEURS DE RISQUE OU PLUS

4 ACTION IMMÉDIATE REQUISE

10 FACTEURS DE RISQUE OU PLUS

ACTIONS POSSIBLES

- Téléphoner régulièrement pour maintenir le contact
- Communiquer avec la famille immédiate
- Élaborer un programme de visite avec des amis et/ou de la parenté
- Offrir à la personne d'aller magasiner
- Offrir un transport pour des rendez-vous médicaux (ou autres)
- Proposer d'aller prendre un café ou d'aller à l'église ou au parc
- Proposer de l'aide pour l'ordinateur
- Mener une recherche des programmes et activités dans la communauté
- Fournir des numéros de téléphone en cas de besoin (tels le 211)
- Contacter les Services sociaux locaux pour une évaluation ou de l'aide
- Contacter les Services de santé pour une évaluation ou de l'aide

POUR INFORMATION :

- Appelez le 211 pour des informations sur des programmes gouvernementaux et communautaires
- Contactez l'organisation locale participant à la Campagne CISA :

The Council
on Aging
of Ottawa



Le Conseil sur
le vieillissement
d'Ottawa

coaottawa.ca
613-789-3577

AVERTISSEMENT : Ce feuillet ne fournit que des points de repère. Si vous croyez qu'une personne âgée présente des risques sérieux ou requiert une intervention immédiate, même si vous ne comptez que deux ou trois facteurs de risque, n'hésitez pas à demander conseil.

rise-cisa.ca

info@rise-cisa.ca
1 800 648-1111

Ne laissez pas une personne devenir «invisible».

L'objectif de la campagne CISA consiste à sensibiliser chacun et chacune de nous aux effets de l'isolement social et de la solitude sur les personnes âgées qui nous entourent... et à agir.



Connaissez-vous
une personne âgée
en voie de devenir
i n v i s i b l e ?



La participation est ouverte aux organisations et aux entreprises.

Organisation participante



coaottawa.ca
613-789-3577

**Aide aux Aînés
Canada**

âge = compétences

helpagecanada.ca