



## 不要让老年人变成“隐形人”

有关  
向各处的孤立老人伸出援手活动  
的更多信息

1-800-648-1111 [rise-cisa.ca](http://rise-cisa.ca) [info@rise-cisa.ca](mailto:info@rise-cisa.ca)

### 参与的机构



[coaottawa.ca](http://coaottawa.ca)  
613-789-3577



[helpagecanada.ca](http://helpagecanada.ca)

欢迎新的机构和赞助者加入我们

版权所有©2017 HelpAge加拿大。版权所有。  
注册慈善机构: # 118955921 RR0001



## 有没有您认识的人正在变成 隐形人?

RISE 活动的目的是帮助加拿大人了解孤独和社交孤立可能会对他们的老年家庭成员、朋友和邻居所产生的影响，以及如何提供支援。



[rise-cisa.ca](http://rise-cisa.ca)

## 伸出援手联络 一位老年人

社交孤立和孤独是关系到老年人的社会、健康和生活方式的主要问题。

许多老年人是孤立的，只有宠物或电视机陪伴他们。

随着时间的流逝，他们的精神和身体健康状况恶化，有时候他们会变成“隐形人”，只有当他们到了医院，我们才意识到他们的存在。

但是这种情况是可以被避免的。这个工具的目的是帮助您识别风险，以及认识到您可以采取的行动。

根据风险因素的不同，或许少数几个因素就可能让老年人处于严重或者需要立即干预的状态。

## 风险因素 社交孤立指标

### 个人情况

- 年龄= 80岁以上
- 没有子女
- 属于一个特定群体
- 老年新移民
- 受教育程度低
- 伴侣去世
- 英语不好

### 健康

- 慢性疾病/残疾
- 忧郁症或其它精神健康问题
- 丧失视觉、听觉
- 痴呆
- 年龄造成的残疾
- 行动不便
- 酗酒

### 居住状况

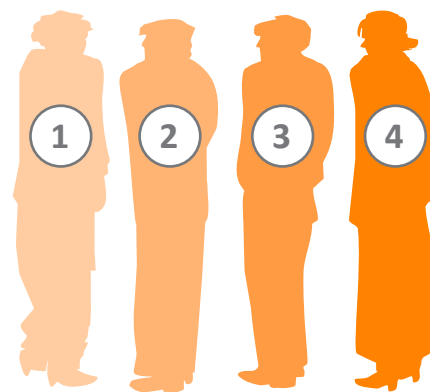
- 低收入/收入不稳定
- 需要照顾其他人
- 附近没有朋友或家人
- 与邻居不相识
- 很少参与社交活动、义务劳动、外面的组织（教堂、俱乐部）
- 独自生活

### 在以下方面放生变化

- 身体健康（瘀伤、体重下降、虚弱）
- 精神/情绪健康（恐惧、疑惑）
- 个人卫生/外表
- 个人生活习惯
- 家的外观

### 障碍

- 缺乏便宜便利的交通
- 失去驾驶执照
- 不知道或者不能得到社区服务
- 不了解现代科技
- 在日常生活上得不到很多帮助



## 风险程度

- 1- 潜在风险  
有3个以上的风险因素
- 2- 中度风险  
有5个以上的风险因素
- 3- 严重风险  
有7个以上的风险因素
- 4- 需要立即采取行动  
有10个以上的风险因素

## 可能采取的行动

- 定时打电话
- 联系他/她的家庭成员
- 和朋友/家人设定探访的时间
- 提议带他/她出去买东西
- 提议送他/她去看医生或其它预约
- 提议一起去喝咖啡或者做其它事情（例如：去图书馆、教堂）
- 提议帮助他/她使用电脑
- 提议查找社区、义工活动
- 送饭菜/提议和他/她一起做饭
- 提供帮助电话（211在所有的省份都可以使用，除了曼尼托巴省、爱德华王子岛省和纽芬兰省）
- 联系当地社会服务部门进行评估/或者立即提供帮助
- 联系当地健康部门进行评估/或者立即提供帮助

声明：以上内容仅供参考。如果您觉得某个老年人有严重的风险或者需要立即干预，即便他/她只有一个或两个风险因素，也要马上采取行动。

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

## 获取信息

- 电话211提供有关政府和社区的健康和社会服务
- 联系您的RISE参与机构



coaottawa.ca 613-789-3577