

# Ne laissons personne devenir invisible



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



Pour tout complément d'information  
sur la campagne  
Contrez l'isolement social des Aînés

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

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

*La participation est ouverte aux organisations et aux entreprises.*

Organisation participante :

**Aide aux Aînés  
Canada**

*âge = compétences*

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

L'objectif de la campagne CISA consiste à sensibiliser le public  
aux répercussions de la solitude et de l'isolement social  
sur les aînés qui nous entourent...  
et à l'inviter à passer à l'action.

# CONTREZ L'ISOLEMENT SOCIAL D'UNE PERSONNE ÂGÉE

L'isolement social et la solitude présentent un grand enjeu social et soulèvent des questions vitales concernant la santé et la qualité de vie des personnes âgées. Beaucoup d'entre elles vivent complètement seules. S'ensuit le déclin de leur santé physique et mentale. Avec le temps, l'invisibilité : on ne pense à elles que quand elles se trouvent à l'hôpital. Cette situation doit changer. Le présent feuillet dresse une liste de signes avant-coureurs et propose des gestes à poser. IL PEUT Y AVOIR NÉCESSITÉ D'AGIR MÊME SI VOUS NE COMPTEZ QUE DEUX OU TROIS SYMPTÔMES.

## FACTEURS DE RISQUE OU SYMPTÔMES

### Personnel

- + de 80 ans
- sans enfants
- appartenance à un groupe minoritaire
- peu de scolarisation
- décès d'un proche
- mauvaise connaissance du français

### Santé

- handicap ou maladie chronique
- dépression ou autres problèmes de santé mentale
- perte de la vision ou de l'ouïe
- démence
- mobilité réduite
- alcoolisme ou autres dépendances

### Conditions de vie

- vie solitaire
- revenus faibles ou incertains
- milieu isolé, éloigné ou peu sûr
- sans amis ou parents à proximité
- peu d'activités ou de sorties sociales
- peu de contact avec les voisins

### Changements...

- de la santé physique (blessure, faiblesse ...)
- d'ordre mental ou émotif (peur, confusion...)
- de l'hygiène personnelle
- de l'apparence ou de la routine
- de l'état du domicile

### Obstacles

- manque d'accès aux transports
- perte du permis de conduire
- manque d'accès aux services de proximité
- faible culture informatique
- manque de services d'aide

## NIVEAU DE RISQUE

**1** RISQUE FAIBLE

**3** FACTEURS DE RISQUE OU PLUS

**2** RISQUE MODÉRÉ

**5** FACTEURS DE RISQUE OU PLUS

**3** RISQUE ÉLEVÉ

**7** FACTEURS DE RISQUE OU PLUS

**4** UNE ACTION IMMÉDIATE S'IMPOSE

**10** FACTEURS DE RISQUE OU PLUS

### GESTES À POSER :

- Maintenir le contact par téléphone
- Communiquer avec sa famille immédiate
- Organiser un programme de visites avec ses proches
- Offrir à la personne de faire des courses ensemble
- Offrir de la conduire à ses rendez-vous
- Proposer d'aller prendre un café ou d'aller à l'église ou au parc ensemble
- L'aider avec ses appareils technologiques
- Mener une recherche des programmes de quartier
- Lui fournir des numéros de téléphone en cas de besoin
- Se mettre en rapport avec les services de proximité pour solliciter une évaluation ou de l'aide

### Pour information :

- Composer le 211 pour se renseigner sur les programmes gouvernementaux
- Contacter l'organisation locale participant à la campagne CISA

**Avertissement :** Ce feuillet ne fournit que des points de repère. Si vous croyez qu'une personne âgée se trouve en situation précaire, même si vous ne comptez que deux ou trois facteurs de risque, n'hésitez pas à demander conseil.

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