

1^{er} type d'intimidation : L'INTIMIDATION VERBALE ET ÉCRITE



Tout d'abord, on peut définir l'intimidation verbale comme étant un ensemble de paroles qui blessent, humilient, excluent socialement une personne, et qui ont pour effet de faire perdre l'estime de soi.

Tout le monde reconnaît l'importance d'être bien chez-soi et surtout de s'y sentir en sécurité. Or, lorsqu'on se retrouve dans une résidence ou un CHSLD, c'est souvent que la maladie ou notre condition générale a choisi à notre place. On habite donc un endroit que nous impose notre état de santé et pour couronner le tout, on partage notre demeure avec plein d'autres personnes qu'on n'a pas choisies non plus. Il n'y a pas

à dire, si ce n'est pas ça le « lâcher-prise »!?

Il ne faut donc pas s'étonner, dans ce contexte, qu'arrivent des divergences d'opinion et des frictions; c'est normal, mais s'y pointent aussi des actes d'intimidation. Bien sûr, il y aura toujours des personnes pour souligner les différences de son prochain. Donner un surnom blessant à une personne qui néglige son hygiène. S'impatiser contre son adversaire aux cartes parce qu'on le trouve trop lent et lui crier après... ou encore, rédiger des lettres de menaces et les acheminer à la victime de façon anonyme.

Est-ce qu'on peut vraiment se sentir bien chez-soi lorsqu'on loge à la même enseigne que son bourreau? Les conséquences de ces différentes formes d'intimidation peuvent parfois s'avérer très graves. Les victimes peuvent être affectées de plusieurs façons : honte, peur, colère, frustration, peine, angoisse, anxiété, méfiance, dépression, etc.

Comment s'en sortir? Le premier pas à faire consiste à **signaler votre inconfort** à la personne qui vous intimide; **briser le silence** en parlant de cette situation avec une personne de confiance, mais il est très important de **ne pas rester seul** avec ce problème.

Félix Leclerc a déjà dit : « *Un préjugé est une petite branche d'arbre qui nous empêche de voir la forêt* ». Eh bien pour rester dans la même thématique, on pourrait dire que l'intimidation, c'est un peu comme si on coupait des fleurs avec une tronçonneuse : ça ne sert à rien, à part le fait de sentir qu'on a un certain pouvoir sur les

autres, ça **dérange tout le monde**, c'est **inapproprié** et il est fort probable que des gens **seront blessés**.

Louise Dolbec, Chargée de projet
AQDR Des Chenaux

Afin d'en savoir davantage sur le phénomène de l'intimidation, nous vous invitons à lire le document de l'AQDR nationale « Prévenir et contrer l'intimidation... même chez les personnes aînées! » paru en 2018.



Famille Québec



AQDR

Des Chenaux

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES
ET PRÉRETRAITÉES

Pour nous joindre : 819 840-3090 / aqdrdc@stegenevieve.ca

Événement de

UPA POUVOIR NOURRIR
POUVOIR GRANDIR
L'Union des producteurs agricoles

PORTES OUVERTES
SUR LES
**Fermes
du Québec**



**DIMANCHE
8 SEPTEMBRE
de 10 h à 16 h**

Activité gratuite

portesouvertes.upa.qc.ca



Marie-Eve Janvier
Porte-parole

MAURICIE

Ferme Apicole Mékinac
Apiculture
601, route Paquin
Hérouxville

Ferme Éthier - Les Fruits Soleil
Fraises - Framboises - Petits fruits -
Cucurbitacées
490, 4^e Rang
Saint-Étienne-des-Grès

Ferme Hogue et Huot
Bovins - Camerises
1601, chemin de la Côte-St-Louis
Saint-Séverin

Ferme Nouvelle-France
Grains bio - Vergers - Maraîcher - Fleurs
2581, rang Augusta
Sainte-Angèle-de-Prémont

Pépinière de Grand'pré
Horticulture ornementale
680, rue Notre-Dame Sud
Louiseville

Service de navette

Trajets d'autobus disponibles en partance du parc Champlain à Trois-Rivières. Pour tous les détails sur l'horaire et les fermes à visiter, consultez notre site Web.

Desjardins

Provigo
maxi

Québec

PROMUTUEL
ASSURANCE

LAFRENIERE
TRACTEURS

Simon
ALLAIRE
Député de Maskinongé