

Projet pour contrer l'intimidation des aînés 2019-2020



Table des matières

Avant-propos	3
Un nouveau projet à l'AQDR des Chenaux	4
Questionnaires (Pour en connaître davantage sur l'intimidation)	5-8
1 ^{er} type: l'intimidation verbale et écrite	9-10
2 ^e type: l'intimidation physique.....	11-12
3 ^e type: l'intimidation sociale	13-14
Concours « Pour en finir avec l'intimidation! »	15-16
Réponses et pistes de solution	17
Comité CAPAB et formation	19-23
Outils développés.....	24-26
Conclusion.....	27
Bibliographie	28

Avant-propos



C'est grâce à l'initiative du Ministère de la Famille que le programme « Ensemble contre l'intimidation » a été créé afin d'enrayer et lutter contre l'intimidation des aînés au Québec.

Dans le cadre de ce programme, l'AQDR des Chenaux a présenté le projet « **JE SUIS la Solution** » visant à prévenir et contrer l'intimidation chez les personnes aînées en reconnaissant le pouvoir de chaque personne à faire partie de la solution. Nous voulions aborder l'intimidation de façon positive et constructive et miser sur les actions respectueuses à poser afin d'arriver à contrer ce phénomène.

Au cours de cette dernière année, nous nous sommes intéressés de près au phénomène de l'intimidation des aînés. Bien qu'il existe encore très peu de documents sur le sujet, on constate que les actes d'intimidation existent encore et toujours et ce, à différents degrés. Malgré tout, nous avons recensé certains ouvrages intéressants à partir desquels nous avons élaboré nos activités et nos chroniques afin d'en apprendre davantage sur l'intimidation. Ainsi, à force d'en parler et de constater les impacts de l'intimidation sur la santé physique et morale des aînés qui en sont victimes, nous allons mieux comprendre la gravité du problème et vouloir partager les différentes solutions qui existent pour la prévenir et l'enrayer.

Nous sommes très fiers de vous présenter ce document synthèse qui résume notre projet « JE SUIS la Solution ». Vous y retrouverez certaines des chroniques parues dans notre Bulletin en Action et le Bulletin des Chenaux, les questionnaires utilisés lors d'activités et de réunions d'information, le dépliant explicatif, la chanson composée sur le thème, quelques photos des rencontres du comité CAPAB ainsi que les points importants de la formation suivie et finalement, le concours et ses solutions pour prévenir l'intimidation et finir par l'enrayer.

Merci à tous pour votre participation au cours de cette belle année!

Un nouveau projet à l'AQDR Des Chenaux

Même si l'hiver s'éternise et que le beau temps se fait attendre, l'AQDR des Chenaux a reçu une bonne dose de soleil récemment : notre nouveau projet « JE SUIS la Solution » pourra commencer à se déployer dès ce printemps.

Toutes les activités créées lors de notre recherche sur la bientraitance (café-rencontres, napperons-jeux, capsules vidéo, signets, bannière, chanson, ...) nous ont concrètement démontré qu'en multipliant les actions empreintes de respect, d'écoute, de dignité et de sollicitude, on favorise un milieu où l'harmonie peut régner, où les gens sont plus à l'aise et vivent dans un climat plus serein et heureux. En adoptant des comportements plus respectueux, on éloigne la maltraitance et les gestes d'intimidation. Mais au fait, quand on parle de maltraitance et d'intimidation, est-ce la même chose? Quelle est la différence? C'est donc ce qui a amené notre organisme à soumettre un projet visant à prévenir et contrer l'intimidation dont l'idée principale reconnaît le pouvoir de chaque personne à faire partie de la solution. Avec « JE SUIS la Solution », nous voulons inclure chaque personne dans notre engagement face à l'intimidation, autant la victime que le témoin.



Nous voulons d'abord expliquer ce qu'est l'intimidation; nous avons tous une idée de ce que ça peut être mais malheureusement, certains gestes peuvent être banalisés, lorsque vus de l'extérieur. Sauf que si on se met à la place des gens qui en sont la cible, c'est une autre histoire. Nous verrons donc des exemples concrets d'intimidation, afin de mieux comprendre ce qui se passe. Dans un premier temps, nous allons former un comité CAPAB (Comité qui Agit, Prévient, Avise et Brise le silence) composé de gens de confiance, qui seront à l'écoute de toute personne désirant se confier sur ce qu'elle vit comme situation difficile. Puis, différentes activités touchant l'intimidation verbale, physique et sociale, seront développées; ainsi, les personnes rejointes seront mieux informées et outillées pour y faire face et pour l'arrêter.

Bien sûr, il s'agit d'un thème plutôt délicat que celui de l'intimidation. Les animations et exercices qui seront mis en place auront pour but de démystifier ce qu'est l'intimidation et surtout de mieux connaître les comportements à adopter face à ces actes menaçants. De cette façon, en ayant une meilleure connaissance de ce qu'est l'intimidation et en sachant comment la traiter, nous pourrions apprendre de quelle façon l'aborder et finalement, comment l'enrayer. Nous prendrons conscience des différents impacts que peuvent avoir des actes d'intimidation sur une victime.

Si vous vous sentez interpellés à faire partie de ce nouveau comité, il nous fera plaisir de prendre le temps d'échanger plus en détails sur notre projet. Appelez-nous et nous prendrons rendez-vous.

Chronique parue dans le Bulletin en Action d'Avril 2019

Voici quelques témoignages d'aînés ayant vécu de l'intimidation.

« Lorsque tu te fais intimider, tu ne fonctionnes plus normalement. »

« C'est pas parce qu'on marche avec une canne qu'on doit nous devancer pis nous bousculer dans les files d'attente un peu partout!? »

« Chu tellement tannée de mon voisin qui n'arrête pas de m'achaler que j'pense que je vais vendre ma maison... ça me fait de la peine quand j'y pense... mais là, j'en peux plus! »

« ... c'est parfois très subtil, il s'agit souvent d'un mot, d'un regard, ou d'un petit geste qui passent inaperçus. »

« Tout le monde désire que les aînés aient une meilleure qualité de vie. La qualité de vie, ce n'est pas juste des activités, ce n'est pas que de la nourriture, **c'est la façon dont on se sent dans un milieu.** » Jean-Claude Gagné, président du Club des 50 ans de Saint-Jérôme-de-Matane

« L'intimidation, c'est lorsqu'on ressent un malaise face à une situation et qu'on se dit qu'on n'aimerait pas être à la place de l'autre. »

Questionnaire

« Déjeuner de la rentrée 2019 »

Si vous vous faites intimider, que faites-vous?

- a) Vous gardez cela pour vous
- b) Vous en parlez avec une personne de confiance qui pourra vous aider**
- c) Vous vous vengez

Si vous êtes témoin d'une situation d'intimidation, que faites-vous?

- a) Vous encouragez l'agresseur
- b) Vous ignorez la situation
- c) Vous offrez votre soutien à la victime**



Parmi les comportements suivants, lequel est un acte de violence :

- a) Exprimer son désaccord en expliquant la nature de celui-ci
- b) Exprimer son désaccord en criant**
- c) Exprimer son désaccord en quittant l'endroit

Intimider c'est :

- a) **Utiliser de la violence dans un contexte de domination pour faire peur**
- b) Utiliser de la violence dans un contexte de domination pour faire rire
- c) Utiliser la violence dans un contexte d'égalité pour faire peur

Si j'insulte une personne et la ridiculise, quel type de violence j'utilise :

- a) Sociale
- b) **Verbale**
- c) Sexuelle



Vrai ou Faux

Le vol est une forme de violence physique.

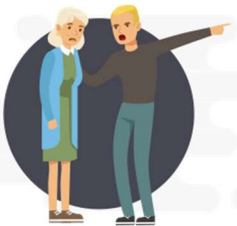
Vrai ou Faux

Une personne victime de violence ou d'intimidation dans son enfance ne gardera aucune séquelle de ces événements à l'âge adulte.

Vrai ou **Faux**

La violence est quelque chose de normal dans la réaction d'un individu face à une situation frustrante.

Vrai ou **Faux**



Si je suis victime d'intimidation, je dois dénoncer mon agresseur pour que la situation puisse cesser.

Vrai ou Faux

La violence peut être acceptable, tout dépend du contexte.

Vrai ou **Faux**

Ne rien dire lorsque je suis témoin d'une situation d'intimidation c'est signaler mon appui à l'agresseur.

Vrai ou Faux

Lorsque je suis témoin d'une situation d'intimidation, il est préférable de ne rien dire question d'éviter que l'agresseur s'en prenne à moi.

Vrai ou **Faux**

Suite aux affirmations suivantes, dites si c'est VRAI ou FAUX selon vous?

1) Les intimidateurs recherchent l'attention. Ignorez-les et ils cesseront.

Faux : des recherches ont démontré que les intimidateurs cherchent à contrôler or, ils continuent d'intimider lorsqu'on les ignore et peuvent même multiplier leurs actes tant que personne n'intervient.

2) Les gens sont nés intimidateurs, ils ne peuvent pas changer.

Faux : L'intimidation est un comportement qui est appris et qui peut être changé.

3) L'intimidation ne cause pas d'atteintes sérieuses.

Faux : On peut réagir de différentes façons, mais les conséquences psychologiques, physiques et sociales sont des plus réelles : colère, honte, peine, peur, anxiété, perte d'appétit, repli sur soi, insomnie, abus de médicaments, dépression et même suicide.

4) « Ce qui ne nous tue pas nous rend plus fort » on ne meurt pas d'intimidation.

Faux : Malheureusement, on ne peut pas dire ça de l'intimidation car les répercussions peuvent être très graves. Dans certains cas même, l'impact peut être fatal, comme on vient de voir au numéro précédent.

5) Il peut y avoir intimidation même si aucun mot n'a été dit.

Vrai : Cela peut être des gestes désobligeants, des regards malveillants, des comportements déplacés, des écrits blessants... Dès que la personne sent un manque de respect ou se sent rabaisée... C'EST de l'intimidation.

6) Les petits gestes qu'on fait ou les mots qu'on utilise pour faire rire les autres, ça ne compte pas pour de l'intimidation.

Faux : Ça compte si la personne qui en est la victime ne trouve pas ça drôle, si elle est mal à l'aise, ridiculisée, blessée ou menacée. D'ailleurs, ce sont peut-être ces comportements qui sont les plus faciles à changer... parfois, les gens ne savent pas qu'ils font de l'intimidation.



7) « Je subis souvent de l'intimidation de la part de « untel » mais maintenant, il va savoir ce que ça fait de vivre dans un climat de peur et de stress, je vais me venger et j'ai un plan parfait! »

Est-ce une bonne ou une mauvaise idée?

Mauvaise idée : Ça ne ferait qu'empirer la situation; vous seriez sans doute beaucoup moins habile que l'intimidateur à ce jeu... une escalade de gestes disgracieux n'est pas la solution.

8) Après s'être moqué de quelqu'un, si on ajoute « C'est juste une joke! » ou « On agace ceux qu'on aime », ce n'est pas de l'intimidation.

Faux : Il faut être très attentif aux réactions de la personne qui fait l'objet de moqueries. Certaines personnes ont tendance parfois à en mettre beaucoup sur le compte de l'humour (ils disent ce qu'ils ont sur le cœur à la victime et ensuite ils proclament que c'est juste pour rire pour s'en laver les mains).

9) Qu'importe la situation d'intimidation, que vous soyez témoin ou victime, vous pouvez faire partie de la solution afin d'éliminer le plus possible ce comportement.

Vrai : Évidemment que vous faites partie de la solution! C'est justement le principal objectif de notre projet : **JE SUIS la Solution.**

Et même si vous ne réagissez pas dès la première fois où vous vous faites intimider, ou êtes témoin... vous aurez le temps de réfléchir et de mieux savoir quoi dire si un acte d'intimidation se produit une 2e fois!



1^{er} type d'intimidation : L'intimidation verbale et écrite

Tout d'abord, l'intimidation verbale est un ensemble de paroles qui blessent, humilient, excluent socialement une personne et qui ont pour effet de faire perdre l'estime de soi. Il en va de même pour ce qui est de l'intimidation faite par écrit.

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. Ces gestes disgracieux existent partout, on en voit dans les restaurants, les centres d'achats, lors de réunions de différentes associations, même dans notre maison, etc.

INTIMIDATION, MALTRAITANCE OU CONFLIT?

D'abord, clarifions la définition d'un « conflit ». Le fait d'avoir des conflits avec d'autres personnes ne signifie pas que nous vivons de l'intimidation. Ce sont deux événements distincts. Un conflit est un désaccord ou une confrontation entre deux personnes; un acte ponctuel où il n'y a pas de « victime » proprement dit, contrairement à l'intimidation.

L'intimidation est une forme de maltraitance. Lorsqu'il y a intimidation, les gestes sont le plus souvent délibérés, répétés et ont pour but de blesser ou d'opprimer. Ces manifestations ont lieu dans un contexte où règne généralement une inégalité des rapports de force entre les personnes concernées. L'intimidation peut se faire également par écrit et dans le cyberspace, par exemple, sous forme de lettre de menaces, qu'elle soit écrite sur papier ou par courriel, par texto ou des insultes qu'on partage sur nos réseaux sociaux. On dira alors qu'elle est une action indirecte, puisqu'elle est réalisée par l'entremise des technologies de l'information et de la communication.

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'impatienter contre son adversaire aux cartes parce qu'on le trouve trop lent et lui crier après... Est-ce qu'on peut vraiment se sentir bien chez-soi lorsqu'on loge à la même enseigne que son bourreau?



LE TÉMOIN : UN RÔLE IMPORTANT

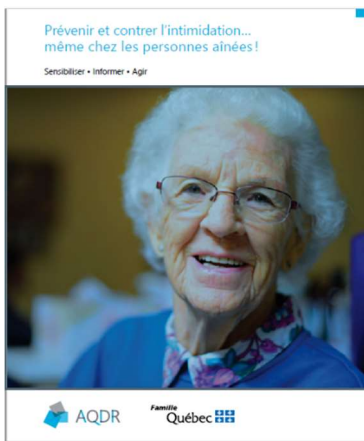
Bien sûr, la façon idéale de contrecarrer un intimidateur serait de lui dire d'arrêter dès la première fois où l'on se fait intimider. Mais ce n'est pas toujours facile et on n'en est pas toujours capable. Trop souvent, on ne dit rien parce qu'on est pris au dépourvu. On n'en parle à personne car on a honte et cette relation malsaine s'installe et risque de continuer puis de s'éterniser jusqu'à en devenir une angoisse qui prend toute la place.

C'est l'une des raisons pour lesquelles les témoins sont très importants. En décidant d'agir, en tant que témoin, on exerce notre sens des responsabilités car on porte assistance à la victime. Aussi, le fait de ne pas passer sous silence un acte d'intimidation, peut inciter les autres témoins à réagir... ils attendent peut-être que quelqu'un **ose affronter** l'intimidateur pour lui manifester leur appui, et ainsi être plus forts devant la personne menaçante. Un témoin peut également encourager la victime à vaincre sa peur des représailles et s'affirmer. Dans certains cas, il peut aussi inciter l'intimidateur à aller chercher de l'aide.

QU'EST-CE QU'ON PEUT FAIRE?

Le premier pas à faire consiste à **signaler votre inconfort** à la personne qui vous intimide. Si ce n'est pas suffisant et que l'intimidateur continue son stratagème, il faut **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. S'il s'avère que les actes d'intimidation se poursuivent, il ne faut pas hésiter à **faire appel aux autorités compétentes**.

Félix Leclerc a déjà dit : « Un préjugé est une petite branche d'arbre qui nous empêche de voir la forêt » et 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**.



L'AQDR nationale a publié un document vraiment très complet sur le sujet de l'intimidation des aînés « **Prévenir et contrer l'intimidation... même chez les personnes âgées!** » paru en 2018. Si cela vous intéresse, nous vous invitons à le lire puisqu'il s'agit d'un superbe outil de références. Il est disponible sur le site de l'AQDR.



2^{ème} type d'intimidation : l'intimidation physique

L'intimidation physique c'est tout geste visant à blesser une personne ou lui causer du tort sur le plan physique, par exemple faire trébucher, bousculer, contraindre, pousser ou pincer quelqu'un. Même menacer de faire ces actes ou encore montrer les poings constitue de l'intimidation physique. Faire des gestes obscènes dans le but de gêner ou d'humilier l'autre entre également dans cette catégorie.

On reconnaît d'emblée que de tels comportements sont inacceptables pour quelque milieu de vie que ce soit. Qu'il s'agisse de la personne âgée qui vit dans sa maison, son appartement, en résidence ou encore dans un CHSLD, peu importe la place, chacun a le droit de vivre dans un milieu empreint de respect, où il est traité en toute dignité et où règne la confiance.

Même si les gestes posés par certains intimidateurs ne leur semblent « pas si graves », les conséquences qui en découlent sont parfois tragiques, car elles portent atteinte à leurs droits et leur bien-être.

DE GRAVES CONSÉQUENCES

C'est triste à dire mais la liste de ces maux est tellement longue qu'on ne peut tous les énumérer. Cela peut se traduire de différentes façons : colère, gêne, confusion, découragement, incapacité de se concentrer, insomnie, abus de médicaments, perte d'appétit, maux de tête, isolement, repli sur soi, réputation entachée, suicide... Comme on peut voir, c'est très sérieux. Non seulement l'intimidation touche les victimes mais elle risque d'affecter aussi leur entourage ainsi que l'ambiance de leur milieu de vie.

Il peut arriver parfois que l'intimidateur commette ces actes pour faire rire les autres, sans vraiment réaliser qu'il blesse sa victime.

Par exemple, à sa résidence, Jean-René aime faire sursauter Georgette. Il rit tellement à chaque fois et ça fait rire les autres résidents également. Georgette a un tempérament plutôt nerveux et elle bondit au moindre petit bruit. Lorsque Jean-René la fait sursauter, elle déteste ça mais elle sourit quand même un peu, pour ne pas perdre la face.



Georgette n'a jamais parlé sérieusement de cet inconfort à Jean-René. Pourtant, si elle prenait le temps de lui expliquer combien ça la perturbe, Jean-René comprendrait sans doute et il arrêterait.

MÊME DANS SA MAISON

Carole va souvent visiter sa mère qui commence à éprouver des pertes de mémoire et vit seule dans sa maison. Carole est son unique fille et lorsqu'elle passe voir sa mère, on dirait qu'elle est toujours pressée et de plus, elle s'impatiente pour un rien.



L'autre jour, Carole voulait que sa mère prenne ses médicaments mais celle-ci refusait car elle croyait les avoir déjà pris. Carole a serré le bras de sa mère pour la maîtriser, le temps qu'elle avale ses pilules. Sa mère n'a rien dit mais ça l'a blessée. D'autant plus qu'elle a l'impression de ne plus reconnaître sa fille lorsqu'elle agit de cette façon, elle qui était si docile petite, cela l'attriste vraiment beaucoup.

LES ACTIONS À PRIORISER

Bien sûr, la **prévention** demeure un des moyens de se prémunir contre l'intimidation. Et la prévention passe par la **valorisation de la bientraitance**. En créant un milieu de vie sain, où un code de vie est instauré par exemple, et où la communication est encouragée, les gestes d'intimidation ont moins de risque de survenir.

Cela étant dit, malgré des conditions idéales, si on est victime d'intimidation, nous ne devrions pas la tolérer. Même si on craint d'en parler, de peur d'encourager notre agresseur à se venger et à nous faire endurer pire, il est important de **briser le silence** et d'**oser en parler** à une personne de confiance afin que cessent ces gestes de violence et surtout, afin de retrouver une certaine qualité de vie et la quiétude à laquelle on a droit.

RÔLE DES TÉMOINS

Le rôle des témoins peut s'avérer déterminant pour les aînés victimes d'intimidation. Un témoin peut être un proche, un ami, un bénévole, un gestionnaire, un voisin, un intervenant, un résident, etc. Lorsqu'on est témoin d'un acte d'intimidation, à nous le choix d'agir et intervenir pour soutenir la victime ou rester neutre et ne rien faire. Trop souvent, on n'ose rien faire parce qu'on ne sait pas comment réagir ou bien encore, on craint la réaction de l'intimidateur. Comme témoin, il est important de réaliser que nos réactions, face à un acte d'intimidation, peuvent avoir des impacts positifs ou négatifs. Soit on parvient à freiner l'intimidateur, suite à notre intervention. Soit on aggrave la situation en riant ou en encourageant les actes commis.



Si on n'est pas à l'aise d'intervenir devant les personnes présentes, sur le coup, on peut choisir d'aller rencontrer, de façon plus discrète, la victime ou bien la personne qui intimide, à un autre moment. L'important c'est d'agir ou aller chercher de l'aide pour le faire.

3^{ème} type d'intimidation : l'intimidation sociale

L'intimidation sociale, c'est poser un geste pour nuire aux relations sociales d'une personne ou à son appartenance à une communauté, qu'il s'agisse de répandre des mensonges ou des rumeurs, d'isoler ou exclure une personne d'un groupe, la harceler, la dénigrer, l'humilier. L'intimidation peut être aussi de regarder une personne de manière méprisante ou menaçante. Ou encore de s'immiscer dans sa vie privée en l'importunant ou en l'épiant. À cela s'ajoute la cyberintimidation, qui constitue un moyen indirect d'intimider les autres en se servant des technologies de l'information et de la communication.



En général, on veut tous avoir de bonnes relations avec les autres et pour cela, il faut faire preuve de respect, d'ouverture d'esprit et de conciliation. Nos racines judéo-chrétiennes nous ont toujours dicté de ne pas faire aux autres ce qu'on n'aimerait pas qu'on nous fasse. Or, malgré toute cette bonne volonté, il arrive que ces préceptes ne soient pas toujours respectés puisque l'intimidation existe. Et ces actes d'exclusion font mal. Il est difficile, comme être humain, de vivre du rejet. L'homme est de nature grégaire; cet instinct de vivre en groupe est en lui. Il s'agit souvent de la quête d'une vie que savoir s'accepter ou encore se faire accepter des autres. Or, comment réagir à ces humiliations et ces menaces, rendu à un âge respectable? Je ne me rappelle plus qui a dit : « **Ce n'est pas parce qu'une rumeur ne tient pas debout que cela l'empêche de courir** » mais c'est tellement vrai.

TROUBLES COGNITIFS ET SANTÉ MENTALE

Il peut arriver que les aînés aux prises avec des troubles cognitifs ou des maladies mentales intimident sans en avoir l'intention or, dans ce cas, l'intimidateur ne cause pas de tort délibéré. Évidemment, ces cas d'intimidation demandent beaucoup de tolérance. La situation inverse peut se produire, c'est-à-dire que les personnes atteintes de troubles cognitifs peuvent être la cible d'actes d'intimidation puisqu'elles sont très vulnérables.

L'IMPORTANCE DES TÉMOINS

Puisque les gestes qui sont faits ou les mots qui sont dits sont parfois très subtils et passent souvent inaperçus, il est important de rappeler que le rôle des témoins est primordial. Ceux-ci peuvent faire toute la différence s'ils décident d'intervenir en disant ou en faisant quelque chose. C'est vrai qu'il faut une bonne dose de courage pour affronter la personne qui intimide et prendre la défense de la victime. Mais il faut se rappeler que nous serons peut-être la seule personne qui osera manifester son opposition à l'intimidateur afin que cessent les souffrances de la victime...

« C'EST JUSTE UNE BLAGUE »

Se faire constamment « taquiner » (dans le sens de persécuter) devant les autres peut être très humiliant. Le rejet, c'est difficile à vivre. Même si certains aiment faire des blagues en prétextant que c'est seulement pour rire, à force d'être la cible de ces mêmes blagues, il n'y a plus rien de drôle. L'intimidation subie par les victimes porte atteinte à leurs droits et à leur bien-être, notamment sur le plan de leur santé mentale et physique. On parle de colère, frustration, honte, gêne, confusion, sentiment de rejet, découragement, dépression, manque d'énergie, insomnie, maux de tête, repli sur soi, et le reste de la liste est longue.



IL EXISTE DES SOLUTIONS

Évidemment, on ne le répétera jamais assez, l'action à prioriser pour lutter contre l'intimidation est d'abord la prévention. De quelle façon peut-on prévenir ces différents comportements? En faisant preuve de bienveillance envers les aînés, c'est-à-dire en faisant preuve d'écoute, de respect, de sollicitude et en respectant leur dignité. Si vous êtes victime d'une situation d'intimidation, tentez d'y réagir immédiatement afin de contrecarrer dès le départ la personne qui intimide; si ce n'est pas possible, parlez de cette situation à une personne de confiance mais ne restez pas seul avec votre problème.

À force de parler de l'intimidation et des moyens pour la contrer, on fera la lumière sur ce sujet qui, encore aujourd'hui, est tabou pour bien des gens. De plus, nous saurons mieux comment agir pour aider nos pairs.

En ce mois de la Saint-Valentin, plutôt que d'acheter des fleurs et du chocolat, prenez le temps d'offrir un bouquet de gestes de bienveillance aux aînés de votre entourage. Ou, si vous le pouvez, pourquoi pas leur donner les trois!



Concours « Pour en finir avec l'intimidation! »



Pour mieux comprendre l'intimidation des aînés et ses conséquences, nous avons mis sur pied un concours afin de connaître quelle serait votre façon de réagir aux 3 types d'intimidation.

Chaque réponse reçue donnait une chance de gagner un des prix de participation. Le tirage a été fait lors de l'assemblée générale annuelle le 18 septembre 2020.

Le résultat de la participation des membres a permis de dresser une liste de solution qui se retrouve à la page 17.

1) À partir de cette image où il est question **d'intimidation verbale**, dites-nous ce que vous feriez face à cette situation. Comme témoin? Comme personne intimidée?

Aline, une dame timide, vient d'aménager à la résidence. Elle n'ose pas aller vers les autres résidents et leur parler. Puisqu'elle ne parle pas beaucoup, elle n'a pas l'occasion de se faire des amis(es). Les autres se moquent d'elle et disent qu'elle est pauvre et qu'elle a l'air bête...

L'autre jour, ils lui ont carrément dit qu'elle ressemblait à une itinérante.



Aline n'en peut plus de se faire traiter de la sorte, elle ne sait pas quoi leur dire pour qu'ils arrêtent et ça la rend évidemment très triste. Elle se sent vraiment seule et déprimée.

2) À partir de cette image où il est question **d'intimidation physique**, dites-nous ce que vous feriez face à cette situation. Comme témoin? Comme personne intimidée?

Albert vit seul dans sa maison. Depuis quelques mois, sa hanche le fait souffrir et il se déplace difficilement. Pauvre Albert, il a toujours eu peur de déranger mais il n'a plus le choix, il a besoin d'aide. Son fils qui va lui donner un coup de main parle fort et a souvent des gestes brusques envers son père. Il n'arrête pas de lui reprocher le fait qu'il aurait dû vendre la maison il y a 8 ans, lorsque l'occasion est passée, que ce serait beaucoup moins de trouble. Albert est peiné de toujours entendre ces reproches. Il en est venu à craindre chacune des visites de son garçon. Il est très stressé, souffre d'insomnie et a toujours peur de faire quelque chose qui ferait fâcher son fils...



3) À partir de cette image où il est question **d'intimidation sociale**, dites-nous ce que vous feriez face à cette situation. Comme témoin? Comme personne intimidée?

Rose-Aimée est une femme plutôt réservée, à l'aise financièrement, qui a vécu seule toute sa vie. Depuis un an, elle vit en résidence et le nouveau résident s'intéresse à elle. Or, il y a une rumeur qui court rapportant que c'était une courailleuse dans son jeune temps et qu'elle a eu 2 maris dont elle a hérité, ce qui expliquerait ce pourquoi elle est si riche...



Mais tout cela est faux. Certaines résidentes la regardent parfois avec tant de mépris que Rose-Aimée s'empresse de retourner à sa chambre tellement elle se sent mal à l'aise. Elle, qui n'a jamais eu d'amoureux de toute sa vie, trouve ça vraiment injuste que soient colportées de telles histoires! Cela lui donne des maux d'estomac, lui fait faire de l'insomnie en plus de la rendre méfiante envers son entourage.



Résultat du concours : vos réponses : pistes de solution

D'abord, un grand merci à tous ceux qui ont pris le temps de penser à une solution et de la rédiger. On vous demandait de nous faire part de votre réaction, tant du côté de la victime que du côté du témoin. Toutes vos réponses étaient d'ailleurs pleines de bonté, d'empathie et de bon sens.

En tant que participants, vous avez su relever les mêmes pistes de solution que « les experts en la matière ». À la lecture de vos réponses, plusieurs mots clé sont revenus : « soutenir », « sensibiliser », « leur parler », « vous me faites de la peine », « j'utiliserais l'humour pour dédramatiser », « il faut s'assumer », « faire face aux intimidateurs en souriant, c'est gagnant! », « arrête de chialer après moi, ça suffit! », « Ça va? Veux-tu qu'on en parle? » bref, ce que vous avez compris et ce qui est surtout très important lorsqu'on vit une situation d'intimidation: c'est de parler à quelqu'un et surtout ne pas rester seul(e) avec ce problème.

La PRÉVENTION ET la SENSIBILISATION font partie des premières pistes d'action à prioriser afin de lutter contre ce phénomène. La prévention passe par la valorisation de la bientraitance.

VALORISER LA BIENTRAITANCE : En créant un milieu de vie sain, où un code de vie est instauré, par exemple, où la communication est encouragée, les gestes d'intimidation ont moins de risque de survenir.

OSER PARLER : On ne le répétera jamais assez, si on est la cible d'actes d'intimidation, il faut en parler et surtout **ne pas rester seul** avec ce problème. En démystifiant ce qu'est l'intimidation et en acceptant d'en parler, les gens sauront davantage la reconnaître et la repousser.

AGIR en tant que TÉMOIN : Simplement par notre présence, on fait partie de l'acte d'intimidation et en décidant d'agir, on exerce notre sens des responsabilités en portant assistance à une victime. De plus, peut-être que notre implication pourra encourager l'ainé à vaincre sa peur des représailles et s'affirmer.

SOUTENIR LES VICTIMES en les dirigeant vers les ressources appropriées.

La prévention de l'intimidation a et aura toujours sa place. En valorisant et en encourageant la bientraitance, dans tous nos milieux de vie et partout où l'on va, on parviendra à changer certaines perceptions, comportements ou attitudes. Chacun peut dire « JE SUIS la Solution » et peut s'impliquer en parlant ou en agissant afin que l'acte d'intimidation dans lequel on se retrouve cesse le plus rapidement possible et qu'on fasse une différence dans la vie des personnes impliquées.

Présentation de notre **comité C.A.P.A.B.** (**C**omité qui **A**git, **P**révient, **A**visé et **B**rise le silence), qui a été créé en juillet 2019, les points importants de la formation (pp. 19-23)

Ressources de la région p.23

En plus des quelques outils promotionnels que vous avez déjà vus (stylo, tasse, bouteille d'eau), un dépliant a aussi été produit (inclus avec ce document) et une chanson a été composée (pp. 24-26)



Création du comité C.A.P.A.B.

Suite à notre annonce, une première rencontre d'information a eu lieu en juillet 2019 pour ceux qui étaient intéressés à faire partie de notre comité « CAPAB » (Comité qui Agit, Prévient, Avise et Brise le silence).

Bénévoles recherchés



Recherchons bénévoles pour faire partie de notre comité CAPAB (Comité qui Agit, Prévient, Avise et Brise le silence) en lien avec notre nouveau projet « **JE SUIS la Solution** » visant à prévenir et à lutter contre l'intimidation des aînés.

Ce comité suivra une formation sur les mécanismes d'intimidation, agira en tant que comité aviseur et devra participer à 8 rencontres durant l'année.

Récompense :

Bonheur & Estime de soi

Par la suite, le comité s'est réuni tout au long de l'année afin d'en apprendre davantage sur la maltraitance et l'intimidation avec la formation donnée par Madame Andrée-Anne Lepage du département de psychologie /neuropsychologie de l'UQTR.



Cette formation nous a permis d'approfondir différents aspects de l'intimidation : les facteurs de risque incitant une personne à intimider, les nombreux impacts de l'intimidation, le rôle des témoins (qui peuvent faire une énorme différence), les raisons pour lesquelles on intimide, etc.

FACTEURS DE RISQUE

Certains facteurs de risque peuvent prédisposer certains aînés à être auteurs ou victimes d'intimidation. Par exemple, les stéréotypes et les préjugés sont souvent à la base des situations d'intimidation. Associés aux caractéristiques suivantes, ils peuvent accroître les risques qu'une personne âgée soit victime d'intimidation :



- Origine ethnoculturelle
 - Religion
 - Classe sociale
 - Apparence physique (notamment le poids)
 - Problèmes personnels (toxicomanie, itinérance ou délinquance)
 - Troubles ou problèmes de santé mentale
 - Déficience intellectuelle
- Personnes à mobilité réduite
 - Orientation ou identité sexuelle (LGBT : lesbiennes, gais, bisexuels, bisexuelles et trans)
 - Etc.

Notez que les attitudes discriminatoires, préjugés et stéréotypes au sujet des personnes âgées à mobilité réduite ou en situation de handicap peuvent être des obstacles supplémentaires à leur participation et intégration sociale et professionnelle. Malheureusement, ces conditions liées à leur état de santé physique alimentent le risque d'être victimes d'intimidation. Bref, toutes différences basées sur des caractéristiques personnelles, peu importe leur nature, sont susceptibles d'être à la source de situations d'intimidation.

Les gestes d'intimidation envers les personnes âgées peuvent se produire dans divers lieux, comme à leur domicile, dans des lieux publics, en résidence privée ou en milieu d'hébergement.

POURQUOI ON INTIMIDE?

Saviez-vous que des recherches ont démontré que l'intimidation tardive dans la vie adulte est **souvent liée à la perte**? Lorsqu'on avance en âge, il arrive qu'on perde une partie de son indépendance ou qu'on ait perdu certains (ou la majorité) des rôles significatifs qui nous donnaient un but et une raison d'être? Ces pertes ont possiblement contribué à appauvrir notre estime de nous-même. Or, ce sentiment de perte omniprésent peut créer un besoin presque incontrôlable de se sentir puissant à un moment où l'on se sent impuissant.

Lorsqu'on se sent frustré ou bouleversé, il est probable qu'on ait tendance à recourir à certaines formes d'agressions verbales ou physiques comme moyen de communiquer ses sentiments. Ces comportements maladroits et inappropriés ne constituent pas nécessairement de l'intimidation si la notion de contrôle et de pouvoir en est absente, mais il n'en demeure pas moins que ce genre de comportements crée des impacts tout aussi négatifs chez ceux qui les subissent.

Une personne victime d'intimidation peut se demander « Pourquoi moi? Je ne lui ai rien fait à lui!? ». Souvent, l'intimidateur choisit une personne en fonction de son caractère. En jetant son dévolu sur une dame au tempérament tranquille, qui ne parle pas fort, la personne qui intimide a de bonnes chances d'avoir un certain contrôle sur sa victime.



Les personnes âgées intimidantes ou à risque de l'être peuvent avoir une faible estime d'elles-mêmes ou vivre des pertes associées au vieillissement. Elles éprouvent un besoin de se retrouver dans une position de pouvoir sur autrui, profitant du fait que la personne intimidée se sente menacée pour en retirer des bénéfices. Bien que le soutien aux victimes soit important, l'aide à apporter aux personnes qui intimident l'est toute autant. Il y a des motifs qui expliquent ces comportements, actes, gestes et paroles d'intimidation. Ces motifs n'excusent pas ces agissements, mais c'est d'abord en cherchant à comprendre ses propres comportements, en tant que personne intimidatrice, qu'il nous sera possible de les changer.

COMME ANTIDOTE : LA BIENTRAITANCE

La prévention de l'intimidation passe d'abord, on ne le répètera jamais assez, par la promotion de la bienveillance. En offrant des milieux de vie où règne la bienveillance, on éloigne les risques que se commettent des actes d'intimidation.

« La bienveillance vise le bien-être, le respect de la dignité, l'épanouissement, l'estime de soi, l'inclusion et la sécurité de la personne. Elle s'exprime par des attentions, des attitudes, des actions et des pratiques respectueuses des valeurs, de la culture, des croyances, du parcours de vie, de la singularité et des droits et libertés de la personne âgée. »

(Définition de la bienveillance, telle que proposée dans le cadre du deuxième plan d'action pour contrer la maltraitance envers les personnes âgées 2017-2022, du gouvernement du Québec.)





La dernière rencontre de notre comité s'est tenue à l'IMS, le 9 mars 2020.

Un chaleureux merci aux bénévoles qui ont collaboré de façon dynamique à ce projet, ainsi qu'à notre formatrice, Madame Andrée-Anne Lepage, Candidate au doctorat en psychologie/neuropsychologie (D.Ps.), de l'Université du Québec à Trois-Rivières.

UNE TECHNIQUE D'INTERVENTION APPROPRIÉE

Quel que soit le geste d'intimidation qui est posé, il peut être répétitif ou n'avoir lieu qu'une seule fois, mais dans tous les cas, il entraîne des conséquences pour la personne qui le subit.

Exemple : Arthur vit dans sa résidence depuis maintenant un an. Deux semaines suivant son arrivée, Berthe emménage au même étage qu'Arthur. Or, cela fait maintenant cinquante



semaines qu'Arthur subit sans rien dire les remarques assassines de Berthe à son égard. Certains diront « Bah, un peu moins d'un an, qu'est-ce que c'est dans une vie d'un homme de 77 ans? ». Mais si on prend la peine d'y réfléchir, **quelque soit son âge**, tout être humain a le droit de vivre en paix chez-lui, sans toujours être tourmenté par la crainte de se faire humilier dès qu'il met le pied hors de sa chambre. Les répercussions pour Arthur sont bien réelles : hausse drastique de sa tension artérielle, cauchemars, honte, méfiance, perte de poids, abus de médicaments et repli sur soi. Sans compter



qu'Arthur, n'ayant pratiquement plus de famille, passe presque tout son temps dans sa chambre à jongler et n'a pas souvent l'occasion de se changer les idées... Si on lui offrait de participer à certaines activités qui pourraient le distraire, il risquerait fort de refuser. Par habitude. Par crainte. À ce compte-là, les journées sont longues. Les semaines et les mois s'étirent sans fin... Sans doute Arthur ignore-t-il que cette boucle infernale pourrait s'arrêter? Si au moins il osait en parler à quelqu'un...

Il arrive parfois lorsqu'on est témoin de gestes d'intimidation ou qu'on entend parler qu'une personne en est victime, on veut résoudre le problème à sa place. Par exemple, « Berthe t'a dit ça? Attends un peu que je lui parle, moi, elle va savoir qu'elle n'a pas à te dénigrer de la sorte! ». D'autres fois, au contraire, face à une situation difficile ou « à risque », on opte pour l'évitement, soit en faisant semblant qu'on n'a rien vu ou soit en quittant les lieux. Mais idéalement, notre réaction se devrait d'être quelque part au milieu de ces deux extrêmes, c'est-à-dire **accompagner** la victime, plutôt que **résoudre** le problème à sa place ou bien **éviter** carrément la situation.

Un outil d'intervention adéquat : VIV

Des chercheurs ayant étudié le phénomène de la maltraitance chez les aînés ont élaboré un outil d'intervention, appelé VIV, afin de **bien intervenir** auprès des victimes d'intimidation. **VIV** est un acronyme pour Voir, Identifier et Vérifier.

Voir si ce que je remarque me rend mal à l'aise... Je porte attention aux différents indices de maltraitance. Voici quelques exemples, une perte de poids significative, le déclin rapide des capacités cognitives ou un manque d'hygiène.

Identifier les indices qui me préoccupent. On s'en tient aux faits, sans porter de jugement, ni sauter aux conclusions.

Vérifier en posant des questions par exemple « Est-ce que ça va? », « As-tu besoin d'aide? » ou, selon la situation, « Qu'est-ce que tu t'es fait à l'œil? »

Cet outil a été élaboré pour bien accompagner la victime, si celle-ci désire en parler ou se confier. La meilleure façon d'accompagner l'aîné victime d'intimidation est de respecter son choix de se taire mais lui rappeler que nous sommes là, s'il éprouve le besoin de parler un jour. De laisser une porte ouverte. Il peut être très difficile pour la victime de dénoncer son enfant par exemple. Dans le cas où ce fils ou cette fille menace de couper tout contact avec les petits-enfants advenant une dénonciation, il faut savoir faire preuve d'écoute et de beaucoup de tact. Bien sûr, si la personne est en danger, il faut agir en conséquence.

L'IMPORTANT DU RÔLE DES TÉMOINS

Bien souvent, la personne qui est la cible d'intimidation n'ose pas se défendre et ce, pour différentes raisons (peur, méconnaissance de ses droits, etc.). D'où l'importance de rappeler le **rôle des témoins**. Il suffit parfois d'une seule personne qui s'exprime ou manifeste de la compassion envers la personne intimidée pour briser le cycle de l'intimidation.

Note : Informations tirées de l'Adaptation francophone 2017 du programme Ce n'est pas correct! Voisins, amis et familles présents pour les personnes âgées (It's not right), Pratique de pointe pour contrer la maltraitance envers les personnes âgées du CIUSSS du Centre-Ouest-de-l'île-de-Montréal.

Ressources : A.Q.D.R. des Chenaux : 819 840-3090

Ligne Aide Abus Aînés : 1 888 489-ABUS (2287) (sans frais)

Info-Aînés Mauricie : 819-533-5417

Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes (CAAP)

Mauricie et Centre-du-Québec : 819 537-3911, 1877 767-2227 (sans frais)

Chanson composée sur l'air du Petit Bonheur de Félix Leclerc



L'idée initiale était de dénicher un air entraînant, connu de tous, pour décrire ce phénomène qu'est l'intimidation. Même s'il s'agit d'une réalité franchement antipathique, il faut absolument en parler si on veut la faire disparaître!

J'avoue, je me suis fait un énorme plaisir à composer une chanson en ayant, comme canevas de base, les magnifiques paroles de Monsieur Félix Leclerc. J'ai redécouvert ses paroles, à force de les chanter et de compter les pieds à chacune de ses phrases. C'est avec grand respect que je me suis inspirée de sa mélodie pour raconter et imaginer cette histoire d'intimidation que j'avais en tête. C'est également en hommage à ce fabuleux poète originaire de La Tuque, qui a maintes fois clamé son attachement à la langue française, que j'ai « osé » raconter un récit sur sa musique.

Puis finalement, la raison ultime qui m'a poussée à écrire ce texte est ma sympathie envers les victimes d'intimidation mais aussi ma volonté de faire en sorte que ce type de violence cesse et que chacun se sente interpellé à faire partie de la solution en faisant la promotion de nos droits à une vie empreinte de respect, d'écoute, de dignité et de sollicitude afin de prévenir et contrer l'intimidation une fois pour toute.



Histoire d'honneur

C'est une histoire d'honneur
 Que j'veux vous partager
 Parfois l'homme a bon cœur
 D'autres fois y'a pas d'pitié
 C't'arrivé à André
 Constance et Alexis
 Bien d'autres m'ont raconté
 L'avoir vécu aussi

L'autre jour, dans ma cuisine, je suis tombée, j'ai fait une plonge
 Allongée sur le dos, j'y suis restée pendant des heures
 Enfin, le téléphone, c'est «Programme Pair» qui fait sa ronde
 On vient à ma rescousse et laisse vide ma demeure...



Couchée à l'hôpital
 Le temps d'ma guérison
 La bouffe n'est pas si mal
 Mais j'm'ennuie d'ma maison
 Analyses médicales
 Puis évaluations
 Le verdict est final
 J'dois aller en pension

Ma santé qui vacille et ma mémoire qui dégingole
 J'ai perdu mes repères, mon quotidien est chamboulé
 Par chance, y'a ma famille, qu'est toujours là, qui tient parole
 J'arrive en résidence et des amis viennent m'épauler

J'pratique le lâcher-prise
 Ma chambre est ma maison
 Résilience est de mise
 Faut se faire une raison
 Mais là j'ai une hantise
 Quand j'descends au salon
 Rosaire et Artémise
 Font d'l'intimidation



L'autre jour, j'arrive en bas et voilà qu'on m'ridiculise
 Je sens bien qu'on rit d'moi, et j'vous dis ça m'fait mal au cœur...
 Tout ça parce que souvent j'me trouve à mettre les mêmes chemises
 Y'en a qui ont l'nez fin et trouvent que j'ai mauvaise odeur



À Paul, ils font bien pire
 En plus de ses surnoms
 Ils s'acharnent à détruire
 Sa bonne réputation
 Ils l'ont traité d'voleur
 Ils l'ont traité d'Bougon
 Sachant pas trop quoi dire
 Paul 'va plus au salon



À force de voir les résidents se cacher dans leur chambre
 C'pas bon pour le moral, passer ses jours à avoir peur
 Ils en deviennent malades, découragés et vulnérables
 Maint'nant, il est grand temps, qu'on soit pour eux les protecteurs

La victime ne dit rien
 Et cache dans son silence
 Un immense chagrin
 Une terrible souffrance
 Celui qui est témoin
 Peut faire la différence
 Il tient entre ses mains
 Le ch'min d'la délivrance

L'autre soir, j'en pouvais plus de cette ambiance cancérigène
 Je me suis libérée, et j'ai dit c'que j'avais sur l'cœur
 Si on vous intimide, osez parler, montrez votre peine
 Faut s'parler d'temps en temps pour mettre les pendules à l'heure...
 Faut s'parler d'temps en temps pour mettre les pendules à l'heure...



Conclusion

C'est semblable à un bien beau voyage que nous avons fait au cours de cette dernière année en réalisant ce projet « JE SUIS la Solution » au sein de l'AQDR des Chenaux. Un périple qui a permis de lever le voile sur une réalité qu'on ne veut pas toujours voir mais qui pourtant existe, l'intimidation des aînés.

Notre équipe a beaucoup appris au sujet de ce phénomène et c'est avec cœur que nous avons mené ce projet, conçu les activités et surtout défendu le légitime droit qu'a chaque personne de vivre dans un environnement et une société où règne la bientraitance et fait en sorte que chacun puisse être soi-même, sans subir d'intimidation, quel que soit son âge.

Avec toutes les rencontres, les chroniques, le dépliant produit, la chanson composée sur ce thème, les outils promotionnels que nous avons distribués, et finalement, ce document synthèse, nous sommes convaincus que la population de la MRC des Chenaux se trouve davantage sensibilisée à l'intimidation des aînés et est maintenant en mesure de mieux la reconnaître et mieux identifier aussi les divers impacts que peuvent avoir les gestes d'intimidation sur le quotidien des aînés. De plus, notre autre objectif étant de faire partie des solutions, nous avons pu constater, d'après vos réponses reçues lors du concours, que vous avez une bonne connaissance des solutions qui s'offrent à nous.

Nous tenons à remercier le Ministère de la Famille qui a créé le programme « Ensemble contre l'intimidation » afin d'enrayer et lutter contre l'intimidation des aînés au Québec grâce auquel nous avons pu concevoir, présenter et mettre sur pied notre beau projet.

Grand merci à tous nos bénévoles et aux aînés qui ont collaboré de près ou de loin à la réalisation de ce projet, aux membres du comité CAPAB et finalement, à notre conseil d'administration et sa présidente, qui savent si bien nous épauler et nous motiver dans nos réalisations, sans qui notre travail n'aurait pas le même dynamisme.

Louise Dolbec, chargée de projet

Sainte-Geneviève-de-Batiscan, le 27 août 2020

Bibliographie



Ciblons l'intimidation, Guide contre l'intimidation des aîné.e.s, Cadre théorique et pratiques innovantes, Centre communautaire CCRV50+, Centre des Aînés de Villeray

Guide et DVD « Je prends ma place », un outil pour prévenir et contrer l'intimidation chez les personnes âgées, DIRA Estrie, Centre d'aide aux victimes de maltraitance

INSPQ Encadré 2 – Intimidation envers les personnes âgées, Institut National de Santé Publique, Beaulieu, Marie, Leboeuf, R. et Pelletier, C. (2018) Centre d'expertise et de référence en santé publique

L'intimidation : c'est quoi au juste? Site Internet DIRA-Laval

L'intimidation pique, Capsules représentant différentes situations où sont posés des gestes d'intimidation dans un milieu de vie de personnes âgées, Comité Prévention Maltraitance Aînés, Table de concertation des aînés du CSSSRY Territoire du CLSC des Patriotes

Mémoire de l'Association québécoise de gérontologie (AQG), Ensemble contre l'intimidation, Montréal, le 25 novembre 2014, 15p.

Prévenir et contrer l'intimidation... même chez les personnes âgées! AQDR nationale, Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées, 64p.
info@aqdr.org www.aqdr.org facebook.com/aqdrnationale

Programme « **Ce n'est pas correct! Voisins, amis et familles présents pour les personnes âgées** » (It's not right), Pratique de pointe pour contrer la maltraitance envers les personnes âgées du CIUSSS du Centre-Ouest-de-l'île-de-Montréal. (Adaptation francophone 2017).

Quand des aînés sont victimes d'intimidation, Reportage de Radio-Canada, par Marie-Ève Cousineau, 24 janvier 2020, expert invité : Marie Beaulieu, Professeure et chercheuse à l'Université de Sherbrooke, <https://maltraitancedesainés.com/>

Répertoire d'actions pour prévenir et contrer l'intimidation dans les municipalités amies des aînés, Programme affilié Organisation mondiale de la Santé, Municipalité amie des aînés, Famille Québec

Un milieu de vie sans maltraitance en CHSLD, en résidences privées, en RTF, RI : compétences relationnelles souhaitables selon le MSSS, Outil de formation du Centre de formation sur mesure Yvon Riendeau Imm. (1986-2009)

