

CONSÉQUENCES DE L'INTIMIDATION

Subir de l'intimidation entraîne une grande variété de conséquences nuisibles qui peuvent affecter la santé physique, la santé mentale et les relations sociales.

Voici quelques exemples des conséquences de l'intimidation:

- Isolement ;
- Peur ;
- Sentiment de culpabilité ;
- Sentiment d'humiliation ;
- Sentiment de détresse ;
- Perte de confiance en soi ;
- Anxiété ;
- Dépression ;
- Perte ou prise de poids ;
- Divers malaises physiques, comme des maux de ventre ou de tête ;
- Pensées suicidaires ;
- Exclusion sociale.

Si vous êtes victime d'intimidation, sachez que ce n'est pas de votre faute.

L'entière responsabilité de l'intimidation appartient à l'agresseur.

Vous vivez de l'intimidation?

LES ACTIONS À ENTREPRENDRE:

- Tenez un journal de bord avec les détails de ce que vous subissez (date, heure, événement, etc.) ;
- Si vous êtes en sécurité, informez la personne qui vous intimide que son comportement est indésirable et qu'elle doit y mettre fin ;
- Parlez-en avec une personne de confiance, telle qu'un ami, un proche ou un professionnel de la santé ;
- Appelez la ligne Aide Abus Aînés au 1 888-489-2287 ;
- Appelez Info-Santé au 811 ;
- S'il y a de la violence physique, appelez le poste de police le plus proche ou en cas d'urgence le 911 ;
- Avisez les services communautaires de l'Office d'habitation de l'Outaouais au 819 568-0033 poste 599.



Intimidation auprès des aînés



VIVRE ENSEMBLE

VOUS ÊTES TÉMOIN D'INTIMIDATION?



Comment reconnaître les signes chez une victime:

- Ne participe pas à ses activités habituelles ;
- Est anxieuse ;
- A des ecchymoses ou d'autres blessures ;
- Est triste et irritable ;
- A des troubles du sommeil ou fait des cauchemars ;
- A une faible estime d'elle-même.

Comment aider une victime:

- L'écouter ;
- Ne pas la juger ;
- L'encourager à s'éloigner de l'intimidateur ;
- L'inviter à dénoncer.

QU'EST-CE QUE L'INTIMIDATION ?

Définition

L'intimidation désigne un rapport de force inégale entre deux personnes où l'une cherche à blesser l'autre par des paroles, comportements, actes ou gestes répétés. L'intimidation peut être faite par une seule personne ou par un groupe.

Qui est l'intimidateur?

L'intimidateur peut connaître la victime dans différents contextes. Il peut s'agir d'un proche, d'un ami, d'un bénévole, d'un voisin, d'un professionnel de la santé, etc.

Où l'intimidation se produit-elle?

La victime peut vivre de l'intimidation à différents endroits, par exemple à son domicile, dans le corridor de l'immeuble qu'elle habite, dans une salle communautaire, dans une clinique de santé, dans la rue ou même sur Internet.

Formes de l'intimidation

1) Physique

- Bousculer intentionnellement ;
- Faire trébucher ;
- Lancer un objet ;
- Frapper ;
- Confiner dans une pièce, etc.

2) Verbale

- Insulter ou se moquer ;
- Menacer ;
- Faire des remarques discriminatoires basées sur l'âge ou les croyances, etc.

3) Sociale

- Propager des mensonges ou des rumeurs ;
- Humilier ou dénigrer ;
- Empêcher d'avoir de la visite ;
- Limiter la victime dans les contacts avec sa famille ou ses amis ;
- Interdire de participer à des activités ou des loisirs, etc.

4) Matérielle

- Détruire ou vandaliser les biens ;
- S'approprier ou voler les biens, etc.