

Prévenir la violence et la négligence à l'égard des personnes âgées



Service public d'éducation
et d'information juridiques
du Nouveau-Brunswick

Prévenir la violence et la négligence à l'égard des personnes âgées

Le Service public d'éducation et d'information juridiques du Nouveau-Brunswick (SPEIJ-NB) est un organisme sans but lucratif qui fournit de l'information juridique aux gens du Nouveau-Brunswick. Le Service reçoit de l'aide financière et un appui non monétaire du ministère de la Justice du Canada, de la Fondation pour l'avancement du droit au Nouveau-Brunswick, du ministère de la Justice et de la Consommation du Nouveau-Brunswick.

Nous tenons à remercier les personnes et organismes suivants qui nous ont aidés à élaborer cette publication : le ministère du Développement social, Aîné.e.s en marche Inc. et le Secrétariat des aînés en santé. Une aide financière a été reçue du ministère de la Justice du Canada pour la révision et la réimpression de cette publication en 2009.

Le présent livret n'expose pas toutes les questions de droit dans le domaine. Par ailleurs, il arrive que les lois soient modifiées de temps à autre. Toute personne ayant besoin d'une information ou d'un conseil juridique particulier sur sa propre situation devrait consulter un avocat.

Publié par :



**Service public d'éducation
et d'information juridiques
du Nouveau-Brunswick**

C. P. 6000 Fredericton (N.-B.)
E3B 5H1 CANADA
Tél. : 506-453-5369
Télééc. : 506-462-5193
Courriel : pleisnb@web.ca
www.legal-info-legale.nb.ca

TABLE DES MATIÈRES

1. Introduction	1
2. Motifs de violence et de négligence	2
3. Définition du problème	3
4. Obtenir de l'aide	5
5. Quelques options à explorer	7
i. Développement social	7
ii. Police	12
iii. Services d'aide dans la collectivité	13
6. Prévenir la violence et la négligence	15
7. Planifier sa sécurité quand on quitte une situation de violence	16
8. Mes contacts importants	19

1. Introduction

Le présent livret a pour but de répondre à certaines questions concernant la violence et la négligence à l'égard des personnes âgées. Il peut aussi être utile pour la famille, les amis et les soignants qui aident des personnes âgées.

Est-ce que n'importe qui peut être victime de violence et de négligence?

Oui. La violence et la négligence peuvent toucher n'importe qui sans égard à l'âge, au niveau d'activité, au revenu ou aux antécédents culturels. Les victimes peuvent vivre seules, en famille ou dans un foyer de soins.

Qui sont les agresseurs?

L'agresseur est généralement une personne que la victime connaît et en qui elle a confiance – quelqu'un qui exerce un contrôle et a de l'influence sur la personne âgée. Souvent, l'agresseur isole la victime de ses amis, de ses voisins et des membres de la famille qui comptent beaucoup pour elle. Toutefois, l'agresseur peut être n'importe qui, c'est-à-dire :

- un conjoint ou un membre de la famille
- un ami
- tout soignant
- quiconque travaille pour la personne âgée
- le personnel du foyer de soins ou foyer de soins spéciaux
- un étranger
- un propriétaire



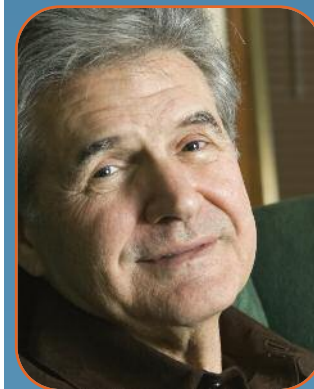
2. Motifs de violence et de négligence

Dans la famille

- une période stressante au sein de la famille
- de mauvaises relations familiales
- un cycle de violence dans la famille
- le soignant agresseur cherche à prendre sa revanche sur un parent pour des actions passées
- le soignant agresseur a un problème de drogue ou d'alcool
- le soignant agresseur ne comprend pas le processus du vieillissement
- le soignant agresseur a des soucis d'argent
- le soignant agresseur doit s'occuper d'autres personnes à charge et se sent débordé
- le soignant agresseur est peut-être une personne âgée ou handicapée qui est incapable de s'occuper d'elle-même en plus de s'occuper de quelqu'un d'autre

Dans un foyer de soins, un foyer de soins spéciaux ou autre

- manque de formation
- personnel débordé
- milieu de travail stressant
- absence de communication



Qu'est-ce qu'un « soignant »? Dans ce livret, un soignant est toute personne qui s'occupe d'une personne âgée. Il peut s'agir d'un ami, d'un membre de la famille (y compris le conjoint), d'un voisin, d'un professionnel de la santé (dont le personnel d'un foyer de soins ou d'un foyer de soins spéciaux) ou d'un aide de maintien à domicile (par exemple, une auxiliaire familiale).

Rien ne peut justifier la violence et la négligence.

3. Définition du problème

Type de violence	Définition	Indicateurs
Violence physique	Tout acte de violence ou de brutalité qui cause des douleurs physiques ou un malaise, comme gifler, pousser ou frapper. Peut aussi comprendre l'utilisation de moyens de contention.	<ul style="list-style-type: none"> ◆ peur des soignants ◆ blessures inexplicables ◆ lenteur à se faire soigner ◆ blessures inhabituelles ◆ tendance à changer de médecin ◆ blessures au cuir chevelu
Violence psychologique	Tout acte qui porte atteinte à la dignité ou à l'amour-propre d'une personne, dont les cris, les critiques, les menaces, les humiliations ou l'isolement de la personne âgée sur une base régulière. Peut aussi comprendre la violence spirituelle, par exemple empêcher la personne d'aller à l'église ou à des services religieux ou tourner ses croyances religieuses en dérision.	<ul style="list-style-type: none"> ◆ faible estime de soi ◆ nervosité en présence du soignant ◆ confusion ◆ tendances suicidaires ◆ pas de contact visuel avec le soignant ◆ peur de l'abandon ◆ léthargie, repli sur soi
Violence liée aux substances chimiques	Utilisation à mauvais escient de médicaments en vente libre ou de médicaments sur ordonnance, y compris refuser de donner des médicaments ou en donner trop.	<ul style="list-style-type: none"> ◆ sédation ou léthargie excessive ◆ anxiété ou agitation excessive ◆ désorientation, confusion ◆ sautes d'humeur soudaines ◆ omission de remplir les prescriptions
Violence sexuelle	Tout acte sexuel non désiré, comme les attouchements, baisers et caresses non voulus.	<ul style="list-style-type: none"> ◆ peur inhabituelle d'une personne ◆ vêtements sales, déchirés ou tachés de sang ◆ douleur et contusions ◆ changement dans le comportement sexuel ◆ infections transmises sexuellement (ITS)
Exploitation financière	Toute utilisation inadéquate de l'argent ou des biens d'une personne âgée sans que celle-ci en ait pleinement conscience ou sans son consentement. Le vol d'argent, de chèques de pension ou de biens ainsi que l'exercice abusif d'une procuration constituent de l'exploitation financière.	<ul style="list-style-type: none"> ◆ disparition inexplicable de biens ◆ non-paiement de factures ◆ mauvaise connaissance de sa situation financière ◆ modification soudaine du testament ◆ manque de choses nécessaires abordables ◆ retrait inhabituel d'argent d'un compte
Négligence	Le manque de soin ou d'attention par un soignant envers une personne âgée incapable de pourvoir entièrement à ses propres besoins. La privation de nourriture, de soins d'hygiène personnelle, de services de santé, de vêtements, d'aide ou de compagnie peut constituer de la négligence. La négligence englobe aussi la négligence de soi, c'est-à-dire le fait de refuser ou d'être incapable de pourvoir à ses propres besoins ou de tarder à le faire.	<ul style="list-style-type: none"> ◆ malnutrition ◆ vagabondage sans surveillance ◆ absence de chaleur ou d'électricité ◆ apparence négligée ◆ prothèses dentaires, lunettes ou prothèses auditives manquantes ◆ mauvais état de la peau ou plaies de lit ◆ problèmes médicaux non traités ◆ abus d'alcool ou de médicaments

4. Obtenir de l'aide

Que devrais-je faire si je fais l'objet de violence ou de négligence? Vous pouvez :

- En parler à des membres de la famille ou à des amis.
- Exprimer vos sentiments à l'agresseur, si vous vous sentez à l'aise et en sécurité pour le faire.
- Vous confier à votre médecin, à un conseiller ou à un ministre du culte ou à un membre de votre groupe confessionnel.
- Vous renseigner sur les services de soutien offerts.
- Appeler le ministère du Développement social.
- Appeler la police.
- Quitter les lieux.

Pourquoi les personnes âgées ne signalent-elles pas la violence ou la négligence dont elles font l'objet?

Certaines personnes ne signalent pas les actes de violence ou de négligence dont elles font l'objet parce qu'elles sont malades ou frêles ou parce qu'elles ont de la difficulté à communiquer. D'autres croiront plutôt :

- les mauvais traitements risquent d'empirer
- personne ne peut les aider
- les preuves de mauvais traitement sont inexistantes
- les mauvais traitements sont mérités
- c'est trop honteux
- le problème est d'ordre familial
- il faut continuer de se débrouiller seul
- le soignant pourrait les abandonner
- le soignant les fera placer en établissement

Est-ce que des amis ou des voisins peuvent aider?

Oui. Même si personne n'est pas légalement tenu de signaler les cas présumés de violence ou de négligence à l'égard de personnes âgées, n'importe qui peut aider. Personne ne doit tolérer un comportement violent. Si vous pensez qu'il y a un problème, parlez-en à quelqu'un. Voici une liste de contrôle qui peut être utile.

Liste de contrôle concernant l'aide possible à une personne âgée victime de violence ou de négligence

- Parler à la personne en privé.
- Écouter ce qu'elle dit.
- Essayer de comprendre ce qui se passe.
- Écrire tout ce que la personne raconte.
- Ne pas paniquer ni présumer des choses. Il s'agit d'un moment difficile pour la personne.
- Expliquer à la personne les options offertes.
- Discuter des avantages et des inconvénients de chaque option ou communiquer avec une personne en mesure de le faire.
- Encourager la personne à choisir l'option la plus appropriée compte tenu de sa situation.
- Laisser la personne prendre sa propre décision.
- Si la sécurité de la personne est menacée, le signaler à la police ou au ministère du Développement social.



Aidez à mettre fin aux actes de violence et de négligence. Dénoncez-les!



Si on vous inflige des mauvais traitements, il existe de nombreuses sources d'aide. Continuez à chercher jusqu'à ce que vous obteniez l'aide dont vous avez besoin.

5. Quelques options à explorer

i. Développement social

Comment le ministère du Développement social peut-il aider?

Le ministère du Développement social administre plusieurs programmes qui offrent de l'aide et des services. Le **programme de protection des adultes** vise à protéger les aînés plus vulnérables tout en reconnaissant le droit des adultes compétents de prendre leurs propres décisions et de vivre leur vie comme bon leur semble.

En vertu de la *Loi sur les services à la famille*, le Ministère a le pouvoir d'effectuer une enquête et d'intervenir s'il a de bonnes raisons de croire au bien-fondé d'un signalement d'aîné négligé ou maltraité.

L'exploitation financière n'est pas visée par le programme de protection des adultes, mais bien par le *Code criminel*. Si quelqu'un s'empare de vos fonds ou de vos biens, veuillez communiquer avec la police.

Quel est l'adulte qui a besoin de protection?

Selon la *Loi sur les services à la famille*, un adulte qui a besoin de protection est une personne âgée de 65 ans ou plus ou un adulte handicapé de plus de 19 ans qui :

- est incapable de prendre soin d'elle-même ou de lui-même en raison d'une infirmité mentale ou physique, et
- est victime de violence ou de négligence, et
- refuse ou est incapable de prendre des mesures afin de recevoir des soins et une attention convenables.

Comment obtenir l'aide du Ministère?

Il suffit de téléphoner au bureau régional du ministère du Développement social le plus proche et d'expliquer votre situation. Les numéros de téléphone pour joindre les responsables du programme de protection des adultes se trouvent dans l'encadré. Vous pouvez signaler un cas au programme de protection des adultes 24 heures sur 24, sept jours sur sept.

Est-ce que n'importe qui peut signaler des cas de violence ou de négligence?

N'importe qui peut téléphoner au ministère du Développement social pour faire part de ses préoccupations au sujet de la manière dont une personne âgée est traitée.

Il est interdit au Ministère de révéler l'identité de la personne qui a fait le signalement sans le consentement de cette dernière, sauf sous ordonnance d'un juge.

Que se passe-t-il lorsqu'un cas de violence est signalé?

Lorsque le Ministère a des raisons de croire qu'une personne est maltraitée ou négligée par un soignant, il demande à un travailleur social d'examiner la situation, c'est-à-dire de faire une **enquête**.

Que se passe-t-il si j'habite dans un foyer de soins?

Le Ministère fera enquête quel que soit votre lieu de résidence.

Que se passe-t-il si l'agresseur tente d'interrompre l'enquête?

Si le déroulement de l'enquête est entravé, la cour peut délivrer un mandat pour autoriser le travailleur social à poursuivre l'enquête. Si le travailleur social a des raisons de croire que le soignant est violent à votre égard, il peut aussi demander à la cour de lui fournir un mandat qui l'autorise à éloigner la personne violente de votre lieu de résidence durant l'enquête.

Programme de protection des adultes du Nouveau-Brunswick

Sans frais

Péninsule acadienne (Tracadie-Sheila) :
1-866-441-4149

Chaleur (Bathurst) :
1-866-441-4341

Edmundston :
1-866-441-4249

Fredericton :
1-866-444-8838

Miramichi :
1-866-441-4246

Moncton :
1-866-426-5191

Restigouche (Campbellton) :
1-866-441-4245

Saint John :
1-866-441-4340



Une invalidité est une déficience physique ou intellectuelle ou un trouble de la communication qui limite considérablement la capacité d'accomplir les activités ordinaires de la vie quotidienne.

Quand l'enquête commence-t-elle?

Si vous courez un danger immédiat, le Ministère commence l'enquête sur-le-champ, sinon dans les 16 jours ouvrables suivant la réception du signalement.

En quoi consiste l'enquête?

Un travailleur social se rend chez vous ou à un autre endroit où vous vous sentez en sécurité pour expliquer les motifs de l'enquête. Le travailleur social vous posera des questions visant à déterminer si vous êtes victime de négligence ou de violence physique, sexuelle ou psychologique, et il évaluera la situation pour voir si votre sécurité et votre bien-être sont menacés. Il peut également interroger des membres de la famille. Il s'agit d'entretiens privés et confidentiels. Le présumé agresseur n'y assiste pas; cette personne participera à un entretien plus tard.

Que se passe-t-il après l'enquête?

Si vous êtes victime de violence ou de négligence, le travailleur social offrira de vous aider. Il peut notamment :

- fournir des services sociaux
- vous orienter vers l'organisme ou le service approprié
- vous placer sous un régime de protection
- vous amener à l'hôpital
- appeler la police

Que se passe-t-il si je ne veux pas d'aide?

Si vous êtes en mesure de prendre vos propres décisions, le travailleur social ne vous offrira ses services qu'avec votre consentement.

Que se passe-t-il si le soignant ne veut pas que je demande de l'aide?

Il arrive qu'un soignant, un parent ou un ami cherche à inciter la personne âgée maltraitée à refuser l'aide après la tenue de l'enquête. C'est de l'ingérence. Si quelqu'un tente de gêner ou d'interrompre vos démarches en vue d'obtenir de l'aide, le travailleur social du programme de protection des adultes peut vous aider. **Parlez-en!**

Qu'arrive-t-il si le travailleur social pense que je me néglige?

Les gens ont le droit de vivre comme ils l'entendent quand ils peuvent exercer des choix, quand ils ne commettent pas de crime et quand leur comportement n'est pas dangereux. Les adultes qui ne veulent pas d'aide ont le droit de refuser les services et d'être laissés en paix. Le travailleur social doit respecter leur volonté. Il peut seulement offrir de l'aide et faire des suggestions. Toutefois, il peut chercher à savoir si la personne a un comportement habituel ou si son comportement a changé soudainement.



Qu'arrive-t-il si je deviens incapable mentalement?

Les personnes atteintes d'incapacité mentale sont souvent incapables de prendre soin d'elles-mêmes, de pourvoir à leurs propres besoins ou de demander de l'aide. Dans ce cas, un travailleur social fait passer un test de dépistage pour déterminer s'il est nécessaire de faire un examen plus poussé. Le travailleur social peut vous placer sous un **régime de protection** jusqu'à concurrence de cinq jours s'il a de bonnes raisons de croire que vous êtes une personne atteinte d'incapacité mentale, que votre sécurité est en danger et que vous refusez les services sociaux. Une fois cette période écoulée, le régime de protection prend fin, à moins que le Ministère demande à la cour de rendre une ordonnance de protection vous visant. Si vous devenez atteint d'une incapacité mentale et êtes victime de violence ou de négligence, le Programme de protection des adultes peut vous aider. En vertu de ce programme, le Ministère peut demander à la cour de rendre toute ordonnance qu'elle considère appropriée pour vous aider et de faire ce qu'elle juge être **le mieux pour vous**.

Qui s'occupe des affaires financières d'une personne pendant qu'elle est placée sous un régime de protection?

Le Programme de protection des adultes offre normalement des services de courte durée jusqu'à ce que les risques de préjudice soient écartés. Cependant, si vous avez besoin de services de longue durée, il peut s'avérer nécessaire que quelqu'un s'occupe de vos affaires financières. Si vous ne prenez pas de mesures à cet égard et que vous ne connaissez personne qui peut s'en occuper à votre place, le Ministère peut demander à la cour de nommer le **bureau du curateur public** à titre de tuteur légal ou fiduciaire pour la gestion de vos affaires financières.

ii. Police

La violence et la négligence sont-elles contraires à la loi?

Toutes les formes de violence et de négligence sont inacceptables! De plus, certaines sont des infractions au Code criminel, par exemple les voies de fait, les agressions sexuelles, les menaces, le vol, la fraude et la négligence criminelle.

La police peut-elle m'aider?

La police peut traiter les plaintes de voies de fait, d'escroquerie et de vol de biens, d'argent ou de chèques de pension. Elle intervient également en cas de vandalisme, d'entrée par effraction ou de harcèlement par des personnes du voisinage. Elle peut vous renseigner sur les programmes susceptibles de vous aider à assurer votre sécurité.

Téléphonez à la police locale ou à la GRC. **En cas d'urgence, composez le 9-1-1.** Un agent de police se présentera chez vous pour faire enquête. Il peut avoir à déterminer si un acte criminel a été commis. La police s'entretiendra avec vous et avec toute personne qui a des preuves de l'acte criminel.

Que se passe-t-il si la police trouve des éléments de preuve?

Lorsque la police découvre les preuves suffisantes d'un acte criminel, elle consulte le procureur de la Couronne pour déterminer s'il y a lieu de porter des accusations.

La police peut-elle m'aider si la personne qui prend soin de moi me maltraite?

Si vous appelez la police pour dénoncer un soignant ou une personne connue qui vous maltraite ou vous néglige, la police peut appeler le ministère du Développement social. Si la police et le Ministère décident de mener l'enquête conjointement, un agent de police et un travailleur social vous



Le bureau du curateur public du Nouveau-Brunswick protège les intérêts financiers et personnels des personnes âgées, des personnes aux capacités mentales réduites, des enfants, des personnes absentes et des personnes décédées lorsqu'il n'y a pas de personne qui est en mesure de s'en occuper ou disposé à le faire.



rencontreront ensemble. Si l'enquête montre que la violence ou la négligence qui a eu lieu contrevient au Code criminel, la police peut porter des accusations contre l'agresseur.

Est-ce qu'un procès sera intenté?

Si la personne accusée plaide coupable, il n'y a pas de procès. La sentence est prononcée, et votre présence n'est pas requise. Toutefois, si l'accusé plaide non coupable, un procès aura lieu. Il se pourrait que vous deviez témoigner devant la cour.

Est-ce qu'une aide me sera fournie en cas de procès?

Le Service d'aide aux victimes du ministère de la Sécurité publique fournit de l'aide pendant le procès aux victimes d'un acte criminel, y compris dans les cas de violence et de négligence. Vous recevez de l'information sur :

- vos droits et responsabilités
- le déroulement du procès
- les outils d'aide spéciale pour aider les victimes vulnérables à témoigner devant la cour
- la décision de la cour
- des réponses à vos questions
- l'aiguillage vers des services de soutien et de consultation
- une aide financière en cas d'urgence

iii. Services d'aide dans la collectivité

Quels sont les services offerts dans la collectivité pour aider les personnes âgées?

Voici quelques-uns des services offerts :

- centres de jour pour adultes

- services de préposés aux soins
- repas à domicile
- foyers de soins ou de soins spéciaux
- services d'aide familiale
- services et livraison à domicile
- cliniques de consultation juridique (à certains endroits)
- Programme extra-mural
- services-conseils
- groupes de soutien
- services de bénévoles
- groupes de défense
- maisons de transition

Ces services mettront-ils fin à la violence et à la négligence?

Ils peuvent aider. Parfois, les gens endurent les mauvais traitements parce qu'ils croient que c'est le seul moyen d'obtenir les soins dont ils ont besoin. Si vous êtes une personne maltraitée, les organismes de services sociaux, les groupes de soutien et les professionnels peuvent vous conseiller ou vous offrir des solutions de rechange pour répondre à vos besoins en matière de soins et d'attention.

Par exemple, les actes d'agression peuvent cesser si le soignant est soulagé d'une partie ou de la totalité des responsabilités stressantes. Ou encore, si la victime est placée dans un endroit où elle se sent en sécurité, comme une maison de transition, elle est alors plus en mesure de planifier pour l'avenir. Toutefois, ces services ne mettent pas nécessairement fin à la violence ou à la négligence. Souvent, la seule façon de faire cesser ce genre de comportement est d'appeler le ministère du Développement social ou la police.



Pour obtenir de l'information sur les services offerts dans la province, téléphonez à Service Nouveau-Brunswick au 1-888-762-8600. Un espace est prévu au dos de ce dépliant pour consigner ces services et leurs coordonnées.

6. Prévenir la violence et la négligence

Conseils pour les membres de la famille et les amis

- Restez en contact étroit avec les membres de la famille et les amis plus âgés.
- Apprenez à reconnaître les signes de violence et de négligence.
- Discutez de tout signe de violence ou de négligence.
- Proposez des services de conseil familial et donnez de l'information au sujet des services de soutien.
- S'il y a lieu, offrez des conseils sur des questions financières.
- Tentez d'abaisser le niveau de stress dans la famille.
- Trouvez des moyens d'atténuer l'isolement de la personne.

Conseils pour les personnes à risque

- Restez en contact avec des amis.
- Apprenez à reconnaître les signes de violence et de négligence.
- Signalez tous les actes de violence.
- Gardez votre argent à la banque.
- Conservez vos biens précieux dans un coffret de sécurité.
- Suivez de près votre situation financière.
- Déposez vous-même vos chèques de pension ou d'invalidité ou adoptez le dépôt direct.
- Joignez un groupe de personnes âgées ou un club philanthropique.
- Informez-vous de vos droits le plus possible.
- N'hésitez pas à demander de l'aide.

Conseils pour la collectivité

- Offrez des services-conseils et organisez des groupes d'entraide pour les personnes âgées et leurs soignants.
- Faites connaître les programmes et les services offerts.
- Renseignez le public sur le processus du vieillissement.
- Créez un réseau de soutien et de représentation pour les personnes âgées et leur famille.

7. Planifier sa sécurité quand on quitte une situation de violence

En cas d'urgence

Si vous devez agir rapidement, il est important de vous préparer. Voici des points à considérer :

- Où irez-vous en cas d'urgence? Vous aurez besoin d'un endroit sûr.
- Comment allez-vous vous y rendre? Y a-t-il quelqu'un qui peut venir vous chercher?
Pouvez-vous prendre l'auto, un taxi ou l'autobus?
- Y a-t-il quelqu'un que vous pouvez appeler pour lui dire ce qui se passe et où vous allez?
- Y a-t-il quelqu'un qui peut prendre vos animaux domestiques?
- Si vous devez vous rendre dans une maison de transition, savez-vous comment?

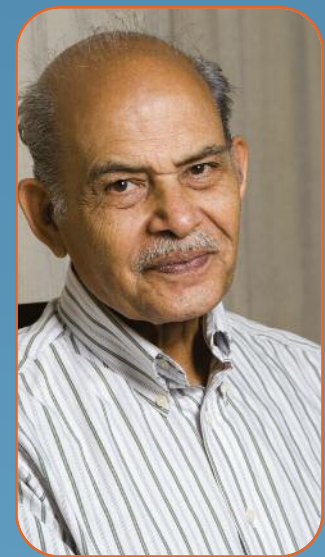
Sensibilisation aux mauvais traitements envers les aînés :
S'informer des récentes initiatives de sensibilisation aux mauvais traitements envers les aînés à l'address
www.aines.gc.ca

Éléments d'un plan de sécurité en cas d'urgence

Vous devriez préparer un plan visant à accroître votre sécurité. Préparez le plan à l'avance au cas où la violence reprendrait. Bien que vous n'ayez pas de contrôle sur la violence, vous avez le choix de la façon dont vous y répondez et dont vous vous mettez en sécurité. Conservez ce plan en lieu sûr.

- Établissez un itinéraire d'évacuation. S'il y a lieu, sachez où se trouvent les armes dans la maison.
- Sachez où vous pouvez aller vous être en sécurité, au moins pour téléphoner.
- Si ce n'est pas la première fois qu'on vous maltraite, assurez-vous que la police est pleinement au courant de la situation.
- Veillez à ce que les numéros des services d'urgence soient programmés dans votre téléphone (maison d'hébergement, voisins, personnes qui pourront vous aider).
- Parlez à vos voisins et à des personnes en qui vous avez confiance. Renseignez-les sur la situation afin qu'ils puissent garder un œil sur vous et téléphoner à la police s'ils s'inquiètent à votre sujet.
- Téléphonnez à une maison de transition et parlez au personnel. Il serait une bonne idée de décider d'un mot-code afin que la maison de transition sache qui vous êtes si vous devez lui téléphoner dans un moment de crise.
- Cachez de l'argent s'il est possible de le faire (vous pourriez avoir besoin d'argent pour une course en taxi) et une clé d'auto de rechange pour être en mesure de partir rapidement.

- Dressez une liste des choses à emporter avec vous pour être capable de les trouver en situation d'urgence. Voici des objets qui pourraient être importants :
 - Argent, livrets de banque, cartes de crédit
 - Vêtements de rechange pour quelques jours
 - Tout médicament dont vous pourriez avoir besoin
 - Clés de la maison, clés de la voiture
 - Papiers d'identité
 - Documents importants : certificats de naissance, numéros d'assurance sociale, déclarations de revenus
 - Carte d'assurance-maladie
 - Carte de statut des Premières Nations
 - Passeport, documents d'immigration ou de citoyenneté
 - Copies de votre bail ou de l'acte de vente
 - Votre carnet d'adresses
 - Le certificat d'immatriculation de la voiture, votre permis de conduire, le certificat d'assurance automobile
 - Vos possessions ou livres préférés (des objets qui vous apportent du réconfort)
- Envisagez de préparer un sac d'urgence contenant une partie des objets mentionnés au cas où vous devriez partir rapidement. Vous ne pouvez pas tout emporter. Contentez-vous de prendre ce dont vous avez besoin pendant quelques jours. S'il le faut, confiez le sac à un ami.
- Obtenir des conseils d'ordre juridique ou autre, avant que la situation devienne urgente, est probablement une bonne idée.
- Si vous êtes en danger, trouvez un téléphone et composez le 9-1-1 immédiatement.



8. Mes contacts importants

Utilisez cette section pour consigner le nom des personnes et des organismes qui vous ont aidé ainsi que tout autre renseignement important. Comme vous n'aurez peut-être pas besoin de parler à toutes ces personnes, remplissez uniquement les cases qui s'appliquent à votre situation.

Information et intervention en cas de crise

Police

Nom : _____

Date : _____

Numéro de dossier : _____

Notes : _____

Ministère du Développement social

Nom : _____

Date : _____

Notes : _____

Hôpital

Hopital _____

Date d'admission : _____

Médecin traitant : _____

Médecin de famille

Nom : _____

N° de téléphone : _____

Rendez-vous : _____

Conseiller en santé mentale

Nom : _____

N° de téléphone : _____

Rendez-vous : _____

Travailleur des services d'approche

Nom : _____

N° de téléphone : _____

Rendez-vous : _____

Conseiller religieux

Nom : _____

N° de téléphone : _____

Dates de rencontre : _____

Maison de transition

Date d'admission : _____

N° de téléphone : _____

Personnes-ressources : _____

Services relatifs à la cour

Services aux victimes

Nom : _____

N° de téléphone : _____

Dates de rencontre : _____

Procureur de la Couronne

Nom : _____

Dates de rencontre : _____

N° de téléphone : _____

Dates de comparution : _____

Avocat

Nom : _____

N° de téléphone : _____

Rendez-vous : _____

Agent de probation

Nom : _____

N° de téléphone : _____

Dates de rencontre : _____

Aide juridique en matière de droit de la famille

Nom : _____

N° de téléphone : _____

Dates de rencontre : _____

Notes : _____

Cliniques de consultation juridique

Nom : _____

N° de téléphone : _____

Dates de rencontre : _____

Soutiens communautaires

Aide au revenu

Nom : _____

N° de téléphone : _____

Rendez-vous : _____

Logement social

Nom : _____

N° de téléphone : _____

Rendez-vous : _____

Centre de santé mentale

Nom : _____

N° de téléphone : _____

Rendez-vous : _____

Programme extra-mural

Nom : _____

N° de téléphone : _____

Rendez-vous : _____

Banque alimentaire

Nom : _____

N° de téléphone : _____

Adresse : _____

Amis/voisins

Nom : _____

N° de téléphone : _____

Nom : _____

N° de téléphone : _____

Groupes de soutien

Genre : _____

Personne-ressource : _____

N° de téléphone : _____

Groupe/club pour aînés

Genre : _____

Personne-ressource : _____

N° de téléphone : _____