

Il est temps qu'on *Ré-Âgisme*

parce que l'humain est plus qu'une question d'âge pour Chaudière-Appalaches

Quoi

L'âgisme apparaît lorsque l'âge est utilisé pour catégoriser et diviser les gens d'une façon qui entraîne une discrimination, des conséquences négatives, des désavantages et des injustices. Il est visible dans les attitudes négatives ou par des gestes qui contribuent à l'exclusion sociale des personnes aînées.

En bref l'âge est utilisé pour exclure, se moquer, ridiculiser et mépriser une personne. L'âgisme peut même être présent dans nos pensées (stéréotypes) et nos émotions (préjugés). Il nous touche tout au long de notre vie qu'on soit jeune ou moins jeune. Il peut être dirigé vers soi-même (autoâgisme). (Adapté de OMS, 2021)

L'ÂGISME EN BREF

L'âgisme envers les personnes aînées est la forme de discrimination la plus répandue et la plus tolérée, malgré le fait qu'il peut se manifester sans égard au genre, à l'origine ethnique et à la condition sociale de l'individu.

Ampleur



Au Canada, près de **deux personnes aînées sur trois** affirment avoir été traitées injustement ou différemment en raison de leur âge.



Dans le monde, **1 personne sur 2** fait preuve d'âgisme envers les personnes âgées.

Au quotidien	Au travail	Dans les soins de santé	L'âgisme envers soi (autoâgisme)
Il se manifeste dans les interactions quotidiennes avec la famille, l'entourage, le voisinage et dans les médias.	Bien que des images positives leur soient associées comme la fiabilité, la stabilité et la loyauté, il n'est pas rare que des tâches simples, routinières, ennuyeuses leur soient confiées.	L'âgisme s'exerce parfois lors du diagnostic : des symptômes décrits par les personnes aînées sont automatiquement attribués à la vieillesse, alors qu'elles nécessiteraient des soins de santé ou des services sociaux qui n'ont rien à voir avec l'âge. L'âgisme est ainsi responsable de dépistages tardifs ou de délais dans les traitements.	La perception négative de la vieillesse ayant été renforcée tout au long de notre vie, nous en venons souvent à nous discriminer, à nous stigmatiser ou à nous exclure nous-mêmes. Le discours « être trop vieille » ou « trop vieux » peut parfois être appliqué à soi-même.
« À rouler de même sur l'autoroute, ça doit être un ti-vieux! »	« Pourquoi je l'embaucherais, elle va ralentir la production. »	« À votre âge, on ne vous opérera pas. »	« Je ne m'achèterai pas une tablette à mon âge, je ne saurai pas l'utiliser. »

L'ÂGISME EST PARTOUT

Qui

L'âgisme nous touche tout au long de notre vie. Tous ne sont pas égaux face à l'âgisme. Les femmes sont davantage la cible d'âgisme que les hommes par les plus jeunes. Les caractéristiques d'une personne susceptible de vivre de l'âgisme sont :

- Le fait d'être plus âgé;
- Être en situation de dépendance vis-à-vis des soins;
- Avoir une espérance de vie plus courte.



Conséquences

L'âgisme et l'autoâgisme ont des conséquences réelles sur les personnes, jeunes et moins jeunes :

- Empêche de bien profiter de l'étape de la vieillesse;
- Provoque l'isolement de tout un groupe d'âge de la société;
- Augmente le risque de maltraitance et de pauvreté;
- Nuit à la santé physique et mentale;
- Est associé à une mort précoce.



Bonnes pratiques et milieux inclusifs

Il existe des solutions pour contrer l'âgisme. Les activités éducatives (outils de sensibilisation, transfert d'information, ateliers, etc.) et les contacts intergénérationnels sont particulièrement efficaces.

Les milieux dans lesquels les personnes âgées se trouvent et évoluent ont un impact important sur leur participation sociale et leur sentiment d'inclusion. L'âgisme renvoie au fait d'être ou de se sentir exclu et peut influencer la façon dont les aînés s'impliqueront ou participeront dans leur milieu. Il est possible de faire en sorte de créer des milieux sains et sécuritaires pour que les personnes âgées se sentent incluses.

