



Toolkit per l'educazione e la sensibilizzazione contro gli abusi sulle persone anziane

Una risorsa per le comunità di
Caledon e Dufferin



Sommario

Introduzione	4
Definizione di abuso sulle persone anziane	5
Fattori di rischio.....	9
Prevenzione.....	11
Come identificare un abuso	15
Come agire	17
Risorse per caregiver	22
Riferimenti	24

Questa risorsa è stata sviluppata con il sostegno del Governo dell'Ontario, in collaborazione con Elder Abuse Prevention Ontario e Aging Well in Caledon Dufferin Collaborative Network.

Riconoscimento della terra

Il Comune riconosce di essere situato su terre che sono la casa di molte popolazioni indigene provenienti da Turtle Island (America del Nord). Il Comune comprende la necessità e il valore di approfondire la conoscenza della ricca storia di questa terra e delle sue popolazioni indigene, al fine di diventare migliori vicini e partner.

Questa terra fa parte delle Terre del Trattato e del Territorio di Mississaugas of the Credit First Nation e del territorio tradizionale delle popolazioni Huron-Wendat, Haudenosaunee e Anishnabek dei Trattati di Williams.

Riconosciamo la presenza duratura e la profonda conoscenza tradizionale e le prospettive delle popolazioni indigene con cui condividiamo questa terra oggi.

Introduzione

Chiunque può essere vittima di abuso.

Non importa l'età, il sesso, la razza, la religione o le disponibilità economiche. Sebbene qualcuno pensi che capiti solo agli altri, l'aumento degli abusi sulle persone anziane in Ontario rende questo problema sempre più vicino a casa nostra. Purtroppo gli abusi sulle persone anziane aumentano sempre più e si prevede che questo trend continuerà nel prossimo decennio ([OMS, 2023](#)). Le ultime ricerche suggeriscono che gli abusi sulle persone anziane in Ontario riguardino tra l'8% e il 10% delle persone di età pari o superiore a 55 anni ([NICE, 2015](#)). Ma le prove indicano che questi numeri sono sottostimati, in quanto le vittime tacciono per timore dello stigma, per paura e per mancanza di risorse. La Public Health Agency of Canada stima che solo 1 caso su 5 di abusi sulle persone anziane venga segnalato a coloro che possono fornire aiuto (2012).

Per educare e far crescere la consapevolezza su questo problema sempre più importante, il Comune di Caledon, in collaborazione con Aging Well in Caledon Dufferin (AWICD), ha elaborato questa risorsa per le persone anziane, le loro famiglie e i caregiver. In questo toolkit forniamo tecniche di prevenzione, strumenti per l'individuazione precoce e informazioni su come segnalare gli abusi, se necessario. Il nostro obiettivo è aiutarti a invecchiare bene e in sicurezza nelle comunità di Caledon e Dufferin, fornendoti le informazioni e le risorse di cui potresti aver bisogno.

Per ulteriori informazioni su Age-Friendly Caledon o Aging Well in Caledon Dufferin, inviaci un'email o visita uno dei siti web indicati sotto.

Cordiali saluti,

Age-Friendly Caledon

Email: adult55@caledon.ca | Sito web: www.caledon.ca/adult55

Ageing Well in Caledon Dufferin Collaborative Network

Email: ageingwellcd@gmail.com | Sito web: www.awicd.org

Definizione di abuso sulle persone anziane



Quando si definiscono gli abusi sulle persone anziane, è importante capire che possono apparire e manifestarsi in modi molto diversi. Tu o qualcuno che conosci potreste ritrovarvi a subire maltrattamenti ben diversi da quelli descritti qui. Usa queste informazioni solo come guida e, se necessario, contatta le risorse indicate per avere ulteriore sostegno.

Gli abusi sulle persone anziane sono generalmente suddivisi in diverse categorie in base al tipo di abuso.

Abuso finanziario

L'abuso finanziario è classificato come maltrattamento o manipolazione tramite il controllo di proprietà, credito e risorse finanziarie. Esempi comuni includono l'abuso di procure, transazioni bancarie inspiegabili, firme falsificate su assegni e documenti e prelievi di fondi non autorizzati. Potrebbero anche esserci tentativi di modificare il testamento, il titolo di proprietà della casa e le informazioni sul conto bancario, o pressioni per ottenere da una persona anziana il consenso legale per farlo. Anche vivere con una persona anziana senza permesso, non contribuire alle spese o accettare denaro da una persona per cure o servizi non forniti può essere considerato abuso finanziario secondo l'[Elder Abuse Prevention Ontario, 2022](#).

Frodi e truffe

Questa specifica forma di abuso finanziario si riferisce a un atto disonesto utilizzato per ottenere il controllo delle finanze o dei beni personali di qualcuno. Con il progresso tecnologico, lo stile e i metodi di questi criminali si evolvono costantemente. Chi cerca di ottenere il controllo dei beni di qualcun altro utilizza telefonate, email e sms falsi per stabilire un contatto. Potrebbe affermare di essere chiunque, da un funzionario governativo all'incaricato di un concorso a premi. Potrebbe essere amichevole, professionale e molto convincente ([GOC, 2021](#)).

Se tu o qualcuno che conosci cercate maggiori informazioni su frodi e truffe, al [Canadian Anti-Fraud Centre](#) troverete informazioni su prevenzione e individuazione, e indicazioni su come denunciarle. Visita il loro sito web all'indirizzo www.antifraudcentre.ca oppure contattali telefonicamente al numero 1-888-495-8501.

Per contattare le forze dell'ordine in merito a una frode o una truffa, chiama il numero non di emergenza della polizia 1-888-310-1122.

Lo sapevi?

L'Organizzazione Mondiale della Sanità definisce l'ageismo come “gli stereotipi (come pensiamo), i pregiudizi (come ci sentiamo) e la discriminazione (come agiamo) nei confronti degli altri o di noi stessi in base all'età”.

Gli stereotipi sono credenze generalizzate verso un intero gruppo di persone. Se le persone anziane accettano stereotipi e opinioni negative su se stesse, può verificarsi l'auto-ageismo. L'età è solo un aspetto dell'identità di una persona e le esperienze di ageismo possono essere influenzate da altre caratteristiche, come il genere o l'etnia.

Durante un recente sondaggio condotto dal Governo Canadese, oltre il 48% degli intervistati ha dichiarato di aver sperimentato personalmente l'ageismo.

Negligenza

La negligenza si riferisce a qualsiasi situazione in cui una persona non fornisce cure adeguate. Ciò potrebbe essere intenzionale (negligenza attiva) o meno (negligenza passiva). La negligenza attiva si riferisce alla decisione consapevole di negare o rifiutare le cure necessarie a una persona non autosufficiente. La negligenza passiva si verifica quando un familiare ben intenzionato semplicemente non è in grado di fornire le cure necessarie per mancanza di informazioni, tempo o capacità.

Entrambe le forme di negligenza portano a negare condizioni di vita accettabili a una persona non autosufficiente, non fornendole quanto necessario (come cibo e acqua) o abbandonandola. Potrebbero anche includere il negarle l'accesso alle cure mediche e l'uso scorretto dei farmaci. Ognuna di queste azioni potrebbe provocare gravi problemi di salute come disidratazione, mancanza di igiene, malnutrizione, depressione e molte altre condizioni limitanti e, in casi estremi, anche la morte ([EAPO, 2022](#)).

Abuso psicologico/emotivo

L'abuso psicologico o emotivo si riferisce a tutto ciò che interferisce con il senso di sicurezza e benessere mentale di una persona. Potrebbe includere il non permettere alla persona anziana di prendere decisioni o minacciarla di farle del male, fisicamente o verbalmente. L'aggressore tenta di isolare la persona anziana e di ridurre la sua autostima. L'obiettivo è spaventarla fino a compromettere la percezione di se stessa. Queste azioni potrebbero provocare nella vittima depressione, ansia, confusione e isolamento ([EAPO, 2022](#)).

Abuso sessuale

Questo tipo di abuso si riferisce ad atti sessuali indesiderati. Potrebbe includere commenti o battute di natura sessuale, contatti fisici indesiderati e/o l'invio o la ricezione di fotografie esplicite. Anche l'attività sessuale con qualcuno che non è in grado di dare il proprio consenso è considerato abuso sessuale ([EAPO, 2022](#)). Una persona che sta subendo questo tipo di maltrattamento potrebbe presentare segni fisici visibili, come lesioni inspiegabili o vestiti strappati. Potrebbe anche mostrare avversione al contatto fisico, reagire in modo scomposto quando qualcuno si avvicina o soffrire di sintomi come confusione, depressione o vergogna.

Abuso fisico

L'abuso fisico si riferisce a qualsiasi atto fisico che potrebbe provocare alla vittima lesioni, disagio o dolore. Anche l'uso scorretto di farmaci e l'atto di confinare o impedire alla persona di muoversi sono considerati abusi fisici ([EAPO, 2022](#)). Una persona anziana che subisce abusi fisici potrebbe presentare segni fisici come lesioni o lividi. Potrebbe anche mostrare segni legati all'assunzione eccessiva o insufficiente di farmaci, ad esempio lamentare dolori o essere disorientata. I familiari potrebbero anche notare un peggioramento della salute della persona anziana, oppure disperazione, depressione o paura nuova o inspiegabile.

Per ulteriori informazioni sulle categorie di abuso e suggerimenti su come intervenire al meglio, visita [EAPO Training Modules](#).

Sebbene chiunque possa essere vittima di abuso, ci sono alcuni fattori che aumentano il rischio di abuso nelle persone anziane.

Lo sapevi?

Ogni anno circa 1 persona canadese anziana ogni 10 a Caledon subisce qualche forma di maltrattamento. Questo problema aumenta con l'aumentare della popolazione anziana. Il maltrattamento delle persone anziane è associato a conseguenze dannose come mortalità prematura, malattie fisiche o mentali e/o difficoltà finanziarie. È anche associato a maggiori costi sociali, come l'aumento del ricorso all'assistenza sanitaria.

[Government of Canada 2023 – COVID-19 Mistreatment of Seniors](#)

Fattori di rischio



Isolamento

Quando una persona anziana è socialmente o fisicamente isolata, potrebbe mancarle il sostegno dei familiari. Chi non ha contatti regolari con la famiglia e la comunità potrebbe fare affidamento su una sola persona o su un solo caregiver per ogni bisogno. Questa situazione potrebbe diventare pericolosa. Una persona anziana senza una rete di sostegno potrebbe sembrare un bersaglio facile per chiunque cerchi di approfittare della situazione.

Storia di violenza domestica

Le ricerche mostrano un legame tra storie di violenza domestica e maggiore vulnerabilità a future situazioni di violenza. Questo è legato a vari fattori: comportamento appreso, diminuita sensibilità e trauma intergenerazionale. La violenza si ripresenterà più volte nel corso della vita di una persona se non viene risolta, e potrebbe contribuire ad aumentare la probabilità di subire vari tipi di abuso in età avanzata.

Convivenza

La convivenza diventa problematica quando una persona anziana viene manipolata fino a sentirsi indesiderata in casa propria, a dover sostenere la maggior parte delle spese e a non avere l'opportunità di prendere decisioni riguardanti se stessa o le sue proprietà. Ciò accade spesso quando i figli adulti tornano a casa dei genitori, ma anche quando si instaurano nuove relazioni o accordi di convivenza ([EAPO, 2022](#)).

Dipendenza

La dipendenza si riferisce al consumo problematico di droghe e alcol o a comportamenti ossessivi come il gioco d'azzardo, lo shopping o il mangiare. Questi comportamenti sono il risultato di un complicato processo mentale, spesso alimentato da un trauma. Vivere una dipendenza o essere a stretto contatto con qualcuno che ne soffre espone sempre al rischio di sfruttamento e abuso. Una persona anziana può essere facilmente manipolata e controllata se soffre di problemi legati all'abuso di sostanze. Allo stesso modo, se un familiare o un caregiver ha problemi di dipendenza, aumenta la possibilità che la persona anziana diventi vittima di furti o bersaglio di violenza e rabbia.

Preoccupazioni per la salute, deterioramento cognitivo e problemi di salute mentale

Qualsiasi condizione che renda una persona anziana dipendente dagli altri per le cure può creare un pericoloso squilibrio di potere. Sfortunatamente, le persone con tendenze abusive potrebbero approfittare di questa vulnerabilità. Anche i familiari con le migliori intenzioni potrebbero non essere in grado di prendersi cura di una persona che dipende da loro. Sebbene questa situazione non sia mai facile, prendersi il tempo necessario per sviluppare un piano di assistenza in caso di emergenza o problemi di salute, se necessario, aiuterà a ridurre le possibilità che ciò accada.

Hai bisogno di aiuto?

Se tu o qualcuno che conosci avete bisogno di sostegno, contattate una delle seguenti risorse. Se tu o qualcuno che conosci correte un pericolo immediato, chiamate il 911.

Prevenzione

Esistono molti modi per contribuire a evitare che tu o qualcuno che conosci vi troviate in una situazione di abuso. Rivolgiti a uno dei servizi indicati in questo toolkit per ricevere sostegno se ritieni di essere a rischio o se stai vivendo una situazione di abuso.

Mantieni i contatti

Ci sono molte ragioni per cui è importante mantenere una rete sociale. Sono sempre più numerose le ricerche che collegano la cattiva salute all'isolamento sociale. È dimostrato che essere in contatto con gli altri e con la comunità rallenta il declino mentale, migliora il sistema immunitario e porta una serie di benefici per la salute ([CMHA, 2023](#)). Inoltre una vasta rete sociale rappresenta una rete di sostegno più ampia che permette a una persona di restare nella propria casa più a lungo. Una vasta rete sociale riduce inoltre la pressione sul singolo caregiver o familiare, evitando che debba gestire tutto da solo. Sebbene non sia sempre possibile, avere amici e familiari vicini ed essere regolarmente in contatto con loro può evitare gravi problemi di salute grazie all'individuazione precoce. In caso di abuso, spesso sono loro i primi a notare i segnali d'allarme in una persona maltrattata. Possono fornire sostegno mentre cerchiamo vie d'uscita da situazioni difficili e aiuti per cambiare stile di vita quando necessario.

Se sei una persona anziana e ti senti isolata, all'interno della tua comunità ci sono diverse risorse a cui ricorrere. Guardati intorno finché non trovi i gruppi e le attività che fanno al caso tuo. Non scoraggiarti se non ci riesci subito. Prenditi il tempo necessario e scegli quello che ti sembra giusto. Visita www.caledon.ca/adult55 per iniziare.



Informati e comprendi i tuoi diritti

Non si perdono i diritti con l'avanzare dell'età. La perdita delle capacità fisiche o mentali non cambia questa situazione. È importante avere un familiare o un caregiver che ti ascolti e ti sostenga quando prendi decisioni autonome. Una buona relazione è basata sul rispetto reciproco ([EAPO, 2022](#)).

È opportuno familiarizzare con il concetto di ageismo, come è chiamata la discriminazione in base all'età. Le ultime ricerche suggeriscono che metà della popolazione ha atteggiamenti negativi verso gli altri basati sull'età ([OMS, 2023](#)). Questi atteggiamenti negativi aprono spesso la strada agli abusi. Con l'avanzare dell'età è importante essere consapevoli dello stigma sociale e tenere presente come potrebbe influenzare noi stessi o i nostri familiari. Riconoscere questi atteggiamenti negativi negli altri può permetterci di prevenire gli abusi.

Pianifica in anticipo

Crea un team di assistenza prima di averne bisogno. Chi ti assisterà per le cure fisiche e chi ti aiuterà nelle decisioni finanziarie se non sei in grado di arrangiarti? Anche se può essere difficile parlarne, è importante pensare a un testamento biologico finché sei in grado di farlo. Solo tu sai cosa è meglio per te. Mettilo per iscritto e rendilo giuridicamente vincolante ([EAPO, 2022](#)).

Visita advancecareplanningontario.ca per ulteriori informazioni su come identificare un fiduciario (in inglese substitute decision maker, SMD) che in futuro possa prendere le decisioni sanitarie per te.

Sono disponibili risorse gratuite per chi è interessato a fare testamento o a modificare i documenti legali. [Visita Legal Aid Ontario per saperne di più](#). Non aver paura degli avvocati e delle spese legali. Avvaliti del sostegno fornito, potranno aiutarti (anche gratuitamente se ne hai i requisiti).

Rimani attivo

Rimanere attivi e prendersi cura delle proprie capacità fisiche e mentali è incredibilmente importante per prevenire gli abusi. Camminare, andare in bicicletta, nuotare e svolgere altre attività fisiche ci aiuta a mantenere la salute muscolare, ossea e cardiovascolare. Inoltre rafforza il sistema immunitario e i livelli di serotonina, che aiutano ad affrontare lo stress e a dormire meglio, e favoriscono la salute dell'apparato digerente ([National Initiative for the Care of the Elderly \(NICE, 2023\)](#)). Essere fisicamente attivi è anche un modo efficace per sviluppare la coordinazione e ridurre il [rischio di caduta](#), una delle principali cause di ospedalizzazione tra le persone anziane e uno dei motivi principali per cui queste perdono la loro autonomia in Ontario ([PHAC, 2014](#)).

Se desideri maggiori informazioni su come iniziare a muoverti, visita la [Canadian Society for Exercise Physiology](#).

Mangia bene ed evita sostanze nocive

Una dieta sana abbinata all'attività fisica avrà effetti positivi sulla qualità di vita. [Canada's food guide](#) è una grande risorsa di informazione sui bisogni nutrizionali del nostro corpo. Le ultime ricerche raccomandano una dieta ricca di vegetali e la riduzione del consumo di carne rossa ([NICE, 2023](#)). Per mantenersi in buona salute, è opportuno inoltre limitare l'uso di alcol e tabacco ed eliminare l'uso di droghe ricreative.

Ci sono molte risorse alimentari locali nell'area di Caledon Dufferin come [Caledon Meals on Wheels](#) (CMOW), che fornisce agli associati pasti caldi settimanali consegnati direttamente a casa. Contatta il tuo team [Age-Friendly Caledon](#) all'indirizzo adult55@caledon.ca per ulteriori informazioni su Caledon Meals On Wheels e su altri programmi alimentari e banchi alimentari.

Se tu o qualcuno che ami state lottando contro l'abuso di sostanze, contattate il Centre for Addiction and Mental Health ([CAMH](#)) per avere riferimenti e sostegno. Nella tua zona ci sono molti gruppi aperti a chi è pronto a fare il primo passo.

Gestisci le tue finanze

Se sei in grado di farlo, la cosa migliore è gestire autonomamente le tue finanze. Incassare i propri assegni, impostare pagamenti automatici e prendersi cura dei propri conti riduce il rischio di essere vittima di sfruttamento finanziario. Queste informazioni dovrebbero essere private e nessuno dovrebbe mai spingerti a prendere decisioni finanziarie che ti mettono a disagio. Tuttavia, potresti non essere sempre in grado di gestirle autonomamente, quindi è importante pianificare il futuro. Conserva le informazioni finanziarie e altri documenti importanti in un luogo sicuro e comunica a qualcuno di cui ti fidi dove puoi trovarli. Nomina un procuratore mentre sei in pieno possesso delle tue facoltà mentali. Se arriverà il momento in cui avrai bisogno di aiuto, sarai felice di averci pensato prima e di aver delegato questa responsabilità a qualcuno di cui ti fidi ([EAPO, 2022](#)).

Per ulteriori informazioni su come nominare un procuratore, [visita la Community Legal Education Ontario](#).

Approfitta delle [Free Tax Clinics](#) per ottenere servizi fiscali destinati a persone a basso reddito offerti dal [Governo Canadese](#).

Per ulteriori informazioni su come proteggere le tue finanze visita [EAPO Protecting your Finances Workshop](#), dove troverai informazioni complete su come tenere al sicuro i tuoi soldi. Spesso è difficile capire quando si è di fronte a un abuso. A volte ci abituiamo a comportamenti problematici e diventiamo insensibili. Usa il tuo istinto. Se qualcosa non sembra giusto, chiedi il parere di qualcuno di cui ti fidi.

Lo sapevi?

L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) definisce l'abuso sulle persone anziane come "un atto singolo o ripetuto, o la mancanza di azioni appropriate, che si verifica all'interno di qualsiasi relazione in cui vi è un'aspettativa di fiducia, che causa danni o angoscia a una persona anziana."

Come identificare un abuso



Esistono vari modi per identificare un abuso in corso. Un modo è cercare segnali sulla vittima. Di seguito riportiamo un elenco di segnali d'allarme comuni che potresti notare in una persona che sta subendo abusi.

- Lesioni inspiegabili (ad esempio, strani lividi o ossa rotte senza motivo)
- Cambiamenti nel comportamento e nelle attività sociali (depressione, isolamento, assenza da eventi familiari)
- Cambiamenti strani nelle condizioni di vita (parenti precedentemente assenti che si trasferiscono a casa sua, ecc.)
- Cambiamenti nella situazione finanziaria come la cancellazione di utenze utilizzate regolarmente (televisione, internet, ecc.)
- Accesso limitato alle proprie finanze
- Accudimento insufficiente da parte del caregiver o importanti cambiamenti nell'aspetto (da ordinato a trascurato)

Un altro modo per identificare l'abuso è cercare segnali tipici nell'aggressore. Di seguito riportiamo un elenco di segnali d'allarme comuni che potresti notare in una persona che sta perpetrando abusi.

- Atti violenti o tendenze aggressive (la persona è molto irascibile o reagisce a semplici osservazioni)
- Tentativi di limitare la capacità di una persona di prendere decisioni autonome
- Promozione dell'isolamento e limitazione dei contatti di una persona con chi può sostenerla (rifiuto di permettere a familiari o amici di parlare con lei o di farle visita)
- Mancato rispetto della privacy di una persona non autosufficiente
- Tentativi di leggere o trattenere la posta e di bloccare visite e telefonate
- Tentativi di far cambiare il testamento o trasferire conti bancari e altri documenti legali

Fonte: [\(Governo Canadese, 2017\)](#)

Per un elenco completo dei segnali d'allarme e ulteriori informazioni sugli abusi sulle persone anziane, visita la pagina web: [How you can identify abuse and help older adults at risk.](#)

Ogni volta che percepisci un pericolo immediato, chiama il 911.

Come agire



Una delle cose più difficili da fare è prendere una decisione che potrebbe cambiarti la vita. Ricorda, non sei solo e c'è aiuto disponibile. Se stai subendo abusi e hai deciso che è ora di agire, ci sono diversi livelli di assistenza che puoi richiedere. Di seguito è riportato un elenco di risorse che offrono consulenza, supporto abitativo, assistenza legale e contatti con le forze dell'ordine. È importante pensare a un piano di sicurezza e a quali risultati vuoi ottenere. Qui troverai informazioni su chi è meglio contattare.

La Canada Public Health consiglia: "Se decidi di chiamare un telefono amico o un'organizzazione di sostegno e non prendi la linea o la persona con cui parli non è d'aiuto, non arrenderti, riprova" ([PHAC, 2012](#)).

Potrebbe volerci del tempo per stabilire un contatto che ti soddisfi. Con la perseveranza è probabile che troverai il tipo di aiuto adatto alla tua situazione.

Per informazioni generali e sostegno:

211: Servizi alle persone e programmi di assistenza sociale locali (disponibili 24 ore su 24, 7 giorni su 7 in 150 lingue)

311: Sostegno e servizi del Comune

811: Sostegno sanitario (disponibile 24 ore su 24, 7 giorni su 7)

Dufferin/Caledon Community Support Line

Aiuto per orientarsi tra le opzioni di assistenza sanitaria e sociale locali.

Tel.: 1-844-806-3093

Sito web: www.hillsofheadwaterscollaborative.ca

Email: info@hillsofheadwaterscollaborative.ca

Caledon \ Dufferin Victim Services

Offre aiuto alle vittime di crimini, abusi, crisi e calamità nelle comunità di Caledon e Dufferin.

(Linea di crisi attiva 24 ore su 24): 905-951-3838

Orangeville: 519-942-1452 o 1-888-743-6496 (numero verde)

Caledon East: 905-951-3838 o 1-888-743-6496 (numero verde)

Sito web: www.cdvs.ca/need-help | Email: info@cdvs.ca

Canadian Mental Health Association (CMHA) Peel Dufferin

Sostegno telefonico per chiunque viva nella zona di Peel Dufferin in situazione di crisi o malattia mentale.

(linea di crisi attiva 24 ore su 24): 905-278-9036, o 1-888-811-2222 (numero verde)

Tel.: 905-451-2123

Sito web: www.cmhapeeldufferin.ca/programs/24-7-crisis-support-peel/

Email: info@cmhapeel.ca

Sostegno per chi è in strutture di assistenza a lungo termine o case di riposo:

Long-Term Care Family Support and Action Line

Linea telefonica del Governo dell'Ontario per segnalare problemi, situazioni preoccupanti o reclami riguardanti una struttura di assistenza a lungo termine finanziata con fondi pubblici.

Tel.: 1-866-434-0144

Sito web: www.ontario.ca/page/long-term-care-home-complaint-process

Retirement Home Regulatory Authority

Autorità di regolamentazione no profit incaricata dal Governo per rispondere alle segnalazioni di danni o rischi riguardanti case di riposo dell'Ontario.

Numero verde: 1-855-275-7472 (linea informazioni e segnalazioni)

Sito web: www.rhra.ca/en/contact-us/ | Email: info@rhra.ca

Se tu o qualcuno che conosci avete bisogno di sostegno, contattate una delle seguenti risorse. Se tu o qualcuno che conosci correte un pericolo immediato, chiamate il 911.

Sostegno per la denuncia di reati:

Crime Stoppers

Organizzazione no profit che permette alle persone che hanno assistito o sono venute a conoscenza di un reato di denunciarlo in forma anonima. Crime Stoppers inoltrerà le segnalazioni alle forze dell'ordine, quindi la tua identità e il tuo coinvolgimento non verranno mai registrati o rivelati.

Tel.: 1-800-222-TIPS (8477) (linea segnalazioni)

Sito web: www.crimestoppers.ca

Police Non-Emergency

Una linea ufficiale della polizia che si occupa di situazioni che non richiedono attenzione immediata, come i crimini già avvenuti.

Tel.: 1-888-310-1122 (numero non di emergenza) | 1 888 310-1133

(TTY non di emergenza) | 705 329-6111 (richieste generali).

Sito web: www.caledon.ca/opp | www.orangeville.ca/en/living-here/police

Supporti abitativi per persone che stanno subendo violenza domestica:

Family Transition Place

Fornisce rifugio, consulenza e assistenza alle donne che subiscono violenza di genere. Contattaci.

Linea di sostegno attiva 24 ore su 24: 1-800-265-9178

Tel.: 519-941-HELP (4357) | 905-584-HELP (4357)

Sito web: www.familytransitionplace.ca | Email: support@familytransitionplace.ca

Peel Emergency Shelters

Se hai bisogno immediato di un posto dove stare, ci sono rifugi disponibili per giovani, famiglie, adulti e persone in fuga da violenza o abusi.

Tel.: 905-450-1996

Sito web: www.peelregion.ca/housing/shelters

Risorse per l'assistenza legale:

Ontario Legal Aid

Offre consulenza e rappresentanza legale ai residenti a basso reddito dell'Ontario.

Tel.: 1-800-668-8258

Sito web: www.legalaid.on.ca | Email: info@lao.on.ca

Advocacy Centre for the Elderly

Offre consulenza legale, servizi legali, orientamento e rappresentanza legale a persone di età superiore ai 60 anni a basso reddito nella regione di Toronto e nelle zone limitrofe.

Tel.: 416-598-2656 1-855-598-2656 (numero verde)

Sito web: www.ancelaw.ca

Risorse per frodi e truffe:

Canadian Anti-Fraud Centre

Il sito Web fornisce elenchi aggiornati e informazioni sulle truffe che colpiscono i canadesi, nonché modi per proteggersi. Sono disponibili opzioni online o telefoniche per la segnalazione.

Tel.: 1-888-495-8501

Sito web: www.antifraudcentre-centreantifraude.ca

Vuoi mantenerti attivo?

Per ulteriori informazioni su come mantenerti attivo, mantenere i contatti e conoscere i tanti servizi per persone anziane disponibili nell'area di Caledon e Dufferin, visita www.caledon.ca/adult55 o www.awicd.org

Risorse per caregiver



Le ricerche più recenti suggeriscono che la maggior parte dei canadesi occupati di età pari o superiore a 45 anni diventerà caregiver non retribuito in un qualche momento nei prossimi 30 anni. Inoltre, si prevede che i canadesi avranno il 30% in meno di familiari disponibili per il sostegno ([National Seniors Strategy, 2020](#)). Ciò significa che più responsabilità ricadranno su meno persone, creando pericolosi squilibri di domanda.

L'Ontario Caregiver Organization afferma che, sebbene molti caregiver non retribuiti abbiano assunto da poco questo compito, molti di loro sono arrivati a un punto di rottura. Sfortunatamente, molti casi di abusi sulle persone anziane potrebbero essere il risultato di esaurimento o stress gestito in modo scorretto. È fondamentale sostenere i caregiver in modo che possano prendersi cura adeguatamente delle persone che assistono.

Se sei un caregiver e ritieni di essere sopraffatto, impotente, esaurito o sull'orlo del collasso, non esitare a utilizzare le risorse messe a disposizione.

Un caregiver non retribuito (a volte chiamato caregiver informale) è un membro della famiglia, un amico o un vicino coinvolto nell'assistenza di un'altra persona che svolge per quest'ultima attività quotidiane e/o altri compiti medici.

Ontario Caregiver Organization

Lavora per sostenere i caregiver attraverso la condivisione di informazioni, la formazione e le risorse online. Non è una linea di crisi. È progettata per i caregiver in Ontario che necessitano di sostegno o informazioni per se stessi o per la persona di cui si occupano. È disponibile anche un'opzione di chat online tramite il sito web.

Tel.: 1-833-416-2273 (CARE)

Sito web: www.ontariocaregiver.ca

Self-Care for Caregivers

Una risorsa del servizio di sanità pubblica del Governo Canadese che fornisce informazioni sulla cura di sé e sul burn-out dei caregiver.

EAPO Caregiving Workshop Guide

Una guida completa che sostiene la salute mentale dei caregiver attraverso informazioni, risorse e strumenti di autovalutazione.

Caregivers in the Hills

Un programma locale di sostegno ai caregiver per i residenti di Caledon/Dufferin. Il programma include un aiuto per l'orientamento e un badge identificativo per aiutare i caregiver ad assistere meglio i propri cari.

Riferimenti

CARP. [Elder Abuse: How Widespread is the Problem](#)

[Centers for Disease Control and Prevention. \(2023\). Benefits of Physical Activity.](#)

Closing the Gap Health Care. 2019.

[Benefits of a Social Connection Among Seniors.](#)

[CMHA National. \(2023\). Social Support.](#)

Elder Abuse Prevention Ontario. (2022). [What is Elder Abuse.](#)

Government of Canada. (2021) [Elder Abuse. Financial Fraud by Strangers.](#)

National Initiative for the Care of the Elderly. (2023). [NICE Tools](#)

National Institute on Aging. (2021)

[Four Types of Exercise can Improve your Health and Physical Ability.](#)

Ontario Human Rights Commission.

[Time for Action: Advancing Human Rights for Older Ontarians.](#)

Public Health Agency of Canada. (2012). [Elder Abuse.](#)

Public Health Agency of Canada. (2014). [Senior's Falls in Canada: Second Report.](#)

The National Library of Medicine. (2018)

[The Role of Psychological Wellbeing in Boosting Immune Response:
An optimal Effort for Tackling Infection.](#)

[The National Library of Medicine. Elder Mistreatment: Abuse, Neglect, and
Exploitation in Aging America. \(2003\).](#)

World Health Organization. (2023) [Abuse of Older People.](#)



Age-Friendly Caledon adult55@caledon.ca

Formati alternativi disponibili su richiesta.