

Dans le cadre de la Journée mondiale de lutte contre la maltraitance des personnes âgées



LA VAGUE MAUVE

Du 1er au 15 juin 2026

Embarquez dans la VAGUE pour soutenir la cause !



NON À L'ÂGISME!

Nous entendons parfois l'expression « ma petite madame » ou « mon petit monsieur » dit parfois avec les meilleures intentions. Lorsque nous sommes interpellés de cette façon, peu importe l'âge, mais surtout comme personne âgée, cela peut avoir un caractère diminutif. Comme si, avec l'avancé en âge, tout diminue en proportion : « prenez votre petit manteau », « je vous sers votre petit lunch », « comment se passe votre petite journée? ».

Comprendre l'âgisme

Mais qu'est-ce donc que l'âgisme? L'âgisme est le fait d'avoir des préjugés envers une ou plusieurs personnes en raison de l'âge. Le plus souvent, ces préjugés sont accompagnés d'attitude ou de comportement discriminatoire. Par exemple, on croit que les aînés n'apprennent pas aussi vite, donc on ne les embauche pas, on croit que les aînés « retombent en enfance », on décide pour eux. L'âgisme est un type de maltraitance souvent à la base des autres [types de maltraitance](#). L'âgisme, c'est essentiellement croire que l'aîné a moins de valeurs et le traiter en conséquence.

Pas tous égaux face au vieillissement

Afin de contrer l'âgisme, on parle souvent du *bien vieillir* de ces aînés qui vieillissent en « jeunesse », demeurant actif et en bonne santé. Qu'en est-il toutefois des aînés plus vulnérables, parfois isolés, parfois malades, parfois hébergés en CHSLD qui ne vieillissent pas selon les standards de jeunesse?

La bientraitance pour contrer l'âgisme

Face aux aînés les plus vulnérables, la bientraitance devrait être la seule option. La bientraitance, c'est substituer les images négatives du « mauvais vieillissement » à l'inclusion, au respect et à la dignité des plus vieux et des plus malades tout autant

citoyens, amis et parents de notre société. La bienveillance c'est prendre bien soin des aînés parce qu'il ne devrait pas y avoir d'alternative, parce que l'âgisme et la maltraitance n'ont tout simplement pas leur place.

Pour souligner le 15 juin et tout au long de l'année, poser un geste de bienveillance signifie :

- Faire un appel
- Rendre visite
- Donner une carte d'amitié ou un dessin
- Organiser une activité intergénérationnelle
- Écrire une citation inspirante ou ce que la bienveillance signifie pour vous et partager votre texte sur les réseaux sociaux

Et surtout, parlez de la bienveillance dans votre entourage! Pour en savoir plus sur la [bienveillance](#).

Marick Bertrand

Coordonnatrice régionale spécialisée en matière de lutte contre la maltraitance envers les personnes âgées - Région de Montréal
Direction régionale de santé publique