



TROUSSE
horizons

Personnes âgées ayant immigré

Définition

Personnes ayant immigré au Canada, âgées de 65 et plus ou étant à la retraite

Pourquoi adapter son approche ?

Vivre dans une société d'accueil en tant que personne âgée peut exacerber les facteurs de vulnérabilité au suicide liés au contexte social du vieillissement et à la migration.

 Certains enjeux sont particulièrement présents chez les personnes ayant immigré à un âge avancé.

Migration

Perte du réseau de soutien et du statut socioéconomique construits tout le long de la vie

Sentiment de distance avec les autres membres de la famille qui s'intègrent plus rapidement à la société d'accueil

Difficulté à créer des liens en **fin de vie professionnelle ou à la retraite**

Dépendance financière envers les enfants

Sentiment d'infantilisation et difficulté, à un âge avancé, à réapprendre des compétences autrefois acquises (langue, gestion des documents administratifs, codes culturels, signalisation routière, etc.)



Culture et minorité

Normes culturelles du pays d'origine pouvant accentuer le **sentiment d'être un fardeau** lorsqu'il n'est plus possible de contribuer aux tâches familiales

Perte de **statut social** dans une nouvelle société valorisant moins les personnes âgées

Attachement fort à la culture et au pays d'origine

Conflits intergénérationnels

Barrières à l'**accès aux services** de santé ou psychosociaux, ainsi qu'aux programmes sociaux et aux organismes communautaires pour les personnes âgées dues à la langue, au manque d'information ou à la faible littératie en santé.

Pratiques à promouvoir

Les pratiques à promouvoir auprès des personnes âgées en général s'appliquent aussi à celles et ceux qui ont un parcours migratoire ou qui appartiennent à des communautés ethnoculturelles minoritaires et/ou racisées. Toutefois, des considérations additionnelles sont à prendre en compte :

Comprendre les enjeux liés à l'intersection entre les différentes facettes de l'identité de la personne

(âge, origine ethnique, statut migratoire, orientation sexuelle, identité de genre, classe sociale, handicap, etc.).

Reconnaître la complexité des relations et des rôles au sein de la famille.

Les rôles et attentes familiales peuvent être différents de ceux de la société d'accueil, ce qui peut engendrer des tensions ou des incompréhensions.

Sensibiliser et éduquer la personne et ses proches sur le suicide et la santé mentale,

afin de favoriser la littératie en santé mentale, lutter contre la stigmatisation et favoriser la communication dans la famille.

Impliquer les membres de la famille dans l'intervention, renforcer la communication et travailler sur les dynamiques intrafamiliales. Voir la page [Explorer et souligner les forces](#).

Chercher à cerner les attentes et les besoins propres à chaque membre de la famille. Par sens du devoir, les enfants peuvent sentir un profond malaise à l'idée qu'un parent soit hébergé dans un établissement, même si cette solution répondait mieux à ses besoins.

Prêter attention aux conflits familiaux, à la dépendance financière et à l'isolement social.

Soutenir le développement d'un sentiment d'utilité et de reconnaissance sociale en identifiant des objectifs et des raisons de vivre, comme la transmission culturelle, le bénévolat, l'apprentissage de la langue de la société d'accueil, etc.

Encourager les loisirs afin de briser l'isolement social, par exemple, les activités en centres de jour, clubs de marche, ateliers d'initiation aux technologies, jardinage communautaire, etc.

Favoriser le contact avec la culture d'origine et les autres générations.

Les occasions de transmission culturelle peuvent valoriser les connaissances de la personne âgée, briser l'isolement et renforcer son sentiment d'appartenance à la culture d'origine. Il peut s'agir de transmissions culinaires, de la langue, de participation aux activités religieuses, de célébrations communautaires, etc. L'important est que la personne âgée immigrante retrouve un sentiment d'utilité sociale.

Encourager la construction ou le maintien d'un réseau de soutien pour rompre l'isolement.

Les technologies de communication (téléphone, vidéoconférence, réseaux sociaux) facilitent les liens avec des ami-e-s ou membres de la famille dans le pays d'origine.

Promouvoir l'accès aux services de santé et psychosociaux, ainsi qu'aux programmes sociaux et aux organismes communautaires, souvent méconnus des personnes âgées immigrantes.

Mettre en place des mesures pour faciliter l'accès aux services (p. ex. travailler avec des interprètes, offrir un accompagnement personnalisé, organiser du transport adapté).

Agir sur les déterminants sociaux de la santé pour diminuer le stress ou la détresse de la personne. En effet, intervenir avec la personne sur ses besoins financiers, alimentaires, de logement, de transport ou autre peut aider à lui redonner de l'espoir et à diminuer sa détresse.

Pour en apprendre plus :

[Les personnes âgées](#) (MSSS).

[Portail Découverte - Ressources en contexte interculturel et de migration : fiche vieillissement](#) (IU SHERPA).

