

## UN QUÉBEC FOU DE SES AÎNÉS ?

Journée réalisée dans le cadre des Journées Annuelles de Santé Publique

22 novembre 2016, Montréal

### Compte rendu de la journée

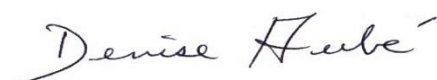
Ce compte rendu n'engage que son auteur, responsable du développement et de l'organisation de cette journée. Il repose sur le contenu des présentations réalisées au cours de la journée, en s'inspirant aussi, à l'occasion, des synthèses dégagées des séances de travail réalisées avec les différents présentateurs. Il intègre les questionnements, commentaires et suggestions soulevés ou proposés à l'occasion des interactions avec la salle tout au long de la journée et, bien sûr, les principaux propos tenus par les panelistes en fin de journée. Le filtre utilisé pour les choix retenus dans le compte rendu est la présence de liens avec les objectifs de la journée qui sont :

- Reconnaître les mythes, préjugés et enjeux qui accompagnent le phénomène du vieillissement de la population au Québec;
- Distinguer des moyens favorisant la reconnaissance sociale et la participation des aînés;
- Décrire, à l'aide d'exemples concrets, des gains mutuels pouvant découler de la mise à profit des apports générationnels;
- Repérer des pistes d'action pour mieux intégrer la reconnaissance sociale des aînés dans leur pratique.

Pour compléter l'information, les lecteurs ont accès au site web suivant, <https://www.inspq.qc.ca/jasp/un-quebec-fou-de-ses-aines>, qui donne accès au programme détaillé de la journée et qui regroupe également les présentations utilisées au cours de cette journée JASP ainsi qu'une infographie présentant de manière synthétique la réalité des aînés d'aujourd'hui. Cette infographie est également accessible de manière indépendante au site suivant : <https://www.inspq.qc.ca/le-vieillissement-au-quebec>. Voici également l'adresse du site web de Radio-Canada donnant accès à un document produit en septembre 2016 et visant à déboulonner plusieurs mythes et préjugés concernant les personnes âgées dans le contexte québécois : <http://ici.radio-canada.ca/nouvelle/797707/vieillissement-mythes-realites-experts>.

Ce compte rendu fournit une vision synthétique de la journée et inclut une brève présentation des personnes ayant participé à sa réalisation. Il permettra aux participants, aux présentateurs et aux membres du comité scientifique de partager ce compte rendu avec des auditoires susceptibles d'être intéressés par le sujet traité. Ceux-ci pourront également le faire circuler à nouveau.

Merci encore à tous ceux qui ont contribué de près ou de loin à la réalisation de cette journée.



Médecin conseil en santé publique et médecine préventive

Institut national de santé publique du Québec

[denise.aube@inspq.qc.ca](mailto:denise.aube@inspq.qc.ca); 418 650-5115, poste 5603

Responsable de la journée **Un Québec fou de ses aînés ?**

## LE PROGRAMME DE L'AVANT-MIDI

### OUVERTURE DE LA JOURNÉE

**Trois personnes de l'auditoire, provenant de trois générations différentes (31, 39 et 57 ans) répondent aux trois questions suivantes :**

- Qu'est-ce que qui traduirait le mieux, en trois mots clés, la façon dont vous vous représentez personnellement le fait de vieillir?
- Que veut dire vieillir, de manière générale, dans la société québécoise en identifiant trois mots clés significatifs à cet égard?
- Est-ce que ces représentations, personnelles et sociétales, témoignent selon vous d'une reconnaissance sociale des aînés?

Le contenu des témoignages et les échanges réalisés avec la salle permettent de dégager la présence d'un décalage entre une vision personnelle relativement positive et sereine de son vieillissement, malgré quelques inquiétudes liées à l'incertitude, et les messages assez dramatiques et négatifs transmis par les médias et la société en général.

Les témoignages mettent à l'avant-plan que le fait de vieillir signifie un temps :

- Pour la sagesse et l'humanisme;
- Pour s'impliquer auprès des proches, ou de causes qui nous tiennent à cœur;
- Pour réaliser des projets et des rêves.

Mais aussi:

- Un temps où se poursuit le travail d'adaptation en continu déjà requis par la vie en composant davantage, pour ce dernier droit, avec l'évolution de ses capacités et les changements vécus dans son environnement social et familial et dans ses conditions de vie. Ainsi, des transitions sont encore à l'agenda, et elles sont modulées par l'avancement en âge et les changements progressifs et diversifiés que vivront chacune des personnes aînées;
- Un temps d'appréhension potentielle (insécurité et incertitude) si le développement des incapacités en venait à miner la capacité de demeurer autonome;
- Un temps où les personnes plus vieilles (75 ans et plus) vivant seules composent plus difficilement avec la solitude, la pauvreté, la rareté des liens sociaux, dans un contexte où l'état de santé risque d'être davantage précaire.

Les échanges ont permis de dégager des situations à connotation négative relevées par plusieurs :

- Au travail, les personnes aînées sont désormais moins sollicitées que les autres pour réaliser des défis inspirants, elles sont moins ciblées pour des réalisations importantes, pour des occasions de ressourcement;
- Tous les travailleurs vivent des moments d'oubli, de distraction, et parfois des difficultés à s'ajuster à de nouvelles connaissances, à de nouvelles situations. Dans le cas des personnes aînées, les difficultés rencontrées seront facilement attribuées à l'âge ;

- Les media et de l'environnement véhiculent régulièrement les messages suivants:
  - que les personnes âgées génèrent plus de dépenses en soins de santé, au risque de mettre en faillite le système en place;
  - que les personnes âgées profiteront davantage des programmes universels existants et utiliseront davantage les ressources financières collectives, avec des conséquences pour le bien-être des générations plus jeunes;
  - que les personnes âgées qui sont malades deviennent un poids pour leurs proches.

---

**« Ces biais et préjugés passés sous silence ... et leurs conséquences individuelles et collectives »**

Martine Lagacé est professeure agrégée au département de communication à l'Université d'Ottawa. Ses assises académiques incluent la psychologie, la communication et la gérontologie. Ses intérêts de recherche porte sur la communication intergénérationnelle, l'âgisme, l'identité et les relations intergroupes.

Ce qui ressort de la présentation de Mme Lagacé :

- Des conséquences de l'âgisme qui sont bien documentées, aux plans individuel, interpersonnel, organisationnel et sociétal. À cet égard d'ailleurs, des participants soulignent qu'ils n'avaient pas réalisé ou réfléchi à l'importance de ces répercussions négatives;
- Malgré l'importance du phénomène de l'âgisme, ce n'est pas un sujet qui retient l'attention et il fait rarement la une des journaux;
- La teneur particulière des messages qui sont associés à la réussite du vieillissement, un sujet qui génère beaucoup de réactions et de questionnement de la part de l'auditoire, par ex.:
  - une réussite du vieillissement qui repose sur des stéréotypes sélectifs ne représentant pas l'éventail des réalités âgées;
  - une réussite du vieillissement qui réfère au maintien d'une jeunesse éternelle: être encore productif; être un bon sportif; continuer d'avoir l'air jeune.
- Des discours médiatiques qui se concentrent beaucoup autour des enjeux économiques au plan sociétal, autour des défis que pose le financement des retraites, des soins de santé. Avec comme conséquence que tout ce qui est laissé de côté n'arrive pas à émerger et à susciter d'autres débats souvent fort pertinents : par exemple sur des sujets tels les politiques, le travail et la carrière, le contexte de crise et de changement, la peur du vieillissement, la mort qui se rapproche, l'importance accordée au bien-être social et psychologique, etc.;
- Des représentations de la personne âgée qui se polarisent principalement autour de la victime vulnérable, du fardeau imposé, des enjeux de productivité;
- Et pourtant, les croyances et attitudes individuelles sur le vieillissement sont en partie modelées par les représentations collectives du vieillissement et elles ont des conséquences importantes :
  - des impacts sur l'individu dans un contexte de travail : un sentiment de mécontentement, un désengagement (psychologique), une diminution de l'estime de soi, autant d'éléments qui favorisent un départ à la retraite plus rapide;

- des impacts sur l'organisation : baisse de la collaboration intergénérationnelle (mentorat / transfert des connaissances), et perte d'un bassin d'expérience et d'expertise;
- des impacts sur la société : plus de segmentation selon les groupes d'âges, plus de segmentation selon les générations.

Les échanges ont porté sur les sujets suivants :

- L'âge demeure un paramètre important pour guider de nombreux choix d'intervention en santé. Mais l'utilisation de l'âge comme marqueur présente des limites pour décrire la situation des personnes âgées:
  - l'avancement en âge se traduit par une diversité plus grande des situations de santé et de bien-être, compte tenu des conséquences cumulatives et souvent entrecroisées de parcours individuels influencés par plusieurs facteurs : le bagage génétique, les habitudes de vie, les conditions de vie, l'environnement social, les apprentissages personnels (incluant le niveau de scolarisation et de littératie), l'état de santé, la présence ou pas de maladies chroniques, la présence ou pas d'incapacités et de handicaps, la survenue d'accidents ou des stress à différents âges, etc.;
  - chez les personnes âgées, il est donc plus difficile de capter à partir les frontières de l'âge chronologique, le fait que des personnes vieillissent bien et d'autres vieillissent mal.
- Il est difficile de sélectionner un critère qualifiant la réussite du vieillissement sans créer en contrepartie une pression chez les personnes âgées qui ne répondent pas au critère retenu. Il ne faut pas perdre de vue la diversité des choix, des valeurs et des croyances et aussi ce que chacun valorise ou pas;
- Les conséquences de l'âgisme au plan individuel et collectif sont sous-estimées.

### **« L'apport des politiques, ici et ailleurs »**

Patrik Marier est professeur en science politique à l'université Concordia et il est titulaire de la chaire de recherche sur les politiques publiques et le vieillissement. Il est aussi le directeur scientifique du Centre de recherche et d'expertise en gérontologie sociale (CREGÉS) au Centre intégré universitaire de la santé et des services sociaux du Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal et membre de l'équipe VIES (Vieillissements, exclusions sociales et solidarités).

### **Ce qui ressort principalement de la présentation de M. Marier:**

- Les politiques publiques peuvent générer de l'âgisme, tout comme elles peuvent au contraire devenir un outil pour le contrer;
- L'utilisation de l'âge comme critère d'application des politiques demeure imparfaite et insatisfaisante, d'autant plus que les changements que traduit l'augmentation de l'espérance de vie reposent sur une amélioration de la santé et donc une meilleure condition des aînés d'aujourd'hui (ils se distinguent des aînés d'hier). Cela dit, l'âge demeure parfois un repère qui évite d'avoir à intégrer un ensemble de paramètres difficiles à amalgamer (niveau de revenu, d'incapacité, d'isolement, etc.) pour prendre plus rapidement des décisions éclairées. Dans certains cas, il s'agit du moindre mal en présence d'un souci d'efficacité, parce qu'il est difficile de tout vouloir considérer, et que cela peut se faire au détriment de la mise en œuvre (exemple : sur quels critères établir les tarifs différentiels de billets d'autobus);

- L'âgisme est souvent présent dans l'environnement commercial: on utilisera alors des représentations collectives permettant de soutenir les visées marchandes, indépendamment du fait qu'elles véhiculent de l'âgisme et alimentent ses conséquences;
- Les politiques publiques sont très intéressées par la variable « dépendance des personnes âgées ». Il y a là une construction structurelle qui crée un problème social, parce que les choix de politiques influencent le discours social. Par exemple, il est documenté que le désengagement progressif associé à l'avancement en âge résulte de forces sociétales et non pas des facteurs biologiques associés à l'âge;
- Les comparaisons entre la structure des programmes publics aux États-Unis et au Canada révèlent des biais distinctifs :
  - aux États-Unis, les aînés de 65 ans et plus sont les seuls à bénéficier d'une couverture de santé universelle (Medicare), un choix que les autres groupes d'âge attribue souvent à la présence d'un état providence qui se limite aux aînés. Ce traitement différentiel est souvent abordé au plan médiatique et témoigne d'une tension intergénérationnelle, parce que des fonds publics sont réservés aux aînés;
  - au Canada, la santé bénéficie d'une couverture universelle pour tous et ne crée donc pas ce type de tension. C'est la diversité des différents modèles régissant les régimes de retraite (quasi-universel, ciblé, universel, volontaire) qui alimente les discussions. Les aspects régulièrement abordés au plan médiatique concernent la couverture et la générosité des régimes complémentaires, avec une tension entre les régimes publics et privés. L'âgisme détient ici un caractère de compassion.
- D'autres pays, notamment le modèle scandinave, accordent des capacités financières et des responsabilités au niveau municipal pour l'administration des soins et services en santé, ce qui influence les choix touchant son organisation et crée des conditions permettant de répondre avec plus d'adéquation aux besoins (exemple : éventail des professionnels rémunérés pour offrir les services requis : physiothérapeutes, travailleurs sociaux, nutritionnistes, etc.). La capacité financière des milieux municipaux dans le contexte canadien et québécois ne permet pas de suivre une telle voie;
- Quelques-unes des pistes de solution proposées :
  - éviter le piège de l'âge chronologique et développer davantage une approche en lien avec les cycles de vie;
  - développer plus de flexibilité pour les années de travail précédant la retraite;
  - rester réaliste quant à la mise en œuvre des cibles utilisées (exemple des billets de bus);
  - être vigilant quant aux nouveaux stéréotypes que pourraient créer des images positives : les différences entre les individus sont là pour rester, et elles s'accroissent en vieillissant;
  - la politique gouvernementale « Chez soi, premier choix » représente un exemple qui respecte la diversité des choix;
  - Vieillir n'est pas une maladie, il faut accentuer les efforts pour « démedicaliser » le vieillissement;
  - il existe un défi d'équilibrer l'offre de services sociaux et domestiques avec celle des services de soins à domicile et des interventions médicales;
  - l'intérêt de développer et d'étendre l'action du Secrétariat aux aînés, avec le souci que cela ne se traduise pas par une déresponsabilisation des autres instances gouvernementales (le revers de la médaille);

- reformuler l'enjeu de la problématique du vieillissement en enjeu sociétal, et préconiser une approche horizontale pour y travailler.
  - Le vieillissement est une expérience fortement différenciée. Cependant, il est beaucoup plus facile de développer et de maintenir des approches différenciées en politiques publiques que d'adopter des approches universelles !
  - Des défis et des problèmes qui sont partagés : l'adaptation des politiques publiques au phénomène du vieillissement pose des enjeux très similaires dans les autres pays industrialisés.
- 

### **Le programme de l'après-midi**

#### **« Quand les politiques se rapprochent des aînés : l'apport des municipalités amies des aînés au Québec »**

Isabelle Lizée travaille au Carrefour action municipale et famille depuis 14 ans, et elle y est directrice adjointe depuis 2013. Dans ses fonctions, elle accompagne l'équipe soutenant les municipalités inscrites aux projets Municipalités amies des aînées (MADA). Jean-Philippe Lessard-Beaupré est conseiller depuis six ans à la direction du vieillissement actif, au Secrétariat aux aînés, au Ministère de la famille.

#### **Voici quelques éléments saillants de cette présentation:**

- Le projet de développer des « Villes-amies des aînés » (VADA), dont découlent les MADA, a pris forme au XVIIIe Congrès mondial de gérontologie et de gériatrie tenu à Rio de Janeiro (Brésil) en juin 2005;
- Le programme MADA est affilié au Réseau mondial de l'Organisation mondiale de la santé des Villes amies des aînés (Réseau mondial OMS des VADA);
- Le Québec se démarque par l'importance de leur implantation: plus de 88,6% de la population du Québec vit dans une municipalité ou une municipalité régionale de comté (MRC) en démarche ou reconnue MADA;
- Les démarches MADA visent à favoriser : l'adaptation des politiques, services et structures municipales à la réalité des aînés; la participation des personnes aînées; la concertation et la mobilisation de toute la communauté afin de mieux adapter les milieux de vie aux besoins des aînés; le maintien des personnes aînées dans leur milieu de vie et la mise en place de conditions leur permettant de rester actives dans leur communauté;
- Les démarches MADA incluent l'élaboration d'une politique municipale concernant les personnes aînées, des démarches qui sont l'occasion de mettre en interface, outre l'administration municipale et le conseil des élus, plusieurs acteurs de la société civile (ex : CIUSSS ou CISSS, FADOQ, organismes communautaires du milieu, Commission scolaire, Société de transport, Office Municipal d'Habitation, tables de concertations existantes, médias locaux, etc.). Ainsi, les municipalités ou MRC participantes jouent le rôle de catalyseur auprès des autres acteurs interpellés par les défis du vieillissement de la population dans leur milieu;
- Les démarches MADA se caractérisent par leur capacité à mobiliser l'intérêt et la participation des aînés, par la diversité des objets qui sont abordés dans les politiques

familles et aînées, et par la diversité des projets impliquant des liens intergénérationnels (ex : cuisine collective, contes, réussite scolaire, bibliothèque, etc.);

- Parmi les exemples des actions mises en place, en lien avec les objectifs de la journée, notons la mise en place d'une campagne de sensibilisation sur la bienveillance à l'égard des aînées à l'intention des commerces, ou encore l'ajout d'un point obligatoire «évaluation des impacts sur les aînées » lors de la présentation des projets déposés au conseil municipal;
- La présentation a également fourni des exemples des liens créés avec les Centres intégrés universitaires de santé et de services sociaux (CIUSSS) et les Centres intégrés de santé et de services sociaux (CISSS), dans le cadre des projets MADA, pour des volets touchant, par exemple, le repérage des aînées vulnérables, différentes activités d'information touchant les saines habitudes de vie, différents volets touchant la sécurité. S'ajoutent également différentes mesures visant, par exemple, l'amélioration de l'accès des personnes aînées à différents services de maintien ou de soutien à domicile, ou encore à différents professionnels de la santé (travailleur de rue, infirmière en milieu rural, pharmacien, kinésiologue, etc.). La présentation fait ainsi ressortir la pertinence d'accentuer la présence du réseau de la santé et des services sociaux dans les plans d'action MADA.

---

### **« Comment les besoins des aînées influencent l'agenda des Caisses Desjardins au plan local et provincial »**

Kristel Rousseau est conseillère pour les volets « communication et vie associative » à la Caisse Desjardins des Lacs de Témiscouata. Pierre Giroux est le chef responsable des clientèles préretraitées et retraitées à la Fédération des Caisses Desjardins du Québec, poste qu'il occupe après avoir occupé diverses fonctions auprès de ces clientèles depuis plus de 25 ans au sein du Mouvement Desjardins.

#### **Au plan local, concernant le projet de la Caisse Desjardins des Lacs de Témiscouata :**

Ce volet de la présentation fournit un exemple éclairant quant aux conditions à mettre en place pour créer un environnement apte à répondre aux besoins spécifiques des personnes aînées dans l'obtention de leurs services financiers. L'expérience fait suite aux réactions négatives engendrées par le processus de rénovation entrepris au siège social de la Caisse en janvier et février 2015. Elle a permis de réaliser :

- L'intérêt de se donner les moyens de bien comprendre les problèmes rencontrés et de repérer l'ensemble des besoins à couvrir pour satisfaire la clientèle aînée. La Caisse a choisi de faire appel à des consultants pour la soutenir dans ce dossier;
- L'importance de l'écoute et du dialogue avec les personnes aînées et différents acteurs de la communauté;
- L'utilité de développer une capacité d'adaptation en utilisant les ressources du milieu, mais aussi des ressources spécialisées dans les besoins spécifiques des aînées;
- Le besoin de concilier le besoin de répondre aux besoins de la clientèle aînée et le souci d'efficacité;
- La nécessité de développer un espace d'innovation pour trouver des solutions.

L'expérience vécue a été l'occasion d'améliorer la qualité des liens intergénérationnels, notamment de la part des employés de la caisse envers les personnes âgées. Elle a également permis de créer de nouveaux liens entre la caisse et différents organismes de la communauté, dont l'équipe MADA.

### **Au plan provincial, concernant l'attention portée aux personnes âgées à la Fédération des caisses Desjardins :**

Ce volet de la présentation décrit les démarches entreprises pour préserver l'accessibilité des personnes âgées aux services financiers et pour contrer les risques d'abus financier. La présentation rappelle:

- Que de manière générale, les adaptations requises dans les services offerts pour répondre aux besoins des personnes âgées varient avant 70 ans et après 70 ans;
- Que les personnes âgées de moins de 70 ans utilisent davantage les services en ligne. Voici quelques exemples des adaptations faites pour faciliter leur utilisation: une architecture du site qui facilite le repérage des sections à consulter, une attention portée à la grosseur de caractère, l'option d'avoir des explications en audio ou en sous-titres, le choix de couleur favorisant les contrastes, etc.;
- Les personnes âgées plus âgées recherchent un contact personnalisé et en présence des personnes. Voici quelques-unes des options permettant la proximité des services :
  - la présence de personnel de la Caisse dans les résidences regroupant ses personnes âgées;
  - le regroupement de services municipaux et financiers pour conserver la présence de services financiers localement;
  - l'expérimentation actuelle d'un projet de caisse mobile;
  - la mise en place de stratégies pour offrir des formations individualisées aux personnes âgées dans le but de les familiariser avec l'utilisation des services en ligne.

Parmi les commentaires entendus suite à ces deux présentations :

- L'importance que représentent, pour les personnes âgées isolées, les quelques contacts personnalisés associés à l'obtention de services de proximité, par exemple à la pharmacie ou à la caisse populaire.

---

### **« Quand la mixité générationnelle est perçue comme un atout : le projet social porté par l'organisation sans but lucratif Gestion des Trois Pignons »**

Christian Murphy est à l'emploi de l'Organisme sans but lucratif (OSBL) Gestion des Trois Pignons depuis ses tous débuts, soit depuis près de 35 ans, et il est directeur des projets depuis une vingtaine d'années. Marie-Hélène Gauthier est également active au sein de l'OSBL « Gestion des Trois Pignons » depuis son origine, d'abord comme bénévole (comité des locataires) et, depuis 1987, comme directrice aux services à la clientèle. En 1990 se sont ajoutés la responsabilité des relations publiques et le développement et la mise en place de l'OSBL « Services plus ».



## Le projet des Tours Frontenac :

- Le cheminement de ce projet s'étale sur quelques décades, et la description du cheminement parcouru demeure fidèle aux valeurs du départ : la recherche et le maintien d'une mixité sous différents plans (âge, statut socio-économique, origine ethnique, étudiant, chômeur, travailleur, statut marital, présence d'incapacités ou de limitations fonctionnelles); le souci accordé à la participation des locataires et à la transparence de l'administration; la recherche de moyens diversifiés pour soutenir le plus longtemps possible le maintien des personnes dans leur milieu de vie; l'ouverture de l'administration tant à l'interne (recherche de mixité) qu'à l'externe (développement de liens avec différents comités ou organismes communautaires, effort d'intégration des tours au quartier);
- Parmi les réalisations intéressantes, notons:
  - le développement de moyens pour bien informer les locataires, notamment sur les services offerts : journal statutaire quelque fois par année, télévision communautaire qui inclut une offre de formation pour des besoins exprimés ou perçus;
  - la mise en place de moyens pour entendre les locataires : assemblée annuelle, évaluation formelle aux cinq ans, une écoute constante en tout temps;
  - le développement de l'OSBL « Services plus » visant à repérer et à mieux soutenir les personnes vulnérables (qui sont souvent des personnes âgées), la création d'un service de bénévoles incluant du personnel et des locataires, l'engagement d'une intervenante de milieu (volet individuel), puis d'une intervenante dont le travail est axé sur le volet collectif, le développement d'une entente avec le CIUSSS pour la présence d'une équipe sur place (justifiée par l'ampleur des besoins), l'utilisation des services communautaires du quartier;
  - l'animation du milieu : développement de l'environnement physique pour améliorer la qualité de vie (aménagement paysager, piscine); le code de conduite invitant au respect et au civisme, et visant à assurer la sécurité; la fête annuelle de la St-Jean Baptiste, ouverte à tous; le développement de cuisines collectives mettant à profit une participation intergénérationnelle;
  - la négociation avec des services privés pour l'obtention de meilleurs tarifs (ex : TV, buanderie) avec des ententes qui permettent d'associer aux rabais pour les locataires le dégagement de sommes permettant de soutenir discrètement certains locataires moins fortunés.

Le projet suscite un grand intérêt chez l'auditoire et des questionnements quant à la possibilité de développer d'autres projets respectant une telle vision.

---

## CLÔTURE DE LA JOURNÉE

### **Table ronde – Le Québec est-fou de ses aînés?**

Les quatre participants à la table ronde se positionnent sur les différents thèmes abordés au cours de la journée et indiquent les enjeux jugés prioritaires.

#### **Présentation des quatre membres du panel :**

- **Mme Marguerite Blais** a été ministre responsable des Aînés de 2007 à 2012. Elle a été l'instigatrice de l'implantation des politiques MADA au Québec et responsable de la première politique québécoise touchant le vieillissement « Vivre et vieillir ensemble », mise en place en 2012.
- **Mme Patsy Clapperton** est vice-présidente chez UMANO-stratégies conseils et agit depuis 8 ans comme consultante pour accompagner les organisations cherchant à relever le défi de leur adaptation aux clientèles aînées. Elle est membre de l'Ordre des psychologues du Québec.
- **M. Gaston Michaud** cumule plus de 45 années d'expérience dans le développement communautaire, une expérience qu'il partage dans son livre « La lumière de la terre », paru en 2014. Il est le fondateur de la première coopérative de solidarité en habitation pour aînés au Québec, La Brunante, située à Racine, un village en Estrie d'un peu plus de 1000 habitants.
- **M. Michel Venne** est directeur fondateur de l'Institut du Nouveau Monde (2003), un organisme non partisan voué à l'accroissement de la participation des citoyens à la vie démocratique. De 2009 à 2011, l'INM a organisé, avec plus de cent partenaires partout au Québec, les Rendez-vous des générations, qui ont mené à l'élaboration d'une Déclaration des générations en 2012, disponible au site suivant : <http://inm.qc.ca/blog/la-declaration-des-generations/>.

Les panelistes ont été invités à réagir au contenu de la journée à partir des consignes suivantes :

- Dans un premier tour de parole, réagir à deux aspects du contenu qui les ont davantage frappés, en mettant à profit leur parcours particulier;
- Dans un deuxième tour de parole, sélectionner trois messages clés qui contribueraient, selon eux, au développement d'une société dans laquelle les personnes aînées participeraient à part entière;
- Dans un troisième tour de parole, comment chacun d'entre eux suggère de passer à l'action.

#### **Voici ce qui se dégage, globalement, des propos des membres du panel :**

##### **M. Michaud invite à:**

- Favoriser l'entraide plutôt que le bénévolat, parce l'entraide dépasse la charité et traduit une implication de la personne aidante et la présence de services qui sont souvent mutuels, reflétant ainsi une mise en valeur de ce que chacun peut apporter, dans une approche de complémentarité. Pour M. Michaud, « valoriser l'entraide est un antivirus à l'âgisme »;
- Être intéressé ou à se préoccuper de faire une différence pour l'autre;

- Ne pas perdre de vue que les facteurs les plus importants pour influencer la qualité de vie des aînés sont les relations, le soutien social, et l'intégration sociale, comme le rappelle d'ailleurs l'auteure Suzan Pinker dans son livre « *The Village Effect* », paru en 2014. Il faut se rappeler l'importance de la qualité des liens, et l'utilité de créer des conditions favorables à leur développement. Ainsi, dans leur coopérative de solidarité en habitation, une salle communautaire est ouverte à tous les organismes ou citoyens du village et a contribué à faire de la résidence le cœur du village;
- Réfléchir différemment au concept d'autonomie en ne prenant pas seulement en compte les capacités des personnes et l'offre de services du milieu (avec ses limites), mais également l'apport des autres locataires (ex : ramener à sa chambre une personne avec Alzheimer qui s'égaré dans l'immeuble) et des proches. La prise en compte de cette offre de services enrichie fait en sorte que l'institutionnalisation arrive plus tardivement, avec une qualité de vie qui sera plus longtemps optimale pour la personne concernée;

Quelques images gracieusement fournies par M. Michaud :

- « Il ne faut jamais que ça sente le vieux »
- « On ne transplante pas un vieil arbre »
- « Être yeutiste » (tout voir, ne rien manquer) comme exemple d'une contribution particulière d'une personne à la vie collective.

**Mme Blais rappelle :**

- Que es personnes aînées ne forment pas un bloc monolithique, qu'elles sont très hétérogènes;
- Que pour bien vieillir, il faut que la personne aînée se sente bien dans la société;
- L'importance de pouvoir rester chez soi le plus longtemps possible, ce qui nécessite de modifier nos environnements, de faire des arrimages entre différentes politiques, de mettre en place des intervenants de milieux;
- Que le passage à l'action repose, selon elle, sur une politique des proches aidants, un virage vers le maintien à domicile (environnements dédiés et favorables) et une amélioration des conditions de vie en CHSLD (protéger les plus vulnérables);
- Et qu'il faut « Briser la solitude, le mal du siècle ».

**Mme Patsy Clapperton rappelle également:**

- De promouvoir un vieillissement diversifié;
- De bâtir des plans d'intervention qui reposent sur les plans de vie des personnes concernées;
- De développer de meilleurs partenariats entre les chercheurs, les praticiens, l'entreprise privée;
- Et que les personnes aînées sont appelées à vivre plusieurs pertes : celle de leur permis de conduire, celle de leur animal de compagnie, la nécessité de composer avec leur perte de mobilité. Mais la pire des pertes demeure ne celle qui survient dans leur réseau social.

### **M. Venne suggère plusieurs pistes d'action sur lesquelles réfléchir:**

- Envisager une politique des âges plutôt qu'une segmentation selon les âges à laquelle nous invite, par exemple, des structures tel le « Conseil des aînés » ou le « Conseil de la jeunesse »;
- Être conscient d'une cohabitation nécessaire entre toutes les générations, en se rappelant que ce sera bientôt cinq générations qui se côtoieront, et demeurer soucieux de maintenir la participation des jeunes;
- Prôner une approche intergénérationnelle et assurer la succession des générations :
  - l'idée de la maturité n'est pas vide de sens (mentorat, respect entre les générations);
  - cela dit, le progrès risque fort d'être porté par ceux qui nous succèdent.
- Avant d'en arriver à l'heure des comptes, réformer nos politiques sociales qui semblent de plus en plus évoluer dans la direction suivante : renvoyer à chacun sa sécurité sociale et financière;
- Adapter nos politiques sociales au contexte de vie prolongée :
  - favoriser une assurance-médicaments pour tout le monde;
  - se préoccuper de l'universalité d'outils comme les assurances invalidité, les assurances post-retraite.
- Se sensibiliser à l'intérêt des politiques publiques pour aplanir les différences entre les âges;
- Ne pas perdre de vue le rôle des communications interpersonnelles, l'importance de partager le pouvoir, l'importance d'un dialogue entre toutes les personnes de toutes les générations;
- Des idées pour passer à l'action :
  - pratiquer l'intergénérationnel dans son milieu de travail;
  - pratiquer la démocratie participative dans les milieux de vie des personnes âgées et inclure des personnes âgées dans les instances de décision;
  - promouvoir les activités culturelles : elles favorisent les échanges, font travailler le cerveau et peuvent être aussi une opportunité de raconter des histoires, de partager le vécu des uns et des autres;
  - envisager l'intérêt d'une campagne sur l'âgisme; l'espace médiatique semble être monopolisé en fonction des lois du marché, il faut occuper cet espace.

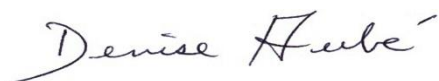
### **Voici ce qui dégage des propos provenant de l'assistance à la fin de la journée:**

- Se rappeler les situations où des personnes âgées vivent en situation de survivance : des personnes âgées de 75 ans et plus, vivant seules, qui ont perdu leurs racines, sans liens affectifs, en manque d'amour. S'intéresser ici aux meilleures pratiques utilisées ailleurs pour contrer ce phénomène;
- Se rappeler l'importance que représentent, pour certaines personnes âgées vivant seules, les rares interactions que leur permettent : une visite à l'épicerie, à la pharmacie, à leur caisse ou à leur banque. Bien que ces services soient ponctuels, ils offrent une certaine régularité des liens;

- Être sensible à toutes les petites choses qui s'accumulent et mènent au désengagement ou contribuent à initier un cycle de désengagement des personnes, notamment face au travail;
  - Les conditions imposées par les assurances font parfois en sorte qu'il devient difficile de maintenir en appartement des personnes âgées, seules ou pas, vivant avec des incapacités, parce que l'assureur ne couvre pas les risques additionnels que cela implique;
  - Oui à l'intergénérationnel, oui à l'importance de prêter davantage attention aux politiques :
    - prôner davantage de politiques transversales;
    - reconnaître à quel point chaque ministère est jaloux de préserver son autonomie et les difficultés rencontrées lorsque des initiatives visent une meilleure transversalité.
  - Se préparer aux dérives que peut amener le choix des mots, en comprenant que chaque choix a des limites, et qu'elles feront l'objet de débats. Ainsi, à titre d'exemple:
    - on parle de vieillissement en santé alors que l'âge s'accompagne quasi inévitablement de problèmes de santé, à un moment ou à un autre;
    - on parle de vieillissement actif, alors que certains ne désirent pas être actifs, ou n'y voient pas de plaisir... même si la pertinence de demeurer actif (dans tous les sens du terme) fait sens;
    - on parle de vieillissement réussi, où le message semble inclure que la personne devient responsable du succès de son vieillissement;
    - le terme « vieillir ensemble » présente l'intérêt d'interpeller davantage l'ensemble de la société.
  - Ne pas sous-estimer l'influence des media et du marketing dans les messages qu'ils véhiculent.
- 

J'espère que ce compte rendu rendra justice à la richesse du de cette journée et qu'il vous sera utile pour agir contre l'âgisme et adapter vos interventions en conséquence, tant au plan personnel que professionnel ou organisationnel.

Merci à tous ceux qui ont contribué à cette journée, incluant les nombreux participants.



Médecin conseil en santé publique et médecine préventive

Institut national de santé publique du Québec

[denise.aube@inspq.qc.ca](mailto:denise.aube@inspq.qc.ca); 418 650-5115, poste 5603

Responsable de la journée **Un Québec fou de ses aînés ?**