



## TABLE DE CONCERTATION DES AÎNÉS DE CHAUDIÈRE-APPALACHES

*Pour le mieux-être des aînés*

# **Avis sur l'isolement de certains aînés avec la pandémie**

## **VERSION INTÉGRALE**

**Les recommandations seront acheminées, selon le cas, à :**

- Gouvernement du Canada
- Gouvernement du Québec
- Ministères
- MSSS
- CISSS-CA
- Partis politiques
- Députés
- Élus municipaux
- Organismes
- Etc.

Cet Avis a été dûment adopté par le conseil d'administration de la TCA-CA.

### **FAIRE PARVENIR DEMANDES D'INFORMATIONS, COMMENTAIRES OU RÉPONSES À :**

Table de concertation des aînés de  
Chaudière-Appalaches  
5501, rue Saint-Georges,  
Lévis (Québec) G6V 4M7

Téléphone : 418 833-5678, poste 105  
Sans frais : 1 877 533-5678  
[tableainesca12@gmail.com](mailto:tableainesca12@gmail.com)  
[www.tabledesainesca.wordpress.com](http://www.tabledesainesca.wordpress.com).

**LÉVIS, le 16 mars 2022**

# AVIS SUR L'ISOLEMENT DE CERTAINS AÎNÉS AVEC LA PANDÉMIE (Vivre dans la solidarité et l'amitié)

En préface : Sommaire des recommandations

## RECOMMANDATIONS

L'OBJECTIF principal du présent AVIS est que les personnes aînées sortent de l'isolement et retrouvent le goût de participer à la vie sociale afin de vivre dans la solidarité et l'amitié, ce qui apporte beaucoup de bénéfices.

### RECOMMANDATION # 1

Que les instances gouvernementales mettent en place les mesures nécessaires afin d'atténuer ou amenuiser les conséquences du manque de participation sociale qui vont perdurer malgré la fin de la pandémie.

*NOTE. La Table de concertation des aînés de Chaudière-Appalaches considère que le présent AVIS ne peut être dissocié de « l'AVIS concernant des personnes aînées en situation de pauvreté » qui est complémentaire à celui-ci et qu'on peut trouver sur le site web [www.tabledesainesca.wordpress.com](http://www.tabledesainesca.wordpress.com). Lorsqu'une personne vit avec un manque de ressources financières, elle ne peut subvenir adéquatement à ses besoins et il s'ensuit une détérioration de sa santé. Il CONVIENT DONC DE PRENDRE EN COMPTE CET ÉLÉMENT.*

### RECOMMANDATION # 2

Que les instances gouvernementales soutiennent davantage les municipalités et les MRC dans la mise en œuvre des plans d'action de leur politique MADA<sup>1</sup> afin de travailler à contrer l'isolement et favoriser la participation sociale.

### RECOMMANDATION # 3 :

Que les municipalités et les MRC diversifient les moyens afin de permettre aux aînés de sortir de l'isolement tout en continuant de demeurer dans leur municipalité.

### RECOMMANDATION # 4

Que des organismes communautaires ou les maisons d'éducation se préoccupent et aient la capacité d'offrir des formations à faible coût permettant une meilleure maîtrise des outils technologiques par les personnes aînées.

<sup>1</sup> Municipalités Amies des Aînés au Québec

## Corollaire

### RECOMMENDATION # 4.1

Que la Gouvernement du Canada, fasse connaître, prolonge et améliore le programme « Familles branchées » afin de permettre à plus d'aînés et de familles à faible revenu d'avoir accès à des services Internet.

### RECOMMANDATION # 5

Que les municipalités instaurent, en collaboration avec des organismes du milieu, des « BIEN-VEILLEURS ou des BIEN-VEILLEUSES » dans les milieux, ces sentinelles, ces vigies formées au repérage des aînés isolés afin de prévenir la détérioration de leur santé.

### RECOMMANDATION # 6

Que le Gouvernement du Québec, bonifie des programmes existants ou mette sur pied un Programme d'activités sociales pour personnes aînées (PASPA) afin de leur redonner le goût de socialiser.

## Introduction

Le 23 novembre 2021, la Table de concertation des aînés de Chaudière-Appalaches (TCA-CA) invitait les membres de son conseil d'administration, ses membres, les organismes d'aînés, les organismes de services aux aînés, les élus et les personnes aînées à une rencontre de concertation à Saint-Henri-de-Lévis.

La concertation se déclinait autour de 5 sujets identifiés en septembre par le conseil d'administration dont l'**ISOLEMENT DE CERTAINS AÎNÉS** avec la pandémie. Parmi les 55 personnes présentes, dix ont choisi le sujet en titre. Elles formaient deux sous-groupes. Dans un premier temps, les participants devaient donner des exemples de situations rencontrées qui selon eux étaient problématiques ou non-efficientes et en préciser des causes. Dans un deuxième temps, les équipes devaient proposer des solutions aux problèmes mentionnés. Les participants avaient accès à une partie de la documentation présentée ici soit celle des pages 4, 5 et 6.

Vous trouverez dans les pages qui suivent la transcription des propos recueillis lors de la journée du 23 novembre. Les propos des participants sont présentés comme suit :

- « ..... »

De plus, certains propos sont accompagnés d'un astérisque entre parenthèses, cela indique que des personnes bien identifiées nous ont fait parvenir des suggestions et/ou des commentaires écrits au moment de la concertation ou lors de la consultation ultérieure qui se terminait le 25 janvier 2022.

- « ..... » (\*)

T  
TABLE DES MATIÈRES

SECTION A – DOCUMENTATION .....	4
SECTION B – LES DONNÉES DE L’ÉCHANGE DU 23 NOVEMBRE 2021 ET DES AJOUTS SUITE À LA CONSULTATION .....	8
<i>Des observations des participants</i> .....	8
<i>Des solutions</i> .....	10
SECTION C – LES RECOMMANDATIONS.....	12
SECTION D – DES AVIS COMPLÉMENTAIRES .....	15



**TABLE DE CONCERTATION**

**DES AÎNÉS**

**DE CHAUDIÈRE-APPALACHES**

*Pour le mieux-être des aînés*

**SECTION A  
DOCUMENTATION**

**1. DES DISTINCTIONS À APPORTER**

**A) Ce qui suit est tiré de *L’AVIS sur l’isolement de certains aînés*<sup>2</sup>.**

Il importe de faire quelques distinctions, notamment entre solitude et isolement. Ces deux termes sont souvent employés indifféremment, cependant dans la littérature sur le sujet une distinction est faite. La solitude peut être choisie mais l’isolement est souvent imposé par différents facteurs de la vie. La solitude peut être saine dans certaines circonstances mais pas l’isolement.

**La solitude**

La SOLITUDE est un sentiment<sup>3</sup>, une perception.

Ce sentiment peut être recherché ou subi. La solitude recherchée ou choisie devient un retrait temporaire bienfaisant afin de générer de nouvelles énergies, il n'y a pas de rupture avec la société. La solitude subie est le fruit d'un retrait progressif et néfaste. La solitude choisie constitue généralement un retrait temporaire et perçu comme bienfaisant.

**Isolement**

L’ISOLEMENT est un fait, un constat observable, mesurable et qualifiable<sup>4</sup>. La personne est sans réseau social. L’individu est séparé du reste de son environnement habituel. Il n'a plus d'intérêt pour participer aux interactions avec les autres ou aux échanges avec les autres. Ces personnes ont peu de contacts avec les autres et la qualité de leurs interactions avec autrui laisse à désirer.

<sup>2</sup> *L’AVIS sur l’isolement de certains aînés*<sup>2</sup>, TCA-CA, 18 avril 2019, page 5.

<sup>3</sup> Éric Sedan, La solitude et l’isolement social, Réalités, enjeux et défis dans le contexte de vieillissement individuel et collectif, manuel du participant, Groupe Ésorg, 14 décembre 2018, page 12.

<sup>4</sup> Éric Sedan, La solitude et l’isolement social, Réalités, enjeux et défis dans le contexte de vieillissement individuel et collectif, manuel du participant, Groupe Ésorg, 14 décembre 2018, page 12.

- B) Ce qui suit est tiré de : **REJOINDRE, COMPRENDRE ET ACCOMPAGNER LES PERSONNES AÎNÉES ISOLÉES SOCIALEMENT<sup>5</sup>.**

### ISOLEMENT SOCIAL, SOLITUDE ET VIVRE SEUL

Les contacts avec les proches, les voisins, les ressources de la communauté ou les professionnels de différents secteurs (ex. : communautaire, santé et des services sociaux, justice, etc.) sont source d'échanges (de services, de biens, d'information ou encore de soutien) pour l'aîné. Leur nombre restreint peut avoir un impact négatif sur son bien-être, la satisfaction de ses besoins et sa qualité de vie. Si la situation génère de l'insatisfaction dans les rapports à autrui, un sentiment de privation, voire de la souffrance, il est question de solitude. Elle résulte de la perception par la personne aînée d'un écart prononcé entre la quantité et la qualité des relations qu'elle a et celles qu'elle souhaiterait avoir. En outre, une personne peut objectivement ne pas être isolée, mais ressentir un profond sentiment de solitude. À l'inverse, une personne qui a peu de relations avec autrui peut en être tout à fait satisfaite. Pour certains, tout comme l'isolement social, la solitude peut être une situation transitoire, survenant souvent en association avec des événements particuliers de la vie (ex. : veuvage). Pour d'autres, il s'agit d'une situation au long cours (ex. : diminution progressive de la mobilité à cause d'incapacités physiques et tristesse de perdre des occasions de socialiser).

## 2. DONNÉES DU « PORTRAIT DES AÎNÉS, Besoins et enjeux 2016-2021<sup>6</sup> ».

L'**isolement** social diffère de la **solitude**, qui désigne la perception par les aînés d'un manque d'interaction ou de communication avec les autres. L'**isolement** social augmente la probabilité pour les aînés de se sentir seuls, mais une personne peut éprouver un sentiment de **solitude** même accompagné.

### 4.2.2 Vivre seul : plus à risque d'être vulnérable

L'isolement social est généralement défini comme le fait d'établir de rares contacts avec autrui ou des contacts de piètre qualité. Les personnes isolées socialement manquent de contacts sociaux, de rôles sociaux et de relations mutuellement bénéfiques. La prévalence de ce phénomène varie beaucoup : au Canada, c'est plus de 15 % des personnes de 65 ans et plus<sup>7</sup>.

Les facteurs contribuant à l'isolement social peuvent être :

A) Les pertes et deuils :

- Le déclin de la santé physique et mentale, dont perte auditive ou visuelle;
- La perte du permis de conduire;
- Le deuil d'un membre de la famille, d'amis, de proches.

<sup>5</sup> REJOINDRE, COMPRENDRE ET ACCOMPAGNER LES PERSONNES AÎNÉES ISOLÉES SOCIALEMENT, FADOQ-RQCA 2017, Outil 1 – L'isolement social des aînés en bref, page 1.6.

<sup>6</sup> PORTRAIT DES AÎNÉS, Besoins et enjeux 2016-2021, p. 20.

<sup>7</sup> Tourigny, André (2017). Collaborer pour diminuer l'isolement social des aînés à Québec : portrait d'un collectif, Colloque de l'IVPSA, octobre 2017, Présentation Powerpoint.

- B) Les transitions :
- Prendre sa retraite;
  - Déménager;
  - Devenir proche aidant.
- C) Une situation financière précaire.
- D) Les contraintes de l'environnement :
- L'âgisme;
  - Les transports;
  - L'habitation;
  - L'aménagement;
  - La sécurité;
  - L'accessibilité;
  - L'éloignement;
  - Les services peu adaptés aux technologies de l'information et des communications.



## TABLE DE CONCERTATION DES AÎNÉS DE CHAUDIÈRE-APPALACHES

*Pour le mieux-être des aînés*

### 3. RAPPORT D'ENQUÊTE<sup>8</sup> – 19 oct. 2021

#### Répercussions de la pandémie sur la vie sociale, la santé mentale, les habitudes de vie et la réalité du travail des Québécois

**Les mesures sanitaires mises en place avaient comme objectif de protéger la population. Ce qui a été atteint mais celles-ci ont eu des conséquences négatives qui ont créé des situations d'isolement et de solitude. La qualité de vie et le mieux-être des aînés en ont été affectés.**

*L'Enquête québécoise sur la santé de la population (EQSP) 2020-2021 a permis de mesurer certaines répercussions de la pandémie de COVID-19 sur la vie des Québécois de 15 ans et plus pendant la période de novembre 2020 à avril 2021. Cette période a été marquée, entre autres, par un maintien des mesures sanitaires, un couvre-feu, une obligation de télétravail, des fermetures d'écoles et de certaines entreprises.*

#### Solitude ressentie pendant la pandémie

Si les études et les médias ont beaucoup relayé l'idée que les personnes plus âgées souffrent d'isolement, le sentiment de solitude aurait touché davantage :

- Les femmes,
- Les jeunes âgés de moins de 35 ans,
- Les étudiants,
- Les personnes vivant seules ou en famille monoparentale,
- Les personnes se percevant comme pauvres,
- Les personnes estimant avoir une santé passable ou mauvaise,
- Les personnes s'étant placées en quarantaine.

<sup>8</sup> Source : <https://statistique.quebec.ca/fr/communiqué/quelles-sont-les-repercussions-de-la-pandémie-sur-la-santé-et-la-vie-des-québécois>

## Changements dans la satisfaction à l'égard de la vie sociale

L'enquête révèle que 77 % des Québécois estiment que leur satisfaction à l'égard de leur vie sociale a diminué depuis le début de la pandémie. Les femmes sont plus nombreuses que les hommes à déclarer une telle situation.

### Diminution de la fréquence de l'activité physique

- Les personnes de 65 ans et plus sont (33 %) à avoir réduit la fréquence de leur activité physique.

### Augmentation de la consommation de cigarettes, d'alcool et de cannabis

- Les personnes de 65 ans et plus sont proportionnellement moins nombreuses que les autres à avoir rapporté une augmentation de leur consommation de cigarettes ou d'alcool.

## 4. DES ÉMOTIONS QUI ENGENDRENT DE L'ISOLEMENT

Lors de la consultation qui a été faite par la Table de concertation des aînés en 2018 et 2019 afin de réaliser l'*AVIS sur l'isolement de certains aînés*<sup>9</sup>, il a été mis en lumière que la peur et la crainte devenaient des facteurs importants dans le développement de l'isolement chez les personnes aînées.

- Peur de déranger
- Peur d'être un fardeau pour les autres
- Peur d'être placé (préférence de demeurer dans son milieu)
- Peur d'être considéré comme un intrus
- Peur des jugements (se faire étiqueter)
- Peur de se faire connaître
- Peur des chutes (éviter de sortir l'hiver)
- Peur des fraudes

Le contexte exceptionnel de la pandémie COVID-19, avec l'intensité médiatique, les mesures sanitaires, la méconnaissance du déploiement des mesures, l'âgisme, etc., ont monté en exergue ces peurs et ces craintes. De plus, une couche a été ajoutée soit la peur d'être contaminé au virus COVID-19 avec toutes ses conséquences. On comprend que tout cela peut facilement entraîner détresse et déconditionnement. Il faut donc une certaine forme de « debriefing » pour sortir du pattern de l'isolement.

<sup>9</sup> AVIS sur l'isolement de certains aînés, TCA-CA, 18 avril 2019, page 6.

**SECTION B**  
**LES DONNÉES DE L'ÉCHANGE DU 23 NOVEMBRE 2021**  
**ET LES AJOUTS DE LA CONSULTATION**

**Des observations des participants**

**La pandémie et les mesures sanitaires ont mis en lumière et accentués l'isolement et ses conséquences.**

**La pandémie**

- « *L'isolement en milieu de vie durant la pandémie a bouleversé la routine des personnes âgées et créé du stress.* »
- « *Les aînés en résidence ont été affectés lorsqu'ils devaient demeurer dans leur chambre.* »
- « *Certaines mesures sanitaires comme - ne pas pouvoir attendre à l'intérieur de l'hôpital – ont occasionné une baisse de motivation pour les bénévoles.* »
- « *Des rites de vie imposés : repas, sortie.* »
- « *L'isolement des aînés avec et pendant la pandémie a été catastrophique et très triste pour ces personnes. Malheureusement, beaucoup d'aînés sont décédés dans des conditions inhumaines dans certains CHSLD ou autres organismes : ennui, déshydratation, manque flagrant d'hygiène. On ne traiterait pas un animal comme ça et on l'a imposé aux aînés vivant dans des résidences privées ou autres.* » (\*)

**Les conséquences de la pandémie**

**Déconditionnement**

- « *Perte d'autonomie.* » (\*)
- « *Perte auditive.* »
- « *Perte de confiance en soi.* »
- « *Sentiment d'insécurité.* » (\*)
- « *Augmentation de problèmes physiques.* »
- « *Augmentation des suicides.* »
- « *Répercussion au niveau cognitif, physique, social et mental.* »
- « *Atteintes cognitives.* »
- « *Modification des habitudes à cause du confinement.* »
- « *Hospitalisation en santé mentale.* »

**Augmentation de la détresse**

- « *Détresse multipliée par 10.* »
- « *Augmentation de la peur.* »
- « *Perte de repères.* »
- « *Propos suicidaires.* »
- « *Confinement – induction de stress chez les proches aidants.* »
- « *Perte de liberté.* »
- « *Interdiction des visites à l'hôpital.* »
- « *Interdiction au proche aidant d'entrer à l'urgence.* »
- « *Arrêt d'activités à cause de la pandémie.* »

## Baisse de la pratique de l'activité physique

- « Baisse de la pratique de l'activité physique – une répercussion majeure chez des aînés. »

## Deuils

- « Perte d'amis ou de parents. »
- « Perte d'êtres chers. » (\*)
- « Perte de capacités physiques. »

## Restrictions d'activités

- « Arrêt des activités au Centre de jour. »
- « Arrêt du répit proches aidants. »
- « Aucune visite à l'hôpital. »
- « Proche aidant interdit à l'urgence. »
- « Interdiction aux bénévoles de 70 ans et plus – ces restrictions ont entraîné un sentiment d'abandon. »

## Situations déjà problématiques même sans pandémie

- « Manque de transport dans les milieux ruraux. »
- « Pauvreté et manque de transport : les principales composantes de l'isolement » (\*)

## Des obstacles à la capacité d'adaptation

Ces éléments ont été un frein à la capacité d'adaptation qui est un déterminant important du bien vieillir.

### Techniques de l'information

- « Non-accès à Internet. »
- « Méconnaissance des nouvelles technologies. »
- « Aînés moins informatisés. »

### Méconnaissance des organismes du milieu

- « Manque de connaissance des organismes pouvant rendre des services. »

### Communication des mesures

- « Confusion dans les règles sanitaires à suivre. »

## Facteurs qui ont accentué la situation

- « Manque de médecin de famille. »
- « Difficulté d'avoir accès à un rendez-vous médical. »
- « Pénurie de main d'œuvre et de bénévoles pour assumer certains services, ex : visite d'amitié. »
- « Situation financière précaire, ce qui amène de l'isolement (ex : prix essence). »

## Des solutions

### Besoin de soutien

- « Plus d'activités de soutien et de services aux proches aidants. »
- « Plus d'aide monétaire gouvernementale pour les aînés. »
- « Pour les gouvernements : promouvoir des relations et des échanges entre générations. » (\*)

### Information

- « Faire connaître les organismes du milieu (X10). »
- « Plus de description de la mission des organismes. »



## TABLE DE CONCERTATION DES AÎNÉS DE CHAUDIÈRE-APPALACHES

### Pour le mieux-être des aînés

### Organismes

- « Faire appel à l'organisme Les Petits frères. »
- « Mieux financer le loisir actif-VIACTIVE en résidence. »

### Formations

- « Donner des formations sur l'utilisation de tablettes. »
- « Donner des formations sur l'accès à Internet. »
- « Mettre en place des services pour informatiser les aînés, »
- « Faire appel à l'intergénérationnel, c'est-à-dire jumeler des ados et des aînés pour offrir du soutien technologique. »
- « Organiser de formations. »
- « Donner des ateliers. »

### Actions individuelles ou en groupe envers des personnes aînées

- « Faire parvenir aux aînés des envois de cartes fabriquées par les jeunes. »
- « Mettre sur pied une activité Courrier-Bonheur comme cela s'est fait dans la MRC des Appalaches – boîte aux lettres devant le RPA et HLM ou le Courrier St-Valentin - MRC Robert-Cliche et Beauce-Sartigan. » (\*)
- « Dire Bonjour à son voisin. »
- « Réaliser du parrainage entre personnes isolées et personnes plus sociables. »
- « Participer à des activités des Clubs d'âge d'or, des Cercles de Fermières, etc. »

### Interpeller les acteurs municipaux

- « Interpeller les acteurs municipaux à se préoccuper de l'isolement des aînés (exemple : liste téléphonique). »
- « Offrir des activités de loisir pour aînés. »
- « Faciliter la participation des aînés (salle et facilité d'accès). »
- « Faire des rencontres entre aînés dans chaque municipalité avec animation » (\*)
- « Créer des espaces et des occasions d'échange avec des interlocuteurs de tous les âges. » (\*)

## Bon voisinage – bien-veilleurs et bien-veilleuses

- « Référer aux ITMAV (travailleurs et travailleuses de milieu auprès des aînés vulnérables). »
- « Remettre le service des ITMAV en force dans la MRC des Appalaches » (\*)
- « Faire des visites d'amitié. »
- « Agir en bon voisin. »
- « Devenir Aînés secours. »
- « Apporter de l'aide aux personnes aînées pour remplir des formulaires. »
- « Devenir ange gardien / bien-veilleur ou bien-veilleuse pour les aînés. »



## TABLE DE CONCERTATION DES AÎNÉS

### POUR UN MEILLEUR BIEN-ÊTRE DES AÎNÉS

## Accès aux technologies informatiques

- « Faire connaître le Programme **Familles branchées** du Gouvernement du Canada (programme qui permet à des aînés et des familles à faible revenu à accéder à des services résidentiels d'Internet haute vitesse à coûts abordables en 2022). » (\*)
- « Améliorer le programme Familles branchées parce que les fournisseurs d'Internet de certaines MRC ne sont pas inclus ou n'ont pas adhéré. » (\*)
- « Laisser vraiment le choix aux personnes aînées d'être papier ou technologique. » (\*)

## Les aînés eux-mêmes

- « Mettre l'épaule à la roue, prendre des initiatives et innover au besoin. » (\*).

## Éléments complémentaires

- « Accorder une diminution d'impôt aux aînés qui veulent retourner sur le marché du travail. »
- « Organiser un transport de groupe pour aller au centre commercial. »
- « Refinancer les tables locales (sans incorporation) puisqu'elles ont un impact direct auprès des aînés. »
- « Valoriser les aînés et leur apport au niveau de nos communautés. »
- « Organiser du co-voiturage avec inscription. »
- « Jumeler des aînés avec des enfants. »
- « Faire du bénévolat afin d'en expérimenter les bienfaits. »
- « Régler les problèmes de pauvreté et de transport, afin de briser l'isolement (en région). » (\*)

## SECTION C RECOMMANDATIONS

Pour atténuer les conséquences des mesures sanitaires et retourner vers une certaine normalité, plusieurs personnes aînées ont besoin d'un coup de pouce pour retrouver leur qualité de vie et de profiter des bénéfices d'une vie sociale satisfaisante.

Il convient donc de leur offrir des activités et des expériences significatives afin que la pandémie et son cortège de peurs et de craintes puisse disparaître.



## TABLE DE CONCERTATION DES AÎNÉS

### RECOMMANDATION # 1

Que les instances gouvernementales mettent en place les mesures nécessaires afin d'atténuer ou amenuiser les conséquences du manque de participation sociale qui vont perdurer malgré la fin de la pandémie.

*Pour le mieux-être des aînés*

- Conscientiser les MRC et les municipalités aux besoins des personnes aînées
- Avoir d'abord le souci des personnes aînées en situation de pauvreté
- Promouvoir les relations et les échanges entre générations
- Prolonger le PAAQ<sup>10</sup> et l'améliorer afin que les clubs de l'Âge d'or et les clubs sociaux puissent mettre en place plus d'activités suite à la pandémie
- Augmenter le financement à la mission globale des organismes
- Augmenter le financement du réseau Viactive

**NOTE.** La Table de concertation des aînés de Chaudière-Appalaches considère que le présent AVIS ne peut être dissocié de « l'AVIS concernant des personnes aînées en situation de pauvreté » qui est complémentaire à celui-ci et qu'on peut trouver sur le site web [www.tabledesainesca.wordpress.com](http://www.tabledesainesca.wordpress.com). Lorsqu'une personne vit avec un manque de ressources financières, elle ne peut subvenir adéquatement à ses besoins et il s'ensuit une détérioration de sa santé. **IL CONVIENT DONC DE PRENDRE EN COMPTE CET ÉLÉMENT.**

### RECOMMANDATION # 2

Que les instances gouvernementales soutiennent davantage les municipalités et les MRC dans la mise en œuvre des plans d'action de leur politique MADA<sup>11</sup> afin de travailler à contrer l'isolement et favoriser la participation sociale.

### RECOMMANDATION # 3 :

<sup>10</sup> Programme action aînés du Québec

<sup>11</sup> Municipalités Amies des Aînés au Québec

**Que les municipalités et les MRC diversifient les moyens afin de permettre aux aînés de sortir de l'isolement tout en continuant de demeurer dans leur municipalité.**

- Créer des espaces et des occasions d'échange avec des interlocuteurs de tous les âges
- Travailler à développer les liens intergénérationnels
- Faciliter la participation de leurs citoyens aînés en leur donnant accès à des locaux et en leur offrant des activités
- Réunir les aînés de sa municipalité et faire de l'animation auprès d'eux
- Mettre en place des mesures afin de supporter les petites résidences pour aînés (RPA) dans le but qu'elles continuent à demeurer ouvertes et offrent des services aux personnes aînées du milieu
- Instaurer une formule particulière de « Parrainage pour socialiser » sur le modèle de « Parents secours »
- Instaurer des « BIEN-VEILLEURS<sup>12</sup> » ou de « BIEN-VEILLEUSES » dans leur municipalité

#### **RECOMMANDATION # 4**

**Que des organismes communautaires ou les maisons d'éducation se préoccupent et aient la capacité d'offrir des formations à faible coût permettant une meilleure maîtrise des outils technologiques par les personnes aînées.**

- Rendre les formations plus accessibles en allégeant les critères d'admissibilité pour les inscriptions (en milieu rural, il est difficile d'avoir le nombre de participants requis)
- Faciliter davantage l'utilisation par du soutien financier pour l'achat d'appareils usagés à l'OPEC, du prêt de matériel, du parrainage, du temps accès à Internet

On a constaté, en temps de pandémie que les aînés maîtrisant les outils technologiques ont pu avoir davantage de contacts avec des membres de leur famille. Leur confinement a été plus facile à supporter et moins déprimant. Il faut prendre tous les moyens nécessaires pour réduire la « fracture numérique » chez les personnes aînées.

#### **Corollaire**

#### **RECOMMNDATION # 4.1**

**Que la Gouvernement du Canada, fasse connaître, prolonge et améliore le programme « Familles branchées » afin de permettre à plus d'aînés et de familles à faible revenu d'avoir accès à des services Internet.**

- Prendre les moyens pour rendre plus accessible les services Internet, ce qui est un besoin essentiel pour réduire l'isolement

#### **RECOMMANDATION # 5**

---

<sup>12</sup> L'AVIS sur l'isolement de certains aînés<sup>12</sup>, TCA-CA, 18 avril 2019. 13 pages.

**Que les municipalités instaurent, en collaboration avec des organismes du milieu, des « BIEN-VEILLEURS ou des BIEN-VEILLEUSES » dans les milieux, ces sentinelles, ces vigies formées au repérage des aînés isolés afin de prévenir la détérioration de leur santé.**

Il s'agit ici d'une mesure de prévention. Ces « BIEN-VEILLEURS/VEILLEUSES » travaillent en collaboration avec les travailleurs et travailleuses de milieu auprès des aînés vulnérables puisque ces derniers jouent un rôle important dans le repérage et afin d'éviter le dédoublement. De même, ces « BIEN-VEILLEURS/VEILLEUSES » doivent s'inspirer des meilleures pratiques en repérage par exemple celui des sentinelles en prévention du suicide ou le repérage selon l'APPUI aux proches aidants.

#### **RECOMMANDATION # 6**

**Que le Gouvernement du Québec, bonifie des programmes existants ou mette sur pied un Programme d'activités sociales pour personnes aînées (PASPA) afin de leur redonner le goût de socialiser.**

Compte tenu que plusieurs personnes aînées suite à la pandémie ont eu une vie sociale mitigée et qu'il faut travailler à les ramener dans la solidarité et l'amitié. Il en va de la conservation de leur santé mentale et du maintien de leur santé physique.

Ce programme pourrait permettre à des organismes communautaires et des municipalités de présenter des projets. Il s'agit de proposer des activités artistiques participatives impliquant des aînés isolés qu'on s'occupe de rejoindre, de transporter s'il le faut. À notre avis, les milieux ruraux et les petites RPA seraient à privilégier.

#### **SECTION D DES AVIS COMPLÉMENTAIRES**

Lors de la rencontre de concertation du 23 novembre 2021, les participants ont été invités à choisir un des cinq sujets. Le traitement des propos recueillis a été fait selon un certain ordre. Pour avoir accès « Aux avis complémentaires », il faut aller voir le site de la TCA-CA : <https://tabledesainesca.wordpress.com/blog/avis-pour-consultation-commentaires-et-retroactions/> .

- **« Soins et soutien à domicile »**  
Déposé le 21 février 2022.
- **Des personnes aînées en situation de pauvreté**  
Déposé le 24 février 2022.
- **L'Âgisme**  
Un avis sur ce sujet sera déposé en mars 2022.
- **Besoins en transport de certains aînés**  
Un avis sur ce sujet sera déposé en mars 2022.
- **Pénurie de main d'œuvre**  
Lors du traitement des propos du 23 novembre, il nous est apparu dans certains sujets que « La pénurie de main d'œuvre » devrait faire l'objet d'un AVIS spécial. Cela pourrait être possible après les travaux en cours. De plus, la TCA-CA aurait besoin de conseils de personnes spécialisées dans le domaine. Ce sujet est donc reporté à plus tard.

## Rédaction

Ce texte a été rédigé par Maurice Grégoire, secrétaire TCA-CA, avec la précieuse collaboration de M<sup>me</sup> Édith Dumont, Agente de planification, de programmation et de recherche, Service de promotion de la santé et prévention, Centre intégré de santé et de services sociaux de Chaudière-Appalaches. Merci à tous ceux qui nous ont fait parvenir des suggestions d'amélioration notamment à M. Pierre Asselin, membre du Comité de direction, pour des suggestions au niveau de la correction.

**La réalisation et la publication du présent AVIS ont été rendues possibles grâce à la Convention financière 2018-2023 signée entre la ministre responsable des Aînés et des Proches aidants et la Table de concertation des aînés de Chaudière-Appalaches.**



TABLE DE CONCERTATION  
DES AÎNÉS  
DE CHAUDIÈRE-APPALACHES