

# Mémoire

présenté par



**au Secrétariat aux aînés  
du ministère de la Famille  
dans le cadre de la consultation  
pour l'élaboration  
d'un plan d'action pour 2018-2023  
de la politique**

**Vieillir et vivre ensemble,  
chez soi,  
dans sa communauté,  
au Québec**

**Octobre 2017**

---

## PRÉSÂGES

---

Pour prendre part à l'évolution du milieu communautaire des aînés au Québec.

---

### Qui sommes-nous?

---

Initié et soutenu par la Fondation Berthiaume-Du Tremblay, avec qui nous partageons valeurs et vision depuis 40 ans, PRÉSÂGES accueille le changement :

- engagé dans le présent et à l'affût de nouveaux courants, l'équipe de PRÉSÂGES prend plaisir à explorer de nouveaux sentiers, à apprendre chemin faisant, à expérimenter et à partager avec ses complices;
- résolument tourné vers l'avenir, PRÉSÂGES se dédie à l'émergence de réponses collectives adaptées aux besoins et aspirations des aînés d'aujourd'hui et de demain.

### Notre approche

Misant sur nos connaissances théoriques et empiriques des enjeux reliés au vieillissement et du milieu communautaire des aînés, nous mettons la pensée design centrée sur l'humain, l'art de la rencontre et l'intelligence collective au service de l'innovation sociale pour les organismes et les regroupements communautaires du secteur aîné.

### Nos actions

PRÉSÂGES prend part au développement du secteur aîné en offrant aux organismes et regroupements communautaires aînés des services d'accompagnement en clarté stratégique et en innovation sociale, des formations sur mesure pour les bénévoles œuvrant auprès des aînés (Rendez-vous annuels) et propose un « laboratoire d'idées » (TRAJECTOIRE) où des événements réunissent des acteurs variés qui mettent à profit leur intelligence collective pour générer aujourd'hui des pistes de solution pour demain.

### Quelques-uns de nos partenaires et complices

- [Fondation Berthiaume-Du Tremblay](#)
- [Association québécoise des centres communautaires pour aînés](#)
- [Intergénération Québec](#)
- [Regroupement des popotes roulantes](#)
- [Réseau de l'action bénévole du Québec](#)
- [Table de concertation des aînés de l'île de Montréal](#)
- [Théâtre Fleury](#)
- [Institut sur le vieillissement et la participation sociale des aînés de l'Université Laval](#)
- [Forum de développement sociale de l'île de Montréal](#)
- [Alliance culturelle](#)
- [Association des retraités d'Ahuntsic](#)
- Table de concertation et d'action pour les aînés d'Ahuntsic (sans site Internet).

---

## Contexte du milieu aîné

---

Pour la première fois dans notre histoire, cinq générations se côtoient. Cette situation de *plurigénéralité* pose de nombreux défis : émergence de nouveaux besoins liés au grand âge, évolution des relations intergénérationnelles, apparition de la génération « sandwich », le bénévolat face à l'arrivée des babyboumeurs retraités, enjeu de transport des aînés, proche aidance, et plus encore ! Face à tout ce bouleversement, ce qui fonctionnait bien avant, rencontre maintenant des difficultés. Ces enjeux, ajoutés à la recherche de financement et aux défis du recrutement de bénévoles, placent le milieu communautaire engagé auprès des aînés au cœur d'une profonde transformation qui mérite d'être réfléchie et soutenue.

---

## Recommandations

---

### 1 • L'État se doit de consolider sa position de leader du développement des communautés

---

Les grands changements sociaux ne se font pas sans revisiter la définition des rôles de chacun. Jusqu'où peut aller un organisme communautaire dans son offre de services et dans ses demandes aux bénévoles ? Où se situe la limite entre les services dévolus à l'**État** et ceux rattachés aux missions des organismes communautaires ? Comment prévenir l'épuisement des bénévoles et des proches aidants ? Les entreprises et le milieu philanthropique ont-ils un rôle accru à jouer ?

**L'État se doit d'être un leader du développement des communautés et soutenir les initiatives des groupes communautaires, qui réalisent leur mission grâce à l'appui de bénévoles.** Leurs services ne peuvent qu'être complémentaires aux services publics afin d'éviter que des bénévoles se retrouvent avec des responsabilités lourdes qui dépassent les limites de leur engagement, libre et gratuit, envers les communautés.

Le milieu communautaire aîné est un vaste réseau constitué d'organismes, de regroupements et de tables de concertation dont l'ensemble des acteurs ont un rôle primordial à jouer. Tous doivent être soutenus, par **une aide financière qui va au-delà du financement à la mission de base**, permettant ainsi le développement d'améliorations dans les services offerts aux aînés.

- **Soutenir le développement** et la pertinence des organismes et regroupements du milieu aîné par des mesures financières qui favorisent l'innovation centrée sur l'humain et qui permettent la mise en place de **solutions inclusives de toutes les générations** touchées par l'enjeu du vieillissement ;
- **Assurer la pérennité des initiatives** et des projets qui explorent de nouvelles approches ou pratiques dans une perspective d'innovation sociale et qui répondent aux besoins présents et émergents des aînés de tous âges ;

- Mettre en place des **programmes sociaux inclusifs qui contrent la ghettoïisation** par groupes d'âge et qui renforcent le tissu social, la complicité entre les âges et les valeurs d'entraide citoyenne ;
- Favoriser la concertation locale : miser sur la consultation des aînés, des acteurs du milieu aîné et des familles pour s'assurer de répondre adéquatement aux besoins et **préparer l'avenir dès maintenant**;
- Mettre en place des programmes qui initient au **bénévolat tôt dans la vie** (milieu scolaire) pour ainsi le favoriser plus tard;
- Développer des mesures qui encouragent l'**engagement social des entreprises** auprès des communautés.

**Grâce au soutien financier de l'État, le milieu communautaire assurera la pertinence de ses solutions aux besoins évolutifs du milieu aîné, et complice des membres de sa communauté pour :**

- offrir des solutions dans la communauté, **pour, par et avec les aînés** et les divers acteurs de la communauté ;
- garder un **rôle complémentaire aux services publics** ;
- favoriser l'accessibilité et l'ouverture à la **diversité des âges** ;
- s'assurer de garder sa **mission centrée sur la personne aînée** ;
- axer ses actions en fonction de l'évolution des besoins, **miser sur les capacités des aînés et valoriser leur apport** dans la société ;
- adapter les **offres de bénévolat en fonction des goûts et aspirations des bénévoles**. (Le bénévolat est un vecteur important de participation sociale chez les aînés. **Les ingrédients suivants favorisent leur engagement** : développer des relations significatives, avoir du plaisir, aider et s'entraider, partager des savoirs, avoir du pouvoir sur les décisions qui les concernent et participer à un projet collectif.);
- offrir de la formation aux bénévoles afin de **les soutenir dans leur engagement** ;
- développer des **complicités et des partenariats** avec les aînés, avec les acteurs du milieu aîné et d'autres milieux (universitaire, technologique, d'économie sociale, etc.), afin de **limiter le travail en silos** et s'ouvrir aux collaborations dynamisantes et porteuses d'innovation.

**Les bénévoles et les proches aidants de tous âges**, qui offrent le meilleur d'eux-mêmes aux aidés, doivent **prioritairement prendre soin de leur propre santé avant de pouvoir aider les autres**. Pour ce faire, l'**État** a un devoir de soutien et d'accompagnement du milieu communautaire aîné et de ses citoyens afin de s'assurer que :

- le **bénévolat demeure un geste libre et gratuit** et ne remplace pas le travail qui reviendrait normalement à des salariés ;
- le bénévolat de proximité, l'entraide entre voisins, la famille et le réseau social soient favorisés afin de **répartir la charge souvent portée par les proches aidants et les bénévoles** du milieu communautaire;
- les familles soient bien outillées et aient un accès facile à du répit, afin d'**alléger le fardeau des proches aidants** dont l'engagement, exigeant émotivement et physiquement, les met à risques d'épuisement.

## 2 • Reconnaître et valoriser la participation sociale des aînés

---

**La participation sociale est l'affaire de tous.** Son accessibilité est variable selon les régions et l'étalement de la population. Divers enjeux peuvent freiner la participation sociale des aînés : accueil, transport, moyens financiers, goûts et intérêts, capacités physiques, etc.

L'**État** doit fournir les moyens financiers aux organismes pour :

- reconnaître et valoriser l'apport des aînés dans notre société;
- favoriser et développer des **activités adaptées** qui misent sur les capacités des aînés, facilitant ainsi la participation sociale malgré les limitations liées à la maladie ou au grand âge;
- améliorer l'**accessibilité aux activités** peu importe la région où se trouve la communauté où l'aîné a choisi de vivre et vieillir.

## 3 • Soutenir l'expérimentation pour favoriser l'innovation centrée sur l'humain

---

Dans le contexte actuel où **cinq générations cohabitent, une vision plurigénérationnelle inclusive et participative s'impose.** Les retraités n'ont pas seulement envie de se la couler douce, ils veulent continuer d'être des citoyens à part entière : se retrouver à la même table de travail que leurs cadets et leurs aînés est un désir immuable.

- **Prioriser la personne avant l'âge.** C'est-à-dire combiner les énergies des aînés à celles des autres générations autour de buts communs et mobilisateurs.
- **Conjuguer les forces et les différences** et miser sur le développement de la complicité et sur la complémentarité des générations permettront de créer des solutions plus adaptées aux défis émergents.
- **Contre l'intervention en silo selon les groupes d'âges :** les enjeux transversaux aux multiples groupes d'âge tels que participation sociale, itinérance, isolement, pauvreté, vulnérabilité, santé, sécurité, alimentation, etc., concernent la population en générale et devraient être traités ensemble plutôt que d'intervenir séparément par groupe d'âge et ainsi risquer de stigmatiser les aînés avec des problématiques qu'ils ne sont pas les seuls à subir.
- **Innover dans les programmes gouvernementaux** en proposant des cadres de développement qui placent l'innovation centrée sur l'humain à la base de la création de projets. Ces derniers doivent éviter de perpétuer la ghettoïsation des citoyens en fonction de leur âge et répondre aux aspirations diversifiées des aînés qui, au-delà de leur âge, ont des intérêts, des expertises et des histoires de vie parfois diamétralement opposés.
- **Reconnaître l'innovation aussi petite soit-elle.** Pour faire évoluer les pratiques, nul besoin de tout changer : il suffit parfois de changer un simple ingrédient dans nos façons de faire. **L'innovation est un périphe passionnant qui commence généralement par un premier petit pas.**

---

## Inspirations

---

*L'innovation devient pertinente quand elle place l'humain au cœur de ses réflexions.  
Nous vous présentons ici des projets développés dans une perspective  
d'innovation sociale qui sont particulièrement inspirants  
de par leur souci de répondre aux enjeux proches des gens qui en bénéficieront.*

**Quartier des générations** : cette approche *plurigénérationnelle*, située dans le quartier Ahuntsic à Montréal, est mise de l'avant par la Fondation Berthiaume-Du Tremblay. Bien plus qu'un espace bâti, le *Quartier des générations* sera un milieu ouvert sur la communauté où tous collaboreront à favoriser l'innovation et le vieillissement actif, toutes générations confondues. Afin d'y parvenir, trois axes de réflexion et d'action ont été ciblés : **la participation, la santé et la sécurité.**

**Solidarité et équité intergénérationnelles** : cette *Conversation publique sur la solidarité et l'équité intergénérationnelles* consiste en un processus public, participatif et délibératif sur les questions d'ordre intergénérationnel au Québec. Initiative de l'Institut du nouveau monde, la démarche offrira plusieurs espaces de discussion et de débat ouverts aux jeunes, aux familles, aux personnes âgées et aux organisations de toutes les régions du Québec afin d'échanger sur leurs préoccupations et proposer des pistes de solutions sur les enjeux d'ordre intergénérationnel.

**Cohabitat Québec** : un projet commun basé sur les valeurs sociales et écologiques. Cohabitat Québec est un syndicat de copropriété divisé géré par une coopérative de solidarité qui réinvente la vie communautaire. Les propriétaires-occupants de Cohabitat partagent des valeurs d'entraide et de bon voisinage et participent à toutes les étapes de gestion de leurs habitations. Ils partagent une « Maison commune », pourvue de nombreux services (grande cuisine et salle à manger, salle de jeux pour les enfants, chambres d'invités, buanderie, atelier, etc.). Ils ont à cœur leur insertion harmonieuse dans le quartier et souhaitent contribuer à la vitalité du quartier Saint-Sacrement à Québec.

**Initiative de travail de milieu auprès des aînés en situation de vulnérabilité** : cette initiative, portée par l'Association québécoise des centres communautaires pour aînés, est maintenant reconnue et soutenue par le ministère de la Famille et des Aînés et permet de rejoindre les aînés plus isolés et à risque de vivre des situations difficiles de solitude ou d'abus.

**TRAJECTOIRE** : développé par PRÉSÂGES, ce laboratoire d'idées et de pratiques utilise l'innovation sociale et des méthodes dynamiques d'animation et de réflexion, pour soutenir l'évolution des pratiques, mais aussi des idées. TRAJECTOIRE favorise la création de complicités en initiant des rencontres multisectorielles favorables aux aînés, afin de mettre diverses expertises au service du développement de pratiques innovantes, complémentaires et rassembleuses pour un renforcement et une revalorisation de l'apport des générations âgées.

**Communauté bienveillante pour les aînés** : Le Centre d'action bénévole (CAB) de la MRC Coaticook a lancé cette initiative afin de favoriser la participation sociale des aînés de la région. Au terme de plusieurs années d'une recherche-action menée sur le terrain, le CAB orchestre désormais plusieurs actions qui permettront, avec le soutien et la participation de la population, de repérer les aînés en situation difficile pour mieux les intégrer au sein de la communauté.

[Je m'engage dans ma communauté](#) : ce projet a été développé par l'organisme Projet changement et propose une démarche novatrice permettant la formation de groupes de personnes, principalement de 50 ans et plus, qui vont développer entre elles des liens d'entraide. Le projet est basé sur la notion du bénévolat de proximité pour les habitants d'un quartier défini. Il offre une structure qui encourage les résidents des tours d'habitation et les personnes vivant dans les rues avoisinantes à s'ouvrir sur leur communauté immédiate. L'enjeu est de prioriser la participation des aînés à l'amélioration de leur qualité de vie, misant ainsi sur leur pouvoir d'agir individuel et collectif.

[Solano : une maison, sept amis](#) : cet édifice privé conçu par sept amis qui ont choisi de vieillir ensemble est un projet novateur qui redéfinit le vivre et vieillir ensemble. L'idée d'une maison de groupe était venue de Claude, qui avait déjà partagé une maison avec des amis à Québec. « *On voulait s'arranger pour vieillir ensemble et s'entraider* », raconte-t-il. Située dans le Vieux-Rosemont, à Montréal, leur maison compte cinq appartements. Chacun a son condo, mais ils partagent un jardin et les espaces du sous-sol (rangement, congélateurs, atelier, garage à vélos, etc.).

---

## Identification de l'organisme

---

### PRÉSÂGES

1474, rue Fleury Est  
Montréal (Québec) H2C 1S1  
(514) 382-0310

[www.presages.org](http://www.presages.org)

Complément d'information : [huguette.robert@presages.org](mailto:huguette.robert@presages.org)

- Présidente-directrice générale : **Nicole Ouellet**;
- Coordinatrice : **Huguette Robert**;
- Chargée de programmes et des relations avec les partenaires : **Denise Denis**;
- Chargé de projet en innovation sociale (TRAJECTOIRE) : **Steeven Pedneault**;
- Technicienne spécialisée en informatique : **Dominique Cartier**.

Date de création : 1975, une initiative de la Fondation Berthiaume-Du Tremblay.

Mission : **Prendre part au développement du milieu communautaire dans le secteur des aînés au Québec.**

Nombre d'employés : 4

Nombre de bénévoles : 10

Nombre de membres : Ø

---

### Rédaction

Denise Denis et l'équipe de PRÉSÂGES.

Mémoire présenté par PRÉSÂGES

*Vieillir et vivre ensemble*

Octobre 2017