

VIEILLISSEMENT ET ASPIRATIONS DES PERSONNES ÂNÉES

Actes du colloque

Sous la direction de
Éric Gagnon et Nathalie Ricard

Mai 2023





Le texte suivant a été féminisé. Notez, cependant, que la forme masculine l'emporte généralement s'il s'agit de l'accord des adjectifs et que les formes masculines et féminines incluent les personnes qui pourraient s'identifier à ces deux genres. Nous n'avons pas utilisé une troisième voie soit l'utilisation non genrée des termes, prenant ainsi le risque d'exclure une partie du lectorat non-binaire ou trans, et nous nous en excusons.

Comment citer ce document :
Gagnon, É. et N. Ricard (dir.). (2023). *Viellissement et aspirations des personnes âgées. Actes du colloque*. Québec : VITAM-Centre de recherche en santé durable.

Dépôt légal : 2023
Bibliothèque et Archives nationales du Québec
ISBN : 978-2-550-95087-5 (PDF)
© Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Capitale-Nationale, 2023

Photographies : © Lise Breton - © Julie Théberge
Design graphique : Caroline Léger - carolineleger.ca

TABLE DES MATIÈRES

Liste des abréviations	page 4
INTRODUCTION - Éric Gagnon et Nathalie Ricard	page 5
TÉMOIGNAGE D'OUVERTURE : Marc Dufresne	page 10
GRANDE CONFÉRENCE : Les aspirations des personnes âgées au Québec - Dominique Morin	page 11
SYNTHÈSE DES ATELIERS - Nathalie Ricard et Éric Gagnon	page 20
• Atelier 1 : Les aspirations et l'intergénérationnel	page 21
• Performance 1 : Thomas Langlois - L'Homme-chimère (extrait)	page 26
• Atelier 2 : L'art, le vieillissement et l'imaginaire	page 27
• Atelier 3 : L'habitat	page 33
• Performance 2 : Hélène Matte - Lecture poétique / Supports fragiles	page 38
• Atelier 4 : Politiques et pratiques pour le changement	page 39
• Performance 3 : Daniel Bélanger et Alexandre Berthier - Je ne suis pas une brique [œuvre en construction]	page 44
• Atelier 5 : La santé comme moteur de nos aspirations	page 45
GRANDE CONFÉRENCE : Aspirations et rapport à l'avenir des personnes âgées. Quelques réflexions à partir de recherches françaises - Vincent Caradec	page 49
SYNTHÈSE FINALE - Émilie Raymond	page 54
• Performance 4 : Les fanzines des aspirations À quoi les personnes âgées aspirent-elles? Rêvent-elles? Présentation de l'installation et des fanzines - Julie Théberge	page 58
Références bibliographiques	page 68
Annexe : Programme du colloque Vieillissement et aspirations des personnes âgées	page 70

LISTE DES ABRÉVIATIONS

AQDR : Association Québécoise de défense des Droits des personnes Retraitées et préretraitées

CCEG : Centre Collégial d'Expertise en Gérontologie

CEVQ : Centre d'Excellence sur le Vieillissement de Québec

CLSC : Centre Local de Services Communautaires

CHSLD : Centre d'Hébergement et de Soins de Longue Durée

CIUSSS : Centre Intégré Universitaire de Santé et de Services Sociaux

CIUSSS-CN : Centre Intégré Universitaire de Santé et de Services Sociaux de la Capitale-Nationale

CREGÉS : Centre de Recherche et d'Expertise En Gérontologie Sociale

EHPAD : Établissement d'Hébergement pour Personnes Âgées Dépendantes (en France)

FADOQ : Fédération de l'Âge d'Or du Québec

ITMAV : Initiatives de Travail de Milieu auprès des Aînés Vulnérables

IVPSA : Institut sur le Vieillissement et la Participation Sociale des Aînés de l'Université Laval.

OBNL : Organisme à But Non Lucratif

MARPA : Maison d'Accueil Rurale pour Personnes Âgées (en France)

MIRS : Maison Internationale de la Rive-Sud (de Montréal)

RI : Ressource Intermédiaire

RPA : Résidence pour Personnes Âgées

VITAM : VITAM – Centre de recherche en santé durable

VVQ : Rencontre Vivre et vieillir à Québec

INTRODUCTION

Éric Gagnon et Nathalie Ricard

C'est d'*avenir* qu'il fut question lors du colloque *Viellissement et aspirations des personnes âgées*; l'avenir auquel chaque personne âgée rêve et aspire, pour elle-même et pour les autres. Le vieillissement était ainsi associé aux désirs, au changement, à l'imaginaire, et non à l'immobilité ou au déclin, comme il l'est trop souvent. C'est ce qui faisait l'originalité du colloque, et qui a attiré en grand nombre les conférenciers, conférencières et le public.

L'événement s'est tenu les 26 et 27 mai 2022 au Palais Montcalm à Québec. Organisé dans le cadre de la Rencontre Vivre et vieillir à Québec (voir l'encadré), il a rassemblé environ 270 personnes venues pour échanger et réfléchir sur les aspirations des aîné.e.s dans leur diversité, et sur les conditions nécessaires à leur réalisation. Ces personnes provenaient des milieux universitaires, communautaires et gouvernementaux et de diverses régions du Québec.

Tenu à l'initiative et avec le soutien du VITAM-Centre de recherche en santé durable, du Centre d'excellence sur le vieillissement (CEVQ), de la Ville de Québec et de la FADOQ - Régions de Québec et Chaudière-Appalaches, le colloque avait pour objectifs de :

- Rendre visibles et audibles les manières de vieillir au Québec, et de montrer la diversité des expériences, des conditions de vie et des modes de vie à travers le prisme des aspirations.
- Découvrir de nouvelles manières de vieillir, d'autres façons pour les personnes âgées de demeurer actives, de conserver ou d'acquérir un contrôle sur leur vie et leur avenir, de demeurer ou non partie prenante des débats et des changements sociaux.
- Mieux comprendre les conditions – économiques, sociales, politiques et culturelles – nécessaires à l'expression et à la réalisation de ces aspirations.

LA RENCONTRE VIVRE ET VIEILLIR À QUÉBEC

La Rencontre s'est tenue pendant tout le mois de mai 2022, dans la grande région de Québec. Elle mettait au programme 18 événements : colloque et forums, conférences publiques et tables-rondes, expositions et performances, installation, projection de films et spectacle de danse. La Rencontre avait pour objectifs de mieux comprendre le vieillissement dans ses multiples formes et dimensions, d'imaginer ce qu'il pourrait être demain dans notre ville, et de contribuer à ce que toutes et tous, de tous âges et de tous les milieux, se sentent concernés par le vieillissement. Le colloque sur les aspirations était le dernier événement au programme.

La Rencontre se voulait l'occasion de réfléchir collectivement sur le vieillissement en réunissant des gens de divers horizons, en mobilisant différentes formes de savoirs et de langages pour parler et le comprendre autrement, et rejoindre différents publics.



LES ASPIRATIONS : LA VIE DEVANT SOI

À quoi les personnes âgées aspirent-elles? Que désirent-elles pour leur avenir proche ou plus lointain? À quoi rêvent-elles pour elles-mêmes, les autres, leur collectivité? Ces aspirations varient-elles selon les conditions de vie des personnes, les lieux où elles habitent, le groupe auquel elles s'identifient? Les personnes âgées ont-elles les mêmes aspirations que les personnes plus jeunes? Que nous disent ces aspirations sur le vieillissement dans une société? Sur la manière dont ce vieillissement est vécu et perçu? Sur ce qu'il est et sur ce que les personnes âgées voudraient qu'il soit? C'est à ces questions que le colloque a apporté des réponses.

À la différence des besoins, qui portent sur le nécessaire, les aspirations ont trait à ce qui est considéré comme souhaitable et réalisable. Elles sont de l'ordre du rêve ou du désir, au-delà des besoins de base, tout en demeurant dans l'ordre du possible. « Une aspiration, c'est un projet d'avenir [...], elle fournit un but en même temps qu'un espoir, et souvent même

une raison de vivre et de faire quelque chose. » (Guy Rocher, dans Duchesne, 2021).

S'intéresser aux aspirations des personnes âgées, c'est approcher le vieillissement sous l'angle du changement : ce vers quoi tendent les personnes, ce qu'elles aimeraient voir changer, s'améliorer, se réaliser. C'est les voir comme ayant un avenir, tournées vers le futur – et non simplement vers le passé ou le présent – et cela, quel que soit leur avancement en âge. « La vieillesse ce n'est pas que de l'avoir été, c'est de l'être encore, c'est du devenir. », écrit Laure Adler (2020).

Le colloque se voulait l'occasion de découvrir ces aspirations dans leur diversité, et de penser les conditions nécessaires à leur réalisation; un temps pour réfléchir à un vieillissement davantage en résonance avec les aspirations des gens.

CONFÉRENCES, ATELIERS, PERFORMANCES

Le colloque s'est ouvert par les allocutions du maire de Québec, M. Bruno Marchand, du directeur de la Rencontre Vivre et vieillir à Québec, M. Éric Gagnon et d'un aîné, qui fut l'un des ambassadeurs de la Rencontre, M. Marc Dufresne. Ils ont souligné, chacun à leur façon, l'importance de se mettre à l'écoute des aîné.e.s et de revoir les milieux dans lesquels nous vivons et vieillissons.



De gauche à droite :
Éric Gagnon, Directeur général VVQ, Jean-Pierre Després, Directeur scientifique VITAM,
Bruno Marchand, Maire de la Ville de Québec, Ezzeddine Derbali, Ambassadeur VVQ,
Marie-Pierre Boucher, Conseillère municipale, Marc Dufresne, Ambassadeur VVQ.

Deux grandes conférences, au début et à la fin du colloque, encadraient pour ainsi dire les échanges. La première, donnée par M. Dominique Morin, professeur en sociologie à l'Université Laval, portait sur les changements démographiques, économiques et culturels des 50 dernières années au Québec, et qui ont façonné le vieillissement et les aspirations des personnes âgées. Ce vaste panorama historique et sociologique donnait une toile de fond à nos échanges et réflexions. La seconde conférence fut prononcée par M. Vincent Caradec, professeur de sociologie à l'Université de Lille en France. Elle a permis de mieux comprendre ce qu'est une aspiration, et pourquoi il est important d'entendre et d'étudier les aspirations des aîné.e.s pour renouveler notre connaissance du vieillissement.

Entre ces deux conférences, cinq ateliers ont été présentés portant respectivement sur l'intergénérationnel, l'imaginaire, l'habitat, les politiques et la santé. Ces cinq ateliers ont nécessité une préparation particulière. Les thèmes et les panélistes ont été choisis par les membres du comité organisateur. Chaque groupe de panélistes devait comprendre des spécialistes et des personnes ayant une longue expérience d'action et de réflexion sur le thème traité, ainsi qu'un citoyen âgé ou une citoyenne âgée pour témoigner de son expérience et réagir aux propos de leurs collègues. Des rencontres préparatoires ont été organisées pour réunir les personnes

participant au même atelier (animateurs, animatrices et panélistes), pour leur permettre de faire connaissance et de se préparer en prenant connaissance des idées et des expériences des autres. De nouvelles interrogations ont pu émerger. Lors du colloque, les panélistes des différents ateliers ont fait des interventions relativement brèves, tout en étant généralement appuyées par un support visuel, afin de favoriser les échanges entre eux et elles, et avec la salle. À cet égard, les animateurs et animatrices, et le maître de cérémonie, ont joué un rôle important et les échanges ont été nombreux.

Entre les conférences et les ateliers, des artistes ont présenté de courtes prestations, afin d'introduire des pauses dans la réflexion, mais également d'explorer l'imaginaire, et de stimuler les rêves et les aspirations des participants et participantes. L'art nous a permis de voir autrement et d'éveiller nos sensibilités. Le slameur et performeur Thomas Langlois est venu nous livrer un extrait de l'Homme-chimère dans lequel il expose son rapport intime au thème de la filiation. L'Homme-chimère est une courtépointe vivante des jeunesses et vieillesse, de remords, de remises en question, de désirs, et d'espoirs – le tout rabouté en un seul corps. Durant, l'atelier sur l'Art, le vieillissement et l'imaginaire, Daniel Bélanger, artiste multidisciplinaire fondateur de Code Universel, s'est entretenu avec une marionnette, Gretchen Gret, manipulée par Pierre Robitaille, au sujet de la créativité qui repousse la notion d'âge. Le lendemain, la poète interdisciplinaire Hélène Matte est montée sur scène pour offrir une lecture de Supports fragiles, soutenue par une magnifique fresque visuelle, inspirée des portraits des aîné.e.s de son entourage, à la fois sensibles et crus. L'artiste nomme sa démarche « poésie de la rencontre ». Daniel Bélanger est revenu sur scène accompagné cette fois d'Alexandre Berthier (Code Universel), à la musique et aux projections. Ils ont invité le public à bouger pour rappeler notre liberté d'expression toujours existante et la vitalité qu'elle procure.

Dans le hall d'entrée du Palais Montcalm, Mme Julie Thérberge a invité des participants et participantes à réaliser de courts fanzines, dans lesquels ils et elles écrivaient leurs aspirations et souhaits. Ces fanzines ont été présentés à la fin du colloque, qui s'est terminé avec une synthèse des échanges et des débats proposée par Mme Émilie Raymond, professeure en travail social à l'Université Laval.

Le colloque innovait non seulement par sa thématique, mais également par les personnes invitées et la diversité des prestations. L'atmosphère était conviviale, propice aux échanges. Elle favorisait l'expression et l'écoute de la parole des aîné.e.s, de leurs rêves et aspirations. De nombreuses personnes nous ont fait part de leur plaisir et enthousiasme tout au long du colloque.

LES ACTES DU COLLOQUE

Les actes ne reprennent pas dans leur intégralité les interventions, les questions et les échanges. Ils présentent les grandes idées formulées lors de ces deux journées. Ils comprennent l'allocution de M. Marc Dufresne, les deux textes de conférence de MM. Dominique Morin et Vincent Caradec, une synthèse des ateliers rédigée par Mme Nathalie Ricard et M. Éric Gagnon, la synthèse du colloque par Mme Émilie Raymond, ainsi qu'un compte-rendu de l'activité des fanzines par Mme Julie Théberge, qui l'a conçue et animée.





MEMBRES DU COMITÉ ORGANISATEUR DU COLLOQUE

Éric Gagnon (direction)
VITAM, CEVQ

Nathalie Ricard (coordination)
VITAM

Rosalie Beaulieu
Université Laval

Micheline Bernier
FADOQ Région Québec-Chaudière-Appalaches

Louis Demers
École nationale d'administration publique
(ÉNAP), CEVQ

Valérie Denais
Ville de Québec

Geneviève Duhaime
Ville de Québec

Anik Giguère
VITAM, CEVQ

Edeltraut Kröger
CEVQ, VITAM

Pauline Lavergne
Centre Intégré Universitaire de Santé et de Services
Sociaux (CIUSSS) de la Capitale-Nationale

Danielle Lepage
CEVQ

Émilie Raymond
Université Laval, Centre de Recherche
Interuniversitaire sur la Communication,
l'Information et la Société (CRICIS), VITAM

Sonia Singamalum
CEVQ

LES 7 AMBASSADEURS ET AMBASSADRICES DE LA RENCONTRE VIVRE ET VIEILLIR À QUÉBEC

Les sept ambassadeurs et ambassadrices de la Rencontre Vivre et vieillir à Québec (VVQ) ont prêté leur visage, temps et compétences pour promouvoir l'événement. On les a vus sur les affiches avec une maxime qui les représentait : **Hélène Blouin** « Je n'ai pas fini d'en voir... malgré la déficience visuelle! », **Lise Breton** « Loin d'un cliché, mais proche de l'objectif! », **Ezzeddine Derbali** « L'accueil, j'en fais mon affaire! », **Marc Dufresne** « Je sens que je fais une différence! », **Edeltraut Kröger** « Il n'y a pas d'âge pour aider ses proches! », **Gérard Perron** « Je fais du mentorat, et les jeunes me stimulent », et **Pierre Gouin** « Je suis toujours en mouvement! ». Ils et elles ont aussi été impliqués dans la planification, la prise de parole, la documentation photographique ou la participation aux événements. Leur présence a enrichi notre regard. Nous les remercions chaleureusement pour leur participation.

REMERCIEMENTS

Nous remercions les membres du comité organisateur du colloque qui ont conçu les différents ateliers et la programmation générale, ainsi que les conférenciers et conférencières, panélistes et artistes qui nous ont fait réfléchir et rêver.

Nous remercions tout spécialement le Dr Pierre Durand, maître de cérémonie, qui a animé le colloque pendant deux jours avec compétence et simplicité, Mmes Caroline Léger et Anne-Marie Cardinal, qui se sont investies dans la promotion de l'événement et les communications, tous les bénévoles qui ont accueilli et orienté les participants et participantes avec sourires et empressements, ainsi que l'équipe du Palais Montcalm qui nous a apporté son soutien technique.

Enfin, nous tenons à exprimer notre gratitude à l'endroit des organisations et des institutions qui ont apporté leur soutien à la réalisation du colloque : le VITAM – Centre de recherche en santé durable, le Centre d'excellence sur le vieillissement, la Ville de Québec et la FADOQ–Régions de Québec et Chaudière-Appalaches. Le Conseil de recherche en sciences humaines du Canada a soutenu financièrement la réalisation de l'événement.

TÉMOIGNAGE D'OUVERTURE

Marc Dufresne

LES ASPIRATIONS DES PERSONNES AÎNÉES AU QUÉBEC



Bonjour, de la part de tous les ambassadeurs et ambassadrices de cet événement, je vous souhaite la bienvenue et merci d'être là. Je salue plus particulièrement le maire de Québec, M. Bruno Marchand. Votre présence ici, aujourd'hui, ainsi que la présence de tous les conférenciers, conférencières et participants, participantes me dit que la promotion d'une ville en santé, de façon durable, anime votre volonté.

Personnellement, j'aimerais que nous léguions aux générations futures un modèle évolutif plutôt que de continuer à avancer de révolutions coûteuses en révolutions onéreuses juste parce qu'on n'a pas conçu nos plans en prenant en considération les besoins changeant des générations futures. Pour réussir cela, je crois qu'il est fondamental que les idées exprimées par ceux et celles qui sont aux premières loges de l'expérience, qui habitent notre ville, soient prises en compte. C'est ce qui rend la tenue de ce colloque où vous pourrez exprimer vos aspirations, si intéressant. Une action faite par vous pour tous ceux et pour toutes celles qui auront la chance de vieillir. Il y a autant d'enseignements à tirer de nos histoires qu'il y a d'individus pour les vivre. Merci d'être venus les partager.

Comme chaque vie est différente, il ne peut donc pas y avoir de modèle unique. Au risque de vous ennuyer je vous partage deux aspects de ce qui m'arrive à moi. Dans quelques jours, j'aurai 67 ans. Les deux questions qui me préoccupent particulièrement à cette époque de ma vie sont celles de la transmission et de la décroissance. Par la transmission, j'entends celle du savoir-faire mais, surtout, celle du savoir-être face à tous les enjeux, les défis et les expériences qui seront mis sur notre route.

L'autre question touche tout ce qui concerne la meilleure façon d'aborder la décroissance, personnelle et planétaire. En secondaire deux, j'étais bien espiègle. L'abbé Lavoie aussi. Après une blague de ma part qui était celle de trop, j'ai eu à écrire une dissertation dont le sujet était : « Faire, c'est se dire ». Ça m'a amené à comprendre qu'on transmet plus par nos actions que par nos discours. Il a donc fallu, pour être en accord avec moi-même par rapport à la décroissance nécessaire actuellement, que j'amorce ma propre décroissance.

En 2020, j'ai vendu auto, chalet et maison pour venir vivre en logement à Limoilou et bientôt St-Roch. Premières conséquences de mes choix, j'ai dû adopter le transport actif. Personnellement, je privilégie maintenant la marche pour presque tout. Cela a eu comme répercussion une amélioration notable dans à peu près tous les aspects de ma vie. La santé, le temps avec ma famille et mes amis, la vie culturelle etc. Les coûts engendrés par mes habitudes ont diminué et mon empreinte écologique s'est améliorée. Le transport actif égale donc un plus pour moi !

Je terminerais en vous disant qu'à partir du regard que je peux porter sur le passé, je regarde vers l'avenir avec la conviction que la vie est rythmée, comme les vagues, et que chaque période nous propose de nouveaux défis, de nouvelles surprises. Celle que je vis présentement me permet de surfer entre l'action et la contemplation, entre la vie intérieure et la vie communautaire. Je pense que la santé durable demande qu'on puisse naviguer ces quatre mondes. En tant qu'aîné, père, grand-père, ami, proche-aidant, et j'en passe, je tiens à remercier tous ceux et celles qui ont mis l'épaule à la roue pour rendre cela possible.

Merci pour votre écoute.

LES ASPIRATIONS DES PERSONNES ÂÎNÉES AU QUÉBEC

1 - INTRODUCTION

Un défi de ce colloque est d’embrasser et de bien étreindre dans nos réflexions toutes les aspirations des personnes âgées. Il nous faut pour cela une approche du phénomène qui intègre avec délicatesse ce que les uns, les unes et les autres pourront dire de leurs aspirations. En allant voir dans le *Dictionnaire Larousse*, à côté du nom « aspiration », on trouve une première définition intéressante accompagnée de quatre synonymes :

Force intérieure, tendance profonde qui pousse quelqu’un vers un idéal ou une meilleure situation; ce désir, ce souhait lui-même

Synonymes : élan, impulsion, mouvement, tendance

Dictionnaire Larousse

À l’origine de cette manière de parler des aspirations, il y avait l’idée religieuse d’une aspiration divine. L’aspiration divine devait agir sur les humains et sur les humaines de l’intérieur et les pousser à faire le bien dans le monde. Il en reste dans la définition du Larousse l’identification de deux caractères observables du phénomène des aspirations : l’action d’une force intérieure poussant vers le mieux, que la personne ressent; puis le mouvement extérieur de la personne qui s’ensuit, qui rend l’aspiration manifeste dans ses comportements. Dans *Le Petit Robert*, de même que dans le dictionnaire de l’Académie française, on trouve cette autre définition de l’aspiration associée à des synonymes différents :

Action de porter ses désirs vers un idéal

Synonymes : désir, souhait

Le Petit Robert

Dans cette seconde manière de parler des aspirations, l’action est clairement attribuée à la personne qui désire. Cette définition dit que la personne qui agit est aussi le sujet de son action, parce que l’effort vise à orienter ses désirs vers l’idéal.

Est-ce que ces deux définitions sont exclusives, ou peuvent-elles se concilier dans une conception plus complexe du phénomène des aspirations? Ces deux définitions se rejoignent en parlant de désir et d’action. Mais tandis que le *Larousse* parle d’un être humain mû de l’intérieur par une force nommée désir, *Le Petit Robert* suggère la présence d’une action de l’humain et de l’humaine sur ses désirs en vue de les orienter vers l’idéal. Si nous voulons embrasser toute la complexité de ce qui est vécu dans l’aspiration et exprimé quand on en témoigne, il faudrait reconnaître deux aspects du phénomène qui coexistent dans le concret de la vie humaine :

- 1) La personne qui aspire à quelque chose est dans un état vital et passionnel :
 - qui la pousse au-delà des besoins, des appétits et des biens acquis;
 - qui la porte vers l’atteinte d’un but, d’une norme ou d’un mieux cru possible et souhaitable.

Sans cet état vital et passionnel, la vie humaine ne comporterait pas de prudence, ni d’espérance, ni de sollicitude, ni de générosité, ni de justice.

- 2) La personne qui aspire est aussi dans une action intérieure et dans le monde :
 - qui se réfère à des jugements de valeur et des jugements de fait sur une situation et ses devenir possibles;
 - qui se traduit, de plus, en des efforts de gouverner ses comportements, sa sensibilité et sa pensée, sans quoi elle pourrait désirer autre chose que l’idéal et s’en détourner.

Sans cette part d'action intérieure et dans le monde des humains et des humaines, leur vie ne pourrait approcher de l'idéal que par hasard, sans effort, sans discipline et sans orientation. Pour délimiter ce dont je devais parler dans ma conférence, j'ai donc intégré dans une seule définition les deux dimensions du phénomène. Une aspiration serait :

Un état vital et passionnel propre aux humains et aux humaines, qui les porte à agir sur leurs désirs, sur eux-mêmes et elles-mêmes, et sur le monde en vue de réaliser un idéal, un but, un souhait, ou d'améliorer leur situation.

Demandons-nous maintenant ce que devrait être notre aspiration commune dans ce colloque? Je propose l'hypothèse qu'elle devrait être d'avancer vers une pleine considération que les personnes âgées ont des aspirations. Cela peut avoir l'air simple, mais c'est beaucoup demander quand on le traduit en pratique. Cela implique d'abord d'avoir de l'égard pour l'être individuel singulier des personnes âgées qui vivent des aspirations, c'est-à-dire :

- reconnaître à chacun et chacune une dignité de personne ayant un potentiel d'autonomie;
- être attentif aux expériences de leurs corps et de leurs personnalités;
- prendre en compte leur situation personnelle et leurs conditions de vie;
- s'intéresser à leurs perceptions, leurs jugements, leurs goûts et leurs choix;
- être à l'écoute de leurs questionnements, de leurs préoccupations, de leurs espérances et de leurs craintes.

À cet égard pour leur être individuel, nous pouvons aussi ajouter une volonté de mieux connaître, comprendre et agir avec leur être social. L'être social correspond pour nous à la part de ce qu'ils et de qu'elles sont qui apparaît relative à leur situation sociale. Par exemple :



- la réalisation de leur potentiel d'autonomie dépend en partie de conditions physiques et sociales favorables ou défavorables;
- les expériences plus ou moins heureuses des corps et des personnalités se vivent en rapport avec des états particuliers des environnements, des milieux de vies, des normes, des modèles et des institutions;
- les situations personnelles et les conditions de vie se différencient et présentent des inégalités qui sont relatives à des rôles et aux statuts des personnes, des lieux et des trajectoires de vie;
- les perceptions, les jugements, les goûts et les choix des personnes âgées expriment des manières d'être humain qui se forment et se transmettent dans une culture, par la socialisation et l'éducation, et qui changent avec les époques;
- leurs questionnements, leurs préoccupations, leurs espérances et leurs craintes varient et changent aussi selon les manières de participer à la vie sociale, les sentiments et les significations qu'on y attache.

Tout ce qui vient d'être énuméré comme des objets de connaissance constitue aussi des objets d'attention importants pour la vie avec les personnes âgées.

2 - LA DÉMARCHE

La démarche que je vous propose est un grand tour de quatre horizons des situations sociales où se vivent les aspirations des personnes âgées au Québec. Ne pouvant pas être exhaustif et parler de toutes les situations vécues, j'ai préparé ce grand tour en m'efforçant d'être systématique dans un travail de balisage. La configuration des balises posées dans chacun des quatre horizons doit nous aider à rejoindre les aspirations des personnes âgées. Dans ce schéma, chacun des quatre cadrans correspond à un horizon dans lequel les personnes vieillissantes, jeunes ou moins jeunes, pensent, sentent, rencontrent la réalité de leur situation changeante et peuvent s'efforcer de l'améliorer :

- Leurs aspirations s'inscrivent d'abord dans la condition économique d'une personne dotée de moyens, ayant des activités, assumant des rôles et devant composer avec les aléas des conjonctures économiques;
- Ce à quoi les personnes aspirent dépend aussi de leur perspective sur le temps qu'elles ont devant elles : c'est-à-dire de la quantité et de la qualité de ce temps, dans une expérience personnelle de leur vieillissement qui peut être affectée par diverses contingences passées ou à venir;
- Ces personnes vivent également dans une continuité sociale de relations depuis qu'elles sont venues au monde. Les attentes d'autrui, mais aussi leurs statuts et le changement social peuvent appuyer leurs élans et exalter leurs désirs, ou à l'inverse contraindre leurs réalisations, leurs expressions et l'attention qu'on y porte.
- Enfin, les aspirations sont senties et interprétées dans une conscience historique. C'est en effet dans une conscience que l'avenir n'est pas complètement joué d'avance et que l'action humaine peut y faire une différence que les personnes se réfèrent à des croyances et des valeurs pour orienter leurs désirs vers un idéal, qu'elles s'engagent et agissent en fonction d'appartenance à des groupements et au monde, puis qu'elles attachent des significations à des espérances et des jugements sur ce qui pourrait être mieux.

3 - L'ÉTENDUE DU SPECTRE DE L'ÂINESSE

Ce qu'on pourrait appeler le spectre de l'âinesse est aujourd'hui bien étendu en variations d'âges et de manières d'être un aîné ou une aînée. Depuis le siècle dernier, les gens deviennent des aîné.e.s dans un escalier roulant des générations qui se suivent et qu'on distingue parce qu'elles n'ont pas vécu les différents âges de leur vie dans les mêmes périodes historiques. Tranchons arbitrairement qui sont les personnes âgées dont nous allons parler. Les plus jeunes sont des baby-boomers nés entre 1946 et le début des années 1960. Les plus avancés en âge dans l'escalier roulant des générations sont plutôt sur les marches des gens qui ont pu avoir des enfants durant le baby-boom.

Pour se donner d'autres balises :

- une personne qui a aujourd'hui 100 ans :
 - est née en 1922, durant les années folles
 - a vécu son adolescence durant la grande crise
 - a eu 20 ans au milieu de la deuxième guerre mondiale, l'année où Frank Sinatra commence sa carrière solo.
- quelqu'un qui a 60 ans aujourd'hui :
 - est né en 1962;
 - a vécu son adolescence dans les années 1970,
 - a eu 20 ans en 1982, l'année de la sortie de l'album Thriller de Michael Jackson.

Balisons maintenant l'univers des aspirations de ces personnes âgées au Québec.

4 - LA CONDITION ÉCONOMIQUE

4.1 - La retraite dans une vie de projets

Avant les années 1950, l'espérance de vie était inférieure à l'âge légal de la retraite fixé à 70 ans. Le destin des plus pauvres était alors de devoir travailler tant qu'ils en étaient capables. Avec la création de la Régie des rentes du Québec en 1966, la retraite est devenue obligatoire à 65 ans. Cette nouvelle norme entrainait dans un tableau d'anticipations où la croissance démographique et économique prévue devait inciter les États à mettre en place de plus généreuses politiques de développement social. L'identification à la classe moyenne et à la vie bonne selon les standards de l'« American way of life » était alors la norme dans les banlieues pavillonnaires pleines d'enfants. L'État devait finir d'étendre ce bien-être des urbains et des urbaines dans les quartiers et les régions moins favorisés du Québec, pour en faire une société plus égalitaire. La retraite ne devait plus être un privilège réservé aux personnes les plus fortunées.

Les plus âgé.e.s parmi les aîné.e.s d'aujourd'hui ont vécu leur retraite dans les années 1980, après l'abolition en 1982 de la retraite obligatoire à 65 ans. La question de quitter le travail plus tôt ou plus tard s'est posée différemment pour eux, mais plus rarement pour elles, et pour les baby-boomers. Les promesses d'une société des loisirs et l'essor de l'industrie touristique ont d'abord insufflé dans les aspirations de retraite des idées de vacances et de temps libre chez soi. Puis, la planification financière et ses publicités ont amené les baby-boomers actifs, hommes et femmes, à se projeter dans de fastueuses visions de « liberté 55 ». L'anticipation de la retraite changea aussi avec l'esprit de la progression dans

la carrière. On valorise davantage maintenant la vie riche d'expériences, d'apprentissages et d'accomplissements, dans des projets à concilier ou à enchaîner. La question impérieuse de se trouver des projets personnels de pré-retraite et de retraite est en phase avec ce nouvel esprit.

Dans les années 1980, les ménages à deux revenus haussent les normes de consommation et elles se différencient entre les couples sans enfants et les couples de parents. La grogne monte alors contre des « vieux » qui devraient laisser leur place aux jeunes adultes en mal de se trouver des emplois permanents et bien payés. La grogne se tourne aussi contre les baby-boomers avantagés par l'histoire à ce chapitre. La lutte au chômage et pour le déficit zéro amène l'État québécois à offrir en 1997 la retraite anticipée à ses employé.e.s, en ouvrant la porte très grand, jusqu'à ceux et celles qui purent quitter au début de la cinquantaine. En parallèle, la lutte contre le déclin démographique en région motivait des initiatives pour y faire migrer de jeunes diplômé.e.s.

Le temps des incitations à la retraite anticipée ou progressive est désormais révolu dans toute la province. Les aîné.e.s sont appelés à rester ou à revenir au travail. Avant la pandémie, entre 2009 et 2018, les Québécois et Québécoises ont pris de plus en plus souvent leur retraite après 60 ans (73 % en 2018). Le taux d'emploi avait aussi augmenté chez les 55 à 59 ans (72,2 %), chez les 60 à 64 ans (48,5 %) et chez les 65 à 69 ans (20,1 %).

4.2 - Des inégalités émergentes

Outre les inégalités attribuables aux classes sociales d'origine, à la scolarisation et au revenu, de nouvelles inégalités entre les aîné.e.s ont émergé depuis les années 1970. L'épargne pour la consommation à la retraite a pu être compromise par des « accidents » de parcours en forme de ruptures de couples, de pertes d'emploi, de précarité ou de temps de requalification. Les femmes, et en particulier celles qui ont été mères, ont eu de moins bons emplois pour être à l'aise à la retraite. La vie à crédit a ouvert la possibilité d'accumuler un lourd fardeau de dettes, parfois traînées comme un boulet au-delà de la vie active. Les ménages propriétaires sont devenus majoritaires au Québec au milieu des années 1970 et pendant que la plupart d'entre eux ont vu la valeur de leur patrimoine augmenter, les augmentations des loyers ont contraint le budget des locataires. La dévitalisation de localités rurales, puis la pénurie de main d'œuvre à l'échelle nationale créent par ailleurs des manques de services pour tout le monde, incluant les aîné.e.s. Les plus fortunés d'entre eux et elles peuvent aussi se retrouver en difficulté d'accès aux soins de santé, à des services à domicile et aux places en résidence pour personnes en perte d'autonomie.

4.3 - Des personnes aînées consommatrices, productrices et participantes

Bien que les aîné.e.s soient surtout représentés comme des consommateurs dans les publicités et dans les projections statistiques des besoins à gérer, ils et elles ont encore une vie productive considérable durant leur retraite. Après avoir reconnu le travail domestique des mères, il faut reconnaître comme de l'activité productive leur bénévolat plus ou moins formel, l'entretien et la réparation de leur logement, l'aide apportée aux enfants devenus parents ou l'aide apportée à d'autres proches, notamment des aîné.e.s.

Chez ceux et celles qui ont fait la Révolution tranquille ou qui en sont les premiers héritiers ou les premières héritières, la tendance est à l'effort pour rester un participant ou une participante à la vie sociale, durant ses années de retraite. Vous reconnaîtrez dans les exemples que je vais donner des lignes de continuité avec la démocratisation d'activités jadis réservées aux élites :

- se tenir informé.e et s'instruire pour participer aux conversations;
- cuisiner, bricoler, coudre, tricoter ou jardiner comme un art, plus que par nécessité;
- prendre soin de son image publique et continuer de participer activement à des réunions et à des rassemblements où faire une différence;
- écrire et transmettre ses connaissances, son vécu et ses valeurs;
- peindre, dessiner ou photographier et constituer une mémoire et un partage de la beauté en images;
- continuer de faire du sport avec un plaisir et une implication attachée à ses performances, à la communication de sa passion et au perfectionnement de son sport.

4.4 - La sécurité financière et les revers de fortune

Ces aîné.e.s ont vécu la transition entre l'idéal d'indépendance économique de la famille économe à celui de la sécurité financière planifiée avec des conseillers et conseillères et des avis d'experts et d'expertes. Ils et elles ont pu avoir recours aux prêts hypothécaires, au crédit à la consommation, aux prêts étudiants, aux assurances, aux fonds de pension, au Régime Enregistré d'Épargne-Retraite (REER), et aux investissements en bourse. Le présent et l'avenir économique de ces générations se sont retrouvés liés aux institutions financières et à l'évolution des taux d'intérêts, des marchés

boursiers et du marché immobilier. Ces personnes âgées ont gagné en capacités de gains rapides, mais se retrouvent aussi plus exposées aux risques de fraude, de difficulté de réclamation, de crise financière ou de chutes des valeurs au mauvais moment. La prévention, l'information et les mesures prises avec les personnes âgées pour leur sécurité financière ne sont pas sans en faire un objet d'inquiétude. Pour les ménages au budget serré, l'inflation forte que l'on connaît peut forcer à des privations pénibles.

4.5 - La maison et son mode d'occupation

Pour la majorité des sexagénaires et des septuagénaires, et pour quantité de gens plus âgés, la maison est au cœur de leur condition économique. Certains s'y sont enracinés et souhaitent y finir leurs jours. D'autres s'en servent comme d'un capital pour acquérir une résidence secondaire, un condo avec service, déménager dans un espace de villégiature, ou encore pour déménager plus proche de leurs enfants et petits-enfants. Les ajouts d'un deuxième logement à sa maison ou d'une mini maison dans sa cour arrière sont entrés dans l'horizon des possibilités de cohabitation intergénérationnelle respectueuse de l'intimité de chacun et de chacune. Particulièrement en pandémie, la maison est aussi appréciée comme mode d'habitation où l'on vit avec toutes ses choses, où l'on peut contrôler l'état des lieux, recevoir son monde, profiter d'une cour, faire ses affaires, en sortir et rentrer sans rendre de compte, puis habiter un voisinage et un quartier familial où l'on est quelqu'un.

Après sept décennies d'étalement pavillonnaire, les âgé.e.s se retrouvent de plus en plus dispersés dans les banlieues et les espaces péri-urbains conçus pour des automobilistes capables de s'approvisionner et d'entretenir leur propriété. Quand les capacités personnelles et la présence de l'entourage viennent à manquer, l'offre de services à domicile et l'offre de transport peuvent apparaître insuffisantes ou trop chères. La sécurité et la liberté que procure la maison se gâte alors, forçant une réorientation des désirs. Les représentations de la cellule de prison ou du mouvoir sont de tristes perspectives de départ pour la recherche d'une résidence.

5 - LE TEMPS DEVANT SOI

5.1 - L'espérance de vie augmentée

Les aspirations économiques présupposent l'espérance d'avoir le temps nécessaire à leur réalisation, ainsi que les moyens de bien vivre jusqu'à la fin de ses jours. Le temps devant soi s'évalue d'abord en quantité. L'espérance de vie augmentée donne aujourd'hui à parier aux hommes de 65 ans qu'ils puissent vivre encore jusqu'à 84 ans en moyenne. Aux femmes, c'est jusqu'à 87 ans. Bien au-delà de la moyenne, 14 % des femmes et des 7 % d'hommes nés en 1961 pourraient atteindre 100 ans selon l'Institut de la statistique du Québec.

5.2 - L'allongement de la vieillesse

Pour les âgé.e.s d'aujourd'hui, la vieillesse s'est donc allongée en gagnant des années de vie. Mais il faut aussi être attentif et attentive à son allongement dû au fait de se sentir vieux ou vieille très tôt dans une société s'étant convertie au culte de la jeunesse. Les femmes surtout, ainsi que les hommes dans une moindre mesure, ont été amenés à prévenir l'apparition des signes du vieillissement du corps, puis à les maquiller, les teindre, les camoufler ou les corriger avec des régimes, des entraînements ou des visites chez le plasticien ou chez la plasticienne. Les âgé.e.s ont commencé à vieillir avec les artistes et les athlètes de leur âge, dont on a commenté l'évolution de l'apparence et des performances. Les figures de la jeunesse à la mode changeant rapidement depuis les années 1950, des âgé.e.s d'aujourd'hui, par souhait de rester jeune d'esprit, continuent un marathon où ils ou elles s'efforcent de ne pas être dépassés. Certains et certaines parlent avec nostalgie de leur « vie de jeunesse » diamétralement opposée à la petite vie des couples mariés s'appelant « pôpa » et « môman », comme s'ils n'existaient plus que pour leurs enfants. L'accumulation d'ancienneté au travail, l'avancée de l'horloge biologique et les examens médicaux préventifs sont d'autres signaux d'un vieillissement social graduel qui a rendu plus floue la frontière de la vieillesse.

5.3 - Du temps à vivre irréversiblement déterminé

Cela étant dit, même ceux et celles qui ont appris à exceller dans la dissimulation et le déni de leur vieillissement ont dû rencontrer la nouvelle question de savoir s'ils ou si elles vieillissent bien. Devant cette question, on peut encore aspirer à soutenir et réaliser une image positive de soi, qui nous garde à l'écart du stéréotype négatif du vieillard et de la vieillesse tristes et disqualifiés pour le bonheur. Elle force néanmoins à admettre qu'on ne peut plus demeurer dans le refus du vieillissement. Les 20 ou 30 années à vivre apparaissent plus déterminées par ce qu'on a vécu, par son état, par ses acquis et par ses pertes. La qualité du temps disponible change quand on a besoin de plus de temps pour faire ses activités, de repos ou pour se remettre, sans compter les temps d'attente quand on a besoin des soins ou de l'aide d'autrui. Puis, dans la rareté des temps qu'il reste, des moments simples deviennent précieux dont les plus jeunes ne pensent pas profiter.

5.4 - De la déprise, des deuils et des adaptations

Les aspirations peuvent alors se tourner vers la déprise : un processus de réaménagement de sa vie et de redéfinition identitaire, où laisser des choses qui n'apparaissent plus tenables peut aider à mieux vivre, voire à rebondir. L'avancée en âge accroît aussi les probabilités de vivre subitement des deuils de proches, des deuils de rôles sociaux, des deuils de capacités, le deuil de son domicile et le deuil de

la perspective d'avoir encore beaucoup de temps devant soi. Ces deuils et les adaptations qu'ils imposent sont prenants, peuvent bouleverser les visions, les motivations et les sentiments dans lesquels s'ancraient les aspirations des aîné.e.s. Continuer de vivre de projets se complique en effet dans une situation où la personne perd ce à quoi elle se sentait utile, ou bien les moyens de ce qu'elle estimait faire son bonheur. La crainte du pire peut donner un élan pour l'éviter ou au contraire paralyser. Des témoignages de demandeurs et de demandeuses de l'aide médicale à mourir donnent l'impression qu'ils aspirent à terminer leur vie dans une action libératrice.

5.5 - Personnes aidantes, patientes et aidées

Dans le Québec du XXI^e siècle, les expériences de la déprise, des deuils et des adaptations imposés par le vieillissement commencent de plus en plus souvent dans le rôle d'aidant ou d'aidante d'une personne vieillissante. Les rôles d'aidant et d'aidante, d'aidé.e et souvent de patient et de patiente pour des problèmes de santé importants sont découverts ensemble, et les hauts et les bas ne sont pas seulement ceux de l'aidé.e. La personne aidante les vit dans ses gestes et en qualité de témoin et interprète de ce qui est permis d'espérer pour la suite. Elle s'expose également à la difficulté d'harmoniser ses autres relations, ses propres aspirations personnelles et la satisfaction de son besoin de repos avec son aspiration à ce que la personne qu'elle aide soit bien. Ce sont encore les femmes qui vivent le plus souvent cette situation. Les soins des proches demeurent encore beaucoup l'affaire des conjointes, des filles et des sœurs. Celles-ci, mais aussi des conjoints, des fils, des frères et des amis aidants peuvent se retrouver dans l'oubli de soi ou dans la déprise lorsque la responsabilité ajoutée en rend d'autres intenable, notamment le travail.

6 - LA CONTINUITÉ SOCIALE

6.1 - Des relations électives et de l'isolement

Dans la continuité des histoires de familles et de réseaux au Québec, les relations de solidarité et de sociabilité des aîné.e.s sont plus électives que ne l'étaient celles de leurs ancêtres. Les parents des baby-boomers se sont mariés et ont eu des enfants légitimes baptisés dans une paroisse avant le droit de divorcer. L'amour et la satisfaction relationnelle et sexuelle sont devenues les justifications les plus légitimes de la formation et de la durée des couples. Désirer avoir des enfants devenait la bonne raison d'en mettre au monde. Progressivement, vivre accoté.e.s (en concubinage) ou comme conjoint et conjointe de fait, la monoparentalité, les familles recomposées, les couples de couleurs de peau différentes ou de cultures différentes, puis les hommes gais et les lesbiennes ont perdu leur étrangeté dans les réseaux de parenté et d'ami.e.s.

L'affinité et la confiance comptent désormais davantage que la nature du lien familial lorsqu'on choisit de fréquenter des gens ou de solliciter de l'aide. La parenté se rassemble moins et, depuis longtemps pour les baby-boomers, les réseaux se forment davantage entre couples, entre individus et autour des enfants. La plus libre mobilité géographique et les choix résidentiels ont dispersé des réseaux de proches, mais le rapport électif aux milieux de vie a aussi ouvert des conversations sur l'intérêt de s'organiser pour habiter proche ou cohabiter. De ces changements qui relâchent les liens d'appartenance et d'obligation, il résulte que la plupart des localités, des quartiers et des voisinages sont moins des communautés intégrées pour les aîné.e.s.

À l'âge où les enfants ont quitté le foyer parental, plus de femmes habitent seules. Plus d'aîné.e.s ne peuvent plus compter sur la famille et de la parenté pour avoir de la visite, ou comme premier et ultime recours en cas de besoin. Une manière de ne pas déranger ses proches est d'engager quelqu'un pour obtenir le service dont on a besoin. L'individualisme des conjoints et des conjointes peut aussi faire en sorte qu'ils vivent de l'isolement en habitant ensemble. L'un et l'une attend l'autre, toujours partie ou qui ne rentre pas à l'heure attendue. L'activité ou la sortie que l'un ou que l'une souhaiterait partager finit par se faire en solo plutôt qu'avec l'autre qui ne manifeste aucun enthousiasme. L'aspiration à rompre la solitude demande alors des démarches qui sortent des lieux et des cercles familiaux. Elle devient aussi l'objet d'initiatives, d'activités et de projets d'habitation favorisant l'entrée en relation.

6.2 - La famille rétrécie et tournée vers les enfants

L'allongement de l'espérance de vie fait qu'il n'est plus rare que les familles comptent quatre générations. Les petits-enfants et les arrière-petits-enfants peuvent alors y être très nombreux et nombreuses. Par contre, chez les baby-boomers, la réduction de leur descendance sous une moyenne de deux enfants par femme accroît la probabilité d'avoir peu ou pas de petits-enfants. Ils ont aussi moins de frères et de sœurs, de neveux et de nièces qu'en avaient leurs parents.

La vie de famille tournée vers le bonheur et l'épanouissement des enfants place les aîné.e.s qui aspirent à devenir grands-parents dans une délicate position. Ils et elles doivent attendre le choix de leur enfant, puis qu'il et qu'elle se décide à le réaliser, pour enfin y parvenir. Ceux et celles qui se réjouissent d'avoir des petits-enfants présentent souvent la chose comme une « chance ». S'ensuit la négociation avec les nouveaux parents de la relation que les grands-parents peuvent espérer avoir avec les petits-enfants.

Sans entrer dans les détails, disons que les aspirations de rencontrer seul le petit-enfant, de le gâter ou de lui transmettre des biens et des enseignements dépendent également du bon vouloir des parents. La qualité de la

relation avec son enfant et l'autre parent, leur disponibilité, leur désir d'autonomie et leur conservation de l'autorité sur l'éducation et sur l'agenda de la famille sont des points de litige. Les discours des parents jugent aussi négativement les grands-parents envahissants, ou qui semblent indifférents et indifférentes à l'enfant, ou qui ne jouent pas avec lui ou elle. Mais l'aide financière des parents et la cohabitation avec de jeunes adultes sont devenus des stratégies d'accès à la propriété d'une maison, souvent pour établir une famille.

6.3 - L'âgisme et la célébration des plus actifs et actives

Les Québécois et Québécoises sont plus sensibilisés aux préjugés et attitudes âgistes. La valorisation d'une vieillesse active et de ses bienfaits pour la santé et la société amène à donner davantage de visibilité à des personnalités visiblement âgées et bien actives. Leur célébration est une bonne chose pour ébranler les préjugés négatifs liés à l'âge, mais il faut encore se prévenir d'ériger des modèles complexants. Le renouvellement du sens et des pratiques des interactions respectueuses avec les personnes âgées n'est pas achevé. Peut-être est-ce parce que leur statut reste fortement attaché à la reconnaissance de leur passé, plutôt qu'à l'actualité de leur devenir comme personne?

6.4 - Le choc démographique

Les relations et les interactions que vivent les aîné.e.s sont aussi influencées par un choc démographique anticipé depuis les années 1980, dont on découvre les implications dans le changement. Choc d'un nombre sans précédent de personnes âgées au Québec, doublé d'un choc de voir la population active diminuer. L'objectif de réduire ses conséquences a motivé l'accueil de nombreux immigrants et immigrantes et la mise en place de plus généreuses politiques familiales. Les mouvements démographiques actuels créent des bouleversements des milieux de vie qui touchent aussi les aîné.e.s: congestion routière, crise du logement et gentrification là où jeunes et aîné.e.s se concentrent; manque de service en transport, difficulté à vendre sa maison et dévitalisation en marge des aires de croissance.

6.7 - Grands-parents et citoyens, citoyennes en demande

S'il y a davantage de place pour les jeunes et les étrangers et étrangères dans un Québec qui vieillit démographiquement, les personnes âgées y sont aussi beaucoup plus sollicitées. Plusieurs grands-parents se retrouvent très impliqués dans la conciliation travail-famille de leurs enfants et pallient au manque de services de garde. Plusieurs tiennent des postes pour lesquels le recrutement d'une relève ne se fait pas

facilement. Cette pression à ne pas laisser tomber ou à ne pas laisser une chaise vide est un revirement dans le traitement des aîné.e.s. La demande motivée par un besoin autrement impossible à combler peut engendrer une ambivalence entre la satisfaction de ne pas être laissés de côté et le sentiment d'un asservissement.

7 - LA CONSCIENCE HISTORIQUE

7.1 - La religion et les opinions à la carte

Les personnes âgées d'aujourd'hui furent les enfants d'un temps où l'histoire passée et à faire était bien encadrée dans une conscience eschatologique communiquée par la religion. Il y fallait avoir la foi et accepter la Providence, discerner sa vocation et s'y dévouer, se soumettre aux autorités et aspirer au salut éternel. Les mêmes aîné.e.s sont des générations qui ont fait du Québec une société dont l'État a tranquillement évolué vers la laïcité. Désormais, la plupart de ses citoyens et citoyennes n'ont plus de pratique religieuse régulière. Néanmoins, à la fin des années 1980, moins de 7 % des adultes Québécois et Québécoises se déclaraient sans foi, et 54 % déclaraient avoir une expérience personnelle de Dieu. Il est difficile de se prononcer sur ce que cela pouvait vouloir dire pour chacun et chacune, et ce qu'il peut en rester dans l'expérience et les orientations des aspirations des aîné.e.s.

L'expression « religion à la carte » a été utilisée pour caractériser le phénomène des croyants et croyantes sortis de l'encadrement d'une Église pour choisir ce qu'ils en gardent et ce qu'ils en laissent. L'expression « à la carte » pourrait aussi valoir pour décrire le rapport aux idéologies et programmes des partis politiques, aux savoirs scientifiques, puis aux médias d'information et d'opinion. Les repères de la conscience historique des personnes âgées d'aujourd'hui nous apparaissent très variables, comme ceux et celles des générations plus jeunes.

7.2 - Le consensus, la modernité et les droits

Les aîné.e.s canadiens français les plus âgés ont donc été élevés durant la fin du règne du consensus communautaire traditionnaliste. Il ne fallait pas y être trop « ostineux », « original » et « déplacé » sous peine de moqueries et de rejets plus ou moins cruels. « Se faire jeter dehors », « partir pour vivre sa vie », « ne plus vouloir se parler » et « être libre dans sa tête » sont de leurs expressions qui témoignent des difficultés d'exister dans ce consensus. Dans les années 1960, les Canadiens français et les Canadiennes françaises du Québec ont ensuite adhéré assez majoritairement à la résolution de devenir modernes et maîtres chez eux, comme nation, dans leur vie privée et dans leur conscience intime. Cela a voulu dire être une personne plus autonome,

plus entreprenante, plus rationnelle, plus fière, plus indépendante, plus émancipée, plus féministe, plus « flyée » (excentrique ou originale), et plus libre de préjugés, ce que le sens commun résumait en disant « être plus évolué.e.s ». La défense des droits et libertés de la personne proclamée par l'adoption d'une charte québécoise en 1976 a soutenu ensuite la diffusion d'un nouveau sens de la justice. L'égalité de respect sanctionnée par le droit devait désormais primer sur l'autorité morale des croyances et des usages. Nos aspirations à ce que cessent les discriminations, les violences, les abus et les autres manquements au respect des personnes s'inscrivent dans un cheminement éthique amorcé par les générations des aîné.e.s.

7.3 - Québécois, Québécoise du monde et de la planète

Ces générations ont été pendant longtemps divisées entre fédéralistes, souverainistes et indifférentes à la question de l'indépendance du Québec. Elles sont aussi devenues des Québécois et Québécoises vivant dans des lieux qui sont devenus la Métropole, la Capitale-Nationale ou une autre région du territoire du Québec. Leurs manières de vivre et de penser se sont développées dans les particularités des systèmes québécois d'éducation, de la santé et des services sociaux, d'approvisionnement en électricité, de transport, d'établissements de plein air, d'audiences en environnement, etc. Ils et elles sont tout à la fois les aînés du Québec et les personnes aînées du monde d'une solidarité internationale rêvée, ce monde que l'exposition universelle de 1967 réunissait sur la Terre des Hommes. Fils et filles de patentés et de bricoleuses qui savaient inventer, bâtir et recycler, plusieurs nous ont amené à cultiver nos goûts et nos aspirations en explorant le meilleur de ce qui existe à l'étranger, et en osant dépasser l'imitation de l'autre dans la création. La protection du patrimoine bâti du Québec, de son terroir et de ses lacs et cours d'eau a aussi été amorcée par des membres de ces générations. Leurs philanthropes sont sortis d'une charité dans l'entre-soi. La force de leur ressort tendu par la conviction d'un nécessaire changement demeure une référence inspirante pour faire avancer au Québec des causes sociales et planétaires.

7.4 - Vérités existentielles et bilans

Nous pourrions ajouter quantité d'autres entreprises et réalisations que les aîné.e.s inscriraient dans leur bilan existentiel rétrospectif. Se définir par leurs actes, par leurs accomplissements et par leur trajectoire de mobilité sociale est leur signature. Ils et elles ont également appris à partager avec moins de pudeur et plus de douceur leur vérités

existentielles, ce qu'ils et ce qu'elles se sont sentis être et devenir à travers des épreuves et des événements heureux. Leurs sentiments ne sont plus quantité négligeable dans la transmission de leurs expériences et de leur point de vue sur l'histoire et sur la vie. La réserve respectueuse que plusieurs conservaient avec leurs parents âgés, beaucoup l'ont remplacé par des marques d'affection et des déclarations d'amour à l'endroit de leurs enfants devenus des adultes.

8 - GÉNÉRATIONS, GÉNÉRATIVITÉ ET INTÉGRITÉ

Il se peut bien que le portrait que je vous ai proposé de la conscience historique où se vivent les aspirations des personnes aînées vous apparaisse le fruit de ma génération ou de mon âge de quarantenaire. Les personnes aînées que j'ai connues sont associées aux deux derniers des stades du développement psychologique distingués par la théorie d'Erikson. J'en ai côtoyé.e.s des admirables par leur attention et leur générosité pour la société et pour les autres, ainsi que des plus tranquilles en fin de vie, qui jouissaient d'un sentiment d'intégrité d'avoir bien fait ce qu'elles devaient. Il y a aussi des aîné.e.s plus égocentrés, des plus atteints par des frustrations et des plus déprimés. C'est avec des aîné.e.s dans tous ces états que les générations dont nous sommes apprennent ce que peut être l'ainesse, à chercher ce qu'elle peut devenir en mieux, et à agir pour qu'elle soit vécue plus près de l'idéal.

DISCUSSION

Un participant se demande si l'âgisme ne réside pas aussi dans le discrédit ou le désintérêt pour les activités et réalisations des personnes âgées? Il dit avoir l'impression que ce qu'il accomplit ne suscite aucun intérêt chez ses petits-enfants. Un monde les sépare. De plus, il remarque que, contrairement à son vécu, le centre de gravité tourne aujourd'hui autour des enfants, de leurs réalisations. Quand il était jeune, tous et toutes se rendaient chez sa grand-mère, après la messe et avoir dîné. Les femmes allaient à la cuisine, tandis qu'il rejoignait ses oncles qui racontaient ce qu'ils faisaient en buvant. C'était un moment où il demeurait en silence, à l'écoute et durant lequel il apprenait.

M. Morin suggère que son expérience reste personnelle et qu'il ne pense pas qu'il s'agit d'âgisme. Il rappelle que l'attitude des plus petits et des plus petites est hautement influencée par celle de leurs parents et de la famille dans leurs rapports aux aîné.e.s, et comment ceux-ci et celles-ci leur sont présentés. Il partage sa propre expérience de quarantenaire durant les réunions de famille.

DISCUSSION

Jeune, il était souvent approché par des adultes qui trouvaient les conversations de leurs semblables ennuyeuses. Ils et elles cherchaient plutôt à tisser un lien avec lui. M. Morin avance que ces adultes, les baby-boomers, ne cherchent pas à retourner aux réunions familiales d'antan.

Les recherches indiquent que la génération des baby-boomers a été la première à se tourner vers les enfants, à en avoir moins que la génération précédente, à valoriser l'instruction de leurs enfants et à se soucier primordialement de leur bien-être. Leurs bonheur et aspirations en dépendent. Une bascule historique s'est donc opérée. Il existe dorénavant moins d'intérêt à poursuivre la lignée. On se retrouve moins dans une logique de reproduction et un déplacement de l'autorité s'opère. Les grands-parents n'ont plus l'autorité sur la famille. Le conférencier ne qualifie pas d'agiste cette nouvelle représentation du grand-parent, puisqu'une présence très active des grands-parents est souvent recherchée. Les enquêtes suggèrent ainsi que les grands-parents remplissent parfois le rôle des parents.

Il existe une diversité de familles et donc de fonctions parentales et grands-parentales. Des conflits entre les générations surgissent. Des négociations sont nécessaires, les parents ne partageant pas les valeurs de leurs aîné.e.s qui peuvent revendiquer l'agenda de la famille. Selon le réseau de la parenté, la donne est affectée. Un équilibre semble néanmoins recherché.

Une participante qui enseigne la planification de la retraite dit être préoccupée par la transmission de ses connaissances et savoir-faire à de nouveaux chercheur.e.s, et se questionne sur leur réceptivité. Elle demande à M. Morin ce qu'il en est du mentorat aujourd'hui? Sera-t-elle écoutée, mise à l'écart ou se sentira-t-elle aliénée comme certains grands-parents le sont par les plus jeunes? Le conférencier indique que les enjeux d'autonomie et d'indépendance interfèrent avec les manières de faire déjà acquises et déjà bonnes qu'on voudrait transmettre. La culture et les pratiques des entreprises sont des facteurs à considérer. La participante conclut qu'il y aurait donc un intérêt pour une recherche sur les mécanismes facilitant le coaching de transfert de connaissances entre les générations dans un contexte de travail.

En excluant l'auto-âgeisme, une formatrice de l'organisme « Mûr.e pour entreprendre » questionne comment garder les gens âgés impliqués dans leurs rêves et leurs désirs, afin qu'ils demeurent sur la voie active et non sur une voie de garage? M. Morin répond qu'elle soulève un ancien problème auquel la sociologie classique a tenté de fournir des réponses. Se retrouver isolé.e., esseulé.e a un effet morbide que Durkheim appelait l'égoïsme; l'isolement menant à un état mélancolique et dépressif. Pour y pallier, il faut se retrouver dans des groupes assez nombreux dont les relations incitent à sortir de soi-même pour aller vers des enjeux communs, des valeurs et des échanges. La vie ainsi éveillée produit l'envie de poursuivre des aspirations, et de se donner.

Une autre réalité sociologique est de ne pas se retrouver dans une situation trop en décalage avec nos aspirations et nos attentes de satisfaction, afin de ne pas se retrouver avec des frustrations et insatisfactions. On peut donc veiller à aller dans le bon sens. La disposition d'esprit quand on avance de manière plus claire dans le vieillissement dépend toutefois de ce qui s'est produit avant, selon Erikson.

M. Morin revient sur le clin d'œil à la psychologie du développement d'Erikson qu'il a fait durant sa conférence. Cette théorie pourrait être réappropriée telle une psychologie du vieillissement. Le clinicien avançait que la manière dont sont vécus les derniers stades du développement est en lien avec ce qui a été vécu durant l'enfance, et le début de la jeunesse (la vingtaine-trentaine). Créer de l'ouverture à l'expression de soi, à la participation sociale, de l'espace à l'activité, et entrer en relation demeurent donc la piste à suivre.

Le participant qui témoigne par la suite avance s'être reconnu en tous points dans la fresque dressée par M. Morin. Il vit sa passion de transmettre ses connaissances acquises en administration comme président d'un conseil d'administration de la FADOQ. Il garde ses petits-enfants afin que leurs parents voyagent et habite avec son épouse dans une maison bigénérationnelle. Des raisons économiques ont exercé beaucoup de poids dans leur prise de décision. Ils ont dû faire plusieurs deuils et vivre de nombreux défis d'adaptation en quittant une région qu'ils habitaient depuis 43 ans, et en s'éloignant de leur réseau d'ami.e.s. Croyants, il constate aussi que la foi chrétienne s'est perdue d'une génération à une autre.

Originaire de Montréal et issu du monde de la danse, un participant avance être très inspiré par le mois Vivre et vieillir à Québec (VVQ). Apprendre, se laisser interpellé est une manière de vieillir autrement qu'avec ce qu'offrent le commerce, développé avec le vieillissement, ou l'attente d'une pilule miracle pour contrer l'Alzheimer. Mais chaque époque a ses grandeurs et misères. La pandémie a révélé des façons de vivre qui sont à redéfinir. Regarder ailleurs aide donc. Joséphine Bacon raconte que les grands-mères innues élevaient les premiers petits-fils. On peut apprendre des manières de faire des étrangers et étrangères et des Autochtones. Dans une démarche à laquelle il a participé, des aîné.e.s ont dansé avec des jeunes, partout au Québec. L'expérience a fait l'objet d'un film, *Habiter le mouvement*, qui a été présenté au Musée National des Beaux-arts de Québec, en complément de la programmation de VVQ. Il rappelle que les aîné.e.s, semblables à toutes personnes, ont besoin de se sentir inclus socialement, « de faire partie de la gang », qu'il n'y ait pas de coupures entre nous. Il pense qu'un terreau fertile existe, à Québec et ses alentours, afin de créer cette inclusion et pour apprendre et réapprendre à vieillir et à mourir. Le maître de cérémonie qualifie son commentaire d'excellent.

LES ATELIERS

Synthèse



ATELIER 1

LES ASPIRATIONS ET L'INTERGÉNÉRATIONNEL

INTRODUCTION

Les panélistes ont été invités à traiter les questions suivantes. Comment définir les liens intergénérationnels? Quels sont leurs rôles et significations? Comment les créer, susciter, animer? En quoi sont-ils importants? Ces types de relations favorisent-ils l'expression et la réalisation des aspirations? Comment nourrissent-ils les aspirations et rêves qu'entretiennent les personnes âgées pour elles-mêmes et pour les autres? Les rencontres préparatoires des panélistes ont conduit à un approfondissement de ce questionnement et à de nouvelles interrogations que voici : Comment faire perdurer les liens intergénérationnels? Quel serait le rêve pour notre société? Et, enfin, comment créer des rapprochements plus naturels entre les jeunes et les personnes âgées?

Le panel était constitué de **MARIE-ÈVE BÉDARD** (chercheuse, Centre collégial d'expertise en gérontologie – CCEG), de **JEAN-BAPTISTE HENRY** (agent de liaison et développement, Maison internationale de la Rive-Sud - MIRS, de Montréal) et de **FATIMA LADJADJ** (directrice générale, Intergénération Québec). Pour illustrer un lien intergénérationnel, les co-animatrices étaient de générations différentes : **MICHELINE BERNIER** (administratrice sur le conseil d'administration de la FADOQ – Région de Québec et Chaudière-Appalaches) et **CAMILLE CURADEAU** (étudiante, FADOQ – Région Gaspésie Îles-de-la-Madeleine).

IDÉES PRINCIPALES



1) Les activités intergénérationnelles sont de plusieurs ordres (artistique, littéraire, de transmission, manuelle et ludique, et communautaire), mais le milieu communautaire très créatif souffre de sous-financement. Des conditions humaines, organisationnelles et financières sont nécessaires pour que les projets prennent de l'expansion et demeurent pérennes.

2) Les liens intergénérationnels sont un levier de cohésion sociale. Ils contribuent à rendre les milieux de vie plus sécuritaires et propices à l'expression et au respect des besoins des jeunes et des moins jeunes. Les bienfaits des activités intergénérationnelles, développées selon l'approche par et pour, sont nombreux : ils améliorent la santé physique, mentale et cognitive, encouragent l'intégration sociale, favorisent la socialisation et l'enrichissement culturel, et stimulent le partage du savoir-faire et des connaissances. Les liens intergénérationnels peuvent être appréhendés de manière intersectionnelle, ce qui inclut la dimension interculturelle.

3) Les liens et les activités intergénérationnelles aident à combattre l'âgisme et font découvrir des similitudes entre les jeunes et les moins jeunes. Des occasions naturelles de mixité générationnelle, c'est-à-dire non initiées par des projets structurés, devraient être favorisées à l'extérieur des contextes familiaux et de travail. Ainsi, les jeunes de la garderie jusqu'à la fin de leur parcours scolaire devraient être mis en contact avec des aîné.e.s. Cette proximité réduit les stéréotypes sur les jeunes et les personnes âgées. Elle peut influencer des choix de carrière et nourrir la bienveillance et la tolérance. Les habitations intergénérationnelles devraient être légalement facilitées.

4) Les facteurs de risque de la maltraitance plus particulièrement envers les aîné.e.s, tels que l'isolement, souvent provoqué par la pauvreté, la maladie, le handicap, la barrière linguistique, la méconnaissance des ressources, la méfiance, et l'âgisme, s'estompent, voire disparaissent grâce aux activités intergénérationnelles.

5) Les liens intergénérationnels, toujours en co-construction, reposent sur l'engagement et la solidarité des parties. Ils reposent sur des valeurs qui peuvent être promues.

6) Les activités en mode virtuel ne favorisent pas la communication interculturelle et non-verbale, spontanée ou le partage des expériences.

ATELIER 1

LES ASPIRATIONS ET L'INTERGÉNÉRATIONNEL

RÉSUMÉ DE L'ATELIER

Le lien intergénérationnel est une dynamique durant laquelle chaque partie s'enrichit des expériences, des connaissances et des valeurs de l'autre, malgré ce qui semble les séparer tant sur le plan de l'âge que de l'histoire vécue. Avoir 30 ans dans son parcours de vie en 2020 ne signifie pas, en effet, avoir eu 30 ans en 1944. Les résultats de la recherche-action que présente Mme Bédard indiquent donc en quoi les activités et les liens intergénérationnels contribuent à prévenir la marginalisation des personnes âgées et à modifier les attitudes âgistes et, aussi, quels sont les freins ou les facteurs les facilitant¹. Les chercheur.e.s ont répertorié 444 activités intergénérationnelles au Québec. Leur analyse a cependant principalement porté sur les quatre suivantes : Jumel'âge (Chaudière-Appalache), Mamie Tendresse (Mauricie), Café des Générations (Saguenay-Lac-St-Jean), et Jardin Collectif (Montérégie). Ces initiatives peuvent être reproduites (comme le Jardin'Âge, au Centre du Québec, inspiré par l'expérience du Jardin Collectif), mais les limites surviennent si des jeunes et des aîné.e.s ont l'impression qu'un mur les sépare, que ces initiatives offrent peu de présence mutuelle, ou lorsqu'ils ont des problèmes de santé physique ou mentale. L'absentéisme des aîné.e.s et l'ennui des jeunes sont aussi des freins aux activités intergénérationnelles.

D'autre part, l'ouverture, le respect, et l'adaptation au rythme de l'aîné.e comme à celui de la plus jeune personne sont nécessaires pour créer le lien intergénérationnel. Plus spécifiquement, l'ouverture à créer un lien sans juger l'autre, en voulant contribuer à son bonheur. Il importe aussi que les personnes qui choisissent cette co-construction de liens clarifient leurs attentes respectives, et s'investissent dans un projet commun en travaillant en collaboration, et en se soutenant mutuellement. Comprendre les besoins mutuels semble donc gagnant. Ainsi, les personnes âgées désirent vivre le plus longtemps possible en sécurité dans leur domicile, avoir accès à des services de proximité, et éviter d'être confinés en ghettos. Quant aux jeunes, ils et elles doivent se faire entendre pour influencer le développement de leurs collectivités, afin de se sentir intégrés, maintenant et dans le futur; ces jeunes qui seront les prochains vieux et les prochaines vieilles de la société. Des similitudes entre les individus gagnent donc à être découvertes. Un environnement soutenant, et informé, ainsi que des compatibilités sur le plan des personnalités et intérêts facilitent en outre la formation de liens et la mise sur pied d'activités intergénérationnelles.

Les liens et activités intergénérationnels comportent de nombreux bénéfices pour la santé mentale et l'épanouissement, ainsi que l'expression de sentiments positifs et de satisfaction dans la vie. En outre, les liens intergénérationnels augmentent la confiance en soi, et cultivent l'estime de soi des jeunes participants et participantes qui se sentent utiles. Ce type de lien peut favoriser un sentiment de bien-être chez une personne plus âgée et lui procurer une confiance dans le monde lui permettant de jouer encore un rôle significatif. Un jeune ou une jeune qui a des contacts significatifs avec des personnes âgées sera plus enclin ou encline à avoir une perception positive à leur égard. De plus, l'éducation, dès le plus jeune âge, permettrait de réduire les attitudes âgistes. Les liens intergénérationnels peuvent donc aussi contribuer à diminuer l'âgisme et à transformer les perceptions et les idées. Les retombées vont au-delà des individus. Elles rayonnent dans leur entourage, leur milieu de vie, au sein et entre des organismes. Or, le développement de milieux de vie pour les aîné.e.s est l'une des trois grandes orientations de la politique sur le vieillissement du gouvernement du Québec qui entend soutenir les communautés dans leur adaptation. Cependant, toute action devra s'appuyer sur le principe d'équité intergénérationnelle, voulant que le dialogue et les échanges entre les générations soient encouragés. Ce positionnement en faveur de l'intergénérationnel comme enrichissement collectif est ainsi réaffirmé dans des documents ministériels².

Un aspect souvent oublié des liens et activités intergénérationnelles est leur dimension interculturelle, qu'a soulignée M. Henry, de la Maison Internationale de la Rive-Sud, un organisme fondé en 1975 et qui a notamment pour mission de faire connaître les services de proximité aux aîné.e.s immigrants. La population québécoise d'origine immigrante âgée de 55 ans et plus s'élevait à 345 945 personnes en 2016, soit 31,7 % du total des personnes immigrantes (1 091 310). Le soutien à l'intégration qui passe par les sphères socioculturelles et socioéconomiques est cependant freiné par la barrière linguistique.

M. Henry a présenté deux projets visant à briser l'isolement, à prévenir la maltraitance et à répondre au désir de transmission culturelle et de savoir-faire aux jeunes générations. Il s'agit du Café des aînés, constitué d'une dizaine d'activités dont trois qui se donnent de manière virtuelle, et du projet Amperâge. Les bénéfices du Café des aînés sont nombreux sur la santé, la

1 - Découlant de cette recherche-action (Bédard et al., 2021), un outil de sensibilisation sous la forme d'un recueil qui inclut des conseils pour rendre les activités pérennes est disponible à : https://www.cegepdrummond.ca/wp-content/uploads/2021/04/Recueil_final.pdf.

2 - Voir : Ministère de la Famille, Ministère de la Santé et des Services sociaux (2017); Ministère de la Famille et des Aînés, Ministère de la Santé et des Services sociaux (2012); Secrétariat à la jeunesse (2016).

ATELIER 1

LES ASPIRATIONS ET L'INTERGÉNÉRATIONNEL

RÉSUMÉ DE L'ATELIER

socialisation et l'apprentissage des langues. De plus, des liens se resserrent au sein des familles entre les premières et deuxièmes ou troisièmes générations et entre les membres de générations différentes d'une même communauté culturelle. L'agent de liaison et de développement rapporte cependant que les personnes âgées expriment avoir besoin de relations tangibles et spontanées, que limitent les interactions en mode virtuel. M. Henry suggère que les aîné.e.s immigrants soient vus comme des bibliothèques vivantes, en possession d'un patrimoine immatériel et d'un savoir-faire, dans plusieurs domaines, qu'ils et elles souhaitent transmettre aux jeunes de leur famille, mais aussi à d'autres. Les personnes âgées migrantes rêvent ainsi au retour de l'arbre à palabres, au Québec, mais en-dehors des écrans, « l'expérience ne pouvant pas se télécharger » (M. Henry). De son côté, le projet Amperâge est constitué d'appels d'amitié faits par des personnes âgées de plus de dix-huit ans. Elles sont formées à mettre en lumière des situations de maltraitance. Ces appels favorisent aussi le rapprochement interculturel, l'inclusion sociale, le développement d'une relation de confiance et la solidarité. De manière générale, les usagers et usagères aspirent à avoir une vie heureuse pour eux, elles et leurs proches.

Mme Ladjadj rappelle, de son côté, que les liens intergénérationnels sont avant tout une question de solidarité qui nécessite l'engagement de chaque partie. Mais cet ingrédient-clé est plus ou moins encouragé, selon le contexte actuel. La directrice générale d'Intergénération Québec insiste sur l'impact des valeurs. La performance économique, la réalisation de soi et l'individualisme ont supplanté les valeurs d'antan comme l'entraide, la solidarité et la bienveillance. Des incompréhensions se dressent donc entre les générations qui ont, de plus, moins d'occasions pour se rencontrer et se voir, bien que des espaces intergénérationnels persistent au sein des familles et au travail. Cependant, c'est le rapprochement consciemment désiré entre les groupes d'âges qui parvient à contrer les préjugés, et à favoriser l'acceptation des différences, la diversité et l'ouverture à l'autre.

Intergénération Québec est un réseau national composé de 118 membres, dont 80 organismes ou institutions, qui promeut le rapprochement entre les générations pour le développement d'une société ouverte, solidaire et inclusive. Pour l'instant, le milieu communautaire est le plus créatif, alors que Mme Ladjadj souhaiterait voir émerger une volonté plus large, avec des projets structurants pour l'« édification sociale ». Intergénération Québec célébrera dans deux ans ses 30 ans. Ce réseau soutient les organisations dans la mise sur pied d'activités, valorise

et visibilise les projets qui se déploient, organise la Semaine québécoise intergénérationnelle et le concours de la meilleure initiative, intervient dans les médias, fait de la sensibilisation, et est doté d'un centre de références et de documentation. Les activités intergénérationnelles sont de plusieurs ordres que Mme Ladjadj spécifie : artistiques (danse, arts visuels, chorale, théâtre, etc.), littéraires (lecture, échange épistolaire, discussions sur des œuvres littéraires), communautaires (jardin, cuisine collective, décoration d'un espace, cohabitation, etc.), de transmission (création d'une fresque, tricot, initiation informatique), mais aussi ludiques et manuelles (bricolage, jeux de société, activités sportives, fêtes, etc.). La panéliste donne deux exemples d'activités intergénérationnelles : le projet « Écoute pour voir » jumelle une personne âgée ayant des troubles cognitifs qui danse avec une jeune danseuse. Cette activité lui permet de relaxer, de s'exprimer, d'être stimulée et d'éprouver du plaisir. Dans une autre situation, soit le Soutien éducatif à domicile, une dame bénévole est allée dans une famille pour donner le goût de la lecture à des enfants dont la langue maternelle n'était pas le français. Des liens d'attachement qui se sont développés perdurent bien après que les enfants ont appris à lire.

L'organisme national participe aussi à une communauté de pratiques pour stimuler l'échange d'expertises et la découverte de solutions gagnantes pour l'implantation et la pérennité d'activités intergénérationnelles³. Les liens se sont effrités durant la pandémie par manque de contacts, mais cette période a aussi montré que la solidarité n'a pas pu être cassée. Le communautaire s'est tellement démené avec peu de ressources pour briser l'isolement aggravé des aîné.e.s et l'âgisme.

Mais démontrer de manière tangible en quoi les liens intergénérationnels sont profitables reste un défi. Par ailleurs, Intergénération Québec a développé un projet de témoignages pour parler des bienfaits de la cohabitation intergénérationnelle. Une autrice et un photographe vont sillonner le Québec pour récolter les initiatives de proximité qui existent. Le but est de sensibiliser les pouvoirs publics, en vulgarisant les connaissances acquises à travers ces expériences. Mme Ladjadj espère aussi que l'implication d'Intergénération Québec dans des projets de recherche permettra de récolter les données probantes et

3 - Intergénération Québec s'implique actuellement dans un projet de recherche, lancé par Mme Johanne Filiatrault, ergothérapeute, qui vise la cocréation et l'implantation pilote d'une trousse d'outils pour soutenir les pratiques intergénérationnelles des milieux d'action œuvrant dans le domaine intergénérationnel au Québec.

ATELIER 1

LES ASPIRATIONS ET L'INTERGÉNÉRATIONNEL

RÉSUMÉ DE L'ATELIER

de documenter les meilleures pratiques. Un appui politique commence toutefois à se dessiner. Grâce à leur créativité et à cet appui, les projets communautaires auxquels s'associe généralement le niveau municipal deviennent porteurs.

La directrice générale d'Intergénération Québec souligne aussi que les activités intergénérationnelles ont ce rôle d'éducation populaire, car elles font reculer les préjugés et les discriminations, et déconstruisent les stéréotypes tant sur les jeunes que sur les vieux et les vieilles, en offrant une diversité de modèles. Mme Curadeau remarque que s'il est important d'encadrer et de soutenir le développement de relations intergénérationnelles, elle souhaiterait que le mélange des groupes d'âges se produise de manière plus

naturelle. Elle aurait tant aimé côtoyer des aîné.e.s, en-dehors du contexte familial, alors qu'elle était enfant. À la garderie, elle aurait pu jouer au ballon avec une personne aînée ou dîner avec une personne d'une autre génération, à l'école. Selon elle, l'exposition aux personnes aînées dès un jeune âge faciliterait le rapprochement entre les jeunes et les moins jeunes qui auraient ainsi moins de réticences à aller vers l'autre. Mais les liens ne peuvent pas s'imposer. L'étudiante observe cependant le paradoxe suivant : on souhaite intégrer les jeunes et les personnes plus vieilles à la société, tout en continuant d'utiliser l'âge comme diviseur social. Faisant du pouce sur le témoignage de Mme Curadeau, Mme Ladjadj voit dans les cohabitations intergénérationnelles une belle avenue.

DISCUSSION

Dans un premier temps, les co-animatrices ont stimulé l'échange entre les panélistes avec des questions précises. Par exemple, Mme Bernier a demandé quels étaient les principaux éléments favorisant la réussite d'un projet? Mme Ladjadj est revenue sur les préalables mentionnés durant son exposé, en rappelant que le désir de se défaire de ses certitudes était primordial. Aux côtés humains et organisationnels, Mme Bédard a ajouté l'aspect budgétaire, sans quoi le projet ne peut pas prendre de l'expansion. Mme Ladjadj renchérit : l'enthousiasme est insuffisant. Outre le manque de financement, le manque de formation et de compétence des intervenantes et intervenants et l'absence d'ouverture, l'expérience indique aussi que les obstacles apparaissent quand les facteurs pré-facilitants sont absents. En revanche, s'ils sont présents, ils facilitent la création de projets intergénérationnels. Ces deux dimensions agissent en miroir. Un contexte de rapprochement et facilitant doit donc être créé en commençant par la recherche d'un lieu adéquat, sécuritaire, physiquement et psychologiquement (les préjugés et la méfiance devant rester à la porte) et l'environnement, dépourvu d'irritants. Les échanciers doivent être réalistes et le transport organisé. Les activités ne peuvent pas être imposées, mais conçues par et pour les personnes des différents âges. Elles doivent être bien planifiées et basées sur le développement de relations réelles, saines et réciproques.

Selon Mme Bédard cette proximité peut aussi déterminer un choix de carrière, comme dans son cas. De sorte qu'au lieu de parler de Maison des aînés, les panélistes proposent de parler de Maison intergénérationnelle (*le public applaudit*). Prenant la balle au bond, Mme Bernier suggère ainsi de créer un Ministère de l'intergénérationnel avec une refonte juridique pour permettre le développement de tels établissements. M. Henry, quant à lui, perçoit aussi les maisons intergénérationnelles comme des lieux interculturels. Il reste beaucoup d'éducation à faire pour comprendre les réalités des jeunes et des personnes âgées, d'autant plus si elles sont immigrantes. Le meilleur moyen de rejoindre les plus vieilles est d'aller à leur rencontre, dans les lieux qu'elles fréquentent. La présence d'interprètes culturels et linguistiques peut être facilitante. L'adage, « il n'y a pas d'âge pour apprendre », revêt tout son sens.

Par la suite, le maître de cérémonie a animé les échanges entre le public et les panélistes dont voici les principaux éléments.

Un participant soulève que ce ne sont pas uniquement les gens du communautaire ou des pouvoirs publics qui doivent être interpellés par l'importance des liens, espaces et activités intergénérationnels, mais aussi les chercheur.e.s qui ont intérêt à documenter des initiatives, d'ici et d'ailleurs, qui sont porteuses de justice sociale, de prévention de la maladie mentale et de la

ATELIER 1

LES ASPIRATIONS ET L'INTERGÉNÉRATIONNEL

DISCUSSION

détérioration cognitive. Elles se présentent, entre autres, comme des alternatives viables aux projets d'habitation à plusieurs millions de dollars.



Cependant, pour d'autres, il faut également impliquer le secteur privé. Mais comment convaincre les gens d'affaires que l'intergénérationnel est un investissement? Des discussions entre des promoteurs et promotrices immobiliers, des aîné.e.s et des intervenantes et intervenants permettent aux investisseurs et investisseuses d'être sensibilisés aux bienfaits des liens intergénérationnels, de changer leur vision pour intégrer des espaces, projets ou activités intergénérationnels. Mme Bédard parle de sa collègue Mme Castonguay, une des conférencières du colloque, qui est impliquée dans la création d'un projet immobilier intergénérationnel privé à Drummondville. Le Manoir Soleil, un centre d'accueil à Chambly dans lequel se trouve une garderie, retient aussi particulièrement l'attention. Sinon, du côté du secteur public, un changement de paradigme est aussi vivement souhaité. Mme Ladjadj rappelle, toutefois, la difficulté à convaincre le milieu politique de la mission nationale de l'organisme qu'elle dirige et du bienfondé de l'intergénérationnel.

Un homme qui a hébergé un immigrant plus jeune que lui prend la parole pour dire que les temps sont difficiles pour les jeunes. Il est venu à ce colloque pour trouver des solutions afin de leur transmettre des capsules de bonheur. Il veut aussi transmettre le bonheur par l'exemple. Il souligne que son expérience intergénérationnelle et interculturelle l'a comblé et que cet homme et sa famille font dorénavant partie de sa vie.

Une dame interpelle directement M. Henry. Elle avance ne rien connaître à la situation des nouveaux arrivants et des nouvelles arrivantes. Elle voudrait donc comprendre ce qu'est la barrière linguistique et comment rejoindre les immigrants et immigrantes qui sont seuls. Elle demande aussi comment les intégrer dans les centres communautaires. M. Henry met la dame au parfum de la situation des migrants et migrantes en parlant d'insécurité alimentaire, de la non-reconnaissance des diplômes, des deuils à faire, et des difficultés à trouver un emploi. À nouveau, il suggère d'aller les rencontrer dans leurs lieux de fréquentation afin de leur faire connaître des ressources et de développer des liens de confiance.

Un participant se présente comme un travailleur de milieu qui a œuvré contre l'isolement social des personnes âgées. Il sait qu'il existe plusieurs activités intergénérationnelles mais que les projets, les lieux de mixité générationnelles naturels sont plus rares. Il s'enquiert donc pour savoir si les orientations politiques vont dans ce sens. Pourrait-il y avoir des règles, comme dans le cas de l'intégration des personnes en situation de handicap, pour mettre en place, dès le début des constructions, un espace pour les liens intergénérationnels? Existe-t-il des enveloppes budgétaires? Mme Ladjadj répond qu'elle n'est pas au courant de l'existence de telles politiques. Néanmoins, au fil des ans, Intergénération Québec a remarqué que de plus en plus de projets impliquent les municipalités et les municipalités régionales de comté. La plupart du temps, elles appuient les projets communautaires. Grâce à leur créativité et à cet appui, ils deviennent très porteurs.

PERFORMANCE 1

THOMAS LANGLOIS -
L'HOMME-CHIMÈRE (EXTRAIT)

Dans ce slam-théâtre (poésie orale théâtralisée), Thomas Langlois explore son rapport intime au thème de la filiation.



ATELIER 2

L'ART, LE VIEILLISSEMENT ET L'IMAGINAIRE

INTRODUCTION

Les aspirations appartiennent à l'imaginaire social – individuel et collectif. Cet atelier propose des manières d'explorer les imaginaires pour y découvrir les aspirations des personnes âgées. Comment nourrir cet imaginaire afin de susciter et d'élargir les aspirations? Comment les arts et la littérature peuvent-ils nous aider à décrypter et à enrichir cet imaginaire?

Les panélistes étaient : ÉRIC GAGNON (chercheur, VITAM, Directeur général de la Rencontre VVQ), NANCY COUTURE (professeure, Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue), CATHERINE GUCHER (écrivaine, professeure, Université de Grenoble), JACK ROBITAILE (comédien, citoyen-aîné) et DANIEL BÉLANGER (artiste, Code Universel), avec PIERRE ROBITAILE (marionnettiste). DANIELLE LEPAGE (dramaturge, chargée de projet, CEVQ) a animé cet atelier.

IDÉES PRINCIPALES



1) Les aspirations sont de l'ordre de l'imaginaire. En associant la vieillesse au déclin des forces et des capacités, et à l'improductivité, l'imaginaire nourrit le renoncement. Il empêche la projection dans l'avenir, immobilise corps et esprit dans le présent. En associant plutôt la vieillesse à une nouvelle manière d'être, à une nouvelle façon d'habiter le monde, d'être en relation avec les autres, il incite alors à entreprendre et à agir.

2) L'imaginaire est à la fois institué et instituant. Il est institué lorsqu'il s'institutionnalise dans des politiques, des normes et rôles sociaux, dans des lois, dans des théories du bien-vieillir, dans la publicité, des stéréotypes, des manières de penser, de voir et de comprendre, admises comme allant de soi. L'imaginaire est instituant lorsqu'il est vivant et flexible, et qu'il se renouvelle. La créativité, les discussions, et les apprentissages remettent en mouvement des images figées sur la vieillesse.

3) Les représentations sur les personnes âgées et retraitées oscillent entre deux pôles de clichés : d'un côté, les personnes âgées semblent repousser toutes les limites, de l'autre, les images sont misérabilistes et les présentent seules et grabataires. Cet imaginaire est souvent pauvre en aspirations et en désirs. Les aspirations et les désirs ne se résument pas aux besoins de base à satisfaire. Mais pour avoir des désirs, il faut se sentir libre et avoir la possibilité de faire des choix. Il faut rallumer des désirs qui sont fondamentalement porteurs de vie car d'espérance. Les aspirations des aîné.e.s seraient ainsi empreintes de désirs de transmission, de spiritualité et de quête de sens, de bravoure, d'amour et de liberté, plus particulièrement, d'amour de la vie.

ATELIER 2

L'ART, LE VIEILLISSEMENT ET L'IMAGINAIRE

IDÉES PRINCIPALES



4) Plusieurs activités facilitent l'émergence des aspirations en retravaillant l'imaginaire : l'apprentissage, la réalisation de soi, les liens intergénérationnels, la créativité, le changement de regard. Les aîné.e.s devraient être encouragés à faire des activités artistiques et créatives. Les arts sont accessibles à tous et toutes, notamment, la danse et le chant. Comme le désir qui cheville le corps, ces formes d'arts sont disponibles, et communicatives. Les arts et la littérature mettent un visage derrière les chiffres, les statistiques et les chroniques d'informations. Ils humanisent et font grandir l'empathie et la curiosité. Ils nourrissent ainsi les imaginaires et permettent de penser et de voir autrement, d'éveiller des rêves et

des aspirations. Ils honorent la vie et les vivants et vivantes, incluant les aîné.e.s. Nous avons intérêt collectivement et individuellement à découvrir la beauté de la présence au monde des aîné.e.s.

5) La lecture permet d'explorer l'imaginaire des écrivains et écrivaines mais, aussi, les imaginaires collectifs. Ces derniers s'imprègnent de la culture des membres d'une société et permettent de mieux saisir le monde et les gens qui nous entourent. La découverte de la littérature étrangère permet donc de nourrir l'imaginaire d'une collectivité et ses aspirations.

RÉSUMÉ DE L'ATELIER



M. Gagnon, sociologue du vieillissement, développe des liens entre les aspirations et l'imaginaire. Plus précisément, l'imaginaire est un ensemble de significations et d'idées à propos des choses et des gens, des façons dont on imagine ce qu'ils sont ou devraient être. Notre univers est saturé d'imaginaires et nos têtes se remplissent de rêves, désirs, phantasmes. Nous sommes pour ainsi dire enveloppés d'un imaginaire, et c'est à travers ce manteau que nous percevons le monde autour de nous, les gens, les choses. L'imaginaire détermine ce que l'on voit et ce qu'on ne voit plus, oriente notre compréhension, détermine ce qui nous est permis d'espérer; ce qui est désirable, ce qui est possible de faire, nos aspirations. Par exemple, nous imaginons ce qu'est une personne âgée, ce dont elle a besoin, ce qu'elle doit vouloir, ce qu'elle est en droit d'attendre d'autrui, ce que les autres peuvent attendre d'elle. D'autre part, même si l'imaginaire est de l'ordre des images, il n'est pas pour autant toujours faux ou illusoire. L'imaginaire est nécessaire pour créer un monde proprement humain. Il permet de comprendre ce qui se passe autour de nous, de lui donner un sens. Il nous indique ce qu'il faut faire, ce qui est beau ou désirable, ce qui a de la valeur et ce qui en a moins. À l'aspect abstrait de l'imaginaire se greffe donc sa dimension concrète et tangible. Des gestes, conduites, manières d'être et de faire l'expriment. L'imaginaire est ainsi dans les pensées, mais aussi dans les corps, et propulse l'adoption de certains gestes, postures ou attitudes, et l'abandon de certaines choses.

Il y a l'imaginaire institué et durci, d'un côté et, de l'autre, l'imaginaire instituant ou vif, vivant. C'est cet imaginaire vif et créatif qu'il faut retrouver et stimuler à propos du vieillissement. Un imaginaire ouvert, dont on ne sait pas où il nous conduira, mais qui ouvre des possibles, remet notre pensée, mais aussi nos corps, en mouvement. Les aspirations qui nous intéressent dans ce colloque sont de l'ordre de l'imaginaire. Elles relèvent de l'imaginaire institué : rêves, espérances, et désirs stéréotypés, des manières de penser, de voir et de comprendre, admises comme allant de soi, dans des normes sociales, des rôles sociaux; ce que l'on attend d'un retraité ou d'une retraitée, par exemple, d'un grand-père ou d'une grand-mère, dans ce que l'on croit savoir et comprendre du vieillissement, dans des lois et des normes juridiques, dans des théories du bien-vieillir, dans la publicité, etc. Elles peuvent aussi, cependant, provenir d'un imaginaire vivant, vif; de représentations de ce qui est désirable, souhaitable, de ce qui est permis d'espérer. Lorsque nous sommes confrontés à des difficultés, des contradictions, des impasses, pour lesquelles l'imaginaire institué n'offre aucune réponse, l'imaginaire se remet en mouvement pour rêver et trouver des solutions et des réponses.

Or, de manière générale, l'imaginaire entourant le vieillissement reste pauvre. S'il est positif, comme le suggère le vieillissement actif, il n'est que l'envers stéréotypé de l'image négative, son image retournée, non seulement inaccessible au grand nombre,

ATELIER 2

L'ART, LE VIEILLISSEMENT ET L'IMAGINAIRE

RÉSUMÉ DE L'ATELIER

mais simpliste, consumériste et peu attrayante. Une des causes de cette pauvreté imaginative est la survalorisation de la jeunesse. L'espérance de vie actuelle propulse, cependant, une situation inédite qui invite donc à rouvrir l'imaginaire. Les panélistes vont offrir des pistes pour le réanimer au moyen des arts, de la littérature, et du théâtre.

Des approches comme l'art thérapie, ainsi que les processus de création et l'apprentissage font découvrir des aspects de soi, d'autrui, de notre culture et de celles des étrangers et étrangères; soit des aspects et dimensions qu'on pouvait méconnaître, tenir pour acquis ou qui restaient dans l'ombre. Qui plus est, ces processus sont porteurs de vitalité et d'espérance qui permettent une remobilisation de l'imaginaire et donc des aspirations. Détentrice d'un doctorat en travail social et art thérapeute, Mme Couture travaille principalement avec des personnes âgées dont plusieurs souffrent d'un trouble neurocognitif. Selon la professeure, l'art permet de prendre soin de soi, en reconnaissant ses limites et ses capacités, grâce à l'exploration de nouvelles possibilités, l'expression par l'art étant accessible à quiconque. Travaillant avec l'imaginaire, Mme Couture voit en effet comment il est un outil de transformation personnelle et collective. En art thérapie, on souhaite remettre du mouvement dans l'imaginaire qui n'est pas immuable, contrairement à ce que peut laisser supposer l'imaginaire instituant dont il a été question précédemment.

Mme Couture a présenté deux expériences d'interventions avec la technique du collage pour l'illustrer. Une de ces expériences est en lien avec l'hécatombe qui a eu lieu dans les Centres d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD), durant la pandémie, et qui a frappé l'imaginaire collectif. Curieuse, la chercheure voulait voir comment cet imaginaire se traduirait en images chez les personnes de la génération des baby-boomers. Il en est ressorti que vieillir était associé au passé, mais aussi à la maladie et aux Résidences pour personnes âgées (RPA). De plus, vieillir fait peur, les personnes qui ont participé à cet exercice se trouvaient chanceuses d'être en santé. Mais des représentations positives du vieillissement et des aspirations se sont également exprimées (voyages, liens familiaux, s'affranchir de la douleur).

Selon la professeure, le vieillissement fait beaucoup référence à la retraite, à la maladie, au décès des proches, et aux limites que l'on commence à rencontrer, comme si la vieillesse était associée

uniquement à des pertes, limites, et à de la souffrance. Un des participants ayant fait l'expérience du collage a ainsi suggéré que « cette attitude comme personne âgée entraîne peut-être de l'âgisme dans la société. On accepte moins d'être à quelque part et d'avoir perdu telle ou telle chose, mais on ne met pas assez le focus sur ce qu'on a acquis dans le passé et sur ce qui nous reste. ». Selon la chercheure, l'imaginaire collectif et individuel gagnerait donc à être élargi pour inclure le passé et le futur mais, aussi, le présent, dans un imaginaire ouvert et flexible qui intègre le vieillissement à la vie, et non comme une phase de l'existence à éviter à tout prix.

Grâce à la littérature, Mme Gucher nous a ensuite fait découvrir des imaginaires sur le vieillissement qui varient selon l'origine culturelle des auteurs et autrices et l'âge du lectorat⁴. La sociologue a en effet constaté que les histoires enfantines reflétaient la tendance généralisée à représenter les aîné.e.s en situation de dépendance, comme des personnes qui n'apportaient rien à la société et qui étaient dans le besoin, par opposition, à des papis et à des mamies qui continuaient d'inspirer, de contribuer et donc de pourvoir, selon son terme. Comme aucune des représentations ne parlent des aspirations des aîné.e.s ni de leurs désirs, elle s'est demandé s'il existait un espace pour avoir des aspirations qui ne reposeraient pas sur cet imaginaire bipolaire? Où le choix pouvait-il se trouver? Pour l'écrivaine et la chercheuse, la littérature peut fournir cette occasion, les personnages échappant à leur auteur ou autrice, les lecteurs et lectrices se les appropriant.

La chercheure a partagé son analyse de quelques romans. Deux sont d'Amérique du Nord, soit *Le vieil homme et la mer* de l'Américain Ernest Hemingway (1952), et *Il pleuvait des oiseaux* de la Québécoise Jocelyne Saucier (2011), tandis que le roman de Mme Gucher (2019), *Et qu'importe la révolution?* a été publié en France. Ses deux autres analyses reposent sur des livres écrits par un romancier chinois, *Les jours, les mois, les années* de Yan Lianke (2002), et *Le ruban* de la Japonaise Ogawa Ito (2013). La romancière est donc allée à la rencontre des manifestations des désirs des vieux et des vieilles qui sont des personnages de ces livres. Le pays, la nationalité, et la culture des auteurs et autrices influencent la manière de décrire leurs aspirations. Ainsi, elle a remarqué qu'en Amérique du Nord, les personnages de vieillards aspirent à rester braves, héroïques. À titre d'exemple, le jeune homme demande au vieux pêcheur : « Pourquoi est-ce que les

4 - Les analyses des auteurs et autrices suivants ont inspiré l'intervention de Mme Gucher : Arfeux-Vaucher, 2001; Attias-Donfut, 2001; Joly, 2005; Marzano, 2007; Pollet, 2001.

ATELIER 2

L'ART, LE VIEILLISSEMENT ET L'IMAGINAIRE

RÉSUMÉ DE L'ATELIER

vieux se réveillent si tôt? Est-ce pour avoir des journées plus longues? » (Hemingway, p. 42). Le vieil homme veut transmettre comment il vainc la nature pour montrer à son apprenti, mais aussi au poisson, quelle sorte d'homme il est. En France, la quête de sens prévaut, de sorte que malgré la vieillesse, on a envie d'aller jusqu'au bout de ses rêves. En Orient, le besoin de transmission et la spiritualité transparaissent. Mais, de manière générale, ces personnages âgés dans les romans aspirent fondamentalement à l'amour et à la liberté.

Pour sa part, l'écrivaine québécoise avance que « Le grand âge apparaissait comme l'ultime refuge de la liberté, là où on se défait de ses attaches et où on laisse son esprit aller là où il veut (...) et personne qui y trouve à redire. » (Saucier, p. 49). La liberté repose, cependant, sur la possibilité d'avoir des choix. Le travail principal du vieillissement serait ainsi de résoudre l'énigme du sens de l'existence. Sa principale motivation serait de transmettre la vie, en continuant de prendre soin, mais aussi, de manière plus particulière, en communiquant l'amour de la vie. Le grand âge apparaît comme l'ultime repère. Mme Guicher a conclu en soulignant que le désir faisait vivre, que les aspirations ne pouvaient donc pas être uniquement des besoins auxquels les professionnels, aussi bien intentionnés soient-ils et soient-elles, tentent de répondre pour adoucir l'existence. Les imaginaires des aîné.e.s explorés nous ont ainsi placé du côté de cette petite flamme, qu'est le désir qui est chevillé au corps. Ces aspirations nous rendent vivants et vivantes et tant que nous le sommes, nous pouvons les cultiver, en débutant par les retrouver.

M. Jack Robitaille, comédien, a ensuite livré un témoignage empreint d'empathie et d'humanisme. Depuis le début de sa carrière au théâtre en 1974, il a porté les mots et imaginaires de plus de 150 auteur.e.s, des grands classiques jusqu'aux dramaturges québécois. Il souhaitait avec ses camarades toucher le public et enrichir sa vision du monde.

M. Robitaille a d'abord choisi de parler d'une production théâtrale qui l'a profondément marqué, car elle illustre son pouvoir de transformation. Il s'agit de la pièce, *Lentement la beauté*, de Michel Nadeau. L'histoire raconte celle d'un père de deux enfants, au début de sa cinquantaine, occupant un poste de cadre dans un ministère. Un homme normal dont la trajectoire est tracée jusqu'à sa retraite. Il gagne un billet pour assister à une pièce de théâtre, *Les trois sœurs* d'Anton Tchekhov (1900). C'est une révélation! Les mots de Tchekhov coulent en lui et modifient son regard

sur lui, sa famille et le monde. Une révolution tranquille habite désormais le fonctionnaire. Celui-ci ne divorce pas, ne quitte pas son emploi, mais son regard est changé à jamais. La pièce a été jouée une centaine de fois et les témoignages ont abondé. Touchés, les spectateurs et spectatrices ont aussi renouvelé leur regard sur leur univers, ont été surpris de redécouvrir les gens qui les entouraient, de découvrir la capacité à imaginer de nouvelles histoires, la leur comme les histoires de leurs proches. Une œuvre d'art possède ce potentiel.

M. Jack Robitaille a poursuivi en partageant une autre expérience qu'il avait vécue, cette fois durant la pandémie, en participant au projet *Au creux de l'oreille*, créé par Wajdi Mouawad, en France, et repris au Québec, par le théâtre PÉRISCOPE. Une personne qui avait envie d'entendre des textes était rejointe au téléphone par un comédien ou une comédienne. Le comédien dit avoir fait 75 appels qui impliquaient, à chaque fois, la lecture de six ou sept courts textes. Environ la moitié de ces personnes étaient des aîné.e.s. Un des premiers textes qu'il lisait habituellement était un poème anonyme ojibwé, traduit et récolté vraisemblablement par un missionnaire du XIX^e siècle. Il terminait souvent avec Pablo Neruda, un poète chilien marquant du XX^e siècle. Ces deux textes ont suscité beaucoup d'émotions, et les personnes interpellées entamaient des discussions sur des aspects des œuvres, malgré les limites de l'expérience, le temps imparti, l'absence de décors, de lumière... À nouveau, comme avec *Lentement la beauté*, le regard sur le monde se modifiait. Les livres de fiction permettent aussi d'entrer dans l'intimité des personnages. Les arts et la littérature nous révèlent donc les vies derrière les chiffres. De plus, ils nous invitent à jeter un regard plus humain, plus généreux sur l'autre, l'étranger, l'étrangère, l'anonyme qu'il soit de notre époque ou d'une portion de l'histoire qui sera toujours intéressante de connaître.

La rencontre sous toutes ses formes est au cœur du travail de M. Bélanger, chorégraphe, interprète et pédagogue. Sa représentation a reposé sur un dialogue entre lui et l'incroyable Gretchen Gret, une marionnette manipulée par M. Pierre Robitaille. Leur numéro plein d'humour a fait rire le public. Comme M. Bélanger l'appelle Gretchen, elle sera identifiée ainsi dorénavant. Mais Gretchen est aussi une personne trans qui utilise parfois le masculin pour parler d'elle. Gretchen scrute l'imaginaire des personnes âgées depuis sa naissance. Il ne deviendra ni sage, ni serein ou habité d'un désir de transmission car elle a l'avantage de ne pas vieillir. Sans enfant, elle a présenté M. Robitaille,

ATELIER 2

L'ART, LE VIEILLISSEMENT ET L'IMAGINAIRE

RÉSUMÉ DE L'ATELIER

âgé de 63 ans, comme son proche-aidant. Dans son coffre, en attendant sa prochaine parution sur scène, Gretchen a le temps de réfléchir au monde en transformation et au vieillissement, et d'imaginer sa prochaine création; d'imaginer des choses qui n'existent pas encore, et de les amener jusqu'au bout. Pour lui, c'est de la magie! La marionnette avoue, cependant, ne pas être géniale.

Selon Gretchen, plusieurs facteurs conduisent à se sentir vieux ou vieille : le regard porté sur le corps qui change et la coupure avec les autres générations. Il pense, de plus, qu'on peut avoir tendance à nier son vieillissement ou que des facteurs font aussi en sorte que l'on ne se sent pas vieux ou vieille. Ainsi, s'habituer aux malaises physiques et aux inconforts qui accompagnent souvent le vieillissement, demeurer curieux et à l'affût de ce que les plus jeunes vivent, et discuter avec eux et elles serait gagnant. Le statut de marionnette procure une liberté à Gretchen qui l'utilise pour dire au public qu'il a tendance à mettre les personnes âgées de côté, comme les enfants d'ailleurs. Elle accuse notre société de valoriser la performance à tout crin et de marginaliser des aîné.e.s et enfants. La vieillesse devient ainsi un passage obligé, un mal nécessaire. En tant que marionnette, elle est aussi bien placée pour parler du regard porté sur elle. Les adultes l'infantilisent et ne la prennent pas au sérieux et se surprennent à s'émouvoir de son jeu. Ses spectateurs et spectatrices se rassurent vite en lui disant qu'elle a réveillé leur cœur d'enfant. Mais selon Gretchen, il existe pourtant plusieurs similitudes entre les personnes âgées et les jeunes, comme la tendresse.

Cherchant à la rassurer, M. Bélanger lui parle de ce qu'il a appris sur la créativité qui est la faculté de voir différemment. Pour y arriver, il faut penser de manière ouverte ou développer la pensée divergente. Les fonctions du cerveau doivent communiquer : mémoire, émotion, motilité, contrôle, et sens. Le génie relèverait ainsi de la façon de trouver une solution ou de résoudre une énigme, de la liberté de penser. La mémoire serait la première à s'activer pour retrouver les premières habitudes. Par la suite, elle chercherait différentes alternatives utilisées. La fonction de contrôle intervient dès lors pour pousser la mémoire à associer des idées inattendues entre elles, pour stimuler l'ensemble des autres fonctions du cerveau. C'est à ce moment que le cerveau bascule en pensée divergente. Mais son explication semble bien compliquée pour Gretchen.



Le fondateur de Code Universel lui parle alors de la possibilité de commettre des erreurs, d'explorer des idées stupides, de faire des expériences dans tous les sens, un temps d'incubation étant nécessaire à chaque création artistique ou pour élaborer un projet, une nouvelle idée. Notre cerveau qui a la capacité d'apprendre toute notre vie, jusque dans la vieillesse, est donc malléable, doté d'une plasticité cérébrale. Gretchen qui commence à trouver cela amusant lui demande si des sensations de bonheur seraient ainsi stimulées? M. Bélanger lui répond que ce serait le cas. Les émotions influencent la créativité et des émotions positives, comme la joie, améliorent notre puissance créative. Notre humeur positive améliore notre capacité à faire des associations d'idées, spontanées, ou élargit notre capacité à en trouver. Se rapprochant alors de lui d'une manière aguichante, Gretchen lui confie combien il se sent transporté quand il crée avec lui. Elle en profite pour lui demander son âge? Le chorégraphe lui répond coquinement que tout dépend de ses intentions...

ATELIER 2

L'ART, LE VIEILLISSEMENT ET L'IMAGINAIRE

DISCUSSION

Une première participante remercie les panélistes pour ces moments de bonheur, puis elle raconte une expérience bien simple, qui, selon elle, illustre la transformation possible grâce à l'écriture. Elle a invité une dame aînée à écrire son récit de vie. Le processus d'écriture et de création a redonné de l'énergie et un goût de vivre à cette vieille dame.

Une ergothérapeute qui travaille en CHSLD a demandé à Mme Couture si des formes d'art seraient plus accessibles à des personnes qui sont sévèrement atteintes de démence. La chercheuse lui a répondu que cela dépendait de chaque personne, de son histoire et de ses goûts. Le corps de la personne va se rappeler, néanmoins, comment utiliser un médium dont elle aurait fait usage plus jeune, avant de perdre ses facultés. Le collage est relativement facile, car les images sont déjà disponibles et provoquent une certaine stimulation. M. Bélanger a ajouté qu'il existait plusieurs autres formes d'arts, qu'il n'y avait pas de recettes, car il existait tant de possibilités! On pourrait oser aller plus loin. À titre d'exemples, on peut danser avec ses mains, assis sur une chaise, ou taper sur une casserole avec un bâton pour faire des rythmes. On peut essayer différentes choses au lieu de chercher à reproduire une recette et, ce n'est pas grave de se tromper.

Un autre participant a raconté que chez ses amis anichinabés, en Abitibi, un vieil aîné répète toujours qu'il reconnaît qu'il n'y a pas de travailleurs sociaux ni de psychologues, chez eux et chez elles, et qu'ils n'ont jamais fait de théâtre. Ils invitent plutôt à aller danser, à chanter. C'est accessible à tous et à toutes.

La participante suivante, qui s'est présentée comme une personne qui aide les gens à créer des projets, a invité tout l'univers à mettre de la folie dans leur quotidien, à laisser les idées s'exprimer. Selon elle, la créativité et l'imaginaire gardent les gens en vie; semblables au sourire, c'est contagieux et communicatif.

En insinuant être beaucoup plus jeune que les panélistes (*qui rient*), une participante leur a demandé quelles étaient leurs aspirations? M. Pierre Robitaille a dit qu'il est rendu à une étape où il a le goût de transmettre à des plus jeunes. Il se rend

aussi compte qu'ils et qu'elles lui apportent quelque chose, en nourrissant son imaginaire, sa culture. Il se sent ainsi en lien avec la communauté. M. Bélanger explique alors que, dans le milieu de la danse, en Amérique du Nord, tu ne danses plus, arrivé à un certain âge. Comme il croit être assez en forme pour le faire, il a choisi, dans ce cas, de se faire danser. Mme Gucher précise qu'elle n'a pas l'aspiration de rester jeune, mais qu'elle aimerait plutôt faire « bonne vieille », et continuer être en cohérence avec l'ensemble de ses valeurs, de ce qui l'a portée jusqu'à présent, sans renier ses idéaux. C'est très important pour elle de demeurer fidèle avec qui elle essaie d'être, avec qui elle est. Elle veut aussi aller au bout de ce qui lui a été donné comme potentiel, sur le plan sensoriel, physique et intellectuel. Elle ne veut pas laisser des choses en jachère. M. Gagnon a aussi répondu aux questions de la participante. En faisant écho aux interventions de M. Robitaille et de Mme Gucher, il a dit qu'il aimerait pouvoir continuer à lire jusqu'à la fin de ses jours, mais aussi de pouvoir continuer d'aimer. Pour garder la flamme, Mme Couture voit l'amour comme réponse, l'amour de l'être humain et l'amour de la vie, ce qui inclut l'art qui permet d'exprimer son unicité. Si chaque personne dessinait une pomme, elle serait unique. Selon elle, l'art devient donc un extraordinaire moyen d'honorer la vie.

La prochaine participante s'est présentée comme une retraitée du réseau de la santé et des services sociaux, qui est maintenant superviseuse d'une ligne d'écoute au Lac St-Jean. Elle soutient que l'imagination était tellement importante quand on travaillait avec les aîné.e.s pour aller les rejoindre, dans leur univers. Son équipe a pensé, avec d'autres collègues de deux autres régions, aller les chercher afin de faire de l'écoute active. Depuis toujours, selon elle, le travail avec les personnes aînées rencontre une résistance notable : celui de convaincre les non-aîné.e.s de leurs capacités et intérêts. (*Le public applaudit et lui lance des bravos et des encouragements*).

Enfin, une dernière participante a souligné que les panélistes sont des personnes passionnées qui maîtrisent leur art, et qui l'avaient intégré à leur vécu. Ils et elles sont à un âge où on perçoit une solidarité. Pour elle, c'est ce qui l'inspire à continuer de vieillir.

INTRODUCTION

Dans cet atelier, qu'animait ANDRÉ TOURIGNY (médecin, chercheur, Institut national de santé publique du Québec), l'habitat était compris dans sa signification la plus large : l'habitation ou la résidence, mais aussi l'espace environnant avec ses activités, les réseaux d'entraide, ses aménagements et les services. Les panélistes étaient : FRANÇOIS GRISÉ (comédien, Un et un font mille et Mouvement Habitats), NICOLE GAGNON (citoyenne-aînée), JULIE CASTONGUAY (chercheure, Centre collégial d'expertise en gérontologie - CCEG), CHARLES MORISSETTE (auxiliaire aux services de santé et sociaux, Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Capitale Nationale - CIUSSS-CN), PHILIPPE VOYER (professeur, Université Laval) et LISE JOBIN (fondatrice et directrice, Maison Écho du Cœur).

Les panélistes ont été invités à proposer des réponses aux questions suivantes : Où les personnes veulent-elles vivre? Dans quel environnement veulent-elles et rêvent-elles d'habiter, et à quelles conditions? Dans quel milieu de vie aspirent-elles vivre et comment ce milieu peut-il porter ou favoriser leurs aspirations?

IDÉES PRINCIPALES



- 1) Les changements démographiques instaurent un sentiment d'urgence. La construction de nouvelles résidences est nécessaire. Cet effort s'inscrit dans la lutte contre la pauvreté et pour une plus grande inclusion sociale.
- 2) La reconnaissance du droit au logement inclut celui du choix de sa résidence. L'espace de vie de la personne aînée, ainsi que sa personne, sont à respecter.
- 3) L'habitat est un déterminant social de la santé. Des débats publics sont à mener sur le développement des résidences pour optimiser la santé physique, sociale, cognitive, mentale et financière de la population vieillissante.
- 4) Le travail de soignant et de soignante demande à être valorisé, soutenu, reconnu et justement rétribué. La formation des personnels aux réalités gériatriques, de l'urgentologue à l'infirmière, en passant par les préposé.e.s aux bénéficiaires, et ce, nonobstant leur lieu de pratique, demeure un enjeu majeur, de même que leur recrutement.
- 5) Les nouvelles technologies numériques permettent de briser l'isolement, une stimulation cognitive, la télémédecine et de former un grand nombre de personnels soignants. Mais la formation peut aussi se donner *in situ* entre des paires qui partagent leurs manières de faire auprès, notamment, des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer. De plus, la littéracie dans le domaine informatique demeure un enjeu, comme l'accès à un ordinateur.

RÉSUMÉ DE L'ATELIER

La moitié des interventions a porté sur la situation des personnes âgées en perte d'autonomie qui habitent dans différents habitats, alors que l'autre moitié de celles-ci visait la population générale incluant les aîné.e.s.

Quatre grandes thématiques ressortent. Premièrement, la nécessité de penser l'habitat comme des milieux de vie dans toutes leurs dimensions. Plusieurs propositions ont été faites, appuyées par des exemples. Deuxièmement, le nécessaire soutien politique et économique. Troisièmement, l'importance du respect, de l'écoute et de l'inclusion des personnes âgées. Enfin, quatrièmement, le virage numérique.

L'HABITAT COMME MILIEU DE VIE

M. Grisé, initiateur du mouvement Habitats, s'est dit être passionné par l'interrogation suivante : comment peut-on recréer des liens pour, finalement, habiter notre vieillesse ? Ce questionnement entraîne trois facettes d'actions et de réflexions : l'habitat bâti, l'habitat intime (notre contact avec notre propre vieillissement), et l'habitat social. Son initiative vise des actions concrètes et le désir de faire entendre les voix pour le mieux vieillir, facilité par des approches d'écho-design. Mais cette mobilisation concerne principalement le logement pour les personnes âgées qui demeurent relativement autonomes.

Mme Gagnon a présenté sa maison de rêve pour quand elle sera vieille, tout en soulignant le privilège qu'elle a de pouvoir se demander quand ce moment surviendra. Pour l'instant, elle demeure seule, continue de faire du bénévolat dans son église et du sport. La famille est sa valeur phare. Cette citoyenne âgée nous a confié ne pas vouloir déceler un sentiment d'obligation lorsque les membres de sa famille lui rendent visite. Mère de trois enfants et grand-mère de six petits-enfants, elle souhaite continuer de faire partie de leur vie, sans être un fardeau. Mais elle a avancé que le mode de vie antérieur influençait les aspirations personnelles, et que l'on ne pouvait pas penser être proche des siennes et des siens si l'on n'avait pas nourri les liens. Un partage de valeurs était aussi nécessaire, telles que l'entraide et le respect de l'apport des personnes âgées à la société et à la famille.

Le modèle de résidence multigénérationnelle qu'a proposé cette infirmière retraitée qui a aussi été gestionnaire contenait les éléments suivants : la proximité de la famille, et le respect de l'espace personnel de chacune et de chacun. Elle a utilisé le

triangle pour l'illustrer. Chaque côté représentait une génération : la maison d'un de ses petits-fils, d'un de ses enfants et la sienne. Sans maladies dégénératives ou handicapantes, Mme Gagnon habiterait un appartement du rez-de-chaussée. Au deuxième, se trouverait sa sœur ou son frère. Des services de maintien à domicile seraient offerts par un organisme pour les repas et le ménage. Elle a souligné les aspects de sécurité et de socialisation qu'offrait cette cohabitation. Des membres de sa famille agiraient rapidement en cas de détérioration. De plus, elle continuerait à participer aux fêtes sociales, et à pouvoir les voir ne serait-ce que de son balcon.

Selon M. Voyer, plusieurs modèles d'hébergement sont nécessaires, car le profil des personnes âgées est diversifié. Pour les aîné.e.s en grande perte d'autonomie, on construit généralement des centres d'hébergement d'après une architecture institutionnelle. Selon les recherches sur l'appréciation de leur milieu, les personnes âgées s'ennuient et s'y sentent comme des numéros, déshumanisées. Elles sont dépaysées dans ces lieux qui ne ressemblent pas à leur habitation d'origine. Des alternatives existent pourtant à l'étranger. À titre d'exemples, Monsieur Voyer présente les Centres, Villages ou la Ferme Alzheimer. Ils ont la particularité de s'adapter à la population sur les plans historique, culturel et géographique. Les projets innovants dans divers pays sont portés par le gouvernement, des fondations, des OBNL (Organismes à But Non Lucratif), ou le secteur privé. La qualité de vie des résidentes et résidents est rehaussée, de même que le niveau de satisfaction de leurs proches et du personnel.

De plus, des études ont identifié des facteurs environnementaux ayant des impacts positifs sur la santé et le bien-être de la personne âgée avec des pertes cognitives : l'apparence résidentielle de l'environnement physique et son décodage facile. Ce dernier doit aussi soutenir l'occupation et l'état cognitif des individus (sur les plans de leur mémoire, et de leur orientation dans l'espace et le temps). Par la suite, le professeur a présenté trois situations qui ont mis en tension les valeurs de la liberté et de la sécurité. Selon M. Voyer, la peur du risque serait si grande qu'elle oblitérerait ce qui avait été identifié comme faisant du bien aux personnes. Les écarts entre leurs besoins ou souhaits et la protection, voire la surprotection qui est déployée comme une règle dans les établissements de soins, seraient donc à reconsidérer.

Selon M. Voyer, la transformation des CHSLD en CHSLD adaptés à clientèle qui compose avec la maladie Alzheimer (Projet vitrine Alzheimer) donne de bons résultats. La recherche

RÉSUMÉ DE L'ATELIER

évaluative conduite sur ce modèle suggère que les résidents et résidentes étaient restés plus mobiles, et que le nombre de chutes avait diminué. Le personnel faisait aussi moins de temps supplémentaire et se sentait valorisé. Moins de médicaments devaient être administrés la nuit, et moins de psychotiques avaient été utilisés. De plus, les familles étaient contentes.

Aux grosses structures, Mme Jobin a présenté une alternative. En 2009, elle était consultante en ressources humaines dans le milieu de la santé. Elle avait remarqué que les besoins et attentes des résidentes et résidents âgés semblaient mieux satisfaits dans de petits milieux de vie. Elle a alors éprouvé l'élan d'en créer un, mais en s'alliant à des personnes compétentes. L'équipe, qui s'inspire de Carpe Diem – Centre de ressources Alzheimer, à Trois-Rivières, a donc développé, durant deux ans, le projet de la Maison Écho du Cœur, à Québec. Neuf dames âgées souffrant de défis cognitifs y habitent présentement. Leur approche consiste à voir la personne avant la maladie, tandis qu'on remarque trop souvent ses limites avant ses ressources et son potentiel. Régulièrement, les manières de faire de la Maison sont ajustées afin que les actions déployées rayonnent les valeurs du cœur, que l'autonomie des résidentes soit valorisée, et que leur maintien dans ce milieu de vie se prolonge. L'équilibre entre leur situation de santé et le plaisir de vivre est constamment recherché. Mme Jobin a soulevé que le fait d'être peu nombreuses diminuait l'anxiété des dames, mais que le recrutement d'employé.e.s et de bénévoles demeurait un défi.

Les services d'hygiène et la médication sont évidemment offerts dans le respect de l'autonomie des personnes. Les activités sont développées pour stimuler leur estime et capacité. Mme Jobin donne quelques exemples. Hier, toutes les résidentes ont participé à la confection de tartes aux pommes. Une bénévole orchestrait l'activité. Si l'on fait de la soupe, certaines peuvent couper les légumes. D'autres sont occupées à passer le balai, à soigner les poissons ou à aller voir les fleurs dans la cour clôturée. Les premières levées sont fières de rapporter les œufs des poules, etc. Il s'agit d'un milieu sécurisé qui n'a pas l'apparence d'une institution. Le modèle se veut de type familial. La discrète identité de la résidence lui permet de se fondre dans le paysage. Il n'y a pas d'heures de visites, ni pour le lever ni pour le coucher. L'organisation s'adapte donc aux rythmes des personnes et de leurs proches.

LE SOUTIEN POLITIQUE ET FINANCIER

Mme Jobin a raconté qu'elle s'était butée à de nombreuses portes closes, durant le développement de son projet. Il lui a fallu une grande détermination alors qu'on lui répétait qu'il ne verrait jamais le jour. Si ce n'était pas à cause de son âge, elle avait 59 ans à l'époque, c'était par faute de moyens. Si elle avait écouté ces oiseaux désenchantés, des gens de la banque comme du gouvernement, la Maison du Cœur ne célébrerait pas ses onze années d'existence. L'aide des Sœurs de la Charité de Québec a été déterminante, ainsi que la confiance d'individus qui croyaient en elle et à son projet. Cette ancienne consultante voulait créer une OBNL car, selon elle, le privé recherche avant tout le profit.

M. Morissette confie qu'il désirait ouvrir une résidence pour trente-cinq personnes, en 2006. Pressentant comment les gros consortiums étaient favorisés, il a abandonné son projet car il n'obtenait aucune aide. Très heureux d'être resté dans son métier, il souhaite toujours qu'un coup de barre se produise, afin que les petits milieux qui demeurent à l'échelle humaine soient soutenus.

Tout en étant d'accord avec le fait que l'argent demeure le nerf de la guerre et que les petits milieux méritent d'être financés, Mme Castonguay a relevé que certains groupes privés faisaient de belles choses. Elle a donné l'exemple du Groupe Pelletier, à Drummondville qui, s'appuyant sur les recherches scientifiques et des valeurs de cœur, avait ainsi adapté son approche afin d'être plus à l'écoute des personnes ayant des pertes d'autonomie. La gérontologue a aussi souligné que ce groupe s'était porté volontaire pour faire partie du projet virtuel Adaptadanse, et pour démarrer une habitation intergénérationnelle. Elle a donc avancé qu'il serait gagnant de cibler des promoteurs et des promotrices pour leur faire changer de vision. L'animateur de l'atelier a renchéri, tout en rappelant que le problème en devient un d'accès financier.

RÉSUMÉ DE L'ATELIER

LE RESPECT, L'ÉCOUTE ET L'INCLUSION

Auxiliaire aux services de santé et sociaux du CIUSSS de la Capitale Nationale, Monsieur Morissette livre ses observations, désirs et opinions, fort de ses 28 ans d'expérience. L'accumulation des deuils et leurs conséquences marquent le vieillissement. À titre d'exemples, le plaisir de jardiner et la liberté que procurait l'utilisation d'une voiture ont disparu, de nombreux et nombreuses inconnus entrent dans la vie de la personne qui, en outre, ne peut plus choisir ce qu'elle désire manger, la nourriture n'est pas toujours à son goût, un changement de quartier s'est imposé, elle ne peut plus se laver seule, aller à la toilette, et etc. Ces pertes et ajustements côtoient des besoins fondamentaux comme de continuer à se sentir utile et de faire partie de la société. Monsieur Morissette rappelle l'importance de respecter la personne, de comprendre ses forces et faiblesses, et de connaître ses goûts. C'est le personnel soignant qui devrait s'adapter et non l'inverse. Le soignant espère ainsi vieillir dans le respect de sa personne malgré les pertes qui surviendront. Il privilégie le maintien à domicile et propose quelques moyens pour le réaliser.

Des adaptations ergonomiques (lève-personne, banc pour la douche, etc.) peuvent être installées. De fréquentes visites à domicile, effectuées durant une même journée, peuvent assurer une surveillance de la médication ou de la prise des repas. M. Morissette a confié qu'il habitait lui-même dans une maison tri-générationnelle. Il reconnaît combien les échanges entre les individus sont intéressants et à valoriser pour le mieux vivre ensemble et la santé cognitive. En effet, l'inclusion sociale se passe à l'intérieur d'un même établissement, selon M. Tourigny, mais aussi dans les liens à développer entre les institutions, comme entre les RPA et les CHSLD et leurs voisinages respectifs.

Le mouvement Habitats, créé par M. Grisé, a développé divers modes de communication. Des événements web et des podcasts ont été créés. Les inter-forums favorisent la collaboration entre les générations pour répondre à ce qui a été identifié comme des « trous de service ». Les citoyennes et citoyens sont ainsi accompagnés pour créer ce qui n'existe pas dans leur région respective. Ils et elles sont valorisés comme porteurs de solutions vers l'actualisation de leurs aspirations. Le comédien insiste sur l'importance de sortir du déni face au changement démographique qui guette l'entièreté de la société québécoise. Il est de notre responsabilité de créer un équilibre entre les besoins réels suscités par la perte d'autonomie chez certaines et certains et les aspirations et rêves chez d'autres.

LE VIRAGE NUMÉRIQUE

Durant la pandémie, une collaboration entre des intervenantes, intervenants et chercheur.e.s (CCEG, Fédération de l'Âge D'Or du Québec – FADOQ, Institut sur le vieillissement et la participation sociale des aînés de l'Université Laval – IVPSA), et leurs partenaires, s'est formée afin de trouver des solutions aux effets négatifs de l'isolement. Son but était aussi de garder en tête l'optimisation du vieillissement actif, la sécurité, la participation sociale et la santé des personnes âgées. Mme Castonguay nous présente donc une vidéo sur la plate-forme virtuelle Zone AVA (Accompagner le Vieillissement Actif), telle une réponse à ces besoins. Un volet de son contenu se rapporte aux loisirs et activités, tandis que l'autre concerne la santé et le bien-être. Le contenu développé pour et avec les personnes âgées propose l'adaptation de certaines activités comme la danse et le bingo, et l'adoption d'une routine de vie. De plus, la plate-forme facilite la transmission des connaissances. Un article, Aimer pour mieux rêver, propose ainsi une activité pour renouer avec les rêves individuels ou communs au couple. Comme le rapporte une personne qui a accès au site en constante évolution, l'Internet devient une grande fenêtre qui ouvre l'habitat.



DISCUSSION

Les points forts des échanges entre les panélistes, puis du public avec ceux-ci et celles-ci, sont résumés. Pour lancer la discussion, M. Tourigny a rappelé certaines statistiques : 4,5 % des personnes âgées habitent en CHSLD ou RI (Ressource Intermédiaire), mais au moins 80 % d'entre elles demeurent toujours dans leur domicile. L'animateur a aussi souligné que le nombre de petits milieux résidentiels décroissait rapidement au Québec.

M. Grisé s'est dit rassuré par les présentations pour qui le développement de liens permet la sortie de la solitude. Or, la culture individualiste et le fait de vivre dans son domicile la facilitent. L'isolement guette. La création de liens peut cependant être simple, comme nous l'avons entendu : arrivée à l'urgence, quelqu'un me parle comme une voisine sait le faire; dans une résidence qui aménage de tels espaces conviviaux, je peux inviter mes proches et leurs ami.e.s à venir prendre un verre ou à aller dans la cour, etc. Sans nier l'importance des petits gestes, M. Voyer souligne qu'il reste crucial de parler de financement. Les petits établissements ferment alors qu'ils permettent de réaliser des économies d'échelle. Selon la littérature scientifique, les habitats sans étages et qui accueillent dix résidents ou résidentes et moins fonctionnent le mieux. La vision politico-économique s'engage, néanmoins, dans une direction opposée. Du coup, le chercheur reconnaît les efforts titanesques que Mme Jobin doit malheureusement déployer. Animés par un sentiment d'urgence, messieurs Voyer et Grisé invitent donc leurs concitoyens et concitoyennes à solutionner ce paradoxe étant donné le virage démographique. L'infirmier pense, toutefois, que la mobilisation de la population demeure difficile si elle n'est pas confrontée à sa propre perte d'autonomie.

Pour Mme Gagnon, le recrutement et la rétention du personnel, et sa formation à l'approche Carpe Diem, notamment, constituent l'autre cheval de bataille. Dans un milieu privé, les conditions salariales ne sont pas les mêmes que dans le réseau de la santé. Mme Jobin rappelle, en effet, que l'horaire du personnel couvre 24 heures de plage horaire et, ce, sept jours par semaine. Il n'est pas fautif de parler de vocation. La Maison Écho du Cœur est un beau milieu de vie qui demande un grand investissement de la part du personnel.

Pour répondre aux défis de la main-d'œuvre, Mme Jobin précise que plus du tiers du personnel qui travaille à la Maison du Cœur sont des gens à la retraite qui veulent continuer à partager leur expertise. Elles se sentent ainsi utiles et capables. Pour cette gestionnaire, une conscientisation sociale est à faire auprès des personnes âgées et des plus jeunes. Leur contribution et implication permettent de tenir le coup. Il s'agit là aussi d'une mobilisation citoyenne. Néanmoins, les exigences gouvernementales qui deviennent de plus en plus élevées pourraient compromettre le maintien de la résidence. M. Grisé appelle à prendre la rue et à faire entendre les solutions qui proviennent des personnes concernées.

Par ailleurs, les préposé.e.s aux bénéficiaires devraient recevoir le même salaire peu importe leur milieu de pratique. La formation des urgentologues et des aides-soignants et soignantes mériterait d'être uniformisée d'un établissement à un autre afin qu'elle réponde aux besoins des personnes qui vivent avec la démence. M. Morissette qui est aussi formateur rappelle que les soignants et soignantes ont aussi la responsabilité de mettre leurs connaissances à jour. Leur reconnaissance et la valorisation de leurs bons coups encouragent, néanmoins, leur motivation et leur implication. Le personnel doit sentir qu'il fait la différence, sinon il change de milieu de travail. Comme les défis sur le plan de la construction du bâti, les changements de mentalité sont ainsi et aussi nécessaires pour répondre aux aspirations de la population vieillissante.

Contrairement à ce qui semble avoir été dit, une citoyenne tient à souligner que les résidences pour âgé.e.s peuvent être des milieux choisis, où il fait bon vivre et qui brisent l'isolement.

Plusieurs participants et participantes dénoncent, cependant, le traitement inhumain réservé aux personnes âgées durant la pandémie, particulièrement dans les résidences et les centres d'hébergement. Ce traitement portait atteinte à l'intégrité et aux droits fondamentaux des personnes.

PERFORMANCE 2

HÉLÈNE MATTE -
LECTURE POÉTIQUE / SUPPORTS FRAGILES

Hélène Matte, poète indiscipline, offre une lecture accompagnée d'illustrations, de portraits des aîné.e.s de son entourage, à la fois sensibles et crus. L'artiste nomme sa démarche « poésie de la rencontre ».



ATELIER 4

POLITIQUES ET PRATIQUES POUR LE CHANGEMENT

INTRODUCTION

Est-ce les revendications politiques et les politiques publiques qui sont porteuses d'aspirations et de rêves expriment celles des personnes âgées? Comment favorisent-elles leur réalisation? Quelles visions du vieillissement se dégagent? En d'autres termes, comment l'État, à travers les groupes d'intérêt ou des groupes de pression, peut-il faire des changements qui sont à l'image des projets des personnes âgées? Quels succès, mais aussi quelles contraintes, les femmes et hommes en exercice de pouvoir, et les acteurs et actrices de changement social rencontrent-ils?

Les panélistes qui ont proposé des réponses à ces questions complexes étaient : PATRIK MARIER (professeur, Université Concordia), DANIS PRUD'HOMME (directeur général, Réseau FADOQ), et ANNIE MOLLIER (professeure, Université de Grenoble). L'animateur de l'atelier était LOUIS DEMERS (professeur retraité, École nationale d'administration publique).

IDÉES PRINCIPALES



1) La santé demeure l'une des principales aspirations des aîné.e.s, au Québec. La santé inclut le bien-être, la sécurité que procurent un revenu adéquat et les liens sociaux. Une prévention efficace tient ainsi compte des déterminants sociaux de la santé. Un engagement politique et financier véritable en faveur du soutien à domicile est toujours attendu. Une vision de la santé qui ne soit pas hospitalocentrique et comptable est vue comme salutaire. Elle fait place à l'interdépendance dans les relations en ne s'appuyant pas sur une vision individualiste de l'autonomie. En attendant, les organismes communautaires et les bénévoles, qui allègent souvent le fardeau de la proche-aidance ou qui doivent répondre aux besoins, ne sont pas financés de manière récurrente et significative. Cette situation doit être corrigée.

2) Un vieillissement inclusif signifie que les environnements urbains et de travail soient modifiés pour devenir conviviaux et favorables aux personnes âgées. Le combat contre l'âgisme, notamment par le biais de l'éducation, est nécessaire pour favoriser le développement de politiques et de villes inclusives, soit des villes qui rendent l'accès à leurs espaces, infrastructures et services sans restriction. S'adapter aux besoins des plus vulnérables d'une société, des enfants, des personnes âgées ou en situation de handicap, est profitable à l'ensemble de la société. De plus, rendre des environnements inclusifs signifie accompagner les personnes dans la transition vers le numérique et faire en sorte que la diversité populationnelle se retrouve dans les représentations culturelles et historiques.

3) Les politiques publiques touchant les personnes âgées doivent partir de leurs besoins, de leurs aspirations et de leurs revendications. Mais très souvent les municipalités innoveront déjà afin de répondre à leur population vieillissante : il faut les écouter et leur donner plus de pouvoir budgétaire et législatif. Travailler en proximité fait en sorte que les services (de santé, sociaux, postaux, bancaires et etc.) répondent davantage aux besoins; l'imputabilité et l'accessibilité sont également plus grandes. Il faut éviter de travailler en silos : la mise en commun des ressources de différents groupes d'âges est porteuse de solidarités et de changements socio-politiques et économiques. Les organismes qui font entendre les voix et qui défendent les droits des aîné.e.s demeurent nécessaires et favorisent la mobilisation.

ATELIER 4

POLITIQUES ET PRATIQUES POUR LE CHANGEMENT

RÉSUMÉ DE L'ATELIER

S'il a été beaucoup question de santé et de services de santé, les interventions des panélistes reposaient sur une vision du vieillissement qui dépasse la perte d'autonomie. Pour la FADOQ, c'est un continuum de vie, et pour Mme Mollier, la « faculté grandissante de se développer jusqu'à la mort » et non un processus dégénératif. Bien vieillir ne devrait pas signifier conserver toute son autonomie ou ne pas avoir de maladies ni de handicaps, même si les problèmes de santé sont plus importants en vieillissant.

Les panélistes sont donc en faveur d'une vision de la santé qui fait place à l'interdépendance dans les relations et qui ne s'appuie pas sur une vision individualiste de l'autonomie. Leurs perspectives prennent en compte des déterminants sociaux de la santé et misent sur les solidarités intergénérationnelles, la lutte contre la pauvreté et en faveur de l'accès à un logement abordable et adéquat.

Trois grands thèmes ont ainsi été abordés : la santé, l'inclusion, et le changement politique.

LA SANTÉ

Une des principales aspirations des personnes âgées au Québec demeurerait la santé. Le directeur général de la FADOQ rappelle que la santé physique incluant mentale reste l'aspiration en tête de liste de ses membres, comme des sondages internes et récents auprès des membres de l'organisme le démontrent. Cette santé comprend la prévention et le bien-être que favorisent la sécurité financière et la socialisation. M. Prud'homme déplore que le Québec ait perdu son statut comme chef de file dans le champ de la prévention. Des détériorations observées aujourd'hui peuvent provenir de ce changement de tir. Pour conclure, il suggère que le système de santé se recentre sur la personne et non sur lui-même.

Pour sa part, M. Marier relève des contradictions entre le discours politique qui annonce vouloir favoriser le maintien à domicile des personnes âgées et les proportions budgétaires qui le permettent. Il donne la Scandinavie où il conduit ses recherches en contre-exemple (80 % pour les soins à domicile vs 20 %, au Québec, et ce, depuis des décennies). Le politologue rapporte des études confirmant que la proximité des services, budgets, responsabilités et imputabilités détermine la générosité et l'accessibilité aux soins de soutien à domicile dans les pays industrialisés. En outre, la présence d'intervenantes et d'intervenants sociaux à ce niveau décisionnel alimente une vision sociale de la médecine et une

recherche de solutions dans et par la communauté. M. Marier recommande donc aussi que plus de ressources et de flexibilité soient accordées aux municipalités dont plusieurs font déjà preuve d'initiatives.

Ainsi, malgré un discours officiel, les priorités budgétaires ne se sont pas modifiées de manière significative, au Québec, depuis les politiques d'institutionnalisation, au milieu des années 1970. Les proportions budgétaires de 80 % - 20 % pour les soins à domicile, après plus de vingt ans d'existence, sont sensiblement demeurées les mêmes. M. Marier propose quelques pistes d'explication : la vision hospitalocentrique de la réforme québécoise de la santé et des services sociaux, en 2015, et le financement des soins de longue durée qui fait partie des services complémentaires dans la loi canadienne. Les médecins contrôlent les décisions. Qui plus est, une vision comptable de la gestion des lits d'hôpitaux et de la dispensation des services s'est installée. Les problématiques de santé sont de moins en moins comprises en termes d'enjeux sociaux. Conséquemment, trop de responsabilités échoient aux organismes communautaires, aux proches-aidantes et aidants, et aux bénévoles pour soutenir, et répondre aux besoins sociaux des personnes âgées. Mais le sous-financement du secteur communautaire est aggravé par la précarisation des budgets non systématiquement récurrents.

POUR UN VIEILLISSEMENT INCLUSIF

M. Prud'homme a rappelé que la FADOQ fait la promotion du développement de communautés inclusives, avec des services de proximité et adaptés, dans de sains environnements. Son association est interpellée par la pauvreté des personnes âgées, par leur exclusion sociale, et par la lutte contre l'âgisme. La privatisation des résidences pour personnes âgées aggrave et complexifie la situation. Si la santé est la première préoccupation des aîné.e.s, le revenu est la seconde priorité. M. Prud'homme a rappelé que 39 % des personnes retraitées reçoivent le Supplément de revenu garanti, leur revenu étant de moins de 20 832 \$ (pour une personne seule). Les politiques publiques devraient corriger cette situation. En outre, plusieurs problématiques sociales ne préoccupent pas uniquement les personnes âgées. Le directeur de ce large réseau⁵ a soulevé qu'il était important de cesser

5 - En 1970, Marie-Ange Bouchard fonde la Fédération de l'Âge d'Or du Québec qui s'appelle aujourd'hui le Réseau FADOQ. Composé de 520 000 membres âgé.e.s de 50 ans et plus et de 10 000 bénévoles, le réseau est réparti en seize bureaux régionaux et un bureau national. C'est le plus gros organisme à but non lucratif du Québec.

ATELIER 4

POLITIQUES ET PRATIQUES POUR LE CHANGEMENT

RÉSUMÉ DE L'ATELIER

d'opposer les générations pour développer des solidarités dans la lutte politique. Des mythes sont à défaire et des ponts à construire. Une bienveillance est ainsi à développer pour les unes et les autres.

Le responsable de la FADOQ a poursuivi avec d'autres remarques sur l'emploi. Quelques retraité.e.s retournent au travail pour poursuivre une passion, parfois à temps partiel, d'autres prennent leur retraite très tôt ou jamais. Des incitatifs seraient donc à mettre de l'avant pour favoriser la rétention à l'emploi. En ce moment, la couverture d'assurances collectives diminue de moitié à 66 ans, et après quatre ans, les accidenté.e.s au travail ne sont plus protégés. Un guide pour les gestionnaires a été développé. Le respect du vieillissement corporel est à considérer sans remettre en question, toutefois, la compétence et l'assiduité des personnes.

M. Demers a souligné qu'aux nombreuses solutions auxquelles une volonté politique semblerait suffire, de multiples règles et procédures complexifient le processus pour changer des lois et règlements municipaux, comme c'est le cas des résidences pour les personnes âgées. Ces défis pourraient cependant être moindres si la vieillesse était vue sur un continuum comme à la FADOQ. L'inclusion et la participation sociales des aîné.e.s passent ainsi par le développement d'environnements les favorisant, qu'il s'agisse des quartiers, des milieux de travail, des services de soins, municipaux, bancaires ou postaux, mais aussi numériques.

Provenant de la région grenobloise en France, Mme Mollier a présenté des résultats d'une recherche dont le but était de connaître les besoins des personnes âgées d'une municipalité de 5000 habitants et habitantes, afin de développer des politiques les représentant. Or, si la première aspiration de ces personnes était de pouvoir demeurer le plus longtemps dans leur domicile, la santé n'occupait pas l'essentiel de leur discours. Les personnes veulent également transmettre aux plus jeunes générations un sentiment d'appartenance à la commune. Des projets pour favoriser la création d'une identité municipale et d'une nouvelle histoire qui inclut les besoins et profils diversifiés de la population, tout en respectant le passé, ont d'ailleurs vu le jour. Cette nouvelle histoire inclut donc les besoins et profils diversifiés de la population, tout en respectant le passé qui demeure dynamique.

Rejoignant les souhaits des membres de la FADOQ, une troisième aspiration porte sur la transformation des espaces urbains en lieux conviviaux. Des jardins pourraient être partagés entre tous et toutes, nonobstant les milieux de provenance ou

les âges des gens. Le transport en commun déjà problématique était un besoin, la dépendance à l'automobile étant totale pour se rendre au centre-ville ou pour faire des courses. Une participation citoyenne accrue était souhaitée. Le désir d'être plus engagé.e. au service de la commune et dans la prise de décision a aussi été formulé, de même que l'accès à l'informatique doit continuer à se démocratiser pour continuer d'apprendre.

LE CHANGEMENT POLITIQUE

M. Marier, qui est professeur, mais également chercheur au Centre de Recherche et d'Expertise en Gérontologie Sociale (CREGÉS), a dressé un tableau historique des moyens employés par les personnes âgées pour se faire entendre par l'État. Jusque dans les années 1990, les protestations étaient plutôt le fait d'individus que des animateurs de ligne ouverte pouvaient stimuler. Les bureaux de comté des députés se retrouvaient envahis par des appels, lettres ou visites si des acquis sociaux étaient menacés. Bien que de telles tactiques puissent devenir épuisantes, les écrits scientifiques ont confirmé leur efficacité. Par la suite, des groupes, comme la FADOQ, l'AQDR (Association Québécoise de défense des Droits des personnes Retraitées et préretraitées), et le Carrefour 50+, ont aidé à la mobilisation. Les représentantes et représentants politiques recherchent alors des moyens plus subtils pour diminuer la portée des bénéfices sociaux : en changeant les conditions d'accès à un bénéfice ou en l'indexant en deçà du taux d'inflation. Cependant, pour M. Marier, la préservation des acquis ne saurait résumer les aspirations politiques des aîné.e.s. Selon le politologue, le pouvoir des aîné.e.s ne traduit pas l'acquisition, la transformation ou la bonification de nouveaux problèmes et de besoins criants, comme ceux en soutien à domicile.

En termes de stratégies politiques, M. Prud'homme a précisé que des solidarités entre les générations qui déjouent l'âgisme et la politique par silos et tranches d'âges des gouvernements étaient à bâtir, bien que de lutter pour la préservation des acquis demeure nécessaire. M. Marier verrait aussi, cependant, outre les stratégies de pression, l'exploration de nouvelles avenues pour accroître la représentation politique de ces groupes d'âges au parlement. Pour modifier les politiques, de nouvelles avenues qui accroissent la représentation des personnes âgées au parlement, comme celle des jeunes, seraient profitables.

ATELIER 4

POLITIQUES ET PRATIQUES POUR LE CHANGEMENT

RÉSUMÉ DE L'ATELIER

De l'autre côté de l'Atlantique, des projets ont vu le jour à la suite de l'enquête menée par Mme Mollier : des actions intergénérationnelles, un atelier informatique, une université inter-âges et un renforcement sur le travail de l'histoire de la commune. Néanmoins, des réseaux de quartier qui permettent de mettre en place des projets spécifiques à ces derniers, pour refléter la diversité populationnelle, n'ont pas pu se constituer par manque de compétences professionnelles et de main-d'œuvre. Le recrutement d'animateurs et d'animatrices socio-culturels qui sont formés à l'éducation populaire pour l'accès de tous et de toutes au savoir et au pouvoir serait donc judicieux. De plus, plusieurs aspirations qui dépassaient les compétences de la municipalité n'ont pas pu trouver réponse : un réseau structurant de transport et la construction d'habitats alternatifs, et une Maison d'Accueil Rurale pour Personnes Âgées (MARPA), pourtant soutenue par la Caisse de retraite.

Le rôle de médiateur et de médiatrice est aussi à favoriser. Les professionnel.le.s peuvent sensibiliser la population aux conséquences de l'âgisme et créer avec elle de nouvelles initiatives culturelles et sociales, mais aussi, ils et elles peuvent intervenir entre la population âgée et le politique. La chercheuse a précisé que même si une association pour personnes âgées porte leurs voix, des codes pour la communiquer et pour accéder à la sphère politique peuvent manquer.

Selon M. Marier, il faut certes former les gens à rester autonomes, mais ceci ne doit pas se faire au détriment d'un accompagnement qui devraient refléter les politiques publiques. Le professeur a rappelé que plusieurs initiatives, qu'elles soient le fait d'individus ou de petites municipalités, existaient déjà au Québec. M. Demers a renchéri en affirmant que l'État ne pouvait pas répondre à tous les problèmes. Il y aurait donc moyen de faire beaucoup mieux pour les personnes âgées, en accordant plus de ressources et de flexibilité aux municipalités de leur territoire respectif.

DISCUSSION

M. Demers a souligné qu'il s'agissait d'un important changement de mentalité d'envisager les municipalités québécoises comme fournisseuses responsables de services sociaux et de santé. Mais Mme Mollier a pris soin de noter que des solutions politiques achoppaient sans l'investissement dans une dimension pédagogique du vieillir ensemble. De plus, l'argent n'est pas le remède à tous les problèmes. De sorte que des municipalités avec peu de ressources ont pu développer des solutions. En cela, elle rejoint les propositions de M. Marier d'accorder légalement plus d'initiatives aux municipalités et de M. Prud'homme qui a plaidé pour des approches transversales par rapport à certaines problématiques. Cependant, la chercheuse a encore nuancé en rappelant que l'efficacité politique relevait tant de la compétence des individus que de leur positionnement : ils et elles doivent se trouver au bon échelon décisionnel. Par ailleurs, la professeure qui reconnaît l'importance d'organismes pour porter les voix des aîné.e.s a déploré qu'il n'en existait plus de la taille de la FADOQ en France. Les structures représentatives y ont disparu. Un conseil national pour les aîné.e.s a été auto-proclamé, mais il est peu entendu. Conséquemment, des professionnel.le.s et des experts et expertes définissent ce qui est prioritaire pour les gens.

Une participante au colloque qui rappelle que deux types de politiques de la vieillesse existent en France renchérit : le modèle médico-social qui oriente les aîné.e.s vers les Établissements d'hébergement pour Personnes Âgées Dépendantes (ÉPAD), et un modèle communal qui cherche à aménager le territoire de manière inclusive. Celui-ci favorise la mise en évidence des intérêts communs aux différentes tranches d'âge de la population et un partage des moyens financiers s'organise. De nombreuses initiatives locales voient ainsi le jour. Enthousiasmée, une autre participante lance cette boutade : « Ça prend un village pour élever un enfant mais aussi, sans doute, pour bien vieillir. ». Elle appelle un changement de vision par lequel les politiques deviendraient solidaires envers les personnes ayant moins de ressources et seraient davantage fédératrices autour des enjeux de vulnérabilité de certaines populations (les petits et petites, personnes en situation de handicap ou âgées).

ATELIER 4

POLITIQUES ET PRATIQUES POUR LE CHANGEMENT

DISCUSSION

Réagissant aux propos d'une dame retraitée du système de santé et de services sociaux québécois, l'animateur, M. Demers, a rappelé que la concertation était au cœur de la réforme Castonguay-Nepveu des années 1970, mais qu'un modèle d'affaires a frayé son chemin dans ce système. Le citoyen et la citoyenne qui ne sont plus au centre de ce dernier restent, néanmoins, consultés. Selon M. Prud'homme, les tables de concertation n'arrivent plus, néanmoins, à jouer leur rôle. Si elles sont consultées, le passage à l'action est priorisé, tandis que la concertation requiert du temps. Pour sa part, la participante du colloque avait remarqué ces changements au début des années 2000 quand la réforme du système de santé et des services sociaux a adopté l'approche populationnelle. Depuis, le travail en silos a regagné du terrain.



S'attardant à une pratique centrale du système de soins, M. Marier soutient que l'outil d'évaluation de l'autonomie des patients et patientes devrait être plus flexible comme dans les pays scandinaves. Le principe d'égalité doit faire place à celui d'équité afin que les ressources répondent mieux aux besoins diversifiés de la population. La grille d'évaluation devrait donc aussi refléter le contexte de vie de l'individu. Le chercheur donne l'exemple d'une personne habitant un village rural qui doit être déplacée à 140 km de voiture afin d'être hébergée en CHSLD. Elle se retrouve ainsi coupée de son réseau social avec des conséquences sur sa santé et ses proches. Au contraire, la prise en compte de l'enjeu de la proximité fait en sorte que les services se développent et s'organisent conséquemment. Un des meilleurs centres publics, localisé dans la Vallée de la Matapédia, en Gaspésie, est ainsi devenu multifonctionnel pour répondre aux besoins en violence conjugale, toxicomanie, itinérance, etc. M. Marier soutient qu'une mobilisation existe déjà dans de petites municipalités qui sont confrontées de plein fouet au vieillissement de la population. Il vaudrait donc la peine de les écouter.

Le mot de la fin de cet atelier revient à une participante qui demande si d'autres colloques aussi stimulants qui permettent de tels échanges verront le jour. Elle souhaite qu'il y ait une continuité pour favoriser la mobilisation sociale. D'ailleurs, elle interpelle le directeur général de la FADOQ en lui demandant que son infolettre publicise la Marche des aîné.e.s organisée par le mouvement Habitats dont François Grisé avait parlé, durant le panel précédent.

PERFORMANCE 3

DANIEL BÉLANGER ET ALEXANDRE BERTHIER -
JE NE SUIS PAS UNE BRIQUE [ŒUVRE EN CONSTRUCTION]

Je ne vous impose aucune contrainte, aucune limite. Surprenez-moi!
Étonnez-moi! Défiez-moi. Défiez-vous vous-même. Vous avez le choix.
Vous pouvez rester dans l'ombre ou en sortir pour faire partie des rares
exceptions à avoir réussi.

L'heure est venue d'aller au-delà de votre potentiel.

L'heure est venue de descendre en vous.

L'heure est venue de montrer pourquoi vous êtes l'élite.

Les quelques élus...

C'est le temps de briller.

Daniel Bélanger, danseur et chorégraphe multidisciplinaire fondateur de
Code Universel, accompagné d'Alexandre Berthier (Code Universel), à
la musique et aux projections.



ATELIER 5

LA SANTÉ COMME MOTEUR DE NOS ASPIRATIONS

INTRODUCTION

Cet atelier voulait faire la lumière sur les aspirations touchant la santé des personnes vieillissantes, les façons de la préserver, de maintenir leur autonomie et de gérer les problèmes de santé et leurs conséquences. La santé est-elle une condition pour avoir des aspirations? Ou la santé est-elle une aspiration en soi? Avec le déclin des capacités et les deuils, de nouvelles aspirations émergent-elles? À quelles conditions sont-elles possibles?

Comme la majorité des interventions a été rendue par des duos de panélistes, un esprit de dialogue était manifeste. Ainsi, un premier duo composé de **STÉPHANE LEMIRE** (médecin, fondateur de la Fondation AGES) et de **MARIE-JOSÉE GIRARD** (intervenante sociale au Service amical Basse-Ville), appelée « navigatrice », a présenté le modèle de la gériatrie sociale. **ÉLODIE MONTAIGNE** (doctorante en santé publique, infirmière avec 18 ans d'expérience en soins à domicile en France) a communiqué des résultats de recherche sur l'identification d'une habitude de vie, en utilisant un outil virtuel qui privilégie l'information ajustée aux besoins de chacun et de chacune. Elle a été suivie d'un second couple formé d'une pharmacienne et d'un pharmacien qui ont parlé du rôle élargi de ces derniers dans les Groupes de Médecine de Famille-GMF, soit **EDELTRAUT KRÖGER** (chercheuse, CEVQ, VITAM, Faculté de pharmacie de l'Université Laval) et **DYLAN BONNAN** (doctorant). Pour terminer, **MAYA FAKHFAKH** (étudiante en médecine, détenant une maîtrise en santé communautaire et un diplôme de médecine de son pays d'origine) avec **LUCIE VAILLANCOURT** (patient-partenaire,

infirmière retraitée, CEVQ, et ancienne présidente de l'Association québécoise des infirmières et intervenants en recherche clinique) ont présenté un autre outil virtuel pour faciliter la prise de décision lors d'une relocalisation.

L'atelier a été animé par une dyade composée d'**ANIK GIGÈRE** (chercheuse affiliée à VITAM – Centre de recherche en santé durable, au Centre d'Excellence sur le Vieillissement de Québec – CEVQ, et au Département de médecine familiale et de médecine d'urgence de l'Université Laval) et d'**ISABELLE CÔTÉ**, une citoyenne aînée qui est aussi patient-partenaire, forte de 35 ans d'expérience comme travailleuse sociale. Elle participe d'ailleurs à la recherche de Mme Montaigne.

IDÉES PRINCIPALES



1) Pour une vision globale de la santé: la prise en compte des déterminants sociaux de la santé favorise le mieux-être des personnes aînées. Se décentrer d'une vision exclusivement médicale de la santé est bénéfique au rehaussement de la qualité de vie des personnes aînées. Cela passe, notamment, par une plus grande concertation entre les professionnel(le)s de la santé, et la fin du travail en silo. Les changements organisationnels et de vocation du Centre Local de Services Communautaires (CLSC) est perçu comme une perte pour les personnes âgées.

2) Pour l'écoute des voix des aîné.e.s: l'écoute des personnes aînées est importante pour connaître leur vision de la santé et les priorités et aspirations qui en découlent. L'implication des patients et patientes-partenaires à toutes les étapes d'un projet de recherche profite ainsi tant aux chercheur.e.s qu'aux aîné.e.s malades: L'amélioration des soins de santé passe aussi par les connaissances des travailleurs et travailleuses qui visitent les aîné.e.s à leur domicile ou qui les rencontrent dans leurs lieux de fréquentation.

ATELIER 5

LA SANTÉ COMME MOTEUR DE NOS ASPIRATIONS

IDÉES PRINCIPALES



3) Pour le renforcement de la capacité d'action et de décision des aîné.e.s : les bonnes pratiques au sein des familles et des communautés, d'intervention ou en recherche visent à conserver et à promouvoir le pouvoir d'action et de décision des personnes âgées.

4) Pour l'accueil (ou l'inclusivité) des aîné.e.s : les aîné.e.s souhaitent de l'accueil et de la présence et veulent donc recevoir des services et informations par des personnes en chair et en os. Les problèmes de littéracie qui sont répandus et qui ne concernent pas uniquement l'informatique doivent être pris en compte lors des communications.

RÉSUMÉ DE L'ATELIER



Les groupes de médecine de famille au Québec cherchent à développer leur identité. Le décloisonnement professionnel ou une meilleure concertation entre les professionnel.le.s de la santé est donc nécessaire afin d'optimiser les services à la clientèle vieillissante. Or ces organisations de soins ne font pas suffisamment de place au communautaire. D'autres initiatives essaient, toutefois, dans les milieux de vie des personnes âgées comme la gériatrie sociale. Son but est l'émergence d'une pratique intersectorielle qui relie la clinique et le communautaire en mettant l'accent sur les déterminants sociaux de la santé. Les intervenants et intervenantes sociaux nommés « navigateurs » et « navigatrices » sont au cœur du modèle. L'accompagnement, le référencement, la prévention peuvent ainsi se faire, de même que des interventions et l'évaluation des besoins de santé grâce à la collaboration d'infirmières ou d'infirmiers d'un CIUSSS, les gériatres travaillant principalement en milieu hospitalier.

Le Dr Lemire, gériatre, s'est inspiré de sa grand-mère pour développer la gériatrie sociale qui vise à ajouter « de la vie aux aîné.e.s ». Cette vision du vieillissement est exposée dans un livre coécrit avec Jacques Beaulieu, *Vieillir, la belle affaire : garder son pouvoir d'agir*, publié en 2019, aux Éditions Trécarré. Être en santé signifie être capable de faire des choses et d'aller de l'avant avec ses projets. Selon le médecin, l'accompagnement et la prévention n'existent plus beaucoup dans les faits et la gériatrie sociale vient combler ce vide. Des bénévoles, renommé.e.s « sentinelles », sont formé.e.s à repérer des situations problématiques vécues par des aîné.e.s ou à reconnaître ceux et celles qui vivent un vieillissement accéléré. Le lien de confiance est fondamental et peut être transféré à d'autres intervenantes et intervenants tels les navigateurs ou navigatrices qui, informés, entrent en contact avec la personne. Aussi formés à déceler des situations à risque,



ces navigateurs et navigatrices mettent l'aîné.e vulnérable en relation avec les bons services.

Pour Mme Kröger et M. Bonnan, il faut faire plus de place aux pharmaciens et aux pharmaciennes L'élargissement de leur rôle qui date d'une dizaine d'années reste cependant méconnu. De plus, compte tenu des heures d'ouverture des pharmacies, les pharmaciens et pharmaciennes seraient les professionnel.le.s de la santé les plus accessibles de la communauté. La sécurité des patients et des patientes est au cœur de leurs préoccupations, d'autant plus s'il s'agit des aîné.e.s. Ce groupe de professionnel.le.s de la santé gagnerait ainsi à avoir plus d'impacts dans la gestion et le choix des médicaments des personnes qui vivent avec des problèmes neurocognitifs. Le projet de recherche dans les GMF, de Mme Kröger et de M. Bonnan, explore cette piste.

ATELIER 5

LA SANTÉ COMME MOTEUR DE NOS ASPIRATIONS

RÉSUMÉ DE L'ATELIER

Mais l'accès à l'information aide-t-il à vieillir en santé? La quantité d'informations qui existent pour se maintenir en santé donne facilement le vertige. Trop souvent, les conseils de santé qui s'apparentent à des injonctions ne sont pas suivis et des idées normatives sur un vieillissement réussi circulent. En fait, un même problème appelle des solutions et conseils multiples qui doivent s'adapter aux priorités et désirs de chacun et de chacune. L'écoute des aîné.e.s devient ainsi centrale pour saisir si la santé est une priorité et les significations qu'elle prend advenant une maladie. La prise en compte des habitudes de vie pour favoriser le maintien de la santé peut alors devenir pertinente et prometteuse, comme le précise Mme Montaigne.

Cette dernière a présenté un outil virtuel, Vieillir en santé, dont l'évaluation est en cours. Mesdames Côté et Kröger participent aussi d'ailleurs à cette recherche. Cet outil fait la part belle aux personnes âgées qui, bien que directement concernées, se retrouvent rarement au centre des questions concernant leur santé et décisions. Il tient compte également des réalités avec lesquelles les professionnel(le)s doivent composer, comme les défis liés au financement, aux contraintes dans l'exercice et l'offre des soins, à ceux en lien avec la chronicité des maladies, la diminution de l'autonomie, ou la prévention. Or, les aspirations des personnes âgées de plus de 65 ans se retrouvent souvent mises de côté. Il est pourtant nécessaire de se demander à quoi ces personnes aspirent et comment la présence d'une maladie transforme leur vision. Les parcours de vie étant diversifiés, les visions diffèrent. L'enjeu est donc de proposer des solutions qui soient en accord avec les priorités de chacun et de chacune, notamment en ce qui concerne l'acquisition d'une habitude de vie dont l'identification est facilitée par les travaux de Mme Montaigne.

Néanmoins, il arrive un temps où c'est l'environnement qui doit être modifié afin d'optimiser l'état de santé de la personne ou de son couple. Le témoignage de Mme Vaillancourt, âgée de 74 ans et de deux ans l'aînée de son conjoint, est éclairant. Son couple a choisi de déménager de la campagne à la ville. La décision qui fut difficile à prendre a suscité des discussions, durant plusieurs mois. Il fallait prendre le temps d'évaluer les pour et les contres de quitter un endroit calme et bucolique, une maison construite avec amour, il y a plusieurs années. Les tracas liés à son entretien et au vieillissement étaient nombreux. Déménagée en milieu urbain, son désir de continuer de marcher et d'être libérée de ses soucis ménagers ont trouvé réponse. De plus, Mme Vaillancourt affirme profiter d'une vie sociale enrichie. Pour choisir, elle suggère d'explorer plusieurs quartiers selon le budget, et de veiller

à harmoniser les besoins du couple. Cette ancienne infirmière qui a toujours valorisé la prévention se trouve validée, l'état de santé de son conjoint venant de se dégrader.

Mme Fakhfakh ajoute que le désir de se rapprocher de la famille ou des proches, ou un meilleur accès aux services peuvent aussi motiver une relocalisation. Selon la chercheuse, si la relocalisation est associée à une épreuve déstabilisante, elle peut, au contraire, devenir un départ vers la réalisation d'aspirations de vie. L'ouverture d'esprit et la flexibilité sont des ingrédients nécessaires, mais aussi, une prise de décision éclairée par les pour et les contres. Les proches et un ou une professionnel.le de la santé gagnent à être associés au processus décisionnel. Cet atelier sur la santé a donc aussi abordé des enjeux liés à l'habitat, à l'organisation des soins et au pouvoir d'action des individus appelant ainsi à décentrer la vision médicale de la santé pour une meilleure intégration de ses déterminants sociaux dans les pratiques.

Mme Fakhfakh rappelle qu'une recherche (Sturge, *et al.*, 2021) faite aux Pays-Bas a dressé un parallèle entre l'environnement bâti et l'environnement social, qu'il ne faudrait donc pas considérer séparément. Cette interconnexion contribue à la qualité de vie des personnes aîné.e.s, au développement de leur sentiment d'appartenance et de sécurité. L'aménagement du territoire par la plantation d'arbres, le développement d'espaces verts, l'accès à des bancs et aux organismes communautaires favorisent ainsi la cohésion sociale. Par la suite, Mmes Fakhfakh et Vaillancourt ont fait jouer un extrait d'une chanson interprétée par Pauline Julien, *Déménager ou rester là*. Les enjeux et les difficultés liées à la relocalisation ont peu changé au cours des années. Néanmoins, l'outil virtuel développé par ce projet de recherche permet de faciliter la prise de décision et de démystifier cette nouvelle étape de la vie.

ATELIER 5

LA SANTÉ COMME MOTEUR DE NOS ASPIRATIONS

DISCUSSION

La discussion entre le public et les panélistes a été animée. De nombreux applaudissements et rires ont ponctué des échanges. Plusieurs des participants et participantes qui ont pris la parole ont travaillé ou travaillent toujours en lien avec le système de santé et des services sociaux. Des situations problématiques ont été exposées pour recevoir les conseils et connaissances des panélistes.

Une participante a ainsi interpellé les panélistes avec une situation concrète : sa voisine qui vient de perdre son permis de conduire semble présenter des troubles cognitifs. De plus, elle n'a pas de famille ou de partenaire de vie. Elle s'inquiète et demande ce qu'elle peut faire.

Une autre participante a aussi demandé comment faire sortir d'une maison une personne qui nie ses troubles cognitifs. Elle s'est fait répondre qu'il fallait attendre qu'un incident se produise, sa mère ne voulant pas quitter son domicile. Un participant a enchaîné, rappelant que la première personne responsable de sa santé est elle-même. Mais son sentiment d'exclusion est amplifié par le virage informatique. En outre, il n'a pas de médecin de famille et souhaite de la présence.

Une participante réagit. Les aîné.e.s ne savent pas à qui s'adresser, et peu importe l'endroit où ils ou elles trouveront, la question et la réponse demeurent le contact humain. Comme intervenante, elle s'efforce ainsi de rester à l'écoute et de ne pas utiliser d'acronymes. Elle se fait dire par les aîné.e.s qu'elle accompagne que les mots et expression utilisés par les professionnel.le.s sont souvent incompréhensibles. L'isolement peut être grand, d'autant plus que plusieurs n'ont pas de téléphones intelligents ou l'Internet.

Une autre dame a demandé des clarifications au sujet du modèle de la gériatrie sociale, qu'elle distingue mal des Initiatives de Travail de Milieu auprès des Aînés Vulnérables (ITMAV). Enfin, une fonctionnaire retraitée qui a longtemps travaillé avec des dossiers concernant les personnes âgées suggère de voir le vieillissement comme étant avant tout émotionnel, en ce sens qu'il vient avec l'impuissance et l'insécurité. Selon elle, les dirigeants et dirigeantes, ainsi que les intervenants et intervenantes, devraient le comprendre, sinon rien ne changera.



ASPIRATIONS ET RAPPORT À L'AVENIR DES PERSONNES ÂÎNÉES. QUELQUES RÉFLEXIONS À PARTIR DE RECHERCHES FRANÇAISES.

Professeur de sociologie à l'Université de Lille, M. Caradec a proposé quelques pistes de réflexion pour penser la notion d'aspirations. Il réalise depuis une trentaine d'années des recherches sur le vieillissement, en France, auprès de personnes situées à des stades différents de leur avancée en âge, des débuts de la retraite au grand âge. Sa conférence a été développée en cinq points. Premièrement, le chercheur a présenté ce qui rend la notion d'aspirations intéressante à ses yeux. Deuxièmement, M. Caradec a exposé certaines de ses limites dans le but d'amener des éléments de discussion. Troisièmement, le professeur a exploré comment se forment les aspirations. Quatrièmement, le sociologue a observé comment celles-ci se transforment avec l'âge. Cinquièmement, et finalement, il s'est demandé si les aspirations des aîné.e.s diffèrent de celles des plus jeunes. Il est à noter que le conférencier pose la notion d'aspirations comme étant plurielle et qu'il a aussi fait écho à des éléments de discussion soulevés durant ces deux journées de colloque.

1 - M. CARADEC DÉBUTE EN EXPOSANT SEPT RAISONS QUI RENDENT LA NOTION D'ASPIRATIONS FÉCONDE ET UTILE :

- a) Elle permet de remettre en cause la représentation prégnante du vieillissement comme déclin, déchéance inéluctable et absence d'avenir et de projets;
 - b) En se situant du côté des individus, la notion d'aspirations se place à l'écart des catégories et expressions normatives comme le « vieillissement réussi », le « vieillissement actif » ou « le vieillissement en santé » et la notion de « bien vieillir ». Ces formulations visent à dire aux aîné.e.s comment ils et elles doivent vieillir, ce à quoi ils et elles doivent aspirer. Tout en étant tournées vers soi (ce que l'on souhaite pour son propre avenir), les aspirations peuvent aussi, cependant, être tournées vers autrui (aspirer à ce que ses enfants soient heureux) ou tournées vers la société ou le monde en général (aspirer à un monde meilleur, aspirer à une société plus juste, moins inégalitaire et plus sensible aux enjeux climatiques).
 - c) La notion d'aspirations s'applique aussi au niveau collectif : les associations d'aîné.e.s peuvent avoir et porter des aspirations pour les aîné.e.s. Elles s'apparentent alors à des revendications. En France, c'est le cas de l'association Old Up, qui rassemble des personnes « autour de la 2e étape de la retraite » qui refusent d'être mises sur la touche du fait de leur âge et qui aspirent à « donner du sens et de l'utilité à l'allongement de la vie » et à défendre une image du grand âge qui ne soit pas celle du déclin. C'est le cas aussi du récent
- Conseil National Autoproclamé de la Vieillesse qui s'est créé quelques mois avant l'élection présidentielle et qui a cherché à interpeller les candidats et candidates, et qui aspire à peser sur les politiques publiques en revendiquant notamment la création d'un Conseil National Consultatif des Personnes Vieilles auprès du gouvernement.
- d) L'aspiration peut ainsi avoir une dimension politique d'une double manière : Certaines associations d'aîné.e.s demandent, revendiquent, aspirent à ce qu'on prenne davantage en compte leur point de vue dans l'espace public; la dimension politique se retrouve aussi par l'ouverture d'un possible espace de dialogue entre les personnes aînées, les chercheurs et chercheuses (qui veulent connaître leurs aspirations, en rendre compte, et parfois accompagner leur expression) et les responsables des politiques publiques (dès lors qu'ils et elles se montrent soucieux de connaître les aspirations des personnes aînées). Les recherches sont en cela fort utiles pour saisir les aspirations des personnes aînées et les comparer à celles que l'on a tendance à leur attribuer. À titre d'exemple, une recherche (Charkaoui, *et al.*, 2021) financée par une caisse de retraite portait sur le bénévolat des personnes retraitées avec l'enjeu, pour le financeur, de développer ce bénévolat, dans une logique de « vieillissement actif ». Or la recherche

a permis de confronter cette vision avec les aspirations diverses des personnes retraitées (et leurs formes multiples de participation sociale) : elle a montré, d'une part, qu'une partie des personnes retraitées avaient d'autres aspirations que de s'engager dans des associations (par exemple, profiter de la retraite pour réaliser un projet personnel, ou s'occuper de ses proches) et, d'autre part, que les personnes retraitées engagées dans le bénévolat aspiraient parfois à un mode d'engagement moins lourd, moins régulier, plus ponctuel que ce que demandaient beaucoup d'associations. On voit, à travers cet exemple, comment l'enquête sociologique a permis que les responsables de l'action sociale de cette caisse de retraite portent une plus grande attention aux aspirations des aîné.e.s – à leurs aspirations réelles, et non pas celles qu'ils imaginaient.

- e) Selon le sociologue, on peut considérer que le contenu des aspirations s'organise autour de deux pôles opposés. Si l'aspiration reste vague, elle est proche de l'espoir ou du rêve. Si elle se fait plus précise, elle correspond, au contraire, à un objectif que l'on se fixe ou à une revendication à faire aboutir.
- f) De plus, l'étude de la convergence ou des divergences des aspirations peut constituer une piste de recherche fructueuse pour étudier les relations sociales, et en particulier les relations familiales des aîné.e.s. Par exemple, une recherche sur l'organisation du temps au sein de couples nouvellement retraités a permis de montrer que le principal enjeu n'était pas la question de la répartition des tâches domestiques, mais celle de l'occupation du temps libéré par l'activité professionnelle (Caradec, 1996; 1994). En effet, certaines personnes aspiraient à faire beaucoup d'activités avec leur conjoint ou avec leur conjointe, alors que d'autres désiraient des activités indépendantes. En outre, sur une autre dimension, certains conjoints et conjointes souhaitaient faire des choses à l'extérieur et d'autres, à passer surtout du temps à la maison. Lorsque les aspirations divergeaient, on se trouvait face à un décalage qui était source de souffrances individuelles et de tensions conjugales.
- g) D'un point de vue méthodologique, la notion d'aspirations permet aussi de mettre en regard ce à quoi les gens aspirent à un moment donné et ce qui s'est passé dans les faits, de comparer les aspirations aux réalisations. C'est un type de recherche peu fréquent, car cela suppose de disposer de données longitudinales, avec des enquêtes répétées dans le temps. Mais elles sont à encourager car le couple analytique aspirations/réalisations paraît prometteur.

2) LE DEUXIÈME POINT DE LA PRÉSENTATION DE M. CARADEC SOULÈVE QUATRE LIMITES POUR DISCUTER DE LA NOTION D'ASPIRATIONS :

- a) Le concept d'aspirations présente l'intérêt de porter le regard sur le rapport à l'avenir des aîné.e.s. Mais il désigne un type particulier de rapport à l'avenir, qui renvoie à ce qui importe à la personne et à ce qui est désirable pour elle. Or, il y a d'autres dimensions du rapport à l'avenir que ne peut appréhender la notion d'aspirations : ce qui est de l'ordre de l'anticipation (ce à quoi l'on s'attend, comme des pertes liées au grand âge), et ce qui est de l'ordre des craintes (ce que l'on redoute, comme des problèmes de santé ou un déménagement dans un centre, dans un EHPAD, en France, ou un CHSLD, au Québec).

En faisant référence à Fanny Auger, une doctorante qu'il a dirigée et dont la thèse portait sur les aménagements du logement en début de retraite, le conférencier explicite la distinction entre l'anticipation et l'aspiration (Auger, *et al.*, 2017; Auger, 2016). L'étudiante qui se demandait dans quelle mesure les aménagements étaient motivés par l'anticipation de possibles problèmes de santé a constaté que les jeunes retraité.e.s sont d'abord ancrés dans le présent (dans leur vie de jeunes retraité.e.s, en lien avec leurs enfants, leurs petits-enfants et leurs ami.e.s) et qu'ils et qu'elles anticipent peu l'avenir. S'ils ou si elles font des aménagements, c'est par souci de confort et non en prévision d'éventuels soucis physiques. Ainsi, le moteur des aménagements du logement au moment de la retraite se trouve davantage dans l'aspiration au confort (« parce que c'est plus confortable », « parce que c'est plus pratique/facile ») que dans l'anticipation du grand âge et de ses difficultés.

- b) Le chercheur se demande ensuite si les aspirations sont toujours conscientes et, partant de là, il suggère qu'il peut exister des aspirations dormantes ou silencieuses. Il y a des choses auxquelles on aspire et qui vont « sans dire » et qui se révèlent, cependant, dans des moments ou des contextes particuliers. Ainsi, une aspiration communément partagée est de ne pas connaître de malheur ou de drame familial : dans le cas des personnes âgées, ne pas connaître le décès d'un ou d'une de ses enfants ou de ses petits-enfants. Ou encore, si l'aide à domicile est proposée, on se rend compte de l'aspiration à continuer de vivre selon le mode d'organisation qu'on avait mis en place. Les aspirations pourraient donc être appréhendées sous la forme d'un triptyque afin d'en distinguer trois formes : il faudrait ajouter, à côté de l'aspiration comme rêve et de l'aspiration comme objectif (ou comme revendication), l'aspiration comme souhait inexprimé.

- c) Le volet suivant tient peut-être plus de la remarque que d'une limite. L'existence, les parcours sociaux ne sont pas faits que d'aspirations : certains événements (un problème de santé, le décès d'un ou d'une proche) peuvent réduire à néant les aspirations que l'on pouvait avoir jusqu'alors. D'autres événements (une rencontre, une naissance) peuvent faire advenir une situation qui donne une coloration nouvelle et heureuse à l'existence sans qu'elle ait été espérée, sans qu'on y ait aspiré.
- d) Dès lors, on peut se demander si la notion d'aspirations ne convient pas davantage à des personnes qui se projettent dans l'avenir qu'à celles qui vivent au jour le jour. Or, et même si on manque de travaux sur ce point, la manière d'appréhender l'avenir est sans doute liée au milieu social, à l'espérance de vie en bonne santé ou encore à l'âge subjectif. Par exemple, dans les milieux aisés, le vieillissement tend plutôt à être appréhendé comme un processus que l'on peut maîtriser, pour peu qu'on fournisse les efforts nécessaires alors que, dans les milieux populaires, il est plutôt considéré comme une réalité qui s'impose et contre laquelle on ne peut pas grand-chose. Il faudrait donc se demander si les aspirations ne sont pas inégalement répandues dans l'espace social ou, du moins, si elles ne prennent pas des formes, et en particulier des formes temporelles différentes.

3) LE TROISIÈME POINT DE LA CONFÉRENCE PORTAIT SUR LA CONSTRUCTION DES ASPIRATIONS. M. CARADEC A SOULEVÉ QU'ELLES SE FORGENT AU CONFLUENT DE TROIS DIMENSIONS :

- la trajectoire antérieure de la personne,
 - le contexte sociétal qui dessine les futurs possibles, plus ou moins désirables, et
 - les échanges avec les proches. Le conférencier a aussi insisté sur la grande diversité des projets qui sont en outre influencés par des caractéristiques personnelles telles que l'âge, le genre, le milieu social, les ressources économiques et la scolarité. Des recherches sur les aspirations des personnes âgées, généralement en fin de carrière ou retraitées, plus précisément sur leurs typologies des modes de vie, étayaient son propos.
- a) Les travaux de Christian Lalive d'Épinay (Lalive d'Épinay, 1991; Lalive d'Épinay, *et al.*, 1983), menés dans les années 1970-1980, en Suisse, auprès d'anciens employés de bureau, commerçants, artisans ou de la maîtrise ouvrière illustrent comment la trajectoire de vie donne sens aux aspirations. Ces retraités souhaitaient profiter de leur maison acquise grâce à une vie de labeur, en s'y retirant avec leur conjointe et en limitant leur sociabilité à la famille. M. Lalive d'Épinay avait

qualifié ce style de vie de « ça m'suffit », selon l'expression des personnes interviewées. Dans le même ordre d'idées, des recherches plus récentes suggèrent aussi l'existence de ressources dites « en creux », ou non accumulées au fil des ans, comme dans le cas des travailleurs précédemment mentionnés. L'arrêt des activités professionnelles permet alors d'explorer des projets délaissés, des désirs inassouvis, comme s'occuper des petits-enfants, la reprise des études, l'apprentissage du piano ou l'engagement dans une association.

- b) Les recherches sociologiques montrent aussi que la signification de la retraite a beaucoup changé au cours des dernières décennies, ce qui a transformé le contexte dans lequel se développent les aspirations. En particulier, en France, dans les années 1970-1980, la retraite était devenue une période de la vie « désirable », selon le mot de Françoise Cribier (1995), car un imaginaire d'un troisième âge s'était construit autour de l'idée d'un temps pour l'épanouissement personnel et les loisirs, soit d'une nouvelle jeunesse. Aujourd'hui, l'émergence de la notion de « vieillissement actif » brouille toutefois cet imaginaire. Parallèlement, un autre élément du contexte sociétal est à prendre en considération. Il renvoie aux conditions de travail avant la retraite. Des travaux sur les motivations à la retraite ont ainsi montré que l'aspiration à prendre sa retraite le plus tôt possible est d'autant plus forte que les conditions de travail sont jugées mauvaises, que les exigences de rentabilité augmentent et que le climat professionnel se détériore. À l'opposé, certains et certaines, qui s'épanouissent dans leur travail, désirent poursuivre leur activité professionnelle.
- c) Enfin, les travaux sur la transition de la retraite montrent bien que les aspirations se construisent avec les proches qui peuvent constituer des modèles d'un côté, ou des contre-modèles de l'autre (Caradec, 2017; 1996). C'est à travers les échanges avec eux et avec elles, et en particulier avec le conjoint ou la conjointe, que s'élaborent les projets de retraite. Pour conclure, le professeur rappelle que les aspirations peuvent avoir plusieurs moteurs : en particulier, elles peuvent être motivées par l'attrait de ce à quoi on aspire (la désirabilité de la retraite) ou par l'inconfort, la pénibilité de la situation actuelle (les difficultés de fin de carrière). Elles peuvent donc être suscitées par ce à quoi on aspire ou aiguillonnées par ce que l'on rejette.

4) LE QUATRIÈME POINT DE LA CONFÉRENCE A ÉTÉ CONSACRÉ AUX RAISONS DES TRANSFORMATIONS DES ASPIRATIONS AVEC L'ÂGE.

Quand les aspirations se heurtent aux difficultés comme la maladie, les limitations fonctionnelles, la disparition des proches et l'âgisme, deux dynamiques d'évolution sont possibles : le rétrécissement des aspirations et la persistance de celles-ci.

- a) Le rétrécissement des aspirations vise à les rendre compatibles avec la réalité. Le souhaitable se soumet alors au raisonnable. Le maintien du bien-être des personnes aux âges élevés s'explique traditionnellement par cette logique d'accommodation. Pour le dire autrement, on en rabat sur ses ambitions : on n'aspire plus à gagner le semi-marathon dans la catégorie des vétérans, juste à terminer la course; on n'aspire plus à recevoir la visite ou un appel de ses enfants chaque jour car on sait, par expérience, que ce ne sera pas le cas.
- b) Inversement, la seconde dynamique consiste à maintenir ses aspirations, à ne pas diminuer ses ambitions, au point parfois de paraître déraisonnable aux yeux de l'entourage ou d'un regard extérieur. Ainsi, on trouve des sportifs et sportives au-delà de 80 ans qui poursuivent des activités, tels les courses de vélo ou les semi-marathons. M. Caradec donne aussi l'exemple d'une lutte collective dont les revendications ont réussi à déplacer les frontières du possible, il y a quelques années, dans la ville de Montreuil. Grâce à leur mobilisation, à l'attention des médias et des élu.e.s, et au charisme de Thérèse Clerc, les Babayagas, un groupe de femmes dont elle faisait partie, sont parvenues à créer un habitat autogéré, en dépit des règles administratives qui bloquaient le projet.

Par la suite, le sociologue a soulevé un second point sur les transformations des aspirations avec l'âge en évoquant les résultats d'une recherche durant laquelle des octogénaires et nonagénaires avaient été invités à dire s'ils se considéraient vieux ou si elles s'estimaient vieilles (Caradec, 2004; 2003). La plupart des personnes interrogées avait répondu devenir vieilles alors que d'autres, bien moins nombreuses, disaient se sentir déjà vieilles. Ceux et celles qui affirmaient ne pas se sentir vieux tenaient un discours qui établit une continuité avec le passé, en n'ayant pas le sentiment qu'il existait une rupture radicale entre ce que ces aîné.e.s étaient et avaient été. « Ça continue comme avant, malgré les difficultés » : tel était le leitmotiv de ces discours. D'un autre côté, ceux et celles qui reconnaissaient être vieux ou vieilles avaient le sentiment d'une rupture dans leur existence qui pouvait souvent être datée. Leur leitmotiv devenait alors : « Maintenant, je ne suis plus comme avant. ».

En termes d'aspirations, ceux et celles qui étaient dans le « devenir vieux » se projetaient dans l'avenir et se situaient dans un schéma temporel compatible avec les aspirations, tandis que celles et ceux qui étaient dans l'« être vieux » étaient dans une autre perspective temporelle marquée par la proximité de la mort. Dans ce cas, s'il y a aspiration, c'est d'aspirer à la mort. Ce désir s'exprimait chez les vieilles personnes quand plus rien ne les rattachait à la vie. Elles avaient parfois perdu des êtres chers, avaient dû abandonner ce qui leur tenait le plus à cœur, ce qui faisait sens pour elles, et n'attendaient plus rien de la vie.



5) EN CINQUIÈME POINT, ET POUR TERMINER SA PRÉSENTATION, MONSIEUR CARADEC A ABORDÉ LA COMPARAISON DES ASPIRATIONS DES JEUNES ET DES MOINS JEUNES EN TROIS TEMPS.

- a) Le conférencier a suggéré, dans un premier temps, que les jeunes et les aîné.e.s qui vivent dans une même société se ressemblent par les valeurs et croyances qu'ils et elles partagent, au moins en partie. Leur manière de vivre, de s'habiller, de consommer ne sont pas radicalement différentes. Il y a certes des variations selon les générations, mais aussi des différences entre les milieux sociaux et le genre qui traversent les âges et les générations.
- b) Pour nuancer cette première observation, le professeur a fait part, dans un deuxième temps, de travaux qui visent à caractériser le vieillissement et à indiquer ce que la grande vieillesse peut avoir de spécifique par rapport aux autres âges de la vie. La théorie des stades de développement psychosocial d'Erikson avance ainsi que la vieillesse est marquée par un questionnement existentiel qui lui est propre et qui consiste à porter un regard rétrospectif sur ce que l'on a fait et à se demander si on a eu une vie bien remplie. Le chercheur a poursuivi avec l'hypothèse sociologique selon laquelle les aspirations prennent corps dans le contexte de vie des personnes, en fonction de leurs préoccupations, et qu'elles dépendent donc de la phase du parcours de vie dans laquelle elles se situent : l'aspiration à la retraite, l'aspiration à devenir grand-père ou grand-mère se formulent à des moments bien particuliers du parcours de vie. M. Caradec a rappelé, de plus, que les difficultés qui tendent à devenir plus nombreuses avec l'avancée en âge expliquent que les personnes âgées en rabattent souvent sur leurs aspirations (ce qu'on appelle la logique d'accommodation), voire pour celles qui sont dans l'être vieux, ne se projettent plus dans un autre avenir que la mort.
- c) Cette question de la mort a amené, dans un troisième temps, l'introduction d'un autre concept mis en rapport avec celui d'aspiration : celui de la « conscience de sa finitude ». Cette notion est présente dans la théorie de la sélectivité socio-émotionnelle développée par une psychologue américaine de l'Université Stanford, Laura Carstensen (Lang et Carstensen, 2002; Carstensen, *et al.*, 1999). Selon cette théorie, les personnes âgées ont plus fortement conscience de leur finitude que les plus jeunes et, de ce fait, elles cherchent à davantage sélectionner leurs relations sociales : elles aspirent surtout à avoir des contacts avec les gens qu'elles connaissent déjà et qu'elles apprécient (plutôt que de chercher, comme les plus jeunes, à développer et enrichir leur réseau social). Ces contacts de proximité leur procurent le plus de bénéfices émotionnels. Les aspirations relationnelles dépendent donc de la conscience plus ou moins forte de sa finitude qui diffèrent selon l'âge.

Le chercheur a cependant avancé que si la conscience de sa finitude et l'aspiration à avoir des relations sociales limitées et significatives sont plus fortes aux âges élevés, c'est parce que la majorité des décès se concentrent dans ces âges élevés, dans nos sociétés. Certaines études ont montré que des événements comme un tremblement de terre ou une série d'attentats augmentent la conscience de sa finitude chez tous et toutes, quel que soit l'âge, et que la préférence pour les relations sociales de proximité se retrouve alors chez des personnes plus jeunes. Et, à l'inverse, elle baisse chez les plus âgé.e.s, dans des enquêtes expérimentales, lorsqu'on leur a demandé, avant de répondre aux questions, d'imaginer qu'un vaccin vient d'être inventé qui leur garantit de vivre vingt ans supplémentaires.

DISCUSSION

Comme à la fin de chaque atelier ou conférences durant ce colloque, une période de questions avait été prévue. Une participante a notamment demandé à M. Caradec s'il y avait des différences entre les aspirations des femmes et des hommes? Selon le sociologue, les aspirations des femmes seraient plus tournées vers le relationnel étant donné la construction sociale de la féminité autour du « care », soit de la sollicitude ou de l'attention aux autres. Les femmes étaient aussi plus nombreuses à exprimer, durant les entretiens, ce qu'il a identifié comme des « aspirations inconscientes » (à titre d'exemples, ne pas connaître de malheur familial, le décès de ses enfants). Son interlocutrice lui a demandé s'il y avait des femmes qui aspiraient à autre chose que de rester dans la sphère de la sollicitude? M. Caradec répond que pour certaines qui avaient subi la domination masculine, le veuvage ou l'institutionnalisation de leur conjoint avaient été une libération, un moment de renouveau pour leur identité propre qui avait été mise sous le boisseau. Elles avaient un discours minoritaire mais qui confiait, à nouveau lors des entretiens, une reprise de contrôle sur leur emploi du temps, sur ce qu'elles désiraient cuisiner, et sur la sélection de leurs loisirs et sorties. De plus, celles qui avaient un mari dans un centre de soins pouvaient s'appuyer sur les professionnel.le.s pour ne plus répondre à leur conjoint dominant.

SYNTHÈSE FINALE

Émilie Raymond

Mme Émilie Raymond, professeure en travail social à l'Université Laval et co-directrice de l'Institut sur le vieillissement et la participation sociale des aînés de l'Université Laval (IVPSA) a accepté de présenter, à la toute fin du colloque, une synthèse des présentations et des échanges. Elle a souligné ce qui lui semblait le plus important et indiqué des pistes à suivre.

Durant ces deux journées bien remplies, des prises de parole ont été faites et des prises de conscience partagées. Un participant a dit hier « être venu chercher de nouvelles solutions et des capsules de bonheur ». Son désir a certainement été satisfait. La diversité des participantes et participants au colloque, la qualité de leurs présentations a constitué un carrefour des savoir-être et faire qui rejoignent notre vœu de transformer notre rapport individuel et collectif au vieillissement. Pour faire état de ces préoccupations et de ces aspirations, un acrostiche a été utilisé. À chaque lettre du mot ASPIRATIONS correspond un contenu-phare du colloque. Il s'agit d'une synthèse furtive et incomplète selon madame Raymond elle-même, mais qui permet de situer des enjeux importants du thème des aspirations des personnes aînées.

LES THÉMATIQUES ORGANISÉES SELON LES LETTRES DU MOT ASPIRATIONS :

- 1) L'**A**gir
- 2) La **S**oif de l'intergénérationnel
- 3) Se **P**arler
- 4) L'**I**nscription dans l'histoire
- 5) **R**epenser la vie ensemble
- 6) L'**A**daptation
- 7) Le **T**emps devant soi
- 8) L'**I**maginaire
- 9) L'**O**rganisation des services
- 10) La **N**ormalité
- 11) Éviter de **S**implifier

SYNTHÈSE FINALE

L'AGIR : De petits gestes changent des conditions de vie s'ils se centrent sur l'agentivité des personnes âgées. C'est une mission du cœur à l'échelle micro-sociale de permettre aux personnes de faire des choix, de créer leurs propres solutions, d'avoir des options. Un appel à la mobilisation a souvent été lancé. Il se traduit par un travail pour, avec et par les personnes concernées. Or la force du nombre est incontournable pour faire changer les choses sur le plan collectif. La politique de l'agir a toutefois été souvent mise en contradiction avec la politique de la demande. Il est important d'agir localement pour ne pas attendre des politiques gouvernementales. Mais il est aussi important de développer une vision collective pour interpeller les gouvernements. Toutes les communautés n'ont pas accès aux mêmes ressources, et n'ont pas le même capital social. Des enjeux de financement et de rareté de la main d'œuvre peuvent ainsi être collectivisés, considérés de manière transversale. En outre, le risque d'une hyperindividualisation, le risque d'une culpabilisation existe quand le fardeau de la réponse aux besoins repose sur les individus ou sur les communautés. On s'éloigne du maintien des acquis sociaux dont parlait Patrick Marier, et de l'État Providence qui veillait à assurer une protection collective contre des risques sociaux comme ceux associés au vieillissement.

LA SOIF D'INTERGÉNÉRATIONNEL : Le domaine de l'intergénérationnel foisonne en projets et financement. Beaucoup de connaissances et de pratiques ont été développées par une panoplie d'acteurs et d'actrices (chercheurs et chercheuses, agentes et agents de politiques sociales, intervenantes et intervenants), mais ce fossé intergénérationnel dont on parle se vit où? « Isolement », « solitude », « exclusion sociale » : comment ces notions sont-elles vécues par tous les publics? Ces expériences sont-elles prégnantes dans tous les milieux? Nous aurions besoin de données longitudinales pour départir les constats du sens commun. Néanmoins, une aspiration fortement partagée émerge. On ne veut plus de catégories d'âges, ces barrières générées par et héritées de l'État Providence qui permettaient de développer des politiques publiques ciblées. On veut nourrir des espaces dans lesquels des personnes de différents horizons culturels, de tous les âges et avec des conditions de santé multiples se côtoient de manière plus naturelle.

SE PARLER : Ce colloque est un début pour certains et pour certaines, pour d'autres, il est une continuité. Je salue la volonté de ce colloque de donner la parole à plusieurs personnes principalement concernées. Il y avait ainsi beaucoup de temps alloué aux micros pour elles. Un appel s'élève, cependant, pour faire entendre des voix diverses, notamment, celles de la marge. Il ressort que les besoins de base doivent être satisfaits avant d'avoir des aspirations. Pourquoi ne pas multiplier les occasions de se raconter, de raconter pour défigurer les stéréotypes de notre imaginaire

sur le vieillissement et le reconfigurer? Une citoyenneté narrative pourrait métisser les métadiscours sur le refus du vieillissement afin qu'on habite davantage ce processus.

L'INSCRIPTION DANS L'HISTOIRE : Brossant une fresque historique sur le vieillissement au Québec, Dominique Morin nous a aussi rappelé que les aspirations comme le vieillissement sont inscrits dans les trajectoires de vie, notre odyssee personnelle, nos relations. Elles constituent aussi l'inédit de ces parcours singuliers, comme leur moteur d'actions. Demeurer dans le monde reste une aspiration dominante des personnes âgées. Les aspirations s'inscrivent aussi dans l'histoire collective québécoise, dans l'évolution commune des conditions socioéconomiques, et d'une conscience historique. Celle-ci permet une identification, une appartenance à un portrait. Cependant, certains groupes dans notre société, les Autochtones, les personnes venues comme réfugiées, celles de la diversité sexuelle et de genre, celles qui vivent une grande précarité financière se retrouvent-elles dans cette mémoire au « nous »? En somme, cet ancrage qui paraît unanime est-il réellement partagé, cette histoire dite collective l'est-elle vraiment? Pourrait-on mieux connecter les histoires personnelles et collectives afin que tous les groupes d'âges puissent se sentir reconnus et valorisés, pour réaliser leurs aspirations et pour qu'une nouvelle histoire du vieillissement se construise ensemble?

REPENSER LA VIE ENSEMBLE : Le maire, Bruno Marchand, qui est intervenu hier, souhaite construire une ville plus inclusive. Oui, mais pour qui? Lors de sa conférence, le sociologue du vieillissement, Vincent Caradec a bien indiqué comment les aspirations proviennent du terreau des contextes de vie. Or les aspirations qui se concrétiseront selon nos ressources individuelles font rapidement ressortir l'enjeu des inégalités sociales. Afin que les résidentes et résidents vivent 20 ans de plus dans leur logement, il faudrait ainsi que ce dernier reste convenable, salubre. Dans le quartier St-Roch, à titre d'exemple, les personnes demeurent à risque de rénovictions. Aussi, faudrait-il allier l'optimisme au réalisme dans nos aspirations.

L'ADAPTATION : Elle se déploie sur les échelles micro et méso personnelles. L'habitat n'est pas uniquement le bâti. L'environnement intime, le lien, et l'environnement social se recréent au jour le jour. La formation du personnel est ainsi incontournable pour s'adapter aux rythmes et goûts des personnes. La lutte à la stigmatisation est aussi une idée forte de ce colloque. L'adaptation s'opère face à une situation de crise qui sévit présentement. Néanmoins, des mesures fiscales doivent s'adapter pour répondre aux besoins.

LE TEMPS DEVANT SOI : Je vous partage quelques résultats d'un de mes derniers projets de recherche durant lequel 50 personnes âgées ont été interrogées, à deux reprises. Il ressort que l'expérience de la pandémie a été éminemment temporelle. Ces résultats sont en écho avec ce qui a été discuté durant ces deux journées. Du temps a été gagné : beaucoup d'introspection a été réalisée, des habitudes de vie ont été changées ou doivent l'être, des valeurs pour accroître ou maintenir la qualité de vie ont été réévaluées. Comme Vincent Caradec l'a mentionné, les aspirations se transforment. Mais l'impression d'avoir perdu du temps a aussi été ressentie. Des engagements bénévoles et des voyages ont été annulés, des capacités ont diminué durant ces deux dernières années, sans savoir si elles pourront être reprises. De plus, le temps devant soi est parfois rétréci de manière collective, structurelle. On se sent vieux très tôt. Des craintes associées à ce sentiment font partie de l'âgisme, selon Nancy Couture. Le temps est rétréci, selon un modèle normatif qui projette une certaine façon de bien vieillir, par contraste au temps allongé qui est dorénavant requis pour faire certaines activités de la vie quotidienne en raison des pertes de capacités. Pour demeurer dans le monde, comment peut-on élargir ce temps, modeler notre imaginaire conséquemment?

L'IMAGINAIRE : Il est un élément incontournable de cette nouvelle histoire collective. Le vieillissement, dans les mots des personnes âgées, rapportés par Nancy Couture, est à la fois un présent et un futur. Mais les discriminations sont grandes quand ses marqueurs sont visibilisés. Comme l'a appelé Éric Gagnon, l'imaginaire est engoncé dans une vision immobile du vieillissement, dans son inactivité. Cet imaginaire n'est pas uniquement émotif ou intellectuel car il peut conduire à des pratiques de mises à l'écart. Il faut défiger cet imaginaire afin qu'il soit à notre image et un catalyseur de desirs.

L'ORGANISATION DES SERVICES : Les services communautaires sont essentiels à la participation et à l'inclusion sociales des âgé.e.s et à la réalisation des activités de leur vie quotidienne respective. Il faut repenser les politiques en termes de financement et de proximité. Les organismes communautaires, une voix qui été néanmoins peu entendue durant ce colloque. Il s'agit pourtant d'un pivot, d'un pilier. Ce sont des organismes de prestations de soins, services essentiels, mais aussi des lieux de rencontres, de bénévolat, d'activités récréatives, de courroies de transmission et de participation intégrante aux réponses collective au bien-être. Un prochain rendez-vous devrait aller chercher leurs voix et aspirations.

LA NORMALITÉ : Le concept d'aspiration permet de mélanger l'extraordinaire à un accès aux conditions de vie pour maintenir le respect de la dignité des individus. Le panel sur la santé a présenté des actions novatrices dans le domaine pharmacologique et communautaire pour conjuguer avec le vieillissement normal qui est composé d'une augmentation des incapacités, et des deuils. Ce panel a présenté une vision large de la santé, soit une santé sociale, politique, mentale, cognitive, et physique, s'alliant ainsi la citoyenneté des personnes âgées. De plus, avec les patients et patientes-partenaires, intégrés aux pratiques des intervenantes et intervenants du domaine socio-sanitaire, la personne âgée reste au centre des préoccupations. Elle est vue comme l'experte de sa santé. Il faut questionner les modèles, les attentes qui veulent une bonne manière de vieillir, qui visent un vieillissement réussi. Demeurer en forme, active, actif, responsable, contribuer peut convenir à plusieurs, et moins à d'autres; ou, encore, des personnes peuvent ne pas être en mesure de répondre à ces attentes. Les aspirations permettent de donner un espace de subversion pour contester l'ordre établi, d'aller dans des espaces imprévus, là où nos aspirations nous mènent, un espace de résistance face à des modèles.

ÉVITER DE SIMPLIFIER : Vincent Caradec nous a invités à ne pas simplifier la notion d'aspirations. Il nous a permis de penser les aspirations comme un des trois aspects de notre rapport à l'avenir : ce qui importe à la personne âgée, ce qui lui est désirable, mais aussi, les dimensions de l'anticipation des pertes liées au grand âge et de craintes (comme la maladie ou un déménagement en centre de soins). Le triptyque conceptuel était aussi très intéressant pour interpeler les aspirations : l'aspiration comme rêves, l'aspiration comme objectifs ou revendications et l'aspiration comme souhaits non exprimés.

De ces constats et de ces préoccupations, on peut dégager quelques grandes aspirations, des pistes de recherche et des pistes d'action.

QUELQUES GRANDES ASPIRATIONS

- 1) Construire une ville inclusive;
- 2) Abolir les catégories d'âges;
- 3) Nourrir des environnements dans lesquels des personnes de différents horizons culturels, de tous les âges et avec des conditions de santé multiples se côtoient de manière plus naturelle;
- 4) Demeurer dans le monde :
 - a) Combattre l'âgisme afin que le sentiment de se sentir vieux, ou vieille, ne soit pas un obstacle à l'inclusion sociale;
 - b) Modeler l'imaginaire collectif afin que la ligne de temps s'élargisse pour inclure les personnes âgées.

DES PROPOSITIONS DE RECHERCHES

- 1) « Isolement », « solitude », « exclusion sociale » : comment ces notions sont-elles vécues par tous les publics, jeunes et moins jeunes? Ces expériences sont-elles prégnantes dans tous les milieux?
- 2) Des données longitudinales seraient utiles pour documenter les tenants et aboutissants du « fossé intergénérationnel ». De quoi et de qui parle-t-on? Comment se manifeste-t-il, où et pourquoi?

DES PROPOSITIONS DE PISTES D' ACTIONS

- 1) Allier l'optimisme au réalisme pour concrétiser les aspirations;
- 2) Connecter les histoires personnelles et collectives afin que tous les groupes d'âges puissent se sentir reconnus et valorisés pour réaliser leurs aspirations;
- 3) Connecter les histoires personnelles et collectives pour qu'une nouvelle histoire du vieillissement se construise avec les groupes marginalisés;
- 4) Des enjeux de financement et de rareté de la main d'œuvre peuvent être collectivisés, considérés de manière transversale;
- 5) L'agentivité des personnes âgées qui permet de choisir, de créer des solutions, et d'avoir des options est à favoriser;
- 6) Des mesures fiscales doivent s'adapter aux besoins des personnes âgées en matière d'habitats;
- 7) Les voix et aspirations des organisations communautaires sont à faire entendre;
- 8) Multiplier les occasions de se raconter, et de raconter pour défigurer les stéréotypes de notre imaginaire sur le vieillissement et le reconfigurer;
- 9) Les voix multiples pourraient se métisser afin de transformer les métadiscours sur le refus du vieillissement afin qu'on habite ainsi collectivement et plus inclusivement ce processus;
- 10) La formation du personnel soignant et médical doit s'adapter aux réalités et besoins des personnes âgées.

LES FANZINES DES



À quoi les personnes âgées aspirent-elles?
Rêvent-elles? Présentation de l'installation et
des fanzines.

Par Julie Théberge, artiste et étudiante,
Université Laval.



VIVRE ET
VIEILLIR À
QUÉBEC

Réalisés lors du colloque Vieillessement et aspiration des personnes âgées,
organisé dans le cadre de la Rencontre Vivre et vieillir à Québec (VVQ).

RÉCIT D'UN COLLOQUE

Les 27 et 28 mai 2022, j'ai pris part au colloque *Vieillesse et aspirations des personnes âgées*, organisé dans le cadre de la Rencontre Vivre et vieillir à Québec. De mon kiosque éphémère, munie d'autocollants, de ciseaux, de polaroids et d'un gabarit de fanzines à remplir, je proposais aux invité.e.s du colloque de venir réfléchir avec leurs mains et bricoler leurs aspirations personnelles et collectives. Inspiré de l'ethnographie, ce texte prendra la forme d'un récit de cette expérience où les images, la matière, le jeu et la rencontre ont été la méthode de collecte des aspirations des personnes présentes au colloque.





POUR EN ARRIVER AUX FANZINES

J'ai été contactée par l'équipe de la Rencontre VVQ pour voir comment l'équipe de la Chaire de recherche et d'innovation en médecine d'urgence (dont le titulaire Richard Fleet est affilié à Vitam) pourrait mettre à contribution ses travaux en lien avec les arts et la médecine au colloque. Évidemment que la Chaire se devait de participer à un tel événement, mais comment ? Je ne me souviens plus trop comment on en est arrivé à l'idée des fanzines. Je pense que l'idée est apparue à la suite d'échanges entourant la mission qui était d'amasser, de façon créative et artistique, les rêves et aspirations des personnes présentes au colloque et de présenter le tout à la fin de ce dernier. Dans ce genre de mission, je me tourne vers ce que je connais et aime le plus : le dessin et le collage. Il est apparu évident que la création de fanzines serait tout indiquée pour l'occasion.

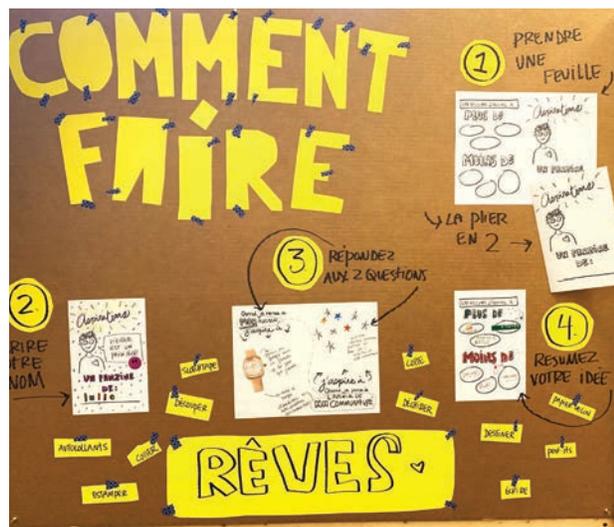


« Très ancrés dans la culture DIY (Do It Yourself), les fanzines sont des publications autonomes, souvent photocopiées, brochées, faites avec ce qui est sous la main, disponible, à la portée pour le plaisir de faire et de partager en dehors des standards institutionnels et des industries. Pour plus de détails sur les fanzines, cliquez sur ce lien :

<https://fr.wikipedia.org/wiki/Fanzine> »

COLLECTE DES ASPIRATIONS : BRICOLAGES RÉFLEXIFS EXPRESS

Il fallait d'abord s'assurer que les personnes intéressées aient le temps et les moyens de compléter un fanzine, et cela peu importe leur aptitude ou confort à bricoler. J'ai donc opté pour une formule clé en main : un gabarit de base à remplir (feuille 8 1/2 x 11 pliées en 2), des questions simples à répondre et du matériel facile à manipuler. Une fois installé.e.s à la table du kiosque, les convives avaient le loisir de se lancer dans une œuvre complexe ou de garder ça bien simple en utilisant des feutres de couleurs, autocollants brillants, magazines à découper tous étalés sur les deux tables surplombant le kiosque.



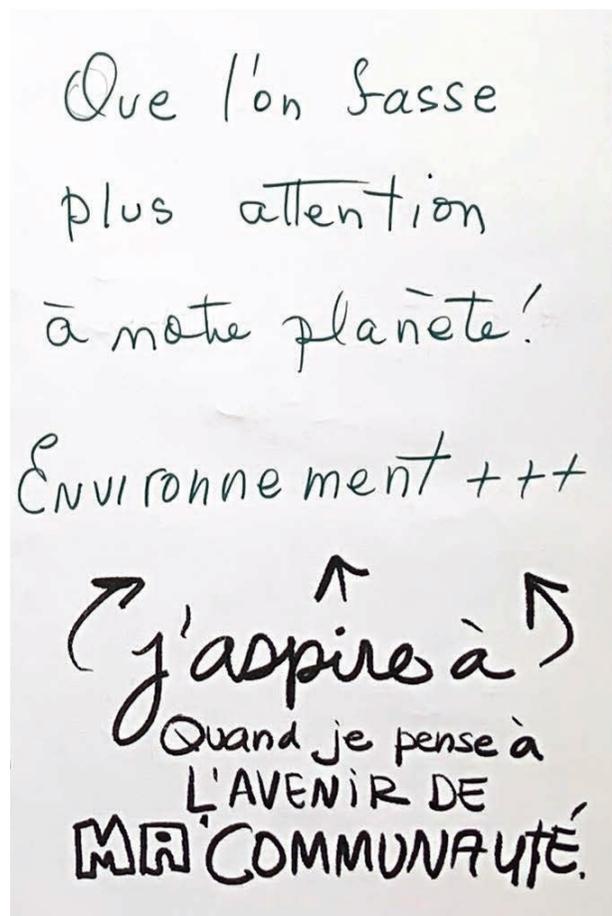
La première étape était de faire le fanzine à partir du gabarit et du matériel, comme indiqué sur l'un des panneaux du kiosque. Les gens ont colorié, collé des images, des autocollants. C'était beau de les voir raturer, écrire, dessiner. Remplir les espaces et dépasser ces mêmes espaces. Une fois le fanzine terminé, je saisisais mon appareil photo instantané et je tirais le portrait des gens avec leur fanzine.

Je leur remettais le cliché comme un souvenir de leur expérience et de leur création et les invitais finalement à déposer leur fanzine sur le présentoir tournant rouge avec tous les autres. En tout, 37 fanzines ont été réalisés au cours des pauses du colloque.



J'étais présente aux deux journées du colloque afin d'accueillir les personnes intéressées à bricoler. Les gens passaient majoritairement au début de la journée, lors des pauses café et sur l'heure du dîner, mais j'ai eu des visiteurs et des visiteuses tout au long des deux journées. J'ai vu des gens qui sont revenus faire deux fanzines. D'autres ont travaillé sur plusieurs périodes afin de prendre le temps de réfléchir, de peser leurs mots ou

leurs interventions ou ont fait ça rapidement : un flash sincère et urgent. Quelques-unes et quelques-uns ont refusé mes approches. Certaines personnes sont venues en gang, d'autres seules. Aux pauses, j'approchais les curieuses et les curieux et les invitais à venir s'exprimer de façon ludique ou à se détendre un peu. J'ai eu toute une gamme de réactions. Du « Je sais pas comment faire ça un fanzine » à « Envoie donc, ça l'air le fun! ».



Plus il y avait de monde, plus j'étais à « on » et plus ça attirait d'autres personnes! Ça fourmillait : instructions, encouragements, inspirations. J'ai dû reformuler la mission quand ce n'était pas clair, mais surtout, je donnais le droit à l'erreur afin d'enlever la pression de performance et célébrer l'émergence libre et ludique des aspirations. Dans l'action, les gens échangeaient sur leur bricolage, papotaient sur d'autres choses complètement, laissant aller leur main au travail ou se concentraient à 100 % sur leur tâche.

En tout,
37 FANZINES
ont été réalisés
au cours des pauses
du colloque

QUELQUES MODÈLES DE FANZINES

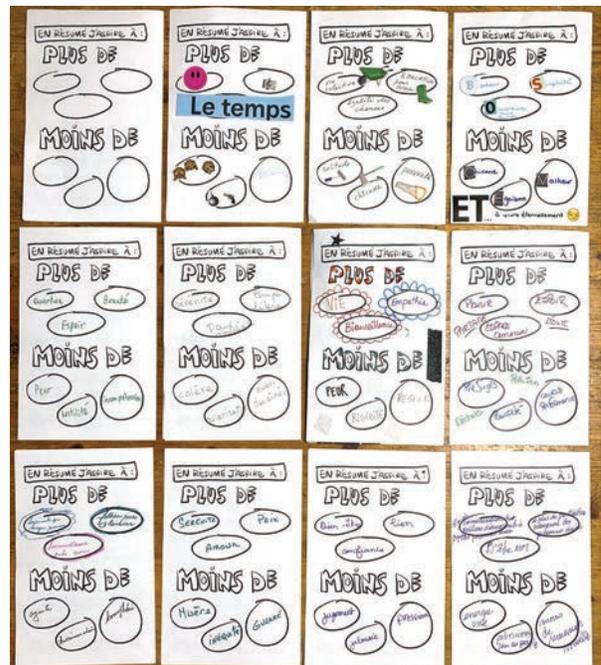
PAGES CENTRALES



COUVERTURES



QUATRIÈMES DE COUVERTURE



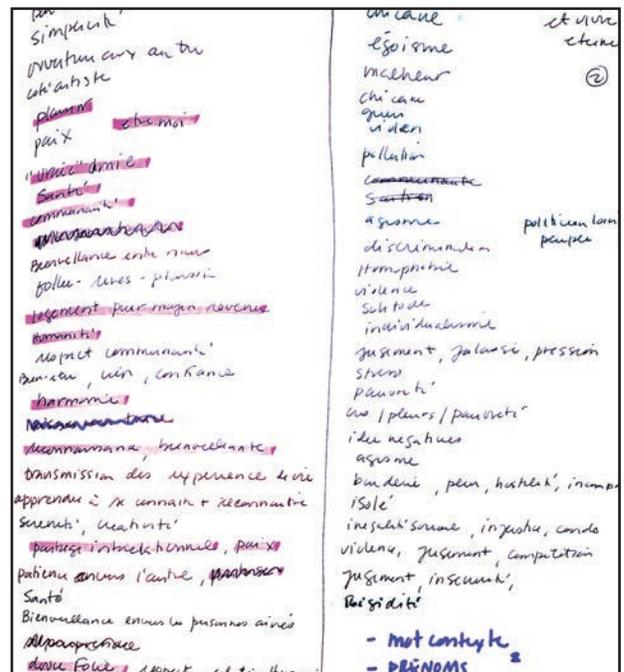
PRÉSENTATION DES ASPIRATIONS : EXPÉRIENCE, RENCONTRE ET POÉSIE.

J'avais comme mission d'animer les ateliers, mais aussi de présenter le projet, les fanzines et surtout les aspirations des personnes qui sont passées par le kiosque, à la toute fin du colloque. Je tenais à ce qu'une ou deux personnes ayant fait un fanzine m'accompagnent sur la scène. J'ai approché quelques personnes. Chaque fois, ma demande était reçue avec choc, gêne et étonnement. Comme si leur visage me disait « Mais pourquoi moi? Qu'est-ce que j'ai de si spécial à partager? Voyant cela, je renchérisais que j'allais être avec eux ou elles sur scène. Qu'ils et qu'elles étaient libres de lire uniquement certains passages ou non. Surtout, ça me semblait rempli de sens que les participants et participantes eux-mêmes viennent présenter les aspirations et pas moi, la p'tite (encore) jeune qui fait des bricolages!

C'est donc Bernard et Louise qui m'ont fait l'honneur de venir lire leur fanzine devant public. Trente minutes avant notre entrée sur scène, on est « backstage » et on apprend à mieux se connaître : l'endroit où on habite, le travail que l'ont fait/qu'on a fait. On a parlé de deuil, de santé mentale, de comment les choses changent. De l'importance de la santé, la famille et des ami.e.s. Malgré la nervosité, on nomme la chance d'être ici, ensemble, maintenant.

On nous demande d'approcher dans les coulisses pour installer nos micros. On prend une autre petite coche de nervosité! Finalement, on rentre tous les trois sur la scène. Le présentoir tournant rouge y est avec tous les autres fanzines. On s'assoit près du maître de cérémonie qui met en contexte le pourquoi de notre présence et présente l'installation de fanzines.

Je remercie VVQ pour la confiance et la prise de risques, et pour toutes les personnes qui sont venues faire des fanzines. Je décris brièvement le projet (c'est quoi un fanzine + qu'est-ce qu'on a fait) en précisant qu'il n'y avait pas de bonne ou de mauvaise réponse. Seulement l'occasion de se laisser aller à la réflexion personnelle ou collective avec l'aide d'images, et de tenter une réponse. Aussi imparfaite et changeante soit-elle. Les gens m'ont partagé leur difficulté à identifier des aspirations: « je suis dans une bonne passe » ou « je suis un peu sur les freins ces temps-ci ». Comme si contentement et sagesse ou tristesse et découragement ne rimaient pas avec aspirations. Finalement, pour présenter les aspirations, j'ai lu un poème écrit à partir d'une analyse thématique rudimentaire des réponses des fanzines.



J'ASPIRE À

J'aspire à laisser une trace.
À me surprendre.
À apprendre à se connaître et à se reconnaître.
J'aspire à être.

J'aspire à danser le ballet,
revenir à l'essentiel.
À ce que le bruit quotidien côtoie le silence.
J'aspire à avancer sans craindre la mort.

À aimer, aimer, aimer.

J'aspire à ne pas cesser de rêver,
à mettre de la couleur dans la noirceur.

À être aimé, être aimé, être aimé.

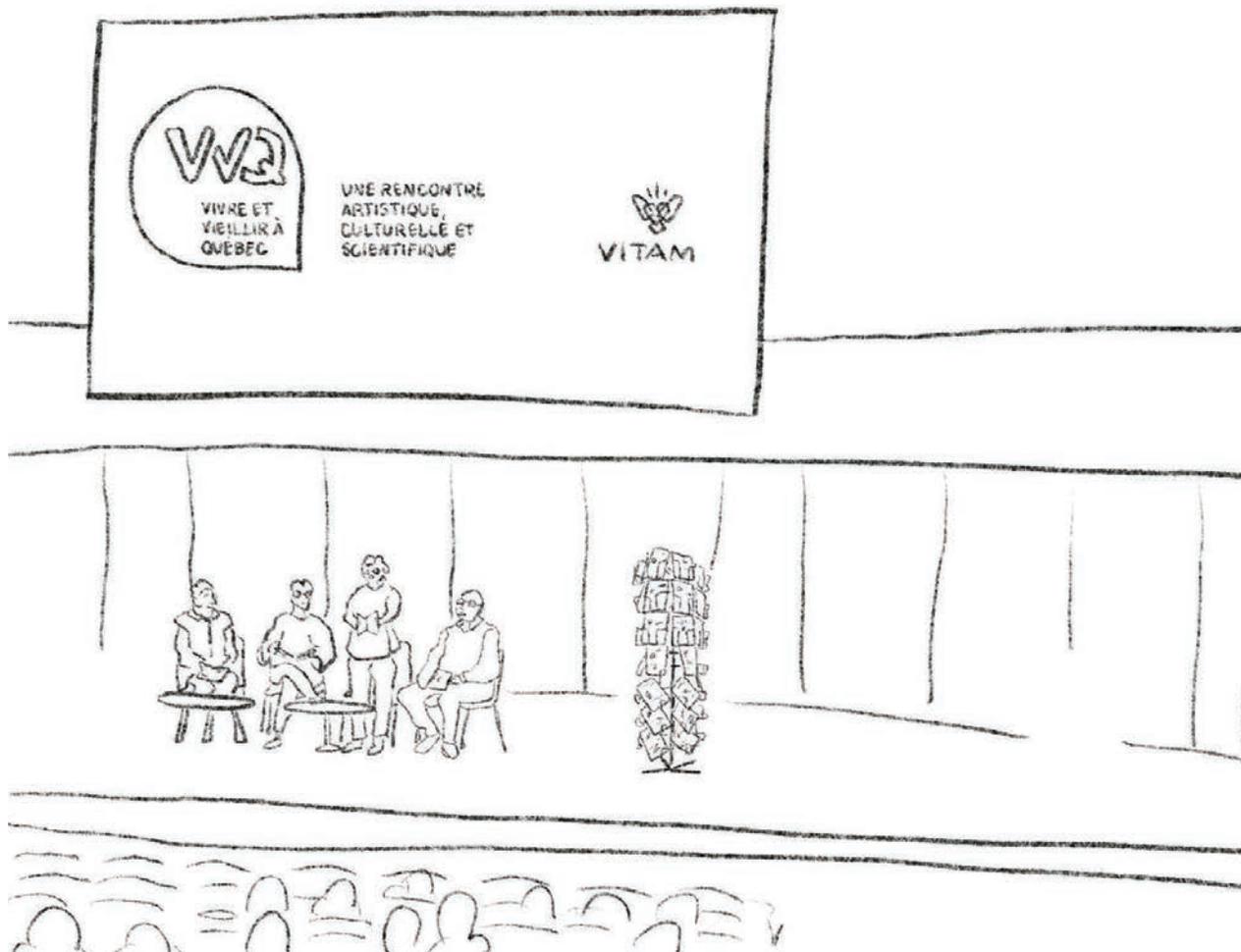
J'aspire à ne pas ajouter à la confusion,
et à demeurer serein malgré les problèmes physiques qui se pointent.
À trouver des valeurs plus profondes que l'adoration du matériel
telles que la fierté et la fraternité.

J'aspire à une société où l'on entend plus de voix.
Celles confinées au silence.

J'aspire à
rire de bon cœur
jusqu'à la dernière journée.

Par la suite, Bernard se lève et lit son fanzine. Louise fait de même. En toute honnêteté, je ne me souviens de rien de cet instant, de ce qu'ils ont lu. Happée par la force de leur courage, je ne me souviens que du sentiment de fierté de les voir là, debout sur la scène, à partager une création faite somme toute rapidement, en toute vulnérabilité créatrice et réflexive. Ça débordait de dignité, d'humilité, de simplicité, d'humanité. Je me sentais reconnaissante et privilégiée de vivre un tel moment.

Je crois que ce sentiment a voyagé jusque dans la salle. À notre sortie de scène, tels des rockstars, nous nous sommes fait apostropher : une conseillère municipale tenait à rencontrer Bernard et Louise pour les féliciter et les remercier de leur lecture inspirante.



À la suite de ces journées, le mot qui me revenait en tête est Dignité et je me demande comment mettre la dignité au cœur de nos décisions personnelles et collectives? On ne sait jamais où ça nous mène de se laisser aller à l'art, peu importe le contexte. Quand il est question de santé et de bien-être, ça amène les gens à se dépasser en douceur, à réfléchir autrement, à entrer en contact avec soi et avec d'autres. Assurément, la puissance du beau et du plaisir, ne sont plus à reléguer au statut d'artifice.

DIGNITÉ

Merci à Louise, Suzanne, Rhéa, Sylvie, Jean-Baptiste, Anne, Marie-Josée, Philippe, Marie-Anik, Bernard, Gisèle, Annie, Fleur sauvage, Caroline, Isa, Andrée, Françoise, Rémi, Esthelle, Fran, Anne-Marie, Chouchou, Lucie, Emy, Charline, Carole, Simon qui sont venu faire des fanzines. Un grand merci et un sincère bravo à Nathalie Ricard et aux organisateurs et organisatrices des événements

entourant La Rencontre VVQ pour leur ouverture et leur audace. Un colloque avec une série de spécialistes qui viennent parler devant un PowerPoint, c'est d'la job à préparer. Imaginez le degré de complexité quand on mêle à cela des artistes, des citoyens et citoyennes et des gens du milieu communautaire? Je crois sincèrement que le jeu en vaut la chandelle.




 julie.theberge@ulaval.ca
 À Louise, Bernard

Bonjour Louise et Bernard!!

Merci pour les photos chère Louise :)
 J'ai gardé un super souvenir de notre rencontre.
 Comme la vie peut être surprenante!!!
 Je vous souhaite un bel été.
 Au plaisir de se recroiser.

Julie



-

Julie Théberge
 M.A. Arts Visuels, Candidate au doctorat sur mesure art et médecine
 Coordonnatrice de la division Bleuciel // Médecine Art-Communauté
 Université Laval / VITAM / CISSS Chaudière-Appalaches
www.medecineuragrx.ca
 Artiste en arts visuels
 membre du groupe Headache24
www.headache24.bandcamp.com


 bernard
 À Louise, moi

Salut Louise et Julie,

Moi aussi, j'ai eu beaucoup de plaisir d'être avec vous deux.

En plus, j'aurais dû vous donner un câlin d'anniversaire hihihini.

Mais je garde votre sourire dans mon cœur. Et je vous souhaite du bon temps cet été.

Bernard

Julie Théberge est A/R/Tographe (de l'anglais artist, researcher, teacher). Elle détient un baccalauréat en psychologie (BA) ainsi qu'un baccalauréat et une maîtrise en arts visuels (BA et MA). Elle est maintenant candidate au doctorat sur mesure en Arts et en Médecine à l'Université Laval. Sa recherche se situe au confluent des arts visuels, du cirque social et de la médecine et porte sur la façon dont un spectacle de cirque sur les services de santé en milieu rural agit comme vecteur de communication scientifique.

Julie Théberge a cofondé, avec Dr Richard Fleet, la Division Bleuciel de la Chaire de recherche et d'innovation en médecine d'urgence réunissant artistes, professionnels de la santé, décideurs et décideuses et citoyennes et citoyens, afin d'exposer le domaine de la recherche en santé à la culture de recherche artistique et citoyenne.

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

Adler, L. (2020). *La voyageuse de nuit*. Paris : Grasset.

Arfeux-Vaucher, G. (2001). Images de la vieillesse dans la littérature enfantine et auprès de jeunes enfants, *Retraite et société*, 34 (3) : 89-111.

Attias-Donfut, C. (2001). Images de la vieillesse. *Retraite et société*, 34 (3) : 6-9.

Auger, F., Caradec, V., Petite, S. (2017). Anticiper le grand âge? Comment les jeunes retraités baby-boomers « adaptent » leur logement. *Retraite et société*, 78 (3) : 15-43.

Auger, F. (2016). *L'aménagement de l'habitat chez des couples de nouveaux retraités Baby-Boomers : vivre le présent, anticiper l'avenir?*, Thèse de sociologie, Université de Lille 3.

Batty, C. (2012). Intergenerational practice reviews : Thoughts and reflections. *Journal of Intergenerational Relationships*, 10 (2), 205-208.

Beaulieu, J. et S. Lemire (2019). *Vieillir, la belle affaire : garder son pouvoir d'agir*. Montréal : Éditions Trécarré.

Bédard, M.-È., Blais, M.-H., Castonguay, J., Fortier, J., Garnier, F., Gagné, M., et Bisailon, A. (2021). *Des initiatives intergénérationnelles qui favorisent le développement de milieux de vie plus sains, sécuritaires et accueillants*. Drummondville : Centre collégial d'expertise en gérontologie du Cégep de Drummondville, Département d'études en loisir, culture et tourisme de l'Université du Québec à Trois-Rivières, Centre communautaire récréatif Saint-Jean-Baptiste de Drummondville.

Caradec V. (2017). L'épreuve de la retraite : Transformations sociétales, expériences individuelles. *Nouvelle revue de psychosociologie*, 23 (1) : 17-29.

Caradec, V. (2011). « Jeunes » et « vieux » : les relations intergénérationnelles en question. *Agora débats/Jeunesse*, 3(49), 20-29.

Caradec, V. (2004). *Vieillir après la retraite. Approche sociologique du vieillissement*. Paris : Presses Universitaires de France.

Caradec, V. (2003). Être vieux ou ne pas l'être. *L'Homme & la Société*, 147 (1) : 151-167.

Caradec, V. (1996). *Le couple à l'heure de la retraite*. Rennes : Presses Universitaires de Rennes.

Caradec, V. (1994). Le problème de la « bonne distance » conjugale au moment de la retraite. *Revue française de sociologie*, 35 (1) : 101-124.

Carstensen, L. L., Isaacowitz, D., et Charles, S. T. (1999). Taking time seriously : A theory of socioemotional selectivity, *American Psychologist*, 54 (3) : 165-181.

Charkaoui, N., Moullié-Chauvet, M., Wilquin, A., et Yoka-Posso, M.-A.. Dans V. Caradec et A. Chamahian (dir). (2021). *S'engager à la retraite? Une étude sur la participation sociale des retraités des Hauts-de-France*, Recherche-action commanditée par la Caisse d'Assurance Retraite et de la Santé Au Travail Hauts-de-France et l'Union Régionale Interfédérale des Œuvres et organismes Privés Sanitaires et Sociaux Hauts-de-France. (https://www.uriopss-hdf.fr/sites/default/files/users/loliveri/rapport_final_corrige.pdf)

Cribier, F. (1995). Quand les citadins quittent leur ville à la retraite. *Retraite et Société*, (10) : 6-25.

Duchesne, P. (2021). *Guy Rocher, Le sociologue du Québec*, tome II (1963-2021). Montréal : Québec Amérique.

Fortier, J., Bédard, M.-È., et Castonguay, J. (2019). Les liens intergénérationnels : à quoi réfère-t-on ? *Infolettre* (avril). Centre collégial d'expertise en gérontologie, Cégep de Drummondville.

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- Fortier, J. (2018). Les facteurs facilitant et contraignant les liens intergénérationnels dans la pratique de l'action bénévole. *Vie et Vieillesse*, 15 (7), 27-32.
- Gucher, C. (2019). *Et qu'importe la révolution?* Marseille : Le mot et le reste.
- Hemingway, E. (1952) [1972]. *Le vieil homme et la mer*. Paris : Gallimard.
- Ito, O. (2016). *Le ruban*. Arles (France) : Éditions Philippe Picquier.
- Joly, R. (2005). La lecture psychanalytique. *Québec français*, (136) : 68-71.
- Julien, P. (1993). *Déménager ou rester là* (<https://www.youtube.com/watch?v=pU7ihqIMWng>). Paroles de Réjean Ducharme. Musique de Robert Charlebois.
- Lalivé d'Épinay, C. (1991). *Vieillir ou la vie à inventer*. Paris : L'Harmattan.
- Lalivé d'Épinay, C. (dir.) (1983). *Vieillesse. Situations, itinéraires et modes de vie des personnes âgées aujourd'hui*. Saint-Saphorin (Suisse) : Éditions Georgi.
- Lang, F. R. et Carstensen, L. L. (2002). Time counts : Future time perspective, goals and social relationships. *Psychology and Aging*, 17 (1) : 125-139.
- Lianke, Y. (2009). *Les jours, les mois, les années*. Arles (France) : Philippe Picquier.
- Marzano, M. (2007). Le désir : un équilibre instable entre manque et puissance. *Analyse Freudienne Presse*, 15 : 33-42.
- Ministère de la Famille, Ministère de la Santé et des Services sociaux (2017). *Bilan du plan d'action gouvernemental 2012-2017. Vieillir et vivre ensemble, chez soi, dans sa communauté, au Québec*. Québec : Gouvernement du Québec.
- Ministère de la Famille et des Aînés, Ministère de la Santé et des Services sociaux (2012). *Politique Vieillir et vivre ensemble – Chez soi, dans sa communauté, au Québec*. Québec : Gouvernement du Québec.
- Nadeau, M., en coll. avec Bastien, M.-J., Côté, L., Frenette, H., Legendre, P.-F., Makdissi-Warren, V. et Robitaille, J. (2004). *Lentement la beauté*. Québec : Les Éditions de l'instant même.
- Organisation Mondiale de la Santé / World Health Organization, United Nations Department of Economic and Social Affairs, United Nations Population Fund, United Nations Office of the High Commissioner for Human Rights (18 mars 2021). *Global Report on Ageism*, 173 p. ISBN : 978 92 4 001686 6
- Pollet, G. (2001). La vieillesse dans la littérature, la médecine et le droit au XIX^{ème} siècle : sociogenèse d'un nouvel âge de la vie. *Retraite et société*, (34) : 29-49.
- Raymond, L. P., Desmarais, R., et Leclerc, L. (2009). *Coffre à outils sur le transfert des connaissances. Une approche proactive*. Sherbrooke : Laboratoire de recherche sur la dynamique du transfert de connaissances (LRTDC), Université de Sherbrooke.
- Saucier, J. (2011). *Il pleuvait des oiseaux*. Montréal : XYZ.
- Secrétariat à la jeunesse (2016). *Politique québécoise de la jeunesse 2030 – Ensemble pour les générations présentes et futures*. Québec : Gouvernement du Québec.
- Sturge, J., Klaassens, M., Jones, C. A., Légaré, F., Elf, M., Weitkamp, G., et Meijering, L. (2021). Exploring assets of people with memory problems and dementia in public space : A qualitative study. *Wellbeing, Space and Society*, 2, 100063.
- Tchekhov, A. (2002) [1900]. *Les trois sœurs*. Arles (France) : Actes Sud.
- Vanderven, K. (2011). The road to intergenerational theory is under construction : A continuing story. *Journal of Intergenerational Relationships*, 9 (1), 22-36.

ANNEXE

Programme du colloque
Vieillesse et aspirations
des personnes âgées

VIVRE ET VIEILLIR À QUÉBEC WVQ. CA

REN **VWQ**

CO

NT

RE



COLLOQUE

VIEILLISSEMENT ET ASPIRATIONS
DES PERSONNES AINÉES

26 et 27 mai
PALAIS MONTCALM



LES ASPIRATIONS DES PERSONNES AINÉES

À quoi les personnes âgées aspirent-elles? Que désirent-elles pour leur avenir proche ou plus lointain? À quoi rêvent-elles pour elles-mêmes, les autres, leur collectivité? Ces aspirations sont sans doute nombreuses et diverses. Varient-elles selon les conditions de vie des personnes, les lieux où elles habitent, le groupe auquel elles s'identifient? Les personnes âgées ont-elles les mêmes aspirations que les personnes plus jeunes? Quel éclairage ces aspirations apportent-elles sur le vieillissement dans une société? Sur la manière dont ce vieillissement est vécu et perçu? Sur ce qu'il est et sur ce que les personnes âgées voudraient qu'il soit? C'est à ces questions que le colloque apportera des réponses.

À la différence des besoins, qui portent sur le nécessaire, les aspirations renvoient à ce qui est considéré comme souhaitable. Elles sont de l'ordre du rêve ou du désir, au-delà des besoins de base, tout en demeurant dans l'ordre du possible. « Une aspiration, c'est un projet d'avenir [...] elle fournit un but en même temps qu'un espoir, et souvent même une raison de vivre et de faire quelque chose. » (Guy Rocher)

S'intéresser aux aspirations des personnes âgées, c'est approcher le vieillissement sous l'angle du changement : ce vers quoi tendent les personnes, ce qu'elles aimeraient voir changer, s'améliorer, se réaliser. C'est les voir tournées vers le futur – et non simplement vers le passé ou le présent – et cela, quel que soit leur avancement en âge. « La vieillesse ce n'est pas que de l'avoir été c'est de l'être encore, c'est du devenir. » (Laure Adler).

Le colloque se veut l'occasion de découvrir ces aspirations dans leur diversité, et de penser les conditions nécessaires à leur réalisation. Nous nous donnerons un temps pour réfléchir à un vieillissement qui soit davantage en résonance avec les aspirations des gens.

Conférences, ateliers, performances

Le colloque sera un espace d'échanges et de débats. Il comprendra des conférences, des ateliers thématiques et des performances artistiques. Des personnes de différents horizons prendront la parole : des citoyen.ne.s-ainés, des chercheur.e.s, des enseignant.e.s, des professionnel.le.s de la santé, des intervenant.e.s du monde communautaire et culturel. Différents moyens seront également mis en œuvre pour recueillir les aspirations des ainé.e.s – avant et pendant le colloque – et les faire entendre.

OBJECTIFS DU COLLOQUE

Le colloque s'adresse tant aux citoyen.ne.s, qu'aux chercheur.e.s, intervenant.e.s et gestionnaires des secteurs associatif, communautaire, culturel, aux étudiant.e.s, et aux décideur.e.s qu'au public en général.

Le colloque poursuit trois grands objectifs :

- Rendre visibles et audibles les manières de vieillir à Québec, montrer la diversité des expériences, des conditions de vie et des modes de vie à travers le prisme des aspirations.
- Découvrir de nouvelles manières de vieillir, d'autres façons pour les personnes âgées de demeurer actives, de maintenir le contrôle sur leur vie, ou de demeurer partie prenante des débats et des changements sociaux.
- Mieux comprendre les conditions – économiques, sociales, politiques et culturelles – nécessaires à l'expression et à la réalisation de ces aspirations.

Le colloque fait partie des journées VITAM. Il s'inscrit dans la programmation de Vivre et Vieillir à Québec. Une rencontre artistique, culturelle et scientifique, dont les objectifs sont:

- Changer le regard porté sur le vieillissement; ne plus le voir uniquement comme un déclin, une perte, un ralentissement;
- Imaginer de nouvelles manières de vieillir, plus conformes aux désirs et à la volonté des personnes;
- Contribuer à ce que tous et toutes se sentent concernés par le vieillissement, les personnes âgées comme les plus jeunes, quelles que soient leur origine sociale, leur trajectoire, leurs conditions de vie ou leur occupation.

PROGRAMME DU JEUDI 26 MAI

12h00 | **ACCUEIL**

13h00 | **MOTS DE BIENVENUE**

Maître de cérémonie : Dr Pierre Durand (chercheur, Centre d'excellence sur le vieillissement de Québec, et VITAM – Centre de recherche en santé durable)

Allocutions : Bruno Marchand (Maire de la ville de Québec)

Éric Gagnon (responsable du colloque, directeur général de la Rencontre Vivre et vieillir à Québec, VITAM – Centre de recherche en santé durable, CEVQ)

Marc Dufresne (ambassadeur de la Rencontre Vivre et vieillir à Québec)

13h30 | **GRANDE CONFÉRENCE**
Les aspirations des personnes âgées au Québec

Dominique Morin (professeur, Université Laval)

La conférence portera sur les changements démographiques, économiques et culturels qui ont contribué à façonner le vieillissement et les aspirations des personnes âgées.

Animateur : Dr Pierre Durand (chercheur, VITAM - Centre de recherche en santé durable)

14h30 | **PAUSE**
(15 minutes)

14h45 | **PERFORMANCE**
L'Homme-chimère (extrait)

Dans ce slam-théâtre (poésie orale théâtralisée), Thomas Langlois explore son rapport intime au thème de la filiation.

15h00

ATELIER 1

Les aspirations et l'intergénérationnel

Ce premier atelier porte sur les liens intergénérationnels, leur rôle, leur signification. Quels sont-ils? Comment les créer, les susciter, les animer? En quoi sont-ils importants? Comment nourrissent-ils les aspirations et les rêves qu'entretiennent les personnes âgées pour elles-mêmes ou pour les autres? Comment ces relations favorisent-elles l'expression et la réalisation de ces aspirations?

Marie-Ève Bédard (chercheuse, Centre collégial d'expertise en gérontologie)

Jean-Baptiste Henry (agent de liaison et développement, Maison Internationale de la Rive-Sud)

Fatima Ladjadj (directrice générale, Intergénération Québec)

Co-animatrices : Micheline Bernier (administratrice sur le conseil d'administration de la FADOQ – Région de Québec et Chaudières-Appalaches) et Camille Curadeau (citoyenne, FADOQ – Région Gaspésie Îles-de-la-Madeleine)

16H15

PAUSE

(10 minutes)

16H25

ATELIER 2

L'art, le vieillissement et l'imaginaire

Les aspirations appartiennent à l'imaginaire social – individuel et collectif. Cet atelier propose des manières d'explorer les imaginaires pour y découvrir les aspirations des aîné.e.s. Comment nourrir cet imaginaire afin de susciter et d'élargir les aspirations? Comment les arts et la littérature peuvent-ils nous aider à décrypter et enrichir cet imaginaire?

Eric Gagnon (chercheur, VITAM – Centre de recherche en santé durable)

Nancy Couture (professeure, Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue)

Catherine Gucher (écrivaine et professeure, Université de Grenoble)

Jack Robitaille (artiste et citoyen-ainé)

Daniel Bélanger (artiste, Code Universel)

Animatrice : Danielle Lepage (chargée de projet, Centre d'excellence sur le vieillissement de Québec)

18H15

FIN DE LA JOURNÉE

PROGRAMME DU VENDREDI 27 MAI

08h00 | **ACCUEIL**

08h30 | **MOTS DE BIENVENUE**

Maître de cérémonie : Dr Pierre Durand (chercheur, Centre d'excellence sur le vieillissement de Québec, et VITAM – Centre de recherche en santé durable)

08h40 | **ATELIER 3**
L'habitat

Dans cet atelier, l'habitat est compris dans sa signification la plus large : l'habitation ou la résidence, mais aussi l'espace environnant avec ses activités, les réseaux d'entraide, ses aménagements et les services. Où les personnes veulent-elles vivre? Dans quel environnement veulent-elles et rêvent-elles d'habiter, et à quelles conditions? Dans quel milieu de vie aspirent-elles vivre et comment ce milieu peut-il porter ou favoriser leurs aspirations?

François Grisé (comédien, Un et un font mille)

Nicole Gagnon (citoyenne-ainée)

Julie Castonguay (chercheuse, Centre collégial d'expertise en gérontologie)

Charles Morissette (auxiliaire familial de santé et de services sociaux, CIUSSS-CN)

Philippe Voyer (professeur, Université Laval)

Lise Jobin (fondatrice et directrice, Maison Écho du cœur)

Animateur : Dr André Tourigny (chercheur, Institut national de santé publique du Québec)

10h40 | **PAUSE**
(15 minutes)

10h55 | **LECTURE POÉTIQUE**
Supports fragiles

Hélène Matte, poète indisciplinaire, offrira une lecture accompagnée d'illustrations, de portraits des aînés de son entourage, à la fois sensibles et crus. L'artiste nomme sa démarche « poésie de la rencontre ».

11h05

ATELIER 4

Politiques et pratiques pour le changement

Les revendications politiques et les politiques publiques sont porteuses d'aspirations et de rêves. Elles sont soutenues par des projets et une vision du vieillissement. Quelles sont ces aspirations, ces projets, ces visions? Les politiques parviennent-elles à les exprimer et à favoriser leur réalisation? Quels succès, mais aussi quelles contraintes les gouvernant.e.s et les acteurs et actrices rencontrent-ils?

Patrik Marier (professeur, Université Concordia)

Danis Prud'homme (directeur général, Réseau FADOQ)

Annie Mollier (professeure, Université de Grenoble)

Judith Gagnon (citoyenne-ainée, Association québécoise de la défense des droits des personnes retraitées et préretraitées de Québec, Table de concertation des personnes aînées de la Capitale-Nationale)

Animateur : Louis Demers (professeur, École nationale d'administration publique)

12h35

DINER

(1 h 05)

13h30

REPRISE DES ÉCHANGES

13h40

PERFORMANCE

Je ne suis pas une brique [œuvre en construction]

Je ne vous impose aucune contrainte, aucune limite. Surprenez-moi! Étonnez-moi! Défiez-moi. Défiez-vous vous-même. Vous avez le choix. Vous pouvez rester dans l'ombre ou en sortir pour faire partie des rares exceptions à avoir réussi.

L'heure est venue d'aller au-delà de votre potentiel.

L'heure est venue de descendre en vous.

L'heure est venue de montrer pourquoi vous êtes l'élite.

Les quelques élus...

C'est le temps de briller.

Artistes : Daniel Bélanger (Code Universel) avec Alexandre Berthier (Code Universel)

13h55

ATELIER 5

La santé comme moteur de nos aspirations

Cet atelier veut faire de la lumière sur les aspirations des personnes vieillissantes touchant leur santé, les façons de la préserver, de préserver leur autonomie et de gérer les problèmes de santé et leurs conséquences. La santé est-elle une condition pour avoir des aspirations? Avec le déclin des capacités, de nouvelles aspirations émergent-elles? À quelles conditions sont-elles possibles?

Dr Stéphane Lemire (Fondation AGES) et Marie-Josée Girard (navigatrice en gériatrie sociale, Service amical Basse-ville)

Élodie Montaigne (étudiante, Université Laval)

Edeltraut Kröger (chercheuse, Centre d'excellence sur le vieillissement de Québec)

avec Dylan Bonnan (pharmacien, Université Laval)

Maya Fakhfakh (étudiante, Université Laval) avec Lucie Vaillancourt (patiente partenaire)

Co-animatrices : Anik Giguère (chercheuse, VITAM - Centre de recherche en santé durable) et Isabelle Côté (citoyenne)

15h35

PAUSE

(15 minutes)

15h50

ATELIER 6

Penser les aspirations

Cet atelier conclusif vise à donner des éléments de réponse aux questions de départ et à ouvrir des avenues. Qu'est-ce qu'une aspiration? Pourquoi s'intéresser aux aspirations? Quelle est leur importance dans la vie des personnes aîné.e.s? Comment les connaître et les comprendre, comment les entendre et les faire entendre?

Vincent Caradec (professeur, Université de Lille)

Julie Théberge (artiste et étudiante, Université Laval) / installation : « À quoi les aîné.e.s aspirent-ils? Rêvent-ils? »

Émilie Raymond (professeure, Université Laval)

Animateur : Dr Pierre Durand (chercheur, Centre d'excellence sur le vieillissement de Québec, et VITAM – Centre de recherche en santé durable)

Le colloque est organisé par VITAM - Centre de recherche en santé durable, le Centre d'excellence sur le vieillissement (CEVQ), la Ville de Québec, la FADOQ – Régions de Québec et Chaudière-Appalaches et le CIUSSS de la Capitale-Nationale.

Le colloque bénéficie du soutien financier du VITAM – Centre de recherche en santé durable, du CEVQ, de la Ville de Québec, du Conseil de recherches en sciences humaines du Canada (CRSH) et de l'appui de l'Hôtel Le Concorde Québec.

Comité organisateur

Éric Gagnon, responsable du colloque, directeur général de la Rencontre Vivre et vieillir à Québec, VITAM – Centre de recherche en santé durable, CEVQ

Nathalie Ricard, Coordonnatrice de la Rencontre Vivre et vieillir à Québec, VITAM – Centre de recherche en santé durable

Rosalie Beaulieu, étudiante, Université Laval

Micheline Bernier, FADOQ - Région de Québec et Chaudière-Appalaches

Louis Demers, École nationale d'administration publique (ÉNAP), CEVQ

Valérie Denais, Ville de Québec

Geneviève Duhaime, Ville de Québec

Anik Giguère, VITAM- Centre de recherche en santé durable, CEVQ, et Département de médecine familiale et de médecine d'urgence de l'Université Laval.

Edeltraut Kröger, VITAM- Centre de recherche en santé durable, CEVQ

Pauline Lavergne, CIUSSS de la Capitale-Nationale

Danielle Lepage, CEVQ

Émilie Raymond, Université Laval, Centre de recherche interuniversitaire sur la communication, l'information et la société (CRICIS) et VITAM

Sonia Singamalum, CEVQ

ATTESTATION DE PARTICIPATION AU COLLOQUE

Une attestation de participation sera remise aux participants et participantes, afin de faire reconnaître cette journée formative auprès de leur ordre professionnel respectif, et de leur employeur.

À noter qu'il est **nécessaire de participer à l'ensemble du colloque et de compléter l'évaluation de l'événement** pour recevoir cette attestation. De sorte qu'à la fin du colloque, la personne qui souhaite que sa participation au colloque soit reconnue sera en mesure :

1. D'identifier différentes manières de vieillir en lien avec les aspirations des personnes âgées;
2. De nommer de nouvelles manières pour les personnes âgées de
 - a) demeurer actives,
 - b) de maintenir le contrôle sur leur vie, et
 - c) de demeurer partie prenante des débats et des changements sociaux;
3. De comprendre les conditions économiques, culturelles, sociales et politiques nécessaires à l'expression et à la réalisation des aspirations des personnes âgées.



INFORMATIONS PRATIQUES



TARIFS

Les billets sont à 20 \$ ou à 40 \$ selon vos moyens. Le coût inclut une boîte à lunch, le 27 mai, et des breuvages aux pauses durant le colloque.



LIEU DU COLLOQUE

Le colloque se tiendra au Palais Montcalm, 995 Rue D'Youville, Québec, QC G1R 3P1.



TRANSPORT EN COMMUN

Autobus et traversier

De nombreux parcours du Réseau de transport de la Capitale (RTC) desservent le Palais Montcalm et la place D'Youville, tout comme des circuits de la Société de transport de Lévis.

Le traversier Québec-Lévis permet d'accoster à 20 minutes de marche du Palais Montcalm.

Bon à savoir sur le RTC :

- L'application RTC Nomade temps réel vous permet d'obtenir rapidement de l'information en temps réel, et ce, directement sur votre appareil mobile.
- Les Métrobus sont des lignes à haute fréquence qui assurent un service 7 jours sur 7.
- Le RTC offre un service de transport adapté (STAC) aux personnes vivant avec des limitations ayant un impact sur leur mobilité.



STATIONNEMENT

Le stationnement payant de la place D'Youville, adjacent au Palais Montcalm et accessible au grand public, est géré par la Société Parc-Auto du Québec (SPAQ).

D'autres stationnements payants sont disponibles dans les environs du Palais Montcalm (ex. : Centre des congrès de Québec, Colline parlementaire, Hôtel de ville de Québec, Hôtel Palace Royal, etc.).



MOBILITÉ RÉDUITE

Le Palais Montcalm est accessible aux personnes à mobilité réduite. Lors de votre visite en salle, le personnel d'accueil vous dirigera vers l'emplacement préalablement réservé.

Informez le personnel de billetterie dès l'achat de votre billet.



SIÈGES CONFORT

Des sièges surdimensionnés peuvent être disponibles pour les personnes de forte taille dans la salle Raoul-Jobin. Lors de l'achat de votre billet, veuillez indiquer si vous en désirez un.



SYSTÈME POUR MALENTENDANT.E.S

Le Palais Montcalm est équipé d'un système de transmission FM à faible portée. Ce système permet une réception claire partout dans la salle. Il fonctionne à l'aide de récepteurs FM disponibles gratuitement au vestiaire. Il est possible d'utiliser ses propres écouteurs.



VESTIAIRE

Le vestiaire sera ouvert durant l'événement.



REPAS

Le coût inclut une boîte à lunch, le 27 mai, et des breuvages aux pauses durant le colloque. Veuillez indiquer, s'il-vous-plaît, lors de l'achat de votre billet, si vous désirez un repas végétarien, végétalien ou si vous avez des allergies et intolérances alimentaires.



POUR PLUS D'INFORMATIONS,
VEUILLEZ CONTACTER :

Écrire à : info@vvqc.ca
ou téléphonez au : 418-663-5313 poste 12321#

RÉSERVEZ VOS BILLETS
au www.vvqc.ca/colloque/



| **MERCI!**