



*Un bulletin dédié aux  
projets collectivités amies  
des aînés :*

*Baie-Saint-Paul  
Lac-Beauport  
Arrondissement Sainte-  
Foy-Sillery-Cap-Rouge*

*et à tous nos partenaires,  
alliés et complices*

## Des nouvelles de nos projets

### Baie Saint-Paul :

La Ville de Baie Saint-Paul a mis en place son comité de pilotage, qui comprend, outre les 8 personnes de 50 ans et plus, deux élus dont le maire, ainsi que le directeur général. Le comité a retenu cinq thématiques, soit: les espaces extérieurs et les immeubles, le logement, le respect et l'inclusion sociale, la santé et le bien-être et enfin la communication et l'information. Le diagnostic final, complété par la firme *Desjardins marketing* a été déposé au comité au début du mois de mai et il est accessible sur le site Web de la Ville. Ce rapport comprend un sondage téléphonique auprès de 300 personnes de plus de 60 ans concernant le logement des aînés à Baie-Saint-Paul, incluant le type de logement, son coût, le statut de propriétaire ou locataire de l'occupant, son type de ménage, la sécurité, l'adaptation du logis, la proximité des services, les revenus. Au cours du mois de juin, deux ateliers de travail, l'un avec des hommes et l'autre avec des femmes, seront réalisés dans le but d'élaborer un plan d'action.

Voici les autres grandes étapes prévues :

- Dépôt du plan d'action et des indicateurs de suivi (juillet)
- Dépôt du rapport final (juillet, août)
- Adoption du plan d'action par le conseil municipal (août, septembre)
- Présentation publique suivie d'ajustements (septembre)
- Réalisation des actions du plan d'action (à partir d'octobre).

### Lac-Beauport :

Le projet *collectivité amie des aînés* à Lac-Beauport comporte deux volets : Un premier, qui se veut une consultation permettant de mieux connaître les besoins et les attentes de la population âgée de plus de 50 ans et un second visant à faire en sorte que le parc municipal et ses alentours deviennent de véritables espaces multigénérationnels.

Afin de répondre au volet consultatif, le comité de pilotage a réalisé en avril dernier pas moins de 5 groupes de discussion regroupant 28 personnes réparties dans les groupes en fonction de leur âge, de leur sexe et de leur revenu. Cet échantillon représentatif de la population de 50 ans et plus de Lac-Beauport a livré ses commentaires concernant la qualité de vie à Lac-Beauport. Nous en sommes arrivés à l'analyse des données recueillies. Cette analyse permettra de dégager des constats et d'identifier des enjeux qui seront présentés au conseil municipal.

Cette consultation a entièrement été réalisée par le comité de pilotage et le Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire de la municipalité. Les outils fournis par la CRÉ nous ont été fort utiles.

Voici un aperçu des étapes que nous avons suivies :

- Identification de la méthodologie, la clientèle ciblée, l'échantillonnage, etc.
- Confection des outils de consultation
- Recrutement de la clientèle sondée par le biais du journal municipal et régional, le site Internet de la ville et l'envoi de courriels à des listes spécifiques, notamment les comités, les organismes, les bénévoles, les employés municipaux
- Composition et préparation des groupes de discussions
- Convocation des individus (lettre d'invitation personnalisée, une fiche de consentement et un pré questionnaire)
- Séance test, une générale pour que tout se déroule bien lors de nos séances
- Réalisation des séances de Focus-group
- Rédaction des contenus des discussions

Les actions à venir :

Consultation d'un groupe de jeunes pour connaître leurs perceptions des personnes âgées à Lac-Beauport et réalisation d'un portrait des ressources et des services offerts aux aînés de Lac-Beauport ainsi que de leur situation sociale et économique.

### **Arrondissement Sainte-Foy-Sillery-Cap-Rouge :**

Le projet « Ensemble pour le mieux être des aînés » initié dans l'Arrondissement de Sainte-Foy-Sillery-Cap-Rouge a permis de donner la parole à plus de 330 personnes âgées au cours de l'automne dernier, notamment par le biais d'un forum tenu le 14 octobre 2009 ainsi que dans le cadre de 9 rencontres réalisées dans des résidences de personnes âgées.

La synthèse de ces consultations étant maintenant terminée, l'équipe de travail composée de Marie-Ève Dumas et nouvellement accompagnée de Dominique Bujold s'affaire à réaliser une analyse des résultats obtenus, afin d'établir un diagnostic de la situation actuelle dans le but de dresser le plan d'action. Ce plan d'action guidera les divers partenaires associés à l'amélioration de la qualité de vie des aînés résidant sur le territoire de l'Arrondissement de Sainte-Foy-Sillery-Cap-Rouge.

Le comité de pilotage fort dynamique composé de 13 personnes, tiendra une rencontre de travail le 15 juin prochain afin de procéder à une analyse approfondie des résultats recueillis qui constitueront la base du plan d'action à rédiger au cours des prochains mois.

## Événements passés

**La Journée annuelle 2010 de l'Institut sur le vieillissement et la participation sociale des aînés (IVPSA)** a eu lieu le 19 avril dernier, au Musée de la Civilisation de Québec. On y a abordé plusieurs questions :

1. L'euthanasie peut-elle représenter une solution face au vieillissement de la population? 2. Les femmes cadres et la retraite 3. La création artistique par des personnes âgées 4. Les centenaires d'Okinawa 5. Le recrutement et la rétention des bénévoles 6. La participation sociale et l'âge, l'exemple d'Okinawa 7. Les collectivités amies des aînés, projets soutenus par la CRÉ de la C-N  
Pour en savoir plus, voir: <http://www.ivpsa.ulaval.ca>

La première édition des **Journées sur le vieillissement actif** présentée par l'organisme Innov-Âge, s'est tenue au Palais des congrès de Montréal les 20 et 21 mai. La journée a porté une attention particulière aux défis soulevés par le vieillissement rapide de la population québécoise. L'événement a débuté par une journée thématique portant sur l'adaptation des environnements de travail en réponse aux besoins d'une société vieillissante. Il a été couronné par la première remise des Prix InnovA qui récompenseront, dans 5 champs d'intervention différents, des entités publiques ou privées ayant développé des solutions innovantes favorisant le vieillissement actif des aînés. Pour plus d'informations, consulter le site [www.innov-age.com](http://www.innov-age.com)

## Événements à venir

Rencontre de **formation pour les projets Ville amie des aînés** qui ne sont pas projets-pilotes, le 7 juin de 9 à 16 heures, au Centre de recherche sur le vieillissement de l'Institut universitaire de gériatrie de Sherbrooke, 1036, rue Belvédère-Sud. Sujet de la formation : le plan d'action.

Le Conseil international d'études canadiennes tiendra sa prochaine **conférence biennale internationale** à Montréal les 29 et 30 mai 2010, lors du Congrès des sciences humaines qui aura lieu à l'Université Concordia. L'accent sera mis sur la dynamique des changements démographiques au Canada, la santé et le bien-être, les réseaux sociaux, la solidarité et le soutien, les questions de droit et de main-d'oeuvre et la famille. [http://www.iccs-ciec.ca/ICCSBiennial\\_fr.asp?shownav=2](http://www.iccs-ciec.ca/ICCSBiennial_fr.asp?shownav=2)

La 22e édition du **Colloque du Carrefour action municipale** et famille aura lieu à Laval les 4 et 5 juin 2010. Le thème du colloque : *Une communauté pour tous les âges*.

<http://www.carrefourmunicipal.qc.ca/colloque>

## Publications

Bien que la publication qui suit ne concerne pas seulement les aînés, elle sera sans doute utile dans le cadre de projets d'aménagements qui seraient inclus au plan d'action à venir:

**INSPQ, octobre 2009. Indicateurs géographiques de l'environnement bâti et de l'environnement des services influant sur l'activité physique, l'alimentation et le poids corporel**

L'excès de poids est devenu l'un des problèmes de santé publique les plus préoccupants au courant des dernières années. Sur le plan international, des organisations telles que l'OMS qualifient d'épidémique la situation actuelle. Les facteurs sont reliés à une interaction complexe entre des caractéristiques individuelles et des aspects environnementaux. L'environnement bâti et l'environnement des services sont des éléments pouvant influencer les comportements et les habitudes de vie des individus ainsi que leur poids. Ce document analyse et présente les différents indicateurs de l'environnement bâti et des services, en lien avec des études de type écologique dont la problématique est reliée à l'alimentation, à l'activité physique et au poids corporel.

Elle comprend une revue de littérature de 56 études publiées entre 2003 et 2009, qui a permis de dresser une liste de mesures tentant de caractériser l'environnement bâti et l'environnement des services, et contient six fiches portant sur : la densité et la mixité de l'utilisation du sol; caractéristiques du réseau routier; réseaux de transport non motorisés et aux infrastructures de transport en commun; design de l'environnement urbain; infrastructures de loisirs et commerces d'alimentation. Chaque fiche présente l'impact potentiel de ces indicateurs de l'environnement sur l'alimentation, l'activité physique ou le poids corporel. Le document présente des données pertinentes sur le Québec et le Canada en plus d'être accompagné de figures illustratives. La revue de littérature a permis de voir que la plupart des études ont trouvé des associations significatives entre l'environnement bâti et les comportements ou les caractéristiques des individus. Toutefois, les limites des méthodes et des sources de données utilisées suggèrent la mise en place d'outils afin d'étudier la fiabilité et la validité des indicateurs.

Ce document est disponible intégralement sur le site Web de l'INSPQ au : <http://www.inspq.qc.ca>

Voici d'autres références signalées dans le Bulletin du Réseau sur le vieillissement et les changements démographiques :

#### **Le Québec chiffres en main, édition 2010**

L'Institut de la statistique du Québec publie chaque année cette brochure de format pratique qui réunit l'information statistique de base relative à la société québécoise. Le Québec chiffres en main présente un grand nombre de données sur la population et l'activité économique à l'échelle du Québec, ainsi qu'un portrait statistique de chacune des régions administratives.

[http://www.stat.gouv.qc.ca/publications/referenc/pdf2010/QCM2010\\_fr.pdf](http://www.stat.gouv.qc.ca/publications/referenc/pdf2010/QCM2010_fr.pdf)

Article paru dans le Fil des événements de L'université Laval (nov 2009), vol 45, no 13:

#### **Ma maison, mon quartier, mon autonomie, l'expérience résidentielle des aînés qui habitent en banlieue demeure positive malgré le vieillissement, notamment sous l'angle de la mobilité - Par Yvon Larose**

Comment les aspirations résidentielles et la mobilité des banlieusards vieillissants et âgés, en lien avec une dépendance à l'automobile, évoluent-elles au fil des ans? C'est pour tenter de répondre à cette question que Sébastien Lord, présentement chercheur au Centre d'études de populations, de pauvreté et de politiques socio-économiques de Differdange, au Luxembourg, a rédigé une thèse de doctorat en aménagement du territoire et développement régional. Sa recherche vient d'ailleurs de lui faire remporter un des Prix du mérite en études sur l'habitation 2009 de la Société canadienne d'hypothèques et de logement.

*«Le principal résultat de ma recherche est qu'une grande majorité du groupe d'aînés rencontrés à deux reprises en 1999 et 2006 est toujours en place, en banlieue, explique Sébastien Lord. Pendant que certains ont augmenté leur mobilité sur le territoire et que d'autres ont diminué leurs déplacements, tous ont montré un grand désir et une grande capacité d'adaptation à leur environnement résidentiel, et ce, afin de pouvoir vieillir dans leur domicile.»*

Le groupe d'aînés rencontré en 1999 comprenait 102 personnes âgées de 61 à 89 ans. Ils habitaient des quartiers de banlieue de l'agglomération de Québec aménagés il y a un demi-siècle et où domine la maison de plain-pied (bungalow). Ces quartiers sont situés dans les arrondissements de Sainte-Foy, Sillery, Charlesbourg, Beauport et Duberger. Il souligne que très peu de banlieusards âgés se convertissent au transport en commun pour leurs déplacements. *«Cette façon de se déplacer, dit-il, est à l'opposé de leurs valeurs et de leurs représentations d'une personne autonome et indépendante en banlieue. Globalement, le transport en commun est structuré pour les travailleurs. Il n'est pas adapté aux besoins de déplacement des aînés banlieusards qui consistent, entre autres, en des trajets entre deux banlieues, à visiter les proches, à se rendre dans des commerces et au centre commercial.»* Le chercheur croit que la banlieue peut évoluer tout en conservant les attributs que les banlieusards recherchent, notamment la tranquillité et la verdure. Il préconise, entre autres, d'offrir des options de transport à la demande, d'améliorer la desserte des commerces et des services pour être accessible

aux piétons, et d'aménager des lieux et des espaces publics près des besoins des aînés, comme les centres commerciaux de quartier.

Madame Carole Després, directrice du Centre de recherche en aménagement et développement (CRAD) de l'Université Laval a dirigé la thèse de monsieur Sébastien Lord.

Adresse courriel: Crad@crad.ulaval.ca

Téléphone: 418-656-7558

Elle s'est dite intéressée à ce que des étudiants inscrits à ses cours ou du CRAD dirigent leurs recherches auprès des Collectivités amies des aînés de la région de la Capitale-Nationale.

### **Le vieillissement à Laval. Le temps d'agir. Pour un vieillissement actif, le plus longtemps possible (2010)**

Comment assurer un vieillissement actif et autonome aux aînés lavallois? D'abord, en s'intéressant aux personnes âgées encore autonomes afin qu'elles le restent le plus longtemps possible. C'est cet aspect dont traite le rapport 2010 de la directrice de santé publique de Laval, la docteure Nicole Damestoy, dans lequel on trouve 14 recommandations. À ses yeux, les leviers pour assurer aux aînés lavallois un vieillissement actif et autonome le plus longtemps possible ne concernent pas que le réseau de la santé. Toute la communauté doit travailler dès maintenant à conserver l'autonomie des aînés.

Pour obtenir l'intégrale de la publication sur le vieillissement à Laval: [www.sssslaval.gouv.qc.ca](http://www.sssslaval.gouv.qc.ca)

Pour vous abonner au **bulletin du Réseau sur le vieillissement et les changements démographiques**

Téléphone: (418) 266-7042

Télécopieur: (418) 266-5957

Courriel: [Info.vieillessement@msss.gouv.qc.ca](mailto:Info.vieillessement@msss.gouv.qc.ca)

Site Web: <http://www.msss.gouv.qc.ca/vieillessement>

Article paru dans le bulletin du Carrefour action municipale et famille : Le Carrefour Express - Mai 2010

### **Un outil pour aider à dresser le portrait des aînés du milieu**

L'Association québécoise des retraité(e)s des secteurs public et parapublic (AQRP) a fait paraître, en 2007, un document intitulé *Portrait statistique régional des aînés du Québec*. Cette publication, riche d'informations, est un outil fort intéressant pour les municipalités et MRC adoptant une démarche Municipalité amie des aînés en ce qui concerne l'étape d'élaboration du portrait de la population et des milieux de vie. En effet, on y retrouve entre autres des données statistiques portant sur le poids démographique des aînés, leur état de santé et leur situation financière, le tout classé par région. On y apprend également que ce sont dans les régions de la Mauricie, de la Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine et du Bas-Saint-Laurent qu'on retrouve le plus grand nombre d'aînés et que c'est à Montréal que les aînés ont le revenu le plus élevé. Le document est disponible sur le site de l'AQRP au [www.aqrp.qc.ca/portrait.pdf](http://www.aqrp.qc.ca/portrait.pdf)

Enfin, nous vous invitons à consulter le site web de **l'Association québécoise d'établissements de santé et de services sociaux** où vous trouverez dans la section « grands dossiers » une foule d'informations pertinentes concernant les personnes âgées.

[http://www.agesse.qc.ca/523/Personnes\\_agees.agesse](http://www.agesse.qc.ca/523/Personnes_agees.agesse)