

# Rapport de recherche

PROGRAMME ACTIONS CONCERTÉES

## Des besoins aux ressources : diversité des milieux et des stratégies déployées par les personnes âgées

### Chercheuse principale

Anne-Marie Séguin, Institut national de la recherche scientifique (INRS)

### Co-responsable de la recherche

Éric Gagnon, CIUSS de la Capitale Nationale

### Cochercheurs

Bernadette Dallaire, Université Laval  
Isabelle Van Pevenage, CIUSS du Centre-Ouest de l'île de Montréal  
André Tourigny, Université Laval et Institut national de santé publique du Québec  
Andrée Sévigny, Centre hospitalier universitaire de Québec  
Philippe Apparicio, Institut national de la recherche scientifique

### Coordonnatrice de la recherche

Véronique Billette

### Assistants de recherche

Alexandra Guay-Charrette, Audrey Matte Guilmain et Isabel Wiebe

### Établissement gestionnaire de la subvention

Institut national de la recherche scientifique (INRS)

### Numéro du projet de recherche

2015-VP-179704

### Titre de l'Action concertée

Vieillesse de la population au Québec et ses enjeux socioéconomiques et de santé

### Partenaires de l'Action concertée

Ministère des Affaires municipales, des Régions et de l'Occupation du territoire  
Ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale  
Ministère de la Famille  
Ministère de la Santé et des Services sociaux  
Ministère des Transports du Québec  
Curateur public du Québec  
Office des personnes handicapées du Québec  
Société d'habitation du Québec  
Fonds de recherche du Québec - Santé (FRQS)  
Fonds de recherche du Québec - Nature et technologies (FRQNT)  
Fonds de recherche du Québec - Société et culture (FRQSC)  
avec la collaboration de  
Institut de la statistique du Québec

## DEUXIÈME SECTION - RÉSUMÉ DU PROJET

---

**Titre de la recherche :** *Des besoins aux ressources. Diversité des milieux et des stratégies déployées par les personnes âgées*

**Questions de recherche :** La question générale qui guide la recherche est la suivante : de quoi les personnes âgées vivant seules et présentant une perte d'autonomie légère ont-elles besoin afin de demeurer dans le logement et le milieu où elles le désirent? La recherche veut répondre notamment aux questions spécifiques suivantes. Quels sont les besoins comblés et non comblés des personnes âgées tels que définis par elles, pour pouvoir demeurer dans le milieu de vie où elles souhaitent vivre? Quelles sont les personnes et les ressources qu'elles mobilisent et quelles sont leurs stratégies pour répondre à leurs besoins?

**Méthodologie :** La recherche repose sur trois groupes de discussion menés auprès d'intervenants locaux et sur 43 entretiens semi-dirigés menés auprès d'aînées<sup>1</sup> de 75 ans et plus (sauf rares exceptions) en légère perte d'autonomie, vivant seules avec des revenus modestes ou moyens. Les personnes âgées rencontrées résident dans des quartiers centraux de la ville de Montréal, dans des banlieues anciennes de la ville de Québec et dans la région de Charlevoix.

**Synthèse des principaux résultats :** D'abord, les personnes âgées ont un réseau de soutien diversifié composé de plusieurs personnes au-delà de leurs enfants : membres de la fratrie, amis, autres proches dont plusieurs sont âgés. Les voisins constituent aussi des soutiens importants dans la vie quotidienne des aînés. Ce réseau est fortement mobilisé et demeure fragile, surtout dans les situations imprévues ou qui exigent un soutien plus grand (maladies graves, convalescence, dépression). Les personnes âgées font aussi largement appel à de nombreuses ressources locales, surtout des organismes communautaires (notamment popotes roulantes, accompagnement-transport), mais aussi des services sociaux et de santé. Toutefois, ces ressources ne peuvent répondre adéquatement à l'ensemble de leurs

---

<sup>1</sup> Le féminin sera utilisé dans ce rapport quand il sera question des personnes âgées rencontrées lors des entretiens individuels, car 39 des 43 participants à la recherche sont des femmes.

besoins, de l'avis des aînées et des intervenants. Ces derniers notent aussi qu'il existe un manque de coordination entre les interventions des différentes organisations (publiques et communautaires), coûteux en temps et nuisible à la qualité du soutien. L'étude a aussi démontré que les aînées doivent renoncer à plusieurs activités, souvent de loisirs et de sociabilité, faute d'énergie et de moyens financiers pour les maintenir.

Un examen des différents domaines de besoins révèle que les déplacements représentent un défi pour de nombreuses personnes, notamment les déplacements à des fins médicales, cela est particulièrement vrai en ce qui concerne Charlevoix (distances et coûts). À Québec et dans Charlevoix, la perte du permis de conduire est vue comme un élément majeur affectant l'autonomie, en raison de l'offre de transport collectif insuffisante dans les quartiers étudiés de Québec et presque inexistante dans Charlevoix.

Dans le domaine de l'habitation, la très grande majorité des aînées sont satisfaites de leur logement, bien que les escaliers représentent pour plusieurs un obstacle. Les aînées qui résident dans des ensembles de logements subventionnés offrant repas et activités se disent aussi très satisfaites. Pour les propriétaires, l'entretien de la maison (surtout les réparations) constitue une grande préoccupation, en raison des coûts parfois très élevés et d'une certaine méfiance vis-à-vis des entrepreneurs. Certaines envisagent même d'aller en résidence plutôt que de s'engager dans de gros travaux. Pour les aînées vivant avec certaines incapacités même légères, l'entretien domestique et les menus travaux deviennent un défi et les coûts des services d'aide peuvent représenter un fardeau financier.

Du côté du soutien moral et affectif, des aînées ont mentionné qu'elles se sentaient parfois seules au moment des décisions importantes. La participation à des organismes communautaires est très valorisante pour certaines, tout en permettant de tisser des liens. Les intervenants ont toutefois souligné que de nombreuses personnes isolées socialement ne sont pas rejointes par les ressources.

En matière de soins de santé et personnels à domicile, les aînées qui en ont besoin estiment qu'ils sont insuffisants et difficiles d'accès, surtout dans un contexte de très court terme ou ponctuel, telle qu'une convalescence, par exemple.

Pour plusieurs aînées, rester chez elles demande une grande détermination, un bon réseau social et des ressources adéquates, et la mise en place de stratégies très exigeantes en énergie et efforts. Aussi, elles ont exprimé de grandes inquiétudes vis-à-vis de l'avenir et anticipent avec crainte les changements importants dans leur état de santé ou dans leur réseau de soutien, en raison de leur autonomie précaire et de leurs moyens financiers insuffisants pour faire appel aux services privés. Enfin, de nombreuses aînées envisagent d'aller vivre en résidence, mais plusieurs craignent de ne pas avoir les moyens de payer le loyer exigé dans une résidence offrant un minimum de confort et les services dont elles ont besoin.

**Recommandations** : la recherche conduit à la formulation d'un ensemble de recommandations qui s'adressent à différents organismes publics ainsi qu'aux milieux communautaire et de l'économie sociale. Ces recommandations sont :

*Favoriser l'arrimage entre les besoins et les ressources disponibles* : donner aux personnes âgées l'occasion de faire connaître leurs besoins, préférences et priorités; développer des services d'information sur les ressources disponibles, ainsi que des initiatives d'accompagnement ou de références pour les décisions importantes quant à différents aspects de leur vie.

*Le transport et la mobilité* : développer ou renforcer des initiatives de transport collectif alternatives, sécuritaires, accessibles et adaptées aux personnes âgées et à différents milieux (notamment en région); encourager le covoiturage; soutenir davantage les organismes bénévoles de transport-accompagnement; s'assurer du bon entretien des trottoirs surtout en saison hivernale et de la sécurité des passages aux intersections; favoriser le regroupement des services et commerces par la création de pôles de services.

*Assurer l'accès à un logement adéquat* : offrir une gamme variée de formules de logement; soutenir la construction de logements subventionnés et adaptés aux besoins des aînés, financièrement accessibles et offrant un minimum de services (notamment certains repas). Favoriser l'accès à des informations complètes et objectives sur l'ensemble des options de logement disponibles pour les personnes âgées.

*Améliorer les services à domicile* : encourager et soutenir tant les services publics, communautaires et de l'économie sociale à domicile (soins, aides à la vie quotidienne et à la vie domestique), le déplacement des fournisseurs de services (ex. : coiffeuse, infirmière, soins des pieds) et la livraison au domicile de la personne; faire mieux connaître les ressources existantes touchant l'entretien et les petits travaux liés au domicile.

*Favoriser la participation sociale des aînés* : appuyer des actions qui favorisent le maintien, l'élargissement et la diversification des réseaux personnels et de ressources, tant formels qu'informels, des personnes âgées; soutenir la participation des aînés à leur milieu (voisinage, organismes communautaires, etc.) et les interventions visant à repérer et accompagner les personnes âgées isolées.

**Lien du projet avec l'appel de propositions** : la recherche aborde les enjeux soulevés dans les sous-axes 2.2 (Services de proximité disponibles) et 3.2 (Aménagement des milieux de vie et environnements adaptés) de l'appel de propositions. En portant sur 3 types de milieux géographiques, elle permet de mettre en lumière les différences dans l'offre de services de proximité et dans les stratégies nécessaires au maintien à domicile. Elle éclaire aussi les lacunes et défis que posent les différentes formes d'aménagement observées dans les trois milieux étudiés ainsi que les éléments qui facilitent le maintien à domicile.