

# Rapport de recherche

PROGRAMME ACTIONS CONCERTÉES

## *Effets, acceptabilité et faisabilité d'un programme de réminiscence en modalité virtuelle visant à atténuer les conséquences de l'isolement social en période de confinement chez les personnes âgées en résidences*

### **Chercheuse principale**

Maude Dessureault, Université du Québec à Trois-Rivières

### **Cochercheurs**

Richard Maziade, président de la FROHMCQ  
Lyson Marcoux, Université du Québec à Trois-Rivières  
Clémence Dallaire, Université Laval

### **Établissement gestionnaire de la subvention**

Université du Québec à Trois-Rivières

### **Numéro du projet de recherche**

2021-0QBA-297661

### **Titre de l'Action concertée**

Programme de recherche-action pour un vieillissement actif de la population du Québec pendant une période de confinement

### **Partenaire(s) de l'Action concertée**

Le Secrétariat aux aînés du ministère de la Santé et des Services sociaux et le Fonds de recherche du Québec – Société et culture (FRQSC)

## Remerciements

Nous souhaitons transmettre nos plus sincères remerciements aux personnes suivantes, qui ont toutes contribué au succès de ce projet de recherche :

- Les seize personnes aînées qui ont participé à ce projet de recherche
- Le personnel de la résidence urbaine et son équipe de direction
- Le personnel de la résidence rurale et son équipe de direction
- Le personnel du CHSLD impliqué
- Marie-Ève Leblanc, inf. PhD, professionnelle de recherche, UQTR
- Gabrièle Dubuc, candidate PhD en psychologie, assistante de recherche, UQTR
- Sylvie Rey, inf. PhD, professeure au département des Sciences Infirmières, UQTR
- Fannie Dupont, inf., candidate PhD en Sciences Infirmières, UOttawa
- Étienne Courchesne-Delisle, étudiant au bac en psychologie, assistant de recherche, UQTR
- Léa Durocher, inf., candidate M.Sc en sciences infirmières, assistante de recherche, UQTR
- Jeanne Gagnon, étudiante au bac en psychologie, assistante de recherche, UQTR
- Marie-Pier Ouellet, étudiante au bac en psychologie, assistante de recherche, UQTR

## Résumé

### Contexte et historique du projet

Ce projet est né d'une rencontre de discussions entre la chercheuse principale et des collaborateurs des milieux de pratique préoccupés par les effets des mesures sanitaires liées à la pandémie mondiale de COVID-19 chez les personnes âgées dans la communauté. Le besoin #1 présenté dans de l'appel de proposition du FRQSC 2020-2021 - soit « Contrer l'isolement physique et social des personnes âgées » - s'était avéré le plus significatif pour eux. Puis l'un des collaborateurs, impliqué dans une fédération régionale d'Organismes sans but lucratif (OSBL) d'habitation, s'est montré très intéressé à ce que de nouvelles interventions soient expérimentées au sein de résidences OSBL pour personnes âgées et a accepté d'être cochercheur pour le projet. Il a collaboré à l'identification et à la mise à l'essai d'une intervention susceptible de répondre au besoin de contrer l'isolement social des personnes âgées en résidence pendant une période de confinement, soit un programme de reminiscence.

*Contrer l'isolement social des personnes âgées est une priorité, particulièrement dans les milieux de vie collectifs.*

### Problématique

Les personnes âgées en situation d'isolement social présentent une probabilité accrue de mortalité, de l'ordre de 29% (1). En effet, lorsque les contacts avec autrui deviennent peu fréquents et de piètre qualité, la personne âgée est appelée à subir de nombreuses conséquences négatives, dont notamment l'apparition de symptômes dépressifs, une diminution des capacités cognitives, un déclin fonctionnel, de la malnutrition, une diminution de la satisfaction envers la vie, un plus grand usage des services de santé et un risque accru d'admission en soins de longue durée (1-3). Or, la récente période de confinement associée à la COVID-19 a eu pour effet d'exacerber l'isolement social des personnes âgées dans les résidences pour personnes âgées, les centres de soins de longue durée et la communauté (4).

*La personne âgée isolée peut subir des atteintes à sa santé physique et mentale.*

Parmi les interventions possibles face à l'isolement social des personnes âgées, les programmes de réminiscence sont les plus courants dans les milieux de soins institutionnalisés (5). Lorsqu'elle est offerte en groupe, l'intervention de réminiscence est composée de rencontres planifiées, au cours desquelles des événements passés sont rappelés et où les personnes parlent de leur vie et racontent leurs souvenirs (6). Plus précisément, la personne âgée y est invitée à partager ses souvenirs, alors qu'un intervenant anime les discussions autour de thèmes de souvenirs définis. Des photos et autres accessoires susceptibles de stimuler les souvenirs sont aussi utilisés. Très peu coûteuses et n'ayant pas de conditions d'implantation complexes, les interventions de réminiscences sont une avenue très intéressante pour atténuer les conséquences de l'isolement social chez les personnes âgées dans la communauté et leur procurer des émotions positives (7, 8). Toutefois, une période de confinement ou encore des défis organisationnels quotidiens appellent à reconsidérer les moyens d'offrir ce type d'activités aux personnes âgées.

***La réminiscence, c'est l'art de raconter ses souvenirs.***

***Réalisée en groupe, la rencontre de réminiscence est une occasion de socialisation et génère des émotions positives chez les personnes âgées.***

### **Objectifs du projet**

Ce projet avait pour but d'explorer l'acceptabilité, la faisabilité et les effets préliminaires d'un programme de réminiscence structuré, offert par visioconférence à des personnes âgées demeurant en résidence et leurs proches. Il s'agissait d'un programme de douze rencontres d'une heure, à raison de deux rencontres par semaine pendant six semaines, réalisées en petits groupes de trois à six personnes participantes. Le programme était offert par une infirmière, via l'application Zoom®. Les personnes âgées utilisaient une tablette électronique et un micro-casque. Ces dernières n'avaient aucune manipulation à faire, puisqu'une personne venait faire la connexion à la visioconférence pour elles et les aider à s'installer pour l'activité. Comme une telle intervention n'a jamais été proposée à

***Notre objectif : mettre à l'essai un programme de réminiscence offert en visioconférence à des personnes âgées en résidences et leurs proches.***

distance, le projet visait aussi l'adaptation d'un programme de réminiscence existant et la production d'un manuel d'intervention détaillé pour une prestation en visioconférence.

## **Principaux résultats**

### ***Caractéristiques des personnes participantes***

Douze personnes âgées demeurant en résidences OSBL pour personnes âgées (11 femmes et 1 homme) et quatre proches (3 femmes et 1 homme) ont participé à ce projet. La moitié des personnes âgées habitaient dans une résidence en milieu urbain et l'autre moitié habitaient dans une résidence en milieu rural. Soulignons que ce projet a été réalisé avec la participation de personnes âgées très âgées, dont l'âge médian était de 90 ans. Quant aux proches, deux profils se présentaient : deux d'entre eux étaient dans la

***Le programme de réminiscence convient aux personnes âgées de tous âges et ayant différents profils d'autonomie.***

soixantaine et les deux autres avaient plus de 75 ans. Un lien filial, fraternel ou conjugal, unissait un proche avec une personne âgée. Ce projet a donc l'intérêt de

présenter une activité susceptible de plaire aux personnes âgées de tous âges, et dans lesquels toutes peuvent avoir une participation active. De plus, certaines personnes participantes composaient avec des maladies chroniques, des déficits visuels ou auditifs, un trouble cognitif léger ou une mobilité réduite, et une personne proche avait même la particularité d'habiter en CHSLD (Centre de soins de longue durée). Il s'agit donc d'un programme qui convient aussi à des personnes âgées en perte d'autonomie.

### ***Acceptabilité***

Les personnes participantes ont souligné le caractère pratique du programme offert en visioconférence, puisqu'aucun déplacement n'était nécessaire. Chacun demeurait dans sa chambre ou son appartement pendant l'activité, et l'installation était personnalisée selon son choix (p. ex., à la table, au fauteuil). Des neuf personnes âgées ayant maintenu leur participation tout au long des six semaines, toutes

sauf une ont mentionné leur désir de participer à nouveau à ce type d'activités. Les proches plus âgés avaient aussi ce même souhait.

### ***Appréciation générale***

Toutes les personnes participantes ont souligné leur appréciation du programme de réminiscence, n'y voyant que très peu d'inconvénients. Il en va de même pour les animatrices, qui ont beaucoup apprécié leur expérience.

### ***Avantages et effets perçus***

Toutes les personnes participantes ont rapporté différents avantages et effets sur la mémoire, la socialisation, le partage, la connaissance de l'autre, la participation des et la valorisation des personnes âgées.

### ***Faisabilité***

- *Euh, moi j'ai adoré ça!* - aîné(e) BD
- *C'était le fun, j'ai bin bin bin aimé ça.* – aîné(e) AB
- *Très très plaisant! J'ai bien aimé ça!* – aîné(e) BC
- *Bien, j'ai bien aimé. Je ne pensais pas trouver ça aussi bien (rire).* – proche PB
- *D'avoir ce contact-là aussi qui n'était pas dans un contexte de donner/prodiguer des soins [...] Vraiment le fun en tant que professionnelle de la santé de sortir de ce contexte-là tout en gardant la relation avec les personnes âgées.* - Animatrice A

- *Pis ça nous rappelait des souvenirs, même des fois après on disait « Ah, j'aurais dû parler de ça, encore tsé là... »* - aîné(e) BD
- *[...] ça m'a faite du bien d'accepter [de participer]. Ça m'a faite réfléchir et ça m'a faite renaitre.* – aîné(e) AE
- *C'est toute de la mémoire. Ah, ça l'aide à la mémoire un petit peu.* – aîné(e) AC
- *Ça là, c'est, c'est euh... Moi j'ai trouvé que ça nous a occupé.* – aîné(e) BA
- *Ça nous donnait la chance de rencontrer du monde. [...] Ouais, de jaser.* – proche PD
- *Ça les a faites participer. [...] Ça leur a aussi montré que ce n'est pas parce qu'ils sont âgés qu'ils ne sont pas intéressants. Tsé pis qu'ils ont pas des choses à dire.* – proche PB

Cette mise à l'essai s'est avérée très positive et appui la faisabilité du programme de réminiscence

***Deux manuels d'interventions ont été produits pour accompagner les milieux intéressés, autant pour l'usage en visioconférence qu'en présence.***

en visioconférence. Aussi, afin que ce programme puisse être mis à l'essai à nouveau, et dans plusieurs milieux, nous avons produit un manuel d'intervention détaillé.

Celui-ci sera accessible au plus tard à la fin de l'année 2023, sur le site <http://www.uqtr.ca/projet-remniscence>. Ce site offrira également différentes capsules vidéo et gabarits pour accompagner tout

intervenant souhaitant expérimenter ce programme de réminiscence avec des personnes âgées, et ce, autant en visioconférence qu'en présence.

### **Principales pistes d'action soutenues par ces résultats**

Suite à ce projet, nous proposons trois pistes d'actions qui, selon nous, pourraient conduire à plus de participation sociale, plus d'inclusion, et moins d'isolement social pour les personnes âgées de tous âges, ayant une perte d'autonomie ou non.

***Piste 1 – Créer des programmes soutenant les activités sociales dans les milieux de vie collectifs pour personnes âgées en perte d'autonomie.***

***Piste 2 – Initier des communications publiques faisant la promotion de la bienveillance par la présence auprès de personnes âgées et le partage d'activités avec elles.***

***Piste 3 – Poursuivre le soutien aux initiatives favorisant l'accès à Internet pour les personnes âgées.***

1. Holt-Lunstad J, Smith TB, Baker M, Harris T, Stephenson D. Loneliness and social isolation as risk factors for mortality: a meta-analytic review. *Perspectives on psychological science : a journal of the Association for Psychological Science*. 2015;10(2):227-37.
2. Freedman A, Nicolle J. Social isolation and loneliness: the new geriatric giants: Approach for primary care. *Canadian Family Physician*. 2020;66(3):176-82.
3. Leigh-Hunt N, Baguley D, Bash K, Turner V, Turnbull S, Valtorta N, et al. An overview of systematic reviews on the public health consequences of social isolation and loneliness. *Public health*. 2017;152:157-71.
4. Gale A. Preventing Social Isolation: A Holistic Approach to Nursing Interventions. *Journal of Psychosocial Nursing & Mental Health Services*. 2020;58(7):11-3.
5. Mikkelsen ASB, Petersen S, Dragsted AC, Kristiansen M. Social Interventions Targeting Social Relations Among Older People at Nursing Homes: A Qualitative Synthesized Systematic Review. *Inquiry (00469580)*. 2019;56:N.PAG-N.PAG.
6. Stinson C, Long EM. Reminiscence: Improving the quality of life for older adults. *Geriatric Nursing*. 2014;35(5):399-401.
7. Cappeliez P, Guindon M, Robitaille A. Functions of reminiscence and emotional regulation among older adults. *Journal of Aging Studies*. 2008;22(3):266-72.
8. Henkel LA, Kris A, Birney S, Krauss K. The functions and value of reminiscence for older adults in long-term residential care facilities. *Memory*. 2017;25(3):425-35.