

Rapport de recherche

PROGRAMME ACTIONS CONCERTÉES

Co-développement d'une plateforme collaborative visant la mise en œuvre d'approches inspirantes pour contrer l'isolement social des personnes âgées en contexte de pandémie: une recherche-action par et pour les organismes du milieu

Chercheuse principale

Valérie Poulin, erg., Ph.D.^{1,2}, Université du Québec à Trois-Rivières

Co-chercheuses

Ginette Aubin, erg., Ph.D.^{1,3}, Marie Beaulieu, Ph.D.⁴, Nathalie Bier, erg., Ph.D.^{5,6}, Hélène Carbonneau, Ph.D.^{3,7}, Julie Fortier, Ph.D.⁷, Mélanie Levasseur, erg., Ph.D.^{8,9}, Marie-Michèle Lord, erg., Ph.D.^{1,3}, Lyson Marcoux, psychologue, Ph.D.¹⁰, Véronique Provencher, erg., Ph.D.^{8,9} et Émilie Raymond, Ph.D.^{2,3,11}

Affiliations

¹Département d'ergothérapie de l'Université du Québec à Trois-Rivières (UQTR); ²Centre interdisciplinaire de recherche en réadaptation et intégration sociale; ³Centre de recherche et d'expertise en gérontologie sociale; ⁴École de travail social de l'Université de Sherbrooke; ⁵École de réadaptation de l'Université de Montréal; ⁶Centre de recherche de l'Institut universitaire de gériatrie de Montréal; ⁷Dép. d'études en loisir, culture et tourisme de l'UQTR; ⁸École de réadaptation de l'Université de Sherbrooke; ⁹Centre de recherche sur le vieillissement; ¹⁰Dép. de psychologie de l'UQTR; ¹¹École de travail social et de criminologie, Université Laval

Co-chercheur du milieu

André Guérard, dir. gén., Association québécoise des centres communautaires pour aînés (AQCCA)

Collaboratrice du milieu

Marie-Josée Raymond, dir. adj. (AQCCA)

Établissement gestionnaire de la subvention

Université du Québec à Trois-Rivières (UQTR)

Numéro du projet de recherche

2021-0QBA-298978

Titre de l'Action concertée

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 (SA) du ministère de la Santé et des Services sociaux et le Fonds de recherche du Québec – Société et culture (FRQSC)

1. Contexte historique du projet selon l'appel de propositions et les besoins exprimés par les partenaires

La participation sociale représente un objectif important des interventions de promotion de la santé pour soutenir un vieillissement actif et épanouissant (Levasseur et al., 2022). La participation sociale réfère à l'implication d'une personne dans des activités signifiantes lui permettant d'interagir avec d'autres dans sa communauté et pouvant évoluer selon son contexte de vie (Levasseur et al., 2022). Le maintien d'une participation sociale satisfaisante revêt plusieurs bienfaits pour la santé physique, cognitive et mentale et pour la qualité de vie des personnes âgées (Lee et al., 2022; Livingston et al., 2020). Cependant, plusieurs études indiquent que leurs besoins liés à la participation sociale sont souvent non comblés (Feng et al., 2020 ; Lewis et Lemieux, 2021). En effet, le quart des Canadiens âgés rapportaient déjà, avant la pandémie, des restrictions de leur participation sociale (Gilmour et Ramage-Morin, 2020). Plusieurs facteurs peuvent influencer la participation sociale dont: 1) les caractéristiques sociodémographiques (ex.: âge, statut socioéconomique), 2) les motivations personnelles et la santé, 3) le réseau social, 4) l'accessibilité aux infrastructures et aux transports, et 5) la cohésion au sein du quartier ou du voisinage (Townsend et al., 2021).

Les restrictions socio-sanitaires en vigueur lors de la pandémie de COVID-19 ont aussi posé des défis accrus aux personnes âgées pour maintenir des contacts sociaux satisfaisants et participer à des activités soutenant leur santé et leur bien-être. Près du tiers des répondants à l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes ont déclaré vouloir participer à plus d'activités sociales ou récréatives vers la fin de 2020 (Statistique Canada, 2021). Les personnes bénéficiant de moins de soutien social, ou présentant des enjeux de santé mentale ou des défis d'accès à la technologie et aux services communautaires étaient plus à risque vivre des difficultés pour adapter leurs activités afin de maintenir leur participation sociale (Aubin et al., 2023; Gough et al., 2023). Elles étaient aussi plus à risque de voir leur état de santé mentale se dégrader (Raina et al., 2021), d'être victimes d'abus ou de maltraitance (Beaulieu et al., 2020) et de subir un déconditionnement physique, cognitif ou social (Douglas et al., 2020 ; Wister et Speechley, 2020). Selon ces résultats, il est apparu urgent d'identifier et de mettre en œuvre des solutions durables pour contrer l'isolement et promouvoir la participation sociale des personnes âgées pendant et après une crise, telle la pandémie de COVID-19.

Des études scientifiques menées avant la pandémie identifiaient déjà différentes pistes d'interventions possibles pour soutenir la participation sociale des personnes âgées (Raymond et al., 2013 ; Jopling, 2015). Pour augmenter les retombées de ces interventions, leur élaboration et leur mise en œuvre devraient impliquer à la fois les secteurs

communautaire, public et privé, qui peuvent combiner leur expertise et leurs ressources pour mobiliser la communauté (Levasseur et al., 2021). De plus, considérant la diversité et la subjectivité des expériences de participation sociale, il est pertinent d'adopter des approches personnalisées selon les besoins particuliers des personnes et des groupes (Fakoya et al., 2020). Les intervenants de proximité et les organismes du milieu jouent d'ailleurs un rôle clé à cet égard en rejoignant diverses populations de personnes âgées dans leurs différents milieux de vie. Ils sont aussi bien placés pour établir un lien de confiance avec elles afin de comprendre leurs besoins en matière de participation sociale (Bureau et al., 2017; Institut national de santé publique du Québec [INSPQ] 2020 ; Wister et Kadowaki, n.d.). Pendant la pandémie, notamment en période de confinement, ces organismes ont cherché à adapter leurs pratiques afin de continuer à offrir des services répondant aux besoins de base des personnes âgées (ex. : alimentation, accompagnement et services essentiels de maintien à domicile) tout en favorisant les interactions sociales (ex. : appels amicaux, groupe de soutien virtuel) essentielles à leur santé physique et mentale (Poulin et al., 2021 ; Smith et al., 2020). Un sondage mené par notre équipe auprès de plus de 307 gestionnaires, intervenants et bénévoles suggère qu'environ la moitié des organismes ont pu maintenir une majorité des services pour briser l'isolement des personnes âgées en période de confinement, et ce, en adaptant leurs outils et leurs pratiques à la fois par des solutions technologiques et non-technologiques. Parmi les stratégies favorisant l'adaptation de leurs organisations, ils ont souligné l'importance du partage d'expériences et du renforcement des collaborations et des partenariats établis dans cette période de solidarité exceptionnelle. Plusieurs organismes du milieu – notamment l'Association québécoise des centres communautaires pour âgés (AQCCA) ainsi que les Petits Frères – soulignaient l'importance de continuer à réfléchir collectivement aux leçons tirées de la pandémie et, surtout, d'évaluer puis de partager les pratiques prometteuses mises en place avec tous les acteurs concernés en vue d'être intégrées dans une offre pérenne de services pendant et après une pandémie.

2. Principales questions ou hypothèses de recherche

S'appuyant sur ces besoins des partenaires du milieu, l'objectif principal de cette recherche-action est de co-développer et d'évaluer une plateforme collaborative visant la mise en œuvre de pratiques inspirantes pour contrer l'isolement et promouvoir la participation sociale des personnes âgées pendant et après une pandémie. Les objectifs spécifiques sont les suivants : 1) préciser les besoins des organismes du milieu pour faciliter le repérage et l'accompagnement des personnes isolées en période de pandémie, ainsi que pour promouvoir la participation sociale

pendant et après la pandémie; 2) prioriser avec les organismes du milieu les pratiques innovantes pertinentes à mettre en œuvre; 3) analyser les facilitateurs et les obstacles possibles à leur mise en œuvre afin de 4) codévelopper et 5) mettre à l'essai la plateforme collaborative de mobilisation de ces pratiques inspirantes; puis 6) évaluer de façon préliminaire les facteurs influençant l'implantation de cette plateforme et les effets perçus sur les organismes et les personnes âgées. Au terme des quatre premières étapes, la plateforme web « Communauté engagée avec les citoyens âgés » est maintenant accessible (<http://www.uqtr.ca/communauteengagee>) et les étapes 5 et 6 se compléteront dans la prochaine année.

3. Principaux résultats¹

La démarche de recherche-action (Guay et Prudhomme, 2018) fut menée avec un Comité de pilotage composé de représentants des organismes du milieu (n = 3), de représentants de l'équipe de recherche (n = 2 à 4) et de trois personnes âgées. Afin d'orienter le développement de cette plateforme selon les besoins et les réalités du terrain, une première étape visait à mieux comprendre l'évolution des défis vécus et des solutions utilisées par les organismes du milieu pour adapter leurs pratiques au fil de la pandémie. Pour ce faire, une étude qualitative fut complétée entre août 2020 (temps 1; T1) et août 2021 (temps 2; T2) auprès de 23 participants, dont 15 ayant complété une entrevue à ces deux moments (Poulin et al., 2024). Les résultats révèlent que les organismes du milieu ont dû relever divers défis pour adapter leurs services afin de répondre aux besoins changeants d'une population hétérogène (ex. : en termes de besoins de participation sociale, de santé, d'accès aux outils numériques, de préférences par rapport au maintien d'interactions en présentiel ou en virtuel, etc...). Ils ont dû gérer plusieurs défis organisationnels (ex. : recrutement et rétention du personnel) et ceux posés par la fracture numérique, en plus de devoir s'adapter constamment aux mesures socio-sanitaires. Leurs stratégies ont évolué d'une réponse urgente aux besoins de base (T1) à la diversification des solutions utilisées (technologiques et non technologiques) pour promouvoir l'engagement actif au sein des services et réduire le risque accru de déconditionnement des personnes âgées tant aux plans physique, cognitif et/ou social (T2). Les ponts de communication et les partenariats ont aussi été renforcés durant ce processus. Il demeure important de pérenniser des mécanismes efficaces pour soutenir la collaboration intersectorielle, en particulier pour les secteurs

¹ Pour plus de détails sur les résultats obtenus et sur les méthodologies utilisées, consulter : Poulin et al., 2021, Poulin et al., 2024, et le chapitre de Poulin et al. (accepté). Références complètes en fin de document.

risquant de vivre des inégalités dans l'accès aux services (ex. : personnes en situation de marginalisation, personnes proches aidantes). L'importance de donner le pouvoir d'agir aux personnes âgées et de mettre à profit leurs forces et leurs compétences a aussi été soulignée (par exemple par le biais d'initiatives intergénérationnelles). La compréhension de la situation actuelle et de celle désirée par les partenaires a également été bonifiée par les résultats de deux séries de groupes de discussion focalisée menés par l'AQCCA, auprès de ses membres en 2021-2022. Ces résultats ont guidé l'identification préliminaire de thèmes abordés sur la plateforme qui correspondent aux champs d'actions diversifiés des organismes et aux réalités plurielles des personnes âgées rejointes.

Afin de cocréer la plateforme collaborative, un processus de codesign avec des représentants d'une diversité d'organismes du milieu (n=21) a été utilisé menant au développement de la plateforme web « Communauté engagée avec les citoyens âgés » (<http://www.uqtr.ca/communauteengagee>). Ce nom fut choisi avec les personnes âgées membres du comité de pilotage afin de refléter une vision positive du vieillissement promouvant la participation sociale dans toutes ses formes. Quatre objectifs principaux ont été identifiés pour cette plateforme conçue par, avec et pour les organismes du milieu : 1) S'inspirer et trouver de nouvelles idées, 2) Être guidé, ou comment faire ? 3) Partager, échanger et s'exprimer, et, 4) Cocréer, ou trouver des collaborateurs avec qui réfléchir et imaginer de nouvelles initiatives. Diverses fonctionnalités ont été réfléchies pour répondre à ces objectifs, soit un répertoire d'Initiatives inspirantes, une Boîte à outils, et un Espace collaboratif. Un tutoriel présentant ces fonctionnalités est accessible au lien suivant : <https://www.youtube.com/watch?v=4WOnxS2WXIA>. Les choix des contenus reflètent la variété de besoins mise en lumière durant les entrevues (Poulin et al., 2024) et les ateliers de codesign (Poulin et al., accepté), menant aux 10 thèmes abordés sur la plateforme : 1) Repérage des personnes à risque d'isolement et orientation vers les services, 2) Maintien à domicile, accompagnement et transport, 3) Milieux de vie inclusifs, 4) Appropriation des technologies et activités en ligne, 5) Activités récréatives, sportives, artistiques et culturelles, 6) Activités intergénérationnelles, 7) Parole et pouvoir d'agir aux personnes âgées/ Contrer l'âgisme, 8) Proches aidants, 9) Engagement bénévole et solidarité citoyenne, et 10) Soutenir les intervenants et les gestionnaires. Un résumé vulgarisé de résultats probants tirés d'écrits scientifiques liés à chacun de ces thèmes a aussi été ajouté. À ce jour, un total de 205 initiatives de participation sociale et de 123 outils ou ressources (ex. : guides d'animation, ressources en ligne de formation, capsules vidéo, autres plateformes sur des thématiques pertinentes) y sont rassemblés et d'autres

s'ajouteront grâce aux mises à jour. L'espace collaboratif prend la forme d'un répertoire de personnes-ressources et d'une communauté externe d'échanges privés (accessible par le biais de la plateforme *En Commun* incluant différentes communautés de pratique : <https://www.encommun.io/>) où les utilisateurs disposant d'un compte pourront discuter en direct et créer des liens avec d'autres sur des thèmes de leur choix. Enfin, le design de la plateforme prend en compte les éléments identifiés par les participants pour faciliter la navigation et l'accessibilité des contenus (ex.: interface épurée, langage accessible, illustrations reflétant une vision positive et diversifiée du vieillissement).

4. Principales pistes de solution ou d'action soutenues par ces résultats

Découlant de cette recherche-action, la plateforme collaborative « Communauté engagée avec les citoyens âgés » permettra de valoriser les retombées des actions communautaires menées avec, par et pour les personnes âgées, de soutenir le partage et la pérennisation d'initiatives inspirantes de participation sociale, d'encourager le développement de collaborations ainsi que le partage de connaissances des intervenants et gestionnaires du milieu communautaire afin d'en faire bénéficier les personnes âgées. Nos résultats soutiennent aussi la pertinence d'établir des espaces de partages entre les organismes du milieu et différents acteurs intersectoriels (ex. : décideurs, chercheurs, personnes âgées) afin réfléchir collectivement pour identifier et pérenniser les ressources nécessaires pour leur donner le pouvoir d'agir (ex. : outils de mobilisation des connaissances, d'intervention, stratégies soutenant l'engagement bénévole, la formation et la rétention du personnel, financement continu et soutien structurel). La mise en place de mécanismes de communication et de collaboration intersectorielle efficaces est aussi essentielle pour répondre de manière adaptée et en temps opportun aux besoins des populations qui risquent de souffrir d'inégalités dans l'accès aux services pendant une pandémie (ex.: organismes soutenant des groupes en situations de minorité, de vulnérabilité ou à risque de marginalisation, services et répit aux proches aidants), et ce en réfléchissant à une combinaison de solutions (technologiques et non-technologiques) qui tiennent compte de la diversité des réalités. La priorisation des services à mettre en place doit aussi impliquer les personnes âgées afin que leurs valeurs et leurs préférences soient considérées en valorisant la diversité des expériences de vieillissement et de participation sociale. Diverses stratégies pourraient être utilisées pour leur donner la parole (tables de concertation, laboratoire vivant/recherche-action, informateurs clés, sondage, documentation des besoins par un intervenant de confiance, modalités créatives, etc.).

Références

- Aubin, G., Marcoux, L., Larivière, N., Lord, M. M., Thibault, S. M., Langlois, C., & Lefebvre, A. (2023). An Exploration of the Occupational Adaptation of Older Adults Living in Low-Income Housing During the Pandemic. *Journal of gerontological social work*, 66(5), 613–628. <https://doi.org/10.1080/01634372.2022.2139318>
- Beaulieu, M., Cadieux Genesse, J. and St-Martin, K. (2020), "COVID-19 and residential care facilities: issues and concerns identified by the international network prevention of elder abuse (INPEA)", *The Journal of Adult Protection*, Vol. 22 No. 6, pp. 385-389. <https://doi.org/10.1108/JAP-08-2020-0034>
- Bureau, G., Cardinal, L., Côté, M., Gagnon, É., Maurice, A., Paquet, S., Rose-Maltais, J., & Tourigny, A. (2017). *Rejoindre, comprendre et accompagner les personnes âgées isolées socialement: Une trousse d'accompagnement*. Québec : FADOQ – Régions de Québec et Chaudière-Appalaches (FADOQ – RQCA). <https://www.fadoq.ca/wp-content/uploads/2017/12/trousse-daccompagnement.pdf>
- Douglas, M., Katikireddi, S. V., Taulbut, M., McKee, M., & McCartney, G. (2020). Mitigating the wider health effects of covid-19 pandemic response. *BMJ (Clinical Research Ed.)*, 369, 1557. <https://doi.org/10.1136/bmj.m1557>
- Fakoya, O. A., McCorry, N. K., & Donnelly, M. (2020). Loneliness and social isolation interventions for older adults: a scoping review of reviews. *Bmc Public Health*, 20(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-020-8251-6>
- Feng, Z., Cramm, J.M., & Nieboer, A.P. (2020). "Social participation is an important health behaviour for health and quality of life among chronically ill older Chinese people." *BMC Geriatrics* 20 (1): 299. <https://doi.org/10.1186/s12877-020-01713-6>
- Gilmour, H., & Ramage-Morin, P.L. (2020, 17 juin). *Isolement social et mortalité chez les personnes âgées au Canada*, (publication no 82-003-X). Statistique Canada. <https://www.doi.org/10.25318/82-003-x202000300003-fra>
- Gough, C., Barr, C., Lewis, L.K. et al. (2023). Older adults' community participation, physical activity, and social interactions during and following COVID-19 restrictions in Australia: a mixed methods approach. *BMC Public Health*, 23, 172. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-15093-0>
- Guay, M.-H., & Prudhomme, L. (2018). La recherche-action. Dans T. Karsenti et L. S. Zajc (dir.), *La recherche en éducation : étapes et approches* (4e éd.). Presses de l'Université de Montréal.
- Institut national de santé publique du Québec. (2020). *Lutter contre l'isolement social et la solitude des personnes âgées en contexte de pandémie*. <https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/3033-isolement-social-solitude-aines-pandemie-covid19.pdf>
- Jopling, K. (2015). *Promising approaches to reducing loneliness and isolation in later life*. <https://www.campaigntoendloneliness.org/wp-content/uploads/Promising-approaches-to-reducing-loneliness-and-isolation-in-later-life.pdf>
- Lee, Seon H., Hanju Lee, & Soyoung Yu. 2022. "Effectiveness of Social Support for Community-Dwelling Elderly with Depression: A Systematic Review and Meta-Analysis." *Healthcare (Basel)* 10 (9): 1598. <https://doi.org/10.3390/healthcare10091598>
- Levasseur, M., Lussier-Therrien, M., Biron, M. L., Raymond, É., Castonguay, J., Naud, D., Fortier, M., Sévigny, A., Houde, S., & Tremblay, L. (2022). Scoping study of definitions of social participation: update and co-construction of an interdisciplinary consensual definition. *Age and ageing*, 51(2), afab215. <https://doi.org/10.1093/ageing/afab215>

- Levasseur, M., Routhier, S., Demers, K., Lacerte, J., Clapperton, I., Doré, C., & Gallagher, F. (2021). Importance of collaboration and contextual factors in the development and implementation of social participation initiatives for older adults living in rural areas. *Australian occupational therapy journal*, 68(6), 504–519. <https://doi.org/10.1111/1440-1630.12761>
- Lewis, E. & Lemieux, V. (2021). Social participation of seniors: Applying the Framework of Occupational Justice for healthy ageing and a new approach to policymaking. *Journal of Occupational Science* 28 (3): 332-348. <https://doi.org/10.1080/14427591.2020.1843069>
- Livingston, G., Huntley, J., Sommerlad, A., Ames, D., Ballard, C., Banerjee, S., Brayne, C., Burns, A., Cohen-Mansfield, J., Cooper, C., Costafreda, S. G., Dias, A., Fox, N., Gitlin, L. N., Howard, R., Kales, H. C., Kivimäki, M., Larson, E. B., Ogunniyi, A., Orgeta, V., ... Mukadam, N. (2020). Dementia prevention, intervention, and care: 2020 report of the Lancet Commission. *Lancet (London, England)*, 396(10248), 413–446. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30367-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30367-6)
- Poulin, V., Levasseur, M., Lord, M.-M., Carbonneau, H., & Gaudet, R. (accepté). « Communauté engagée avec les citoyens aînés » : codesign d’une plateforme web sur la participation sociale des personnes aînées québécoises. Chapitre du livre *Promouvoir une société plus inclusive pour les personnes dépendantes ou handicapées* (titre provisoire), Groupe ISTE.
- Poulin, V., Provencher, V., Levasseur, M., Bier, N., Aubin, G., Lord, M.-M., Carbonneau, H., Beaulieu, M., Giroux, D., Fortier, J., Marcoux, L., Guérard, A., Raymond, M.-J., Shea, V., Nicole, M., Charbonneau, D., & Lessard, V. (2024). Experiences of community organisations providing services supporting older adults’ social participation during the first 18 months of the COVID-19 pandemic. *The Journal of Aging and Social Change*, 14(1) 123-157. <https://doi.org/10.18848/2576-5310/CGP/v14i01/123-157>
- Poulin, V., Provencher, V., Nicole, M., Shea, V., Aubin, G., Beaulieu, M., Bier, N., Fortier, J., Giroux, D., Levasseur, M., & Lord, M. M. (2021). Challenges and Strategies to Adapt the Provision of Support Services to Older Adults and Caregivers During the COVID-19 Pandemic: The Perspective of Community Organizations. *Canadian journal on aging / La revue canadienne du vieillissement*, 1–13. <https://doi.org/10.1017/S0714980821000507>
- Raina, P., Wolfson, C., Griffith, L., Kirkland, S., McMillan, J., Basta, N., Joshi, D., Oz, U. E., Sohel, N., Maimon, G., Thompson, M., & CLSA team (2021). A longitudinal analysis of the impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of middle-aged and older adults from the Canadian Longitudinal Study on Aging. *Nature aging*, 1(12), 1137–1147. <https://doi.org/10.1038/s43587-021-00128-1>
- Raymond, É., Sévigny, A., Tourigny, A., Vézina, A., Verreault, R., & Guilbert, A. C. (2013). On the track of evaluated programmes targeting the social participation of seniors: a typology proposal. *Ageing and Society*, 33(2), 267–296. <https://doi.org/10.1017/S0144686X11001152>
- Smith, M. L., Steinman, L. E., & Casey, E. A. (2020). Combatting Social Isolation Among Older Adults in a Time of Physical Distancing: The COVID-19 Social Connectivity Paradox. *Frontiers in public health*, 8, 403. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.00403>
- Statistique Canada. (2021). *Canadian Health Survey on Seniors (CHSS). Detailed information for 2020*. <https://www150.statcan.gc.ca/n1/daily-quotidien/211001/dq211001b-eng.htm>

- Townsend, B. G., Chen, J. T., & Wuthrich, V. M. (2021). Barriers and Facilitators to Social Participation in Older Adults: A Systematic Literature Review. *Clinical gerontologist*, 44(4), 359–380. <https://doi.org/10.1080/07317115.2020.1863890>
- Wister, Andrew V., and Laura Kadowaki for the Federal, Provincial and Territorial Forum of Ministers Responsible for Seniors. n.d. "Social Isolation among Older Adults during the Pandemic." Gerontology Research Centre, Simon Fraser University, Burnaby, British Columbia, Canada. <https://www.canada.ca/en/employment-social-development/corporate/seniors/forum/reports/covid19-social-isolation.html>
- Wister, A., & Speechley, M. (2020). Covid-19: pandemic risk, resilience and possibilities for aging research. *La Revue Canadienne Du Vieillissement*, 39(3), 344–347. <https://doi.org/10.1017/S0714980820000215>