



# Rapport de recherche

## PROGRAMME ACTIONS CONCERTÉES

Participation sociale des personnes âgées faisant face à des dynamiques de marginalisation et d'exclusion, développement d'outils d'intervention pour soutenir leur inclusion en milieu communautaire de loisir : une recherche-action

### **Chercheur.e principale**

Hélène Carbonneau, Ph.D. en gérontologie, Groupe interdisciplinaire de recherche sur l'expérience inclusive de loisir, Université du Québec à Trois-Rivières (UQTR)

### **Cochercheur.e.s**

Patsy Clapperton, M.Ps, chercheure du milieu de la pratique, Umano-stratégies conseils, Valérie Poulin, Ph.D., UQTR, Martin Caouette, Ph.D., UQTR, Émilie Raymond, Ph.D., Université Laval, Lyson Marcoux, Ph.D., UQTR, Ginette Aubin, Ph.D., UQTR, Marie-Michèle Lord, Ph.D., UQTR, Julie Fortier, Ph.D., UQTR, Pierre-Yves Therriault, Ph.D., UQTR, Patrik Marier, Ph.D., Université Concordia, Marie Beaulieu, Ph.D., Université de Sherbrooke

### **Collaboratrices ou collaborateurs**

Réseau FADOQ et Fédération québécoise des centres communautaires de loisir

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

Université du Québec à Trois-Rivières

### **Numéro du projet de recherche**

#2021-0VTA-295267

### **Titre de l'Action concertée**

Programme de recherche sur les personnes âgées vivant des dynamiques de marginalisation et d'exclusion sociale

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

Le ministère des Affaires municipales et de l'Habitation, le ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration, le ministère de la Santé et des Services sociaux, la Société d'habitation du Québec et le Fonds de recherche du Québec – Société et culture (FRQSC)

## 1. Contexte et historique du projet en lien avec l'appel de propositions

Les bienfaits de la participation sociale dans le contexte du vieillissement ont été largement démontrés tant au regard de la qualité de vie que de la santé physique et mentale des aînés. Le loisir permet le maintien de liens sociaux et favorise l'engagement dans des pratiques signifiantes propices à l'épanouissement des aînés. Toutefois, tous n'ont pas accès à de telles pratiques. Plus particulièrement, les personnes ayant une déficience intellectuelle, des atteintes neurocognitives ou un enjeu de santé mentale font face à des enjeux pour s'engager dans des pratiques récréatives au sein de milieux communautaires de loisir. Cela, additionné, à l'âgisme, accentue le risque d'exclusion, ce qui limite encore davantage le maintien d'une participation sociale. Les contraintes à une telle participation sont souvent liées à l'environnement social et à la stigmatisation qu'on y retrouve. Cette stigmatisation n'est pas seulement le fait des individus. Elle se développe aussi selon les modes de fonctionnement des organisations et les politiques en vigueur. Diverses interventions de soutien à l'engagement ont été menées auprès d'aînés faisant face à de l'exclusion sociale afin de soutenir leur participation dans la communauté, mais cela ne suffit pas, encore faut-il que les environnements de loisir soient prêts à les accueillir. Trop souvent, les milieux de loisir sont peu outillés pour accueillir des aînés ayant une condition invisible (CI). Les milieux du loisir au Québec, plus précisément la Fédération québécoise des centres communautaires de loisir (FQCCL) et le Réseau FADOQ, ont exprimé leur volonté de favoriser la mise en place d'espaces inclusifs dans leurs organisations. La présente recherche-action vise justement à développer des outils dans cette perspective.

## 2. Principales questions ou hypothèses de la recherche

Le but de cette étude est de documenter les conditions pour soutenir la participation d'aînés faisant face à la marginalisation, et qui présentent une condition invisible, et de développer des moyens favorisant leur inclusion dans ces milieux. Cette étude vise à répondre aux questions suivantes : 1) Quels sont les besoins des usagers, des gestionnaires et des animateurs ou des bénévoles pour être en mesure de mieux soutenir l'intégration des personnes ayant une condition invisible ? 2) Quels outils pourraient favoriser une culture d'inclusion dans des milieux communautaires de loisir ? 3) Quels sont les besoins des personnes ayant une condition invisible en regard de leur participation dans des milieux communautaires de loisir ? 4) Quelles mesures pourraient être mises en place dans les milieux communautaires de loisir pour faciliter la participation des personnes ayant une condition invisible ?

### 3. Principaux résultats

Cette recherche-action a permis de documenter divers enjeux et de développer plusieurs outils concrets pour soutenir l'inclusion des personnes ayant une CI. Cette démarche a ainsi mené à documenter les besoins des milieux communautaires de loisir pour soutenir l'inclusion en regard des personnes ayant une déficience intellectuelle, des atteintes neurocognitives ou un enjeu de santé mentale. Elle a aussi apporté une connaissance plus fine des enjeux auxquels font face les personnes âgées ayant une condition invisible.

Les études de cas menées auprès de ces personnes ont mis en relief l'importance qu'elles attribuaient au fait de pouvoir s'engager dans des loisirs : « Ça me fait sortir, une place où aller, on sort de la maison en même temps. On est tout le temps dans la maison, c'est pas bon pour le moral » (Anne, participante SM). Si le besoin de socialisation est flagrant, les possibilités d'y répondre semblent plus limitées : « Ah, si je rencontrais des gens qui sont vraiment intéressants pis qu'y sont le fun pis qui ont le goût de rire pis qui ont le goût de parler, discuter, me comprendre t'sais tel que je suis. Pis ça, à ce moment-là ça serait d'essayer d'y retourner » (Charles, participant ANC). La participation au sein d'organismes communautaires reste marginale. Si les capacités des personnes ou l'auto-exclusion expliquent en partie cette situation, les conditions en place exercent une grande influence. Outre le transport et les aspects financiers, la qualité de l'information ainsi que la qualité de l'accueil et du soutien disponible influencent la participation. L'acceptation de la différence est cruciale : « Pis les gens te laissent de côté un peu pis... J'voyais l'attitude des gens [...] c'est pas la même que quand t'es pas handicapé. [...]. C'est pas qu'y se "fouttent" de toi, mais y s'occupent pas trop de toi tu sais » (Éric, participant ANC). Plusieurs participants craignent de se dévoiler par peur du rejet : « Je [ne] le dis pas, si je sais que le monde vont me faire passer pour un débile, je le dis pas » (Paul, participant SM). Savoir qu'ils sont les bienvenus est essentiel. L'accès à des mesures pour faciliter l'acclimatation au milieu est le second besoin identifié.

La collecte de données auprès de divers acteurs des milieux communautaires complète le tableau. Malgré une valorisation manifeste de l'inclusion dans plusieurs milieux communautaires de loisir, cette étude a mis en relief des disparités d'un milieu à l'autre. Plusieurs participants affirment que l'inclusion est une valeur transversale de leur organisation. D'autres soulignent que certains âgés sont moins ouverts à l'inclusion : « Vous savez les gens qui viennent, ils viennent s'amuser [...] ils [ne] viennent pas dans un esprit communautaire [...] pour aider » (Jean). Un participant ajoute : « [I]ls s'éloignent de ça [...] ça dérange » (Louis). Le manque de connaissances apparaît comme un frein : « Je

[ne] me sens pas outillé, équipé. Je [n']ai pas les connaissances suffisantes pour pouvoir agir » (Armand). Une conscience des besoins et des bienfaits de la participation facilite, par ailleurs, l'inclusion : « [M]ême si [ils] ont des problèmes cognitifs, sont moins résistants [...] [ils] s'adaptent. [...] Sont plus spontanés. Pis [ils] aiment ça » (Pierre). Quatre thèmes se dégagent : 1) informer-sensibiliser-former, 2) promouvoir l'offre, 3) développer une offre adaptée et 4) mettre en place des mécanismes d'accompagnement et d'accueil. Des participants évoquent la pertinence de recourir à un organisme spécialisé. Un participant demande : « Est-ce que [il] aurait pas lieu [...]de regrouper ces gens-là, où ce que là ça serait peut-être moins difficile puis où ce que la tolérance [...] pourrait être plus facile [?] » (André). Puis, il nuance ses propos : « Mais d'un autre côté j'me dis bon, ça, on dirait que ça les fait mettre de côté » (André) L'inclusion apparaît une responsabilité à partager. Le besoin de concertation ressort : « [S]i on respecte les missions de chacun puis on unit nos forces, on fait un filet de sécurité pour ces personnes-là » (Julien). Un participant déplore : « [M]alheureusement, il y a peut-être [...] des organismes communautaires [qui] collaborent pas assez entre eux » (Raoul).

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

Cette étude ouvre sur plusieurs pistes d'actions. Quatre groupes étaient visés, soit 1) les équipes de direction, 2) les usagers des milieux de loisir, 3) les animateurs et bénévoles, et 4) les personnes ayant une condition invisible, bien entendu. La démarche TRIAGE a permis de prioriser les compétences et les outils à développer pour les trois premiers groupes. Un comité de cocréation par et pour les personnes ayant une condition invisible a aussi été mis en place.

**Outiller les gestionnaires** : D'emblée, la sensibilisation des équipes de gestion aux bienfaits de l'inclusion importe. Une capsule de témoignages vidéos a ainsi été créée pour montrer en quoi soutenir l'inclusion était une approche gagnante pour les organisations. Une fois les milieux motivés à s'engager dans le processus, un outil d'autoréflexion est proposé aux équipes de gestion pour soutenir une analyse de la situation de l'inclusion dans leur organisation. Les commentaires de l'équipe du centre communautaire l'ayant mis à l'essai font ressortir que cet outil a été bien accueilli. Une formation complète la démarche réflexive afin d'encourager le recours à un leadership transformationnel chez les gestionnaires. Par ailleurs, des guides ont aussi été conçus afin d'accompagner les équipes de gestion dans l'appropriation des divers outils développés, que ce soit en vue de la sensibilisation des usagers, de la formation des équipes à l'inclusion ou de la mise en place de mesures destinées aux personnes ayant une CI afin de soutenir leur participation.

**Sensibiliser les usagers des milieux de loisir :** La réussite de l'intégration s'avérant largement tributaire de l'accueil qui sera fait aux personnes ayant une CI, des mesures de sensibilisation s'imposaient pour optimiser les possibilités d'un accueil bienveillant par les personnes fréquentant le milieu communautaire. Pour que l'inclusion devienne une valeur prégnante dans le milieu, cela ne doit pas se résumer à des activités ponctuelles de sensibilisation. Des actions doivent être réalisées en continue : l'utilisation des affiches, l'affichage de la question de la semaine à partir du jeu « L'inclusion : une responsabilité partagée », la diffusion des capsules et vignettes à diverses occasions (souper des bénévoles, célébrations de fin de session, etc.), etc. La sollicitation de la créativité des équipes d'animation représente une avenue porteuse pour généraliser la transmission de messages sur l'importance de l'inclusion.

**Outiller les animateurs et bénévoles à soutenir l'inclusion :** La participation au sein d'un milieu de loisir des personnes avec une CI s'actualise davantage au travers de liens sociaux et du plaisir partagé que dans la performance. Le rôle des animateurs et bénévoles s'avère crucial pour permettre une participation significative des personnes ayant une CI au sein d'un milieu communautaire. Cela peut se matérialiser par des gestes simples en misant sur l'accueil et sur la bienveillance entre les participants. Certains participants aux études de cas relataient d'ailleurs l'importance de prendre son temps pour laisser les personnes intégrer les règles d'un jeu. La présente étude a permis le développement d'une formation autoportante sur l'inclusion afin d'outiller les animateurs et les bénévoles aux stratégies pour faciliter l'accueil des personnes ayant une CI au sein du groupe. La gestion des relations dans le groupe de participants constitue sans équivoque un élément déterminant. La formation propose une discussion sur les façons de promouvoir le vivre-ensemble, mais il demeure toujours possible que certaines réactions négatives ou certains jugements viennent perturber le fonctionnement d'un groupe. La formation sur la communication non violente vise précisément à accompagner les animateurs et bénévoles dans la façon de mieux réagir face à des propos discriminatoires. Des formations complémentaires peuvent être utiles dans certaines situations pour savoir adapter des activités. Un répertoire de formations offertes par des organismes spécialisés permet d'éviter de dupliquer les actions.

**Soutenir les personnes ayant une condition invisible :** Il importe de susciter le désir de participer chez les personnes ayant une CI. Deux types de mesures ont été ciblées, soit l'optimisation de l'information et le soutien à l'acclimatation au milieu. Affirmer clairement l'ouverture du milieu face à l'inclusion est le point de départ, car le besoin de se savoir les bienvenus domine sur la connaissance de l'offre. Une prochaine étape consiste à présenter l'information sur la nature

de l'offre dans un langage clair et simple. L'information devrait aussi inclure la présentation des modalités de transport et d'accès au lieu. Les modalités d'information doivent dépasser la simple production d'un document écrit. Faire appel à un partenariat avec des organismes spécialisés est conseillé, que ce soit pour une présentation ou pour l'organisation de visites. Les participants du comité soulignent aussi la pertinence de sensibiliser les intervenants sociaux. Une fois la décision de participer prise, il s'agit de soutenir la participation. Le recours à l'accompagnement et la reconnaissance de la Carte accompagnement loisir sont suggérés. Encore ici, les intervenants sociaux sont importants pour une intégration réussie, que ce soit en accompagnant la personne ou en mobilisant quelqu'un de son entourage pour le faire.

**Encourager les partenariats intersectoriels** : Le développement de partenariats est central pour soutenir l'inclusion des personnes ayant une CI. L'accès à une ressource pour soutenir l'équipe dans la démarche fait une différence. Bien que les outils aient été conçus pour être autoportants, l'aide d'une personne peut s'avérer facilitante pour l'animation de la démarche réflexive ou d'activités de sensibilisation ou de formation. De même, la collaboration des milieux spécialisés et de la santé apparaît déterminante pour soutenir l'inclusion des personnes ayant une CI. Le rôle des intervenants pivots est central lorsque l'on considère que la participation des personnes ayant une CI vivant dans une ressource intermédiaire est conditionnelle à leur approbation. En somme, la collaboration intersectorielle est un vecteur important pour permettre un déploiement optimal des divers outils développés. Cela commande de se rallier autour de la mission commune de soutenir une participation propice à la santé physique et mentale des personnes âgées.

## 5. Pistes pour le futur

Pour terminer, il convient de souligner certaines limites de l'étude. Premièrement, la collecte des données pour les études de cas s'étant déroulée pendant la pandémie, cela a pu limiter la participation de certaines personnes. Notamment, la participation des centres communautaires a été plus limitée à cette étape. Cependant, la démarche TRIAGE a rétabli un équilibre dans la participation entre les deux milieux partenaires. Par ailleurs, ayant développé une douzaine d'outils au lieu des trois ou quatre prévus au départ, il n'a pas été possible de réaliser une mise à l'essai pour tous les outils produits. Une mise à l'essai des outils a permis de valider la faisabilité et l'acceptabilité du guide d'auto réflexion ainsi de l'activité de sensibilisation (incluant 3 vidéos et le jeu questionnaire). D'autres démarches seront utiles pour valider l'ensemble des outils, ce qui sera fait dans la prochaine année combiné avec la diffusion des connaissances développées dans le projet. De plus, il serait utile, dans une prochaine étude, d'en documenter les effets.