



Rapport de recherche

PROGRAMME ACTIONS CONCERTÉES

Participation sociale des personnes âgées à risque de marginalisation et d'exclusion sociale : une recherche-action pour favoriser une revitalisation plus inclusive du centre-ville de Sherbrooke

Chercheure principale

Mélanie Levasseur, Université de Sherbrooke

Cochercheur.e.s

Mélissa Généreux, Université de Sherbrooke

Sébastien Lord, Université de Montréal

Ruth Ndjaboue, Université de Sherbrooke

Martine Shareck, Université de Sherbrooke

Établissement gestionnaire de la subvention

Université de Sherbrooke

Numéro du projet de recherche

2021-OVTA-294918

Titre de l'Action concertée

Programme de recherche sur les personnes âgées vivant des dynamiques de marginalisation et d'exclusion sociale 2020-2021

Partenaires de l'Action concertée

Le ministère des Affaires municipales et de l'Habitation (MAMH)

Le ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration (MIFI)

Le ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS)

La Société d'habitation du Québec (SHQ)

Le Fonds de recherche du Québec – Société et culture (FRQSC)

Résumé

Le vieillissement de la population est un enjeu mondial qui transforme en profondeur la société. Les municipalités jouent un rôle clé dans la mise en place de conditions favorisant un vieillissement actif et en santé, ainsi qu'une participation sociale accrue des personnes âgées. Certaines personnes âgées sont toutefois plus susceptibles de vivre des situations de vulnérabilité, notamment lorsqu'elles sont âgées de 80 ans ou plus, issues d'un groupe minoritaire (ethnique, linguistique ou de la diversité sexuelle et de genre), ont de faibles revenus ou présentent des incapacités. Plus elles cumulent ces caractéristiques, plus elles risquent de vivre des situations de marginalisation et d'exclusion sociale pouvant réduire leur participation sociale, un élément essentiel d'un vieillissement en santé. Afin de répondre aux besoins des personnes âgées et d'inclure celles en situation de vulnérabilité, il est nécessaire de mettre en œuvre des actions innovantes et efficaces pour améliorer la santé de la population, surtout dans les quartiers les plus défavorisés.

Avec près d'un cinquième des résidents ayant des troubles de santé mentale, le centre-ville de Sherbrooke, en revitalisation de 2019 jusqu'en 2025, présente une concentration accrue de personnes à risque de marginalisation et d'exclusion sociale, et ce, malgré diverses actions de lutte contre l'exclusion et la pauvreté. Lors d'une revitalisation, les changements peuvent transformer considérablement la structure sociale d'un quartier (ex. nouveaux résidents mieux nantis) et, en présence d'infrastructures peu accessibles et d'occasions de participation limitées, entraîner ou exacerber des situations de marginalisation ou d'exclusion sociale. Pour mieux soutenir leur vieillissement actif et en santé, il importe d'impliquer davantage les personnes âgées à risque de marginalisation et d'exclusion sociale de quartiers en revitalisation, tel qu'au centre-ville de Sherbrooke, et de mieux comprendre leurs besoins de participation sociale.

La présente recherche visait donc à coconstruire et explorer les effets d'actions inclusives issues d'une bonification de la revitalisation du centre-ville de Sherbrooke pour favoriser la participation sociale des personnes âgées selon trois objectifs :

- Documenter et prioriser les besoins, les facilitateurs et les obstacles à la participation sociale des personnes âgées résidentes et utilisatrices du centre-ville de Sherbrooke et, plus spécifiquement, de celles à risque de marginalisation et d'exclusion sociale (volet 1) ;
- Identifier, à partir des écrits scientifiques et des possibilités du milieu, des actions susceptibles de réduire le risque de marginalisation et d'exclusion sociale à implanter (volet 2) ;
- Décrire les actions mises en œuvre et leurs effets (volet 3).

Au cours du premier volet de la présente étude mené auprès de 32 personnes âgées, 1 proche aidant et 5 intervenants communautaires, cinq besoins de participation sociale ont été identifiés et priorisés. Les participants ont souligné l'importance d'avoir un centre-ville **inclusif**, c'est-à-dire un environnement favorable aux piétons et sécuritaire (besoin 1). Pour être **accessibles**, les activités devaient être proches, gratuites ou très abordables, et adaptées aux intérêts et aux capacités des personnes âgées (besoin 2). Le **transport et le logement** étaient aussi un besoin (3) important parfois moins répondu, notamment pour les personnes avec des incapacités ou celles à faibles revenus. Les personnes âgées ont rapporté qu'elles avaient besoin d'**être accompagnées** par leurs proches ou des professionnels de la communauté ou des services sociaux et de santé pour participer (besoin 4). Enfin, l'**information** sur les activités était parfois difficile à obtenir, en raison d'une culture numérique réduite et d'un accès limité à Internet (besoin 5). Majoritairement alignés sur les politiques des communautés amies des aînés, ces besoins soulignent l'importance de proposer une offre de logements abordables et sécuritaires ; d'informations faciles à trouver et à comprendre ; et de bâtiments publics et d'espaces extérieurs agréables, sécuritaires, accessibles et adaptés aux

populations vieillissantes. Le besoin d'être accompagné constitue un élément novateur et un facteur spécifiquement important pour une grande proportion de la population à risque de marginalisation. Un deuxième volet de l'étude a permis d'identifier les interventions favorisant la participation sociale de cette population selon les écrits scientifiques. Les interventions proposaient des activités individuelles (soutien et accompagnement par un mentor) et des activités collectives (ateliers artistiques, formations sur la santé). Alors que les activités collectives ont montré plus d'effets positifs que celles individuelles, les incapacités, l'accès limité aux transports, les activités sur une période inférieure à six mois et payantes ou encore le manque d'adaptation à la culture, aux capacités et aux intérêts des participants étaient considérés comme des obstacles majeurs. À l'inverse, la motivation des participants pour l'activité, la présence du mentor, les interactions sociales, les relations créées et le sentiment d'appartenance à la communauté ont favorisé leur implication. Pour faciliter la pérennisation des activités, le recrutement et l'inclusion des participants, les chercheurs conseillaient d'établir de solides collaborations avec des organismes œuvrant auprès des personnes âgées, d'implanter les activités au cœur des quartiers défavorisés et d'adapter les activités aux spécificités de cette population (ex. inclure les membres de la famille, de supprimer les rôles genrés ou de proposer des activités avec différents degrés de difficulté).

S'appuyant sur ces constats et en fonction des contraintes de temps, de ressources humaines et sanitaires (pandémie de COVID-19), les enjeux liés au logement et à l'accompagnement aux activités, bien que reconnus comme problématiques, n'ont pu être approfondis dans cette étude. En revanche, pour répondre aux besoins d'inclusion, d'accessibilité et d'information, trois actions coorganisées avec des organismes communautaires ont été implantées et évaluées dans le troisième volet de cette étude : des cafés-rencontres (CR), des ateliers artistiques (AA) et des visites guidées de la bibliothèque locale (VG). Les CR offraient aux résidents âgés d'une habitation à loyer modique (HLM) un moment informel pour échanger, se réunir et recréer des relations. Les CR ont permis d'aborder

l'importance de la participation sociale, d'identifier des propositions d'aménagement extérieur de l'immeuble à des fins de socialisation, de développer les capacités d'organisation d'activités sociales par, pour et avec les résidents et d'être informé sur l'existence des activités et des services locaux. Proposés dans le même HLM, les AA avaient pour objectif de stimuler une réflexion sur soi, de s'ouvrir à l'autre à travers l'expression créative et de découvrir des techniques artistiques (réaliser un autoportrait, décorer une boîte, dessiner un lieu familier, assembler différents matériaux par le collage). D'une durée d'une heure, les VG visaient à diffuser l'information sur les services et les ressources offerts par la bibliothèque, mais également à mieux adapter cette offre à l'ensemble des personnes âgées. Alors que plus d'effets positifs ont été observés pour les CR et les AA, l'ensemble des participants, y compris ceux des VG, ont rapporté être satisfaits de leur expérience, tant sur le plan psychologique que social, et avoir l'intention d'utiliser tous les services, les ressources et les activités qu'ils ont découverts. Au sein du HLM, le sentiment d'appartenance à la communauté s'est développé et les participants ont instauré une activité de bingo hebdomadaire entre résidents.

En plus de confirmer des recommandations identifiées dans les lignes directrices des villes amies des âgés, cette étude souligne l'importance de considérer des dimensions sociales pour favoriser la participation sociale des personnes âgées dans les projets de revitalisation. Souvent perçue sous l'angle de l'amélioration des infrastructures physiques et du développement économique, une revitalisation peut engendrer des transformations physiques et sociales profondes, en particulier dans les quartiers défavorisés. Avec l'avancée en âge, le quartier devient un élément central pour les personnes âgées et, si ces transformations ne s'accompagnent pas de mesures sociales adaptées, elles risquent d'accentuer les situations de marginalisation et d'exclusion, compromettant ainsi la participation sociale des personnes âgées à risque de marginalisation. Les trois volets de l'étude ont montré que, parmi les leviers pouvant favoriser la participation sociale et un environnement plus inclusif, le sentiment d'appartenance à la communauté ainsi que la pérennisation, l'accessibilité et

l'adaptation des activités aux caractéristiques de la population âgée à risque de marginalisation doivent faire l'objet de réflexion lors d'un projet de revitalisation.

Le sentiment d'appartenance à la communauté accroît les échanges de connaissances sur les activités et les ressources du quartier entre voisins et participe au maintien du réseau social et à l'inclusion des personnes, ce qui en fait un élément particulièrement important dans un contexte de revitalisation. Afin d'accroître la participation continue des personnes âgées, les activités proposées doivent être adaptées à leurs spécificités (culture, incapacités, intérêt, expérience de vie) et une attention particulière doit être portée à la pérennisation des activités proposées. Pour faciliter la dynamique de groupe et promouvoir une représentation plus positive et inclusive du vieillissement, les intervenants devraient bénéficier d'une formation sur les enjeux propres aux personnes âgées à risque de marginalisation. Pour favoriser la participation sociale des personnes âgées à risque de marginalisation, les activités sociales doivent être à prix réduit ou, idéalement, gratuites et avoir lieu dans des environnements adaptés aux capacités de tous, accessibles à pied et situés au cœur des quartiers défavorisés pour réduire les contraintes de transport. Lorsque les activités de participation sociale n'ont pas lieu à proximité, des options de transport doivent être mises en place pour permettre aux personnes âgées de se déplacer de leur domicile jusqu'aux activités en toute sécurité. Alors que l'isolement social est désormais reconnu comme un facteur de risque de morbidité et de mortalité, il devient impératif que les municipalités ciblent de manière équivalente l'environnement physique et l'environnement social des personnes âgées dans leurs stratégies de revitalisation. L'implication des personnes âgées, dès les premières étapes d'un projet de revitalisation est fondamentale pour identifier les enjeux prioritaires liés à la sécurité, à la mobilité et à l'accessibilité des infrastructures urbaines. Une telle approche participative facilite un dialogue structuré et de proximité entre les citoyens et les autorités locales et permettrait de répondre aux besoins spécifiques du vieillissement de l'ensemble des personnes âgées vivant en milieu urbain.