

RAPPORT D'ANALYSE



HIVER 2019

Démarche de consultation auprès des aîné.e.s en situation d'isolement de la MRC des Basques

À l'attention du sous-comité de
consultation des aîné.e.s en situation
d'isolement

Rapport d'analyse rédigé par :

Madame Isabelle Blouin

Consultante-stagiaire en intervention psychosociologique

Université du Québec à Rimouski

« Je vis une liberté trop grande. Une liberté qui est comme l'immensité et je suis seul là-dedans... Pu capable de bercer la petite Marguerite. » Aîné de 82 ans, St-Mathieu-de-Rioux

« C'est toujours un petit peu ennuyant parce que comme... car j'suis disons un peu tout seul (...) Pour dire vrai, ce qui nous manque, une personne qui est seule, c'est l'anxiété... ça prend quelqu'un pour me désennuyer... » Aîné de 84 ans, St-Eloi

« Y'a des bouts que c'est plate ! ... Je lui dis Dieu tricote de quoi pour que ça se passe bien, mais moi je m'abandonne à ta volonté... Ben quand on fait ça, là c'est un lâcher-prise et ça diminue l'anxiété et les problèmes... » Aînée de 67 ans, Ste-Rita

« J'demanderais rien à part d'être bien tout le temps en dedans de moi ... j'essaye de m'en sortir à toutes les fois que je vis ça puis je réussis... je respire... » Aînée de 84 ans, Trois-Pistoles

« L'anxiété ça fait, ça fait...trop d'anxiété ça peut nous faire faire des mauvaises affaires...c'est plus l'hiver...c'est là que c'est pire... Pi n'y a pas grand-chose à faire avec ça qu'une présence d'une autre personne. » Aîné de 87 ans, St-Simon

« J'prends la vie du bon côté...j'me dis, présentement c'est comme ça ! J'accepte le moment présent. Si tu te révoltes, c'est un autre problème. Je me suis habitué à accepter les jours comme ça vient » Aîné de 84 ans, St-Eloi

« Moi j'aime jaser avec les gens, individuellement...en gang on ne parle pas ! On ne parle pas des vraies affaires...ça vaut rien ! La pluie et le beau temps... Parce qu'on peut pas dire la même chose à une personne qu'à un groupe ! » Aîné 66 ans, St-Mathieu-de-Rioux

« Quand qu'y a du monde chu pas capable rester là...ça bourdonne...j'men va dans l'bois et j'suis tranquille... » Aîné de 80 ans, St-Médard

« J'ai compris que ce qui me fait souffrir c'est mes attentes... » Aînée de 67 ans, Ste-Rita

« Y a des journées que c'est long hein ?! ... mon garçon part le matin puis revient le soir... » Aînée de 89 ans, St-Mathieu-de-Rioux

« Des vieux ça reste vieux ! » « Ça fait combien de temps que vous êtes vieux ? » « Ah une bonne secousse ! » Aînée de 78 ans, St Médard

« L'église a trop tenu nos parents dans la crainte... la peur, la peur » Aînée de 86 ans, Ste-Francoise

« L'âge d'or me court après...ben me vois-tu le mercredi après-midi jouer avec mes petites poches !!! C'est pas à mon niveau ! Montrez-moi de quoi qui va me servir ! » Aînée de 67, Ste-Rita

« J'suis heureuse même si j'suis seule... On a tous besoin d'affection... mais j'suis bien » Aînée de 86 ans, Ste-Françoise

I. INTRODUCTION

Ce document a été rédigé à la suite de l'intervention menée par Isabelle Blouin, stagiaire finissante au baccalauréat en communication (relations humaines), au sein du module de psychosociologie à l'Université du Québec à Rimouski au cours de l'hiver 2019.

L'intervention psychosociologique réalisée par la stagiaire a permis de mettre en place une consultation auprès des aîné.e.s en situation d'isolement dans la MRC des Basques pour mieux comprendre leurs réalités, besoins, désirs et rêves, et ce afin de soutenir leur bien-être par les actions futures des différents organismes et partenaires agissant auprès d'eux.

L'essentiel du travail de la stagiaire a été la rencontre d'aîné.e.s, identifié.e.s par certains acteurs du milieu en situation d'isolement. Ces entretiens guidés par un canevas ont permis de plonger dans le vécu intime des participants. Ceux-ci se sont abandonnés généreusement à l'exercice.

Ce rapport d'analyse de consultation auprès d'aîné.e.s en situation d'isolement présente une description générale de la démarche ainsi qu'une présentation des données récoltées lors des entretiens puis l'analyse de ces données et des recommandations qui en découlent.

II. CONSEIL DE LECTURE DU DOCUMENT

Ce rapport d'intervention est à l'attention du sous-comité de consultation auprès des aîné.e.s en situation d'isolement de la MRC des Basques, afin qu'il puisse en faire usage en tant qu'outil de référence. Il a été rédigé à des fins de diffusion auprès des partenaires et organismes de la MRC pour accompagner les mises en action futures afin de soutenir le bien-être des aîné.e.s en situation d'isolement. Ce rapport de stage tentera de prendre en compte les grandes variabilités de cette période de vie que l'on nomme l'âge d'or et de la complexité d'aborder la problématique de l'isolement sur un si vaste territoire. L'écriture inclusive a été choisie pour la rédaction de ce document.

TABLE DES MATIÈRES

I.	Introduction.....	3
II.	Conseil de lecture du document.....	3
III.	Mise en contexte.....	5
IV.	Rappel de la demande	6
V.	Rappel de l'intervention.....	6
VI.	Méthodologie.....	6
i.	L'analyse des besoins	7
ii.	La recherche documentaire	7
Définition de concepts	8	
Les facteurs de risques.....	10	
Les stratégies pour diminuer ou briser l'isolement.....	11	
VII.	Les entretiens	11
iii.	Le profil des participants.....	12
iv.	Les résultats et analyses d'entretiens.....	13
VIII.	Constats et pistes de réflexions	19
IX.	Conclusion	24
X.	Bibliographie	25
	Annexe A : Canevas d'entretiens auprès des aînés en situation d'isolement de la MRC des Basques.....	26
	Annexe B : Synthèse des données par cartes mentales.....	28
	Annexe C : Compilation d'Analyse des données auprès des aîné.e.s de la MRC des Basques.....	32
	Annexe D : Tableau de compilation de données d'intervenantes	48
	Annexe E : Rencontre téléphonique avec Jan Heinrich.....	52

III. MISE EN CONTEXTE

Selon les estimations de population, diffusées en mars 2017 par Statistique Canada, la MRC des Basques est la moins peuplée du Bas St-Laurent avec ses 8 800 habitants qui représentent environ 4 % de la population totale. De plus, elle se démarque avec 30,4 % de personnes âgées de 65 ans et plus soit, presque le double de la part des jeunes de moins de 20 ans. La MRC des Basques se retrouve ainsi au premier rang des MRC les plus vieillissantes au Québec. Selon les prévisions démographiques, les personnes âgées de 65 ans et plus représenteront près de 45% des individus dans la MRC des Basques en 2031.

La population est vieillissante et c'est pourquoi, au printemps 2014, la MRC des Basques en collaboration avec le CISSS du Bas-Saint-Laurent et le Centre hospitalier de Trois-Pistoles, lançait un important chantier visant le développement d'une politique Municipalité Amie Des Aîné.e.s (MADA) à l'échelle de son territoire. La MRC affichait ainsi sa volonté de définir et de mettre en place un plan d'action permettant d'améliorer la qualité de vie de ses aîné.e.s, de concert avec les organismes et les partenaires qui œuvrent auprès de cette population. En 2016, la politique « Municipalité Amie des Aîné.e.s » a été adoptée dans les Basques, résultat d'un processus d'observation, de recherches et de réflexions qui a duré près de deux ans. « La Municipalité Amie des Aîné.e.s » (MADA) des Basques compte, d'ici 2020, devenir une des MRC du Québec présentant d'excellentes conditions d'inclusion économique, sociale et culturelle pour les personnes âgées.¹

La politique étant mise en chantier depuis maintenant près de trois ans, l'heure est aux constats. En ce sens, différents acteurs du milieu ont constaté le manque d'informations au sujet des aîné.e.s en situation d'isolement de la MRC. C'est donc en continuité avec les objectifs de la politique MADA, que le comité « Ami des Aîné.e.s » a manifesté en 2018 le désir d'avoir davantage d'informations sur les besoins et intérêts des personnes âgées en situation d'isolement. Un sous-comité de consultation a été mis en place afin de déterminer un projet pour pallier ce manque de données. C'est donc avec le souci de prendre en soin cette problématique et la conscience du manque de ressources pour le faire que madame Sonia Marchand, organisatrice communautaire du CISSS des Basques, a offert à la stagiaire de soutenir ce projet d'intervention. C'est ainsi que le sous-comité de consultation

¹ https://www.tourismelesbasques.com/wp-content/uploads/2017/02/politique_mada_2016-2019.pdf Consulté en ligne, janvier 2019.

des aîné.e.s en situation d'isolement de la MRC des Basques a piloté la mise en place d'une consultation durant ces derniers mois.

IV. RAPPEL DE LA DEMANDE

À l'hiver 2019, le sous-comité de consultation des aîné.e.s en situation d'isolement fait la demande à la stagiaire de mettre en place une consultation auprès des aîné.e.s en situation d'isolement de la MRC des Basques afin de comprendre leurs réalités, leurs intérêts et leurs besoins pour qu'ils soient considérés, dans les années à venir, par les différents organismes et partenaires agissant auprès d'eux.

V. RAPPEL DE L'INTERVENTION

L'intervention s'est échelonnée sur trois mois. La stagiaire a réalisé quinze entretiens avec des aîné.e.s âgés entre 66 ans et 89 ans et ciblés comme étant potentiellement en situation d'isolement. Quatre entretiens ont été réalisés avec des intervenantes œuvrant auprès d'eux et dans les organismes tels que ; le Centre d'Action Bénévole et Logis Aide. Chaque rencontre réalisée a durée entre 1h 30 et 3h. La stagiaire a aussi organisé et animé quelques rencontres avec le sous-comité de consultation afin de piloter le projet et de profiter de l'expertise de chacun de ses membres.

Afin de réaliser une analyse des besoins, la stagiaire a mise en place des méthodes de collecte d'informations auprès des aîné.e.s en situation d'isolement et auprès des différents organismes, partenaires, intervenants et proches aidants touchés par leurs situations. La stagiaire a rédigé et diffusé un rapport final des résultats de l'analyse des besoins.

VI. MÉTHODOLOGIE

Les résultats présentés dans ce rapport sont issus d'une analyse de besoins. Cette partie présente les grandes lignes de la procédure et la méthode mise en place pour obtenir de façon subjective des données auprès d'aîné.e.s en situation d'isolement. La collecte de données réalisée lors de ce stage a permis de dresser un portrait global afin d'analyser les besoins, les désirs et les rêves des aîné.e.s en situation d'isolement. Elle a aussi permis de découvrir et de comprendre non seulement les besoins individuels, mais collectifs et de dresser le portrait sommaire de certaines forces et faiblesses des communautés au sein de la MRC des Basques. Pour cette analyse de besoins, la stagiaire a d'abord réalisé une recherche documentaire afin de se renseigner sur la problématique et se documenter sur ce qui existe déjà, ailleurs au Québec, comme rapports et initiatives auprès

des aîné.e.s en situation d'isolement. Suite à cette recherche documentaire, la stagiaire, accompagnée par le sous-comité, a élaboré un canevas d'entretiens pour diriger les rencontres et récolter les données espérées. Ensuite, des entretiens ont été réalisés un peu partout sur le territoire de la MRC afin d'avoir un échantillonnage représentatif des différentes réalités que peuvent vivre les aîné.e.s du territoire. Finalement des méthodes d'analyse ont été créées afin de traiter les récoltes de données recueillies.

i. L'ANALYSE DES BESOINS

L'analyse des besoins est une méthode qui sert de point de départ d'un projet pour collecter l'information afin de connaître les désirs d'un milieu, d'une population cible et les solutions potentielles à court et moyen terme. Ce type de démarche permet de révéler l'écart entre ce qui existe et ce qui est souhaité. Il s'agit de la première étape de planification d'un projet selon une approche communautaire. Ce rapport se trouve à être une analyse des besoins des aîné.es en situation d'isolement de la MRC des Basques.

ii. LA RECHERCHE DOCUMENTAIRE

La première étape du mandat a été une brève recherche documentaire sur le thème de l'isolement social chez les aînés. Il s'agit d'un survol des écrits qui cherche à résumer ce que l'on sait sur la question de l'isolement. La FADOQ (fédération de l'âge d'or du Québec), diffuse une documentation très étoffée sur la question de l'isolement social chez les aîné.e.s. La stagiaire a d'ailleurs consulté tout au long du stage la trousse « Rejoindre, Comprendre et Accompagner les personnes âgées isolées socialement » (Voir « Bibliographie »). Cette trousse contient neuf outils disponibles pour les gestionnaires et les intervenants des organisations communautaires, privées et publiques, dont l'une des missions est d'agir auprès des aîné.e.s, spécifiquement sur leur isolement social. Elle est une ressource incontournable créée par des experts. Le site du Conseil national des aînés du gouvernement canadien, est aussi une référence de choix au sujet de la problématique de l'isolement social des aîné.e.s (voir « Bibliographie »). De plus, dans cette étape de la recherche documentaire, il y a eu consultation de rapports d'actions déjà posés ailleurs au Québec afin de briser l'isolement social chez les aîné.e.s afin d'appuyer les démarches du stage sur ce qui a déjà été fait. Un entretien téléphonique a d'ailleurs été réalisé avec monsieur Jan Heinrich, organisateur communautaire à la Direction de la santé publique au Centre Intégré de Santé et de Services Sociaux de la Montérégie-Est, pour prendre connaissance des résultats d'un sondage de consultation, réalisé auprès des aînés dans le cadre de leurs politique MADA (Annexe E). Cet entretien a orienté la méthodologie de la collecte de données pour ce projet de consultation auprès des aîné.e.s en situation d'isolement. M. Heinrich a d'ailleurs partagé des documents de référence importants dont : Le rapport sur la recension des initiatives pour le comité de travail de la démarche *Ensemble avec tous nos aînés* de la MRC Pierre-

de-Saurel, (voir Bibliographie) les données d'un sondage de consultation des besoins auprès des aîné.e.s de cette MRC et les données d'un sondage auprès des intervenants de cette région.

Définition de concepts

Pour la bonne compréhension de ce rapport, les termes concernant la problématique abordée seront donc définis selon la littérature consultée. Le concept d'isolement social est multidimensionnel. Il est souvent utilisé de façon interchangeable avec d'autres, notamment celui de la solitude. Il est donc important de définir certains termes, mis en relation avec l'isolement social.

Isolement social : Lorsqu'on parle d'isolement, on ne parle pas seulement d'isolement géographique... Selon le Conseil national des aîné.e.s, l'isolement social est défini comme « la faible quantité et la faible qualité des interactions avec les autres, y compris le nombre de contacts, le sentiment d'appartenance, les relations satisfaisantes, l'engagement avec les autres et la qualité des membres du réseau. Les personnes isolées socialement manquent de contacts sociaux, de rôles sociaux et de relations mutuellement satisfaisantes. »² La notion de s'isoler socialement, ou d'être isolé socialement est donc d'être coupé ou de se couper soi-même de contacts et de relations humaines.

Isolement et solitude : Dans la littérature consultée pour ce stage, les auteurs établissent une différence entre l'isolement et la solitude. L'isolement peut parfois être souhaité et ne pas s'accompagner de sentiments négatifs de solitude. Ce sont ces sentiments négatifs qui mènent souvent à des conséquences néfastes comme la tristesse ou la dépression et pas nécessairement l'isolement.

La solitude dépend des réactions subjectives de la personne à son environnement et ses relations plutôt que de la condition plus générale d'isolement liée au fait d'avoir peu de contacts sociaux. Si la situation génère de l'insatisfaction dans les rapports aux autres et un sentiment de souffrance, il est question de solitude. La solitude « résulte de la perception par la personne aînée d'un écart prononcé entre la quantité et la qualité des relations qu'elle a et celles qu'elle souhaiterait avoir » (Bureau. Cardinal. Côté. Gagnon. Maurice. Paquet. Rose-Maltais. Tourigny, 2017). Une personne aînée peut ne pas être isolée physiquement, mais ressentir un profond sentiment de solitude.

² Conseil national des aînés : Rapport sur l'isolement social des aînés 2013-2014, (2014), https://www.canada.ca/content/dam/nsc-cna/documents/pdf/policy-and-program-development/publications-reports/2014/Rapport_sur_isolement_social_des_aînés.pdf (consultation Mai 2019)

« Les interactions entre le sentiment de solitude, l'isolement social et le fait de vivre seul sont complexes. Une personne peut vivre seule sans être isolée socialement ou souffrir de solitude; une personne peut être isolée socialement sans nécessairement vivre seule ou encore souffrir de solitude; une personne peut souffrir de solitude bien qu'elle ne vive pas seule et ne soit pas isolée socialement. » (Bureau. Cardinal. Côté. Gagnon. Maurice. Paquet. Rose-Maltais. Tourigny, 2017)

Isolement et exclusion : Un des concepts abordés dans la littérature, en lien avec l'isolement des aîné.e.s, est l'exclusion sociale de ceux-ci. « La notion d'exclusion sociale désigne un processus qui place des personnes ou des groupes à l'écart, qui les tient en retrait par rapport aux autres (ex.: discrimination, racisme). Ce processus est marqué par une privation de droits, de biens et de ressources qui se réalise à travers des rapports de force menant à des inégalités sociales ». (Bureau. Cardinal. Côté. Gagnon. Maurice. Paquet. Rose-Maltais. Tourigny, 2017)

L'exclusion sociale peut découler de préjugés sociaux ou de perceptions biaisées des aîné.e.s dans notre société. Les personnes âgées peuvent donc se mettre en retrait afin de ne pas être confrontées aux images véhiculées du vieillissement et aux préjugés différents de la perception de leur propre état. Cela peut entraîner l'isolement.

Isolement et support social : Le support social se définit par un réseau de contacts ou de relations affectives qu'un individu peut solliciter pour le soutenir et combler certains besoins. Être isolé, est donc de ne pas avoir la force ou la capacité d'un tel support. Le terme peut varier selon les auteurs (soutien social, réseaux de soutien, etc.), mais que la notion reste sensiblement la même.

Aînés : Selon le Petit Robert les aîné.e.s se définissent par; « Nos ancêtres, nos devanciers, les personnes âgées ». Mais selon la littérature scientifique, quand vient le temps de définir ce qu'est un aîné ou une aînée, les définitions varient beaucoup. Ce qui est intéressant dans la littérature, ce n'est pas la tranche d'âge, mais plutôt l'accent mis sur le caractère complexe de cette période de vie nommée, au Québec, âge d'or. Il existe de grands contrastes entre 60 et 100 ans.

La réalité des aîné.e.s se distingue non seulement par l'âge, mais en fonction de leurs milieux de vie (urbain ou rural), leur génération (60 ans/ 80ans...), de leur degré d'autonomie, de santé, de pauvreté et d'éducation. Par exemple ; une personne qui vit dans un rang n'a pas accès aux mêmes facilités qu'une personne au centre de Trois-Pistoles, une personne qui souffre de handicap vit des problématiques différentes d'une personne qui possède encore ses facultés, une personne de 60 ans a plus de facilité avec les nouvelles technologies qu'une personne de 85 ans... En résumé, il peut être constaté par la définition des termes que l'isolement est plus

complexe que de se sentir seul. C'est aussi un manque de support social, c'est-à-dire ne pas avoir autour de soi des gens sur qui on peut compter pour obtenir du soutien, ou le sentiment d'être exclu (ou s'exclure soi-même) de la vie sociale et des lieux publics.

Les facteurs de risques

La littérature identifie plusieurs facteurs qui peuvent intervenir dans le phénomène d'isolement social chez les aîné.e.s, ce que nous pouvons appeler des « facteurs de risque », ou des éléments de vulnérabilité.

Mobilité et accessibilité : La documentation consultée traite de l'impact de la mobilité des personnes âgées dans leur isolement. D'abord les pertes de capacités qu'entraîne le vieillissement, qu'elles soient petites ou grandes, peuvent générer de la gêne ou de la peur chez l'aîné, ce qui le confine à s'isoler. Aussi, « La distance géographique, le manque de transport adapté (par leur aménagement, l'horaire ou leur mode de fonctionnement) aux personnes aîné.e.s, la peur d'utiliser ces transports, soit par manque d'habitude ou par crainte de blessures ou de chutes » (Thériault. Racine, 2014), sont des facteurs pouvant favoriser l'isolement.

Âgisme et perception négative des aîné.e.s : Un des facteurs majeurs affectant l'exclusion et l'autoexclusion des aîné.e.s identifié dans la littérature scientifique est l'âgisme. Dans une société moderne productiviste, les aînés ne sont plus perçus comme utiles et productifs. Cette perception négative du vieillissement est véhiculée par les médias, les familles, les services, etc... Cette perception négative est aussi intégrée par les aîné.e.s eux-mêmes qui se dévalorisent ne se sentent plus utiles ou appréciés.

Perte de support social : « Le support social se définit, par la capacité de mobiliser ses réseaux et contacts sociaux pour obtenir du soutien » (Thériault. Racine, 2014). Le vieillissement entraîne des deuils multiples; la perte des réseaux professionnels, la perte de capacités, le changement de lieu de résidence qui affecte négativement le support social des individus.

Pauvreté : Selon la littérature, la pauvreté est un facteur de risque déterminant plusieurs aspects de la vieillesse. Les aîné.e.s à faible revenu ont plus de risques de développer des maladies chroniques, d'avoir des problèmes de santé mentale et ont une espérance de vie plus courte. La pauvreté limite les possibilités de qualité d'hébergement, l'accès aux services, aux transports et la présence dans des milieux de vie sociale. L'impact sur l'isolement est donc considérable.

Genre : Certaines recherches démontrent que l'isolement peut se manifester différemment selon le genre. Par exemple les hommes d'une certaine génération ont plus souvent laissé à leur épouse le soin d'établir et de maintenir les relations sociales, ce qui, en cas de veuvage, les laisse plus démunis (Thériault. Racine, 2014).

Les stratégies pour diminuer ou briser l'isolement

La littérature propose des stratégies pour diminuer les risques d'isolement ou des facteurs facilitateurs pour le briser.

Favoriser les rapports intergénérationnels : les échanges intergénérationnels ont un effet positif pour contrer l'isolement, notamment en améliorant le moral des individus, en suscitant les contacts humains et en sensibilisant les plus jeunes au vieillissement et aux enjeux que cela implique.

Amélioration des services de proximité : La mobilité et l'accès aux services sont un enjeu important de l'isolement. Une des solutions est l'amélioration de ceux-ci. Cette amélioration de service doit tenir compte des exigences physiques des aîné.e.s , de leurs horaires, leurs modes de vie, leurs revenus et prendre en compte leurs hésitations à essayer des modes de transport ou des services inconnus. À défaut de pouvoir amener les aînés vers les services, augmenter la qualité et la quantité de services mobiles disponibles permettrait d'amener les services vers eux. Dans tous les cas, la littérature nomme l'importance de prendre en considération le besoin des aînés de familiarité de l'environnement et des services pour leur utilisation et que plus les services de proximité sont près des personnes âgées, plus les chances sont fortes que ceux-ci les utilisent (Thériault. Racine, 2014).

Assurer un niveau de vie décent : sécuriser les revenus ou en tenir compte dans la nature des services et activités proposées est un facteur à considérer dans l'implantation de stratégies de lutte à l'isolement social.

Impliquer la communauté : La littérature scientifique suggère que les aîné.e.s font davantage confiance et ont plus tendance à faire appel à leur entourage et leur voisinage qu'à des inconnus ou des services formels. (Thériault. Racine, 2014). Ainsi, impliquer les proches et la communauté qui partagent le milieu de vie des personnes âgées peut être une possibilité afin de soutenir les personnes souffrant d'isolement.

VII. LES ENTRETIENS

La collecte de données réalisée lors de ce stage a permis de dresser un portrait d'aîné.e.s en situation d'isolement et d'analyser leurs besoins, leurs désirs et leurs rêves. Elle a aussi permis de découvrir et de comprendre non

seulement les besoins individuels, mais collectifs, et de dresser le portrait sommaire de certaines forces et faiblesses de nos communautés au sein de la MRC des Basques.

Ce stage a donc été la mise en place d'une consultation auprès des aîné.e.s en situation d'isolement dans la MRC des Basques pour mieux comprendre leurs réalités, besoins, désirs et rêves afin de soutenir leur bien-être par les actions futures des différents organismes et partenaires agissant auprès d'eux. La stagiaire a parcouru le territoire pour aller à la rencontre d'aîné.e.s entre 66 et 89 ans, ciblé.e.s comme étant potentiellement en situation d'isolement et a accompli des entretiens avec ceux-ci. Des entretiens semis-dirigés ont aussi été faits avec des intervenantes œuvrant auprès d'eux. (Annexe D tableau d'analyse intervenantes)

La création et la mise en place de méthodes de collectes de données auprès des aîné.e.s ont été réalisées lors de ce stage. Ainsi, deux canevas d'entretiens ont été créés, un pour les aîné.e.s et un pour les intervenantes, afin de réaliser des entretiens de qualités visant à révéler les besoins, désirs et les rêves par la voie du vécu intime. (Annexe A canevas d'entretiens)

La stagiaire a pris contact avec les aîné.e.s ciblé.e.s par ce projet en tant que citoyenne de St-Mathieu et étudiante. Elle leur mentionnait l'objectif de ces consultations qui visaient à connaître leurs besoins et leurs intérêts pour que les futures actions mises en place par la MRC ou les organismes agissant auprès d'eux soient ajustés à leurs besoins. La problématique n'a pas été nommée pour la prise de contact.

Les données récoltées lors de ce stage ont été enregistrées puis, à l'aide de grille d'analyse, retranscrites. L'information recueillie à l'aide de la grille d'analyse a été synthétisée grâce à des cartes mentales (Annexe B) puis présentée au sous-comité de consultation des aîné.e.s en situation d'isolement. Le sous-comité de consultation des aîné.e.s en situation d'isolement a alors pu prendre connaissance de la récolte des données et a partagé autour des cartes mentales en manifestant les surprises et les informations incontournables à retenir. C'est ainsi qu'une priorisation de données a été faite par le sous-comité, accompagné par la stagiaire, afin de rédiger ce rapport final d'analyse de besoins en faisant ressortir les informations importantes pour la suite de la démarche.

iii. LE PROFIL DES PARTICIPANTS

L'échantillonnage des aîné.e.s consulté.e.s a été choisis avec soin afin de bien représenter le territoire et ses particularités. Ainsi 14 aîné.e.s, neuf femmes et six hommes ont été contactés : 1 à Ste-Rita, 2 à Trois-Pistoles, 4 à St-Mathieu, 2 à St-Eloi, 2 à St-Simon, 3 à St-Médard et 1 à Ste-Françoise. La moyenne d'âge des répondant.e.s à cette consultation est de 80 ans. 13 aîné.e.s répondant.e.s sur 14 habitent dans leurs maisons dont 8 se

retrouvent au cœur du village et 5 dans les rangs. 2 aîné.e.s habitent dans une résidence ou un appartement HLM. 2 intervenantes de Logis-Aide, 1 intervenante du Centre d'Action Bénévole puis Madone Denis intervenante de milieu ont aussi été interrogées.

iv. LES RÉSULTATS ET ANALYSES D'ENTRETIENS

Afin de rendre compte des différents résultats ressortis lors de cette consultation auprès des aîné.e.s en situation d'isolement dans la MRC des Basques, la stagiaire a choisi de les organiser à partir des thématiques abordées lors des entretiens. (Tableau d'analyse Annexe C) Cette partie sera donc composée de neuf sous-parties :

- Logement
- Déplacements et transport
- Ce qui rend heureux
- Ce qui est difficile
- Réseau social
- Services
- Désirs et Besoins
- Vie de rêve
- Municipalité amie des aîné.e.s

Chaque sous-partie sera abordée de la même manière. D'abord, nous présenterons une compilation des différentes informations ressorties lors des entretiens. Ensuite, nous proposerons un résumé de ces informations sous forme de synthèse. Une analyse plus approfondie, en lien avec la question ciblée dans cette recherche, sera présentée dans la section suivante.

Logement : Pour ce qui est du logement, nous nous intéressons à la qualité de vie qu'implique les différents modes d'habitations des aîné.e.s du territoire (HLM, maison de campagne, maison de village, résidences...) et ainsi en faire ressortir les avantages et inconvénients. Un tableau a été réalisé à partir des données brutes et permet de faire ressortir ces éléments (Annexe C).

La majorité des aîné.e.s rencontré.e.s sont satisfaits de leur lieu de résidence. Les raisons principales à cette satisfaction est le confort, la tranquillité, se sentir chez soi, la localisation et dans de rares cas, le voisinage. Paradoxalement plusieurs aîné.e.s consulté.e.s manifestent aussi la difficulté d'entretenir leur lieu de résidence dû à la perte de leurs capacités. Nettoyer des dessus d'armoires, descendre dans les escaliers étroits du sous-sol, pelleter, tondre la pelouse sont des exemples de tâches qui semblent difficiles à réaliser lorsque qu'arrive le grand

âge. Une seule aînée interrogée a manifesté le désir de déménager dans un centre d'hébergement à cause de la lourdeur des tâches quotidiennes que nécessite l'entretien d'une maison. Une chose est certaine, c'est que le désir des aîné.e.s de demeurer dans leurs maisons domine celui d'habiter en centre d'hébergement. D'ailleurs lors des entretiens, il a été nommé à quelques reprises la peur du jugement et des « placotages » par rapport aux pertes de capacités, des autres membres de la communauté. Ce fait est à considérer lorsque vient le temps de quitter la maison pour se retrouver dans un hébergement à multiples locataires dans lequel les contacts avec les autres sont plus fréquents.

Déplacement et transport : La question du transport pour les aîné.e.s dans un territoire aussi vaste que la MRC des Basques est complexe. Lorsqu'il était le temps d'aborder la question du transport, nous voulions révéler ce qui pourrait être facilitant et ce que désire vraiment les aîné.es qui ont tendance à être isolé.e.s comme service de transport adapté à leurs réalités. Un tableau a été réalisé à partir des données brutes et permet de faire ressortir ces éléments (Annexe C).

Le véhicule personnel est de loin le moyen de transport privilégié. La majorité des aîné.e.s consulté.e.s détient encore son permis de conduire et son véhicule. L'aide d'un membre de la famille est souvent sollicitée pour les déplacements. Mais, le covoiturage avec la famille, un voisin ou un villageois est le mode de déplacement le plus utilisé. Alors qu'il pourrait répondre à un besoin exprimé, le service de transport en commun de L'Éveil des Basques est mal connu car certains aînés consultés croient qu'il est trop dispendieux ou pas disponible pour eux. Certains d'entre eux mentionnent d'ailleurs que l'horaire du transport en commun est peu adapté à leurs besoins. Ils aimeraient sortir les soirs ou la fin de semaine, par exemple.

Ce qui rend heureux : L'intention d'aborder le bonheur au quotidien des aîné.e.s était de révéler ce qui est déjà en leur pouvoir d'agir et qui peut être perpétué ou partagé à d'autres réalités moins évidentes. Du même coup, les réponses à cette question dévoilent les intérêts et les composantes que nécessite la « recette » du bonheur quotidien. Un tableau a été réalisé à partir des données brutes et permet de faire ressortir ces éléments (Annexe C). Des cartes mentales ont été réalisées pour synthétiser ce qui rend heureux (Annexe B carte mentale 1).

La majorité des aîné.e.s consulté.e.s manifeste que les activités ou les rencontres sociales sont les moments qui les rendent le plus heureux. Par exemple, recevoir de la visite, voir sa famille, partager un repas, échanger avec d'autres dans des lieux de services tels que la poste ou le dîner des bénévoles du CAB (centre d'actions bénévoles) sont des réponses qui reviennent souvent lors des entretiens. Les activités extérieures comme la marche, le jardinage, la promenade de VTT en forêt ou la contemplation, sont aussi importantes pour le bien-être

des individus consultés. La télévision est nommée de façon générale comme étant une activité qui fait du bien au quotidien. Certains hommes aiment bricoler le bois dans l'atelier ou faire de la mécanique, les dames de leur côté pratiquent le tricot et la lecture. La lecture prend d'ailleurs une place importante dans la vie de la plupart des participants aux entretiens.

L'échange, le lien et le partage avec d'autres sont des tendances dominantes aux réponses offertes par les aîné.e.s consulté.e.s à propos de ce qui les rend heureux. (Annexe C) Que ce soit une rencontre familiale, l'échange avec des ressources de services ou la postière, la visite d'ami.e.s ou les rencontres au restaurant, se sentir en lien semble être une composante majeure à la recette du bonheur. Il peut être intéressant de souligner que les liens ne nécessitant pas d'initiative de la part des aîné.e.s consulté.e.s, comme une visite ou un service par exemple, semblent faciliter les relations. Les contacts humains accueillants et bienveillants, reproduisant en quelque sorte le lien familial, semblent aussi être un élément essentiel au bien-être des aîné.e.s.

Dans les entretiens réalisés, le sentiment d'autonomie ressort aussi comme une composante majeure au bonheur. Que ce soit le bien-être dans les tâches ménagères quotidiennes, faire son jardin, bricoler, participer à des activités ludiques ou la promenade forestière en VTT, lorsque les aîné.e.s sont interrogé.e.s au sujet du bonheur, ils nomment systématiquement qu'ils sont heureux là où ils ont encore un pouvoir d'agir. La possibilité de conduire son propre véhicule est aussi un exemple d'autonomie qui semble essentielle à un grand nombre d'aîné.e.s interrogé.e.s.

Ce qui est difficile : L'intention de questionner au sujet de ce qui est difficile, d'abord comprendre la source potentielle de l'isolement et ensuite prendre conscience des aspects de la vie des aîné.e.s à prendre en soin. Un tableau a été réalisé à partir des données brutes et permet de faire ressortir ces éléments (Annexe C). Des cartes mentales ont été réalisées pour synthétiser ce qui rend heureux (Annexe B carte mentale 2).

Ce qui est nommé à l'unanimité comme étant difficile par les aîné.e.s rencontré.e.s lors de ce stage, est la perte de capacités et tout ce que cela peut engendrer. Les pertes de capacités entraînent le deuil de beaucoup d'activités, de passe-temps et surtout de certains liens sociaux. Cela peut même entraîner un sentiment de honte ou de gêne chez certains aîné.e.s. D'ailleurs, plusieurs d'entre eux manifestent la peur du jugement et du placotage par rapport à leurs vieillissements et la dégradation de leurs capacités. Cette peur du jugement semble limiter grandement les liens sociaux. Certaines situations pouvant être proches de l'intimidation ont été nommées. Selon les partages, ce genre de situations semblent être plus fréquentes dans les centres d'hébergement.

La peur, l'inquiétude, l'anxiété, la tristesse, sont des sentiments qui dominent dans ce qui est difficile au quotidien pour les aîné.e.s. L'ennui d'un ou d'une proche, de la famille ou des amis est aussi nommé par plusieurs des participants.

Réseau social : Un grand volet du canevas d'entretien portait sur le réseau social. Le but était d'abord d'identifier si l'aîné.e consulté.e était vraiment en situation d'isolement social. Ensuite les questions posées permettaient de faire ressortir les mécanismes pouvant provoquer cet isolement social, de manifester les liens significatifs et d'identifier les désirs relationnels des aîné.e.s. Un tableau a été réalisé à partir des données brutes et permet de faire ressortir ces éléments (Annexe C). Des cartes mentales ont été réalisées pour synthétiser ce qui rend heureux (Annexe B carte mentale 3).

Les enfants et la famille semblent être les liens les plus significatifs pour la grande majorité des aîné.e.s rencontré.e.s. Malheureusement, dix aîné.e.s sur quinze manifestent un sentiment de manque par rapport aux visites familiales peu fréquentes. Que ce soit d'un ami ou de la famille, pratiquement tous les aîné.e.s consulté.e.s nomment le désir d'avoir plus de visite voir même, une présence continue auprès d'eux. (Annexe C tableau d'analyse) C'est pourquoi les ressources de services telles que : Logis-Aide ou le CLSC sont, pour ceux qui en reçoivent, des liens relationnels importants dans leurs semaines. Sinon, les lieux de socialisation les plus fréquentés sont : le centre d'achat, l'épicerie, le restaurant Terry-Bell et les visites chez des amis.

La majorité des aîné.e.s démontre peu d'intérêt à faire partie d'un groupe d'attachement tel que le Club des 50 ans et plus, le Centre des femmes Catherine Leblond, le dîner des bénévoles du CAB, la chorale de leur village ou des joyeuses troubadours. En contre-partie, ceux qui font partie d'un groupe semblent être bien satisfaits de ce que cela apporte dans leurs vies. Une grande majorité d'aîné.e.s dise que les visites à domicile facilitent le lien et les soutiennent de façons efficaces.

Service : Pour cette section du questionnaire d'entretien, nous voulions savoir si les services existants dans la MRC des Basques étaient utilisés et connus. Aussi, nous voulions savoir en quoi les services existants répondaient aux besoins des aîné.e.s en situation d'isolement et sinon quels services pourraient être mis en place pour combler ceux-ci. Un tableau a été réalisé à partir des données brutes et permet de faire ressortir ces éléments (Annexe C). Des cartes mentales ont été réalisées pour synthétiser ce qui rend heureux (Annexe B carte mentale 4).

Neuf aîné.e.s sur quinze ne bénéficiaient d'aucun service au moment de cette consultation. Les services les plus utilisés pour les autres sont : Logis-Aide, l'infirmière du CLSC, Madone Denis intervenante de milieu et le bracelet

Life Line. De ces neuf aîné.e.s, une grande majorité semblait mal informée des services existants pour le bien-être des personnes âgées de la MRC. Lorsque la question leur est posée, à savoir quel besoin n'est pas comblé par un service qui pourrait être soutenu et faire du bien dans votre quotidien ? Beaucoup d'aîné.e.s ont manifesté, de différentes façons, le besoin de se sentir en lien.

Pour leur part, les aîné.e.s qui bénéficient des services apprécient grandement la relation qui se développe avec les préposé.e.s, infirmier.e.s, ou autres intervenant.e.s. Même que ces contacts humains hebdomadaires semblent offrir beaucoup plus que le service offert. Cette présence offre non seulement un repère temporel, mais semble être une occasion pour l'aîné.e. de se sentir vivant et important. Avoir la visite d'une ressource qui s'occupe d'eux est une occasion d'être en lien et de partager. Les services sont beaucoup plus que des services, ils sont aussi des opportunités de faire du bien aux aîné.e.s en leur apportant de l'écoute et de la bienveillance.

Désirs et Besoins : Les désirs et besoins ne sont pas abordés directement dans le canevas d'entretiens mais ils ont été soutirés des entretiens de façon transversale dans toutes les thématique abordées (ce qui est difficile, les services, transport etc...). Cette section énumère donc les désirs et besoins qui ressortent des entretiens et ceux-ci seront approfondis dans la section qui suit. Un tableau a été réalisé à partir des données brutes et permet de faire ressortir ces éléments (Annexe C). Des cartes mentales ont été réalisées pour synthétiser ce qui rend heureux (Annexe B carte mentale 5).

Les services dont les aîné.e.s auraient besoin et qui ont été nommés sont : des visites amicales plus fréquentes, un lieu de rassemblement comme un petit restaurant ou un café dans leur village, un comptoir alimentaire, de l'accompagnement et du transport plus adapté à leurs besoins, de l'accompagnement pour des sorties au centre d'achat et de l'aide pour le grand ménage annuel de leur maison.

Les activités désirées par les aîné.e.s consulté.e.s sont : jaser avec d'autres, des dîners plus fréquents avec des bénévoles, plus de messes, des cafés-rencontres, des activités physiques douces, des activités créatives et du chant.

Les désirs ou besoins relationnels manifestés pour embellir leur quotidien sont les suivants : avoir une présence au quotidien, voir ses enfants et petits-enfants plus souvent, partager avec des amis, se sentir en lien avec la communauté, avoir des visites plus fréquentes de la famille élargie et avoir la compagnie d'une conjointe ou d'un conjoint.

Encore ici, il est important de souligner à quel point l'aspect dominant au niveau des désirs et des besoins des aîné.e.s est d'être en lien plus fréquemment avec les autres. Que ce soit dans le désir d'avoir un lieu où se rassembler au cœur du village, des sorties plus faciles et fréquentes au centre d'achats ou des visites amicales, les aîné.e.s consulté.e.s manifestent leurs besoins de se sentir relié.e.s, apprécié.e.s et utiles autant que cela se peut.

Vie de rêve : Lorsque la notion de vie de rêve a été abordée pour ces entretiens, la stagiaire mentionnait aux participants l'importance de ne pas se censurer et d'exprimer tout ce qui leur venait. Le but était de rêver un monde meilleur répondant aux désirs les plus profonds et intimes des aîné.e.s. Un tableau a été réalisé à partir des données brutes et permet de faire ressortir ces éléments (Annexe C). Des cartes mentales ont été réalisées pour synthétiser ce qui rend heureux (Annexe B carte mentale 6).

Ce qui est le plus souvent ressorti est le désir d'avoir de meilleures capacités ou de partager la vie avec quelqu'un à la maison tout en ayant une bonne qualité de vie. Le rêve de mourir subitement, sans souffrance et sans dégradation de leur état de santé a souvent été mentionné par les aîné.e.s, lors de cette consultation. Le désir de voir la famille plus souvent a grandement été manifesté. Certains aîné.e.s rêvent, sous différentes formes, d'une petite communauté d'entraide multigénérationnelle. Le voyage, avoir un animal de compagnie, être en paix avec la succession, se sentir serein.e sont aussi des rêves qui ont été exprimés.

Il est intéressant de s'attarder aux rêves et de les inverser. Ils deviennent alors révélateurs possibles des plus grandes souffrances des aîné.e.s consulté.e.s lors de ce projet de stage. Par exemple, lorsqu'une personne interrogée nomme que son désir le plus grand est de mourir sans souffrance et dégradation de l'état de santé, il peut être supposé que celle-ci a peur de terminer sa course dans la douleur. Donc, si on se prête à cet exercice, les souffrances qui ressortent des rêves exprimés sont : la dégradation des capacités physiques, le manque de soutien au quotidien, la peur de mourir en douleur, la solitude, l'isolement, les sentiments de tristesse, d'anxiété et d'inquiétude, la peur de perdre sa maison ou d'être déraciné du milieu de vie et le manque de contact avec la famille.

Municipalité ami des Aîné.e.s : Lors de cette consultation, il nous paraissait aussi important de questionner les aîné.e.s aux actions municipales qui pourraient être mises en place pour assurer le bien-être du grand âge. Un tableau a été réalisé à partir des données brutes et permet de faire ressortir ces éléments (Annexe C). Des cartes mentales ont été réalisées pour synthétiser ce qui rend heureux (Annexe B carte mentale 7).

À la question : « Comment serait une municipalité qui s'occupe bien des aîné.e.s de votre communauté ? » les aîné.e.s consulté.e.s ont majoritairement exprimé.e.s le besoin de mettre en place des ressources qui visitent et

veillent sur eux. Un des désirs majeurs nommés est aussi d'avoir, dans chaque village, un endroit informel où les aîné.e.s pourraient aller en tout temps prendre un café, manger ou simplement jaser et partager un jeu. Certains nomment que selon eux les municipalités ont le devoir de faciliter la mise en place de micro-projets d'entraide et d'habitations tels que des coopératives d'habitations multigénérationnelles. D'autres manifestent leurs désirs que la municipalité mette en place des ressources pour l'entretien de la maison, du terrain et la facilitation du jardinage. Les aîné.e.s consulté.e.s, mentionnent que l'amélioration des possibilités de transport ainsi que l'approvisionnement en nourriture sont des besoins pouvant être comblés par des mises en actions municipales.

VIII. CONSTATS ET PISTES DE RÉFLEXIONS

Comme nous pouvons le constater dans la section analyse, de grandes constantes ressortent de cette consultation. Certains points méritent de s'y attarder. Voici donc certaines pistes de réflexion émises suite à cette consultation auprès des aîné.e.s en situation d'isolement de la MRC des Basques. Il est important de souligner l'importance que les mises en actions futures puissent considérer l'hétérogénéité de cette grande période de vie qu'est la vieillesse ainsi que l'état psychologique et émotionnel que peut provoquer le vieillissement et ses nombreux deuils.

Vieillesse et perte de capacités : D'abord, il est important de parler de cet état de gêne, de peur du jugement et même de honte que peuvent vivre certains aînés par rapport au vieillissement et aux pertes de capacités qui peuvent en découler. Selon le petit Robert, la honte est « le sentiment pénible de son infériorité, de son indignité ou de son abaissement dans l'opinion des autres ».

Marie Gendron (2008) dans son très beau livre *Le mystère Alzheimer*, parle de la honte venant avec la perte de capacités de la façon suivante : « Quand on a honte, on se réfugie dans l'isolement et on contraint à l'isolement la personne qu'on estime à l'origine de la honte (...) Mais ce n'est pas tout, dans la solitude ainsi créée, la peur envahit l'espace. Peur de la différence, peur de l'étrangeté, peur croissante des comportements inhabituels ou insolites (...) L'enfermement dans la honte, la solitude et la peur entraîne l'insécurité, voire l'impuissance et l'épuisement. » (p. 23-24). Comme décrit dans cet extrait, la perte de capacité peut générer de l'isolement qui génère de la peur, de la solitude, de l'insécurité poussant même à l'épuisement ... Bref, la perte de capacités peut engendrer un cercle vicieux de conséquences et il est à prendre en grand soin lors des interventions auprès des aîné.e.s.

Le vieillissement semble être considéré comme un frein à l'épanouissement de nos communautés. La perte de capacités générées par le vieillissement semble être la fin des possibles pour certains. L'être ayant un problème

de mobilité, vivant des périodes d'incontinence ou perdant la vision peut réduire sa qualité de vie à son état physique. Il peut être normal que de la honte soit ressentie par un être lorsqu'il est abordé en tant que maladie ou fardeau peu mobile ... Pourtant, les aîné.e.s de nos sociétés, même s'ils ont des capacités diminuées, possèdent tous la richesse de leurs vécus. Si nous voulons contrer l'isolement, nous devons d'abord prévenir et agir avant qu'il ne se manifeste. Et pour cela, il faut soutenir les aîné.e.s, non seulement à travers leurs pertes de capacités, mais aussi en favorisant leur autonomisation et leur épanouissement. La mise en valeur du potentiel existant chez les aîné.e.s, en leur offrant une place de choix au sein de nos communautés, est une façon préventive d'aborder l'isolement social.

Logement : La disponibilité d'une offre de logement de qualité et abordable répondant aux besoins des aîné.e.s est d'une importance fondamentale pour notre MRC vieillissante. Le bien-être des aîné.e.s consulté.e.s désirant demeurer dans leurs maisons, semble dominer celui d'habiter en résidence de cohabitation telle que les HLM, OBNL d'habitation ou hébergement privé. Cette consultation ne s'est pas attardée profondément aux raisons qui démotivent les aîné.e.s à quitter leurs demeures, mais la peur a certainement été manifestée à plusieurs reprises à ce sujet. la peur d'attrister un fils, la peur du *placotage* en contexte de résidence, la peur de perdre son autonomie, la peur de partir de chez soi. Toutes ces peurs ont été nommées. Le deuil immense qu'implique le déménagement de son domicile vers une résidence pour aîné.e.s est aussi un facteur majeur à prendre en soin et à considérer lorsqu'on aborde la question de briser l'isolement et pour faciliter le libre choix des aîné.e.s.

Le désir d'avoir plus souvent de la visite à la maison et de relations humaines nourrissantes est ce qui ressort le plus de cette consultation. Le déménagement en résidence pourrait favoriser la création d'un tissu social autour de l'aîné.e.. Pourtant, selon cette consultation, demeurer chez soi est un facteur de bonheur pour les aîné.e.s et il y a de la résistance à changer de lieu d'habitation. Pour ceux-ci, le domicile constitue un lieu rassurant, mais surtout un ancrage dans la communauté qui leur permet de maintenir une certaine autonomie. Aussi, certains aînés ont manifesté leurs craintes de devoir habiter en résidence par peur du jugement des autres à la perte de leur autonomie. Cela soulève des questionnements au sujet du climat social et de l'autonomisation qu'il peut y avoir dans de petits milieux d'habitation tels qu'une résidence pour personnes âgées. Les préjugés et le climat d'exclusion de certains milieux d'habitation peuvent pousser à l'isolement social de nos aîné.e.s. et ce, même s'ils sont au sein d'une petite communauté comme celle créée par les centres d'hébergements.

Déplacement et transport : Dans un territoire aussi vaste que la MRC des Basques, le transport efficace est essentiel. Il faut pallier aux pertes de mobilité des individus et à la perte du permis de conduire. Or, il semble que la mise en place d'un service de transport adapté ne suffit pas. Il faut donc penser à rendre l'offre de service plus

mobile et à ne pas limiter les activités à la ville-centre de Trois-Pistoles et ce, surtout auprès des aîné.e.s en situation d'isolement qui ont besoin qu'on aille directement les chercher à domicile. Si ce ne sont pas les services qui peuvent aller à eux alors cela doit être l'offre de transport qui facilite l'accès à ceux-ci. Acquérir de nouvelles habitudes peut être difficile pour les personnes vieillissantes, il faut donc les accompagner dans cette transition vers de nouveaux modes de déplacements.

Réseaux sociaux : Le désir d'avoir de la visite plus fréquente et surtout de la part des membres de la famille domine les entretiens réalisés au cours de cette consultation. Les aîné.e.s ont besoin de relations qui reproduisent la proximité de la vie de famille : des gens qui viennent à eux, sans jugement, dans l'écoute et la bienveillance. Le soutien des initiatives de travail de milieu auprès des aîné.e.s en situation de vulnérabilité (ITMAV) mis en place par le ministère de la Famille et des Aîné.e.s, est tout à fait pertinent en ce sens. Madame Madone Denis, intervenante de milieu auprès des aîné.e.s, est actuellement la seule ressource « ITMAV » dans le vaste territoire de la MRC des Basques. Une seule ressource ne peut suffire à la tâche de soutenir et contacter les aîné.e.s en situation d'isolement sur tout ce territoire. Il serait donc souhaitable de multiplier les intervenant.e.s de milieu, ou autres ressources du genre, auprès des aîné.es en situation de vulnérabilité par exemple en ayant une ressource responsable des aîné.e.s dans chacune des municipalités. Il y a également les visites amicales du Centre d'Action Bénévole qui existent dans le but de contrer l'isolement, elles sont très appréciées du milieu et sont à perpétuer pour soutenir le manque de visite des aîné.e.s.

Il est à noter que la plupart des aîné.e.s rencontré.e.s n'ont pas ou très peu (La rencontre familiale annuelle...) de contacts physiques avec d'autres personnes tels que des caresses, des câlins ou simplement se faire tenir les mains. C'est pourquoi le développement de lien de proximité chaleureux et bienveillant a toute son importance.

Services : Pour une bonne mise en fonction de service auprès des aîné.e.s, il est important de s'attarder à certains critères essentiels : le coût du service, l'horaire et surtout la qualité de l'accueil sans jugement et la relation humaine établie. D'ailleurs, cette consultation révèle que les aîné.e.s en situation d'isolement préfèrent que les services viennent à eux, directement à leur domicile. Il faut donc maintenir et bonifier l'offre existante dans la MRC des Basques en tenant compte de ce critère majeur.

Selon les constatations issues de cette consultation auprès des aîné.e.s en situation d'isolement, les services qui pourraient être implantés ou améliorés pour répondre aux besoins exprimés sont : des visites à domicile plus fréquentes, la mise en place de lieux de rencontre au cœur des villages, un transport en commun plus accessible,

des cafés-rencontres, plus d'activités sportives douces, une offre d'aide à l'entretien de la résidence ou du terrain (pelleter, pelouse, grand ménage, etc...) et des messes plus fréquentes.

Pour qu'il y ait la participation et des demandes pour ces différents services offerts, il est essentiel de viser une récurrence et une pérennité des activités. Pour faciliter cette pérennité de services et de financement, des solutions telles que le jumelage d'organismes ou d'activités peuvent être envisagées. Par exemple, un organisme s'occupant de l'entretien pourrait jumeler ou bonifier son offre de service par des ressources ITMAV ou collaborer avec le CAB (centre d'actions bénévoles) pour compléter son offre. La culture de concertation est primordiale pour une diversité et une complémentarité des services sur le territoire. Réfléchir au continuum de service offert par les organismes à nos aîné.e.s pourraient permettre d'assurer la mise en place d'un ensemble de services qui répondraient à la globalité des besoins. Il est à noter l'importance d'une publicisation des services et des activités adaptés aux personnes âgées dans le langage et dans la forme. La majorité des aîné.e.s consulté.e.s ne navigue pas sur internet. Il faut donc éviter de s'en remettre seulement aux sites internet et aux courriels pour cette tranche de la population. En ce sens, selon les données ressorties de cette consultation, il faut privilégier les journaux locaux, les bulletins municipaux et les annonces à la télévision.

Communauté : Les projets développés pour briser l'isolement chez les aîné.e.s ont plus de chance de réussite s'ils sont issus d'une volonté collective. Pour cela, il faut sensibiliser les collectivités non seulement à la problématique, mais au vieillissement en général. La sensibilisation au vieillissement semble primordiale pour briser l'isolement social.

D'abord, la sensibilisation à l'âgisme (et à l'exclusion et l'auto-exclusion qui en résultent) est essentielle pour agir en amont ou en parallèle de tous les services et activités offerts aux aîné.e.s. Rendre positive la perception du vieillissement dans nos collectivités et mettre en valeur le potentiel collaboratif intergénérationnel est un pas vers une société épanouie, plus inclusive et intergénérationnelle. Les perceptions négatives sont parfois intégrées par les aîné.e.s eux-mêmes qui en déduisent qu'il est normal de s'isoler et de se retirer de la vie sociale lorsqu'on arrive cette catégorie d'âge. C'est pourquoi il faut aller vers eux, les sensibiliser, valoriser leurs potentiels et mettre en place des activités communautaires inclusives. Il semble également précieux d'accueillir cette période de vie avec bienveillance et sensibiliser les communautés de nos MRC à se soutenir à travers les âges.

Différents groupes et événements tels que; les 50 ans et plus, les fêtes communautaires de villages, les Filles d'Isabelle, Vie Active, le tai chi, les clubs de pétanque, les troupes de théâtre, les jardins collectifs, etc... ont leurs rôles à jouer dans l'amélioration de la qualité de vie des aîné.e.s en situation d'isolement par la construction

d'une vision positive de leur participation sociale. Il est préférable de combattre l'âgisme d'un angle positif, en mettant de l'avant les contributions de chaque génération à la société et le plaisir d'être ensemble et de partager à travers les âges.

Aussi, la mise en place de plus de structures d'échanges et de partages pour que les générations se rencontrent et que les aîné.e.s se relient peut être à envisager. Beaucoup d'aîné.e.s consulté.e.s nomment qu'ils ne se sentent pas concerné.e.s par l'offre d'activités du Club des 50 ans et +. Pour certains c'est trop « vieux jeu » pour d'autres, trop bruyants et actifs. Pour la majorité des aîné.e.s consulté.e.s, les Clubs des 50 ans et + ne semblent pas être un lieu valorisant et stimulant. Dans une période de vie aussi vaste que celle des 50 ans et + il est normal que d'offrir des activités plaisantes pour tous est un projet complexe. Pourtant, une des seules structures d'offre d'activités pour cette période de vie est le Club des 50 ans et plus. Il pourrait y avoir une réflexion sur la diversification d'offres d'activités pour ce groupe d'âge.

Miser sur la richesse du lien social grâce à son potentiel bienveillant et créateur est une voie d'épanouissement pour nos communautés. Pour cela, il faut des leaders et des mobilisateurs qui informent et sensibilisent la communauté à la beauté de l'intergénérationnel et motive la communauté à prendre soin du vieillissement de sa population. Il pourrait y avoir des campagnes de sensibilisation du genre « Voisiner un aîné ! » par lesquelles la mise en place des gestes de veille et de jumelage simple avec des familles pourrait permettre de briser l'isolement avec, par exemple, un petit café de fin de semaine, une visite chaleureuse pour prendre des nouvelles et sonder les besoins, une partie de jeux de cartes, une offre de covoiturage, etc... Chaque citoyen peut avoir un rôle à jouer pour contrer la problématique de l'isolement social chez les aîné.e.s. Il suffit de s'attarder au bien-être d'un aîné voisin vivant seul pour que ce rôle ait des bienfaits directement sur la qualité de vie de la personne. L'engagement auprès des aîné.e.s de la communauté est un gage de richesse et peut procurer un sentiment de bien-être ainsi qu'un échange des générations bénéfiques pour tous.

IX. CONCLUSION

L'âge d'or québécois débute dès 50 ans. Statistique Canada considère toute personne de 65 ans et plus comme un aîné. Tandis que pour certains chercheurs la vieillesse vient avec la dépendance. Même si le vieillissement varie considérablement d'un être à l'autre, être aîné c'est faire partie d'un temps de la vie très vaste, dans lequel la probabilité de vivre des deuils (perte de capacités, perte d'un être cher, perte d'emplois, etc..) s'accroît.

La vieillesse est une étape de la vie extrêmement hétérogène que l'on tente d'aborder avec homogénéité. La situation actuelle des aîné.e.s québécois.e.s est un sujet préoccupant. En cette ère de productivité, cette période de vie complexe est mise de côté. Les êtres pour qui l'espace-temps ne sert plus à être rentabilisé sont délaissés et oubliés. C'est le cas de beaucoup d'aîné.e.s qui sont aux prises avec les pertes de capacités engendrées par le vieillissement. Pourtant, la vie des aîné.e.s est chargée de sens et ne demande qu'à être partagée. La vieillesse met en évidence les richesses de notre société, mais aussi ses souffrances et ses lacunes. Prendre le temps d'écouter la vieillesse, c'est prendre soin de nos sociétés et prendre conscience que nous sommes tous interreliés. En ces temps modernes, les individus sont happés par l'action et la productivité incessante. La lenteur et la vulnérabilité de nos aîné.e.s, est donc une richesse à ne pas laisser de côté. Se révèle alors un besoin d'espace de vulnérabilité en ce monde, pour que se révèle la vie et que nous en prenions soin.

Ce stage a mis en valeur les besoins dominants des aîné.e.s : l'envie d'être relié, d'avoir des relations de qualité par lesquelles ils ou elles peuvent se déposer, se raconter, être rassuré.e.s, se sentir vivant.e.s et aimé.e.s. Ce stage fut une belle occasion d'explorer les avenues possibles pour aborder différemment les aîné.e.s et les défis que comporte le vieillissement. Le rapport d'analyse rédigé suite à ce stage soulève ainsi plusieurs questions :

Comment tisser les liens et humaniser la vie de nos aîné.e.s ? Comment leur offrir la place qui leur revient dans nos communautés ? Comment faire en sorte que les aîné.e.s terminent leur vie heureux.ses et comblé.e.s de ce monde ?

Nous devrions tous avoir le droit de mourir serein, se sentir libre d'aimer et d'être aimé. Prendre soin de nos aîné.e.s, c'est prendre soin de notre histoire, en explorer les enseignements et les richesses, mais c'est aussi et surtout prendre soin de notre présent.

X. BIBLIOGRAPHIE

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). Ce document est disponible en version PDF sur le site : www.fadoq-quebec.qc.ca

Gendron Marie. 2008, *Le mystère de l'alzheimer : L'accompagnement, une voie de compassion*, Éditions de l'homme, Montréal, 320 p.

Institut de la Statistique du Québec; <http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/profils/bulletins/2017/01-Bas-Saint-Laurent.pdf>

Thériault M. Racine S. 2014, *Rapport final de la démarche ensemble avec tous nos aînés de la MRC Pierre-de-Saurel*, Communagir, 144 pages.

Simard Majella. 2006, *Le vieillissement de la population en milieu rural québécois : rapport- synthèse portant sur les connaissances, l'évolution du processus et l'enseignement des initiatives novatrices*. Chaire de recherche du Canada en développement rural, Rimouski, 58p.

Conseil National des aînés. *Rapport sur l'isolement social*; https://www.canada.ca/content/dam/nsc-cna/documents/pdf/policy-and-program-development/publications-reports/2014/Rapport_sur_isolement_social_des_aînés.pdf. Consulté en mai 2019

<https://www.canada.ca/fr/conseil-national-aines/programmes/publications-rapports/2014/isolement-social-aines/page05.html>

Annexe A : Canevas d'entretiens auprès des aînés en situation d'isolement de la MRC des Basques

Introduction

- Depuis combien de temps vivez-vous dans la municipalité? Dans votre maison?
- Êtes-vous satisfait(e) du lieu où vous habitez? Pourquoi?
- Quelles sont les moments préférés de votre vie actuelle?
- Comment se passe votre quotidien? Pouvez-vous me décrire une semaine type pour vous?
- Qu'est-ce qui vous rend heureux dans votre quotidien ? Dans vos activités ?
- Qu'est-ce que vous trouvez le plus difficile dans votre quotidien ?

Réseau social

- Comment sont vos relations en ce moment ? (Famille, amis, intervenants...)
- Qui voyez-vous, quand ? Où?
- Avec qui aimez/aimeriez-vous passer du temps?
- Fréquentez-vous un club ? Un groupe?
- Pouvez-vous me nommer un moment social qui vous a comblé dernièrement ?
- Qu'est-ce qui vous manque pour que vos liens sociaux soient satisfaisants?
- Qu'est-ce qui vous intéresse qui pourrait faciliter votre lien avec votre communauté?

Utilisation des services

- Quels services utilisez-vous en ce moment ?
- Comment assumez-vous vos déplacements ? Transport ?
- Où aimez-vous aller ? Où aimeriez-vous aller plus souvent?
- Quel besoin avez-vous qui n'est pas satisfait par un service et qui pourrait vous soutenir et vous faire du bien dans votre quotidien?
- Quelle activité vous stimulerait à sortir sans penser à la logistique du transport? (Église, jeux, spectacle, danse...)
- Qu'est ce qui faciliterait vos sorties?

Rêves

- Quel était vos rêves quand vous étiez jeune ?

- De quoi auriez-vous besoin pour être parfaitement bien dans votre quotidien?
- Comment serait une municipalité qui s'occupe bien des aînés de votre communauté (quelles actions? qu'est-ce qui pourrait être pris en soin)?
- Décrivez-moi comment serait votre vie de rêve ?

Conclusion/information

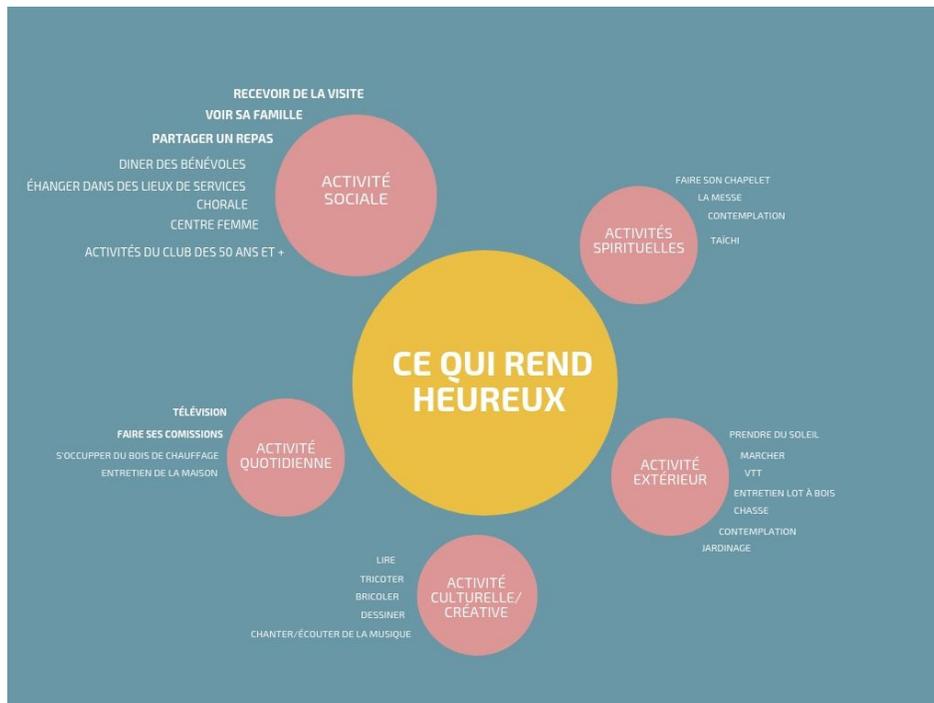
- Comment faites-vous pour savoir quel service est là pour vous? (Logis-aide, infirmière, popote roulante, etc...)
- Consultez-vous les sources d'information suivantes:
 - Télé communautaire
 - Bulletin municipal
 - Sites Internet
 - Courrier électronique
 - Feuillet paroissial
 - Journaux locaux
 - Affiches et tracts dans des lieux publics
 - Communications provenant d'organismes ou d'associations dont vous êtes membre

Sensibilisation des services à leurs dispositions dans la MRC

- Citoyen(ne) Maillon de votre localité
- Intervenante de milieu auprès des aîné(e)s sur le territoire (MADONE)
- Centre d'Aide aux Bénévoles et leurs services
- Logis-Aide des Basques
- Centre d'aide aux proches aidants des Basques (CAPAB)

Annexe B : Synthèse des données par cartes mentales

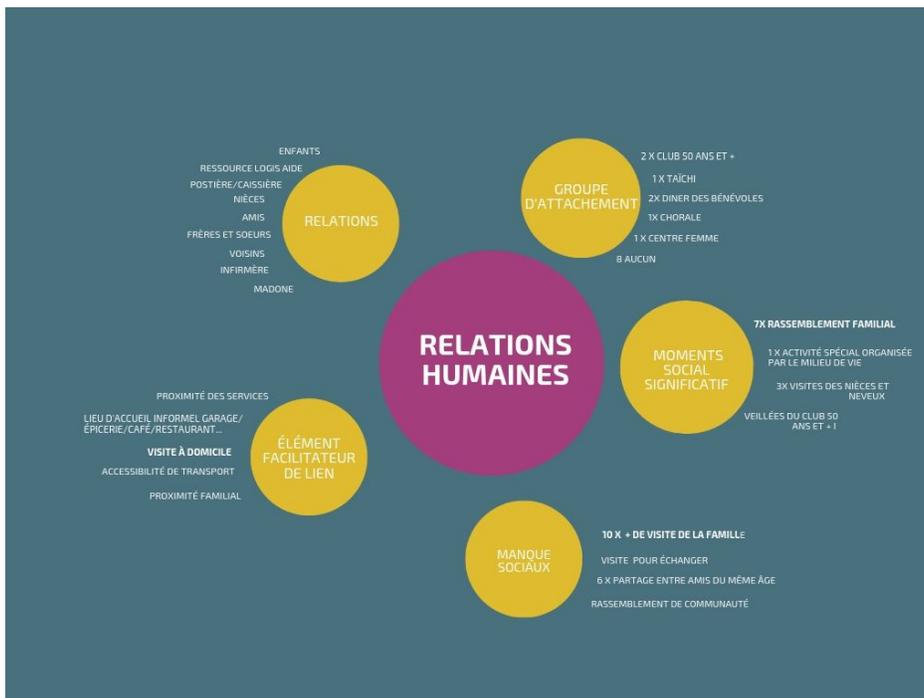
Carte mentale 1



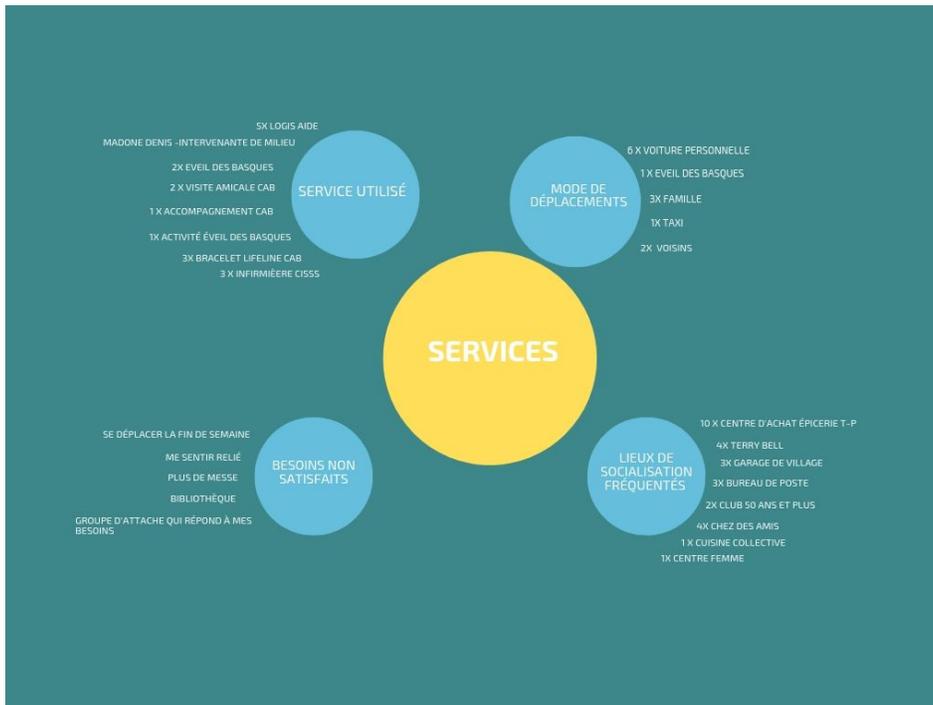
Carte mentale 2



Carte mentale 3



Carte mentale 4



Carte mentale 5



Carte mentale 6



Carte mentale 7



Annexe C : Compilation d'Analyse des données auprès des aîné.e.s de la MRC des Basques

Aîné.e.s rencontré.e.s :

- AD : 84 ans
- MB : 86 ans
- JMD : 87ans
- JJ : 81 Ans
- MR : 84 ans
- RB : 88 ans
- AB : 89 ans
- SR :78 ans et AO : 80 ans
- EA : 86 ans
- DC : 77 ans
- GD :73 ans
- ML : 67 ans
- CG :78 ans
- AO : 66ans

Prioriser ce que mon sous-comité juge le plus important

L'âge moyen des aînés répondants est de 80 ans

13 aînés répondants sur 15 habitent dans leurs maisons dont 8 se retrouvent au cœur d'un village et 5 dans un rang

2 des aînés répondants se retrouve en résidence et en appartement.

9 répondants sont des femmes et 6 des hommes

Situation actuelle	Lieu de résidence	<ul style="list-style-type: none"> – Résidence vieux couvent depuis 10 ans – Maison village – Maison St-Simon depuis 60 ans – Maison à St-Mathieu rang – Maison à St-Eloi village – Maison à St-Simon village – Maison à st-Mathieu rang – Maison à St-Médard village – Maison à Ste Françoise village – Maison St-Médard village – Maison à St-Mathieu village – Maison rang de Ste-Rita rang – Appartement dans bloc aînés à Trois-Pistoles – Maison St-Mathieu rang 	AD MB JMD JJ MR RB AB SR-AO EA DC GD ML CG AO	84 87 81 84 88 89 78-80 86 77 73 67 78 66
	Satisfaction du lieu de résidence	<ul style="list-style-type: none"> – Satisfaite du vieux couvent – Satisfaite- Satisfaite – Satisfaite mais commence à trouver ça lourd pour ses capacités – Satisfait- Avec l'accompagnement de Logis-Aide – C'est ennuyant se sent seul. Satisfait avec l'accompagnement de Logis-aide pour son ménage – Ça va bien- Le temps est long – Difficile d'entretenir la maison et de chauffer au bois. Satisfait de la tranquillité. – Satisfaite et heureuse de faire ses affaires avec plaisir elle chauffe au bois – Bien. Limité par ses capacités physiques – Bien. Maison familiale. Limité par ses capacités physiques – Bien, mais commence à trouver l'entretien de sa maison difficile. – Elle est vraiment bien se sent relié avec les autres locataires – Satisfait, mais n'aime pas faire le ménage de sa maison 	AD MB JMD JJ RB AB SR-AO EA DC GD ML CG AO	84 86 87 81 88 89 78-80 86 77 73 67 78 66

Moment préféré de la vie actuelle		<ul style="list-style-type: none"> – La visite-les rencontres-les bains de soleil- l’été- les bonbons les douceurs. – Berçante-faire son chapelet- – Lecture, télévision, visite de son garçon, jeux de carte sur ordinateur – Télévision – Télévision, faire la cuisine, visite de l’aide-ménagère, jaser au téléphone avec sa blonde – Prendre des cafés chez des amis du villages. Avoir de la visite. Faire du 4roues sur lot à bois- Réparer des voitures dans sa grange- – Tranquille dans ses affaires, télévision, faire son jardin – Lorsque l’on est ensemble seuls on est bien. On se sent libre de notre vie. Télévision. Lecture. – Se faire à manger et s’occuper de sa maison – Prendre son soleil dans sa Véranda. Bricoler. Faire son jardin. Faire du 4roues – Prendre des marches. Faire son ménage. Faire ses mots croisés. Écouter sa radio. – Elle aime le matin sans cadran. Marcher. Le Tai chi 1 x semaine. – Faire des activités, lire, faire ses commissions, se faire à manger ; centre femme, chorale les joyeuses troubadours, Baseball poche – Aller dans le bois. Entretien son lot. Faire des rechercher internet. Ses programmes 	AD MB JMD JJ MR RB AB SR-AO EA GD ML CG	84 87 81 84 89 78-80 86 73 67 78
Ce qui rend heureux		<ul style="list-style-type: none"> – Dessiner- tricot-mots cachés-lectures – Chapelet-religion/croyance – chaise berçante- bien seule- faire son jardins- – Visite de son garçon et de ses enfants, la vie courante, échanger des repas avec son fils, cuisiner pour son fils – Le moment présent – Jouer au <i>suffer ball</i> 2 fois semaine. Aller à la chasse avec son fils- faire son bois de chauffage-travailler son lot à bois-Jouer aux cartes à l’ordinateur. Quand de la visite débarque. Le réseau des vieux qui s’invite à prendre un café. Voir les voisins heureux et les enfants jouer. – Faire son jardin. La télévision. Prendre le soleil dans la véranda et marcher dans la cour. – Écouter la télévision, sortir dans le bois en 4 roues. Lire. Fumer. Jouer aux cartes (pas assez) 	AD MB JMD MR RB AB SR-AO EA DC	84 87 84 88 89 78-80 86 77 73

		<ul style="list-style-type: none"> – Visite de sa nièce et prendre son petit verre de vin 1 fois par semaine. Se faire à manger. Écouter ses programmes préférés. Ses petits exercices avec Marina à la télévision. – Bricoler. Voir son fils et ses 3 petites filles. Entretenir sa maison. Jardiner. Faire des casses-tête – Voir du monde. Parler avec du monde. Écouter du western. – Le taï chi. Ses chats. Partager sa vie avec des amis ou la famille. S’impliquer dans le projet de jardin de village – Chanter, faire ses courses à pieds, voir des amies, manger avec son frère, voir ses enfants et petits-enfants. Lire des livres. La musique – Son lot à bois. Faire du skidoo. Nourrir son renard. Aller déjeuner au restaurant. Jaser avec du monde à l’épicerie. Passer du temps avec son petit-fils. Visiter sa femme à Québec. 	GD ML CG AO	67 78 66
	Ce qui est difficile	<ul style="list-style-type: none"> – Pas de douche dans sa chambre-des mauvaises des surprises-les visites surprises – les visites de la famille qui débarque sans avertir-être seule=Sa timidité à approcher les autres- peur du jugement – Son grand ménage- son état physique-peur du jugement – Faire son grand ménage, ses armoires, demander de l’aide, éloignement de la famille – Sa mobilité réduite – L’anxiété que provoque l’ennui. – Les genoux la perte de capacité. Solitude Journée longue. – Pu capable de bouger ben ben... perte de vision. Le manque de capacités. Ne pas pouvoir marcher. – Elle trouve toujours quelque chose à faire. Elle ne peut plus marcher jusqu’en bas du village elle devient essoufflée et elle a mal aux genoux – Ses douleurs au dos- faire son jardinage. Faire son épicerie et ses commissions. Se faire à manger. Éloignement de la famille – L’hiver. Le manque de lumière. Être seule parfois elle a peur des étrangers. – L’entretien de sa maison- être seule dans le fond de son rang. Être seule, manger seule, marcher seule, Éloignement de la famille – Elle a des peurs, parfois il y a quelqu’un qui sonne la nuit à sa porte 	AD MB JMD MR RB AB SR-AO EA DC GD ML CG	84 87 81 88 89 78-80 86 77 73 67 68

Réseau social	Relations actuelles	– Bonnes- 4 nièces à T-P-peu d'amis-peur de déranger	AD	84
		– Trois fils dont 1 en conflit- 2 amies au téléphone (dont une religieuse)	MB	
		– 5 enfants un à Grand-mère, un à Beauceville, Un à Lapocatière, sont tous loin une fille à Rivière du Loup, j'ai un garçon ici à ST-Simon. J'ai 11 petits enfants. J'ai des arrière aussi. J'en ai 4.	JMD	87
		– Amis du village (Lorenzo puis un voisin) - Blonde qui habite en Abitibi qui appelle toutes les semaines- célibataire- Neveu frère et sœur de temps en temps, j'ai un beau frère qui a hâte que je crève.	MR	84
		– Le propriétaire du Garage vient prendre un café à chaque jour. Sa fille de Rimouski 1 x semaine. Son fils et ses petits-enfants parfois.	RB	88
		– Elle habite avec son fils. Sa fille habite au village.		
		– 4 garçons. 6 petits enfants. Frères et sœurs dans le village et St-Jean de Dieu	AB	89
		– Sa nièce et son mari. Sa voisine. Son neveu, sa femme et ses enfants. Sa belle-sœur.	SR-AO	78-80
		– Un beau-frère à St-Médard et sa blonde a une maison d'été à Trois-Pistoles. Ses fils à Louiseville et Montréal	EA	86
		– Visite des villageois dont elle ne se rappelle pas le nom... 2-3 fois par semaine puis un vieux garçon du village.	DC	77
– Amis sur le rang Michel Suzanne voisins. Christine et Julien et leurs 4 enfants dont elle se sent très proche, les enfants l'appellent Grand-mère. Ses sœurs et frères dans Lanaudière. Des neveux nièces à Rimouski. D'autres voisins dans un autres rang	GA	73		
– 22 enfants et petits-enfants – frères et sœurs- amies- Son frère	ML	67		
– Sa femme habite à Québec et ses enfants aussi. Son frère et une sœur à Rimouski. 1 sœur à St Fabien.	CG	78		
			AO	66
	Fréquence relationnelle	– Très peu fréquentes	AD	84
		– Très peu fréquentes-Son fils 1 fois par 1 ou 2 semaines- Postière -fille de la caisse.	MB	
		– Son fils 1 x par jour. Une amie au diner des bénévoles, sa familles 1 fois par saison	JMD	87
		– Logis aide+ infirmière chaque semaine. Ses fils 3-4 fois par année	JJ	81
		– 1 ami du village 1 x par jour – neveu 1 x par mois- sœur 1 x par mois. Logis aide 1 x semaine.	MR	84

		<ul style="list-style-type: none"> - Sa fille 1 x semaine. Le garagiste 1 x par jour. Son gars 1 x par 2 mois. Logis Aide 1x semaine. - Son fils habite avec elle. Sa cousine de pohenegamook l'Appelle à toutes les semaines. Sa fille au village 1 fois semaine. - 1 fils qui vient environ 1 x semaine. La sœur de André qui les visite assez souvent. Logis aide 1x semaine - Rencontre du monde au dépanneur du village presque à tous les jours. Blonde 1 fois par mois. Ses fils de temps en temps. - Amis 1 x par semaine ou 2. Frère et sœurs 1 x par 6 mois environ elle a une sœur jumelle qui est en conflit avec elle. - Elle voit ses enfants au moins 1x par mois. Son frère 1-2-3 fois semaines- ses amies à presque chaque jour - Voit sa femme environ 1 fois par mois son fils et petit enfant aussi! Son frère 2-3 fois par mois. Il vient de prendre sa retraite et s'entend bien avec ses collègues les voit à chaque semaine. 	RB AB SR-AO DC ML CG AO	88 78-80 78 67 78 66
	Désir relationnelle	<ul style="list-style-type: none"> - Avoir plus d'amies de son âge-se réunir et faire des groupes- un animal - Voir son amie religieuse- Madone - Voir ses enfants et petits-enfants plus souvent, rencontrer du monde et échanger - Vivre avec une femme, la bercer, partager. Voir des amis avec qui échanger des sujets qui l'intéresse. Avoir une présence au quotidien. - Avoir plus de visite d'amis /amies - Avoir une présence au quotidien - Visiter son fils autiste à Rimouski. Voir plus souvent sa fille. Sa famille. Sa cousine. - Pas trop... - De la visite de sa nièce toutes les semaines. L'été elle a de la visite de la famille et ses nièces et neveux - De la visite à la maison - Aimerais partager sa vie avec elle désir partager la vie et le lot à bois en communauté. Voir sa famille plus souvent. Avoir plus de visites. - Aucun besoin de sentir plus de lien avec la communauté 	AD MB JMD JJ MR RB AB SR-AO EA GA ML	84 87 81 84 88 89 78-80 86 73 67

			AO	66
	Groupe d'attachement ou soutien	<ul style="list-style-type: none"> - Aucun - Aucun - Dîner des bénévoles- Déjà allé à l'âge d'or, mais trop fatigant. - <i>Suffer Ball</i> et baseball poche. Âge d'or. - Non n'aime pas ça. - Aucun. N'aime pas jouer aux cartes - N'aime pas ça jouer aux cartes - N'aime pas ça...mais aime la vie de village elle peut cogner aux portes. - Taï chi taoïste de Trois pistoles= fraternité mondiale. ALANON. Elle est marguillère. - Maison des femmes. Joyeuses troubadours. Club 50 ans et plus. Vie active - Aucun intérêt 	AD MB JMD RB SR-AO EA DC GA ML CG AO	84 87 88 89 86 77 73 67 78 66
	Moment social significatif	<ul style="list-style-type: none"> - Activités organisées par le milieu de vie- magasinage- jaser avec d'autres lors de ses sorties - Amis du villages (ses petits vieux) qui ne sont plus - Visite de sa famille à la cabane à sucre- rassemblement à Noël. Le dîner des bénévoles. - La visite de ses fils - La visite de son neveu et de sa sœur - Quand il joue à l'âge d'or avec les vieux. - La visite de son fils à Rimouski - Veillé des fêtes avec la famille - La famille qui la visite - Voir sa famille. Sortir en ville au Terry Bell. Voir sa blonde. - Visite de sa tente ils y a plusieurs années. Elle ressemblait à sa mère. Visite des nièces avec leurs roulottes. - Les rassemblements de la famille - Quand son gars vient avec son enfant. Quand il va voir sa femme et ses enfants à Québec 	AD MB JMD JJ MR RB AB SR-AO EA DC GA CG AO	84 87 81 84 88 89 78-80 86 77 73 78 66

	Manques sociaux	<ul style="list-style-type: none"> - Peur de déranger - Amis du village-communauté (ses petits vieux sont mort...) - Avoir plus de visite de sa famille, rencontrer des amies de son âge. - Amis et ses gars - Son fils. Sa famille - Les limitations physiques rendent les contacts sociaux plus difficile car il ne peut pas se déplacer comme il veut. - S'ennuie de sa mère et son père - Sa famille - Ses enfants petits enfants plus souvent, mais elle est satisfaite 	AD MB JMD JJ AB DC GA ML CG	84 87 81 89 77 73 67 78
	Ce qui pourrait faciliter les liens sociaux	<ul style="list-style-type: none"> - Activités organisées par le centre d'hébergement-un groupe d'activité- une chorale- - Oh non j'reste icitte puis j'suis ben de même- Rien - Que son fils ait un permis de conduire. - Adapter les lieux pour l'âge d'or moins bruyant - Petit restaurant - Ne plus avoir de douleur-Être autonome physiquement. Un restaurant au village. - Visite à domicile - Des leaders qui motive la population, rassemble et bâtit des projets. 	AD MR AB SR-AO EA DC GA	84 84 89 78-80 86 77 73
Services	Services utilisés	<ul style="list-style-type: none"> - Éveil des basques= transport=activités-CAB=accompagnement -logis aide- - Aucun - Madone, bracelet d'urgence - Logis aide- Infirmière 2x par semaine - Logis aide- Les infirmières-CAB-Le transport adapté de l'éveil - Aucun - Aucun - Logis Aide - Logis aide 2x par année 	AD MB JMD JJ MR RB AB SR-AO DC CG	84 87 81 84 88 89 78-80 77 77
	Mode de déplacement	<ul style="list-style-type: none"> - Transport collectif éveil des basques-CAB- - Sa voiture- son fils pour ses commissions- - Son fils pour ses commissions, une bénévole pour le diner des bénévoles 	AD MB JMD	84 87

		<ul style="list-style-type: none"> – Sa voiture – Il a son char, mais ne conduit plus beaucoup parce qu’il veut les services du Centre d’action bénévole- +l’éveil – Sa voiture – Le taxi, sa fille du village. – Sa voiture, sa nièce – Son camion – Elle appelle des villageois et covoiture – Sa voiture et le co-voiturage avec son amie Suzanne – La marche, l’été sa voiture son frère l’hiver 	<p>JJ 81</p> <p>MR 84</p> <p>RB 88</p> <p>AB 89</p> <p>EA 86</p> <p>DC 77</p> <p>GA 73</p> <p>ML 67</p> <p>CG</p>
	Lieu fréquenté	<ul style="list-style-type: none"> – Centre d’Achat-patate d’amour- Bibliothèque – Bureau de poste- caisse populaire – Diner des bénévoles-centre d’achat, épicerie – Garage chez Sabin- épicerie du village-épicerie de Trois-Pistoles – La salle de l’âge d’or. Chez des amis. Au garage à Guillaume. – L’épicerie. Chez sa fille. – Épicerie, centre d’Achat. – Le médecin de famille-son frère-ses commissions- centre d’Achat – Épicerie. Terry Bell. – Visite des villageois. Bureau de poste. Épicerie. – Amis, cuisine collective, Brunch du dimanche, les jardins de Cassia. Rimouski Wal-Mart. Terry Bell. Le puit. – Centre femmes – Garage pour entretien de ses véhicules. Son lot à bois. Sa femme à Québec. Le centre d’achat pour ses commissions. Rivière du loup ou st fabien déjeuner au restaurant. 	<p>AD 84</p> <p>MB 87</p> <p>JMD 81</p> <p>JJ 88</p> <p>RB 89</p> <p>AB 78-80</p> <p>SR-AO 86</p> <p>EA 77</p> <p>DC 73</p> <p>GD 67</p> <p>ML</p> <p>CG</p> <p>AO</p>
	Lieu/service désiré	<ul style="list-style-type: none"> – Restaurant-cinéma-visite amicale – Épicerie/service alimentaire – Bibliothèque- café rencontre/ grand ménage – Aucun – Visite amicale – Visiter la famille. 	<p>AD 84</p> <p>MB</p> <p>JMD 87</p> <p>MR 84</p> <p>RB 88</p> <p>AB 89</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - Être accompagné pour aller au centre d'achat - Un petit restaurant ou un petite épicerie/service alimentaire - Petit restaurant- Service pour faire sa grosse commande d'épicerie - Cuisine collective. Petit café/restaurant - Grand ménage. 	SR-AO EA DC ML AO	78-80 86 77 67 66
	Besoins non satisfaits	<ul style="list-style-type: none"> - Être relié- se déplacer la fin de semaine- créer - Avoir plus de Messe. Aide pour entretien de son terrain - Aller à la messe, la bibliothèque - Aller à la messe - Aller plus dehors - Aide pour entretenir son terrain. Vivre plus en communauté d'entraide. - Manque de rien 	AD MB JMD AB SR-AO ML CG	84 87 89 78-80 67 78
	Activités souhaités	<ul style="list-style-type: none"> - Atelier créatifs-art-colorier-dessiner-tricot- activité physique- yoga – méditation- cinéma- + Messes – chorale -chant- se réunir puis jaser - ...rien j'suis bien dans mes petites affaires - Messe- + de diner des bénévoles+ Activité pour le grand âge - Avoir de la compagnie pour discuter de sujet qui l'intéresse - Jaser avec des gars de construction et de chantiers... - La danse, mais simple. - La messe - Sortir au centre d'Achat. Jouer aux cartes dans un endroit tranquille. - Yoga-activité physique douce. Activités liturgiques - Soirées spectacles pour aînés. - Formation ordinateur. Activité à la bibliothèque. 	AD MB JMD JJ MR RB AB SR-AO EA	84 87 81 84 88 89 78-80 86
	Élément facilitateur de sortie	<ul style="list-style-type: none"> - Transport en tout temps- - Transport moins dispendieux l'hiver - Transport co-voiturage - Amis - Transport adapté 	AD MB JMD JJ MR	84 87 81 84

		<ul style="list-style-type: none"> - Organiser des jeux dans les villages. Des lieux pour rassembler. - L'argent - Accompagnement - Sa nièce - Se déplacer en lui-même - Le covoiturage avec des villageois - Son frère, la proximité des services, les amis le club 50 ans et plus 	RB AB SR-AO EA DC GA CG	88 89 78-80 86 77 73 78
Rêves	Rêves de jeunesse	<ul style="list-style-type: none"> - Se marier- amoureux- - Être au village près des services- disparaître tout d'un coup- - Rencontrer un bon mari et avoir des enfants, vieillir heureuse avec mon mari - Avoir une bonne femme vaillante et travailler dans l'bois. Je donnais de l'argent à ma marguerite. Faire du sucre dans ma sucrerie et couper du bois dans un moulin à scie. - Je me suis toujours dit vers 50-60 que je lèverais les feutres! Je travaillais intense. - Voyager. Être tranquille et trotter partout en camion et en 4 roues. Seul. - Cultiver du chanvre ou autre ressource alternative. Fonder une commune. Faire de l'entraide humanitaire. - Arrêter de fumer à 65 ans 	AD MB JMD JJ MR DC ML AO	84 87 81 84 77 67 66
	Ce qui manque pour le bien être	<ul style="list-style-type: none"> - La visite- Avoir plus d'amis-se sentir à l'aise de demander- déplacement le dimanche- être bien dans sa peau- être sereine-avoir confiance en elle- Avoir une bonne amie- - ... - Avoir plus de relations et de visite. Avoir de l'aide pour pallier les manques de capacités - Avoir de compagnie avoir plus de capacités physiques - Avoir de meilleures capacités physiques, se raconter, être rassurer pour son héritage. - De la compagnie plus de visite et de présence au quotidien. Avoir une compagne. - Voir son fils autiste placé. De la visite. Avoir la possibilité de se déplacer gratuitement. De l'argent. Aller à la messe. - Avoir de meilleures capacités physiques. - Elle se trouve pas mal bonne et ne manque de rien- ne sent pas encore le besoin de bénéficier de services. - Un lieu de rencontre (SALLE) avec des jeux que tu peux débarquer quand tu veux 	AD MB JMD JJ MR RB AB SR-AO EA GA ML	84 87 81 84 88 89 78-80 86 73 67

		<ul style="list-style-type: none"> – Avoir quelqu’un avec qui vivre. Partager. Un café. – Une maison des hommes pour les hommes comme le centre femmes 	CG	78
	Municipalité souhaitée pour les aînés	<ul style="list-style-type: none"> – Générer plus de lieu de rassemblement de l’âge d’or- Facilitation du transport – Facilitation du transport et co-voiturage, lieu de rencontre pour prendre un café – Bâtir des micro village d’habitation multigénérationnel à l’entrée du village sur la butte sur la zone Blanche. Trois-quatre petites unités qui logeraient un étage 4 appartements pour capacité motrice diminué. Avec une aire ouverte pour tous les habitants style cafétéria qui peut accueillir tous les villageois. On appelle ça un domaine. – Mettre en place une ressource qui rends visite aux aînés. Mettre de la vie chez les personnes avec Une visite. – Aide pour jardiner. Covoiturage. – Mettre en place un comptoir alimentaire un petit restaurant – De l’aide pour jardiner. Mise en place d’un restaurant dans le village – Un lieu de rencontre avec des breuvages sans alcool des tables, etc... – Continuer à faire les déjeuners brunch à chaque semaine et même plus établir un espace café toujours ouvert à la population! – Idées pour les autres vieux... mettre en place des ressources pour aider au travaux du terrain comme pelleter, faire les fenêtres ... jardinage, etc.... 	AD JMD JJ RB AB EA DC GA ML AO	84 87 81 88 89 86 77 73 67
	Vie de rêve	<ul style="list-style-type: none"> – Se réunir et être en groupe-avoir un amoureux- avoir un petit chien- des amies- – Avoir sa santé partir tôt le matin et travailler dans l’bois – Bouillir et travailler dans sa sucrerie- bercer une femme. Vivre avec mes amis. – De trouver un exécuteur testamentaire qui ferait mon affaire, parce que le beau-frère jette toute ne garde rien. – Avoir une compagne pour partager la vie et jaser. – Aller dans le bois plus souvent ça relax – Vivre le plus longtemps possible dans sa maison avec la qualité de vie que j’ai – Profiter de sa maison qu’il a faite pour lui, bricoler, trotter jusqu’à 84 environ et me placer dans un centre ... 	AD JJ MR RB SR-AO EA DC	84 81 84 88 78-80 86 77

		<ul style="list-style-type: none"> – Qu'elle demeure dans sa maison de fond de rang et développe des cultures alternatives avec une famille ou un couple ou une communauté. Rêve de communauté qui s'occupe de ses aînés. Communauté Multigénérationnelle qui s'entraide. Rêve d'une fiducie foncière communautaire. Qu'on devienne plus communautaire – Vivre le plus longtemps possible chez elle en santé et autonome et faire ses activités. Lorsqu'elle perdra trop ses capacités elle compte sur son fils – Vivre dans sa maison et faire ce qu'il veut quand il veut aller sur ses terres à bois en santé. Vivre des voyages spéciaux comme la naissance des poulains sauvage en Alberta. 	ML CG	67 78
	Autres...	<ul style="list-style-type: none"> – Plus de possibilités de transport les fins de semaine- désir faire part de groupes- – Covoiturage pour activités – Service de transport gratuit 	AD JMD AB	84 87 89
	Connaissance des services	<ul style="list-style-type: none"> – Bouche à oreilles – Non connaissance des services-non informée – Non connaissance des services. Pas informées – Non intéressé de connaître les services ne sent pas le besoin – Non connaissance des services et intéressé par Logis aide! 	AD MB AB EA DC	84 87 89 77
	Source consultées	<ul style="list-style-type: none"> – Journaux locaux-télé communautaire-feuillets paroissiales-bulletin municipale – Bulletin municipale-journaux locaux et municipaux-feuilleton paroissiale – Télé communautaire, feuilleton paroissiale, bulletin municipale, journaux locaux – Journaux locaux, télévision, feuillets paroissiaux. – Télévision. Journaux locaux...elle aimerait avoir feuilleton paroissial. – Journaux locaux, bulletin municipale – Journaux locaux. Bulletins municipaux. Feuilleton paroissiale – Bulletins municipaux. Journaux. – Affiches. Dépliants. Suzanne Jean. Journaux locaux 	AD MB JJ RB AB SR-AO ML CG	 78-80 67 78
	État d'être /vie social	<ul style="list-style-type: none"> – Triste- peur de demander et de déranger- gênée – Se dit indifférente de ne pas être en contact un de ses fils-crise d'ennui-peur des jugements- ne veut pas se dévoiler ou déranger- Autonome et débrouillarde-se dit 	AD MB	84

		<p>sauvage-</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ennui de sa femme- se sent seul- Il aimerait la bercer - A un bon réseau, mais aimerait d'Avantage avoir de présence au quotidien - Trouve ça long. Est vraiment seule. Ne connais plus personne. Se préoccupe de son fils. - Bien ensemble - Sereine et dynamique satisfaite de sa vie seule - Complètement heureuse de sa vie, mais elle a peur souvent. Elle est anxieuse. - Il est heureux dans sa solitude 	<p>JJ 81 RB 88 AB 89 SR-AO 78-80 EA 86 CG 78 AO 66</p>
	Sentis/sentiments	<ul style="list-style-type: none"> - Stressé-Triste- peur du jugement- - Indifférente-Cynique – bien seule- se trouve plate- impression qu'elle n'a pas besoin des étrangers - S'inquiète pour son fils, semble trouver difficile de vivre avec ses pertes de capacités. Peur de déranger et de trop en demander à son fils, s'ennuie de faire son jardin - Nostalgique - Se sent anxieux de la solitude l'hiver. - Méfiants - S'ennuie et s'inquiète de son fils autiste placé à Rimouski. S'ennuie de son mari. Tristesse de ne pas être auprès de son fils enlevé par le prêtre à 12 ans à cause de son autisme. Inquiétude de laisser son fils (qui habite avec elle) seul lorsqu'elle va mourir. - Elle a fait une dépression il y a quelques années et ses amis proches qui l'ont sauvé. Le fait d'être reliée lui a sauvé la vie. Elle a pris des cours d'ébénisterie. Elle fait un peu d'anxiété. Elle recherche à être en paix avec elle-même. 	<p>AD 84 MB JMD 87 JJ 81 RB 88 SR-AO 78-80 AB 89 ML 67</p>
	Capacités	<ul style="list-style-type: none"> - Peur de tomber-mal de genoux- - Surdité - Perte de capacité-difficulté à marcher-perte d'équilibre, - Difficulté à marcher et problème de prostate - Diabète, difficulté à marcher, mal de genoux, prostate - Bonne, surdité, thyroïde 	<p>AD 84 MB JMD 87 JJ 81 MR 84 RB 88</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - Les genoux qui ne plient pas. Autonome. - Perte de vision. Surdité. Incapacité à marcher - Asthme -mais en super forme elle chauffe au bois dans la cave- mal de genoux - Récent mal de dos dans sa vie - Elle commence à sentir ses capacités diminuer - Elle est en pleine forme elle assume tous ses déplacements. - Pleine forme. Il buche il se promène sur son lot à bois. Vient d'Arrêter de fumer. 	<p>AB</p> <p>SR-AO</p> <p>EA</p> <p>ML</p> <p>CG</p> <p>AO</p>	<p>89</p> <p>78-80</p> <p>86</p> <p>67</p> <p>78</p> <p>66</p>
	Critique ce qui existe	<ul style="list-style-type: none"> - Trouve que les activités des groupes de l'âge d'or ne lui conviennes pas-Horaire du transport de l'éveil ne satisfait pas ses besoins - Ne veut pas les groupes d'âge d'or n'aime pas le placotage - A déjà été au club de l'âge d'or, mais trouve ça trop actif et fatiguant d'y aller- horaire du transport de l'éveil ne correspond pas à ses besoins - Lors des activités de l'âge d'or il y a trop de bruits...à cause des problèmes d'auditions. - L'horizon pour moi c'est un torchon. Je suis sceptique des journalistes 	<p>AD</p> <p>MB</p> <p>JMD</p> <p>SR-AO</p> <p>ML</p>	<p>67</p>

Annexe D : Compilation d'analyse des données auprès d'intervenantes de la MRC des Basques

CATÉGORIES	THÈMES	RÉPONSES	INTERVENANTES
Réseau social	Description de la problématique de L'isolement social	<p>-Isolement physique et psychologique- les gens n'ont pas de famille et décide de rester dans leurs maisons malgré leurs pertes de capacités. Ils sont seuls et ne veulent pas laisser entrer d'autres dans leurs solitudes. ... dans la résidence il y a de l'isolement dans la foule et dans les villages il y a l'isolement physique</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vient d'abord de la situation géographique. Le territoire est grand et les aînés peuvent se trouver seules à leurs demeures. Le sentiment d'isolement est propre à chacun. La solitude est due aux multiples deuils vécus par les aînés. - Les familles s'éloignent pour travailler à l'extérieurs dans les grands centres. La perte de capacité physique. - Il faut aller vers les aînés car ils ne font pas de démarches vers les ressources ou les services. Ils ne demandent pas. Ils restent chez eux avec leurs deuils et pertes de capacités. 	SJ MG JM
	Liens sociaux importants	<ul style="list-style-type: none"> - Famille- visites amicales bénévoles - Présence d'une préposée à l'aide ménager ou intervenants sociaux sont significatifs dans une semaine... Présence régulière qui compte. Les enfants la familles. - Les intervenants médicaux (sentinelle faire le pont) - La famille. Les intervenants médicaux. 	SJ JM MD
	Ce qui est difficile	<ul style="list-style-type: none"> - L'isolement physique. Le manque de sensibilisation. Pas assez d'écoute. - Ils peuvent avoir peur du jugement. Il y a beaucoup de préjugés entre les aînés. Il y a beaucoup de préjugés de la population générale envers les aînés. Il peut y avoir de l'intimidation - Les pertes de capacités et la mobilité réduite empêche de sortir. - Les liens familiaux qui se retrouvent souvent à l'extérieur, donc peu de lien de 	SJ MG JM MD

		proximité. La culture familiale les goûts. Les deuils multiples. D'avoir le consentement. La peur d'être placé, l'insécurité	
	Groupes sociaux avantage/inconvénient	<ul style="list-style-type: none"> – Jusqu'à tant que les aînés peuvent se mettre beaux et qu'ils sont actifs. Car dès qu'il y a une perte de capacités ça bouge trop. L'âge d'or c'est beaucoup dans le paraître !!! Il y a aussi des gamiks... Ils ont des dynamiques d'exclusion. C'est en gros groupe et c'est souvent fancy donc ceux qui sont moins cultivés peuvent se sentir exclus. – Ça ne répond pas car ils doivent sortir et assumer leurs déplacements. c'est des offres bien définies comme danse social... qui correspondent aux goûts d'un petit pourcentage d'aînés. – Bouge beaucoup et ne correspond pas au besoin des aînés en situations d'isolement ça bouge trop...Il faut aller vers eux! – 	<p>SJ</p> <p>MG</p> <p>MD</p>
	Solution sociale pour bien être	<ul style="list-style-type: none"> – Rencontres amicales- S'impliquer en tant que bénévole- Visite et activité à domicile ou en petit groupe- – Aller vers eux, les visiter ils ne se déplaceront pas vers les liens sociaux. Créer des centres de jours avec des activités de stimulation et du transport qui les y amène. Mettre en place des mesures pour défaire les préjugés. – Mettre en place des systèmes de parrainage entre les aînés. – Amener des activités et de la présence à eux, dans leurs demeures. – Mettre en place des liens de proximité qui vont vers eux et qui reproduisent un peu ce qu'un enfant ferait sans jugements. Prendre le temps de créer le lien de confiance. Ils ont besoin de plus de visite, de se sentir écoutés. Il faut que la communauté s'implique. 	<p>SJ</p> <p>MG- JM</p> <p>MD</p>
	Élément facilitateur de lien avec la communauté	<ul style="list-style-type: none"> – S'impliquer dans des activités- Multiplier l'accompagnement personnel. Avoir des individus qui va vers les personnes en situations d'isolement. – Mettre en place des actions pour briser les préjugés. Que les municipalités mettent en place des ressources pour être sentinelle des aînés. Développer des projets intergénérationnels pour mélanger les générations. 	<p>SJ</p> <p>MG</p> <p>MD</p>

		<ul style="list-style-type: none"> – Citoyens maillons. Plus d'engagement communautaire. 	
Services	Services connus	<ul style="list-style-type: none"> – L'éveil (transport support à la personne animation). Le CAB. CAPAB. Cuisine collective. Logis aide. – Budget pour la présence surveillance du CLSC. ÉVEIL. CAB. CAPAB. MADONE LOGIS AIDE – CSSS. CAB. CAPAB. ÉVEIL.LOGIS AIDE. 	SJ MG-JM MD
	Meilleur accès à l'information des services	<ul style="list-style-type: none"> – Recrutement inclusif par les membres de l'âge d'or – Par les directions générales des municipalités. Les postières. Par les proches aidants la famille. – Par une visite qui les informe et sensibilise 	SJ MG JM
	Services le plus utile et utilisés	<ul style="list-style-type: none"> – Rencontres amicales 	SJ
	Amélioration des service et activités pour le bien être	<ul style="list-style-type: none"> – Adapter l'offre de services aux désirs des aînés. Avoir un pôle de service dans les hauts pour être plus près du monde pour tous les services (CAB.CAPAB. ÉVEIL. Centre Alpha ETC...). – Centre de jour d'activité et de stimulation (avant au CSSS) avec transport repas activités. Avoir plus de ressources présence/surveillance auprès des aînés de chaque municipalité. – plus de ressources qui vont vers eux . Plus de visites amicales et d'intervenant de milieu. Amélioration du transport. 	SJ MG JM MD
	Activités ou actions pour briser l'isolement	<ul style="list-style-type: none"> – -Avoir une ressource qui promouvoir les services et qui rencontre les aînés. Des lieux ou visite pour se rencontrer. – Recréer des centres de jours de stimulation et activités. Mettre en place des ressources présence surveillance auprès des aînés partout sur le territoire. Animer les municipalités pour pas que les aînés aient trop de distance à faire. Sensibiliser les professionnels médicaux vers les services qui existent afin qu'ils fassent le pont entre médical/social. Mettre plus de ressource de dépistage à domicile. 	SJ MG JM

		<ul style="list-style-type: none"> – Faire des visites à domicile. Amener les activités à eux. Ça dépend de l'état de la personne. Adapter les activités avec leurs états – Visite à domicile. Plus d'écoute. Intervenants de milieu. Mettre en place plus de ressources pour s'occuper des aînés en situation d'isolement. Amélioration du système de transport. 	
	Élément facilitateur de sortie et de liens	<ul style="list-style-type: none"> – Aller vers les aînés, les rencontrer. Les bénévoles – Les transport plus adaptés à leurs besoins...plus personnalisés. 	SJ MD
	Plus grands besoins des aînés	<ul style="list-style-type: none"> – Avoir plus de visite et de l'accompagnement personnalisé – Des activités et de la visite à leurs demeures – Se raconter. Jaser 	SJ JM MD
Rêves	Pour faciliter les liens	<ul style="list-style-type: none"> – Aller près d'eux les visiter. Activités multigénérationnelles. Avoir une ressource qui anime et ouvre des lieux de partages. Une ressource qui visite. Le personnel des résidences soit mieux formé l'isolement et l'écoute sans jugement. – Des équipes volantes pluridisciplinaires qui se déplacent pour les aînés partout sur le territoire. Des Madones clonées mille! Plus d'intervenants de milieux qui visitent. Travail de rang. – Plus d'intervenants de milieu. Que les citoyens s'engagent pour les aînés. Je rêve d'îlot intergénérationnel qui inclut les plus et les moins vulnérables et où chacun s'implique. 	SJ MG MD
	MRC qui s'occupe bien des aînés	<ul style="list-style-type: none"> – Que la gouvernance traite et discute de la problématique, en soi conscient et sensibilise la population. – Centre de jour et visite à domicile – Mettre en place plus d'intervenants de milieu et débloquer plus de sous pour les organismes communautaire qui offrent des services pour les aînés et dans la prévention! Remettre en place un centre de jour. Prendre les surplus budgétaire des éoliennes! La MRC doit se préoccuper de sa population en facilitant l'accès aux services. 	SJ JM MG MD

		<ul style="list-style-type: none"> – Un taxi dans chaque municipalité! (pas réaliste) Ils font déjà beaucoup. 	
	Municipalité qui s'occupe bien des aînés	<ul style="list-style-type: none"> – Qui s'impliquent plus de la santé de la communauté et pas juste des égouts !!! Qui se sensibilise à la problématique et sensibilise la population. – Animer les villages et offrir une panoplie d'activités. Mettre en place des actions pour briser les préjugés. Mettre en place des systèmes de parrainage. – Ça commence là dans les municipalités ! Il faut que les conseils municipaux s'engagent pour l'avenir de leurs aînés. Faciliter la mise en place d'îlot intergénérationnel qui inclut les saines habitudes de vie, la municipalité nourricière, l'entraide, l'ouverture sur le monde. Une maison centrale. – Faire attention aux trottoirs. Mettre en place des lieux style café, pour accueillir les aînés. Soutenir toutes les démarches que les citoyens veulent mettre en place pour le bien-être des aînés. 	SJ MG MD
Autre	Facteurs de risques d'isolements	<ul style="list-style-type: none"> – La culture familial/statut social- deuil- résistance à quitter la maison. Être dans les villages éloignés. Habitude culturelle depuis des générations à être isolés. – Les préjugés. La honte. La peur. Intimidation – L'éloignement de la famille 	SJ MG MD
	Qualité nécessaire pour intervenir auprès des aînés en situation d'isolement	<ul style="list-style-type: none"> – Empathie/ ouverture/ humanité – Ne pas être dans des carcans trop imposés mais s'adapter aux aînés et leurs modes de vie. Aller vers eux. 	SJ
		<ul style="list-style-type: none"> – Les aînés ont besoin de se raconter !! – Offrir plus de bains! – On ne peut pas créer le lien de proximité en peu de temps 	SJ JM. MD
		<ul style="list-style-type: none"> – Dans les résidences les aînés souffrent d'isolement parce qu'ils ont peur du jugement du placotage l'apparence est importante 	SJ

Annexe E : Rencontre téléphonique avec Jan Heinrich

Jan Heinrich

Organisateur communautaire à la Direction de la santé publique
Centre intégré de santé et de services sociaux de la Montérégie-Est
CLSC Gaston-Bélanger
30 rue Ferland
Sorel-Tracy, J3P 3C7
Tél. : 450-746-4545 poste 5258
jan.heinrich.cisssme16@ssss.gouv.qc.ca
www.santeme.quebec

Isabelle : Comment vous y êtes-vous pris pour la diffusion de ce questionnaire ? Votre méthodologie ?

Jan Heinrich : Jan coordonne et anime une Table De Concertation de la MRC de 17 Membres. Tous les membres avaient à le diffuser autour d'eux. Les 4 moyens les plus gagnants pour diffuser le questionnaire :

- Les Bureau municipaux, l'hôtel de ville et les clubs sociaux
- Le soutien à domicile (politique MADA)...
- Pendant la campagne de vaccination!!! (la plus prolifique récolte de données selon lui mais on s'entend que les personnes isolés ne sont pas nécessairement de la partie...).
- Chacun des acteurs porteurs du sondage, a mis le temps et l'énergie nécessaire pour solliciter les aînés

Dans ce genre de consultation, Il faut faire valoir l'importance du questionnaire. Les porteurs de questionnaires se montraient disponibles et pouvaient même accompagner des aînés à remplir le questionnaire.

Est-ce que c'est Myriam Thériault a fait la compilation et l'analyse des données ?

Grâce à une subvention qu'on avait, on a pu embaucher *Communagir* pour nous soutenir dans cette démarche. *Communagir* a donc pris en charge le dossier de ce projet s'est occupé de la compilation et de l'analyse des données.

Jan nomme que ça ne donne pas des réponses toutes crues ou des réponses faciles mais des pistes de réflexions pour cheminer. Ce sondage a donné de la matière pour réfléchir à une mise en action

Nous sommes partis de ça pour faire notre planification stratégique MADA.

On a tenté d'être le plus rigoureux mais les perceptions de chacun sur qu'est-ce qu'être isolé diffère et isolé ne veut pas nécessairement dire vulnérable.

Ce sondage a provoqué la naissance de visite d'amitié chez les aînés et l'embauche d'une travailleuse de milieu comme Madone.

Il me met sur la piste d'une recherche-action sur les travailleurs de milieu par l'Association Québécoise des Centres communautaires pour Aînés.

Il nomme que je dois m'informer du programme ITMAV : Initiative travail de milieu auprès des aînés vulnérable, et du CADA qui finance les démarches secrétariat aux aînés. Ian mentionne qu'en mars il y a appel de projet.

Êtes-vous satisfaits des résultats de ce sondage?

Est-ce que j'avais besoin d'autant de questionnaires pour en arriver à ça? La démarche compte autant que les résultats. Cette lourde et longue démarche là a permis de tisser du lien entre le communautaire et le municipal.

Quelles ont été les suites de ce sondage?

Le municipal et le communautaire ont été mis en lien. Le *momentum* entre les souhaits d'avoir une planification à long terme et le souhait d'aller vers les gens les plus vulnérables.

Dans les constats et les besoins, les gens sont bien desservis mais les services sont à Sorel Tracy. Le milieu rural notamment sur la question du transport. Les transports collectifs mis en place ne dessert pas les village lorsqu'il n'y a pas besoin de transport adapté. (comme à ST-Guy!!)

Exemple concret d'actions posées suite au sondage : Popotte roulante seulement pour Sorel Tracy. Le projet a été mis en place avec des sources de financement dans un but d'autofinancement. Sur trois ans ils visaient 50 individus desservis dans 10 municipalités. Finalement il y a seulement une douzaine de repas offerts. On se questionne si les besoins avaient été bien identifiés...Il se demande si les gens avaient nommé des besoins pour d'autres mais qui, finalement, n'était pas ajustés à leurs réalités...

Quelles sont les limites constatées de cette consultation?

Se méfier sur l'opinion des gens qui pense les besoins des autres ...Importance d'aller directement vers les personnes ciblées. Valider les besoins auprès d'eux.

Avez-vous réalisé des actions spécifiques aux aînés en situation d'isolement? Si oui... Lesquelles identifiez vous- efficaces?

La travailleuse de milieu est de plus en plus connue partout sur le territoire et se fait connaître et elle est surchargée et elle réussit à constater les besoins sur le milieu.

L'information ne se transmet pas. Tant et aussi longtemps que tu en a pas du directement du terrain.

Dans un territoire aussi vaste qu'une MRC, comment arrivez- vous à concilier les besoins singuliers et différents de chaque municipalité?

À priori il y a une volonté de plusieurs acteurs du milieu avec une table de concertation 0-100 ans qui a un regard populationnel et qui veut s'occuper du développement social. La vision d'ensemble se fait par ce comité.

Jan Heinrich nomme qu'il n'est pas gagnant de travailler à plusieurs municipalité que l'on a avantage de travailler en petit milieu. (Madone !!!)

Mon point de vue partagé- S'attarder dans les petits milieu pour les autonomiser et les rendre plus puissant et influant.

Est-ce que vous avez des pistes de solutions et mises en actions qui fonctionnent bien dans votre MRC afin de contacter les aînés, incluant ceux en situation d'isolement?

Isolement = travailleur de milieu

Création d'un salon des aînés le 1^{er} octobre = Sa répond bien ils sont victimes de leurs succès. Le salon dure 1 journée. Il y a des kiosques de groupes communautaire et du privé destiné aux aînés. Le réseautage se fait.

L'activité majeure du salon qui répond bien c'est la danse en ligne qui attire plus d'une centaine de personnes.

Jasette libre

Jan dit qu'on recommence la roue trop souvent... Il trouve que beaucoup d'énergie est mise pour des plans d'action des études etc.... Oui chaque milieu est différent mais la personne âgée elle-même demeure la même ...

Eux aussi constatent qu'il y a des personnes isolées vulnérables qu'ils ne réussissent pas à répondre à leurs besoins.

Il n'y a pas eu tant que ça des personnes isolés contacté par le dit sondage...

TELE COMMUNAUTAIRE SOREL TRACY est un *must* pour les aînés! Ils ont créé une série télé ; matière grise. C'est des bénévoles aînés qui s'en occupe (le son la camera etc...). Chaque émission a un sujet; bien-être, éducation, santé etc.... C'est une émission communautaire pour aînés.

La meilleure façon de diffuser l'information ce sont les bulletins municipaux.