



VIVRE ET VIEILLIR CHEZ SOI AU SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN

LA PAROLE AUX INTERVENANTS ET AUX AÎNÉS EN PÉRIODE DE PANDÉMIE



Table régionale
de concertation
des aînés
SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN



ÉCOBES
RECHERCHE ET TRANSFERT
CÉGEP DE JONQUIÈRE

VIVRE ET VIEILLIR CHEZ SOI AU SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN

LA PAROLE AUX INTERVENANTS ET AUX AÎNÉS EN PÉRIODE DE PANDÉMIE



DIRECTION ET SUPERVISION

Josée Thivierge

Chercheure
ÉCOBES – Recherche et transfert

Roger Tremblay

Coordonnateur
*Table régionale de concertation
des aînés du Saguenay–Lac-Saint-Jean*

RECHERCHE ET RÉDACTION

Josée Thivierge

Chercheure
ÉCOBES – Recherche et transfert

Sandrine Guay

Assistante de recherche
ÉCOBES – Recherche et transfert

RÉALISATION DES ENTREVUES

Sandrine Guay

Chercheure
ÉCOBES – Recherche et transfert

ÉDITIQUE

Valérie Émond

Adjointe administrative
ÉCOBES – Recherche et transfert

RÉFÉRENCE SUGGÉRÉE : Thivierge, J., et S. Guay. 2020. *Vivre et vieillir chez soi : La parole aux intervenants et aux aînés en temps de pandémie*. Jonquière, Table régionale de concertation des aînés du Saguenay–Lac-Saint-Jean, ÉCOBES – Recherche et transfert, Cégep de Jonquière, 28 pages.

© 2020 – TRCA Saguenay–Lac-Saint-Jean et ÉCOBES – Recherche et transfert du Cégep de Jonquière – tous droits réservés

Pour obtenir des renseignements supplémentaires, veuillez vous adresser à :

ÉCOBES – Recherche et transfert

Pavillon Manicouagan, 6^e étage
Cégep de Jonquière
2505, rue Saint-Hubert
Jonquière (Québec) G7X 7W2

Téléphone : 418 547-2191, poste 6401
Courriel : ecobes@cegepjonquiere.ca

Table régionale de concertation des aînés du Saguenay–Lac-Saint-Jean

3791, rue de la Fabrique
C. P. 644, Centre-Ville
Jonquière (Québec) G7X 7W4

Téléphone : 418 512-7229
Courriel : trca-02@hotmail.com
Site Web : www.aines-saglac.com
Facebook :
<https://www.facebook.com/trcasaguenaylacstjean/>

REMERCIEMENTS

Nos remerciements s'adressent tout particulièrement aux intervenants et aux aînés rencontrés en entrevues. Nous avons grandement apprécié leur disponibilité et leur confiance. Un merci tout particulier à Roger Tremblay, coordonnateur de la Table régionale de concertation des aînés, qui a supervisé de près la réalisation du projet. Enfin, il nous faut souligner le travail d'édition minutieux de Valérie Émond.

La réalisation de cette étude a été rendue possible grâce au soutien financier du programme Emplois d'été Canada 2020 du gouvernement fédéral.

TABLE DES MATIÈRES

Introduction	1
1 Mise en contexte et méthodologie	3
1.1 Mise en contexte	3
1.2 La méthodologie.....	4
2 Des enjeux majeurs pour la région	7
2.1 L'accès aux services de proximité.....	7
2.2 Les services de santé.....	10
2.3 Le transport.....	12
3 Les aînés et la pandémie	15
3.1 Confinement et services de proximité	15
3.2 isolement et santé mentale	16
Conclusion	19
Références bibliographiques	21
Annexe 1 Schéma d'entrevue avec les intervenants	23
Annexe 2 Schéma d'entrevue avec les aînés	27

INTRODUCTION

La **Table régionale de concertation des aînés** du Saguenay–Lac-Saint-Jean est un organisme sans but lucratif regroupant 22 associations ou organismes voués au mieux-être des personnes âgées. Elle constitue un lieu d'échanges importants sur les problématiques communes vécues par les aînés de la région et sur les moyens susceptibles d'améliorer leurs conditions de vie. La TRCA intervient notamment avec les instances municipales, régionales et gouvernementales dans la planification des politiques et des interventions favorisant la qualité de vie des aînés.

Le Secrétariat aux aînés du gouvernement du Québec a confié aux TRCA de chacune des régions administratives de la province le mandat de consulter les représentants locaux et régionaux des organisations et organismes qui œuvrent en tout ou en partie auprès d'aînés afin, notamment, d'échanger sur les problématiques communes vécues par les aînés de la région et d'identifier des enjeux prioritaires. Au Saguenay–Lac-Saint-Jean, la rencontre du 21 janvier 2020, intitulée « Vivre et vieillir chez soi », a permis de réunir 54 acteurs, représentant un total de 45 organismes et organisations œuvrant en tout et en partie auprès des aînés dans la région. Les discussions ont permis de prioriser les trois enjeux suivants : 1) les services de proximité; 2) les services de santé; 3) le transport (TRCA, 2020).

À la suite de la rencontre de concertation tenue à l'hiver 2020, la TRCA du Saguenay–Lac-Saint-Jean a obtenu un financement du programme Emplois d'été Canada 2020 pour réaliser des entrevues auprès d'intervenants et d'aînés afin de valider les enjeux identifiés lors de la consultation. Toutefois, compte tenu de la pandémie de COVID-19, les responsables de la démarche ont décidé de plus documenter la façon dont les intervenants et les aînés avaient vécu la période de confinement survenue au printemps 2020.

Ce rapport fournit aux acteurs concernés des données inédites afin de leur permettre de bonifier leurs interventions. La première partie met en contexte le projet et expose la méthodologie utilisée. La seconde partie aborde le point de vue des intervenants et des aînés sur chacun des trois enjeux prioritaires par la TRCA lors de sa consultation de janvier 2020. Enfin, la troisième partie explore l'impact de la période de confinement du printemps 2020 sur les aînés.

Le conseil d'administration de la TRCA du Saguenay–Lac-Saint-Jean est formé d'un maximum de vingt-deux personnes :

- Deux personnes retraitées nommées par la FADOQ, région Saguenay–Lac-Saint-Jean–Ungava (FADOQ);
- Deux personnes retraitées nommées par l'Association québécoise des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR);
- Deux personnes retraitées nommées par l'Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (AREQ);
- Deux personnes retraitées nommées par l'Association québécoise des retraitées et retraités des secteurs public et parapublic (AQRP);
- Une personne retraitée nommée par les retraités de la grande entreprise du secteur de l'aluminium;
- Une personne retraitée nommée par les retraités du secteur des pâtes et papiers;
- Une personne retraitée nommée par l'Association nationale des retraités fédéraux (ANRF);
- Une personne nommée par le Conseil des Montagnais du Lac-Saint-Jean pour représenter les aînés de la communauté de Mashteuiatsh;
- Six personnes nommées par les tables locales de concertation des aînés;
- Deux personnes élues en assemblée générale par le collège électoral formé des associations et organismes locaux œuvrant totalement ou partiellement auprès des aînés;
- Deux personnes élues en assemblée générale par le collège électoral des organismes régionaux œuvrant totalement ou partiellement auprès des aînés.

1 MISE EN CONTEXTE ET MÉTHODOLOGIE

Cette partie met en contexte la démarche réalisée et présente la méthodologie utilisée, décrivant notamment les modalités de la collecte de données auprès des intervenants et des aînés.

1.1 MISE EN CONTEXTE

Les objectifs du projet

Depuis quelques décennies, la population québécoise vieillit. Alors que les personnes de 65 ans et plus comptaient pour 6 % de la population au Québec en 1980, ils représentaient 18,8 % de cette dernière en 2018. La tendance est encore plus marquée dans les régions périphériques. Ainsi, les 65 ans et plus comptaient pour 22,0 % de l'effectif du Saguenay–Lac-Saint-Jean en 2018 (Binette et coll., 2019). Les conséquences du vieillissement de la population se répercutent aux échelons locaux et régionaux en matière de logement, de développement économique, de lien social, de vie communautaire et d'aménagement du territoire. En raison de l'ampleur du vieillissement observé et de la rapidité de son évolution, des efforts importants devront être investis, tant d'un point de vue organisationnel que d'un point de vue social, de la part de notre communauté afin de répondre aux besoins des aînés (INSPQ, 2010).

Au Saguenay–Lac-Saint-Jean, la rencontre de concertation menée par la TRCA en janvier 2020 a permis aux 54 acteurs provenant de 45 organismes et organisations œuvrant en tout et en partie auprès des aînés dans la région de prioriser les trois enjeux suivants : 1) les services de proximité; 2) les services de santé; 3) le transport. S'inscrivant dans un contexte exploratoire, le projet visait à alimenter la réflexion de l'organisation sur ces enjeux. Par ailleurs, avec la pandémie et le confinement du printemps 2020, il a été décidé d'élargir le mandat. La consultation menée poursuivait donc les deux objectifs suivants :

- ✎ Comprendre et valider les réalités des aînés au regard des trois enjeux identifiés lors de la rencontre de consultation menée par la TRCA à l'hiver 2020;
- ✎ Identifier les difficultés vécues par les aînés et les intervenants lors de la pandémie et explorer les services ayant été mis sur pied pour y répondre.

1.2 LA MÉTHODOLOGIE

La collecte de données et les participants

Les entrevues ont été réalisées auprès d'intervenants et d'aînés de l'ensemble du Saguenay–Lac-Saint-Jean.



Entrevues avec les intervenants

- ✂ Les intervenants ont été recrutés en collaboration avec la Table régionale de concertation des aînés. Il s'agit principalement d'ITMAV (Initiatives de travail de milieu auprès des aînés vulnérables), de professionnels du CIUSSS et d'intervenants travaillant de près aux divers dossiers touchant les services aux aînés.
- ✂ Au total, treize intervenants ont participé aux entrevues. On retrouvait dix femmes et trois hommes.
- ✂ Les intervenants interrogés provenaient de plusieurs municipalités régionales de comté : Maria-Chapdelaine, Le Domaine-du-Roy, Le Fjord-du-Saguenay et Ville de Saguenay.
- ✂ Deux entrevues de groupe et sept entrevues individuelles ont été réalisées.
- ✂ Les entrevues ont été effectuées entre le 23 juin et le 25 août 2020.
- ✂ Compte tenu de la pandémie et de la distanciation sociale prescrite, les entrevues ont été effectuées par téléphone et/ou par visioconférence.
- ✂ Le guide d'entrevue abordait les aspects suivants :
 - Les renseignements sur le ou les participants.
 - Les enjeux touchant les aînés à prioriser dans la région au regard :
 - › Des services de proximité;
 - › Des services de santé;
 - › Des coûts et de l'accessibilité du transport.
 - Le confinement lié à la pandémie du printemps 2020 :
 - › Les difficultés vécues par les aînés;
 - › Les services, les « bons coups » mis en place.
 - Les entrevues ont été enregistrées sur support audionumérique. Un rapport d'entrevue synthèse a été réalisé pour chacune des entrevues.



Entrevues avec les aînés

- ✂ Les aînés ont été recrutés grâce à la collaboration d'intervenants travaillant au sein d'organisations offrant des services de proximité. On demandait aux intervenants collaborant à la démarche de solliciter la participation d'aînés bénéficiant de services de proximité et/ou considérés comme plus « vulnérables ».
- ✂ Lorsqu'un aîné donnait son accord, l'intervenant transmettait ses coordonnées téléphoniques à l'équipe de recherche. La personne était par la suite contactée par téléphone et un rendez-vous était fixé pour l'entrevue.
- ✂ Au total, huit entrevues téléphoniques individuelles ont été réalisées.
- ✂ L'échantillon est formé de sept femmes et d'un homme, âgés entre 67 et 86 ans.
- ✂ Les aînés interrogés provenaient de la ville de Saguenay (Chicoutimi et Jonquière) et de Saint-Félicien.
- ✂ Les entrevues ont été effectuées entre le 27 août et le 9 septembre 2020.
- ✂ Le guide d'entrevue abordait les aspects suivants :
 - Les renseignements sur le ou les participants.
 - Les enjeux touchant les aînés à prioriser dans la région au regard :
 - Des services de proximité;
 - Des services de santé;
 - Des coûts et de l'accessibilité du transport.
 - Le confinement lié à la pandémie du printemps 2020 :
 - Les difficultés vécues lors du confinement;
 - Ce qui a bien été;
 - L'aide reçue;
 - Les services à mettre en place pour leur faciliter la vie.
 - Les entrevues ont été enregistrées sur support audionumérique. Un rapport d'entrevue synthèse a été réalisé pour chacune des entrevues.

Analyse des entretiens

Les données collectées ont été soumises à une analyse de contenu à l'aide de NVivo (version 11), un logiciel d'analyse qualitative de données. Une catégorisation des propos recueillis a été élaborée pour chacun des thèmes et sous-thèmes abordés en entrevue.

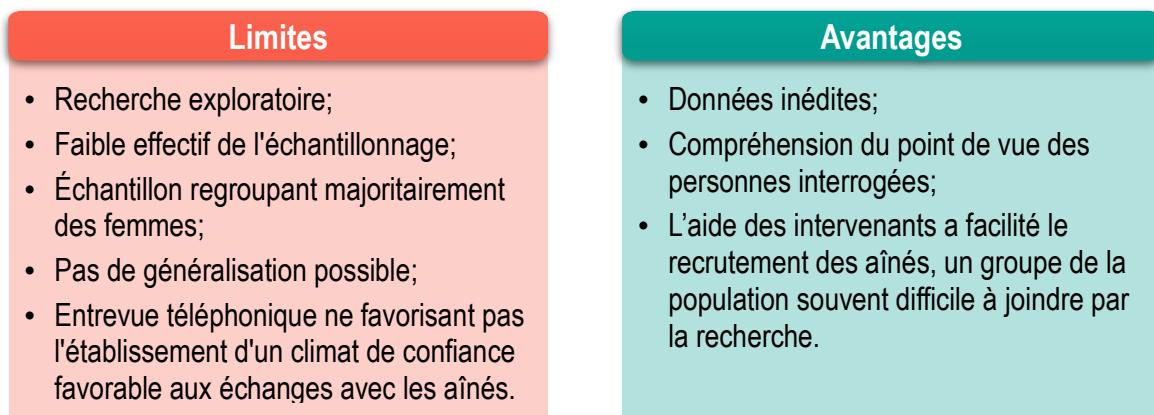
Le contenu de chacun des rapports a été ensuite codifié en utilisant ces catégories de sens. Ces deux opérations – la catégorisation et la codification – s'inscrivent dans une démarche itérative, privilégiant des allers-retours constants entre l'analyse et les données. Elle a permis de dégager les éléments significatifs soulevés par les personnes rencontrées et d'alimenter un travail de synthèse de l'information effectué pour chacun des aspects et sous-aspects abordés en entrevue.

Avantages et limites de la consultation

La consultation réalisée comporte des limites et des avantages. S'inscrivant dans un contexte exploratoire, la démarche a permis de joindre un faible effectif, majoritairement féminin. Il faut donc être prudent et ne pas généraliser les résultats. Par ailleurs, rappelons que les entretiens avec les aînés ont été réalisés par téléphone en raison des contraintes de distanciation sociale causées par la pandémie de COVID-19. Cela ne favorisait pas l'établissement d'un climat favorable aux échanges. Il s'est avéré ainsi parfois difficile de faire parler les aînés, certaines entretiens s'avérant très brèves.

Les entretiens ont néanmoins permis de recueillir des données inédites, notamment sur les difficultés vécues par les aînés lors du confinement dû à la pandémie de COVID-19. Les aînés interrogés ont été recrutés grâce à la collaboration d'intervenants de plusieurs organismes offrant des services de proximité. Soulignons qu'il est souvent difficile pour des recherches d'obtenir la collaboration de populations dites vulnérables. Pour Savoie-Zajc (2009), l'association avec des organismes en lien avec ces populations constitue un moyen privilégié pour les chercheurs de recruter des participants « socialement compétents » au regard des problématiques étudiées. Dans le cadre de notre démarche, les intervenants se sont avérés des « relayeurs » incontournables pour recruter les aînés. Les intervenants étaient en effet à même d'expliquer les objectifs de notre démarche aux aînés et de les encourager à participer.

Figure 1 – Limites et avantages de la démarche



2 DES ENJEUX MAJEURS POUR LA RÉGION

Dans cette section, nous présentons une synthèse des entrevues avec les intervenants et les aînés sur chacun des trois enjeux priorisés par la TRCA lors de sa consultation de janvier 2020. **Les données sont présentées dans les tableaux par ordre décroissant d'importance, le caractère gras étant utilisé pour identifier les aspects fréquemment mentionnés par les personnes interrogées.**

2.1 L'ACCÈS AUX SERVICES DE PROXIMITÉ

Trouver l'information

Les intervenants interrogés indiquent que les aînés éprouvent souvent des difficultés à trouver l'information sur les services de proximité. Ils mentionnent principalement que plusieurs aînés n'arrivent pas s'y retrouver face à la multitude des offres de services et que l'information atteint difficilement ceux qui sont isolés ou encore qui ont peu ou pas accès aux médias numériques. Plusieurs aînés méconnaissent ainsi les services auxquels ils ont accès.



Des difficultés à trouver l'information parce que...

Les organisations offrent plusieurs services et les aînés ont de la difficulté à s'y retrouver.

Les aînés sont isolés et ne parviennent pas à recevoir l'information.

Les aînés ont peu ou pas accès aux médias numériques.

Les services sont peu publicisés et/ou l'information est difficile à trouver.

Les aînés vivant en milieux ruraux sont parfois mieux informés que ceux vivants dans les grands centres.

« Les aînés n'ont parfois pas d'Internet, ils ne peuvent donc pas approfondir leurs connaissances pour les ressources. De plus, certaines personnes vivent de l'isolement et de la solitude, ils ne sortent pas souvent, alors ils sont restreints au niveau des connaissances. » (Entrevue avec l'intervenant 1)

LES ÂÎNÉS NOUS ONT DIT!

- Plusieurs aînés consultés confirment éprouver parfois des difficultés à trouver de l'information sur les services de proximité. Certains ont indiqué ne pas du tout savoir où s'informer.
- La majorité des aînés interrogés croient que le « CLSC » de leur secteur est le meilleur endroit pour obtenir des renseignements sur les services disponibles.
- Les aînés qui bénéficiaient des services d'un organisme communautaire connaissaient bien les services offerts par celui-ci, appréciaient l'aide reçue et les liens développés.



Complexité des structures et compréhension des services

Les intervenants consultés confirment que la complexité des structures rend parfois difficile la compréhension des services par les aînés et les intervenants. Les organisations sont nombreuses, elles offrent de multiples services, le nom de certaines ne reflète pas toujours clairement les services qu'elles offrent, bref, ce n'est pas facile de s'y retrouver pour les aînés. Spontanément, plusieurs se tournent vers le « CLSC » de leur territoire, le CIUSSS jouant donc un rôle de référence stratégique.



Des structures complexes

Les nombreuses structures rendent difficile la compréhension des services.

Le CIUSSS joue un rôle stratégique de référence lorsqu'il est question de chercher de l'information sur les services.

Il y a beaucoup de services identiques offerts par différents organismes.

La quantité importante d'organismes rend difficile aux aînés de s'y retrouver.

« Dans des grands centres, il est difficile de connaître tout ce qu'il y a d'offert. [...] C'est davantage au niveau des services du CIUSSS que ça devient plus hasardeux d'identifier vraiment les services en raison de grandes structures et de ses différents volets (sensibilisation, prévention, CLSC, services à domicile, etc.). »
(Entrevue avec l'intervenant 2)

Le défi de la concertation

Dans l'ensemble, la majorité des intervenants consultés estime que la concertation entre les organisations de leur secteur offrant des services aux aînés est adéquate. Quelques-unes des personnes consultées soulignent notamment que la compétition entre les organisations pour l'accès au financement peut s'avérer un frein non négligeable à la concertation.



Une concertation souvent adéquate, mais qui pourrait être bonifiée

La majorité des intervenants consultés considère que la concertation entre les organisations est adéquate.

La compétition entre les organismes pour l'obtention de ressources financières entrave parfois la collaboration.

La concertation du communautaire avec le CIUSSS est parfois difficile à effectuer.

Le roulement et le manque de personnel rendent cette étape difficile.

« Dans le communautaire, il y a beaucoup de roulement, et même au CIUSSS, ce qui rend difficile la concertation, car ce n'est pas tous les individus qui ont à cœur de prendre le temps de s'informer et informer les organismes autour. » (Entrevue avec l'intervenant 3)

Perception de l'importance de l'accès aux services de proximité

La majorité des intervenants consultés considère que l'accès aux services de proximité est un enjeu important. Lors des entrevues, plusieurs soulèvent que le manque ou les difficultés de financement, de même que l'éloignement géographique de certains aînés constituent les principaux obstacles à leur accès aux services de proximité. On souligne aussi que les services offerts ne sont pas toujours adaptés aux besoins des aînés en région.



Appréciation de l'accès aux services de proximité

Le manque ou les difficultés de financement rendent difficile l'accès aux services de proximité.

Les secteurs ruraux ont parfois moins accès aux services de proximité en raison de l'éloignement.

Les services de proximité sont importants pour le maintien des aînés à domicile.

Les services offerts ne sont parfois pas adaptés aux besoins des aînés en région.

2.2 LES SERVICES DE SANTÉ

La pratique de l'activité physique

Lorsqu'on demande aux intervenants si la prévention en santé auprès des aînés tient suffisamment compte de la pratique de l'activité physique, ils indiquent que ces activités sont importantes et devraient être mieux adaptées aux aînés. En effet, une majorité des personnes aînées sont conscientes de l'importance de bouger pour leur santé, cependant, plusieurs ne savent pas comment s'y prendre. Souvent aux prises avec des douleurs physiques et des limitations motrices et cognitives, elles ne savent tout simplement pas par où commencer.



Les obstacles à la pratique d'activités physiques

Les services liés à la pratique de l'activité physique devraient être mieux adaptés aux besoins variés des aînés.

Plusieurs aînés font face à des douleurs physiques, des limitations motrices et cognitives rendant difficile la pratique d'activités physiques.

« L'activité physique aide notre mental, tout est lié! » (Entrevue avec l'intervenant 3)

LES ÂÎNÉS NOUS ONT DIT!

Plusieurs aînés consultés trouvaient difficile de pratiquer une activité physique. En raison de douleurs et de certaines difficultés motrices, ils ne savaient pas comment s'y prendre.



La santé mentale

Lorsqu'on leur demande si les aînés éprouvent davantage de problèmes de santé mentale, plusieurs intervenants interrogés mentionnent que l'isolement et l'anxiété affectent négativement cette dernière. Quelques-uns soulignent aussi que la maltraitance, la négligence et la peur de déranger viennent aussi fragiliser psychologiquement les aînés qu'ils desservent.

« L'anxiété ne prend pas de vacances. » (Entrevue avec l'intervenant 4)



La santé mentale des aînés fragilisée par certains facteurs

L'isolement et l'anxiété affectent négativement la santé mentale des aînés.

La maltraitance, la négligence et la peur de déranger constituent aussi des problématiques qui ont un impact sur la santé mentale chez les aînés.

« On a longtemps montré, dans cette génération, qu'ils devaient être forts, de ne pas avoir le droit d'avoir de la peine ou d'être vulnérables, donc il y aurait de la promotion à faire sur le fait qu'ils ont le droit de vivre des moments plus difficiles et des inquiétudes. » (Entrevue avec l'intervenant 4)

La prévention en milieu rural

Pour les intervenants, la prévention en santé en milieu rural peut parfois s'avérer difficile en raison de l'éloignement des services. Les aînés peuvent en effet avoir à parcourir de grandes distances pour accéder aux services de santé. Par ailleurs, certains intervenants soulignent le fait que les aînés en milieu rural éprouvent parfois une certaine gêne à recevoir de l'aide et peuvent parfois refuser l'aide proposée.



Le défi de la prévention en santé en milieu rural

La prévention en milieu rural peut s'avérer difficile en raison de la distance.

Une certaine gêne et/ou un refus d'aide de la part des aînés en milieu rural les empêchent de demander de l'aide.

Quelques intervenants soulignent que la prévention se fait parfois plus facilement en milieu rural, l'information circulant efficacement par le bouche-à-oreille.

« [...] dans les petits milieux, les aînés ont parfois honte de demander de l'aide, ils ont peur de ce que les autres vont penser d'eux. » (Entrevue avec l'intervenant 5)

Perception de l'importance des services de santé

Pour la plupart des intervenants consultés, les services de santé constituent un enjeu prioritaire de leur territoire.

2.3 LE TRANSPORT

Le coût et l'accessibilité du transport en commun

Selon les intervenants, les aînés sont peu intéressés par le transport en commun, surtout s'ils ne l'ont pas utilisé lors de leur vie active. Si le coût du transport en commun peut être un frein à l'utilisation pour quelques aînés, ce n'est pas le cas de la majorité d'entre eux. C'est souvent l'organisation des services de transport qui ne répond pas adéquatement aux contraintes et aux besoins des personnes âgées. Ainsi, plusieurs de ces dernières ont des problèmes de motricité rendant plus difficile leur utilisation du transport collectif « régulier ». Si le transport adapté ou le transport bénévole sont appréciés et permettent de répondre à des besoins d'accès aux services médicaux, il existe peu d'autres options pour répondre à des besoins particuliers des aînés.



Ce ne sont pas les coûts qui constituent un frein, mais plutôt...

Les coûts des transports en commun sont abordables, sauf pour quelques aînés.

L'organisation des services de transport offerts répond plus ou moins aux contraintes et aux besoins variés des aînés, surtout ceux aux prises avec des problèmes importants de motricité.

Le transport bénévole est un service important et apprécié.

Certains besoins de déplacement ne peuvent être assurés par le transport adapté ou le transport bénévole (médical).

« Si la personne n'a jamais pris le transport en commun, qu'elle a toujours conduit sa voiture, elle ne va pas commencer, à 75 ans, à s'acheter des passes d'autobus. » (Entrevue avec l'intervenant 5)

LES ÂÎNÉS NOUS ONT DIT!

- Plusieurs aînés consultés trouvaient difficile de pratiquer une activité physique. En raison de douleurs et de certaines difficultés motrices, ils ne savaient pas comment s'y prendre.
- Les coûts du transport en commun sont considérés comme adéquats.
- Le transport collectif est peu utilisé.
- Plusieurs aînés possèdent leur propre automobile ou demandent l'aide d'un proche aidant qui dispose d'un véhicule pour se déplacer.
- Le transport bénévole à des fins médicales est toutefois apprécié de plusieurs.



Perception de l'importance des services de transport

La grande majorité des intervenants consultés sur l'importance des services de transport pour les aînés confirme que cela constitue une grande priorité dans leur secteur.



Le transport : un besoin prioritaire

C'est une grande priorité dans leur secteur.

L'accès aux soins et aux services de santé est étroitement lié à la capacité des aînés à avoir accès au transport, quel qu'il soit (bénévole, adapté, personnel, etc.).

3 LES ÂNÉS ET LA PANDÉMIE

Au printemps 2020, la pandémie de la COVID-19 et la période de distanciation sociale et de confinement ont eu des impacts non négligeables sur les aînés et l'ensemble des organisations leur offrant des services. Nous avons profité des entrevues avec les intervenants et les aînés pour les questionner sur les impacts de cet événement inhabituel. Dans cette troisième partie, nous présentons la synthèse des informations recueillies lors des entrevues avec les intervenants et les aînés. Rappelons que les données sont présentées dans les tableaux par **ordre décroissant d'importance**, le caractère gras étant utilisé pour identifier les aspects fréquemment mentionnés par les personnes interrogées.

3.1 CONFINEMENT ET SERVICES DE PROXIMITÉ

Les intervenants consultés soulignent qu'ils ont vécu, et qu'ils vivent encore, une période difficile et anxiogène lors du confinement. Ils ont vécu beaucoup de stress et ont déployé beaucoup d'efforts et de temps afin d'être présents pour les aînés en difficulté. Alors que la saison estivale avait permis un certain assouplissement des conditions de distanciation sociale, plusieurs d'entre eux ressentaient encore un stress important. Quelques-uns ont souligné que des aînés avaient été fortement marqués, sinon traumatisés, par la période de confinement.

Par ailleurs, plusieurs intervenants interrogés relèvent que des services se sont rapidement mis en place pour faire face aux besoins des aînés lors du confinement. Ils rapportent que des efforts importants ont été déployés et que la concertation s'est grandement améliorée. Plusieurs rapportent que de nouveaux services ont été initiés pour répondre aux besoins des aînés. Par exemple, plusieurs organismes qui n'offraient pas de services de livraison d'épicerie ou encore du transport pour des soins médicaux en ont mis sur pied afin de répondre aux besoins urgents des aînés. Un service d'appels quotidiens pour prendre des nouvelles des aînés isolés est un autre exemple d'innovation et de mobilisation, afin de briser l'isolement. Les intervenants interrogés espèrent que certains services innovants mis en place persisteront et que la concertation accrue demeurera.



Une mise en place rapide de services de proximité

Lors de la période de confinement au printemps, on a assisté à l'émergence rapide de services d'aide pour les aînés.

La concertation entre les organisations et les intervenants s'est considérablement accrue.

Plusieurs nouveaux services ont été mis en place.

« Certains organismes étaient en train de se construire et la pandémie a activé et accéléré la mise en action des services. Ils ont réagi vite à cette situation de crise. De plus, certains services se sont mis en place grâce à la pandémie. » (Entrevue avec l'intervenant 6)

Lors du confinement, les aînés indiquent avoir principalement reçu de l'aide de leur famille immédiate, d'organismes divers et de commerces. Les modalités du soutien reçu tournent principalement sur la possibilité de faire faire « ses commissions », de bénéficier de services de livraison pour des achats ou de recevoir des services à domicile.

LES AÎNÉS NOUS ONT DIT!

Soutien de la famille et livraison à domicile

Ils soulignent qu'ils sont sortis très peu durant cette période, comptant sur leur entourage et/ou divers services de livraison pour faire leurs courses.



« Ce n'est pas le confinement qui a été difficile, c'est l'attitude et les comportements des gens autour qui étaient souffrants psychologiquement. [...] On s'est sentis trois fois plus vieux qu'on l'est. » (Entrevue avec l'aîné 1)

3.2 ISOLEMENT ET SANTÉ MENTALE

Selon les intervenants consultés, de nombreux aînés ont souffert d'isolement lors de la période de confinement. Cette situation a notamment fait émerger des problèmes de santé mentale chez plusieurs d'entre eux. Des intervenants soulignent aussi que des aînés ont été l'objet de regards intimidants, de commentaires désobligeants et même agressifs, tant de la part d'autres aînés que de la population en général.



Isolement et problèmes de santé mentale chez les aînés

Les aînés ont souffert d'isolement lors de la pandémie.

Des problèmes importants de santé mentale ont fait surface chez les aînés.

Des aînés ont fait l'objet de regards intimidants, de même que de commentaires désobligeants et/ou agressifs.

« Il fallait les rassurer continuellement, car, pour eux, c'était la mort au bout de la COVID. C'était de la survie mentale, physique et sociale. » (Entrevue avec l'intervenant 1)

« Ils ont aussi mal vécu le fait de se faire pointer du doigt, alors, qu'au contraire, ils en étaient des victimes vulnérables bien plus que des coupables. » (Entrevue avec l'intervenant 2)

« Ils avaient l'impression d'être en danger, de mettre en danger les autres et, quand ils ont commencé le déconfinement, ils étaient vraiment déboussolés. » (Entrevue avec l'intervenant 7)

Les aînés ont vécu difficilement la période de confinement du printemps 2020. L'isolement a été difficile à vivre et la plupart des aînés interrogés ont éprouvé beaucoup de peur et d'anxiété. Privés d'activités et de contacts sociaux, ils sont très peu sortis de chez eux. Deux aînés ont mentionné qu'on leur a dit qu'ils ne devaient pas sortir. Lors de la réalisation des entrevues en début d'automne, plusieurs hésitaient encore à reprendre leurs activités régulières. Par ailleurs, plusieurs aînés indiquent avoir néanmoins réussi à entretenir des liens sociaux adéquats, surtout grâce aux liens familiaux et de voisinage. Le service d'appels téléphoniques quotidiens a été particulièrement apprécié par plusieurs aînés interrogés.

LES AÎNÉS NOUS ONT DIT!

Isolement et anxiété

- Plusieurs aînés se sont sentis anxieux durant la période de confinement.
- La majorité des aînés interrogés mentionnent avoir souffert de l'isolement.
- Quelques-uns mentionnent avoir reçu des remarques sur leur âge lorsqu'ils devaient sortir pour faire des courses.



« On s'est sentis trois fois plus vieux qu'on l'est. » (Entrevue avec l'aîné 3)

« Je voyais toutes les personnes âgées autour de moi qui mouraient, je me suis dit que j'allais y passer aussi. [...] J'essaie de faire attention, parce que je veux vivre encore un p'tit peu là... Pour le temps qu'il nous reste à vivre... » (Entrevue avec l'aîné 2)

« Nous autres, la première difficulté qu'on a eue, c'est qu'on n'avait personne pour aller faire nos commissions à not' place. Faque... au tout début, fallait ben faire nos commissions, pis on est allés. Mais on s'est fait mettre dehors... [...] On s'est fait dire, vous êtes trop âgés pour aller chez [une chaîne d'épicerie] [...] Alors, on a demandé à notre voisin, pis c'est lui qui a pris la relève. » (Entrevue avec l'aîné 1)

CONCLUSION

En janvier 2020, la TRCA du Saguenay–Lac-Saint-Jean a réuni une cinquantaine d'acteurs provenant de 45 organismes et organisations œuvrant en tout et en partie auprès des aînés afin d'identifier les principaux enjeux régionaux au regard du vieillissement de la population. Le présent projet a permis, dans un premier temps, de valider, avec des intervenants et des aînés de la région, les enjeux priorités lors de la rencontre régionale : 1) les services de proximité; 2) les services de santé; 3) le transport. Compte tenu du confinement vécu au printemps 2020 en raison de la pandémie de COVID-19, les entrevues ont permis aussi d'explorer comment cette situation avait été vécue par les intervenants et les aînés.

Confirmant l'importance des services de proximité, les données recueillies révèlent que les aînés ont souvent de la difficulté à trouver de l'information sur les services qui leur sont disponibles, particulièrement en raison de la complexité et de la multiplicité des organisations. Les intervenants interrogés estiment, par ailleurs, que la concertation entre les organisations offrant les services de proximité aux aînés est généralement adéquate.

Les intervenants et les aînés consultés confirment aussi l'importance de prioriser les services de santé. Les intervenants soulignent notamment la nécessité d'adapter les services liés à la pratique de l'activité physique aux limitations motrices et cognitives des aînés. L'enjeu de la santé mentale des aînés, souvent fragilisés par l'isolement et l'anxiété, constitue également un aspect important à prioriser. Enfin, le défi de la prévention en milieu rural a été soulevé par plusieurs, de nombreux aînés vivant loin des services de santé.

L'enjeu du transport constitue un aspect très important des services aux aînés pour l'ensemble des intervenants interrogés, car il est lié à l'accessibilité aux services. Les demandes de transport s'accroissent et les intervenants soulignent que leur organisation actuelle ne répond pas toujours adéquatement aux besoins des aînés. Chez les aînés, les entrevues réalisées témoignent de leur manque d'intérêt vis-à-vis du transport en commun, mais de leur grande appréciation des services de transport adapté et de transport bénévole.

La période de confinement du printemps 2020 dû à la pandémie de COVID-19 a été vécue difficilement par les aînés. Ces derniers ont vécu beaucoup d'isolement et d'anxiété, plusieurs intervenants soulignant l'apparition de problèmes de santé mentale chez les aînés. Sortant très peu durant cette période, ces derniers ont toutefois pu généralement bénéficier de l'aide de leur entourage. Grâce à une concertation accrue des diverses organisations, de nombreux services ont été mis en place rapidement pour répondre aux besoins des aînés.

Les informations recueillies dans le cadre de notre démarche vont permettre d'alimenter les acteurs de la région au regard des enjeux auxquels font face les aînés de la région. Elles confirment la nécessité de poursuivre rapidement les efforts de concertation visant à améliorer en tout ou en partie les conditions de vie des aînés, tout particulièrement en cette période de pandémie.

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- Binette Charbonneau, A., St-Amour, M., André, D. et C. Girard. 2019. *La population des régions administratives, des MRC et des municipalités du Québec en 2018*. Institut de la statistique du Québec, numéro 69. En ligne. (<https://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/population-demographie/bulletins/coupdoeil-no69.pdf>).
- INSPQ. 2010. *Vieillesse de la population, état fonctionnel des personnes âgées et besoins futurs en soins de longue durée au Québec*. Gouvernement du Québec, Institut national de santé publique du Québec, 53 pages. En ligne. (https://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/1082_VieillessePop.pdf).
- SAVOIE-ZAJC, L. 2009. « Comment peut-on construire un échantillonnage scientifiquement valide? », *Recherches qualitatives*, numéro 5, hors série, p. 99-111. En ligne. (http://www.recherche-qualitative.qc.ca/documents/files/revue/hors_serie/hors_serie_v5/savoie_zajc.pdf), Consulté le 22 juin 2020.
- Table régionale de concertation des aînés du Saguenay–Lac-Saint-Jean (TRCA). 2020. *Rencontre de concertation régionale spéciale de la TRCA : Rapport de rencontre*. Jonquière. TRCA et ÉCOBES – Recherche et transfert, 18 pages.

ANNEXE 1

SCHÉMA D'ENTREVUE AVEC LES INTERVENANTS

A. LE PARTICIPANT ET SON ORGANISATION



1. Identification de la personne

- 1.1. Nom, prénom
- 1.2. Poste occupé, nombre d'années
- 1.3. Responsabilités
- 1.4. Est-ce que je peux connaître votre formation de base?

2. L'organisation

- 2.1. Mission
- 2.2. Principales activités
- 2.3. Leur secteur géographique d'activités
- 2.4. Activités offertes aux aînés

B. ENJEUX DE LA TRCA

De façon générale, la consultation régionale effectuée en janvier 2020 auprès des intervenants régionaux a mis en lumière que les aînés manquent de **connaissances** sur les services qui leur sont proposés.

3. Un enjeu sur les services de proximité

Les services de proximité sont les services offerts à la personne, c'est-à-dire qui répondent à ses différents besoins pour être capable de fonctionner au quotidien.

Au chapitre des services de proximité, les participants ont noté :

- a. Que les aînés avaient de la difficulté à trouver de l'information par rapport à certains services proposés.
- b. Que la présence de nombreuses structures, organisations, leur rend difficile la compréhension des services offerts.
- c. Qu'il manque de concertation entre les différents services.

Nous aimerions obtenir votre point de vue sur chacun de ces aspects.

Selon vous :

- 3.1. Dans quelle mesure les aînés ont-ils de la difficulté à trouver de l'information à propos des services de proximité?
- 3.2. Dans quelle mesure la présence de nombreuses structures, organisations, rend difficile aux aînés la compréhension des services qui leur sont offerts?
- 3.3. Dans quelle mesure y a-t-il un manque de concertation entre les différents services de proximité offerts aux aînés?
- 3.4. Dans quelle mesure l'enjeu des services de proximité vous apparaît-il prioritaire dans votre secteur?

4. Un enjeu sur les services de santé

Au chapitre des services de santé, les participants ont noté :

- a. Que la prévention en santé auprès des aînés ne tient pas suffisamment compte de la pratique d'activités **physiques**.
- b. Que de plus en plus d'aînés font face à des problématiques de **santé mentale**. Ils rencontrent en effet plusieurs défis anxiogènes (p. ex. : deuil, isolement, maltraitance, etc.).
- c. Que la prévention en santé est plus difficile à effectuer en milieu rural.

Nous aimerions obtenir votre point de vue sur chacun de ces aspects.

Selon vous :

- 4.1. Dans quelle mesure la prévention en santé auprès des aînés ne tient-elle pas suffisamment compte de la pratique d'activités **physiques**?
- 4.2. Dans quelle mesure les aînés éprouvent-ils davantage de problématiques de santé mentale?
- 4.3. Dans quelle mesure la prévention est-elle plus difficile à effectuer en milieu rural?
- 4.4. Dans quelle mesure ces enjeux liés aux services de santé vous apparaissent-ils des priorités dans votre secteur?

5. Transport

Enfin, le troisième enjeu concerne les coûts et l'accessibilité des transports, particulièrement en région éloignée. En effet, les participants considèrent que les coûts élevés et la réglementation actuelle des transports ne permettent pas de répondre aux besoins diversifiés des aînés.

- 5.1. Dans quelle mesure considérez-vous que les coûts de transport élevé ne permettent pas de répondre aux besoins diversifiés des aînés?
- 5.2. Dans quelle mesure considérez-vous que l'accessibilité au transport est souvent difficile pour les aînés?
 - 5.2.1. Quels sont leurs principaux besoins?
 - 5.2.2. Quelles sont leurs principales difficultés? Points positifs?
- 5.3. Dans quelle mesure ces enjeux liés aux services de transport vous apparaissent-ils des priorités dans votre secteur?

6. Autres enjeux

Outre les trois enjeux précédents ciblés par la Table régionale de concertation des aînés soient les services de proximité, les services de santé et les services de transport, selon vous...

- 6.1. Y auraient-ils d'autres enjeux importants à cibler? Des exemples?
- 6.2. Devrait-on faire des enjeux précédents des priorités pour votre secteur?

C. VOLET PANDÉMIE

Nous aimerions avoir de l'information sur la façon dont les aînés ont vécu la pandémie.

7. Comment les aînés ont-ils vécu la pandémie?

- 7.1. Quelles sont les principales problématiques rencontrées par les aînés dont vous vous occupez?
(Âgisme, agressivité, discrimination, etc.)
- 7.2. Quels ont été les bons coups que vous avez pu observer?
- 7.3. Selon vous, que restera-t-il de cette période de pandémie pour les aînés?

D. RÉFÉRENCE

Aînés de la région à contacter (parler du document Infos-aînés qu'on a fait!)

8. Auriez-vous quelques personnes à nous référer afin que nous puissions les questionner sur les enjeux dont nous avons discuté?

9. Avez-vous des références à me donner en lien avec les enjeux abordés plus tôt?

Des documents?

Des liens Internet?

Des recherches effectuées sur le sujet?

Des personnes qui détiendraient des informations pertinentes?

ANNEXE 2

SCHEMA D'ENTREVUE AVEC LES AÎNÉS

A. LE PARTICIPANT



1. Identification de la personne

- 1.1. Nom, prénom
- 1.2. Lieu de résidence
- 1.3. Lien avec l'intervenant, la personne qui l'a référé

B. ENJEUX PRIORISÉS

De façon générale, la consultation régionale effectuée en janvier 2020 auprès des intervenants régionaux a mis en lumière que les aînés **manquent de connaissances sur les services** qui leur sont proposés.

2. Services de proximité

Les services de proximité sont les services offerts à la personne donc à ses différents besoins **pour fonctionner au quotidien**. Par exemple : livraison des repas, courses à domicile, entretien de votre domicile, etc.

Nous aimerions obtenir votre point de vue sur les services d'aide au quotidien :

- 2.1. Comment faites-vous pour **trouver de l'information** à propos des services de proximité?
- 2.2. Trouvez-vous cela facile ou difficile de trouver de l'information?

3. Prévention en santé

Nous aimerions obtenir votre opinion sur certains aspects des services de santé :

Au chapitre des services de santé, plusieurs intervenants régionaux remarquent que la prévention en santé auprès des aînés ne tient pas suffisamment compte de la pratique d'activités physiques.

- 3.1. Pratiquez-vous des activités physiques?
- 3.2. Est-ce facile ou difficile pour vous de pratiquer des activités physiques?
- 3.3. Quels services devrait-on mettre en place dans votre secteur pour favoriser la santé des aînés? Avez-vous des idées?

4. Transport

En région éloignée, les coûts et l'accessibilité des transports ne permettent pas de bien répondre aux besoins diversifiés des aînés. (Ce n'est pas neutre ça non?) Nous aimerions obtenir votre point de vue sur certains aspects du transport.

- 4.1. Dans quelle mesure trouvez-vous que les **coûts** de transport sont abordables pour les aînés dans votre secteur?
- 4.2. Dans quelle mesure avez-vous **accès** à divers modes de transport dans votre secteur?
- 4.3. Que devrait-on améliorer au niveau des services de transport dans votre secteur pour faciliter les déplacements des aînés? Avez-vous des idées?

C. VOLET PANDÉMIE

Depuis le mois de mars, la pandémie a perturbé nos habitudes. Nous aimerions parler avec vous de la façon dont vous vivez cette période.

5. Comment ç'a été pour vous lors du confinement ce printemps?

- 5.1. Quelles **principales difficultés** avez-vous rencontrées lors du confinement?
- 5.2. Qu'est-ce qui a **bien été** lors du confinement?
- 5.3. Avez-vous eu besoin d'aide?
 - 5.3.1. Qui vous a aidé?
 - 5.3.2. De quelle façon?
- 5.4. Que devrait-on mettre en place comme services pour faciliter la vie des aînés si la pandémie se poursuit? Avez-vous des idées?

D. INFORMATIONS FACTUELLES

- Sexe, âge
- Secteur de résidence actuel
- Emploi occupé avant la retraite