

# Bien vieillir chez soi

## CONTEXTE ET MÉTHODOLOGIE PHASE 1

RECHERCHE-ACTION POUR LE MAINTIEN À DOMICILE DES AÎNÉS  
ET LA VITALITÉ DES COMMUNAUTÉS DU BAS-SAINT-LAURENT



### Résumé

Le **projet de recherche-action bas-laurentien** vise à innover et à adapter l'offre de services intersectorielle afin de permettre aux personnes âgées de vivre le plus longtemps possible à domicile. Il comporte 3 phases, dont la première a donné les résultats actuels, soit sept fiches thématiques du vieillir chez soi au Bas-Saint-Laurent et un répertoire d'initiatives innovantes d'ici et d'ailleurs. La démarche implique des acteurs multisectoriels. Les fiches thématiques sont issues d'une collecte de données lors de 8 groupes de discussion avec 83 intervenants provenant des Tables de concertation des personnes âgées de chaque MRC, de 60 questionnaires complétés par des organisations et d'entrevues auprès de 25 personnes âgées ou proches aidantes. La compilation repose sur l'envoi de formulaires à des réseaux et organisations œuvrant au bien-être des personnes âgées au Bas-Saint-Laurent et au Québec. L'information qui concerne les initiatives canadiennes et internationales provient des données obtenues par Internet. Les prochaines phases sont la mobilisation des intervenants concernés, l'élaboration d'une programmation de recherche-action et sa réalisation.

### Mise en contexte

La région du Bas-Saint-Laurent souhaite agir de façon proactive pour saisir les opportunités et relever les défis liés à l'accélération croissante de sa population âgée de 65 ans et plus. Ce groupe d'âge, qui représentait 26,9 % de la population bas-laurentienne en 2020 (ISQ, 2021), devrait atteindre plus du tiers en 2041 (ISQ, 2019). Au Bas-Saint-Laurent, ces personnes sont dispersées sur un vaste territoire de plus de 22 000 kilomètres carrés, comptant 114 municipalités en grande majorité rurales. Le maintien en santé et en sécurité des aînés dans leur communauté constitue un enjeu partagé par toute la collectivité (TCABSL, 2020; Harold LeBel et Carrefour 50 + du Québec, 2020).

Les personnes âgées préfèrent généralement vieillir chez elles si elles en ont la possibilité. Cette préférence s'explique par le sentiment d'attachement à leur lieu de résidence, ainsi que par la connaissance et la familiarité de leur environnement avoisinant. Les liens forts avec les personnes vivant dans leur communauté créent notamment un sentiment de sécurité et facilitent l'accès aux ressources. Pour elles, vieillir chez soi signifie aussi conserver leur autonomie et leur indépendance (Moez et Garon, 2018).

La politique gouvernementale « Vieillir et vivre ensemble, chez soi, dans sa communauté, au Québec » fait du maintien dans le milieu de vie le plus longtemps possible un de ses éléments centraux. Elle reconnaît néanmoins que la situation particulière des personnes âgées requiert d'une part une amélioration et un accroissement important des services de soutien à domicile et, d'autre part, des services plus intégrés et adaptés aux réalités multiples et complexes propres à chaque personne âgée (MFA et MSSS, 2012).

Le Colloque « Bien vieillir dans Rimouski-Neigette », en 2019, a amené une mobilisation de partenaires institutionnels, municipaux et politiques (Harold LeBel et Carrefour 50 + du Québec, 2020). Ces partenaires ont soudé leur volonté d'agir sur le maintien à domicile par la voie d'une démarche de recherche-action partenariale.

## Description du projet

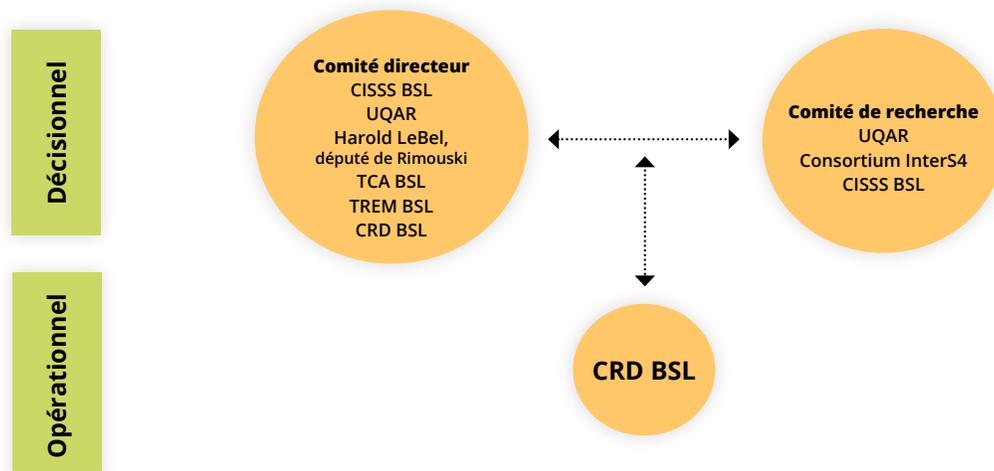
Le projet de recherche-action bas-laurentien vise à innover et à adapter l'offre de services intersectorielle afin de permettre aux personnes âgées de vivre le plus longtemps possible à domicile.

Les personnes concernées par cette étude sont les personnes âgées de 65 ans et plus vivant à domicile, qui se situent sur l'ensemble du spectre de la perte d'autonomie. Le terme à domicile réfère à un lieu de résidence privée (propriété, logement, RPA ou autres résidences pour personnes âgées autonomes ou semi-autonomes).

Dans le cadre de la présente recherche-action, le concept de « vieillir chez soi » est abordé comme étant « la capacité des personnes âgées à vivre dans leurs propres logement et communauté en toute sécurité, de façon autonome et confortablement, indépendamment de l'âge, du revenu ou du niveau de capacités intrinsèques » (Rapport mondial sur le vieillissement et la santé, OMS, 2016, p.42). Le terme vieillir chez soi exprime une vision globale du bien-être physique et psychosocial de la personne dans son environnement.

La recherche-action partenariale préconise la présence de chercheurs, d'acteurs non académiques et/ou de citoyens dans la coconstruction du projet et des connaissances, et combine les savoirs et les méthodes appartenant à l'ensemble des partenaires impliqués (Larivière *et al.*, 2014, Fortin *et al.*, 2017).

Un comité directeur et un comité de recherche travaillent conjointement à l'élaboration et à la réalisation du projet.



### Organisations membres du comité directeur :

- Université du Québec à Rimouski (UQAR), Guillaume Werstink, agent de recherche, d'études et de gestion, Bureau du doyen à la recherche
- Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS BSL), programme de soutien à l'autonomie des personnes âgées (SAPA), Frédéric Gagnon, directeur, et Karen Smith, agente de planification, de programmation et de recherche (APP-R)
- Bureau Harold LeBel, Harold LeBel, député de Rimouski, Annie Saint-Laurent, attachée politique
- Table de concertation des aînés du Bas-Saint-Laurent, Cécile Corbin, présidente, Normand Pelletier, administrateur
- Table régionale des élus municipaux du Bas-Saint-Laurent, Marc Fraser, coordonnateur
- Collectif régional de développement du Bas-Saint-Laurent (CRD BSL), Mélodie Mondor, directrice

### Personnes membres du comité de recherche :

- Marie-Hélène Morin, professeure au département de psychosociologie et travail social de l'UQAR, Chaire interdisciplinaire sur la santé et les services sociaux aux populations rurales (Chaire CIRUSSS)
- Nicole Ouellet, professeure au département des sciences de la santé de l'UQAR
- Emmanuelle Jean, coordonnatrice du Consortium InterS4
- Karen Smith, APP-R SAPA CISSS BSL

L'ensemble du projet comprend **trois phases**. Le rayonnement des résultats obtenus est préconisé tout au long de la recherche-action.

Phase 1 2021	Phase 2 2022	Phase 3 2022-2027
<p>Cueillette de données pour l'élaboration de fiches thématiques et d'un répertoire d'initiatives innovantes.</p> <p>Orientation du contenu de la programmation de recherche.</p>	<p>Mobilisation des chercheurs, organisations et personnes aînées.</p> <p>Coconstruction de projets intégrés à une programmation de recherche-action.</p>	<p>Mise en œuvre des projets.</p> <p>Suivi de la programmation de recherche-action.</p> <p>Diffusion des résultats.</p>

## Éléments méthodologiques

**Trois questions de recherche** servent d'assise à la cueillette de données :

- Quels sont les éléments qui influencent le vieillir chez soi au Bas-Saint-Laurent ?
- Comment sont structurés les services et environnements favorables pour soutenir le vieillir chez soi dans l'ensemble des MRC du Bas-Saint-Laurent ?
- Quelles sont les pratiques innovantes d'ici et d'ailleurs qui permettent d'adapter les services et environnements pour un meilleur vieillir chez soi ?

Identification de **7 thématiques du vieillir chez soi** à partir de la revue exploratoire de la littérature :

*Bélangier et al., 2020; Levasseur et al., 2020; Bigonnesse et Chaudhury, 2020; Dupuis-Blanchard et al., 2011; Levasseur et al., 2012; Séguin, 2017; Verdier et al., 2016.*

- Habitation
- Soutien à domicile
- Services de proximité
- Transport et mobilité active
- Participation sociale et loisirs
- Proche aidance
- Connaissance des services

## Fiches thématiques sur le vieillir chez soi

Les fiches thématiques visent à présenter la situation des besoins des aînés et celle des services offerts au BSL.

Des données ont été récoltées dans les **8 MRC du Bas-Saint-Laurent** : La Matapédia, La Matanie, La Mitis, Rimouski-Neigette, Les Basques, Rivière-du-Loup, Témiscouata, Kamouraska.

Les comités d'éthique du CISSS BSL et de l'UQAR ont approuvé l'étude pour la cueillette de données. Le numéro d'approbation du comité d'éthique de la recherche du CISSS du Bas-Saint-Laurent est 2022-298.

CONTENU DES 7 FICHES THÉMATIQUES	MÉTHODES DE COLLECTE DE DONNÉES
Les éléments clés à considérer	Revue exploratoire de littérature
La situation au Bas-Saint-Laurent	Questionnaires Revue exploratoire de littérature
Les constats issus des propos de personnes aînées et d'intervenants bas-laurentiens	Groupes de discussion Questionnaires Entrevues téléphoniques
Citations de personnes aînées ou de personnes proches aidantes	Entrevues téléphoniques

## Méthodes de collectes de données

NOMBRE	DESCRIPTION DE L'ÉCHANTILLON	INFORMATION COMPLÉMENTAIRE
<b>REVUE EXPLORATOIRE DE LITTÉRATURE</b>		
59 documents consultés	Littérature scientifique et grise, francophone et anglophone via Google scholars Québec, Canada, pays comparables	<b>Plan de concepts</b> État de situation : enjeux, problématique, défis, besoins. Sujet : soutien à domicile, maintien à domicile, dans la communauté, chez-soi. Démographie : aîné, personne âgée, personnes âgées. Autonomie : Autonom*. Territoire : Bas-Saint-Laurent, communauté rurale, 50 000, région, Québec, Canada.
	Littérature grise : Organisations au BSL Recherche Internet	Données descriptives et statistiques.
<b>GROUPES DE DISCUSSION PAR VIDÉOCONFÉRENCE</b>		
8 groupes, 83 participants Juin 2021	Intervenants locaux membres d'une des 8 tables de concertation locale Aînés	Exercice de type forces, faiblesses, menaces, opportunités (Analyse FFMO, Communagir, 2021). Questions sur l'identification d'initiatives innovantes. Transcription des propos directement à l'écran sous forme d'énoncés. Activité d'une durée moyenne de 2 heures.
<b>QUESTIONNAIRE EN LIGNE</b>		
60 questionnaires complétés Mai à juillet 2021	Les organisations membres des tables de concertation locales	Réponses aux 8 questions (dont 6 ouvertes) compilées automatiquement par l'interface en ligne. Sujets : services et environnements favorables, apport des proches aidants, forces, faiblesses, amélioration à apporter aux services, initiatives innovantes. Échanges courriel dans le cas des participants qui ne pouvaient répondre en ligne.
<b>ENTREVUES INDIVIDUELLES TÉLÉPHONIQUES AVEC PERSONNES AÎNÉES</b>		
25 entrevues Juillet à septembre 2021	64 % sont des femmes et 36 % des hommes 60 % habitent en milieu rural et 40 % en ville 72 % habitent seules et 28 % en couple 48 % habitent dans leur propriété, 32 % dans un logement et 20 % en RPA	Recrutement principalement effectué par le biais du CISSS, des EÉSAD et CAB du BSL. Utilisation d'un formulaire de consentement. Sujets : 7 thématiques du vieillir chez soi. Entrevues enregistrées, réponses aux 18 questions synthétisées dans une grille d'entrevue. Certains propos transcrits mot à mot. 6 entrevues réalisées avec une personne proche aidante de la personne aînée dans le cas où cette dernière ne pouvait répondre directement. Durée moyenne de 30 minutes.

Les citations présentées dans les fiches thématiques sont tirées des entrevues de 14 personnes aînées provenant de 7 MRC.

Le processus d'analyse visait à faire ressortir des constats régionaux particuliers à chacune des thématiques. Les propos des entrevues et des groupes de discussion ainsi que les réponses aux questionnaires ont été compilés dans une base de données, avec un total de 2067 entrées qualitatives. Une codification des données a d'abord été réalisée par thématique du vieillir chez soi. Par la suite, la codification par catégories et sous-catégories a permis d'identifier des constats.

---

**Pour être identifié comme un constat, un même propos issu d'une des trois méthodes devait se retrouver dans 3 MRC ou plus.**

---

L'analyse a permis de dégager **30 constats**, formulés sous la forme de 26 besoins non comblés, de trois moyens privilégiés et d'une force. Ces constats sont présentés à la fin des **fiches thématiques**.

## Répertoire d'initiatives innovantes

Le **répertoire d'initiatives innovantes** a été réalisée dans le but d'inspirer des organisations du Bas-Saint-Laurent et d'ailleurs au Québec à adapter leurs services ou à en créer de nouveaux afin de favoriser un meilleur vieillir chez soi.

La définition du concept d'innovation sociale du RQIS a été utilisée : « Une innovation sociale est une nouvelle idée, approche ou intervention, un nouveau service, un nouveau produit ou une nouvelle loi, un nouveau type d'organisation qui répond plus adéquatement et plus durablement que les solutions existantes à un besoin social bien défini, une solution qui a trouvé preneur au sein d'une institution, d'une organisation ou d'une communauté et qui produit un bénéfice mesurable pour la collectivité et non seulement pour certains individus. La portée d'une innovation sociale est transformatrice et systémique. Elle constitue, dans sa créativité inhérente, une rupture avec l'existant. » (RQIS, 2021)

Un formulaire comprenant 13 questions descriptives a été diffusé pour recenser les initiatives innovantes. Deux moyens de diffusion ont été utilisés pour les initiatives québécoises. Un premier envoi à 58 organisations ou centres de recherche travaillant au bien être des aînés au Québec les invitait à diffuser largement la demande de collaboration et le formulaire. Un deuxième envoi direct à 154 responsables d'initiatives innovantes sollicitait leur collaboration pour compléter un formulaire de présentation de projet.

Divers sites web et autres sources de données en ligne ont été utilisés pour la compilation d'initiatives innovantes au Canada et à l'international.

98 formulaires ont été complétés pour la compilation québécoise, 31 pour la compilation internationale. Le répertoire comprend un outil de recherche par mots-clés permettant de repérer facilement les initiatives qui intéressent l'utilisateur.

## Contribution au projet

**Communication :**  
Nancy Proulx, CRD BSL

**Révision linguistique et graphisme :**  
Tandem communication

**Un merci tout particulier aux personnes qui ont donné leur temps lors de la cueillette de données :**

- les personnes aînées et leurs proches aidants;
- les membres des 8 tables de concertation des personnes aînées;
- les représentants d'organismes locaux et régionaux.

## Références

### Citées dans le texte

Bélanger, L., Bourque, D., Lemelin, L., Benoit, M. et Rouiller, M. 2020. Bien vivre chez soi : Renforcement du pouvoir d'agir des communautés en regard du soutien à domicile des personnes âgées. Rapport de recherche, Université du Québec en Outaouais, 165 p.

Bigonnesse, C. et Chaudhury, H. 2020. The Landscape of "Aging in Place" in Gerontology Literature: Emergence, Theoretical Perspectives and Influencing Factors. *Journal of Aging and Environment*, 34(3), 233-251.

Communagir. 2021. L'analyse FFMO. Disponible en ligne : <https://communagir.org/media/1473/ffom-outil.pdf> [Consulté le 30 novembre 2021]

Dupuis-Blanchard, S., Simard, M., Gould, O. et Villalon, L. 2011. Les défis et les enjeux liés au maintien à domicile des aînés : une étude de cas en milieu urbain néobrunswickois. Rapport de recherche. Université de Moncton, 32 p.

Fortin, M-J., Alberio, M. et Rezelman, A. 2017. La recherche partenariale à l'UQAR : les formes en action : compte rendu de la journée d'étude organisée par le GRIDEQ et le CRDT-UQAR le 13 avril 2016, 80 p.

Harold Lebel député de Rimouski à l'Assemblée nationale et Carrefour 50 + du Québec. 2020. Bien vieillir dans Rimouski-Neigette, adapter notre communauté au vieillissement, défis et opportunités. Bureau d'Harold Lebel et Carrefour 50 + du Québec, 48 p.

Institut de la statistique du Québec (ISQ). 2019. Perspectives démographiques du Québec et des régions, 2016-2066. ISQ. Édition 2019, 86 p.

Institut de la statistique du Québec (ISQ). 2021. Estimations de la population des régions administratives selon l'âge et le sexe, âge médian et âge moyen, Québec, 1<sup>er</sup> juillet 1996 à 2020. Disponible en ligne : Estimations de la population des régions administratives selon l'âge et le sexe, âge médian et âge moyen, Québec, 1<sup>er</sup> juillet 1996 à 2020 [Consulté le 16 novembre 2021]

Larivière, N., Briand, C. et Corbière, M. 2014. « Les approches de recherche participatives : Illustration d'un partenariat pour l'amélioration des pratiques de réadaptation en santé mentale au Québec », dans M. Corbière, N. Larivière (eds.), Méthodes qualitatives, quantitatives et mixtes dans la recherche en sciences humaines, sociales et de la santé, Presse de l'Université du Québec, p. 649-675.

Levasseur, M., Larivière, N., Royer, N., Desrosiers, J., Landreville, P., Voyer, P., Champoux, N., Carbonneau, H. et Sévigny, A. 2012. Concordance entre besoins et interventions de participation des aînés recevant des services d'aide à domicile. *Gérontologie et société*, 35(143), 111-131.

Levasseur, M., Routhier, S., Clapperton, I., Doré, C. et Gallagher, F. 2020. Social participation needs of older adults living in a rural regional county municipality: toward reducing situations of isolation and vulnerability. *BMC Geriatrics*, 20(456), 1-12.

Ministère de la Famille et des Aînés (MFA) et Ministère de la Santé et des services sociaux (MSSS). 2012. Vieillir et vivre ensemble : chez soi, dans sa communauté, au Québec. Ministère de la Famille et des Aînés. 204 p.

Moez, L. et Garon, S. 2018. Le « vieillir chez-soi » : cerner le concept, ses dimensions, ses liens avec le programme Municipalité amie des aînés et la profession du travail social. Essai présenté à l'École de travail social pour l'obtention du grade de maître en travail social (M.A.). École de travail social, Faculté des lettres et sciences humaines, Université de Sherbrooke, 71 p.

Organisation mondiale de la Santé. 2016. Rapport mondial sur le vieillissement et la santé. Organisation mondiale de la Santé, 296 p.

Réseau québécois en innovation sociale (RQIS). 2021. Innovation sociale. Disponible en ligne : <http://www.rqis.org/innovation-sociale/> [Consulté le 19 novembre 2021]

Séguin, A. M. et al. 2017. Des besoins aux ressources : diversité des milieux et des stratégies déployées par les personnes âgées, Rapport de recherche, Programme actions concertées, Québec, Fonds de recherche du Québec – Société et culture (FRQSC), 40 p.

Table de concertation des personnes âgées du Bas-Saint-Laurent (TCABSL). 2020. Enjeux rencontrés par les personnes âgées du Bas-Saint-Laurent, inventaire de bons coups et perspectives envisagées. Rapport remis à l'intention du Secrétariat des Aînés. TCABSL, 18 p.

Verdier, C., Benoit, A.-M., Forest, F., Branchet, B., Di Mascolo, M., Front, A., Malot, J., Mercier, A., Rialle, V., Rieu, D., Thomann, G. et Weil, G. 2016. Analyse empirique des points de blocage dans le processus de soutien à domicile des personnes fragiles. *Journal d'Économie Médicale* 34(5), 321-341.

# Références

## Citées dans les fiches thématiques

- Alberio, M. 2020. Aider les aidants : quel espace pour l'innovation sociale dans le soutien aux proches aidants en région? *Revue Organisations & Territoires*, 29(2), 93-103.
- Bigonnesse, C. 2012. Les enjeux de l'habitation destinée aux aînés au Québec : La notion du chez-soi au cœur d'un processus de développement des communautés. Mémoire de maîtrise. Université de Sherbrooke, 185 p.
- Castonguay, J., Beaulieu, M. et Sévigny, A. 2015. Implantation des politiques sociales québécoises de soutien à domicile des aînés : Une analyse critique pour mieux comprendre les enjeux liés au bénévolat. *Revue canadienne de politique sociale*, 72/73, 169-191.
- Conseil du statut de la femme. 2020. AVIS – Prendre soin : perspectives sur le vieillissement. Conseil du statut de la femme, 117 p.
- Davidson, J. et Schimmele, C. 2019. Évolution de l'utilisation d'internet chez les aînés canadiens. Statistique Canada, 22 p.
- Demers, L. et Bravo, G. 2020. Marginales ou indispensables ? : l'évolution des RPA à but non lucratif au Québec. École nationale d'administration publique / Université de Sherbrooke. Fascicule de recherche no. 2, 22 p.
- Équipe de recherche MADA-Québec. 2020. Guide d'accompagnement pour la réalisation de la démarche Municipalité amie des aînés, Québec, Secrétariat aux aînés du ministère de la Santé et des Services sociaux, 72 p.
- Garon, S., Lavoie, C., Lizée, I., O'Bomsawin, M., Vachon Croteau, C. et Veil, A. 2016. Cahier d'information et de sensibilisation - Habitation pour aînés. Centre de recherche sur le vieillissement et de Carrefour action municipale et famille, 71 p.
- Harvey, B. et Brodeur, J. 2017. Réflexion sur le soutien aux aînés à domicile, Consultation des ordres professionnels, Priorités du ministre de la Santé et des Services sociaux 2016-2017. Ordre des infirmières et infirmiers du Québec, 26 p.
- Hébert, G. 2017. L'armée manquante au Québec : les services à domicile. Notes socioéconomiques. Institut de recherche et d'informations socioéconomiques, 16 p.
- Latulippe, K., Guay, M., Giguère, A., Provencher, V., Sévigny, A., Poulin, V., Dubé, V., Éthier, S., Carignan, M. et Giroux, D. 2019. Favoriser le maintien à domicile des personnes âgées atteintes de troubles neurocognitifs. Perception par les proches aidants de leur processus de recherche d'aide. *Revue d'Épidémiologie et de Santé Publique*, 67(1), 43-49 p.
- Lavoie, C., Paris, M., Garon, S. et Morin, P. 2016. Multiplier les modèles d'habitation innovants pour une meilleure santé des aînés et des communautés. *Intervention*, 143, 61-75.
- Lord, S., Negron-Poblete, P. et Després, M. 2017. Vieillir chez soi dans la diversité des formes urbaines et rurales du Québec, Canada : Une exploration des enjeux d'aménagement des territoires vus par leurs habitants. *Retraite et société*, 76, 43-66.
- Naud, D., Hamel, M., Caron, M., Cardin, V., Roux, M. et Levasseur, M. 2020. Caractéristiques environnementales favorisant la participation sociale : Une enquête auprès d'aînés québécois. *La Revue Canadienne Du Vieillessement*, 39(1), 1-11.
- Observatoire estrien du développement des communautés et Centre de recherche sur le vieillissement. 2019. Fiches descriptives : Des exemples concrets. Observatoire estrien du développement des communautés, 112 p.
- Organisation mondiale de la Santé. 2016. Rapport mondial sur le vieillissement et la santé. Organisation mondiale de la Santé, 296 p.
- Pigeon, C., Blais, E., Grondin, R., Bolduc-Rouleau, E., Fontaine-Pagé, L., Lanoie, N. et Levasseur, M. 2020. Vivre sans ma voiture : Une intervention pour soutenir les Canadiens-francophones âgés. *La Revue Canadienne Du Vieillessement*, 39(4), 614-625.
- Roult, R., Carbonneau, H., Belley-Ranger, É., Duquette, M.-M., Lefebvre, S. et Adjizian, J.-M. 2017. Repenser les espaces municipaux de loisir pour les aînés. *Animation, Territoires et Pratiques Socioculturelles*, 12, 63-76.
- Sévigny, A., Tourigny, A., Fortier, M., Frappier, A. et Carmichael, P.-H. 2016. Habitats, milieux de vie et participation sociale des aînés : constats et perspectives. Synthèse de la région de la Capitale-Nationale. Institut sur le vieillissement et la participation sociale des aînés de l'Université Laval, 160 p.
- Simard, 2006. Les services de proximité en milieu rural : Rapport-Synthèse portant sur la connaissance et l'enseignement des initiatives novatrices. Centre de recherche sur le développement territorial. Rapport No 3, 36 p.
- Turcotte, M. 2012. Profil des habitudes liées au transport chez les aînés, Tendances sociales canadiennes. Statistiques Canada, 18 p.
- Vivre en Ville. 2018. Accessibilité des milieux de vie : la mobilité active des aînés. *Vivre en Ville*. <http://collectivitesviables.org/articles/accessibilite-des-milieux-de-vie-la-mobilite-active-des-aines.aspx> [consulté le 15 novembre 2021].