

La participation sociale des personnes vieillissantes

Emmanuelle Arth

Agente de planification, de programmation et de recherche
Direction de santé publique – Équipe Promotion/Prévention



Plan de la présentation



01

Le phénomène
du vieillissement
démographique



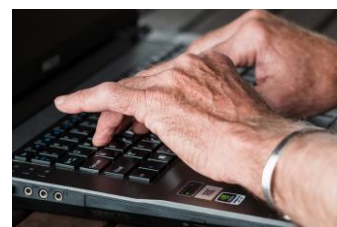
02

La participation sociale
des personnes
vieillissantes



03

Vieillir en santé



1



Le vieillissement démographique



Qu'est ce que le vieillissement ?



Augmentation de la proportion de personnes âgées (> 60 ou 65 ans) par rapport à la population totale au cours d'une période donnée

→ 3 facteurs en cause :

Mortalité (espérance de vie et mortalité aux différents âges)

Natalité (fécondité)

Solde migratoire (immigration, émigration)

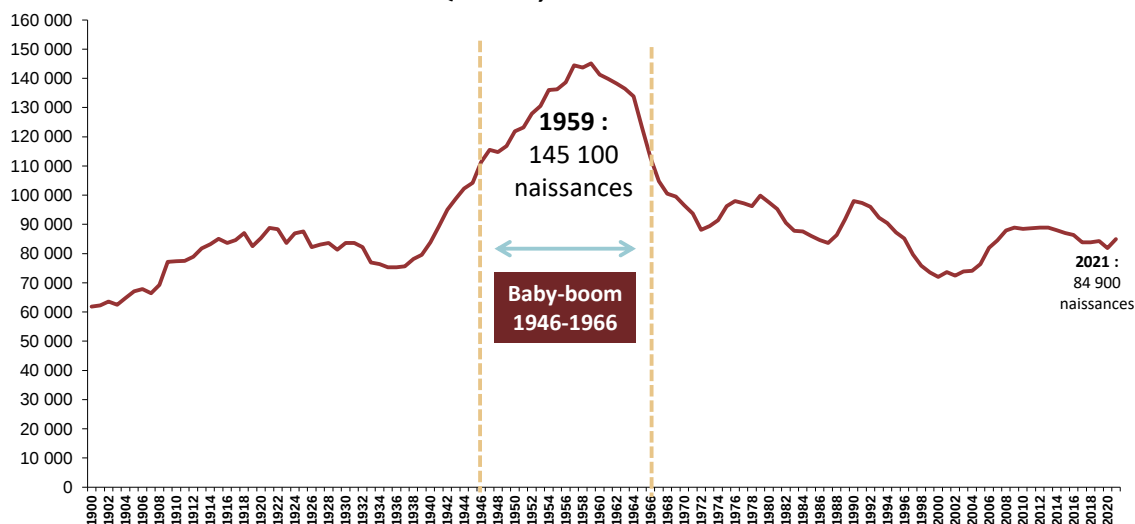


Le vieillissement au Québec

- La population québécoise est une des populations du monde qui vieillit le plus rapidement
 - Celle de la région vieillit encore plus rapidement que celle du Québec
- Est lié au phénomène du baby-boom, période historique où le nombre de naissances au Québec > 100 000 / an

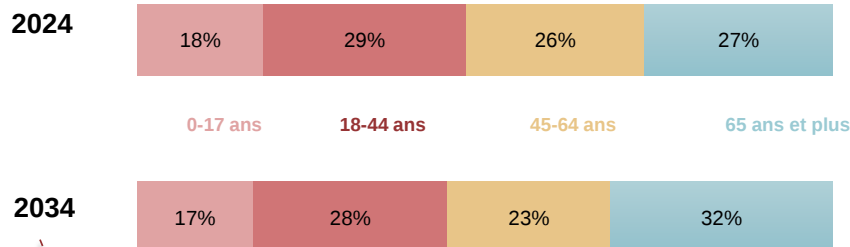
5

Évolution du nombre annuel de naissances,
Québec, 1900 à 2021



6

Évolution de la population par groupe d'âge (%), RLS de Lac-Saint-Jean-Est 2024-2034



Dans ce graphique, on observe une augmentation du poids démographique des 65 ans et plus au fil des années. À titre comparatif, les 65 ans et + représenteront **32%** de la population du **RLS en 2032**

« Le vieillissement démographique est d'abord et avant tout une brillante réussite des politiques de santé publique ainsi que du développement économique et social »

Gro Harlem Brundtland,
Directeur général, Organisation mondiale de la Santé, 1999

2



La participation sociale des personnes âgées

D'après les travaux de Lemieux et Lebel (2022)



La vision

- Les personnes vieillissantes forment **une population hétérogène**, présentant des réalités et des besoins très variés, et nécessitant donc des interventions modulées.
- La participation sociale est un facteur déterminant pour vieillir en santé. Or, **cette participation se vit différemment** selon l'âge, le sexe, le parcours social et les conditions de vie des personnes.
- **Les politiques gouvernementales et les environnements** (social, bâti, climatique) ont autant d'impact sur la participation sociale que les caractéristiques individuelles (capacité de résilience, moyens financiers, intérêts, culture, etc.).



Les formes de participation sociale



11

Interactions sociales avec les proches

- ❖ Les occasions informelles
- ❖ Les coups de main, le dépannage ou les petits services rendus
- ❖ Le soutien émotionnel ou affectif
- ❖ Les événements ou les sorties



- ❖ Les activités de formation et de développement personnel ou spirituel
- ❖ Les sorties ou activités culturelles
- ❖ L'activité physique individuelle
- ❖ Les activités quotidiennes ou domestiques

Les activités individuelles en contexte social

12

Les activités des groupes avec un but commun

- ❖ Les activités de loisir, de divertissement, de détente, de démarche pro-santé ou un projet collectif
- ❖ Les activités offertes par un club, un organisme ou un groupe
- ❖ Les événements ou activités de groupe



- ❖ La participation par le biais d'un emploi rémunéré
- ❖ L'aide directe à une ou des personnes spécifiques de manière non rémunérée
- ❖ Les services non rémunérés à la collectivité
- ❖ Le soutien à une organisation
- ❖ Les services ponctuels offerts sans rémunération
- ❖ Le bénévolat informel

Le travail ou le bénévolat

13

L'engagement social

- ❖ La participation comme membre d'une instance de gouvernance ou de concertation
- ❖ La prise en charge ou la responsabilité de l'organisation ou la coordination d'une activité dans sa communauté.



- ❖ Des activités de revendication et de défense collective des Droits
- ❖ Des plaidoyers ou des activités de partage d'opinion dans l'espace public.

L'influence sociale

14

Au-delà de la participation sociale

La proche aide

Les personnes proches aidantes apportent, de façon continue ou occasionnelle, un soutien à un membre de leur entourage qui présente une incapacité temporaire ou permanente et avec qui elle partage un lien affectif, familial ou non (PL 56)



- ✓ Enrichissement de la relation la relation entre la personne aidée et la personne proche aidante
- ✓ Sentiment de gratification ou d'accomplissement personnel
- ✓ Améliorer le bien-être de la personne aidée tout en lui donnant la possibilité de vivre sa maladie dans le lieu de son choix
- ✓ Détérioration de l'état de santé du proche aidant (stress, inquiétudes, etc.)
- ✓ Lien affectif et émotionnel fort
- ✓ Responsabilité exigeante émotivement et en termes de temps et d'énergie
- ✓ Certaine perception d'une tâche imposée faute de soutien disponible ailleurs, dont l'effet est de les restreindre dans toutes les autres sphères de la participation sociale quand les besoins dépassent la capacité d'aider

15



Les effets positifs de la participation sociale

- La santé émotionnelle et le bien-être
- La santé physique et cognitive
- La satisfaction occupationnelle
- La satisfaction sociale



16

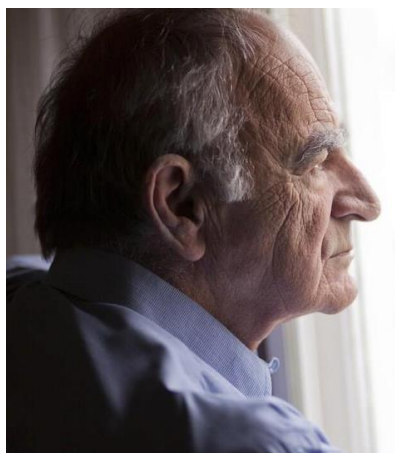


Les effets de la non participation sociale

- Désengagement
- Isolement
- Solitude et détresse
- Exclusion
- Déconditionnement



17



Jacques est un grand extraverti et a toujours été impliqué dans sa communauté en tant qu'intervenant social. Il a travaillé pour plusieurs organisations locales au cours de sa carrière et est connu dans son milieu.

À sa retraite, plusieurs organismes l'ont interpellé pour qu'il siège sur leur C.A., mais suite à un ACV qui l'a laissé avec des séquelles mineures, il a de la difficulté à se concentrer et doit faire des siestes régulièrement pour avoir l'énergie de faire ses activités quotidiennes.

En plus, quand les C.A. sont en visioconférence, il a de la difficulté à se connecter, et quand ils sont en personne, il doit demander un à un collègue de l'emmener, car il a perdu son permis de conduire suite à son hospitalisation.

Il a honte de ses difficultés, lui qui a toujours été très performant au travail ! Il songe présentement à se retirer de ses implications.

18



Les facteurs qui influencent la participation sociale

Les facteurs prédisposant

- ❖ Caractéristiques sociodémographiques
- ❖ Caractéristiques personnelles
- ❖ Transitions significatives
- ❖ Conditions de santé



19



Les facteurs qui influencent la participation sociale

Les facteurs structurels

- ❖ Organisationnels
- ❖ Liés aux communautés
- ❖ Sociaux
- ❖ Environnementaux



20



Les facteurs qui influencent la participation sociale

Les services facilitants

- ❖ Mobilité et transport
- ❖ Technologie de l'information et communication
- ❖ Besoin d'une personne-ressource



21

« Si l'on veut que le vieillissement soit quelque chose de positif, il faut aussi que la vie plus longue s'accompagne de possibilités d'être en bonne santé, de participer et d'être en sécurité. »

Organisation mondiale de la santé, 2002

22

3



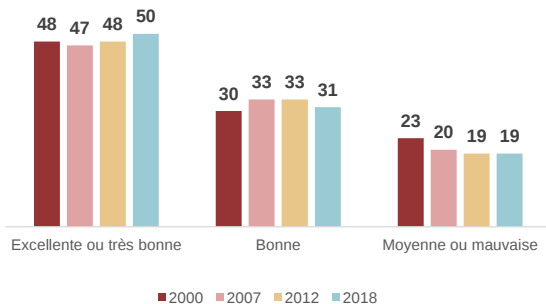
Vieillir en santé

23



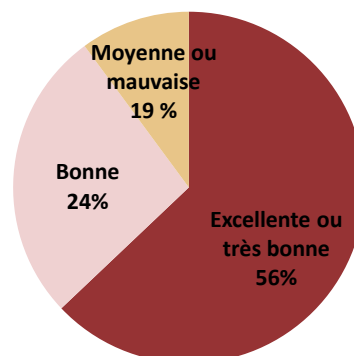
La perception de sa santé

Perception (%) de son **état de santé** chez les 65 ans et plus, Saguenay–Lac-Saint-Jean, 2000, 2007, 2012 et 2018



24

Perception (%) de son **état de santé** chez les 65 ans et plus, RLS Lac-Saint-Jean-Est, 2018





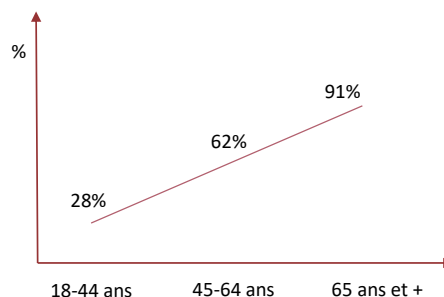
Les limitations d'activité

58 % des 65 ans et + du RLS Lac-Saint-Jean-Est rapportent être **parfois ou souvent limités dans ses activités quotidiennes** en raison de son état de santé en 2018

15% des 65 ans et + de la région déclarent **avoir besoin d'aide** dans la réalisation des activités quotidiennes* en 2017-2018

*préparer les repas, se déplacer à l'extérieur, réaliser des tâches ménagères, faire ses soins personnels, s'occuper des finances

Proportion de la population adulte du RLS Lac-Saint-Jean-Est ayant **au moins une maladie chronique**, 2018

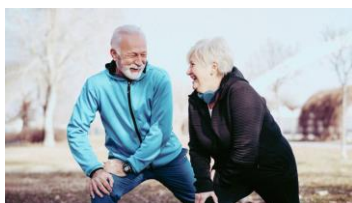


26



L'activité physique

- **61 %** des 65 ans et plus du RLS Lac-Saint-Jean-Est font de **l'activité physique de loisir** 2 fois ou + par semaine (2018)

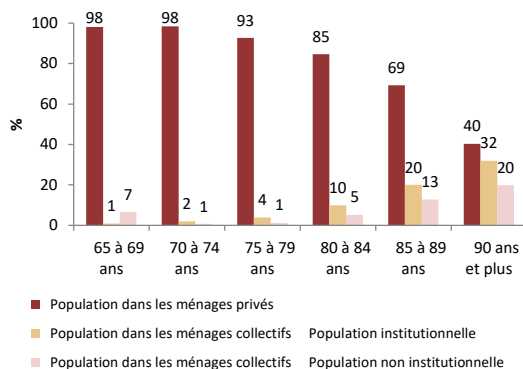


27



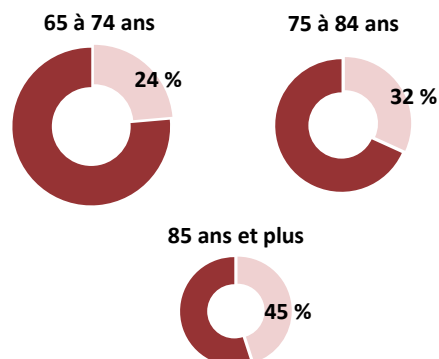
Les modalités de vie

Proportion de la population selon les modalités de vie, RLS Lac-Saint-Jean-Est, 2021



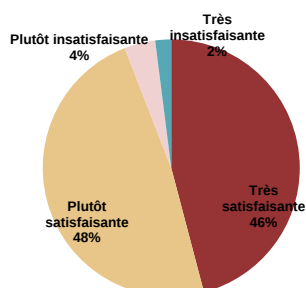
28

Proportion de la population vivant seule dans un ménage privé, RLS Lac-Saint-Jean-Est, 2021



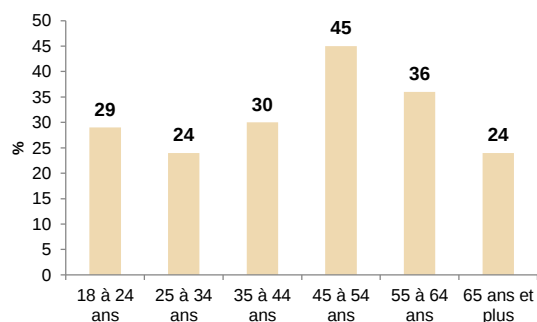
La vie sociale et les proches aidants

Répartition (%) des 65 à 74 ans selon le niveau de satisfaction par rapport à sa vie sociale, SLSJ, 2020-2021



29

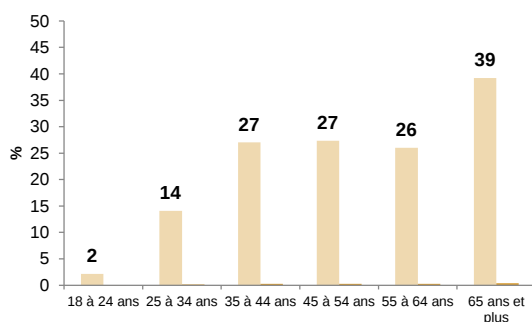
Répartition de la population adulte (%) ayant apporté de l'aide à un proche au cours de la dernière année, RLS Lac-Saint-Jean-Est, 2018



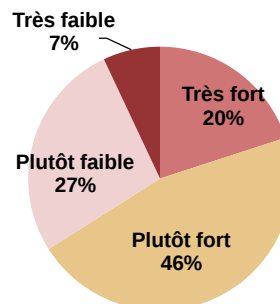


Les liens avec la communauté

Répartition de la population adulte (%) **membre actif ou bénévole d'un organisme ou d'une association**, RLS Lac-Saint-Jean-Est, 2018



Répartition de la proportion de 65 ans et plus selon le **sentiment d'appartenance** à la communauté, RLS Lac-Saint-Jean-Est, 2018



30



Les liens avec la communauté

Au SLSJ :

- Parmi les 65 ans et plus qui sont **membre actif ou bénévole** d'un organisme ou d'une association, **63 %** déclarent une **santé excellente ou très bonne** (2018)

31



La santé mentale florissante



60 % des 65 ans et plus dans le RLS Lac-Saint-Jean-Est ont une **santé mentale florissante** (2018)

c.-à-d. ils sont heureux, intéressés et satisfaits par la vie, sentent pouvoir apporter quelque chose à la société et entretiennent des relations chaleureuses et fondées sur la confiance

32



La détresse psychologique

- **26 %** des 65 ans et plus du RLS Lac-Saint-Jean-Est ont un **niveau de détresse psychologique élevé** (2020-2021)
 - 47 % ont un niveau moyen
 - 26 % ont un niveau faible

33



Des inégalités

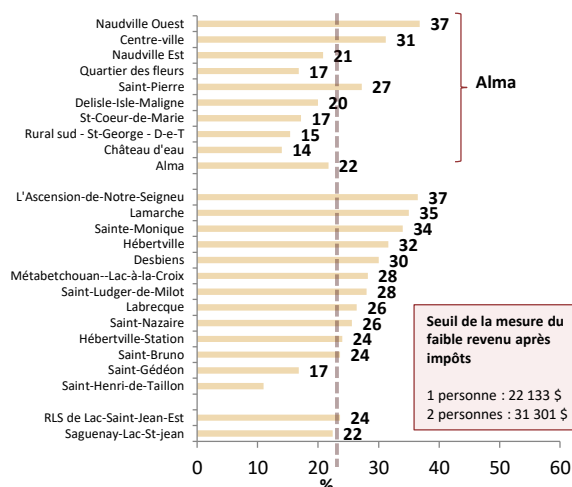


Environ **24 %** des personnes âgées de 65 ans et plus vivent sous le seuil de la **mesure de faible revenu** dans le RLS de Lac-Saint-Jean-Est (2021)

Environ **13 %** des personnes âgées de 65 ans et plus se considèrent **comme pauvre ou très pauvre** au Saguenay-Lac-Saint-Jean (2020-2021)



Proportion de personnes de 65 ans et plus vivant sous le seuil de la **mesure du faible revenu**, RLS de Lac-Saint-Jean-Est, 2021



34

Bien que certains aînés demeurent vulnérables, « [...] la plupart des aînés canadiens vivent plus longtemps et peuvent profiter d'un nombre croissant d'années de santé physique et mentale »

Réponse du gouvernement au rapport du comité sénatorial spécial sur le vieillissement : *Le vieillissement de la population, un phénomène à valoriser*



Conclusion

Quelques recommandations

D'après Lemieux et Lebel (2022)

1. Reconnaître la participation sociale comme un facteur qui influence l'état de santé physique et mental des personnes âgées
2. Lutter contre l'âgisme, un facteur déterminant qui peut limiter la participation sociale de personnes vieillissantes
3. Mobiliser la participation et l'action citoyennes des personnes vieillissantes
4. Repérer de façon proactive et intervenir auprès des personnes vieillissantes en situation de vulnérabilité physique et psychosociale

Quelques recommandations

D'après Lemieux et Lebel (2022)

6. Reconnaître et promouvoir le besoin d'une personne-ressource pour « donner un coup de pouce » direct aux personnes vieillissantes comme un des éléments essentiel pour accéder aux opportunités de participation sociale
7. Soutenir le « bien-vivre ensemble » dans les milieux de vie collectifs et communautaires

38



Sources des données et bibliographie

Institut de la statistique du Québec (2023) *Naissances et taux de natalité, Québec, 1900-2021* [en ligne] <https://statistique.quebec.ca/fr/document/naissances-le-quebec/tableau/naissances-et-taux-de-natalite-quebec>

Institut de la statistique du Québec (ISQ), *projections (2011-2036 : série produite en novembre 2014) de population adaptées par la Direction de la gestion intégrée de l'information et de la performance (DGIIIP) du Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS)*.

Ministère de la santé et des services sociaux (2011), *Pour guider l'action : Portrait de santé du Québec et de ses régions. Les statistiques*, Gouvernement du Québec, 156 p.

Institut de la statistique du Québec, *Enquête de santé du Saguenay-Lac-Saint-Jean 2012*

Agence de la santé et des services sociaux du Saguenay-Lac-Saint-Jean, *Enquête de santé du Saguenay-Lac-Saint-Jean 2007*

Agence de la santé et des services sociaux du Saguenay-Lac-Saint-Jean, *Enquête psychosociale du Saguenay-Lac-Saint-Jean 2000*

Statistique Canada, *Enquête dans les collectivités canadiennes 2013-2014*

Statistique Canada, *Recensement 2016*

Banque de données des statistiques officielles, onglet vieillissement, tableau évolution de la part de l'emploi pour certains groupes d'âges, Québec, 1976-2014

Institut de la statistique du Québec, *Enquête de santé du Saguenay-Lac-Saint-Jean 2018*

Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la santé de la population 2020-2021*

Lemieux, V. et Lebel, P. (2022). *La participation sociale des personnes âgées montréalaises : Données fondées sur des expériences vécues et recommandations*. Direction régionale de santé publique du CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal, 96 p.

Raymond, É., Gagné, D., Sévigny, A., Tourigny, A. (2008). *La participation sociale des aînés dans une perspective de vieillissement en santé. Réflexion critique appuyée sur une analyse documentaire*. Direction de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale, Institut national de santé publique du Québec, Centre d'excellence sur le vieillissement de Québec et Institut sur le vieillissement et la participation sociale des aînés de l'Université Laval, 111 pages.

39

**MERCI POUR
VOTRE
ATTENTION**



**À VOUS LA
PAROLE**

Pour plus d'informations

Emmanuelle Arth
emmanuelle.arth@ssss.gouv.qc.ca

