



Les Nouvelles

Volume 20 — numéro 29 – 31 mai 2019

Une date à mettre à votre agenda

COMACO vous invite à son assemblée générale annuelle qui aura lieu mercredi le 18 septembre 2019 de 10 h à 13 h. Dîner et réseautage inclus. Vous recevrez dans les prochaines semaines une convocation officielle pour cet événement.

Actualités

Un parcours pour encourager la marche chez les aînés

C'est le titre d'un [article](#) paru le 27 mai dernier sur le site *JournalMétro.com*. Le quartier Rosemont – La Petite-Patrie souhaite faciliter les déplacements actifs des personnes âgées, grâce à l'aménagement d'une soixantaine de bancs publics sur son territoire. L'Arrondissement désire tirer profit d'un soutien financier prévu par le ministère des Affaires municipales et de l'Habitation (MAMH) dans le cadre du Programme d'infrastructures Municipalité amie des aînées pour mettre en place ce mobilier urbain, afin de créer un corridor d'autonomie qui encouragera la marche chez les citoyens aînés. Ces bancs relais publics avec accoudoirs seront installés le long des principaux axes de transports actifs et des pôles générateurs de déplacements. L'ajout de bancs permet aux usagers, notamment les aînés, de marquer des pauses dans leurs déplacements à pied. Ils sont ainsi incités à marcher plus fréquemment, à parcourir de plus grandes distances ou marcher plus longtemps.

La ville de demain est-elle pensée pour les aînés?

C'est le titre d'un [article](#) paru le 25 mai 2019 sur le site *LeDevoir.com*. Alors que la société est vieillissante, les villes deviennent de plus en plus intelligentes. Les aînés sont-ils suffisamment considérés dans cette transformation? C'est ce qui a été discuté récemment à l'Université Concordia lors de l'évènement B/OLD Vieillir dans notre ville, qui proposait deux jours de conférences publiques et une programmation de deux semaines à Espace 4, un lieu créé pour tisser des liens entre l'université et la

communauté. Conclusion : le défi d'inclure les aînés alors que la ville devient de plus en plus intelligente est réel. L'évènement B/OLD Vieillir dans notre ville, auquel la Ville de Montréal a participé, soulignait le besoin d'élaborer des méthodes pour rejoindre les populations aînées qui sont dans une situation de vulnérabilité. D'ailleurs, pas moins de 20 % des aînés vivent sous la mesure du faible revenu à Montréal, contrairement à 12 % à Toronto, à 7 % à Edmonton et à 13 % à Halifax. Et si on regarde par sexe, à Montréal, ce sont 25 % des femmes aînées et 17 % des hommes aînés.

Des aînés déracinés de leur communauté

C'est le titre d'un [article](#) paru le 25 mai 2019 sur le site *LeDevoir.com*. Dans plusieurs régions du Québec, des personnes âgées doivent quitter leur communauté, où elles ont souvent passé toute leur vie, en raison de la fermeture de leur résidence. « C'est un choc terrible pour eux, certains ne s'en remettent jamais », s'attriste Yves Desjardins, p.-d.g. du Regroupement québécois des résidences pour aînés RQRA. Il rappelle que le cercle social des personnes âgées se rétrécit avec les années, à mesure que décèdent les frères et sœurs, conjoints et amis. La vie sociale s'organise souvent autour des autres habitants de la résidence. Lorsque cette dernière ferme ses portes, ces nouvelles amitiés sont perdues. Une brisure d'autant plus douloureuse que, dans plusieurs régions, les résidences sont très éloignées les unes des autres. Entre le 1er janvier 2014 et le 16 janvier 2019, 439 résidences ont cessé leurs activités au Québec, selon les chiffres du RQRA. La Montérégie a été la plus touchée avec 69 fermetures de résidences. La région Mauricie-Centre-du-Québec et Montréal suivent avec respectivement 54 et 53 fermetures. Que faire pour permettre aux aînés de vieillir paisiblement dans leur communauté? Le RQRA croit qu'une bonne partie de la solution se trouve dans le soutien financier aux personnes âgées, ce qu'il entend démontrer, chiffres à l'appui. En effet, l'organisme a commandé une étude à la firme KPMG, notamment pour illustrer l'avantage financier que le gouvernement tire du maintien à domicile par rapport à l'institutionnalisation dans les CHSLD.

Des retraités qui rêvent... de travailler

C'est le titre d'un [article](#) paru le 25 mai 2019 sur le site *LeDevoir.com*. Au Québec, plus d'une personne sur cinq âgée de 65 à 69 ans travaillait en 2017, soit deux fois plus qu'en 2002, selon Statistique Canada. C'est aussi le cas de 6 % des gens de 70 ans et plus, aussi deux fois plus qu'en 2007. Pour certains, cela relève d'une envie de rester actifs, alors que d'autres retournent au travail en raison de contraintes financières. L'Institut de recherche et d'informations socioéconomiques (IRIS) s'est intéressé à la question des adultes en difficulté financière. Il ne s'agit pas toujours de gens qui ont eu des revenus médiocres toute leur vie. Un grand nombre d'entre eux ont touché des revenus dans la moyenne, mais n'arrivent pourtant pas à vivre décemment à la retraite. « Le Québec et le Canada n'ont pas un système public de retraite adéquat, déplore Guillaume Hébert, chercheur à l'IRIS. Sans une bonne pension de retraite d'un employeur ou beaucoup d'épargne, les retraités souffrent financièrement. » L'endettement n'aide pas. Une

personne de 65 ans et plus sur cinq rembourse encore une hypothèque. L'endettement moyen des 65 ans et plus a augmenté de 76 % entre 1999 et 2015, alimenté notamment par la stagnation des salaires. Rappelons que le retour sur le marché du travail devrait demeurer un choix et non pas une obligation pour les aînés.

Donner de son temps pour se faire du bien

C'est le titre d'un [article](#) paru le 25 mai 2019 sur le site *LeDevoir.com*. Selon le Réseau de l'action bénévole du Québec, plus de deux-millions de Québécois âgés de plus de 15 ans font du bénévolat dans la province. De ce nombre, 26 % sont des aînés et leur groupe d'âge représente le pourcentage le plus élevé de bénévoles. Ceux-ci sont présents dans plusieurs secteurs d'activités, mais on les retrouve principalement en culture et loisirs et dans les services sociaux. La moitié d'entre eux s'impliquent d'une à dix heures par mois et leur motivation s'inscrit dans la contribution qu'ils apportent à leur communauté et le désir de mettre à profit leurs compétences et leur expérience. Parmi les aînés bénévoles, on note des avantages tant sur les plans physique et émotionnel que sur le plan cognitif. De plus, donner de son temps améliore l'inclusion sociale et l'engagement citoyen. Dans un [rapport](#) du Conseil national des aînés du Canada sur le bénévolat chez les aînés et le vieillissement positif et actif, on indique que « plus des deux tiers des bénévoles du Canada ont déclaré que le bénévolat leur avait apporté des aptitudes interpersonnelles ». Le rapport poursuit en affirmant que « le bénévolat renforce les réseaux sociaux, améliore l'accès à l'information et réduit la probabilité d'isolement ».

Formation/colloque/mémoire

Répertoire des ressources en hébergement et en logement social

Le **CREGÉS** vous propose une conférence-webinaire ayant pour titre « Modèle de continuum de gestion des situations de maltraitance envers les personnes aînées ». La présentation vise à familiariser les différents acteurs du réseau de la santé et des services sociaux au modèle de base de la politique-cadre nationale pour contrer la maltraitance envers les personnes aînées et autres personnes majeures en situation de vulnérabilité. Ce modèle aide à structurer les efforts pour contrer la maltraitance selon cinq éléments clés. La conférence aura lieu le **11 juin 2019 de 12 h à 13 h** au CLSC Parc Extension (7085, rue Hutchison). L'option webinaire est également disponible. L'inscription est gratuite. Pour vous inscrire, cliquez [ici](#).

Favoriser la relation au sein de la triade : soignant/proche aidant/proche

Le **Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal (RAANM)** vous propose une conférence de Mme Julie Gravel, psychosociologue. Le but est de vous permettre de développer des stratégies concrètes favorisant l'amélioration continue des relations au sein de la triade proche aidant- aidé et personnel de soins/professionnels

de la santé. L'atelier aura lieu le **6 juin 2019 de 13 h 30 à 15 h 30** au Centre communautaire Lajeunesse (7378, rue Lajeunesse). Vous pouvez confirmer votre présence avant le 4 juin en téléphonant au 514-374-1056 ou par courriel à viassociative@raanm.net.

Sondage pour les proches aidants et les bénéficiaires de soins par des proches

Le **Centre interdisciplinaire de recherche en réadaptation et intégration sociale (CIRRIIS)** est à la recherche de proches aidants et de personnes bénéficiant de soins donnés par un proche aidant, âgés de 19 ans et plus, pour répondre à un sondage sur les nouvelles technologies facilitant la prestation de soins aux proches aidants de personnes âgées. Le sondage est disponible en anglais ou en français et ne prendra qu'au maximum 15 minutes de votre temps. Ce projet est réalisé dans le cadre du réseau AGE-WELL, un réseau de recherche canadien axé sur les technologies et le vieillissement. Nous souhaitons créer des solutions concrètes qui auront un impact significatif sur la vie des Canadiens âgés et de leurs proches aidants. Pour obtenir de plus amples informations, veuillez SVP contacter Émilie Lacroix au (418) 529-9141 poste 2025 ou emilie.lacroix@cirris.ulaval.ca. Pour participer au sondage, veuillez cliquer sur le lien suivant: https://ubc.ca1.qualtrics.com/jfe/form/SV_b3o8fOBEodpPltj

Recherche sur les défis de la proche aide dans une dyade de couple

Passant de conjoint à chauffeur, cuisinier, infirmier, comptable, la proche aide peut transformer la relation amoureuse quand la maladie ou la perte d'autonomie vient s'immiscer dans le couple. Aidant et aidé le vivent différemment selon leur relation d'attachement, leur personnalité, leur vécu. Afin de mieux outiller les intervenants qui accompagnent les proches aidants et ainsi leur permettre de mieux s'ajuster aux défis que rencontrent ces couples, le Centre collégial d'expertise en gérontologie (CCEG) s'est engagé dans une recherche afin de créer une trousse contenant des outils adaptés aux couples selon leur style d'attachement amoureux. Mme Carmen Lemelin et Mme Caroline Pelletier, du Cégep de Drummondville, souhaitent recruter 220 personnes aînées à travers le Québec. Les personnes intéressées à participer devront être en couple depuis 5 ans minimum et être âgées d'au moins 50 ans et qu'un des deux soit un proche aidant. Le questionnaire à compléter prend entre 20 et 30 minutes. Les participants auront jusqu'au 31 juillet 2019 pour le remplir. Si vous désirez de plus amples informations sur l'étude, vous pouvez communiquer avec les deux chercheurs responsables du projet :

- Carmen Lemelin : carmen.lemelin@cegepdrummond.ca / 819-478-4671, poste 5434
- Caroline Pelletier : caroline.pelletier@cegepdrummond.ca / 819-478-4671, poste 4111

Voici le lien à transmettre aux proches aidants intéressés à participer :

[https://docs.google.com/forms/d/1ML5cQvnHfWvj3orfzLYTlbjpk6g2P5oJQnFn1xjPTVc/v
iewform?edit_requested=true](https://docs.google.com/forms/d/1ML5cQvnHfWvj3orfzLYTlbjpk6g2P5oJQnFn1xjPTVc/viewform?edit_requested=true).

Nouvelles des membres et partenaires

Journal printemps-été 2019

Le **Centre communautaire Rendez-vous 50+** vous présente son journal printemps-été 2019. Vous y trouverez, entre autres, une section humoristique, de la poésie, un témoignage, des conseils et des articles sur des sujets aussi variés que les Expos, la technologie ou bien l'histoire du pâté chinois. Le journal se trouve en *pièce jointe*.

Journée bienveillance envers les personnes âgées de Verdun

La **Table de concertation des ressources pour aîné.e.s de Verdun (TCRAV)** vous convie pour une deuxième année à une journée de bienveillance envers les personnes âgées de Verdun. L'évènement se veut un rendez-vous pour sensibiliser les participants à la bienveillance et informer sur les ressources pour aînés de Verdun et réseauter. Il y a aura sur place un salon des kiosques des ressources de Verdun et la présentation de la pièce de théâtre « Le Coffre » qui aborde le thème de l'isolement. L'évènement aura lieu le **10 juin de 13 h à 15 h 30** au Quai 5160 (5160, boul. LaSalle). Vous pouvez vous procurer votre billet gratuit au Centre culturel Marcel-Giroux (4501, avenue Bannantyne) ou au Centre Elgar (260, rue Elgar). Pour plus d'informations, contactez Nathalie Grenier au 514-280-0416.

Offres d'emploi ci-jointes.

Version imprimable ci-jointe.